



ONとOFF

森且貴

プロボクサー  
もり かつ き  
**森且貴さん**

2000年藤沢市生まれ。4歳から空手を始め、小学校高学年と中学生時代には全国大会で優勝した経験を持つ。高校1年時にボクシングに転向し大橋ボクシングジムに入門。茅ヶ崎北陵高校時代にはインターハイ出場や関東高等学校ボクシング大会準優勝と活躍する。2018年プロデビュー。翌年全日本ミニマム級新人王に輝く。2022年現在の通算成績11戦10勝(2KO)1敗。試合時の入場曲は「Phoenix」(作曲/琉球HAL 作詞/SHOKO) 森且貴オフィシャルWEBサイト <https://katsuki-mori.com/>

## 空手日本一からボクサーに転向

2歳違いの兄が空手をやっていた影響で、自分も4歳から始めました。兄の背中を追いかけて、毎日道場に通い家でも練習。空手に打ち込みました。でも空手にはプロがなく、友達がプロ野球選手やサッカー選手になりたいと口にするのを聞くと、空手を仕事として生きていくことはできないのだと感じ、それが嫌で中学3年の時にやめました。

将来は普通に大学に進み就職することも一度は考えましたが、空手から離れたことで物足りなさを感じ、何かやりたい、小さいころから一生懸命やってきたことを無駄にしたいくない、ボクシングは同じ格闘技、空手の経験を生かせるからと高校1年の6月に大

橋ボクシングジムの門を叩きました。

ボクシングは殴り合いですが喧嘩ではなくあくまで競技なので、ルールの中で闘っています。自分にとっては野球やサッカー、卓球やテニスなどをやることと同じです。

試合で殴られればもちろん痛いですが、ボクサーも痛くないわけではありません。でも経験を積むとまともに食らわなくなる。受け方がわかってくるんです。

## 食べられない、飲めない、寝られない

両親や兄にはとても支えられています。試合前の煩雑な準備をはじめ減量のサポート、また試合会場にも足を運んでくれます。ただ母は「本当は怖くて見たくない」と。母を心配させないためにもしっかり勝たない

藤沢生まれ、藤沢育ちのプロボクサー、森且貴さん。小学校、中学校時代には空手で全国優勝するも高校でボクシングに転向。プロデビューの翌年には全日本ミニマム級新人王に輝いた。ボクサーにつきものの試合前の減量。空腹、喉の渇き、試合のプレッシャー。その辛さを乗り越える支えとは、そして森さんが目指すものとは。

といけないと思います。

試合前の減量は6週間かけて8〜9キロ落とします。最初はカロリー計算をして脂肪を落とす。そして計量前の最後の3日間は塩抜きと水抜きです。塩を摂らないことで体の水分が出やすくなるので、そこからサウナや練習で水を抜きます。この段階までくると食べ物より水分がほしくなりますが、最後は水も飲みません。きついです。水の音も気になるし、プレッシャーから寝られません。計量の24時間後が試合。計量が終わったら甘い飲み物を摂り、お粥など体になさしい物を食べ、徐々に体を戻します。

## ONとOFFを切り替える

藤沢で生まれ育ちました。3年前から一人暮らしをはじめ、初めは辻堂、その後、藤沢駅の近くで暮らして。都会過ぎない藤沢のちょうどよさが大好きです。毎朝10キロのランニングは海沿いを走ります。江の島を望み、ああ、やっぱり海はいいなあと感じます。夏には海の家で食事をすることも。高校は茅ヶ崎だったので、茅ヶ崎にもよく行きます。

ホッとするのは気の許せる人と一緒に過ごす時間。スパーリング、調子悪かったなと落ち込んでいても、またがんばろうと思える。友達とサウナに行くのも好きです。ずっとオンでもつまらないし、ずっとオフじゃだめです。そこは切り替えて。オンとオフの波が大切で、オンのピークを試合に持っていくことが大事だと思っています。

## 勝つことが恩返し

午前中はランニングとフィジカルトレーニング、夕方からジムでスパーリングやサンドバッグ、ミット練習などボクシングの練習。練習前の記憶が飛ぶこともあるほど集中し

て入り込みます。ジムには井上尚弥さんを筆頭に錚々たる先輩方がいらっしゃって、直接アドバイスをいただくこともあります。先輩方の練習を間近で見られるのも勉強になり、素晴らしい環境に身を置かせていただいていることに感謝しています。

最終的には世界チャンピオンになりたいし、ならなければいけないと思っています。でも一つ一つ。今は来月の試合のことしか考えていません。来月絶対に勝ち、次のことはそれから。これからの数年が、人生が決まるほどの勝負だと思っています。

スポンサーの方々には心から感謝しています。発起人である富士リアルティの永松社長はじめ、皆さんのご支援がなければ、チャンピオンベルトも、新人王も手にすることはできなかった。だからこそ勝つことで恩返ししたい。がんばります。がんばることしかできないので。

## フェニックスバトル94 ミニマム級8回戦

森且貴(大橋) vs 高田勇仁(ライオンズ)  
11月8日(火)  
会場:東京・後楽園ホール  
【チケット取扱】  
森且貴 Instagram/Twitter @ka2ki24 DMIにて



いきなり「月夜」  
月夜の海に舟を出そう  
静かな波が迎えてくれる  
仰向けになり月と語り  
酒を絶ち少食と野菜で生きる  
月光を呑み生きた決めた  
月と語り月に答えをもらおう  
by 海野たまご  
愛する歌 <http://uminoatamago.jp/>

ダスキンオークラ サービスマスター  
—プロのおそうじ専門店—  
TEL0120-3-82820  
TEL0467-38-4044 FAX0467-38-4112(24時間受付)  
<http://www.duskin-city.com>  
たまごちゃん®

## 小田原・箱根まちあるき 参加者募集

### ④小田原コース 11/17(木)・11/24(木) 小田原に息づく豊かな生業を知る

歴史ある城下町であり、東海道屈指の宿場町として栄えた小田原。海の幸や山の木々を加工した木工品、柑橘類や梅を使った加工品など、豊かな生業が脈々と受け継がれています。漁港から匠の技、自慢のグルメまで、小田原の魅力を見つめます。



小田原市民の台所、小田原市場

日時/11月17日(木)、11月24日(木)  
9時15分～15時20分 早川駅集合

参加費/3,000円  
(昼食・お茶セット・お買い物券含む)  
募集人数/20名(両日ともに)  
申込締切/11月10日(木) ※応募者多数の場合は抽選

### 見どころ

- 創業110年の小田原魚市場を訪ね、ランチは「港めし」を堪能
- 漁港周辺の賑わいある早川エリアをめぐる
- 小田原さかなセンターのお買い物券付



### ⑤箱根コース 12/1(木)・12/6(火) ノスタルジックな街並みと温泉文化

箱根七湯のうち4つの温泉場があり、明治期は外国人観光客が多く訪れ、箱根の中でも独特の雰囲気形成した宮ノ下。このツ



ノスタルジックな街並みのセピア通り

アーでは、レトロな雰囲気漂う宮ノ下の路地を歩きながら、古さと新しさが共存する不思議な魅力を感じてください。

《参加条件》  
新型コロナウイルスワクチン3回接種済の方、または陰性証明をお持ちの方

《お申込み》  
はこねツアーズ(9時30分～17時)  
FAX 0460 (85) 8321  
✉ sakurai@hakonetours.com

FAXにて「希望コース(小田原or箱根)・参加希望日・氏名・住所・年齢・携帯電話・アドレス・参加人数」をお伝えください。  
※同行者がいれば、同行者の分も同じ情報を記入

### 見どころ

- 宮ノ下商店会で使えるお買物券&入浴券付
- ノスタルジーあふれる街並みを満喫
- 選べる宮ノ下の名店ランチ



**Topics** 3年ぶりに開催!  
2022年よこすか開国花火大会

横須賀最大級の花火大会が3年ぶりに開催される。横須賀の花火大会で唯一の尺玉やスターメイン(速射連発)、水中花火など、30分間に約5,000発の花火が横須賀の空を鮮やかに彩る。海や艦船とともに目に映る花火は見応えあり。米海軍横須賀基地の開放イベントである「ヨコスカフレンドシップデー」も同時に開催する。



日時/10月16日(日)17時45分~18時15分  
場所/うみかぜ公園、三笠公園、米海軍横須賀基地  
※有料観覧席はなし  
※米海軍横須賀基地への入場には、国籍を証明できるものと顔写真付き身分証明書要。詳細は、横須賀市観光協会HP参照。入場は17時30分まで。入退場は三笠公園ゲートより。  
当日開催可否/☎046(822)2500  
横須賀市コールセンター(8時~20時)  
問合せ/☎046(822)8301 横須賀市観光案内所

**Topics** 横須賀・三浦の海沿いを自分のペースで歩こう!  
第8回Yokosuka海道ウォーク

10月22日(土)、3年ぶりに「Yokosuka海道ウォーク」が行われる。今回は「浦賀水道を望み開国の地を巡る」というテーマで、三浦、横須賀の海沿いを歩き、浦賀コミュニティ広場にゴールする。参加無料。  
コースは三浦海岸海水浴場をスタート地点とするスタンダードコース(約12キロ)と、ペリー公園からスタートするファミリーコース(約5キロ)の2種。ゴール地点には、横須賀の地元グルメ「ゴールdeうまいものブース」が用意され、参加者を温かく迎えてくれる。



10月22日(土)スタンダードコース9時~11時受付、ファミリーコース12時~13時30分受付。15時までにゴール。荒天中止  
問合せ☎045(633)1960 応募事務局  
Yokosuka海道ウォーク

参加は事前申込制で、公式ホームページや往復はがき、メールで申し込む。応募方法など詳細は公式ホームページでご確認を。定員は先着3,000名、最終応募締切は10月11日(火)必着となっている。

パン屋さんがリレー紹介 湘南パン物語 vol.65

辻堂のクールなベーカリーカフェ

パンとエスプレッソと湘南と

日常にほんのちよつとの贅沢を

文化複合施設「湘南Tサイト」の一角にある「パンとエスプレッソと湘南と」。開店前から列ができるほどの人気ぶりで、広々とした居心地のよいカフェも評判だ。



キューブ型の「ムー」

木目が美しい開閉式のパン棚には、厨房で焼き上げたパンがずらりと並ぶ。ファミリー層が多い場所柄、甘いパンからハード系まで充実した品揃えだ。「一番人気はバターを贅沢に使った食パンの「ムー」。芳醇な香りが魅力です」と店長の西岡柚香さん。

パンの種類の豊富さに加え、自家製や地産地消にこだわった商品展開が地域で支持されている。「野菜は三浦産、茶葉は神奈川県産のものを使い、カフェではマイタンブラーにも対応しています。SDGsへの意識の高いお客さまも多いですね」と西岡さん。



店長の西岡さん(右)と製造チーフの木下さん。表参道の「パンとエスプレッソ」の姉妹店として開業



スタイリッシュなパン棚の奥にカフェがある。一日一、一個のパンと一杯のコーヒーに真摯に向き合うのが店のコンセプトだ

テイクアウトもイートインもできる

店で根強い人気を誇るの、ふわとろ食感の「フレンチトースト」や、週末には真っ先に売り切れる「サーモンとクリームチーズのパニーニ」。また、鎌倉の「ロミ・ユニ・コンフィチュール」とコラボした「キャラメルミルクフランス」は、圧倒的に女性ファンが多い。濃厚なキャラメルミルククリームが歯切れのよいバゲットによく合う。



サーモンとクリームチーズのパニーニ



キャラメルミルクフランス

「バゲット好きの園児が『おかわりをください』と日に2度も買いにきてくれて、もう衝撃的な嬉しさでした」と話す西岡さん。パンは日常に小さな幸せをもたらしてくれる。

藤沢市辻堂元町6-20-1 湘南T-SITE1F  
☎0466(47)8001  
10時~19時30分(L.O.18時30分) 不定休

**LIDRE**  
☎046(823)0143

リドレ街角ライブ  
ハロウィンスペシャル  
29(土)11時~16時  
出演: Dance Studio AMUSE, Kz Studio,  
極真空手 横須賀道場 ほか  
ダンスや演舞など賑やかにリドレのハロウィンを彩ります♪  
リドレ 横須賀

ハロウィンスペシャル!  
10/29  
11:00  
16:00  
29(土)11時~16時  
出演: Dance Studio AMUSE, Kz Studio,  
極真空手 横須賀道場 ほか  
ダンスや演舞など賑やかにリドレのハロウィンを彩ります♪  
リドレ 横須賀

**MORE'S CITY** ☎046(825)1471

25th Anniversary 1日(土)~31日(月)

10月1日は全館10倍ポイントアップ!最大25倍の店舗もごぞいませ!豪華景品の当たるイベントなどの詳細は特設ページよりご確認ください★



モアーズシティ 25周年

**Wing**  
KURIHAMA

ファッションスタンプラリー ~31日(月)

ファッション・ファッション雑貨店舗にて1会計3,000円(税込)以上のお買い上げで1スタンプ押印。異なる3店舗のスタンプを集めると次回1,000円分の優待券としてご利用いただけます!

ハロウィンフェア 15日(土)~31日(月)

お菓子プレゼントやメニューフェア、各店での期間限定スペシャルサービスを実施いたします。また、23日(日)には仮装をして、館内のハロウィンパレードを開催。希望される方にはフェイス、ボディペイントも実施いたします!

※詳細は館内ポスター、ホームページ等をご覧ください  
※内容は変更になる可能性があります

ウィング久里浜

藤沢市民オペラ 2022-2024 シーズン  
ラ・ボエーム  
2022年 11/6(日) 14:00開演 13:30開場  
藤沢市民会館 大ホール  
料金(全席指定)  
S席8,500円/A席6,500円/B席4,500円  
U-25(25歳以下)500円(※B券対象)  
指揮: 園田隆一郎 演出: 伊香修吾  
出演: ミミ 中村恵理 ロドルフォ 樋口達哉  
ムゼッタ 横前奈緒 マルチェロ 大西宇宙  
シヨナル 池内豊 コッリーネ デニス・ピシュニャ 他  
Web: 藤沢市みらい創造財団オンラインチケットサービス  
https://www.cnplayguide.com/f-mirai/  
電話: CNプレイガイド ☎0570-08-9999(10時~18時)  
主催・問合せ 芸術文化事業課 ☎0466(28)1135

にっこり梨 1箱 5kg  
5kg 6~8玉入り  
※サイズの指定は出来ません  
大きくてあま~い! 栃木県の「日光」と「梨」!!  
4,000円 税込 光センサー品。等級「秀」  
(光センサー式糖度計: 通常の糖度計とは違い確実な甘さを図ることができます)  
1玉600g~のおっきな秀品でハズレ無し美味しさ確約の梨です! 食べた瞬間にっこり笑顔がこぼれてしまうかも?!  
◆受付締切: 10/15 (お届けは10/20前後より順次発送)  
◆1家庭2箱まで ◆送料 宅急便 1,000円(関東一律) それ以外のエリア1,200円(離島を除く)  
栃木県は全国トップクラスの生産量を誇る梨の名産地! 「にっこり梨」は、「豊水梨」×「新高梨」を掛け合わせ、平成8年に栃木県で品種登録された晩生の赤梨です。新高×豊水から生まれたジューシーで甘い、栃木県特産のオリジナル品種。美味しさの秘密は、澄んだ水と豊富な日照量の最適な立地にあります。ぜひ、その大きさと甘さを御賞味ください!  
★1玉が大きく食べ応えがあります。日持ちがよいので、アルミホイルや新聞紙でびっちり包み、ポリ袋で密閉し野菜室に入れておけば、12月末頃まで美味しく食べられます!  
湘南よみうりオンラインショップで販売中!

ペット健康相談室 vol.102 老犬・老猫との付き合い方①  
毎年、私の所属する獣医師会では、たくさんのペット君たちが長寿の表彰を受けています。飼い主のみなさんは、ワンちゃんやネコちゃんも人と同じく年を取ると頭では分かっている、食欲・元気があるうちは、なかなかその実感が湧かないものです。しかしながら、毎年確実に年を取り、体格・毛並み・食事・運動量・病気・痴呆などの変化が起こります。そしてそれらは人の何倍もの早さで訪れ、さまざまな問題が起きてしまいます。ペットの一生を共に暮らす以上、老化についても理解し、知識を持つことがとても大切です。  
のっぽ動物病院 院長 永田浩之  
のっぽ動物病院 鎌倉市岡本2-12-2 有  
☎0467(44)1125  
診療時間 ※電話予約制 年中無休  
9時30分~12時30分 木・日・祝日の午後は15時30分~18時30分 時間外診療(要電話)

## チケット販売

よみうりプレイガイド

**Tel.050(3387)1517**

月・水・金のみ(祝日を除く)10時~15時

**HPから申込(24時間受付)**


**www.y-playguide.com/**

電話がつながりにくい場合がございます。  
HPからのお申込みをご利用ください

### 三浦祐太郎 公演迫る!

#### 10th Anniversary Tour「AND YOU」

10月29日(土)  
14:00開演  
小田原三の丸ホール  
大ホール  
全席指定6,000円



ますます磨きのかかるそのあたたかく優しい歌声。初心と感謝の気持ちを込めてソロデビュー10周年のライブをお届けします。

※お1人様4枚まで  
※未就学児の入場不可

### 沖縄・奄美の女性歌手豪華出演!!

#### 南の島の歌姫たち

12月15日(木)  
18:30開演  
よこすか芸術劇場  
全席指定6,500円



沖縄本島出身の古謝美佐子、玉城千春(Kiroro)、奄美出身の城南海、石垣島出身の石垣優(ex.やなわらばー)4名の美しい歌声で癒されてください!!

※未就学児みづ上1名まで無料。但し、座席が必要な場合は有料

### 布施明 AKIRA FUSE LIVE TOUR 2022-2023

よみがえれ 昔日の情熱

2023年1月29日(日)  
17:00開演  
神奈川県民ホール 大ホール  
全席指定7,000円

**発売日:10月21日(金)10時~**



表現力豊かな歌声で圧倒的な歌唱力を誇る布施明。君は薔薇より美しい、マイウェイなどのヒット曲から、カンツォネやオペラ名曲のカバーなど、今もなお新しい挑戦を続けている。

※未就学児の入場はご遠慮ください

### 春風亭小朝独演会 公演迫る!

10月22日(土)13:00開演  
鎌倉芸術館 大ホール  
全席指定3,700円



待望の鎌倉での独演会が決定!時代を風刺した軽妙な語りと、古典落語の面白さを充分にご堪能ください!!

※未就学児の入場はご遠慮ください

### 田原俊彦 TOSHIHIKO TAHARA

#### DOUBLE 'T' TOUR 2022 Romanticist

11月6日(日)17:30開演  
神奈川県民ホール 大ホール  
全席指定8,500円

**※お1人様4枚まで購入可**



数々の大ヒット曲と、還暦とは思えぬキラのあるダンスパフォーマンス!  
華やかでエンターテインメントなスペシャルステージは必見!!

※3歳以上有料。2歳以下1名まで膝上無料。但し席が必要な場合は有料

### 新春特選落語会

春風亭小朝/春風亭昇太/桂宮治/ロケット団

2023年1月8日(日)  
14:00開演  
神奈川県民ホール 大ホール  
全席指定4,000円



当世の人気噺家、小朝師匠と昇太師匠の揃い踏み!  
宮治師匠とロケット団も加わって、皆で新春笑い初め!!

※未就学児児童のご入場はお断りいたします

### おかあさんといっしょ

#### 「ファンターネ! がやってきた」

2023年2月5日(日)  
①13:00開演/②15:30開演  
神奈川県民ホール 大ホール  
各回全席指定3,000円

**電話受付:10月31日(月)10時~**  
**※発売日 10月29日(土)10時~**



【出演】みもも・やころ・ルチータ/速水けんたろう・つのだりょうこ・いとまゆ  
こどもたちに大人気のキャラクターと、お兄さんお姉さんが繰り広げる歌や踊り、そして楽しいゲームやクイズショーなど、ステージと会場が一体となって盛り上がる『わくわくステージ』です。

※1歳以上有料 ※1歳未満のお子様は、保護者1名につき1名までみづ上に無料

### 社会風刺コント集団 公演迫る!

#### ザ・ニューズペーパー LIVE 2022

10月22日(土)  
①14:00開演  
②17:30開演  
ヨコスカ・ベイサイド・ポケット  
各回全席指定4,800円



政治、経済、事件、芸能...etc. タイムリーな社会問題を「笑い」と批判!に変わる!ライブにこだわり続けるザ・ニューズペーパーのライブでしか見られないコントをお楽しみに!!

※未就学児の入場はご遠慮ください

### 円熟のピアニスト 仲道郁代を迎えて

11月23日(水・祝)  
15:00開演  
ひらしん平塚文化芸術ホール  
全席指定  
一般:3,500円  
学生:2,000円



指揮:中島良能  
管弦楽:湘南で唯一のプロオーケストラ 湘南エールアンサンブル(併称日原重明記念管弦楽団)  
ベートーヴェン ピアノ協奏曲「皇帝」、交響曲「英雄」

※未就学児の入場はご遠慮ください

### 高嶋ちさ子 12人のヴァイオリニスト

#### コンサートツアー 2022~2023

2023年1月11日(水)  
18:30開演  
サンシティ越谷市民ホール 大ホール

2023年2月22日(水)  
18:00開演  
横浜みなとみらいホール  
各日全席指定6,800円

**※各日お1人様4枚まで購入可**



【出演】高嶋ちさ子、12人のヴァイオリニスト、近藤亜紀(ピアノ)

※未就学児入場不可

### 宇崎竜童

#### 50th anniversary 弾き語りLIVE 2023 JUST GUITAR JUST VOCAL

2023年2月26日(日)  
15:30開演 横浜・関内ホール  
全席指定6,800円

**発売日:10月28日(金)10時~**




数々のヒット曲を、ギターと弾き語り自身の歌声だけで魅せる大人のためのステージ。贅沢でエネルギー溢れるソロライブをお見逃しなく!「港のヨコ・ヨコハマ・ヨコスカ」「イミテーション・ゴールド」「サクセス」他

※曲目は変更になる場合がございますので、ご了承ください。  
※未就学児の入場はご遠慮申し上げます

### 爆生!! お笑いin鎌倉 公演迫る!

10月23日(日)  
①11:00開演  
②14:00開演  
鎌倉芸術館 大ホール  
各回全席指定4,000円



【出演者】どぶろっく・タイムマシーン3号・カミナリ・吉住・ザ・マミー・かが屋・ラバーガール・インスタントジョンソン・真空ジェシカ・モグライダー・ランジャタイ・東京ホテイツン・お見送り芸人しんいち・やす子※都合により出演者が一部変更になる場合がございます。


※3歳以上有料、3歳未満入場不可

### ものまねエンターテインメント

#### コロケコンサート

##### 「勝手にやってすみません」 40th Anniversary

11月26日(土)  
①14:00開演/②17:30開演  
神奈川県民ホール 大ホール  
各回全席指定6,000円



公演当日、笑いすぎによる、シワの増加、ストレス解消、寿命延長、ダイエット効果等が出てしまっても責任はもてません!でも、見終わった後は、幸せ一杯になっているでしょう。

※(2020/10/4~2021/11/20)の延期振替公演となります。チケットをお持ちの方はご注意ください ※5歳以上有料 4歳以下膝上無料

### でんじろう先生の学べる科楽劇場

2023年1月28日(土)  
①13:30開演  
②16:00開演  
茅ヶ崎市民文化会館 大ホール  
各回全席指定3,000円

**電話受付 10月7日(金)10時~**  
**※発売日 10月6日(木)10時~**



サイエンスで遊ぼう!学ぼう!  
でんじろう先生のおもしろ実験をつづじて、たくさんの方に科学の楽しさを直接、体験していただけます。

※2歳以下膝上1名まで無料(座席が必要な場合は有料)3歳以上はチケットが必要  
※小学生以下のお子様の入場の際は、保護者の同伴が必要となります。

### お支払い・お渡し方法

**振込先 横浜銀行 関内支店(普)6036980**  
**(株)湘南よみうり新聞社**

**銀行振込(代金先払い)⇒郵送でのお届け**

お申込み後、チケットの代金+送料520円+手数料100円(1枚につき)をお振込みください。(振込手数料は別途お客様負担)

※専用の振込用紙をご用意しておりません ※表示価格はすべて税込価格となります ※お客様のご都合によるチケットの変更、取消はできません


公演内容が変更、または中止される場合があります。主催者のホームページやSNSなどで、最新情報をご確認ください。お客様のお名前、ご住所、電話番号、ご購入商品の個人情報は、公演主催者が公演の変更・中止の案内やアンケート引換の際の本人確認および興行主催者が提供する公演・商品・サービスの案内などを行う目的で、申込み公演に関する個人情報を興行主催者へ提供する場合があります。

## 10月の上映作品

上映作品の時間・期間等変更になる場合があります。お確かめの上おかけください。詳しくは各映画館のHP、またはお電話でお問合せください。 ※1日は割引料金で映画が鑑賞できます(一部対象外になる作品もあります)

### 横須賀HUMAXシネマズ

**イチオシ!** **スペンサー ダイアナの決意**  
10月14日(金)公開



ダイアナ元皇太子妃の実話に基づく決意の3日間。スキャンダルを避けるための厳しい監視体制のなか、子供時代を過ごした故郷でダイアナは人生を変える一大決心をする。


©2021 KOMPLIZEN SPENCER GmbH & SPENCER PRODUCTIONS LIMITED

チョコちゃんに叱られる! on STAGE ~そのとき歴史はチョコと動いた!~  
バンドガイズ  
七人の秘書 THE MOVIE  
耳をすませば  
カラダ探し  
もっと超越した所へ。【PG12】  
線は、僕を描く  
劇場版ソードアート・オンライン-プログレッシブ- 冥き夕闇のスケルツォ  
貞子 DX  
天間荘の三姉妹 ほか

☎046(827)7872 (24時間) 横須賀HUMAXシネマズ | Q

### 109シネマズ湘南

**イチオシ!** **線は、僕を描く**  
10月21日(金)公開



大学生の青山霜介(横浜流星)はアルバイト先で、白と黒だけで表現された「水墨画」と出会う。巨匠・篠田湖山(三浦友和)に声をかけられ水墨画を学び始め、やがて魅了されていく。


©砥上裕将/講談社  
©2022映画「線は、僕を描く」製作委員会

ザ・コントラクター  
僕が愛したすべての君へ  
君を愛したひとりの僕へ  
七人の秘書 THE MOVIE  
耳をすませば  
スペンサー ダイアナの決意  
月イチ歌舞伎「風の谷のナウシカ 前編」  
劇場版ソードアート・オンライン-プログレッシブ- 冥き夕闇のスケルツォ  
天間荘の三姉妹 ほか

☎0570(016)109 (ナビダイヤル) 109シネマズ湘南 | Q

### 横浜ブルク13

**イチオシ!** **チョコちゃんに叱られる!**  
~on STAGE そのとき歴史はチョコと動いた!~  
10月7日(金)公開



ある日、チョコちゃんとキョエちゃんの前にタイムマシンが出現する……。NHKの人気番組「チョコちゃんに叱られる!」。2022年3月に上演された舞台がスクリーンでよみがえる!

©NHK  
©「チョコちゃんに叱られる! on STAGE」製作委員会

僕が愛したすべての君へ  
君を愛したひとりの僕へ  
七人の秘書 THE MOVIE  
耳をすませば  
もっと超越した所へ。【PG12】  
線は、僕を描く  
RRR  
警官の血【PG12】  
天間荘の三姉妹 ほか

☎045(222)6222 IMAX 桜木町駅前 横浜ブルク | Q

### 鎌倉交響楽団創立60周年記念 第120回定期演奏会

鎌倉を拠点とする歴史ある市民オーケストラの、今年2回目となる記念演奏会が行われる。曲目はラヴェル『スペイン狂詩曲』『ピアノ協奏曲ト長調』ほか。指揮は今井治人、ピアノ独奏は尾城杏奈が務める。


日時/10月29日(土)14時開演  
会場/鎌倉芸術館大ホール  
入場料/1,000円(全席自由、当日券あり)  
※チケットは鎌倉芸術館、島森書店、たらば書房で発売中  
問合せ/☎0467(31)4380 曾根方  
詳細は 鎌倉交響楽団 | Q



ピアノ独奏 尾城杏奈

### かながわ 女性の不安・困りごと相談室

家庭や生活上の悩み一人で抱え込まず相談してみませんか



## 読者プレゼント

締切  
10月20日

※応募者多数の場合は抽選となります  
※当選発表は商品の発送をもってかえさせていただきます

応募方法 下記要領でご記入の上、ハガキ・FAXで!  
FAX 0466 (50) 5077

63 〒251-0052

藤沢市藤沢496  
湘南よみうり新聞社  
「横須賀よみうり10月号  
プレゼント」係

- ①希望プレゼント名(番号)
- ②名前・年齢
- ③〒・住所 ④TEL
- ⑤ご購読新聞名
- ⑥一番興味があった記事
- ⑦のご感想・ご意見

※湘南よみうり新聞社は、読者の皆さまからお預かりした個人情報について、「個人情報の保護に関する法律」に基づき、責任をもって管理いたします。当社への個人情報は、当選品の発送、案内状の送付等の目的にのみ使用いたします。ご本人の承諾のない限り、第三者に提供することはありません  
※いただいたご意見は紙面で紹介することがあります

## 2 マン・レイと女性たち ご招待券

5組10名様

ジャンルを超えて活躍したマン・レイが捉えた「女性たち」に光を当て、240点余の作品から創作の軌跡を追う。時代の最先端をゆく個性豊かな女性たちが彼の視点でどのように写し出されたのかを紹介する。



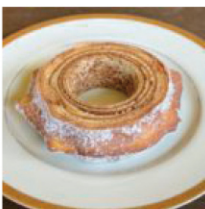
《リー・ミラー(ソラリゼーション)》  
1929年頃 ゼラチン・シルバー  
プリント(後刷 個人蔵)  
Courtesy Telford, Photothèque  
Man Ray, Paris / ©MAN RAY 2015  
TRUST / ADAGP, Paris & JASPAR,  
Tokyo, 2021 ©2098

10月22日(土)~2023年1月22日(日)9時30分~17時(入館は30分前まで) 月曜、12/29~1/3休館(1/9は開館) 神奈川県立近代美術館 葉山 一般1,200円ほか ☎046(875)2800

## 4 レストラン栗の里 米粉のパウムクーヘン ハードタイプ

5名様

米粉専門パティシエが焼き上げる、自家製はるみの米粉100%のパウムクーヘン。外はしっかり、中は超もっちりハードタイプ。米粉ならではの優しい食感をお楽しみください。



レストラン栗の里にて販売中  
1箱1,598円(税込)  
問合せ☎046(245)1341栗の里 ※商品はお店から発送

## 1 ピカソとその時代 ベルリン国立ベルクグリユン美術館展ご招待券

5組10名様

ベルクグリユンが収集したピカソ、クレー、マティスらの作品97点が一挙に来日。そのうち76点は日本初公開。さらに日本の国立美術館所蔵作品11点を加えて展示、20世紀巨匠の芸術が展覧できる。



10月8日(土)~2023年1月22日(日)9時30分~17時30分(金・土曜は~20時、入館は30分前まで) 月曜、10/11、12/30~1/1、1/10休館(10/10、1/2・9は開館) 国立西洋美術館 一般2,100円ほか ☎050(5541)8600(ハローダイヤル) ※日時指定予約制

パブロ・ピカソ 《緑色のマニキュアをつけたドラ・マール》  
1936年 油彩、カンヴァス  
ベルリン国立ベルクグリユン美術館  
©Museum Berggruen - Nationalgalerie,  
SMB / GgK / Jentsch-Zeile  
©2022 - Succession Pablo Picasso - BCF/JAPAN

## 3 東京国立博物館創立150年記念 特別展「国宝 東京国立博物館のすべて」ご招待券

2組4名様

約12万件という膨大な所蔵品の中から、国宝89件すべてを史上初めて公開。各時代の収蔵品や関連資料を通して、東京国立博物館の全貌を紹介する。国宝刀剣全19件が集結する刀剣の間も必見。



10月18日(火)~12月11日(日)9時30分~17時(金・土曜は~20時) 東京国立博物館 平成館 月曜休館 一般2,000円ほか ☎050(5541)8600(ハローダイヤル) ※日時指定予約制、展示替えあり

## 5 映画鑑賞券 (希望館名明記)

横須賀HUMAXシネマズ

5組10名様

109シネマズ湘南  
(平日有効ご招待券)

5組10名様

横浜ブルク13&  
カフェ「OASE」のコーヒー無料券

5組10名様

※映画館名の指定がない場合は無効となります  
※それぞれの映画館で使用できる条件が異なります

## 厳選ぜひ訪れたい 鎌倉武士ゆかりの地

vol.7

### 江の島岩屋~北条時政ゆかりの地

現在も多くの観光客が訪れる江の島。江島神社は、欽明天皇(聖徳太子よりも少し前の時代の天皇)の勅命で御窟(現在の江の島岩屋)に神様を祀ったことに始まると伝わる。『吾妻鏡』によると1182年、源頼朝も北条時政、足立遠元ら御家人47人と僧・文覚上人を連れて奥州の藤原氏討伐祈願のため江の島を訪れていたという。



江島神社社紋 ©江島神社

『太平記』によれば1190年、北条時政が子孫繁栄を願い御窟に参籠したところ、満願の夜に弁財天が



江の島岩屋 ©藤沢市観光協会

現れ、時政の願いを叶えることを約束したのち、大蛇となり海に消えた。あとには三枚の鱗が残され、時政はこれを家紋(三つ鱗)にしたという。江島神社の社紋はこの伝説にちなみ「向い波の中の三つの鱗」である。

- 藤沢市江の島2
- 中学生以上500円、小学生200円
- 9時~16時(季節により異なる)
- 小田急江ノ島線「片瀬江ノ島駅」より徒歩約30分

## Topics 鎌倉に英国アンティーク博物館開館 長年かけて集められた“本物”が間近で鑑賞できる!

9月23日(金・祝)、鶴岡八幡宮の参道に英国アンティーク博物館「BAM鎌倉」がオープンした。館長を務める土橋正臣氏が収集したイギリスのアンティークを時代ごとに展示。中でもシャーロック・ホームズの部屋を再現したフロアは注目の。建築デザインは鎌倉ゆかりの隈研吾氏。特徴的な外観は鎌倉彫の刀痕をモチーフにしている。端材を利用した1階天井、博物館のある場所から発掘された木材を再利用した茶室など、SDGsにも配慮されている。記者会見で館長は「本物が持つ素晴らしさを次世代に感じ取ってもらいたい」と開館に込めた想いを語った。



3階にある「シャーロック・ホームズの部屋」



記者会見にて。左から隈研吾氏、土橋正臣館長、ジュリア・ロングボトム駐日英国大使

10時~17時/月曜休館(祝日の場合は開館、翌日閉館)/大人1,300円ほか/鎌倉市雪ノ下1-11-4-1/☎0467(84)8689

BAM鎌倉

**「あつき食ブランド」認定 美味しい新米 まもなく収穫!**

**殺虫剤を使わず育てた安心で美味しい『はるみ』の新米**  
豊作につきお求めやすくなりました!

待ちに待った新米の季節。「米の食味ランキング」で最高の特Aを得た人気の品種『はるみ』が今年も美味しく実りました。『はるみ』はもちもち食感と甘み、コシヒカリに負けないツヤが特徴。「栽培中の殺虫剤は使わず、収穫後も燻蒸(殺虫処理)をしない安心なお米を作ります。中津川の清流で美味しく実った新米を召し上がってみて」と生産者の笹生さん。

10月中旬~順次お届け		新米と一緒に届け	
4000円以上購入で <b>送料無料</b>	送料 1,000円	さらに、15kg以上購入で5%引き	
5kg袋	2,240円(税込2,419円)	直売特価	1,280円
10kg(5kg×2袋)	4,480円(税込4,838円)	パティシエ栗の里の新品!	
15kg(5kg×3袋)	6,720円(税込7,258円)	「米粉のパウムクーヘン」	(税込1,382円)
20kg(5kg×4袋)	8,960円(税込9,677円)		
30kg(5kg×6袋)	13,440円(税込14,515円)		
5kg袋	2,240円(税込2,419円)		
10kg袋	4,380円(税込4,730円)		
30kg袋	12,480円(税込13,478円)		

お申込み・お問合せ ▶ ☎046(289)2969 お米農家 栗の里 ※9時~20時

ご注文はお気軽に

**KUMON**

## くもん書写教室の先生になりませんか

**教室開設説明会(時間は10:30~12:30)** ※25歳~60歳(女性)の方に  
お願ひしています。

■ 横 浜

- 10/6(木) そごう横浜店 9階
- 10/12(水) 市民フロア ミーティングルーム B
- 10/21(金) (横浜駅)東口よりポルタ地下街中央通路を直進

※当日ご都合の悪い方はお気軽にお問い合わせください。オンラインも対応しています。

右記日程でオンライン説明会を開催します。

- 10/5(水) 15:00~
- 10/13(木) 14:00~
- 10/14(金) 11:00~
- 10/17(月) 11:00~
- 10/21(金) 14:00~ (約1時間)【事前予約制】WEBサイトまたはフリーダイヤルより申し込みください

ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆

公文書写は全国10万人の方が学ぶ書写団体です  
公文エルアイエル ☎0120-410-297 公文書写 先生 検索

## 名古屋メシの代名詞・本場大人気店 矢場とん

昭和22年創業名古屋名物みそかつの老舗 矢場とんより、レンジで簡単お店の味が再現された、「本場 みそかつセット」のご紹介。

目利きによる厳選された南九州産の良質な豚肉・老舗の門外不出の秘伝のみそだれ生と乾燥のブレンドで生まれたパン粉だから実現するサクサク感。それに熟練シェフが愛情込めて作った絶妙な味は、一度食べたらやみつきになります。こだわり抜いた逸品を是非ご自宅でご賞味ください。

内容量 ●豚ロース100g×2 ●豚ひれ30g×4 ●みそだれ50g×4

**本格・揚げたての味をご自宅で**  
通常3,980円(税込・送料込)

**特別価格 2,980円(税込) 送料 無料**  
1セット(4食分)

さらに、2セット購入で(440円相当)  
**代引手数料無料** (1食あたり約750円)

ご注文は **050-1866-3662** (10時~17時 土日祝も受付)

●お届け/注文受付後クール便にて5日後後到着。●お支払い/代引き(手数料440円/税込) ●送料/無料 ※北海道・沖縄は500円/税込。●返品/商品の性質上お断り。万が一不具合がある場合は1週間以内にご連絡ください。●お預かりした個人情報は、商品・DMの発送以外の目的では使用致しません。

いつでも行列が出来る、矢場とん本店  
株式会社 矢場とん  
〒454-0027 愛知県名古屋市中川区 広川町3-1-78

※画像は調理例

自宅でお店の味を再現!  
矢場とんの本格みそかつ

カンタンレンジで2分!

年間260万食

# セミそかつ

限定300食!

12秒に1食売れているみそかつセット