



秋の鵠沼海岸の日の出(撮影/市川紀元)

湘南を代表するフォトグラファー・市川紀元さん。30年にわたり湘南を撮り続けてきた。その珠玉の作品の数々は決して偶然の賜物ではなく、湘南をこよなく愛し海を見つめ続けてきた市川さんだからこそ生み出せたもの。市川さんの湘南への想いは、海よりも深い。

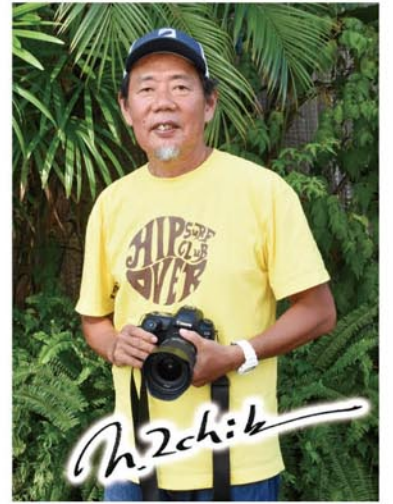
フォトグラファー

いちかわ のりもと

市川 紀元 さん

1960年生まれ、藤沢市片瀬在住。2001年から『NALU』『サーフトリップジャーナル』『湘南スタイル』(すべてエイ出版社)などで作品発表の場を得る。05年全国のキャノンギャラリーで写真展「波乗りの街-湘南-」を開催し好評を博す。現在、江ノ島電鉄のオフィシャルカメラマンを務め、江ノ電などの駅、車内に掲示されるポスター「絵はがきになる日常を。」などに写真を提供している。市川紀元写真事務所代表、湘南フォトセッション主宰。
HP <https://www.surfshonan.com/>

湘南時間



夜明けの海って美しい

カメラが趣味だった父の影響で、僕も写真好きになりました。父のお古のカメラがおもちゃ代わりに。まだ一眼レフが珍しかった時代、友達とのイベントの際には必ずカメラを持参して、子ども心に誇らしくもありました。船乗りだった父は海外へ赴くことも多く、渡航先のボルネオで撮影した現地の人々の写真を見せてくれたものです。

20歳でサーフィンに夢中になった僕は、就職先も都内ではなく海の近くの会社を選び、鎌倉や鵠沼でサーフィンをしてから出社する毎日。初めは波に乗るばかりで景色など全く目に入りませんでした。30代になり落ち着いてくると、自分がものすごく贅沢な景色の中にいることに気づきました。空が白み始めやがてピンクに染まる夜明けの海。「ああ、綺麗だなあ」と。この一瞬を写真に残したいという衝動に駆られ、日々シャッターを切りました。

SNSもなかった時代、特に発表の場もなく、ただただ目の前の圧倒的な風景を撮りためるのみ。プロカメラマンになる気なんて全くありませんでした。

ある時、思わぬことが起こりました。

覚悟を決めた

サーフィン仲間の先輩にプロのカメラマンの方がいて、ひょんなことから彼のピンチヒッターで僕がサーファーを撮影することになりました。「いっちゃん、やってみない?」「やってみようかな?」なんて気軽に。その写真がサーフィン雑誌の表紙になって。41歳、これが僕のデビューです。その後編集部から声がかかり、平日はシステムエンジニアの仕事を続けながら土日はカメラマンという、二足のわらじを履くことになりました。

そんな日々を4年ほど送り、写真への情熱は増すばかり。ちょうどそのころ全国のキャノンギャラリーでの初めての写真展も決まり、海外での撮影の仕事も入るなどプロ転向へ向けての強い風を感じ、写真一本で生きていく覚悟を決めました。仕事になれば大変なこともあります。どんなことも苦になりません。「好き」の力はすごい。この道を選んだ20年前の決断に全く後悔はなく、それどころか、何をビクビクしていたのか、なぜもっと早く決断しなかったのかとさえ思います。(笑)

自然には抗わない

撮影にはお天気も大切なファクターです。

低気圧が通過した後は空気を入れ替わり、波が出て景色もいい。だからいい写真になる。毎日晴れでもだめなんですよ。常に1週間先の天気予報まで頭に入っています。もっと言えば、太陽の昇る位置も夕日の沈む位置も年間で把握しています。そうは言っても相手は自然ですから、思い通りにならないことも多い。海に撮影に行くと、あ今日はダメだなと、カメラを出さない日もあります。そんな日は浜で天気の回復を待ち、たまたま会った誰かと話をして帰途に就く。その時間も僕の糧になっています。

ほどよくのんびり、湘南時間

サーフィンをしにハワイやカリフォルニア、バリ、モルディブ……と、世界の海を訪れましたが、一番好きなのはやっぱり湘南。コンパクトな湾の中にぽっかりと江の島が浮かび、海沿いを江ノ電が走って。こんなに素敵などころはないですよ。のんびりゆったりとした「島時間」ほどではないけれど、都内と比べるとゆったりしているのが「湘南時間」。その、ほど良いのんびりさもたまらない。湘南でサーフィンが始められ長い年月が経ち、サーフカルチャーが成熟した文化とし

てこの地に根付きました。今度は写真を愛する人たちが気軽にギャラリーやカフェで作品を発表したり、家のリビングに写真を飾るようなフォトカルチャーを湘南に根付かせたいです。湘南は素敵な被写体の宝庫。そんな湘南で独自の写真文化が育まれてくれればいいなと、それが僕の夢です。

これからも健康で湘南を撮っていければ、これ以上幸せなことはありません。

市川紀元写真展「湘南時間 2024」
10月4日(金)~9日(水) 10時~18時
会場/Gallery-T(江ノ電江ノ島駅より徒歩2分
すばな通り ようかんの玉屋本店隣)

とびたつ「聖翔」

きれいなままで生まれてきてきれいなままで翔んでゆくわたしは窓辺に止まってあなたの帰りを待っている

愛する歌 <https://uminoatamago.jp/>

百万本のバラの花を歌いながらきれいなままのわたしを見てほしいいつまでもいつまでも

by海野たまご

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—
TEL.0467-38-4044 FAX.0467-38-4112(24時間受付)
<https://duskin-okura.com/>

箱根宮ノ下まちあるき 参加者募集

11/26(火)・12/5(木)開催
地元の商店会とのコラボ企画!

ノスタルジーと新しさが共存した独特の街並みが人を惹きつける箱根・宮ノ下。地元の人しか知らないマニアックな見どころや地域の歴史紹介、有名店での“ちょい食べ”など、毎年好評の散策ツアーです。今回は、



富士屋ホテル

「富士屋ホテル」でのティータイムをハイライトに、宮ノ下の魅力をたっぷり体感できます。

日 時/11月26日(火)、12月5日(木)
10時15分~15時30分

参加費/5,000円
(昼食・ケーキセット代含む)
募集人数/20名(両日とも)
申込締切/11月8日(金) ※応募多数の場合抽選

見どころ

- 富士屋ホテルで名物のアップルパイ実食
- ノスタルジーあふれる街並みを堪能
- 選べる宮ノ下の名店ランチ



レトロな街並みとクラシックホテルでのティータイム

- 10:15 ● NARAYA CAFÉに集合。ウェルカムドリンクをご用意。
- 10:50 ● チャップリンの散歩道を通りながら浅間公園へ。途中、普段見ることのない角度から箱根登山鉄道をご覧ください。
- 11:10 ● セピア通りのお店巡り(嶋写真店、山田屋など)
- 11:30 ● 宮ノ下で人気の美味しいお店でランチ
- 12:30 ● 宮ノ下うらさんぽ セピア通り→石風呂通り→楽天地などを散策 ※ちょい食べあり
- 14:30 ● 富士屋ホテルにてケーキセット(アップルパイ)を堪能(ミュージアムは各自見学)
- 15:30 ● 解散。引き続きお買い物などをお楽しみください。



嶋写真店



“ちょい食べ”のあんぱん

《お申込み》
はこねツアーズ(9時30分~17時)
FAX 0460 (85) 8321
[はこねツアーズ](https://hacone-tour.com/)



WEBまたはFAXにてお申込みください
「参加希望日・氏名・住所・年齢・携帯電話・メールアドレス・参加人数」をご記入ください。
※同行者がいれば、同行者の分も同じ情報を記入

小田原箱根
大博覧会
2024

食べ歩きグルメイベント、5年ぶりの開催!
第16回 みうら夜市



三崎下町は昭和の雰囲気が色濃くいエリアだ



例年お盆時期に開催されていた「みうら夜市」。5年ぶりの開催となる今年は、夜風が気持ちいい10月に行われる。既存の料理店の特別料理や市内人気店の屋台もあり、さまざまなグルメを楽しめる。今回初となる「昭和レトロ港町灯りのイベント〜灯ろうナイトウォーク〜」では、大漁旗で作る灯籠や灯りのアート作品の展示も。現地で配布される三崎下町のガイドマップを手に散策してみよう。きっと新たな発見があるはずだ。

10月5日(金)・6日(土) 16時～21時

- ① 三崎下町商店街 (西銀座通り・三崎銀座通り・入船すずらん通り・日の出通り)
- ② 046(882)1111 三浦市役所経済部もてなし課 ナイトウォーク詳しくは二次元コードより



淡く広がるキャンドルの海
湘南キャンドル2024

10月20日(日)～11月4日(日) 点灯17時

日本最大級10,000基のキャンドルが江の島島内を幻想的に照らす。また、キャンドルに囲まれたステージでのアコースティックライブ&スライドショーのほか、江島神社や藤沢駅北口でのイベントなど盛りだくさん。詳細は公式ホームページ等でご確認を。



- ① 江の島サムエル・コッキング苑、江の島シーキャンドル、江島神社、江の島岩屋ほか
- ② 湘南キャンドル夜間入苑料大人500円ほか
- ③ 0466(22)4141藤沢市観光センター
- ※雨天・強風中止
詳しくは二次元コードより



SHONAN NIGHT TIME
湘南の夜を楽しもう

澄み渡る空気が心地よく感じられる季節です
夏は終わりを告げたけど、湘南は終わらない!
秋の夜長を湘南で満喫しよう

逗子の海に描くライティングアート
NIGHT WAVE in Zushi
～光の波プロジェクト～



日没後の闇に包まれた海岸で、波の姿を堪能しようと生まれたプロジェクトは、海岸に押し寄せる波だけのライトアップに成功した。刻一刻と変化しながら無限の表情を見せる波を、フラダンスや歌のステージとともに楽しもう。

11月2日(金)・3日(土) 点灯17時～20時

- ① 逗子海岸
- ② 046(873)1111 NIGHT WAVE実行委員会事務局
- ※ステージイベントと飲食は14時頃より開始予定
詳しくは二次元コードより



無人島猿島へアートを観に行こう
SENSE ISLAND/LAND
感覚の島と感覚の地2024



JIKU #004_v2022 SARUSHIMA / 齋藤 精一 / Sense Island 2022

アートの染まる猿島。島へはフェリーで約10分



過去の展示風景
撮影:Naomi Circus

猿島は東京湾に浮かぶ無人島、島内には江戸から明治期の砲台跡がいくつも残る。そんな猿島を舞台に2019年に始まったアートイベント。夜の静寂と暗闇を感じながら、島に点在するアート作品を通じて人間本来の感覚を取り戻す試みが、今年は横須賀の市街地・日中へと拡張して開催される。参加アーティストは、碓井ゆい、キュンチョメ、齋藤精一ら。舞踊家・梅川壱ノ介、シンガー・寺尾沙穂らのパフォーマンスやワークショップも予定されている(チケット購入要)。

10月26日(金)～12月15日(日)

猿島会場:金土日および祝日の夜間
市街地会場:会期中の日中

- ① 猿島・横須賀市街地
- ② 猿島会場のみ一般大人3,700円ほか(往復の乗船料、猿島公園入園料、鑑賞チケット代を含む)
- ③ 046(822)8427 Sense Island実行委員会事務局 チケットなど詳しくは二次元コードより



古い寺院を照らす灯り
第14回龍の口竹灯籠

10月25日(金)・26日(土) 17時～20時

日蓮上人ゆかりの藤沢市、龍口寺では約3,000基の竹灯籠が夜の境内に並ぶ。さまざまな長さに切った竹の幹にろうそくを入れ火を灯す。近隣商店街には龍や波をモチーフにした大型灯籠が並び、ロマンチックな夕べが楽しめる。

- ① 龍口寺ほか ※一般灯籠供養は1基1,000円で受付
- ② 0466(25)7357龍口寺
- ③ 0466(22)4141藤沢市観光センター ※雨天・強風中止
詳しくは二次元コードより



ルミネはたの眼科 院長 桑野 寛 横浜市大 眼科臨床教授

教えて! 目の病気

白内障は治療意欲のあるうちに! 視力回復はボケ防止にも役立ちます

Q 人工水晶体について No.④

A 昔は術後に分厚いメガネが必要でしたが、今では人工水晶体(眼内レンズ)により裸眼でも不自由することはありません。人工水晶体は無害で安全、生涯入れ替え不要です。さらなる福音として、強度近視の方は分厚いピン底メガネから解放されます。強度近視の方には早めの白内障手術が有意義です。

白内障勉強会 10月8日(火) 14時～

会場:サンパールはたの眼科緑内障クリニック

理解を深めたい方、参加ご自由です。お電話(0466-50-0811)が窓口にてお申込ください

医療法人 湘南会 ルミネ はたの眼科

☎0466-50-0811

JR藤沢駅ビル ルミネプラザ7F www.ha-ta-no.jp

診療時間 ※予約可
月～土 9時～12時
14時30分～18時
※土曜日は17時30分まで
休診日 水・日・祝日(振替日)

選定療養実施機関
サンパールはたの眼科 緑内障クリニック

診療時間 10時～14時
休診日 水・土・日・祝日
さいか屋藤沢店3F

横須賀で選ばれ続けて15年!
「ブランド横須賀 横須賀中央店」
ジュエリー・貴金属は専門店に
デザインも査定に加味した高価買取

昔買った派手なデザインのリングやネックレスなど、持っているけど「普段使い」しなくなったジュエリーをどうしようかお困りの方はいませんか?

そんなお悩みには、横須賀中央駅から徒歩2分の「ブランド横須賀 横須賀中央店」をオススメします。豊富な買取品目を扱う同店では、現在ジュエリー・貴金属の買取を強化中。相場の高騰や円安の影響

上野店長 (他店より1円でも安い場合は御相談ください)

により、最高値が報じられている金製品も高価買取の狙い目です。ダイヤやルビー、エメラルド、サファイヤなど「素材や種類が分からなくてもその場で査定します」と話すのは業界歴15年以上の上野店長。ジュエリーのデザインやブランド価値も加味して値付けしてくれるので、使わなくなった指輪やネックレスなどのジュエリーを今のうちに現金化してみてもいい。

豊富な買取品目

金・プラチナ・ダイヤ・ワイン・シャンパン・ウイスキー・焼酎・日本酒・ブランデー・日本切手・中国切手・貨幣セット等・テレホンカード・商品券・株主優待券・銀壺・ブランド品(バック・時計)・勲章・軍用品・刀剣・鎧兜・小銭・外国貨幣・紙幣・大判小判・携帯電話・スマートフォン・カメラ(デジタル・一眼)・鉄道模型・楽器・絵画・骨董・取入印紙ほか
※その他お問い合わせください

ブランド横須賀 横須賀中央店
☎046-827-2937 10時～17時 ※定休日なし
神奈川県公安委員会許可 第452570007738号 横須法162
神奈川県知事(2)第29518号

横須賀よみうり読者限定
ジュエリー・貴金属・ブランド品
1万円以上の買取りで査定額
1,000円UP
横須賀中央店のみ使用可
2024年10月末日まで有効

～秋バラ咲き始めます～

ゆったり過ごせる特別席ができました 終日ペット同伴OK!
※別途席料あり

米沢牛100%ハンバーグ 野菜添え おろしポン酢

「はるみ」がかわり自由! 1,980円+税
米沢観光大使の店主が市場より直接仕入れ!

15時よりガーデンやテラス席(席料無し)ではペット同伴可。大型犬や複数頭、ペットカーともOK。一緒にお食事を楽しめます。

農家レストラン & ローズガーデン 栗の里

☎046(245)1341 厚木市山際554-1 P50台
ランチ 11時～17時 デイナー 17時～21時(L.O.20:15)

栗の里のHPIはこちら

Topics 寄席の大実力派 ついに衣笠に来る!
第17回 衣笠チャリティー寄席

「衣笠チャリティー寄席」が横須賀市はまゆう会館で5年ぶりに開催される。主催は衣笠商店街。今回は一度聴いたら病みつきに、いぶし銀の噺家・瀧川鯉昇さんが登場。ほかに鯉昇一門のエースで真打昇進が来春に決定している衣笠出身の噺家・滝川鯉丸さん、史上初の女性紙切り・林家花さんが出演、会場を盛り上げる。

チケットは衣笠商店街サービスセンター（JR衣笠駅前交番となり）にて販売。衣笠商店街のポイントでの交換も可能（2500ポイントでチケット1枚）。またチケット購入者には同商店街内のドトールコーヒーなど指定の4店舗にて、嬉しい特典も（寄席の当日限り有効）。

ぜひ衣笠で楽しいひとときを過ごそう。



(上) 瀧川鯉昇、(左下) 滝川鯉丸、(右下) 林家花

日時/10月17日(木) 14時開演(16時終演予定) 場所/横須賀市はまゆう会館 ホール
料金/全席自由2,500円(チケット制)※一部を能登半島地震の義援金として寄付 問合せ/☎046(851)2310 衣笠商店街

Topics メルキュール横須賀で秋の収穫祭
ハロウィン絶品ランチbuffet

メルキュール横須賀にて10月限定の「秋の大収穫祭ハロウィン・パーティ2024」が開催される。注目の選べるメインには、じっくり煮込んだひき肉とクリーミーな里芋とチーズを重ねて焼いたフランス伝統の「アッシュ・パルマンティエ」または、絶妙な火入れで中をレアに仕上げ食材の味を引き出した魚料理「サーモンのミキュイ」が提供される。シェフ考案のオードブルでは、三浦半島産の秋野菜を使用したサラダやポタージュが味わえる。かぼちゃを使用したケーキやドーナツタワーといったスイーツも充実。たのしい仕掛けとカラフルな色合いが魅力のカクテルも楽しんでみて。19階からの眺めとともに絶品ランチbuffetを味わってみよう。



場所/横須賀市本町3-27 メルキュール横須賀19F
「ビストロ・ブルゴーニュ」
期間/～10月31日(木)
時間/11時30分～14時30分(L.O.14時)
料金/大人3,300円
小学生1,800円
5歳以下無料
ご予約・問合せ/☎046(821)1594

Topics 三崎で芋煮と音楽が融合した野外イベント
芋煮ロックフェスティバル2024

山形県では秋になると、子どもからお年寄りまで河原に集まり芋煮の鍋を楽しむ「芋煮会」なる素敵な風習がある。その芋煮を味わいながらご機嫌な音楽を聴こうというのがこのイベント。出演は曾我部恵一、DJやついいちろう、かもめ児童合唱団、笹口騒音ハーモニカほか。入場無料だが、有志の自己資金で運営しているため、支援金の要望あり。

三浦三崎港の青空の下、秋の風に身をゆだねながら、芋煮と音楽の至福の時間を過ごそう。



日時/10月26日(土)11時～20時
場所/三浦市三崎港うらり交流広場特設会場
※芋煮サポート寄付金制(支援金2,000円からの協力、限定芋煮サポーターズステッカー進呈)
※雨天決行

問合せはこちら

vol.15 健康長寿

心も体も楽しく元気に♪

● ゴールデンタイム

ゴールデンタイムと聞くと睡眠の話かな?と思う人が多いと思います。今回は運動のゴールデンタイムについてです。運動直後から2時間以内にアミノ酸や高タンパク質の食品を摂取することで筋肉の合成を最大化できると報告されています。この時間がゴールデンタイムです!



減量目的であれば、朝の時間帯!朝の運動は代謝を一日中活発に保ち脂肪燃焼を促進します。筋力アップなら午後

の時間帯!体温も上がって筋力とパフォーマンスが向上しやすいです。

そして運動後はゴールデンタイムに突入です。筋肉の合成を最大化させて、体力アップで健康長寿!



プロテインでしっかり補給

厚生労働大臣認定健康増進施設
健康のために!
楽しく運動するトレーニングジム!
シニアジムP+ 管理者 中村修
横須賀市日の出町1-7 ☎046(845)6103



vol.221

TOP in SHONAN 公益社団法人 藤沢市医師会 会長 石原 宏尚さん

地域住民の健康を支える想い

昭和22年に設立され77年の歴史をもつ藤沢市医師会。令和6年8月末現在、会員数659名、会員医療機関341施設を有する公益社団法人だ。地域住民の健康のために日夜、奔走する藤沢市医師会長の石原宏尚氏に、おもな活動内容、湘南地域の方々へのメッセージ等を伺った。

「藤沢市医師会は藤沢市と協働して医療、介護及び教育の分野で市民の皆さまを支える活動を行っています。おもな事業として、休日夜間急病診療所の運営があります。藤沢市医師会館と藤沢市保健医療センター内に開設し、当医師会の会員が当番制でドクターを務めています」と石原宏尚医師会長。医師会会員は開業医の先生が多いそうだが、この当番医は自分のクリニックとは別に時間を割いて任務に当たる。「会員のドクターは時に自分のクリニックを休診にして当番医を務めたり、『地域医療に貢献する』という使命感で活動しています」。

コロナ禍では、藤沢市からの委託事業という形で、コロナワクチン集団接種、県内初のドライブスルー形式のPCRセンターの設置と当医師会が先頭に立っていた。「ワクチン接種に関しては、感染防御の具体的な措置法ですとか、アナフィラキシーショックが万一起きたときの対応等のマニュアルを作成し、医師や看護師、スタッフに至るまで手配しました」。

また、藤沢市、茅ヶ崎市、寒川町の慢性的



な看護師不足を解決するべく、平成25年に湘南看護専門学校を藤沢市医師会立として開校し、育てたナースがこの地域に根ざす仕組みを考えている。「看護師という職業は人間の命と健康に携わる素晴らしい職業ですが、厳しい現実と直面し一定数の新人ナースが職を辞めてしまいます。これらの問題を全国的にも珍しい卒業3年にわたる新人ナース研修を企画し運営しています」。厳しい現実とさらされた新人ナースが仲間たちと手を取り合って壁を乗り越え、3年間の研修プログラムを終了すると、「湘南ナース」の称号とバッジが授与されるのだ。ほかにも、10月に開催される復職支援研修などを企画。「今回のコロナ禍ですとか災害時を考えたときに、地域住民に寄り添うためには、地域に根付いた地域看護師という概念が大切なんです」と湘南の未来を見つめる石原会長だ。

湘南よみうりWEBではさらに詳しい記事が見られます。

湘南よみうり

軽量・コンパクト!!
折りたたみキャリーカート

折りたためる
ワンタッチで簡単に折りたたむため小型車のトランクにも入ります。



よくわかる動画はこちら

メッシュバスケットと保冷バッグ付き



安心設計

前輪は2重タイヤで安定します。360度回転するから小回りラクラク!後輪は2カ所のストッパー付き。タイヤが太くて溝蓋にはまりにくい。音も静か。



小物入付き

折りたためて軽量!
おでかけマイカート

メッシュバッグ + 保冷バッグ 付

19,800円(税込) 送料 無料

【サイズ】(約)本体幅52×奥行67×全高95cm
(折りたたみ時)幅52×奥行85×全高25cm
(バッグ)幅30×奥行42×高さ27cm
【重さ】(約)5.9kg ※メッシュバスケットと保冷バッグ含む総重量【材質】本体(フレーム):炭素鋼/ハンドルカバー:EVA樹脂/バスケット:ポリウレタン/保冷バッグ:ポリエチレン(外部)、綿箔(内部)/キャスター:EVA樹脂【最大荷重】上段(約)10kg、下段(約)5kg

お申し込みはお電話で

☎050-1869-6251
受付時間 平日9:00～18:00(土・日・祝 定休)

【お届け】ご注文の確認後、ご用意出来次第、約7営業日で発送いたします。【お支払い】商品到着後9日以内にコンビニまたは郵便振込・代引・クレジットカード払いもできます。※代引をご利用の際は別途手数料330円(税込)が必要です。【返品・交換】未開封に限り8日以内に。返送料はお客様負担となります。※お預かりした個人情報は、お客様への商品のご案内、その他サービスを提供するためにのみ使用させていただきます。

こころカラダの健康づくり
京都府宇治市宇治番67
ヤマサン YAMASAN

歩けなくなる 要介護にもつながる

ひざ関節の違和感にはコシでした！

近い将来、杖がないと歩けなくなり、やがて要介護に…。ある60代の女性は、ひざ関節の違和感が悪化の一途をたどる中、自身の末路を想像し「明日は我が身」と案じていた。ところが、ひざがほとんど言うことを聞かなくなりつつあった頃、予期せぬ幸運に恵まれる。

「歩 ぎ方が悪いと、目立ちますね。去年、実家の近くで買い物中『足、引きずっているよ』って、従妹が声をかけてきて…」と、福島県にお住まいの木内佳子さん(66歳)は語り始めた。当時、右ひざがひどい状態だったという。「家の二階まで上がるのが怖くて、階段に手をついてました。拭き掃除してても、ひざがつらくなって高い」

「所手が届かないの」もはや家事を満足にこなせなかった。ひざの違和感があつたみたいで、先生も手上げ。私は近いうちに介護される身になる気がして、絶望してました」

「私も良かったから」と従妹に勧められたサプリメントを飲み始める。順調な経過をたどる。4ヵ月で、もう全然違つて！ひざを曲げて伸ばしても何ともないので、気になって部屋を掃除するつもりで掃除機をかけた。階段の上り下りもトントントンと楽で…」

「苦しいひざ関節の違和感から解放された。ただ正直なところ、木内さんが良くなったと自体に特段驚きはなかった。なぜなら『非変性II型コラーゲン』を配合するサプリメントと出会っていたからだ。」

「そう先日、身内の集まりがあつて、その従妹は私の姿を見るや『普通にスタスタ歩いてるじゃん』って、驚いてましたね。でも、どこか、してやったりの表情でした」

「つまり、木内さんがスムーズな歩行を取り戻したのも至極当然の結果なのだ。ひざが手遅れになる前に、あなたも非変性II型コラーゲンを試してみれば？」



一生、不自由なく歩きたいなら

「先生は、軟骨がすり減った部分を指しながら『これは一生、元に戻らない』とおっしゃいました」

「長年、農家を頑張ってきた、多分ひざを使い過ぎてたんです。右ひざをかばってたら左ひざも悪くなった上に、かかとまで違和感がすごいの。検査したら関節が変形してると分かって、すぐにヒアルロン酸をお願ひしたんですけど…」

「主人が田んぼから帰ってきて開口一番、サプリメントを教えてください。『三田さん』」

「上原さんには不自由な生活を余儀なくされていく。ベッドから起き上がる時も、手すりにつかまらないとダメでした。居間で立ち上がるのに苦勞してたら、たまたま遊びにきてた孫が腰を支えてくれて…。この先、生きてても迷惑はかかかるといふじゃないかと」

「ほんと、嘘みたいに良くなった。飲み始めて何ヵ月も経ってないのに、ひざを深く曲げられる！掃除中、いつの間にかダイニングの棚の下」

「三田さん」

一生、元に戻らないと言われたひざが…！

「先生は、軟骨がすり減った部分を指しながら『これは一生、元に戻らない』とおっしゃいました」

「上原さんには不自由な生活を余儀なくされていく。ベッドから起き上がる時も、手すりにつかまらないとダメでした。居間で立ち上がるのに苦勞してたら、たまたま遊びにきてた孫が腰を支えてくれて…。この先、生きてても迷惑はかかかるといふじゃないかと」

広告



橋本 上原静江さん(75歳)

「先生は、軟骨がすり減った部分を指しながら『これは一生、元に戻らない』とおっしゃいました」

「長年、農家を頑張ってきた、多分ひざを使い過ぎてたんです。右ひざをかばってたら左ひざも悪くなった上に、かかとまで違和感がすごいの。検査したら関節が変形してると分かって、すぐにヒアルロン酸をお願ひしたんですけど…」

「主人が田んぼから帰ってきて開口一番、サプリメントを教えてください。『三田さん』」

「上原さんには不自由な生活を余儀なくされていく。ベッドから起き上がる時も、手すりにつかまらないとダメでした。居間で立ち上がるのに苦勞してたら、たまたま遊びにきてた孫が腰を支えてくれて…。この先、生きてても迷惑はかかかるといふじゃないかと」

「ほんと、嘘みたいに良くなった。飲み始めて何ヵ月も経ってないのに、ひざを深く曲げられる！掃除中、いつの間にかダイニングの棚の下」

「三田さん」

「上原さんには不自由な生活を余儀なくされていく。ベッドから起き上がる時も、手すりにつかまらないとダメでした。居間で立ち上がるのに苦勞してたら、たまたま遊びにきてた孫が腰を支えてくれて…。この先、生きてても迷惑はかかかるといふじゃないかと」

“後遺症”を乗り越えられた

60代半ばで突然、両ひざもおかしくなり、つらいのを我慢しながら足を引かず歩いていました。先生曰く、過去にひざを酷使した後遺症とのことでした。



東京 田口貞雄さん(73歳)

「実は、私は中学2年で陸上の長距離を始め、高校、実業団と25歳くらいまで走り続けたんです。だからきつと、ひざに相当な負担をかけていたのでしょう。『駿楽』は健康食品なので、からだに害がないと思つたんです。私の場合は変化があらわれるまでに半年かかりましたが、ひざの違和感が消え、難なく歩けるようになりました。まさしく広告に書いてあった通りでした。今では長い距離を散歩しても、ひざはピクともしません。すっかり元通りの生活です。」

「でも何よりうれしいのは、妻も『駿楽』を気に入って飲んでくれていることです。妻には、ひざでつらい思いを経験して欲しくないですから。」

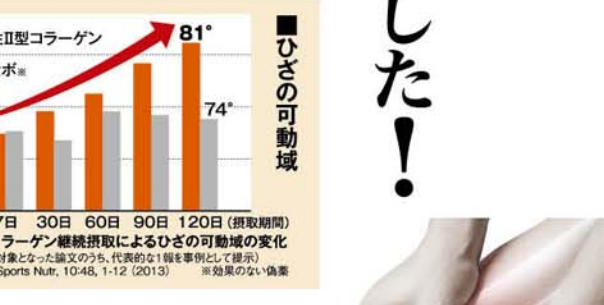
医学博士が認めた！

関節に作用する驚異のメカニズム

科学雑誌の権威『サイエンス』に論文掲載！

米国で5件の特許を取得！

ひざ関節の曲げ伸ばしが自由自在！



「ひざの可動域」

「その先日、身内の集まりがあつて、その従妹は私の姿を見るや『普通にスタスタ歩いてるじゃん』って、驚いてましたね。でも、どこか、してやったりの表情でした」

「つまり、木内さんがスムーズな歩行を取り戻したのも至極当然の結果なのだ。ひざが手遅れになる前に、あなたも非変性II型コラーゲンを試してみれば？」

非変性II型コラーゲンをたった1粒*で摂れる!

※1日あたりの飲用目安

累計180万箱突破

駿楽 しゅんらく

【機能性表示食品(届出番号:A249)】

【機能性関与成分】
非変性II型コラーゲン

【内容量】
6.89g(1粒229.5mg×30粒)

【1日摂取目安量】
1粒/非変性II型コラーゲン10mg

【届出表示】本品には非変性II型コラーゲンが含まれています。非変性II型コラーゲンには関節の柔軟性、可動性をサポートすることが報告されています。

9割以上の方に選ばれている

お得な定期コース **3大特典**

◆初めてのご注文からおトクな定期コースなら◆

特典1 **商品代金10%引き**

特典2 **宅急便でもメール便でも送料0円**

特典3 **いつでも休止・変更ができる**

※初回のみでの休止も可。詳しくはお問い合わせください

通常価格 1箱 8,640円(税込)

最大1,364円もおトク!

7,776円送料0円

コラーゲン本来の構造が保たれている「非変性」だから効率良く吸収される

骨の健康維持に役立つカルシウムやマグネシウムを結合させたミネラル複合体も配合

▼ご相談だけでも承ります! お気軽にお電話ください!

通話料 無料 **0120-13-8869**

【受付時間】午前8時～午後7時(日曜・祝日・年末年始を除く)

〒351-0022 埼玉県朝霞市東井財3-4-2 (株)元氣堂本舗「湘南・横浜須賀ふりうり」係

スツと立てる! スムーズに歩ける!

「あれ!? 杖を突いてたはずじゃ…」

不自由だった同級生が別人に!

「二万歩歩いてても、ひざが全然つらくないの!」

動けなくなる恐怖を乗り越えた母

満足に歩けなかった私が、まさか富士山に登る日が来るなんて!」

「ひざの音がピタリと止んで…」

70歳 和歌山県 中井和子さん

78歳 東京都 山田トキ子さん

関節軟骨の

グルコサミン、コンドロイチン、ヒアルロン酸の4倍!!

約80%を占める主成分

関節軟骨の構成成分

グルコサミン 約20%

コンドロイチン 約20%

ヒアルロン酸 約80%

非変性II型コラーゲン

約80%

※水分除く

※出典:FOOD Style 21 Vol.15(10):48-51(2011)

あのハーバード大学が研究

つらいひざ関節に

1日たった1粒。

お喜びの声 殺到中!!

違和感を素早く解消!

「あれ!? 杖を突いてたはずじゃ…」

不自由だった同級生が別人に!

「二万歩歩いてても、ひざが全然つらくないの!」

動けなくなる恐怖を乗り越えた母

満足に歩けなかった私が、まさか富士山に登る日が来るなんて!」

「ひざの音がピタリと止んで…」

70歳 和歌山県 中井和子さん

78歳 東京都 山田トキ子さん

※服用目安

Yokosuka Information

家族や友人と出かけよう!! 横須賀・三浦のイベント情報をお届け

三浦海岸 自然観察

10月1日(火)・6日(日)



三浦半島・黒崎の鼻周辺を歩き、海岸近くの環境と生物の観察をする。歩程約4km(多少岩場あり)。三崎口駅 集合9時30分・解散14時30分ごろ。申込不要。

持ち物/弁当、飲み物、雨具、数珠、タオル、あればルーペ・双眼鏡など
料 金/500円(保険料と資料代)と400円(バス代)
※午前6時のNTT(045-177)で神奈川県東部の降水確率が40%以上の時は中止
問合せ/☎090(8810)6805 羽鳥(グリーンタフ友の会)

第12回 艦船模型合同展示会

10月5日(土)・6日(日)



空母「タイコンデロガ」

全国各地の艦船模型製作の愛好家が、自慢の作品を持ち寄り披露する国内最大級の展示会。約500点を展示する。ぜひ足を運んでみよう。

時 間/5日:11時~17時 6日:10時~16時
場 所/横須賀市文化会館 展示室および中ホール
料 金/入場無料
問合せ/☎090(2440)2067 おおなみ会

第32回 横須賀矯正展

10月19日(土)



刑務所作業製品で好評の洗濯石けん「ブルスティック」などの販売や、施設見学、ちびっこ刑務官、ステージ(吹奏楽演奏ほか)、軽食販売など。

時 間/9時30分~15時
場 所/横須賀刑務支所敷地内
料 金/入場無料
問合せ/☎046(842)4977 同支所

北久里浜秋まつり&ハロウィン

10月19日(土)



横須賀で最大規模のフリマや模擬店、ステージなど楽しいイベント満載。会場は根岸交通公園、根岸第3公園。ハロウィン仮装コンテストも開催。

時 間/10時~16時 ※雨天中止
※仮装コンテスト出場者募集(小学生以下)
根岸交通公園14時集合。先着250名にお菓子などあり
問合せ/☎046(833)1360 北久里浜秋まつり実行委員会

よこすか産業フェス2024

10月19日(土)



吉本芸人・イシバシハザマのお笑いライブや RUEEDのアカースティックライブ、地元キッチンカーや物産展など、横須賀らしいごちゃまぜイベント。

時 間/10時~16時 ※雨天決行・荒天屋外ブース一部中止
場 所/横須賀商工会議所 特設会場
料 金/入場無料
問合せ/☎046(823)0400 同所総務渉外課

ナイトミュージアム

10月26日(土)



夜間ならではの演出とともに夜の博物館を学芸員が案内する。WEBによる事前申込制。申込締切は10月11日(金)。詳細は同館HP参照。

時 間/18時30分~20時30分
場 所/横須賀市自然・人文博物館
料 金/参加費200円(定員120人)
問合せ/☎046(824)3688 同館

PARKOUR TOP OF JAPAN YOKOSUKA 2024

10月26日(土)



フランス発祥のアーバンスポーツ、パルクール。今年は3種目を世界初同時開催。人間技とは思えないアクロパティックな動きをぜひ生で見よう!

時 間/10時30分~16時30分 ※予備日27日(日)
場 所/三笠公園 記念艦「三笠」前広場
料 金/観覧無料
問合せ/☎090(3310)4228 東京都体操協会パルクール委員会

第45回 よこすかみこしパレード

10月27日(日)



威勢のいい掛け声やお囃子とともに約50基のみこし・山車が集結する横須賀ならではの祭り。参加団体それぞれ特色のあるみこし・山車が楽しめる。

時 間/10時45分~14時30分(予定)
場 所/横須賀中央大通り、東京九州フェリー横須賀ターミナル駐車場内
料 金/観覧無料
問合せ/☎046(822)8301 横須賀市観光案内所

LIDRE
☎046(823)0143
〔1F店頭および周辺〕
ヨコスカ ハロウィンフェスティバル in ダウンタウンストリート
20(日) 11時~16時 ※雨天中止
リドレ街角ライブ、よこすか街市、ミニ縁日、キッチンカー、ワークショップ、フリーマーケット...「楽しい」が見つかるハロウィン街歩き♪

リドレ 横須賀

MORE'S CITY
☎046(825)1471
『27th Anniversary』
1日(火)全館ポイント10倍 & 25日(金)全館ポイント5倍実施!
10月1日(火)、おかげさまで横須賀モアーズシティは創業27周年を迎えました。お客様へ感謝の気持ちを込めて、1日(火)全館ポイント10倍 & 25日(金)全館ポイント5倍を実施致します。その他、10月各週末のイベント情報等は特設HPにてご案内しております。ぜひ横須賀モアーズシティでのお買い物をお楽しみください!

詳細はこちら

Wing KURIHAMA
Halloween Festa
15日(火)~31日(木)
●お菓子プレゼント
26日(土)・27日(日) 10時~16時
小学生以下のお子様を対象に、魔女の帽子をかぶった館内スタッフに「トリックオアトリート」と声をかけるとお菓子をプレゼント。
※お菓子がなくなり次第終了

スタンプラリーやお菓子つかみ取りなど実施予定!
※その他イベント情報について、詳しくはウィング久里浜HPをご確認ください。
※内容は変更になる可能性がございます。

うらり マルシェ (横三浦海業公社)
☎046(881)6721
海業フェスタ@みうら・みさき海の駅
13日(日) 10時~15時 会場:みうら・みさき海の駅「うらり」
●船上釣り体験 事前申込
9時~10時30分、11時~12時30分
定員:各回25名(先着順) ※参加には別途料金がかかります
●稚貝放流体験 事前申込
13時~14時 定員:30名(先着順) ※参加無料
●にじろりさかな号・サンセットクルーズ 当日申込
16時45分~17時15分
定員:60名(先着順) ※乗船には別途料金がかかります
●Supported by FMヨコハマ 特別企画
総合司会:栗原治久
・「まんてんサンデーズ」公開生放送
10時~11時33分 DJ:NOLOV、ゲスト:安藤なつ
・海業フェスタ@みうら・みさき海の駅公開収録
13時~15時
トークゲスト:吉田英男三浦市長、
じゅんいちダビッドソン
LIVEゲスト:ChiyoTia
その他にも楽しいイベント盛りだくさん!

1870年創業

吉野本葛で練り上げた、上質な奈良名物 **天極堂**

500箱限定 吉野本葛の **葛もち**

6個入 1,620円(税込) 送料込 特別価格

黒蜜・きなこ付き

1300年以上前から行者の修行食として知られていた葛は、今も「葛根湯」の主原料として用いられます。中でも葛の聖地・奈良でつくられる吉野本葛は「白いダイヤモンド」とも呼ばれ、滋養食として重宝されてきました。天極堂では自社製造の葛を使用し、葛もちを作っております。

お申込みはお電話で初めてご利用の方限定 ☎050-1869-6238

受付時間 9:00~17:00 (土・日・祝休み)

●賞味期限 / 常温保存 3ヶ月 ●天極堂通販を始めてご利用のお客様限定のキャンペーンです。 ●送料込特別価格は北海道・沖縄・離島を除く。 ●お届けはご注文をいただいてから3~5日。 ●お支払方法は代金引換(手数料330円/税込。3箱以上購入で手数料無料。)のみとなります。 ●万一不良の場合返品・交換は商品到着後10日以内に必ずご一報の上で返送ください。商品の性質上お客様のご都合による返品はご遠慮願います。 ●お預かりした個人情報は、商品の返送以外に商品等の案内のために使用させていただきます。

(株)井上天極堂
〒634-0833 奈良県橿原市忌部町321

アラフオー編集者

「ビューティー探偵吉田」が見つけた不思議なソープを体験!



(情報誌 LaVita で紹介されました)

うちの編集部にも、ちよつと変わったスタッフがいます。美容・健康に関してだけは鼻が利き「どこで見つけたのそれ!」という隠れた名品コスメ、珍しい美容・健康情報を次から次に見つけてくる。彼女の名は吉田。キャリア20年のアラフォー編集者。ついたあだ名は「ビューティー探偵」。そんな彼女の様子が最近おかし。また、何か見つけたのか…

変化1
肌がツヤツヤ。透明感がみなぎっている。
美白コスメでも見つけたか?

変化2
スタイルが良くなった。
エステのボディケアか?

変化3
「疲れた。だるい。結婚したい」という口癖がなくなった。
「ん?実は恋人ができたとか?」

締切直前の忙しい時にもモリモリ仕事を捌くようになった吉田。それはありがたいので置いておくとして、肌がツヤツヤなのは納得いかない。「ねえ吉田、最近化粧品変えたでしょ?」「いや、変えてないですよ!」ランチもそこそこの外出しようとする。しらを切るつもりか吉田。30分後、足取りも軽やかに帰ってきた吉田。明らかに表情が明るい。

「ねえ吉田、どこ行ってきたの?」

「いや、ちよつとそこまで」

「こらやって頑なに言わないのは「ビューティー探偵」の能力を発揮して何か見つけたからに違いない。某老舗ケーキ屋さんのシュークリームをチラつかせ白状させる。彼女はこれに目がない。

「じ、じつは洗う健康法を体験して!」

「自分用を買ってきたレアチーズケーキもとられたが、編集部の近くで不思議な泡体験ができる期間限定のイベントが行われていることを聞き出した。そんな面白そうないイベントが行われているとは知らなかった。さすが、「ビューティー探偵」の異名は伊達じゃないな吉田。しかも、体験できるのは今日が最後らしい。これは早速試してみなくては。」

「泡体験」は足がオススめらしい。足が細くなるのだという。まずは簡単な問診票に記入し、ハーフパンツに着替える。

「それでは、ミネラルイオンたっぷり泡で足を洗うトリートメントをしていきますね」と、さっそく始めようとするスタッフさん。

「ちよつと待ってください。足が細くなるって聞いたんですが、どれだけ細くなるか測ってほしいです」

「はい、変えてないですよ!」

「ランチもそこそこの外出しようとする。しらを切るつもりか吉田。」

「30分後、足取りも軽やかに帰ってきた吉田。明らかに表情が明るい。」

「では、はじめますね」とスタッフさんがクリーム状の石けんをほんの小さな粒くらい取り出した。泡立てネットに泡をつくるのだが、みるみるうちにモコモコの泡が大量にできる。

「足のトリートメントなので多めに取りましたが、お顔に使うときはお米一粒くらいの量でいいですよ。」

まずは右足。キメの細かいクリーミーな泡をたっぷり足に乗せた。思いきや、泡がシュワッと瞬で消えてしまった。

「ミネラルイオンが不足していると、皮膚がミネラルイオンを取り込んでしまうので泡が消えるんです。ミネラルイオンが足りていないと生体電気の流れが悪くなって、むくんだり冷え性になりやすかったりしますが、そういった症状はないですか?」

「足はむくむ。靴下の型がしっかつかいっくら。冷えもある。オフィスでは夏でも膝掛けをしている。…ミネラルイオンが不足していたのだろうか。再度、泡を乗せてもらう。今度は消える量が格段に少ない。一度目でミネラルイオンが補われたからだろう。あらためてトリートメント開始。」

「泡をなじませながら老廃物を流すように洗っていただきますね。ミネラルイオンを与えながらトリートメントすると筋肉の緊張がほぐれて、老廃物が流れやすくなります。血行も良くなるので、むくみがスッキリして冷えの解消にもいいですよ」

泡の肌触りもスタッフさんの指さばきも心地良い。指先からふくらはぎまで一通り洗ったところで、泡を落とす。『え!?これがわたしの足!?』いやはや驚いた!足が白いうえに、ツヤツヤしてキメまで整っている!

「白く見えるでしょ。驚きました?老廃物を流して血行がよくなったことで、本来の肌色を取り戻したんですよ。肌を白くする成分が入っているわけではないんです。それより一度立ち上がって、洗ってない方の足と比べてみてください」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

「それではと、立ち上がろうとしてまた驚いた!右足が軽いのか!左足が重くなるものなのか!足取りも軽くなるのか!吉田を思い出した。そうか、こういうことだったのか吉田。次は左足を洗いますね。右足でミネラルイオンを補充しているので、今度は泡が消えないはずですよ」

読者限定企画 『湘南・横須賀よみうりを見た』とお伝えください。

ミネラル泡石けん(ミネラルイオンスキンヴェール)を試したい方

特典1 実感のお試しセット
5g×2個 **700円** 送料無料で初回限定

特典2 泡立てネットプレゼント

特典3 ハリ・潤いクリームプレゼント
ハリ・潤いを与え、透明感のある肌へ導くスキンケアクリームサンプルプレゼント

お電話でのご注文 (通話料無料) 受付番号 SS-706

0120-776-377 月～金 9時～19時 土日祝 9時～18時

FAX・はがきの場合 Fax 0120-802-126

①名前(フリガナ)②郵便番号③住所④電話番号⑤商品名⑥受付番号「SS-706」をご記入ください。【宛先】〒812-8790 博多支店郵便私書箱第186号「パールラボトリー」行

●商品のお届けには1週間前後のお時間を頂いております。●お支払いはカード又は代金後払い(郵便局又はコンビニ払い)です。●返品は未開封に限り、商品到着後8日以内にお電話にてご連絡ください。(送料・振込手数料はお客様負担)※取得した個人情報は商品の発送、弊社からのご案内等以外には使用いたしません。



株式会社パールラボトリー 東京都中央区銀座6-13-4

ミネラル泡石けん ミネラルイオンスキンヴェールとは?



皮フを形成する細胞「ケラチノサイト」は、肌内部のミネラルイオンの濃度差から生じる電気の流れを利用して、さまざまな機能を維持しています。ミネラルイオンスキンヴェールは、ミネラルたっぷりの泡で肌を整えてくれる、言わばお肌のミネラル飲料。



メーカースタッフさん、「ミネラルイオンスキンヴェール」で驚愕の…!!
わずか2カ月の使用で…「顔もなんですが、足もむくみが取れて細くなりました。実は体重はそれ程変わっていませんが「痩せた?」と言われることが多くなって本当に嬉しいです!」との事。嘘みたいな本当の話です。

よみうりプレイガイド

Tel.050-3387-1517 月・水・金 (祝日を除く)10時~15時
※10月1日(火)は営業



※電話がつながりにくい場合がございます
ホームページからのお申込みをご利用ください

<https://shop-shoyomi.com>

オンラインショップのみで取り扱っているチケットもございますぜひご覧ください!

音楽 由紀さおり 55thコンサート ~新しいわたし~

11月9日(土)
16:00開演
横浜・関内ホール
大ホール
全席指定7,000円
1969年、由紀さおりで「夜明けのスカット」がミリオンセラーとなり、「NHK紅白歌合戦」へ出場を果たす。80年代以降は、姉との童謡コンサートへも注力。また、女優として映画やドラマ等にも出演。そしてバラエティ、司会、ナレーションなど、幅広く活躍している。
※未就学児の入場はご遠慮ください



音楽 ホームメイドコンサート イルカ&尾崎亜美

11月9日(土)
17:00開演
神奈川県民ホール
全席指定7,700円
フォーク、ニューミュージック、シンの第一線で活躍してきたイルカと尾崎亜美、夢の共演が実現!やさしく、時にハスキーな無二の歌声の持ち主である二人が、心ときめくコンサートをお贈りします。二人のヒット曲はもちろん、ジョイント・コーナーも!日本のミュージックシーンに欠かせない二人ならではの楽しいトークも交えてお届けするステージをどうぞお楽しみに。
※未就学児の入場はご遠慮ください



音楽 高中正義 TAKANAKA SUPER LIVE 2024 「黒船 来航50周年」

11月15日(金)
18:30開演
鎌倉芸術館
大ホール
全席指定9,900円
※お1人様4枚まで購入可
日本を代表するギタリスト高中正義の全国ツアーが今年も開催決定!トピカルな高中サウンドを存分に楽しみたい!
※未就学児入場不可



プロレス 新日本プロレス WORLD TAG LEAGUE 2024

11月23日(土・祝)
18:00開演
藤沢市秩父宮
記念体育館
S席13,000円
アリーナ席11,000円
2階指定A席8,000円
2階指定B席6,000円
キング・オブ・スポーツを掲げるメジャー老舗団体の新日本プロレス。



社会風刺コント集団 ザ・ニューズペーパー LIVE 2024

12月7日(土)
①14:00開演
②17:30開演
鎌倉芸術館
小ホール
各回全席指定4,800円
タイムリーな社会問題を「笑い」と「批判」に変える!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



音楽 加藤登紀子 ほろ酔いコンサート 2024 vol.44

12月12日(木)
15:30開演
横浜・関内ホール
大ホール
全席指定7,700円
60年目を迎えた今年の「ほろ酔いコンサート」キックオフはこれまでのありったけの歌を思い出しながら楽しんでみたいと思っています。大いに盛り上がりましょう! 登紀子
※未就学児の入場はご遠慮ください



音楽 沖仁 フラメンコギターコンサート with小沼ようすけ&U-zhaan

12月15日(日)
16:00開演
鎌倉芸術館
小ホール
全席指定6,000円
フラメンコギター、ジャズギター、タブラ(パーカッション)という編成による深い情熱のアンプルをお楽しみください。
※未就学児の入場はご遠慮ください



音楽 ハリウッド・フェスティバル・オーケストラ ニューイヤーコンサート

2025年1月4日(土)
14:00開演
横浜みなとみらいホール
大ホール
S席8,800円
本場アメリカから圧巻のハリウッド・サウンド。銀幕を彩る名曲の感動をオーケストラとともに「みずいろの雨」などの大ヒット曲を生み出してきたシンガーソングライター八神純子がゲスト出演決定!
※未就学児の入場はご遠慮ください
※曲目は変更になる場合がございます。予めご了承ください。



音楽 AKIRA FUSE 60th ANNIVERSARY LIVE TOUR2024-2025 Voyage(旅路)

2025年1月12日(日)
16:30開演
神奈川県民ホール
大ホール
全席指定8,000円
デビュー60周年を迎え、ますます表現力豊かな歌声で圧倒的な歌唱力を誇る布流明、シクラメンのかほり、霧の摩周湖、マイウェイなどのヒット曲から、カンツォー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



落語 三遊亭白鳥独演会 白鳥ジャパン Vol.20 in横浜 「落語の仮面」第9話

2025年1月19日(日)
13:00開演
横浜にぎわい座・芸能ホール
全席指定3,800円
電話受付:10月7日(月)10:00~
発売日:10月5日(土)10:00~
web受付のみ開始
新作落語の第一人者、三遊亭白鳥の名作「落語の仮面」もいよいよ終盤の第9話。どこから聴いても面白い!白鳥落語をお楽しみください!
※未就学児入場不可



音楽 島津亜矢 歌怪獣襲来ツアー2025

2025年1月24日(金)
14:00開演
神奈川県民ホール 大ホール
S席8,000円
A席5,000円
発売日:10月4日(金)10:00~
幼少の頃より数々のグラプリを手にした演歌の申し子。ステージでは演歌のみならず洋楽・Jポップと抜群の歌唱センスを披露します!
※未就学児の入場はご遠慮ください



芸能生活45周年 ものまねエンターテイメント コロケコンサート2025

2025年2月11日(火・祝)
①14:00開演
②17:30開演
神奈川県民ホール
全席指定6,000円
※5歳以上有料、4歳以下降上無料
公演当日、笑いにすぎによる、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ーん!でも、見終わった後は、幸せ一杯になっているでしょう。



落語 三遊亭小遊三・春風亭小朝 特選二人会

2025年2月16日(日)
14:00開演
相模女子大学
グリーンホール
全席指定4,000円
国民的人気番組で長年レギュラーを務めるお馴染みの小遊三師匠と、常に落語界をリードする小朝師匠の二人会。絶妙な話芸をお楽しみください。
※未就学児の入場はご遠慮ください



演劇・舞台 綾小路きみまろ 爆笑スーパーライブ2025

2025年2月27日(木)
14:00開演
鎌倉芸術館 大ホール
全席指定5,000円
電話受付:10月7日(月)10:00~
発売日:10月5日(土)10:00~
web受付のみ開始
中高年のアイドル 綾小路きみまろ『あれから40年』の名フレーズ毒舌漫談で会場の皆様を笑いの渦に巻き込みます!パワフルなステージをお見逃しなく☆
※18歳未満の入場はご遠慮ください



音楽 森山良子コンサートツアー ~My Story~ 2025

2025年3月12日(水)
16:00開演
神奈川県民ホール
全席指定7,700円
※お1人様4枚まで購入可
電話受付:10月21日(月)10:00~
発売日:10月19日(土)10:00~
web受付のみ開始
2025年3月末で休館となる神奈川県民ホールでの最後のコンサート!!歴史的瞬間にぜひお立ち下さい!
※未就学児入場不可



落語 春風亭小朝 独演会

2025年3月20日(木・祝)
13:00開演
藤沢市民会館
全席指定3,800円
様々なジャンルの方とのコラボ落語会を行うなど、常に前進を続ける小朝師匠が藤沢で独演会を行います。落語の楽しさをご堪能ください。
※未就学児の入場はご遠慮ください



演劇・舞台 松平健・コロケ★エンタメ魂

2025年3月30日(日)
①13:30開演
②17:30開演
相模女子大学
グリーンホール
全席指定7,000円
発売日:10月18日(金)10:00~
"時代劇の大御所"と"ものまね界のレジェンド"最強の二人が送る前代未聞のショー
※未就学児の入場はご遠慮ください
※小学生(¥2,000)券の取り扱いはありません。



お支払い・お渡し方法

振込先

お申し込み後、チケットの代金+送料600円+手数料220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)

※10月1日から郵便料金変更に伴い、送料・手数料が変更となります
※専用の振込用紙は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

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。

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。

Follow Me! **Instagram** はじめたよ!

神奈川県公式PRキャラクター かながわキンタロウ

ダンス動画配信中! @kanagawa_kintaro

こんな仕事を承っております。

チラシ ポスター 社内報
写真集 ホームページ 通販サイト

(株)湘南よみうり新聞社 ☎0466-50-5088
※詳細についてはお問い合わせください

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! ジョーカー フォリ・ア・ドゥ【PG12】
10月11日(金)公開

R指定映画史上No.1の興行収入記録を持つ前作『ジョーカー』のその後。彼の前に現れた謎の女リーと共に、狂乱が世界へ伝播していく。彼は悪のカリスマなのか、ただの人間なのか。

ふるる。
シビル・ウォー アメリカ最後の日【PG12】
鬼太郎誕生 ゲゲゲの謎 真生版【R15+】
室井慎次 敗れざる者 若き見知らぬ者たち【PG12】
破墓 バミョ【PG12】
まる
ボルテスVレガシー
八犬伝
劇場版ACMA:GAME 最後の鍵 ほか

☎050(6875)3228 (24時間) 横須賀HUMAXシネマズ

横浜ブルク13

イチオシ! シビル・ウォー アメリカ最後の日【PG12】
10月4日(金)公開

分断の果てに内戦が勃発した近未来のアメリカ合衆国。敗色濃厚となった政府軍を率いる大統領への取材を計画したジャーナリストチームが、戦地へ向かう道中で直面する戦争の恐怖。

鬼太郎誕生 ゲゲゲの謎 真生版【R15+】
ハヌ・マン
2度目のはなればなれ
ジョーカー フォリ・ア・ドゥ【PG12】
室井慎次 敗れざる者
はじまりの日【PG12】
恋するピアニスト フジコ・ヘミング
まる
八犬伝 ほか

☎045(222)6222 IMAX 桜木町駅前 横浜ブルク

気になるニュースをわかりやすく楽しく解説!

読売DoMo新聞 読売中高生新聞

※紙面は2025年10月13日まで

毎週木曜日発行 月550円(税込)

毎週金曜日発行 月850円(税込)

無料 お試し読み実施中 申込はこちら

またはお近くの読売販売店まで!

パン屋さんがリレー紹介 **湘南パン物語** vol.89

山と海の酵母で紡ぐパン作り

みゆきパン

細く長く続けるため営業は週2~3日



英国調の白い扉が目印

鎌倉・由比が浜大通りにある「みゆきパン」は週に2~3日だけ営業する小さな店だ。野生酵母や海洋酵母を使い、おいしくて体にいいパンを丁寧に作る。それがみゆきパンのスタイルだ。

店主の美雪さんは商社を辞めてパン職人の道へ。「手に職をつけたくて。子どもの頃から作るのが好きだったお菓子より、パンはもっと日常に寄り添うもの。一からパン作りを学んだらハマりました」と話す。資格取得後、自分の店を開くというビジョンが明確になり、2012年に開業した。

野生酵母は山に、海洋酵母は深海に由来する。「酵母によって軽やかに、もちりもちりにも仕上がります。地球の力を借りてパンを焼いているので、『このパンを食べると元気になる』と言われると嬉しいです」。



美雪さん(右)と販売担当の由美さんは高校の同級生。店舗・オンラインを担当する美雪さんご主人と3人でチームだ



(左)アメリカンテイストの店内。(右)人気の塩麹食パン。(右下)ガラージでイートインが可能。ワンちゃん連れもOKだ

全国のみゆきさんも注目

店の定番商品「塩麹食パン」はトーストして食べるのがおすすめ。サクッと香ばしく、毎日食べても飽きがこない。「ローズマリーのフォカッチャ」はもちりもちりとした生地のおいしさが際立つ一品だ。また、子どもたちに大人気なのが、手のひらサイズのミニ食パン。「ぶどう」や「メープル」など数種類あり、生地がもちりもちりと緻密で食べ応えがある。



ローズマリーのフォカッチャ



(手前)メープル (奥)ぶどう

みゆきパンは同じ名前のみゆきさんからも注目され、全国から訪れる人が絶えないという。パン好きの方や同名の方も、お出かけの際はSNSで営業日の確認を!

鎌倉市由比が浜2-4-38
10時30分~15時(売り切れ次第終了) 不定休
Instagram @miyukipanyuigahama

約1,050品種の秋バラを見に行こう!
花菜ガーデン「ローズフェスティバル2024秋」開催

ローズフェスティバルでは、毎年好評の豪華講師陣によるバラの講演会・ワークショップや、バラ苗を購入できるローズマーケットなどが開催される。春バラと比べて花色が濃く、豊かな香りが特徴の秋バラ。バラ本来の美しさを一輪一輪じっくりと体感することができる。



また10月31日(木)まで「畑のハロウィーンパーティー」も現在開催中。園内のハロウィーンの装飾やフォトスポットで写真を撮って楽しんでみては。



日時/10月5日(土)~11月10日(日)9時~17時
場所/神奈川県立花と緑のふれあいセンター 花菜ガーデン
料金/レギュラーシーズン
大人600円、65歳以上400円ほか
問合せ/☎0463(73)6170 花菜ガーデン
※ローズフェスティバルの各講演会・ワークショップはホームページより事前申込みが必要



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

1 「ワールドキルトフェスティバル2024 in YOKOHAMA」ご招待券
5組10名様
毎年大人気のキルトの祭典。国内外から選りすぐりのキルト作品を展示、コンテストの大賞授賞式(初日)も行われる。100店以上のショップ、体験コーナーやフードコートも。
11月7日(木)~9日(土)
10時~17時(9日は~16時) パシフィコ横浜Bホール
一般当日2,200円ほか ※中学生以下無料
☎03(6805)2722

2 「ベル・エポック 美しき時代 パリに集った芸術家たち」ご招待券
5組10名様
パリが華やい時代「ベル・エポック」から1930年代の美術やモードなど多様な分野の芸術文化を紹介。日本初公開のワズマン&マイケルコレクションにも注目。
アン・ドゥージュ(サロ・テ・サン)1896年
デヴィッド・モリスマン&ジャクリーヌ・エ・マイケル蔵 ©Christopher Fay
10月5日(土)~12月15日(日)10時~18時(11/1、22、29、12/6、13、14は~20時)※入館は30分前まで パナソニック汐留美術館 水曜休館(12/11は開館)※土日祝は日時指定予約制 ※展示替えあり 一般1,200円ほか ※中学生以下無料 ☎050(5541)8600(ハローダイヤル)

3 映画鑑賞券(希望館名明記)
横須賀HUMAXシネマズ 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

日本最大級のキルトのお祭りが開催!
ワールドキルトフェスティバル2024 in Yokohama

横浜に国内外の人気キルト作家の作品が勢ぞろい! 昨年好評だったコンテスト、全国から集まる100店以上のブースのほか、キルト初心者のための体験コーナーやフードコーナーなど、キルトの魅力を満喫できる3日間だ。どんな作品に出会えるか、会場に足を運んでみよう。

11月7日(木)~9日(土)10時~17時(最終日は16時閉場)
パシフィコ横浜Bホール / 一般当日2,200円、一般前売1,800円ほか
問合せ☎03(6805)2722 (一社)日本キルト協会
☑ご招待券を5組10名様に(詳細上記参照)

空き家・ゴミ屋敷の片付けはプロにお任せください!
「遺品整理」は遺品整理士の資格を持ったスタッフが対応します

〈対応エリア〉 **神奈川・東京**
ユアス片付けサポート
詳細はHPをご覧ください▼
ユアス片付けサポート 検索

見積無料

追加料金一切なし!
事前見積の明細会計
少量の不用品回収からゴミ屋敷の片付け、遺品整理まで片付けの事なら何でも相談できる「ユアス片付けサポート」。同社では、値の付く家具・家電などの買取もしてくれるので、費用負担が軽減できると好評です。

「遺品整理士認定協会」認定の遺品整理士が在籍!

不用品・粗大ごみの処分 家具・家電の買取可能
ハウスクリーニング対応 店舗・オフィスの片付け

ご予約・ご相談・お問合せは
☎0120-214-317
営業 8時~20時・無休 住所 横浜市都筑区大黒町71-3
古物商 第451410007090 産業廃棄物収集運搬許可番号 01400203564 / 遺品整理士 第1502822

クーポン
処分料金
20%OFF
2024年11月30日迄
見積り時にクーポンをご提示ください

金・貴金属 積極買取

経験豊富なプロの鑑定士が1点1点丁寧に査定します!!
※その場で現金お渡し!! ※お品物もその場で即日現金買取

小さな金製品も驚きの金額に!!

思わぬものが金製です
切れるネックレス 片方だけのピアス 石が散らした指輪 金貨 金棒

査定無料 即日現金

買取強化フェア 大歓迎!!

質屋とは
お客様から商品をお預かりして、その商品の査定額に応じてお金を融資するシステムです。

1 食事に買い物をしたら今月ピンチに... 2 プラント品を持って、大黒屋に行ったら...
3 査定してもらった結果、00万円も借りられた! 4 親切丁寧!安心して借りられたから良かった!

買取・質預かりの時には免許証・保険証・マイナンバーカードなどの身分証をお持ちください。

営業時間 10:00~18:00
定休日:土曜日 あり

大黒屋 三浦初声店
☎046-888-5281
国道134号線(三崎街道)沿い初声小学校校入口交差点すぐ 専用駐車場あります
〒238-0113 神奈川県三浦市初声町入江207-3 たかなしビル1階
【古物】神奈川県公安委員会許可 第452610002320号 大黒屋 三浦初声店 検索