



脱システム!
角幡唯介

探検家・作家
かくはた ゆうすけ
角幡 唯介さん

1976年生まれ、鎌倉市在住。早稲田大学探検部OB。チベットのヤル・ツァンポー峡谷の単独探検や、極夜の北極探検などの独創的な活動で知られる。近年はグリーンランドとカナダ・エルズミア島の地球最北部で狩りをしながらの犬ぞりでの旅を実践。著書『空白の五マイル チベット、世界最大のツァンポー峡谷に挑む』(集英社)で開高健ノンフィクション賞など、『雪男は向こうからやって来た』(集英社)で新田次郎文学賞、『極夜行』(文藝春秋)で大佛次郎賞などを受賞。

海で遊び緑と戯れる

鎌倉に越してきて丸7年。以前は都内に暮らしていましたが、妻が「次に暮らすのは鎌倉がいい」と言い出しました。鎌倉はセブなイメージがあったので、僕は「は?何それ」と。ところが下見に来てみたらものすごく気に入ってしまい、暮らしてみると、ここにいたら駄目になるんじゃないかと思うほど居心地が良くて。カヤックをカートで引いて海に出て、パドルを漕ぎ葉山まで往復2時間。ランニングは極楽寺から源氏山までの山道を。子どもたちと遊ぶ場所にも事欠きません。

海で遊び緑と戯れる。ディープではなくほどほどの自然が広がっている住環境がたまらない。周りの方々も気持ちに余裕があってゆったりしています。探検なんてしないで、腰を落ち着けようかと思ってしまうほど魅力的な土地です。

生きる喜び

探検を始めたきっかけは「他人と同じ生き方は絶対にしたくない」と、大学で探検部に入ったこと。アウトドアスポーツをやりたいかっただけではなく、誰もやっていないことをやりたかった。ヒマラヤなど、クライマーが群がる場所に関心はなく、名だたる探検家が挑むも未踏破だったチベットの秘境に挑んだり、カナダ北極圏1,600kmを徒歩で踏破したり。そんなことをしてきました。

探検の魅力とは何か。例えば北極圏なら、村から何百kmも離れた、ただ雪と氷に囲まれた世界を携帯電話も持たず旅していると、文明社会のシステムから飛び出し、社会的な属性や意味から解放され、時代を超え太古の人々と同じようにただ一人の人間としてそこに存在していると認識できる。大地と向き合い地球とつながり、ただ生きてい

「真の太陽」を求めGPSを持たず極夜の北極圏を旅する。また情報にあふれた現代社会にあって紙の地図すら持たずに日高山脈に挑む。探検家・角幡唯介さんは、これまで極限状態の探検を続けてきた。そんな探検家とそうでない者とは、同じものを目にしても、違う世界が見えているのだろう。

ると感じられる。そんなことが僕にとっての探検の魅力、生きる喜びなのです。

北極圏の村で

犬ぞりで狩りをしながら旅するのが今のライフワーク。1年のうち5カ月はグリーンランドのシオラパルクという村を拠点にしています。村のイヌイットたちは「わからない」を意味する「ナルホイヤ」という言葉をよく口にします。明日の天気も午後の予定も「ナルホイヤ」。未来のことは「ナルホイヤ」であり、事前に計画を立ててはダメだと。厳しい自然の中ではそのときの条件によってしか最良の答えは得られない。だから「今、目の前にあること」に目を向けることが大切だと。明日どこに獲物があるかなんてわからない、僕が続けている漂泊の旅と通じるものがあります。

北極圏での旅に欠かせない犬ぞりですが、犬たちのチームをつくるまずはボス争いが始まります。血みどろの闘争があり、その後もボスが地位を守るために暴政を振るう。そりを引き、走りながらも威嚇喝する。彼らをうまく操れるようになるには2、3年はかかります。グリーンランド犬は強いですよ。中でも僕の犬はグリーンランド最強だと自負しています。12頭で600kgのそりを引いて高さ1,000mの氷河を登るほどです。

システムからの脱出

北海道の背骨といわれる広大な山域、原始の魅力あふれる日高山脈に、地図を持たず、このエリアの地理的な知識も白紙のまま挑戦しました。

どこへ行くにもGPSまかせ、地図があることが当たり前である現代社会。境界線を図示化したメディア、地図はシステムそのものです。その地図を捨て、経験と技術をもとに現場の地形を読み解き沢を詰め山の高

みを目指す。その時、山はどんなふう僕に目に映るのか——。

情報にまみれた現代、行動する前にぬかりなく情報を集め、またそうしなければだめだという風潮がある。そして現地、予習通りだったね、計画通り進めたねと安心する。でもそれで本当に楽しいのか、もっと大事なものを見過してしまっているんじゃないかと問いたい。地図なし漂泊登山は、昨今の風潮へのアンチテーゼでもあります。

足かけ6年を要した日高への旅を本にまとめひと段落。現地のイヌイットの友人と共に旅するのが来年のテーマです。仲間と困難を乗り越えるのは一人で旅をするよりも楽しいですから。いつかグリーンランドを離れてカナダまで、北極圏の広い世界を犬ぞりで旅したい。国内では北海道の猟場をカヤックで転々としながら旅するのもいい。やりたいことは尽きません。

『地図なき山一日高山脈49日漂泊行』

角幡唯介 著(新潮社)
四六判変型 / 288頁 /
2,310円(税込)

百戦錬磨の探検家を待ち受けていたのは、想像を超える恐るべき混沌だった…。前代未聞の冒険登山ノンフィクション。



うんころ「迷子」
迷子のまいごのうんこさん うんと遊んでどこ行った
犬っきなワシちゃん プラッキー グラブのうんこはどおしたの
愛する歌 <http://uminotamago.jp/>

小さいあんずはコロコロ遊び 危うかしがり屋のももこさん そっと隠れて水を飲む
迷子のまいごの○○○さん いつも楽しく生きまわろ 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—
TEL0467-38-4044 FAX0467-38-4112(24時間受付)
<https://duskin-okura.com/>

RECRUIT **賃貸? 購入?** 次の家で迷ったら スーモカウンターの **無料講座** へ

アドバイザーがあなたの要望に合わせて、「できる」ではなく、「得意な」会社をピックアップ。第三者の立場だからこそ幅広い情報を得られます。

■充実のサポートで安心!
相談だけではなく、面倒な複数の建築会社との打ち合わせの設定から同席、そして断りの代行も対応してくれます。

さらにファイナンシャルプランナーによる特別講座も無料で受講できるので、分かりにくいお金のことも詳しく相談できます。

家づくりで分からないことや困っていることがあるなら「スーモカウンター」で相談してみませんか。

■人気の無料講座&個別相談会
1.何からはじめていいかわからない人は **はじめての注文住宅講座**
家づくりのダンドリやお金のこと、第三者の立場からアドバイザーが初心者の方にもわかりやすく教えてくれます。

2. 必要なお金の目安を知りたい人は **注文住宅価格まるわかり講座**
建物価格の相場やコストダウンのツボなど、予算内で納得度の高い家を作るために必要な知識を学べます。

3. 建築会社の特徴を見極めたい人は **ハウスメーカー・工務店 選び方講座**
アフターサービスや契約時期など、見落としがちな比較ポイントを徹底解説。自分に合った会社選びのコツを学べます。

4. 個別に疑問を解消したい人は **個別相談会**
予算の組み方、条件整理、建築会社の紹介など、個別に相談可能。家づくりに関する悩みをじっくり相談できます。

「家賃がもったいない」「次も賃貸の契約を更新するか迷う」と悩んでいるなら、「同じ負担で買える家」について知識を深めてみませんか。リクルートが運営する『スーモカウンター注文住宅』は、全国47万組以上(2024年3月末時点)に利用された実績とノウハウを生かし、理想の住まい探しを無料でサポートしてくれます。スーモカウンターでは予算や価格の相場、家づくりの流れ、これから建てた場合の完成時期など、家づくりまでの全体像を教えてもらえ、その後複数の建築会社の特徴を比較しながら紹介してくれます。

スーモカウンター注文住宅

全国255店舗 利用組数47万組以上
※カウンター数/2024年10月末時点、利用組数/2024年3月末時点での集計結果

人気の無料講座・個別相談会

開催日時 **11/29(金) - 12/15(日)**
①10:30 ②13:30 ③15:30 (各回約90分)
※当日予約もOK。予約優先

無料講座・個別相談会のご予約は **0120-300-829**

毎日受付 9:00-21:00(フリーコール) ※年末年始を除く

「横須賀よみうりを見て」とお電話ください

※臨時休業の場合あり。営業時間や定休日は、電話またはHPにてご確認ください

Topics 箱根—横須賀連携企画 第2弾
「響きあう20世紀美術」彫刻の森美術館×横須賀美術館

箱根地域の美術館と連携する「アートでつなぐ山と海」の第2弾として、彫刻の森美術館と横須賀美術館の所蔵する名品により、20世紀美術を紹介する展覧会が開かれている。

近現代の日本美術からなる横須賀美術館のコレクションに対し、彫刻の森美術館では近現代の彫刻作品と、ピカソやムーアをはじめ20世紀美術の優れたコレクションを形成している。そんな二つの美術館の名品を組み合わせで展示し、響きあいを楽しむ展覧会だ。作品はテーマごとに時系列にそってまとめられ、20世紀美術が移り変わってゆく様子が観覧できる。

見どころのもう一つは、ピカソが最後の妻ジャクリーヌと過ごした1950～60年代の作品4点の展示だ。また、12月8日(日)には学芸員によるギャラリートークが行われる(11時30分～、参加費無料)。

日時/～12月22日(日)10時～18時 ※12月2日(月)は休館
場所/横須賀美術館
料金/一般1,300円ほか
問合せ/☎046(822)4000 横須賀市コールセンター



彫刻の森美術館所蔵 Barbara Hepworth 《Three Figures》1968年



朝倉文夫《親子猫》1935年 彫刻の森美術館所蔵

Topics 衣笠の商店街にお目見え!
鎌倉幕府を支えた「三浦一族」にちなんだマンホール

NHK大河ドラマ『鎌倉殿の13人』の放映で耳目を集めた武家「三浦一族」の本城は横須賀市衣笠にあった。この度、そのゆかりの深い衣笠の商店街に一族にちなんだマンホールが新たに設置された。これは開催中の「運慶展 運慶と三浦一族の信仰」(横須賀美術館)とパネル展示「三浦一族企画展」(衣笠商店街ガレリア会館)に合わせ、10月25日にお披露目されたもの。展覧会で和田義盛の発願により運慶が作った仏像を眺めたり、企画展では一族の紹介や和田義盛にスポットを当てた資料などで理解を深めつつ、衣笠を歩く際は、足元からも「三浦一族」に思いを馳せてみては。



一族の家紋「三つ引両」と衣笠山の桜があらわれている



「三浦一族」企画展

- マンホール設置場所 衣笠駅近く、みずほ銀行衣笠支店前
- 「運慶展 運慶と三浦一族の信仰」～12/22 10時～18時 横須賀美術館 一般1,000円ほか
- 「三浦一族」企画展 ～12/13 10時30分～16時30分 衣笠商店街ガレリア会館 入場無料
- ※商店街では、リーフレット掲載商品を購入するとオリジナルグッズがもらえるスタンプラリーも開催中!(～12/22)
- 問合せ/☎046(822)8427 横須賀市文化スポーツ観光部企画課

ルミネはたの眼科 院長 桑野 寛 元横浜市大 眼科臨床教授

目の病気

白内障手術の際、トーリック眼内レンズで乱視矯正ができます

Q「多焦点眼内レンズ」とはどんなレンズ?①

A 白内障手術で水晶体の代わりに目に挿入する眼内レンズのうち、遠近両方の焦点を持つのが多焦点眼内レンズです。見たいものに合わせて眼鏡を使い分ける必要が減るため、眼鏡の使用頻度を減らすことができ、眼鏡に頼らない生活を送ることができます。ただし、満足のいく効果を得るには十分な適応検査が必要です。…つづく

白内障勉強会 12月10日(火)14時～
会場:サンパ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 湘研会

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(昼休み)

適定療養実施機関

サンパルはたの眼科 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

体カアッて健康長寿 最終回

心も体も楽しく元気に♪

●肩をほぐそう

今回は「シュラッグ」という運動をご紹介します。これは分かりやすく言うと肩まわし運動のことです。寒くなると、どうしても肩をすくめ体を小さくし、小刻みに震えてしまいます。これは震えることで体から熱を出し体温を一定に保とうとしているのですが、これによりどうしても筋肉が凝り固まってしまいます。そこで「シュラッグ」。この運動をすることで、肩まわりの筋肉がほぐれてきます。そして、この運動で使う僧帽筋には褐色脂肪細胞という細胞がたくさん存在します。別名「痩せる細胞」ともいわれているの

で、しっかり刺激をしましょう。この冬は縮こまらずに肩をまわして健康長寿!



肩を上を持ち上げ、後ろにゆくり回す

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

ペット健康相談室 vol.128 猫の通院ストレス軽減法③

通院までにキャリーケースで移動する機会を作りましょう。まず、家の中で移動する練習では、手持ちのハンドルではなく、両手で抱えて身体に密着させて運びます。そして、車に乗る・エンジンをかける・短距離のドライブなどステップを踏んで慣らしていきます。ケースを布やタオルで覆うなどして周囲が見えないように工夫しましょう。事前に上手な通院方法を心得ておくことで、動物病院との連携がスムーズに運び、最善の方法で診察することが可能になります。災害時の同行避難にも必要になりますので、ぜひ実践してみてください。

のっぽ動物病院 院長 永田浩之

過去記事はコチラ

のっぽ動物病院 鎌倉市岡本2-12-2 ☎0467(44)1125

診療時間 ※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)

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

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

マチイロ

アプリ「マチイロ」で県のたより(県広報紙)が読めます!

iOS版 Android版

Christmas Dinner

～ホテル19階で楽しむ～

極上クリスマスディナー 2024

12.21(土)～24(火) 17:30～21:00 (L.O. 20:00)

¥16,000(税込) 乾杯酒付き

※3日前までの要予約 ※2名様よりご予約受付 ※お飲み物は別料金

Amuse ●鶏レバーのブリュレ
～レディッシュソルトポルト酒～
キンカンのマリネ

Entrée ●鶏のタルタル 味噌とクリームチーズソース
長葱のババロアと共に

Soupe ●茸のコンソメスープ パイ包み焼き

Poisson ●黒毛和牛フィレ肉の
ロティリユフ香るマデラソース
～季節のお野菜を添えて～

Dessert ●ガトーピスタチオ ココナッツソース
～小さなサンタクロース～

Pain ●フランス産 焼きたてパン

Café ou Thé ●コーヒー又は紅茶
(ロンネフェルト)

MERCURE HOTEL YOKOSUKA

2025 お正月スペシャル 1月1日(日)～5日(木) 限定

絶品すぎる! YOKOSUKAの **ハーフブッフェ・ランチ**

お一人様 ¥7,000(税込)

Menu

- スープ
- お正月限定スペシャル・オードブル
- チーズの盛り合わせ
- カマンベールチーズ、ブルーチーズ、グリエルチーズ、モッツアレラなど
- シェフこだわりのシャルキュトリー盛り合わせ
- パテドカンパーニュ、モルタデラハム、ペパロニ、サラミなど～(上記期間限定メニューを含む10種類以上のオードブル)
- お正月限定メインディッシュ 国産牛フィレ肉のポワレ ～ジャガイモのエクサゼとともに～
- お正月限定デザート ～チョコレートのムース ～華やかなベリーソース～

期間中も 絶続提供する 人気ブッフェ

- フランス産 焼きたてパン各種
- お客様の前で仕上げる濃厚パルミジャーノ・チーズパスタ
- 6種類の無限YOKOSUKAドーナツ・タワー
- コーヒー&紅茶(ロンネフェルト)

1月1日～2日(90分制)
【第一部】11:00～12:30 【第二部】13:10～14:40
※3日～5日は通常通り営業 11:30～14:30(L.O. 14:00)

売りますか? 借りますか? どちらも大黒屋!

審査なし 取り立て・催促なし 誰でも借りられる

ピンチの時は質屋を利用!!

モノでお金借りられる!!

しかも、大事なモノを買い戻すことも可能です!!

様々なお品物をお持ちください!!

貴金属・宝石・ダイヤモンド・金貨・金歯・インゴット・時計・ブランド品・楽器・カメラなど

もちろん、お買取も高価買取の大黒屋へお任せください!!

近くにあって良かった!

50代 男性(経営者)

事業資金で数十万今週だけ必要だった時、ロレックスを預けて難を凌ぎました! 売りがたくなかったので、また困った時は利用させていただきます!

大黒屋 買取 質三浦初声店

営業時間 10:00～18:00 土曜定休 駐車場あり

☎046-888-5281

国道134号線(三崎街道)沿い初声小学校入口交差点すぐ 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 質三浦初声店 換金

横須賀よみうり で地域にPR!!

●お店の宣伝 ●生徒さんの募集 ●セール告知 など

お問合せ ☎046(821)0661 湘南よみうり新聞社

第37回 読売新聞社杯争奪 湘南少年サッカー大会

主催 湘南少年サッカー大会実行委員会、読売新聞社
協賛 湘南読売会、湘南よみうり新聞社、報知新聞社
後援 茅ヶ崎市、藤沢市、鎌倉市、逗子市、横須賀市、三浦市、寒川町各教育委員会
 茅ヶ崎市、藤沢市、鎌倉市、逗子市、横須賀市、三浦市、寒川町各サッカー協会

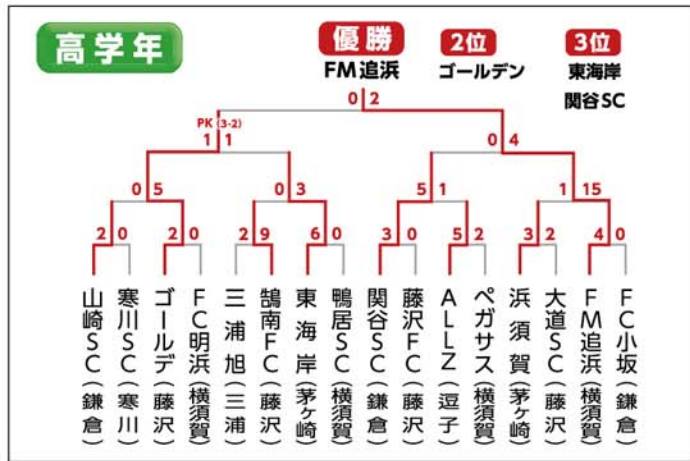
9月16日・23日・28日・29日・11月4日の5日間にわたり、横須賀リーフスタジアム、はまゆう公園、三浦市潮風スポーツ公園で行われた「第37回湘南少年サッカー大会」。今年も各市町の予選を勝ち抜いた小学校高学年・低学年の代表各16チームが参加し、激戦を繰り広げた。優勝し

た高学年の部・横浜F・マリノスプライマリー追浜、低学年の部・FCゴールデンは、11月30日に、藤沢市秋葉台公園で実施された「第30回ウィナーズ読売カップ」への出場権を獲得。湘南・県西・県央・川崎・横浜と県内各地の代表チームが集う、上位大会へ湘南代表として出場した。

高学年



優勝/横浜F・マリノスプライマリー追浜(横須賀市)



第2位/FCゴールデン(藤沢市)

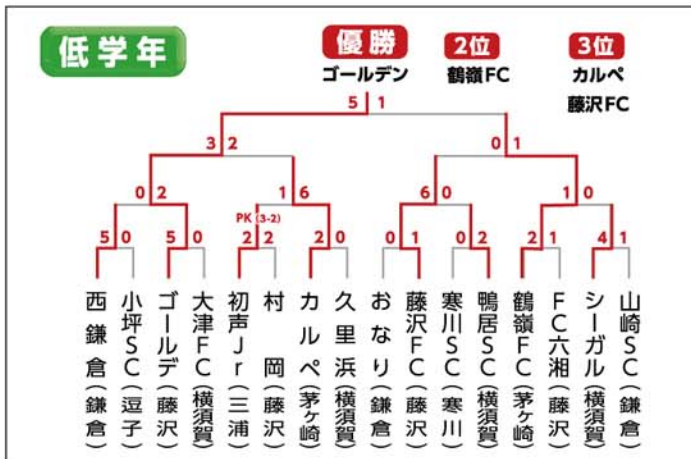


第3位/FC東海岸(茅ヶ崎市)



第3位/関谷サッカークラブ(鎌倉市)

低学年



優勝/FCゴールデン(藤沢市)



第2位/鶴嶺フットボールクラブ(茅ヶ崎市)



第3位/カルペソール湘南(茅ヶ崎市)



第3位/藤沢フットボールクラブ(藤沢市)

- 高学年 優秀選手と監督・責任者からのメッセージ(略称・敬称略・順不同)**
- 山崎SC(鎌倉) 鈴木 尊 粘り強くプレーしていた。
 - 寒川SC(寒川) 小島 凜久 選手投票の結果優秀選手賞に選出。中盤で体を張ってチームに貢献していた。
 - ゴールデ(藤沢) 江上 聖夢 安定したボール運びと粘り強い守備がよかった。
 - FC明浜(横須賀) 仁張 久都 チームのために声を出しゴールを守ってくれました。
 - 三浦旭(三浦) 下里 聖斗 最後までゴールを諦めず、常にゴールを狙っていました。
 - 鶴南FC(藤沢) 山口 龍 劣勢の中でもDFラインから声を出し続け、チームを勇気づけていた。
 - 東海岸(茅ヶ崎) 宮方 夏士 キャプテンとしてチームを引っ張ってくれた。攻守の要になっていた。
 - 鴨居SC(横須賀) 小出 樹 負けていても最後まで体を張って頑張ってくれました。
 - 関谷SC(鎌倉) 佐藤 翔太 前からのプレッシャーや、率先した声掛けなどアグレッシブで攻撃の要になっていた。
 - 藤沢FC(藤沢) 蒲山 湊 試合を通してよく走り、1対1の仕掛けもよかった。
 - ALLZ(逗子) 玄 文真 ハットトリックなどFWとして素晴らしい活躍でした。
 - ペガサス(横須賀) 梅崎 照世 運動量多くフリーキックを決めるなど、チームの中心として活躍した。
 - 浜須賀(茅ヶ崎) 佐藤 光希 最後までチームのために走り、広いエリアをカバーしてくれた。
 - 大道SC(藤沢) 伊藤 爽稀 果敢な飛び出しと冷静なセーブがよかった。
 - FM追浜(横須賀) 丸尾 祝生 献身さや攻守における存在感を示してくれた。
 - FC小坂(鎌倉) 杉戸 喬河 声を出し全力で体を張ってチームに貢献していました。とても素晴らしい!

- 低学年 優秀選手と監督・責任者からのメッセージ(略称・敬称略・順不同)**
- 西鎌倉(鎌倉) 小山 翔太 劣勢のゲーム中、常に体を張って声を出し、スーパーセーブを見せてくれました。
 - 小坪SC(逗子) 狹野 愛大 チームキャプテンとして、攻守ともに献身的なプレーがよかった。
 - ゴールデ(藤沢) 今野 湘太 準決勝の同点ゴールや、決勝の逆転ゴールと大活躍。
 - 大津FC(横須賀) 大友 太陽 ピンチをたくさん救ってくれた。声も大きく出していた。
 - 初声Jr(三浦) 水田 仁 短いプレー時間の中で体を張ってディフェンスをしてくれた。
 - 村岡(藤沢) 三石 倫太郎 キャプテンとして気迫あふれるプレーでチームを引っ張り、2得点に絡む活躍をみせてくれました。
 - カルベ(茅ヶ崎) 野村 瑠杜 献身的に走り、最後まで戦っていた。
 - 久里浜(横須賀) 柏田 喜輝 ファインセーブで何度もチームのピンチを救ってくれました。
 - おなり(鎌倉) 樹田 龍之介 一番声を出して戦う姿勢を示していた。
 - 藤沢FC(藤沢) 福島 圭人 チームを声で盛り上げ、体を張ったプレーでピンチを救ってくれた。
 - 寒川SC(寒川) 西山 結優 1対1の対人プレーで負けていなかった。
 - 鴨居SC(横須賀) 根岸 勝 しっかりDFラインを守り、チーム全体に声出しをしていた。
 - 鶴嶺FC(茅ヶ崎) 前田 光 最後まで諦めず頑張っていた。
 - FC六湘(藤沢) 関 雄如 相手へのプレスや攻めの切り替えなどがよかった。
 - シーガル(横須賀) 長崎 集音 攻守においてハードワークし、チームのために戦っていた。練習の成果をピッチで発揮していた。
 - 山崎SC(鎌倉) 今泉 恵治朗 積極的に前に出ながら、シュートストップができていた。声を出しながらチームの流れを変えていた。



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。

取材/文 岡本信



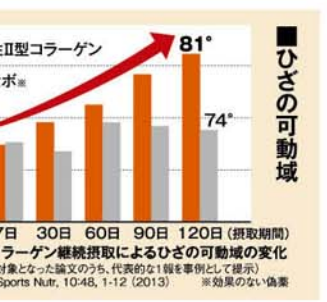
「全、不自由なく歩きたいなら」

「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、階段に手をつけてました。拭き掃除してても、ひざがつらくなって高い所に手が届かないの」

「従妹とスーパーでバッテリー買った話をささきまじしたけど、あれは本当に久しぶりの再会だったんです。あの日、従妹がコシを教えてくださいました。少くとも今、杖を突いてました」

「私も良くなったから」と従妹にすす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。「3、4カ月で、もう全然違って！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時、存分拭きました。階段の上り下りもトントントンと楽で…」

「このように木内さんが不安に駆られたのも無理からぬことだった。というのも、ひざ関節の違和感や歩行能力の低下を招き、文字通りの生活の自由を奪うからだ。実際、厚生労働省が行った最新の統計調査でも、ひざなどの「関節のつらさ」が要支援・要介護に陥る原因の上位に位置している。しかし木内さんは結局、運が良かったのだ。」



「そ う先日、身内の集まりがあって、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？

「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」

栃木県に住む上原静江さん(75歳)は昨年の春頃には、その機能をほぼ喪失していた。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。三田さんごの主人、ひざに人工のやつを入れますに済んでるらしい』っていうんです。書いてくれたメモには漢字で、『駿楽』とありました」

「近所の方に紹介され、軟骨の主成分、非変性II型コラーゲンを配合する『駿楽』にたどり着いた。

「ほんと、嘘みたいに良くなったの。飲み始めて何ヶ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を中腰で覗いてたんです。手伝いにきてくれた娘と孫も横でたまげました」

その変わりようたるや、以前とは見違えるほどだったという。そして後日、上原さんは前述の先生にひざを見せながら、心から安堵する。「言われた通りに、ひざを動かすことができました。とにかく、立ち座りがスムーズ！」

「恐 らく、こういう類のもので日本人に馴染みがあるのはグルコサミン、コンドロイチン、ヒアルロン酸だろう。だが意外に余地はない。そもそも、あのハーバード大学の医学博士が、ひざ関節の違和感に対してきめんに作用する、これ特有のメカニズムを解明。科

木内さんがここまで良くなったのは理由があった



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」

栃木県に住む上原静江さん(75歳)は昨年の春頃には、その機能をほぼ喪失していた。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。三田さんごの主人、ひざに人工のやつを入れますに済んでるらしい』っていうんです。書いてくれたメモには漢字で、『駿楽』とありました」

「近所の方に紹介され、軟骨の主成分、非変性II型コラーゲンを配合する『駿楽』にたどり着いた。

「ほんと、嘘みたいに良くなったの。飲み始めて何ヶ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を中腰で覗いてたんです。手伝いにきてくれた娘と孫も横でたまげました」

その変わりようたるや、以前とは見違えるほどだったという。そして後日、上原さんは前述の先生にひざを見せながら、心から安堵する。「言われた通りに、ひざを動かすことができました。とにかく、立ち座りがスムーズ！」

“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。

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っただけです。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からです。



東京 田口貞雄さん(73歳)

※効果・効能には個人差があります。年齢、掲載内容は取材当時のものです

非変性II型コラーゲンをたった1粒*で摂れる!

累計180万研究突破

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 埼玉県朝霞市東井村3-4-2 (株)元氣堂本舗「湘南横須賀よみうり」係

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20%

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)

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…」

和歌山県 中井和子さん (70歳)

東京都 山田トキ子さん (78歳)

※服用目安

あの手が研究

つらいひざ関節に

1日たった1粒。*

違和感を素早く解消!

お喜びの声 殺到中!!

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

ロビーコンサートクリスマススペシャル

12月15日(日)



昨年の出演者

メゾソプラノ、ヴァイオリン、フルート、ギターによるコンサート。曲目は『ホワイト・クリスマス』ほか。吹き抜けのホールでの響きを楽しもう。

時間/16時30分~17時10分 ※無料
 場所/ヴェルクよこすか(横須賀市立労働福祉会館) 1Fエントランスホール
 問合せ/☎046(822)0202 同館

第9回近隣4ヶ国児童絵画交換展

12月20日(金)~22日(日)



東アジアの平和友好交流を求める児童絵画展示会。日本、中国、北朝鮮、韓国の児童が「平和」「友好」などをテーマに描いた絵画約260点を展示する。

時間/10時~17時(初日は13時~)
 場所/横須賀市文化会館 市民ギャラリー1
 料金/無料
 問合せ/☎090(2418)4445 同展実行委員会

2024久里浜クリスマスフェスタ

12月21日(土)



サンタクロース撮影会やお子さま向けポニー乗馬体験のほか、吹奏楽・チアダンスのステージ、温かいグルメの店など冬のお楽しみが大集結!

時間/10時~15時 ※雨天時、翌22日に順延
 場所/久里浜商店街はろーど通り
 問合せ/☎046(834)1111 久里浜観光協会事務局

自然素材でミニクラフト

12月22日(日)



三浦半島を中心とした自然と歴史の博物館、横須賀市自然・人文博物館にて身近な植物の押し花素材を使ったカードやしおりを作る。事前申込不要。

時間/10時30分~15時30分(時間内で30分)
 場所/横須賀市自然・人文博物館本館
 参加費/無料
 問合せ/☎046(824)3688 同館

三浦海岸 年末トラック市

12月28日(土)・29日(日)



特産品の三浦大根、三浦みかんなど、年末やお正月に使える地元の海の幸・山の幸が直送価格で手に入る年末恒例イベント。ぜひ足を運んでみよう。

時間/9時~15時
 場所/京急線「三浦海岸駅」前 敷地内
 問合せ/☎046(888)0588 三浦市観光協会

三崎朝市 年末特別セール

12月29日(日)・30日(月)



仲買人直売の三崎まぐろをはじめカニ、数の子、いくらなど種類豊富な魚介や地元農家直送の野菜など、お正月の品が揃う大人気のセール。

時間/5時~12時
 場所/三崎朝市会場(三浦市三崎5丁目3806番地先)
 問合せ/☎046(881)4488 三崎朝市協同組合

記念艦三笠 お正月イベント

2025年1月1日(水・祝)~3日(金)



最上艦橋などのパワースポット巡りやスタンプラリー(景品あり)、軍服用着での写真撮影のほか甘酒のふるまいも。三笠でパワーをもらおう!

時間/9時~16時(閉艦は16時30分)
 場所/記念艦三笠
 料金/観覧料 一般600円ほか
 問合せ/☎046(822)5225 (公財)三笠保存会

追浜七福神めぐり

2025年1月11日(土)



ボランティアガイドの案内で、追浜の風景とともに追浜の「福」のある文化史跡を巡る。事前申込制(12/12まで)、定員90名。(応募者多数の場合は抽選)

時間/12時出発 ※追浜駅集合、参加費100円
 申込み/申込みフォーム、往復はがき、☎にて。詳細は
<https://yokosuka-kanko.com/news/news-11023/>
 問合せ/☎046(865)1111 追浜行政センター

LIDRE
 ☎046(823)0143

2024横須賀中央イルミネーションフォトコンテスト

横須賀中央付近のイルミネーションを撮影した写真をInstagramにて募集するフォトコンテストを開催中!

開催日
 ~25日(水) 11時~16時
 イルミネーション期間は
 ~2025年3月16日(日) 日没~24時

開催場所
 中央大通り沿い、Yデッキ下広場、横須賀市若松町2丁目ほか

リドレ 横須賀

MORE'S CITY
 ☎046(825)1471

冬の贈り物 送料無料キャンペーン実施中!

ただいま横須賀モアーズシティでは、大切な方へ贈りたい、冬の美味しい贈り物をご紹介します。また25日(水)までの期間中、B1F・1Fの対象店舗にて「冬の贈り物送料無料キャンペーン」を実施致しております。1梱包税込3,240円以上のご購入で、全国配送料が無料になります。大変お得なこの機会にぜひ、お立ち寄りください。

詳細はこちら

冬の贈り物
 MORE'S CITY 送料無料キャンペーン

Wing KURIHAMA

京急プレミアポイント20倍デー
 6日(金)・7日(土)

通常220円(税込)で1ポイントが、20倍の「20ポイント」になる「京急プレミアポイント20倍デー」を開催いたします!この2日間は、ウィング久里浜でお得にお買い物やお食事をお楽しみください!

KEIKYU PREMIERE POINT
 ウィング久里浜
 12/6(金)~7(土)
20倍
 通常220円(税込)で1ポイント付与

※京急ストアゾーン(1F低層棟)・もたちユニオンはポイント5倍となります。
 ※内容は変更になる可能性があります。

うらりマルシェ (横三浦海業公社)
 ☎046(881)6721

年末売出し!! 28日(土)~31日(火)

マグロ・野菜・地魚・加工品など色々な商品を取り揃えております! 皆様のお越しをお待ちしております。

営業時間

さかな館	28日(土)~30日(月)	6時~17時
	31日(火)	6時~16時
やさい館	28日(土)~30日(月)	7時~17時
	31日(火)	7時~16時

うらりマルシェ

箸が止まらない、極旨発酵昆布! 美味しすぎてたまらない!

限定先着500袋 お一家族様5袋まで

1袋 152g **1,000円** (税込)

広告限定特別企画

1袋 お買上げごとに **まかない舞昆 プレゼント!!** 1袋18g入(2食分)

初回送料無料 ※2回目以降は送料別途

大阪の老舗昆布屋「舞昆のこうはら」で人気の「たもぎ舞昆」は、北海道函館産の肉厚な真昆布と、北海道でとれる希少価値が高いたもぎ舞昆の絶妙な調和が口の中で広がると、ひと口食べるとご飯を運ぶ手が止まらなくなる逸品。朝ごはんにはもちろん、お茶漬けや晩酌のお供にもぴったりです。贈り物としても喜ばれること間違いなし。栄養成分や旨み成分が凝縮された「たもぎ舞昆」をぜひ一度ご賞味ください。

幻のきのここと北海道産真昆布を使った **たもぎ舞昆**

お申し込みは「24TM係」とお電話でお伝えください。 ☎050-1869-8965

●ご注文はお電話で ●受付時間9時~18時(年中無休)

舞昆のこうはら 大阪市内直営店

天王寺店 大阪市天王寺区堀船町10-13 | 田辺店 大阪市東住吉区田辺4-12-1
 心斎橋店 大阪市中央区久太郎町3-4-22 | かつや駅前店 大阪府住吉区東加賀屋1-3-40

※ご注文から2週間前までお届け(製造状況により遅れることもあります)。 ●お支払いは、商品到着後14日以内に同封の振込用紙にてコンビニか郵便局にて【手数料無料】、または代金引換【手数料330円(税込)】 ●返品・交換は未開封に限り、商品到着後8日以内(返送料お客様負担)。 ●2回目以降の送料は880円/税込(北海道・沖縄・離島は1,210円/税込)、詳しくはお尋ねください。 ※お預かりした個人情報等は発送・案内などの業務に限って利用させていただきます。

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 ※12月5日(木)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

年末年始休業 12月28日(土)~2025年1月5日(日) ※1/6(月)から営業

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!

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施明。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、カンゾ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

春風亭小朝・春風亭昇太 新春特選落語会

ゲスト:ロケット団

2025年1月13日(月・祝) 13:00開演
神奈川県民ホール S席4,000円 A席3,500円

人気・実力トップの二人の夢の競演 新春の初笑いをお楽しみください

※未就学児の入場はご遠慮ください

アルゼンチン・タンゴ コンサート ~世界のタンゴ~ Vol.64

2025年1月17日(金) 13:30開演
横浜みなとみらいホール 小ホール
全席指定6,000円

【出演】宮沢由美とトルカ・タンゴ・オルケスタ 隅田川ダンス、山口蘭子

※未就学児の入場はご遠慮ください

「おかあさんといっしょ」ファンターネ!がやってきた

2025年1月18日(土)①13:00開演②15:30開演
相模女子大学グリーンホール
全席指定チケットのみ 3,000円
全席指定グッズ付き(アクリルキーホルダー付き)3,800円
全席指定グッズ付き(アクリルキーホルダー+スティックバルーン付き)4,500円

※グッズ詳細はホームページにてご確認ください

【出演】みもも・やころ・ルチータ / 坂田おさむ・はいだしょうこ・小林よしひさ
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ダンスなど、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名までひざ上で無料。
※車椅子でのご来場はチケット購入前にお問合せ下さい。

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

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

津軽三味線 高橋竹童新春演奏会

2025年1月24日(金) 13:30開演
相模女子大学 グリーンホール 多目的ホール
全席自由4,000円

【出演】高橋竹童(津軽三味線・胡弓)

※未就学児の入場はご遠慮ください

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
2025年3月29日(土) ①12:00開演②16:00開演
藤沢市民会館 大ホール
各S席8,000円、A席5,000円

幼少の頃より数々のグラン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

稲垣潤一 CONCERT2025

2025年2月1日(土)17:30開演(発売中)
茅ヶ崎市民文化会館

2025年4月19日(土)16:30開演
横浜・関内ホール
発売日:12月20日(金)10:00~
各回全席指定7,500円

シティ・ポップの代表格、稲垣潤一。「夏のクラクション」などのヒット曲から最新の楽曲まで、時間旅行をお楽しみ下さい。ドラムを叩きながら歌う「叩き語り」も見逃せません!

※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歳以下路上無料

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。

「おかあさんといっしょ」ファンターネ!がやってきた

2025年2月22日(土)①13:00開演②15:30開演
神奈川県民ホール 大ホール
全席指定チケットのみ 3,000円
全席指定グッズ付き(アクリルキーホルダー付き)3,800円
全席指定グッズ付き(アクリルキーホルダー+スティックバルーン付き)4,500円

【出演】みもも・やころ・ルチータ / ひなたおさむ・つのだりょうこ・いとうまゆ
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ダンスなど、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名までひざ上で無料。
※車椅子でのご来場はチケット購入前にお問合せ下さい。

綾小路きみまろ 爆笑スーパーライブ2025

2025年2月25日(火)14:00開演
相模女子大学 グリーンホール 大ホール

2025年2月27日(木) 14:00開演
鎌倉芸術館 大ホール
各回全席指定5,000円

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!

※18歳未満の入場はご遠慮ください

イルカコンサート ~あいのたね♡まこう!~

2025年3月1日(土) 15:30開演
横浜・関内ホール 大ホール
全席指定7,000円

【予定曲目】なごり雪、海岸通、人生フルコース、まあるいのち、サラダの国から来た娘、等

※演奏曲を変更させて頂く場合がございます。予めご了承ください。
※未就学児の入場はご遠慮ください

八神純子 キミの街へ 2025 ~Share the moment with you~

2025年3月20日(木・祝) 16:30開演
神奈川県民ホール 大ホール
全席指定7,000円

1978年、「思い出は美しくして」でプロデビューし「みずいろの雨」「ポーラ〜スター」「パープルタウン〜 You Oughta Know by Now」などヒット曲を連発。「全国各地に声を届けたい」という願いから「キミの街へ」と名付けたコンサートツアーを展開。

※未就学児の入場はご遠慮ください

立川談笑独演会

2025年3月29日(土) 13:00開演
横浜にぎわい座 芸能ホール
全席指定3,800円

立川流四天王のひとり、その独特な表現力で怪物を生み出す、談笑ワールドをご体感あれ!

※未就学児入場不可

デビュー55周年記念 南こうせつ コンサートツアー2025 ~神田川~

2025年3月29日(土) 17:00開演
茅ヶ崎市民文化会館
全席指定7,500円

デビューから現在にいたる名曲の数々をユーモアたっぷりなトークとともに贈ります。

※未就学児の入場はご遠慮ください

社会風刺コント集団 ザ・ニューズペーパー LIVE 2025

2025年4月5日(土) ①14:00開演 ②17:30開演
戸塚区民文化センター さくらプラザ
全席指定4,800円

発売日:12月13日(金)10:00~

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

小野リサ LISA ONO CONCERT 2025

2025年4月12日(土) 15:00開演
横浜・関内ホール
全席指定6,500円

発売日:12月6日(金)10:00~

心地よいボサノヴァのリズム、清涼感あふれる歌声で、日本のブラジリアン・ミュージック・シーンをリードし続けている小野リサ。ボサノヴァの名曲の数々とともに、待望のコンサートが開催決定!!

※未就学児の入場はご遠慮ください

海援隊 トーク&ライブ 2025

2025年4月26日(土)15:00開演
鎌倉芸術館 大ホール
全席指定6,500円

大ヒット曲「贈る言葉」「母に捧げるバラード」など、心温まる楽曲に愉快でそしてホロリとさせるトークを添えてお届けします。

※未就学児の入場はご遠慮ください

お支払い・お渡し方法

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)

※専用の振込用紙をご用意しております
※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

お客様の個人名、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させていただきます。

12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。お確かめの上おでください。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)

甘くてねっとり美味しい 茨城大洗産 横田さんの 食べたらやみつぎ!

半熟ほしいも

高い糖度を誇る紅はるか干し芋です! 収穫から2か月以上熟成させた紅はるかを加工。通常より多くの水分量で蒸し上げているので、柔らかい仕上がります。

300g 2袋 **2,900円** (税込) 1kg 1袋 **3,600円** (税込)

※送料別途600円

湘南よみうりオンラインショップで販売中 ▶

横須賀HUMAXシネマズ

イチオシ! はたらく細胞 12月13日(金)公開

細胞を擬人化した漫画『はたらく細胞』の写実映画化。この冬、あなたの体の中が壮大な物語の舞台に。笑って泣いてためになる【はたらく細胞ワンダーランド】へようこそ!

モアナと伝説の海2 劇場版ドクターX スピーク・ノー・イーブル 異常な家族[PG12] 映画 ふしぎ駄菓子屋 銭天堂 ライオン・キング ムファサ 【推しの子】The Final Act 劇場版 忍たま乱太郎 ドクタケ忍者隊最強の軍師 火の華 私にふさわしいホテル 映画 グランメゾン・パリ

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! モアナと伝説の海2 12月6日(金)公開

ディズニーが贈る、美しく神秘的な海が舞台のミュージカル・アドベンチャー。海と特別な絆で結ばれたモアナは、1000年に一人の「導く者」となり、仲間と危険な航海に繰り出す…。

劇場版ドクターX はたらく細胞 スピーク・ノー・イーブル 異常な家族[PG12] 映画 ふしぎ駄菓子屋 銭天堂 劇場版 忍たま乱太郎 ドクタケ忍者隊最強の軍師 火の華 ライオン・キング ムファサ 私にふさわしいホテル 映画 グランメゾン・パリ

ほか

☎045(222)6222 IMAX 桜木町駅前 横浜ブルク

パン屋さんがリレー紹介 湘南パン物語 vol.91

元祖ソフトフランスを掲げ96年

ヨコスカベーカーリー

横須賀に根付いたフランスのパン文化

横須賀には名物のフランスパンがある。丸くてやわらかい、その名も「ソフトフランス」だ。京急横須賀中央駅東口にある「ヨコスカベーカーリー」は元祖ソフトフランスの看板を掲げ、地元で長く親しまれている。横須賀製鉄所建設時、フランス人技師団に同行したパン職人から初代がフランスパンの技術を受け継ぎ、1928年に開業した。

店の4代目を務めるのは佐久間泰宏さん。「市内の別の店で働いていたとき、3代続いたヨコスカベーカーリーが後継者問題で閉店の危機にあると気づいて聞いて。伝統ある店をなくすのはもったいない、自分にやらせてほしいと申し出ました」と話す。

昔ながらの味を大切にしながら、喜びや驚きを感じられるような多彩なパンを提供する。それが佐久間さんのやり方だ。



(左)「店に来てもらえることが一番嬉しい」と話す佐久間さん (右上)パーカー店に即す「全粒粉パンズ」も人気。(右下)東口徒歩3分



時間ごとに商品が入替わり、常時60〜80種、1日100種以上のパンがお見え。パンの購入者にはドリンクサービスもある

パンと具材の新たな味わいを発見

店自慢の「ソフトフランス」はもちりとしてほのかに甘い。そのまま食べてよし、具材をサンドしてもよし。三崎のマグロに大葉、キャベツ、しば漬けを合わせた「自家製マグロメンチ」をはじめ、種類豊富な総菜

パンにも注目だ。また、ハム・チーズ・きのこシチュー入りの「アラカルト」、カステラ生地で羊羹を挟んだ「シベリア」もファンが多い。

4年後に店は100周年を迎える。佐久間さんが見据えるのはもっと先だ。「持続可能な店にしたいんです。だから次の代に引き継げるよう頑張る。パンが好きだから」。

横須賀市若松町3-11 ☎080-3155-9162 10時〜21時 日・月曜休



(手前)ソフトフランス (右奥)自家製マグロメンチ



アラカルト



(左)シベリアハーフ (右)シベリアショート

読者プレゼント

締切 12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

右記二次元コードからご応募ください。



応募はこちらから

※湘南よみうり新聞社では、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 鎌倉から未来にはばたく「鎌倉の若い芽のコンサート」

5組10名様

鎌倉市小・中・高学生音楽コンクールは創設70周年。ピアノやヴァイオリン、チェロ、声楽の近年入賞者7名が鎌倉の学校の合唱団、吹奏楽団とともに華やかな演奏を披露する。



2025年1月25日(土)12時30分開演(12時開場) 鎌倉芸術館大ホール 一般2,000円(U-24は500円、未就学児は不可) ☎0120(1192)40 鎌倉芸術館チケットセンター

1 動物好きなら誰でも楽しめる! 「Pet博2025横浜」ご招待券

5組10名様

愛犬とともに運動会やしつけ教室に参加したり、動物とのふれあいや乗馬体験などいろいろな楽しみ方ができる。鳥のコーナー、キャットショー(1/11・12)、譲渡会(1/13)なども。



2025年1月11日(土)〜13日(月・祝) 10時〜17時 パシフィコ横浜 中学生以上1,400円 ※3歳以下無料 ☎06(6352)7942 Pet博運営事務局

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

レストラン栗の里で開催中

子どもでも楽しめるオルゴールフェア



日本に1台という150年前の手廻しオルゴールをはじめ、蓄音機型、シンギングバードなど貴重なコレクションを多数展示。オルゴールの普及や音楽教育の一環として県教育委員会との共同事業にもなっています。

米沢観光大使の店主が仕入れる米沢牛を使ったハンバーグや米沢豚のソテーを2,000円ほどから提供しており、子どもから大人まで懐かしい音色とお食事が気軽に楽しめます。

写真映える1940〜80年代のジュークボックスはコインを入れて曲をかけることも。

農家レストラン&栗の里 ☎046(245)1341 厚木市山原554-1 P.50台 栗の里のローズガーデン ランチ 11時〜17時 ディナー 17時〜21時(L.O.20:15) HPはこちら

横浜駅近 ご夫婦入居募集中!

見学・個別相談(予約不要) 承ります 年中無休

利便性と安心ケアの両立

ご夫婦のための暮らしやすさを追求した「シニアホテル横浜西口」は、利便性と安心ケアを兼ね備えた住宅型有料老人ホームです。

横浜駅徒歩8分の快適な住環境で、趣味や外出を楽しみながら自由な毎日が送れ、将来的に介護が必要となった場合には、マンツーマンの訪問介護等の在宅サービスが利用できます。夜間も介護職員が常駐。「利便性」と「安心」を兼ね備えたホームです。



充実の設備で日々快適に

施設内は「大浴場」や「機能訓練室」をはじめとする充実の設備が整っています。また専門スタッフによるレストランでのお食事はメニューも豊富でボリューム満点。ご利用者様にも好評です。



ご夫婦にお勧め!

ご夫婦プラン お二人様でのご契約 入居一時金 4,270万円〜 [39㎡〜66㎡] 月額費用(2人分) 454,140円〜 (管理費及び食事代込み)

要介護の方に最適 お一人様でのご契約 1,000万円〜 [19㎡〜28㎡] 月額費用(1人分) 260,070円 (管理費及び食事代込み)

※居室タイプは9タイプ。お好みの居室をお選び頂けます。 ※上記金額には介護保険費用、医療費は含まれていません。

住宅型有料老人ホーム シニアホテル横浜西口

施設見学お申込み 個別相談・お問合せ

☎045(755)7200

〒221-0835 横浜市神奈川区鶴屋町3-32-4 ☎senior-nishi@fureai-g.or.jp



横浜駅西口より徒歩8分



音楽の都ウィーンから、弦楽合奏とハープ、ソプラノの芳醇な調べ 至高のバロックから幻想的なロマン派まで、時代を超えた珠玉の名曲

クリスマス/アヴェ・マリア

ウィーン室内弦楽オーケストラ

J.S.バッハ(グノー編曲) シューベルト、カッチーニ: 三大アヴェ・マリア J.S.バッハ: G線上のアリア ヴィヴァルディ: 「四季」より「冬」 パッヘルベル: カノンとジューグ マスネ: タイスの瞑想曲 ほか



アレクサ・ドロッチャヤ (ソプラノ)



チェンゲ・アンナ・ビガニ (ソプラノ)

12月24日(火)18:30開演 茅ヶ崎市民文化会館 大ホール

一般価格(全席指定) 4,900円 特別価格 4,500円

締め切り: 12月13日(金) お申し込み先: よみうりプレイガイド ☎050-3387-1517 月・水・金(祝日を除く)10時〜15時

オンライン購入はこちら



※未就学児のご入場はご遠慮ください。 ※曲目、出演者など、公演内容は変更になる場合がございます。