

大人気企画・美味しいお米を作ろう 「田んぼ体験」参加者募集中!

神奈川県大井町にある酒匂川付近の田園地帯を会場に、春は田植え、秋は稲刈の「田んぼ体験」が行われる。自然観察ウォーキングで豊かな自然を感じながら、美味しいお米を作ろう! また作業後には釜戸で炊いたご飯と、地元野菜を使ったカレーが振る舞われるほか、稲刈の後には一人1.5kgのお米を持ち帰ることができる。申込みは4月28日(金)まで。



◆田植え5月20日(土)・稲刈9月16日(土) 8時30分～12時30分 ◆ひょうたん池周辺 ◆参加費一人1,300円 ◆先着50名(春・秋とも参加できる方) ※小学2年生以下のお子様は保護者同伴のこと ◆申込み・問合せ ☎0465(85)5013 大井町役場地域振興課

快適性と空間美を備えた客室と専用ラウンジ 「シェラトンクラブ」オープン

横浜駅西口直近にある横浜ベイシェラトン ホテル&タワーズが高層階の4フロアをリニューアル。客室は居心地の良い空間を意識し、ヴァイオリンなどの楽器の材料にされるシカモアウッドといった木目を生かしたナチュラルコンシャスな色合い。また、ゲストは専用ラウンジでの朝食ブッフェ、夕方のオードブル、カクテルアワーとサービスが充実。ビジネスでも、プライベートでも幅広く活用できそう。



71㎡のラグジュアリーな空間、クラブジュニアスイート

◆問合せ ☎045(411)1133 横浜ベイシェラトン ホテル&タワーズ

葉山マリーナに本格的なイタリアン 「イル・ティモーネ」がオープン

地元の食材をふんだんに使った本格的なイタリア料理を堪能できる。厳選した上質の肉料理、食後やティタイムにはシェフ自慢のドルチェは我が家。江の島や富士山が一望でき、また夕陽が美しい葉山マリーナで、美味しい食事やドルチェを楽しみながら、ぜいたくなひと時を過ごそう。



◆平日11時～21時30分(L.O.20時30分) 土日祝10時～22時(L.O.21時) ◆三浦市葉山町堀内50-2 ◆問合せ ☎046(876)2455 イル・ティモーネ



岡津バスケットボールクラブがアベックV 第4回 BYGカップ

3月4日(土)、第4回 横浜ビー・コルセアーズ×YOMIURI 2017 Graduation Cup(主催/横浜ビー・コルセアーズ、横浜読売会)が横浜市立中和南小学校で行われた。



同大会は、卒業前に小学6年生がチームの仲間とプレーする「思い出に残る大会を」と、横浜市内の読売新聞販売店で組織する横浜読売会と、プロバスケットボールチーム 横浜ビー・コルセアーズによって企画された。第4回となる今回は、岡津バスケットボールクラブが男女ともに優勝を勝ち取った。



医療に興味を持つ次世代に、体験できる機会を 第2回湘南鎌倉人工関節センター・ドクター体験セミナー

3月27日、公募で集まった中学生11人が医療の現場を体験した。基礎講義後、実際の器具を使って縫合の練習や、模擬骨を使って人工関節の置き換え手術を行った。研修で来日中の外国人医師と英語で会話するなど、言語の大切さやコミュニケーション力の必要性も学んだ。中学生たちは「自分で考え、理解すること」の重要性を感じた様子だった。泉区から参加した浜中美航さん(14)は「参加してみて楽しかった。将来、医療の道に進むことも考えたい」と話していた。平川和男センター長は「これからはコミュニケーション能力が問われる時代。若いうちから様々なことに興味を持ち、魅力を感じてほしい」と締めくくった。



◆問合せ ☎0467(47)2377 湘南鎌倉人工関節センター

教えて! ハマの代書屋 Q&A vol.29

成年後見人って、本人に代わってなんでもできるの?

成年後見制度とは、認知症や知的障がいなどにより判断能力が不十分な方(本人)が、生きていくうえで不利益を受けないように、本人を保護または支援してくれる人(成年後見人)を付ける制度をいいます。

この制度を利用し、成年後見人が付くことによって「なんでもやってもらえる」と誤解している方が多いと感じます。実際、本人にまったく関与しなくなる親族の方もいます。

成年後見人ができることは、本人の「財産管理」と「身上監護」であり、次のことについ

てはできませんのでご注意ください。

- ①本人が生活するために必要な食料品等の日用品の購入に対する同意や取消
- ②食事や排泄等の介助や清掃、送迎、病院等への付き添いなどの事実行為
- ③予防接種、歯科治療、手術、延命措置等の医療行為への同意。医療行為に対する同意は、成年後見人の事務の範囲ではないので、親族がいる場合は親族に、いない場合は医師に判断をゆだねるべきでしょう。
- ④福祉施設や病院へ入所する際の身元保証人・身元引受人・入院保証人等になること
- ⑤本人の同意がない居住場所の指定(居所指定権)

相続遺言手続き・各種法律書作成なら
行政書士 保坂一成事務所
横浜市神奈川区鶴屋町3-31-1 鶴屋町ビル502B号室
☎045-534-8199(9時～21時)



こころの力 アップで

毎日をステキに♪ vol.30

～嘘の力～

4月1日はエイプリルフールでしたね。「私は絶対に嘘なんてつきません」と言う方もいらっしゃると思います。しかし時と場合によっては嘘も必要なのです。

嘘にはホワイトライ(良い嘘)とブラックライ(悪い嘘)があります。ホワイトライを自分自身に上手に活用していきましょう。例えば「プラセボ効果」。頭痛に偽薬を与えたとき、多くの方が痛みの軽減を感じたという実験の結果があります。「薬を投与された」と思い込む暗示や効果への期待、そして安心感による心理作用

が関係しているようです。逆に「顔色が悪いよ」と言われ続けると、調子が悪くなくてもだんだん本当に体調が悪くなる場合があります。「病は気から」ではありませんが、不安や疑念を抱いているとその心理状態がストレスとなって身体に不調を作りだしてしまうことがあります。

また根拠のないことであっても「こうなる!」と予想して強く信じることによって、予言に沿った行動をする心理があります。その結果、その予言が現実になることを「予言の自己成就」といいます。イチロー選手や石川遼選手も子供の頃に将来の具体的な数字や詳細を書いた作文を残しています。ホワイトライを自分に活用してみましょう。

臨床心理カウンセラー 但野 真実子
株式会社こころ 代表取締役
(横浜市神奈川区栄町2-9 東部ココハマビルB1)
☎045-548-4156
日本更年期セラピスト協会代表理事
インターネット放送局「わいわいテレビ」出演中



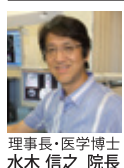
Q. インプラントを長持ちさせたい! A. 水木先生、どうすれば良いでしょうか?

インプラントと骨の結合を高めること、インプラント周囲炎の予防が大切です。

歯科医療技術の進歩で、インプラントと骨の結合は強くなりましたが、時間の経過に伴う結合力の低下が問題でした。しかし特殊な光を当てること(光機能化技術)でインプラントが蘇り、結合力が倍以上に高まること判明。下あごで約3か月後、上あごで約6か月後に行う2次手術も、光機能化技術により期間を半分ほどに短縮可能になりました。

ただ骨との結合が高まる分、歯周病菌も付着しやすくなります。歯周病菌がインプラント周囲で増殖すると、付近の骨を溶かしていきます。インプラント周囲炎の初期症状であるインプラント周囲粘膜炎の段階で止めるため、3か月毎にメンテナンスを行いましょう。専属の歯科衛生士と歯科医師による早期発見と早期治療が大切です。

インプラント周囲炎の予防に限らず、毎日歯磨きをきちんと行い、歯垢をしっかりと取り除くなど、日常のお手入れを怠らないことが重要です。



日本歯科大学卒業、横浜市立大学医学部大学院修了(医学博士)。米国マイアミ大学医学部フェロー留学。横浜市立大学医学部臨床教授を経て、医療法人社団信和会ミズキデンタルオフィス・インプラントセンター横浜理事長・院長。日本歯科大学附属病院口腔インプラント診療科臨床講師。日本口腔外科学会専門医・指導医。日本顎顔面インプラント学会指導医。日本口腔インプラント学会専門医。国際口腔インプラント会議理事・認定ドクター。

納得のいく治療を受けるために
知っておきたい
インプラント
2016年10月発行
著者:水木信之
1,400円+税
NHK出版

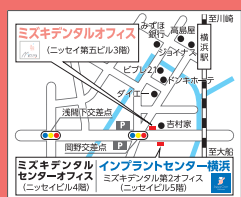


医療法人社団信和会
ミズキデンタルオフィス・
インプラントセンター横浜
☎0120-980-448

◆横浜市西区南幸2-12-5
ニッセイ第5ビル 3階
◆診療時間 9:30～13:30
15:00～19:00
(土・日午後は14:30～18:30)
◆休診日 祝日

ミズキデンタル 検索

Web予約受付中



いつか世界を変える力になる。

青年海外協力隊 シニア海外ボランティア



世界を変えてきたのは、
いつの時代も、
たったひとりの
強い想いだ。

春募集

体験談&説明会

横浜	4/5(水) 18:30～20:30 かながわ県民センター
桜木町	4/11(火) 19:00～21:00 AP横浜駅西口
相模大野	4/16(日) 14:00～16:00 JICA横浜
相模大野	4/26(水) 19:00～21:00 相模女子大学グリーンホール
個別応募相談	
桜木町	4/18(火)、21(金)、24(月)、28(金) 18:00～20:00 JICA横浜

応募受付期間 3/31 ▶ 5/10 お問合せ・資料請求 独立行政法人 国際協力機構 JICA 横浜
☎045-663-3220 詳しくは JICAボランティア 検索