

「横濱JAZZ PROMENADE 2017」に 横濱ジャズクルーとして参加しよう!



記念すべき25回目の「横濱JAZZ PROMENADE 2017」が10月7日(土)・8日(日)の2日間にわたって開催される。

日本最大級のジャズフェスティバルを支えるのは、「横濱ジャズクルー」と呼ばれる運営ボランティアスタッフ。昨年は350名を超えるクルーが集まった。今年も18歳以上で2日間参加できる人、大募集! みんなで一丸となってイベントを作り上げよう。

◆申込期間/～7月31日(月)◆詳しくは公式HPをご覧のうえ、登録フォームから申込◆問合せ ☎045(211)1510 横濱JAZZ PROMENADE実行委員会

7月開催 近隣の花火 ※天候により中止の場合がございます

- 花火シンフォニア-meets Sky Light Magic- 横浜・八景島シーパラダイス内 ボードウォーク 7/15(土)、16(日)、22(土)、29(土)、8/5(土)、11(金・祝)～19(土) 20:30～20:40
- 久里浜ペリー祭花火大会 ペリー公園ほか 7/15(土) 19:30～20:10
- 鎌倉花火大会 由比ヶ浜海岸、材木座海岸 7/19(水) 19:20～20:10



毎日をステキに♪ vol.33

～青空の力～

7月に入り本格的に夏らしくなってきました。海開きや山開きなど夏の準備が各地で始まっております。夏といえどどこまでも広がる清々しい青い空。顔を上げて空を見ていると心の緊張がふっとほどけるように軽くなり、清々しさが体全体に広がっていくようです。

ストレスを受けたり、メンタル的に落ち込んでしまったりすると、うつむきやすくなります。うつむきは「鬱向く」といわれるように、自分の姿勢や表情が心の状態を更に引き寄せてしまいます。そんな時はまず空を見上げて思

いっきり深呼吸をしてみましょう。夏の青空のエネルギーを身体全体で感じてみましょう。太陽からの光の粒子で認識する空の青色は、科学的にもホルモンや脈拍、血圧などに反応していますので、血圧が上がったり下がったり特定のホルモンが分泌されていきます。

青色は副交感神経に作用し、リラックスした状態やセロトニンという癒しホルモンの分泌も促し、心が安らいだようになり幸福感を感じやすくなるのです。

空は広々と自由で誰の上にも平等に、そしてどこまでも広がり繋がっています。人は誰でも辛さや苦しみ、孤独を感じることもあるかと思

います。ぜひ青空の力を活用していきましょう。



臨床心理カウンセラー 但野 真実子
株式会社ココロ 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

駅前の有料老人ホームはご夫婦での入居が多い その魅力を実感してください

見学会のご案内



7月より2室限定の見学会を開催します。

JR茅ヶ崎駅より徒歩5分に位置する「湘南ふれあいの園」はゆとりある居室がご夫婦に人気のホームです。お部屋にはバス、トイレ、ミニキッチンを用意、洗濯機も設置できることから、マンションのような暮らしができる住環境です。

また、茅ヶ崎中央病院が併設されており、日々の受診や人工透析の通院にも便利。近隣には大型スーパーをはじめ、市役所、公園、映画館、温泉などがある都市型ホームです。

ぜひ一度見学にいらっしやいませんか。

体験入居も
同時受付中



ご予約・お問い合わせ

ふれあいグループ
介護付有料老人ホーム
湘南ふれあいの園

☎0467(86)6534
茅ヶ崎市茅ヶ崎2-2-3
(JR茅ヶ崎駅北口徒歩5分)

湘南ふれあいの園

教えて! ハマの代書屋 Q&A vol.32

遺言書を意図的に隠すとどうなるの?

自分の親が亡くなった後、子供たちの間で遺産分割を行い、相続手続きも無事完了したとします。その後、遺品整理をしていたら偶然親の遺言書が出てきた場合、その遺言書はどのように扱うのがよいのでしょうか?

例えば、遺言書を見つけた相続人が「今さら遺言の内容で揉めたくない」と思い、その遺言書を隠してしまったりとします。

民法では、遺言書の存在を知っていたにもかかわらずそれを隠してしまうような行為をすると、相続欠格(相続人としての地位をはく奪)に該当することになっています。

また、遺言書の存在を知っていた、あるいは見つけたにもかかわらず、遺言書はないと嘘をついたり隠してしまったりすると、刑法に違反する行為に該当し、犯罪として罰せられてしまいます。

遺言書がある場合は、原則として遺言書の内容に従って遺産を分けることになります。

しかし、相続人全員が遺言と異なる遺産分割に承諾した場合には、相続人同士で決めた遺産分割で相続することができるのです。

もし、遺品整理などで遺言書が後から出てきた場合には、隠したり破棄してしまったりせず、まずは他の相続人と相談することをお勧めします。

相続遺言手続き・
各種法律書面作成なら
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)



愛されて130,000本。毎日飲む糖がさらに飲みやすく! 「これ、飲みやすい!」の声多数!

さらっと飲みやすい糖の甘酒

[広告特別価格] 27%引き 通常価格1,080円を

1本 720ml **780円** (税込)
送料全国一律 540円

3本以上 **送料無料**
6本以上 「お料理用塩糖」進呈 (200g)



お申込締切日 7月31日(月)
お申込は電話またはFAX・はがき
TEL **0120-850-502**
FAX **025-333-4827** (24時間受付)

甘酒・麴ブームの火付け役 テレビ取材も多数! 古町製菓製造所より直送

銀座、自由ヶ丘で糖下りリンクが話題となり、今日の甘酒ブームの火付け役として知られる、米どころ新潟発の糖下り専門店「古町製菓製造所」の毎日飲む糖下りリンクが、さらっと飲みやすい、糖下りリンクをお届けします。原料は新潟のお米と米麹だけ。いわずに「甘酒」を飲むと抑えられた甘み、つぶつぶ感をなくしたため、さらさらとした飲みやすさを実現。ストレーラーでも飲めます。もちろんノンアルコール。糖下りリンクは健康的なブレンドタイムはいかがでしょうか?



「元気な毎日のために続けたい」方へお得な定期便
・10%引き・送料無料・定期プレゼント付 (税込)
月々6本 **5,832円**

庭木1本からお手入れOK!



お約束
☆庭木1本より明瞭料金
☆土日でもOKです
☆トイレはお借りしません
☆お茶はご遠慮します

●ヨコハマよみうりをご覧の方へ
生垣剪定幅1m(高さ2m)通常2,000円を
先着10名様 1,000円 (※税別)

株式会社ガーデンエクスプレス
☎045-532-3709
年中無休
横浜北支店 都筑区茅ヶ崎東5-13-21
横浜南支店 戸塚区上矢部町498-10
営業時間 9:00-17:00

SUMMER CONFERENCE 2017

in パシフィコ横浜 2017.7.22[sat]・23[sun]
日本を変えるのはオレたちだ!!

～政治・経済・社会の著名人が大集合!～
THE SINGULARITY IS NEAR セミナー
新技術を用いたロボットを制作している、ロボットクリエイターの高橋氏より講演をいただき、現在の日本の現状と新時代に生きることもたちに今後の技術の展望、新時代何を伝えるべきかを講演していただきます。
■講師ゲスト
高橋 智隆 氏
(株式会社ロボ・ガレージ 代表取締役社長)
開催場所: 会議センター501-502
日時: 7月22日(土) 15時30分～16時30分

～横浜市民みんなで横浜を盛り上げよう!～
ギネス世界記録® 町おこしニッポンに挑戦!
「リレー形式で食べさせ合った最多人数」
食べさせ合うものは、横浜名物の「シウマイ」!!
※5月26日現在の記録1,101人
参加された方の中から抽選で、有名ホテル宿泊券、ディナー券、スカイダック横浜 こども乗車券、コスモクロック21観覧車へご招待券、横浜F・マリノス無料観戦券等が当たる!
7月22日(土) 8:30受付開始 対象: 小学4年生以上
※熱中症対策に帽子とタオルをご持参ください。※雨天決行いたします。雨天の場合はカッパをご持参下さい。



サマコン
詳しくはコチラで検索!
主催: 公益社団法人日本青年会議所
共催: 一般社団法人横浜青年会議所