

ともにつくる ..... vol.60

共創横濱

横浜市政策局  
×  
ゴールドマン・サックス  
社会福祉法人たすけあいゆい  
株式会社公共経営・社会戦略研究所

横浜市では企業、NPO、自治会町内会など  
皆さまとの対話を重ね、新たな価値を創り  
出す「共創」の取り組みを行っています。  
■ ☎045 (671) 3995 共創推進課  
www.city.yokohama.lg.jp/business/  
kyoso/kyoso-info/kyoso.html

## 社会を生きる力を育む

横浜市政策局では、2016年10月から  
資金提供者であるゴールドマン・サックス  
と連携し、家庭環境に困難を抱える子ども  
を主な対象とした学習支援・生活支援・居  
場所づくりを実施。この事業を通じて生じ  
た社会的インパクトを評価するモデル事  
業に取り組んでいる。

午後3時過ぎ、「こんにちば〜!」と元気よ  
く男の子が飛び込んできた。ここは社会福  
祉法人たすけあいゆいが運営するコミュ  
ニティーサロン「おさん」。そこで週3回開校  
する「おさん・ひなた塾」がそのモデルだ。  
現在、小学生30人が登録し放課後を過  
す。職員やボランティアから勉強を教わり、  
食事をとったり、遊んだり。その結果、子ども  
たちの学習意欲が向上し学習習慣が定着、  
親や教師と違う「大人」とのコミュニケー  
ションをとることで社会性が身についてき



「毎日勉強しに  
来たい」と子ど  
もたち。幅  
広い年齢層の  
スタッフたちは  
家族のよう  
な存在だ。親  
御さんとの情  
報共有を心掛  
けているとい  
う。

た。また学校・地域・行政との協力体制も生  
まれた。「ひなた塾の役割は触媒的な働き。  
社会に向かう出発点になってくれば」と塾  
長の吉川勇さんは話す。当モデルの評価  
者である株式会社公共経営・社会戦略研究所も、  
費用を上回る便益が生み出されたと評価。

横浜市は、将来的には民間投資によって  
公共的な事業を実施し、その成果に応じて  
行政が後払いを行う社会的インパクト投資  
(SIB)の導入を目指す。

**Yokohama Professional Sports Teams**  
横浜市のプロスポーツチームを応援しよう!

**Baseball**  
【横浜DeNAベイスターズ】  
セ・リーグ公式戦

(横浜スタジアム)  
● 9/5(木) 18:00〜 VS 阪神  
● 9/10(火)・11(水)・12(木) 18:00〜 VS 巨人  
● 9/14(土) 17:00〜 VS 東京ヤクルト  
● 9/18(水) 18:00〜 VS 広島  
● 9/20(金) 18:00〜、21(土) 17:00〜 VS 巨人

**Soccer**  
【横浜F・マリノス】  
2019明治安田生命 J1リーグ  
(ニッパツ三ツ沢球技場)  
● 9/14(土) 19:00〜 VS サンフレッチェ広島

**Soccer**  
【横浜FC】  
2019明治安田生命 J2リーグ  
(ニッパツ三ツ沢球技場)  
● 9/7(土) 18:00〜 VS ヴァンフォーレ甲府  
● 9/15(日) 18:00〜 VS 大宮アルディージャ

**夢のクルーズへ MSCスプレディダ★**  
9/14(土)・21(土)・30(月)

客船入港情報  
ピックアップ

入港予定、セレモニーに関する問合せ 横浜市港湾局客船事業推進課 ☎045(671)7272  
https://www.city.yokohama.lg.jp/kanko-bunka/minato/kyakusen/ 横浜市 客船・クルーズ

海への限りない愛情から、環境にやさしい  
テクノロジーを搭載したMSCスプレディ  
ダ(137,936総トン、全長333.3メートル、  
乗客定員4,363名)。9月は、日本をぐるっと  
周遊し、大黒ふ頭に着岸する。

主な客船の入港予定

- 9月9日(月)・18日(水)・23日(月・祝) ダイアモンド・プリンセス
- 9月14日(土)・16日(月・祝)・27日(金) 飛鳥II
- 9月19日(木)・20日(金)・23日(月・祝)・24日(火) ばいふいっくびいなす
- 9月21日(土)・22日(日) セレブリティ・ミレニアム
- 9月23日(月・祝)・30日(月) にっぽん丸

※横浜大さん橋国際客船ターミナル着岸予定  
※☆は山下ふ頭、★は大黒ふ頭に着岸予定(見学者の入場不可)

こころの力アップで  
毎日をステキに♪ vol.59

## 普段の力〜

9月になるとまだまだ残暑が厳しい中にも、  
昼夜での気温差や秋の訪れを感じる瞬間  
があります。そして夏の猛暑の疲れなどから  
くる自律神経や内蔵機能の乱れでおこる「残  
暑バテ」があり、疲労感、倦怠感、寝不足を強  
く感じる方も多くいらっしゃるかと思います。  
この時期はこういった症状から「もしかしたら  
鬱なのかも」と心配される方も多いので、ま  
ずは睡眠、運動、食事を意識してみましょう。  
エアコンを活用し室温調整など睡眠環境  
を整えることも大事ですが、眠れないというこ  
とに意識をもっていくとさらに眠れなくなりや

ハッピー相続の  
ススメ vol.24

遺留分の制度の  
見直しがされました

民法(相続法)の改正により、令和元年  
7月1日から「遺留分の制度」につき、その内  
容が変更されました。今回はその概要をご  
紹介します。

まず遺留分とは、兄弟姉妹以外の相続人  
に対し、法律上保障された一定の割合の相  
続分のことです。例えば、父親が亡くなっ  
ている状態で、今回母親が亡くなり、子どもは  
長男と次男がいたとします。この母親は遺  
言書で「全財産を長男に相続させる」との  
意思を残していたとすると、次男は何も相

すいので、呼吸に意識をもっていく方法があ  
ります。鼻の粘膜に通る空気の流れを意識し  
ながら呼吸をします。吸う時は体温より低い  
冷たい空気、吐く時には身体からでていく体  
温で暖められた温かい空気を感じながら鼻  
の中の粘膜に意識をもって呼吸をすると次第  
にリラックスして眠りやすくなります。

また無理に運動をしなくても、普段のお掃  
除や行動を大きな動作として心がけること  
がストレッチ効果となり体を動かすことに  
なります。そして胃腸を労るためにも、野菜  
たっぷりスープで栄養をつけましょう。普段  
意識することで楽しく過ごしていきましょう。

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  
(横浜市西区平沼1-33-1 日新横浜ビル5階)  
☎045-548-4156  
インターネット放送局「わいわいテレビ」出演



続することができないことになります。

しかし、このケースでは次男の遺留分は  
4分の1であり、次男が長男に遺留分を請求  
することができます。改正前は、遺留分を請  
求すると、すべての財産が共有状態となり、  
特に不動産が共有となれば、非常にその解  
決が困難でした。

そこで、改正後では、遺留分を請求する  
と、その遺留分相当額の金銭を請求するこ  
とができるとされました。これにより、仮に  
相続が発生し、遺留分が請求された場合で  
も、問題の解決が容易となったと言えます。

テレビ東京「ガイアの夜明け」で特集  
司法書士 長津田総合法律事務所  
司法書士 高橋 欣也  
横浜市緑区長津田5-1-12  
☎0120-52-8349 (9時〜20時)



**よこすか能 蠟燭能 鷹姫**  
観世喜正プロデュース  
演目・出演:  
仕舞「藤戸」 観世喜之  
仕舞「善知鳥」 永島忠修  
狂言「泉山伏」 野村萬斎  
能「鷹姫」 大槻文蔵  
観世喜正 野村萬斎

11/9(土) 16:00開演 大劇場  
S席:5,000円 A席:4,000円 B席:3,000円

**ザ・グレン・ミラーオーケストラ**  
THE WORLD FAMOUS GLENN MILLER ORCHESTRA  
JAPAN TOUR 2019  
ニック・ヒルシャー  
(バンドディレクター)  
曲目:イン・ザ・ムード  
ムーンライト・セレナーデ  
チャクラー・ガ・チュー・チュー  
茶色の小瓶・真珠の首飾り  
ほか

11/16(土) S席:6,500円  
A席:5,500円  
15:00開演 大劇場 B席:4,500円

**横須賀芸術劇場** (25) ☎046-823-9999 チケット好評発売中!!  
横須賀市本町3-27 京急汐入駅前/JR横須賀駅徒歩8分 横須賀芸術劇場  
https://www.yokosuka-arts.or.jp

読売・日本テレビ文化センター  
**よみうりカルチャー横浜**  
TEL 045(465)2010 横浜駅東口・横浜新都市ビル(そごう)9F  
よみカル横浜

**青島 広志の「日本の歌150年」を一緒に**  
お話とピアノ 青島 広志 テノール 小野 勉  
作曲家・東京藝術大学講師 青島 広志  
10/5(土) 11:00〜12:30  
受講料 3,500円(会員)、3,800円(一般)  
教材費 200円

**久能 靖が語る「知られざる皇室」**  
皇室ジャーナリスト 久能 靖  
10/19(土)・11/9(土) 13:00〜14:30  
受講料 2回6,400円

9月1日(日)〜30日(月)  
通常の半額程度の受講料で希望のレッスンを受けられます。  
体験フェア対象講座、日程などの詳細はお問合せください。

よみカル 体験日 1,000円 受講料

※掲載されている料金はすべて税抜き価格です

“世界最高のホールのひとつ”で日本屈指のオーケストラを  
**読売日本交響楽団**  
〜珠玉の令和オーケストラ名曲選〜

残りわずか  
お早めに!

2019 10/22(火・祝) 13:00開演 (12:30開場) 料金 5,000円  
14:40終演予定 2枚以上で1枚あたり 4,500円  
(全席指定・消費税込) ※未就学児の入場はご遠慮ください

**ミューザ川崎シンフォニーホール** (JR川崎駅 下車徒歩3分、京急川崎駅下車徒歩8分) 主 催 読売新聞東京本社 / 神奈川県連合読売会  
川崎市幸区大宮町1310

ボレロ モルダウ くるみ割り人形

松村 秀明 (指揮)

ヨコハマよみうりプレイガイド  
プレイガイドホームページ http://www.y-playguide.com/  
☎045-201-9748 (平日10〜18時) 土・日・祝日の電話受付はできません

販売ページQR