

ともにつくる vol.74

共創横濱

横浜市道路局
横須賀集客促進・魅力発信実行委員会
×
ひつじのショーン

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

横浜・横須賀サイクルスタンプラリー第2弾

絶好のサイクリングシーズンが到来。横浜・横須賀市では「ひつじのショーン」が案内する横浜横須賀めぐり サイクルスタンプラリーvol.2を12月15日まで開催中だ。

コロナ禍での開催となる今回は、スマートフォンやタブレットを活用したデジタルスタンプラリーを導入。各スタンプポイントで二次元コードを読み取り、デジタルスタンプを集めていく仕組みだ。台紙の受け渡しやスタンプの押印が不要のため、接触機会を削減できる。

スタンプポイントは、横浜・横須賀市内で「ひつじのショーン」の故郷、英国にゆかりのある施設全10カ所。横浜はみその公園「横溝屋敷」や旧伊藤博文金沢別邸など5カ所、横須賀も浦賀の渡し船などの5カ所だ。今回は10カ所中7カ所が新たなスタンプポイントとなっており、前回の参加者も



SHAUN THE SHEEP AND SHAUN'S IMAGE ARE ™ AARDMAN ANIMATIONS LTD. 2020
自転車ルールを守り、感染症対策も忘れずに。スタンプ10個獲得の賞品は、ひつじのショーンオリジナルサイクルジャージ

新鮮な気持ちで楽しめるはず。スタンプを集めたら各賞に応募しよう。2個集めるともらえる先着参加賞のほか、獲得個数に応じて抽選で豪華な賞品が当たる。

「自転車で横浜・横須賀の魅力を見出し、3密を回避しながら運動不足解消にもつなげてほしい」と横浜市道路局交通安全・自転車政策課の吉田さん。参加には専用サイト(右記二次元コード)から登録を。安全に楽しく、風を切って走ろう!



横浜の記録 vol.15

「横浜-ナホトカ航路をつなぐ客船」



写真・文 写真家 森日出夫 1947年横浜市生まれ。JPS(日本写真家協会)所属。長年撮り続けた横浜の街・人・時代を「森の観測」と名づけ、それらの作品を写真集や個展に多数発表している。独自の感性で森の「記憶」を記録する。

1987年頃、横浜港をロシアの客船ハバロフスク号が大規模橋へ向かう。まだベイブリッジが工事中の時だ。当時は日本で唯一の外国定期客船航路で横浜-ナホトカをつないでいた。僕は、この客船でナホトカ航路とシベリア鉄道の取材の旅に出た。津軽海峡を抜けてウラジオストクに着くが、港は撮影禁止である。カメラを向けたらフィルムは没収の時代だった。

ポストカードの車窓からひまわり畑が見え、映画『ひまわり』の風景そのものだった。

ココロカで vol.71

毎日ステキに♪ Q かまってほしいのかいつも悪口ばかり言う人がいてうんざりします。

A 悪口ばかり言う人の特徴として、寂しがりやでかまって欲しく、共通の話題を作るために悪口を言ってしまう。またはネガティブ思考で被害妄想が激しく、全てにおいて自分に関連づけて考えてしまう。負けず嫌いでプライドが高く、自身の固定概念が強く自分は正しいと強く思い込んでしまう。プライベートや仕事で上手くいってなく、人を否定することで自尊心を保ちストレスを発散している等があります。

さまざまな背景はあるものの、あまりにも否定的なことを聞く機会が多いとストレスとなり、自分のメンタルも弱り免疫力も落ちてしまいます。

寂しがりやで悪口をいう人の場合は承認欲求を満たすようにするのも方法の一つ。悪口が始まりそうな時は話題を切り替えてみることや、悪口を言いだしたら「いつも周囲のことに気がついてすごいね」など褒めてみましょう。褒められることで「寂しい」という感情が癒され、徐々に悪口が少なくなっていきます。

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
(横浜市西区平沼1-33-1 日新横浜ビル5階)
☎045-548-4156
ねむりセラピスト協会代表
インターネット放送局「わいわいテレビ」出演

横浜ブルク13 スケジュール

上映時間はお問合せまたはHPでご確認ください

- ストックホルム・ケース 11/6~
- 461個のおべんとう 11/6~
- おらおらでひとりいぐも 11/6~
- 十二単を着た悪魔 11/6~
- 羅小黒戦記(ロジャオヘイセンキ)ぼくが選ぶ未来 11/7~
- ミッシング・リンク 英国紳士と秘密の相棒 11/13~
- THE CAVE(ザ・ケイブ)サッカー少年救済までの18日間 11/13~
- 魔女見習いをさがして 11/13~
- STAND BY ME ドラえもん2 11/20~
- フード・ラック!食運 11/20~
- アーニャは、きっと来る 11/27~

クーポン 有効期限 2020/12/4

cafe OASE 50円引クーポン

IMAX 横浜ブルク13 検索 桜木町駅前

TEL:045(222)6222

横浜ブルク13 映画情報 Vol.63

ドクター・デスの遺産 -BLACK FILE-

11月13日(金) 公開

【監督】深川栄洋
【出演】綾野剛 北川景子 岡田健史

人を安楽死させる連続殺人犯ドクター・デス。猟奇殺人犯なのか?救いの神なのか? あなたはこの正義に驚愕する——。

栗の里から美味しいメニュー & 新米をお届け!

特別価格米沢牛フェア!!

自然に囲まれ、きれいな空気と広々とした敷地が自慢の栗の里。店内100席・テラス30席のゆったりとした空間で、食事をお楽しみいただけます。

米沢牛ロースステーキ(ライス付) 2,900円 → 1,900円

クーポンご利用で 2,900円 → 1,900円 (+800円で米沢牛100%ハンバーグ(150g)を追加できます!)

レストラン&ローズガーデン 栗の里

046(245)1341 11時~21時 (L.O.20時30分)

厚木市山際554-1

GoToイート申請中 無休 50台

特A品種 『はるみ』 美味しい新米 できました!

はるみ白米(5kg袋) 2,590円 (10kg) 4,980円 (20kg) 9,860円

はるみ玄米 (10kg袋) 4,680円 (30kg袋) 13,480円

こだわりのコシヒカリ玄米 (30kg袋) 11,480円

お徳なコシヒカリ玄米 (30kg袋) 9,980円

生産者が自宅まで無料配達します ※10kg以上 ※価格は税別

☎046(289)2969

お米農家 栗の里 10時~21時

歩く バスツアー

コロナ感染対策取組み

横浜駅発着 上州鬼石 冬桜と紅葉の饗宴ウォーク

群馬県藤岡市(=上州鬼石)に珍しい冬桜を訪ねる。可憐な約7,000本の冬桜と紅葉とのコラボレーションは見ごと。初級、8,000歩。 ※この旅行はGoToトラベル事業の支援対象です

出発 11月30日(月) JR横浜駅7時45分

料金 1人 6,890円(昼食付) (旅行代金総額10,600円のうち、Go To トラベル補助3,710円) ※ツアー中ご利用できる、地域共通クーポン付(2,000円分)

定員 30名(先着順) コロナ対策シート

※紅葉時期により、内容が変わる場合があります

旅行企画・実施 (株)日本旅行 藤沢支店 観光庁長官登録旅行業第2号

問合せ・資料請求 ☎0466(22)7411 あしまめ旅行舎

「これから」を謳歌する、60代・70代・80代のための住まい

シニア向け分譲マンション

シニアの新しい住まいのカタチ

「東戸塚」駅最寄り誕生

リタイア後も自分らしく自由な暮らしを楽しみながら安心感のある快適なセカンドライフを送りたい。こんな希望に応えるのがシニア向け分譲マンション「デュオセー又横濱東戸塚」。

説明会ではシニア向け分譲マンションの特徴や、入居後の見守り、介護、医療、健康サポートやサービス体制、老人ホームとのつながりなどをわかりやすく解説していきます。※会場では感染予防対策を実施しています。

24時間スタッフ常駐 看護師常勤 介護のツキイ併設

温泉大浴場(人工) レストラン併設 協力医療機関

予約制/参加無料 「横浜ベイシェラトン」にて出張説明会開催!

出張ホテル説明会 概要

日時: 11月13日(金)

ご説明は各回約1時間程度です。

①10:00~ ②11:00~ ③13:00~ ④14:00~ ⑤15:00~

会場:横浜ベイ・シェラトン ホテル&タワーズ 6階「うめ」

JR横浜駅西口徒歩1分/横浜市西区北幸1-3-23

主催:フージャースケアデザイン デュオセー又横濱東戸塚

説明会のお申込みは デュオセー又横濱東戸塚 マンションギャラリー

☎0120-600-242

受付時間10:00~18:00(火曜・水曜定休)

シニア 横濱 検索

庭木1本からお手入れ OK!

見積無料

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)

ガーデンエクスプレス

横浜北支店 都筑区茅ヶ崎5-13-21 営業時間 9:00~17:00

横浜南支店 戸塚区戸塚町 2834

☎045-532-3709

年中無休