

えがお 4月号

港北区限定

彩りあふれる豊かな生活をもう一度取り戻す

地元の弁護士・司法書士による 無料個別相談会

3月27日(水)9時~12時 (30分ずつの予約制)
円満な相続のための様々な提案
身近な専門家がアドバイス

弁護士 稲田 遼太 第一東京弁護士会所属 港北区在住
司法書士 佐伯 啓輔 司法書士佐伯輔事務所 新横浜

開催場所: 港北区箕輪町 2-7-60-1 ACTO 日吉 まちのワークスペース
参加無料(予約優先) ☎ 045-475-1279 (9時~18時)

一般社団法人地域
コミュニティ振興協会

〒222-0032 横浜市港北区大豆戸町423-3 菊名台ハイム102 ☎090-8305-1006 FAX 045-299-6432

投稿や問い合わせ 掲載や取材の希望はえがお編集部までお気軽に kouhokuegao@gmail.com

港北えがお

インターネット検索は
検索窓に「港北えがお」と
打ち込んでクリックしてください
https://kouhokuegao.com



高橋 稔さん 80歳

CONTENTS

表紙 高橋 稔さん 80歳

弘瀬 美加さんの著書紹介

ボーカルアンサンブルフルール
港北区民の会Tomodachi club
クローバーカフェ

えがおの介護相談所

えがお文壇 真龍堂 今年の占い
えがおスマホ講座

えがおのひろば

えがおの先生 吹上 旭子先生
編集後記

港北警察署からお知らせ
還付金があります!は詐欺!
↓ 不安なときは迷いなく! ↓
港北警察署 546-0110



10代の高橋さん

東京オリンピックが終わった頃、植木屋で修行。親方の作った庭に手を入れ技術を習得。世の中が垣根からブロック塀に、また庭の手入れ仕事が減った時に、ブロックや鉄の溶接をする会社を興す。当時は緑区大場町や神奈川新町、新横浜や中山とエリアを拡大した。29歳の時に教師だった女性と結婚し2人の子どもを授かる。

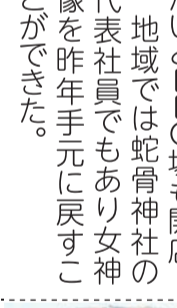


新幹線が通る前の生家 ここで生まれ育った高橋さん

昭和45年ごろ家族と一緒に現在の新横浜に暮らし、洗濯物が乾かなくて困ると話していた。ならば、湿気が多いことを活かして、陶芸をやろうと考えた。最初に陶芸工房ができ、その後、陶芸作品の展示販売のために今の蕎麦屋の店舗を建築。この場所で蕎麦屋をしたら陶芸器を活かすことができる、とひらめき70歳を前にして仕事は引退し蕎麦屋は平成16年に開店。地域の自然を生かしたいとBBQ場も開店。地域では蛇骨神社の代表社員でもあり女神像を昨年手元に戻すことができた。

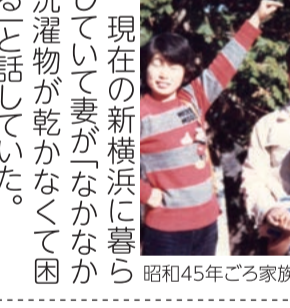
24時間危機管理意識・365日危機管理

高橋 稔さん
昭和18年7月15日新横浜生まれ。小さい頃は「勉強もしないでよくでなしたつたよ」と言うが、畑にお茶を届け、五右衛門風呂に水を入れ、家族を手伝う。「裏庭や小机城の麦畑で遊んだよ」と思い出を語る。城郷小・城郷中学。不登校の子が「稔くんとなら学校に行く」と言ったので遠回りで通学。卒業後は農業をしたが昭和34年頃から測量が始まる。「弾丸道路建設計画」の噂があったが実は新幹線線路建設。敷地を新幹線が通るので家を建て直すことになる。



昭和45年ごろ家族と一緒に

現在の新横浜に暮らし、洗濯物が乾かなくて困ると話していた。ならば、湿気が多いことを活かして、陶芸をやろうと考えた。最初に陶芸工房ができ、その後、陶芸作品の展示販売のために今の蕎麦屋の店舗を建築。この場所で蕎麦屋をしたら陶芸器を活かすことができる、とひらめき70歳を前にして仕事は引退し蕎麦屋は平成16年に開店。地域の自然を生かしたいとBBQ場も開店。地域では蛇骨神社の代表社員でもあり女神像を昨年手元に戻すことができた。



70才 欧州旅行で

「24時間危機管理意識・365日危機管理」という言葉を大切に、いつ何が起きても対応できるように、と今年の能登地震などを聞いていて何度も思っていた。新幹線は危機意識を強く持っているから常に進化している。開通当初、新幹線ひかり号が通った後にぶつかった鳩の死骸が畑にあった、また大きな振動があったが今では全く気にならない。このように常に危機意識を持って常に改善することが大切。しっかりと積み上げていくことが大切だと嘯みしめるように穏やかに語ってくれました。

幸せですかと聞くと「不幸せだよ」と大きく笑っていました。「時代に流され翻弄され泳ぎ渡るのが精一杯。いつ溺れるのかと不安なことも多いんだよ。うまく生き残っていると言う人もいるけれど押し流されたままでも何とか生き残るんだな」と話してくれました。高齢者を迎える人にアドバイスをと聞くと「若い人たちに立ち向かっていてもダメ。若い人たちと一緒に横にそって寄り添い、そして大切にする。アドバイスなんて考えないよ」と言ってくれました。

大倉山 あかまつ皮フ科
Okurayama Akamatsu Dermatology

お肌のお悩みや皮膚のトラブルなら
女性医師の当皮膚科へ
どうぞお気軽にご相談ください。

☎ 045-717-8200
〒222-0037
横浜市港北区大倉山3-26-6 三保クリニックビル 1F
東急東横線大倉山駅よりエルム通り方面徒歩5分
駐車場・駐輪場完備

万全の感染対策で訪問歯科診療

- 体調確認の徹底
スタッフは例外なく検温・体調確認を実施。訪問先も14日間の体調不良をしっかりと確認しています。
- 飛沫の心配なし!
歯科では普段からマスク・ゴーグル。手指衛生は完全です。治療器具も徹底して飛沫の心配はありません。
- 殺菌・消毒の徹底!
訪問時でも使用した器具は持ち帰ってクリニック内で処分・殺菌・滅菌処理を実施します
- 口腔ケアの重要性アップ
口腔ケアは感染リスクを下げるのがわかっています。新型コロナウイルスにも期待されます!

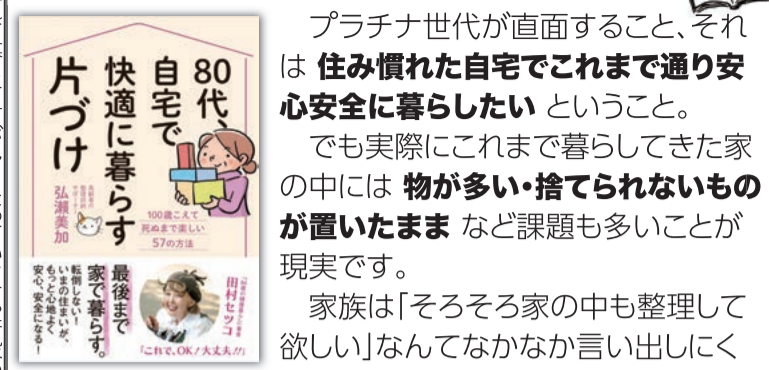
訪問歯科診療のご相談は
ココセットデンタルクリニック
菊名駅西口駅前 045-430-4618

訪問マッサージ
～ご自宅まで訪問します～
リハビリ・機能訓練
はり・きゅう・マッサージ

- ◆ 首・肩・腕・腰・膝に痛みやしびれがある
- ◆ 麻痺や拘縮、浮腫み等で動かしづらい
- ◆ パーキンソン病・脳疾患後遺症・その他難病
- ◆ 健康保険証が使えます(医師の同意が必要)

からだ元気治療院 横浜港北店
☎ 045-620-0597
https://www.ogawa-hompo.com
港北区新横浜 1-18-3-501 お試し体験受付中!!

えがおおすすめ書籍紹介 **80代、自宅で快適に暮らす片づけ** 100歳をこえて死ぬまでに楽しい57の方法



プラチナ世代が直面すること、それは **住み慣れた自宅でこれまで通り安心安全に暮らしたい** ということ。でも実際にこれまで暮らしてきた家の中には **物が多い・捨てられないものが置いたまま** など課題も多いことが現実です。家族は「そろそろ家の中も整理して欲しい」なんてなかなか言い出しにくい

です。家族間でも気を遣いますよね。また、片づけるといって断捨離などに代表される「エイヤ！と捨てる覚悟」「思い出の整理術や大切なものでも捨てられる考え方」というイメージもあります。そういうときにこの本はそつと **体と心にやさしい片づけ** しませんかと優しいアドバイスをしてくれるようでした。その印象は読み進めてみるといつそう強く心に響いてきます。その秘密はこの **80代、自宅で快適に暮らす片づけ** を手にとってみると、どの方でも納得できると思います。ぜひ紹介されている **57の片づけ** を試してみませんか

著者紹介：弘瀬美加さん 高齢者の整理収納サポーター
高知県生まれ。大阪育ち。comfy living代表。福祉住環境コーディネーター2級、福祉用具専門相談員、高齢者の整理収納サポーター養成講座基礎研修認定講師、整理収納AD1級、ルームスタイリスト・プロ、介護環境整備士。義祖父の在宅介護の経験から、住環境における心と体の相関性に気付き、総合建設コンサルタント会社で働きながら勉強をして現在の仕事を始める。在宅介護経験者だから伝えられる実践的な整理収納スキルで、高齢者の心身の特性に配慮した、安全で安心な住まいの整え方を提案している。

購入方法は近所の書店か、右のQRコードの興陽館のホームページで入手できます！

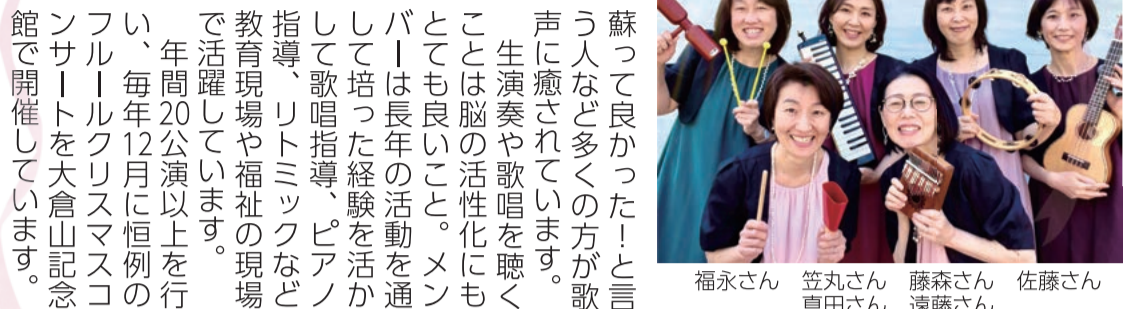
丸紀製麺工場 直売会 第1土曜9時～11時
会をご存知ですか
鶴見川沿いの新吉田東7丁目の丸紀さんは毎月第1土曜9時～11時に直売会を開催しています！定番の麺のほか季節の麺も並び、直売会は毎回大人気！まだの方は一度伺ってみてはいかがでしょうか。よつか。直売は4月6日(土)です！
鶴見川沿いの朝のお散歩にぴったりのすよ！
港北区新吉田東7-27-10 ☎045-543-4289

えがおの介護相談所
春の訪れでも体調の変化にも注意を！
この号が出るころには寒さも和らいできて、桜前線の話も出てくるころと思いませんか。ただ、春の訪れを喜ぶばかりではなく、高齢者には体調を崩しやすい時期でもあるので要注意です。昼間は暖かくなって朝や夜は寒かったり、日によっても寒暖の差が大きかったりして風邪をひきやすくなるので、体温調整をこまめに行いましょう。また、この時期は認知症の人が落ち着かなくなりやすい時期でもあります。この時期は介護サービスを利用しましょう。この時期は介護認定を受ける人が多いので、早めの申請をお勧めします。

介護の相談はお気軽に
監修・和田聖一郎
居宅介護支援責任者
主任介護支援専門員
港北ケアプラン
☎540(2)861

ヴォーカルアンサンブルフルール

西区の先輩グループ「二座にし」の有澤さんから音楽ボランティア活動の手ほどきを受けながら活動を続けてきました。最初からシニアグループや介護施設や町内会の集い、子育て支援拠点などで演奏活動をしていきます。高齢者施設では、全く喋らなかつた人が歌い出したり、表情が曇っていた人の目がキラキラ輝き出したり、女学生の頃の思い出が蘇って良かった！と言



福永さん 笠丸さん 藤森さん 佐藤さん 真田さん 遠藤さん

フルールさんのコンサートには参加型。家では出せない大声を出したり、歌で季節を感じたり、体を動かしたり、すっきりすると評判。クラシックやミュージカル音楽、ポピュラーから昭和歌謡、演歌まで幅広いジャンル選曲構成し、大人にも子どもにも楽しんでもらえるよう工夫しています。ぜひ皆さんの集まりにも素敵なコンサートを体験してみませんか

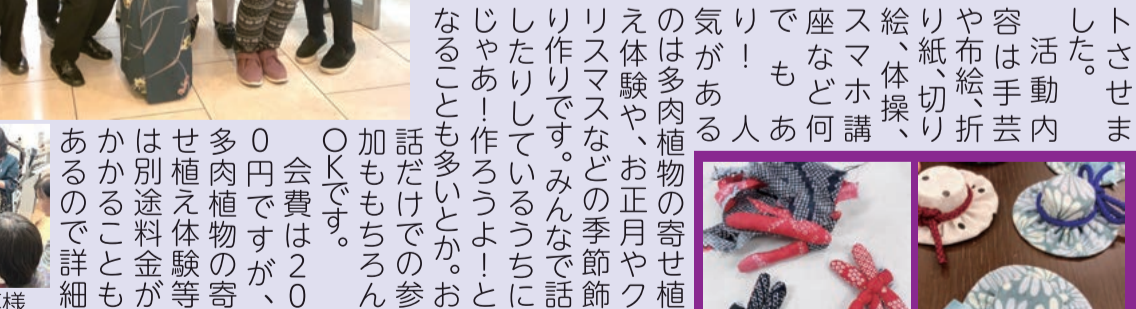
港北区民の会 Tomodachi Club

港北区民の会港北18区中で北部区で50年以上続いている区民の会、もともと横浜市の要請を受けて始まった地域を活性化させる素晴らしい会。区内において不便を感じることや改善した方がよいことなどを役所に申請をしたりまたその解決策などを行ってきています。

現在では年2回以上活動しています。例えば横濱港北ふれあい祭りなどで港北区のことを知っていただくクイズを出したり、またその日のプレゼントのメダル作り(写真左下)、今はコロナ中で少しお休みしていますが自転車の乗り方講習会や老人ホーム等での車椅子を清掃する活動などを主にしています。大変有意義で楽しい活動ですがコロナ禍を経験してメンバを再度募集することになりました！ぜひこれから各種の活動を実施する際に一緒に手伝ってください方を募集しています。

会費は年間千円で毎月第2水曜の10時から区役所や地域ケアプラザの会議室などをで活動をしています。実際に会合のお邪魔しましたがみなさんがこの街でのことや生活する人のことを大切にしているにこやかな雰囲気です話し合いが進んでいました。会長の清川さんが活動について横アリくんふれあい祭りで一緒にしました。丁寧な説明が印象的でした。どんなことでもぜひご相談を清川さんまで ☎080・3503・8816です。ぜひ港北区のことを一緒に考えて一緒に行動する仲間になってみませんか

クローバーカフェ
毎月第3木曜の13時から新横浜駅徒歩5分のタスカールシヨール横濱でクローバーカフェを開催しています。クローバー会は主催者の滝口さんほか1名と大豆戸地域ケアプラザ担当を中心に2020年に活動を開始！当初なかなか思うようなスペースが見つからなかったため、主催者の娘さんが勤務する会社のシヨールームの一角を借りて活動をスタートさせました。活動内容は手芸や布絵、折り紙、切り絵、体操、スマホ講座など何気があるのは多肉植物の寄せ植え体験や、お正月やクリスマスなどの季節飾り作りです。みんなで話したりしているうちにじゃあ！作ろうよ！となることも多いとか。お話だけでもの参加ももちろんOKです。会費は200円ですが、多肉植物の寄せ植え体験等別途料金がかかることもあるので詳細は問い合わせください。 ☎4333・8926



↑お茶会の模様

は問い合わせください。取材当日はシヨールームを運営するシネットの代表がお茶の体験会を開催していました。家で楽しむ抹茶をコンセットに美味しいお菓子とお抹茶でおおにぎわい。手が動くとおしゃべりもついつい活気がまします！一緒に楽しくおしゃべりませんか？どなたでも参加可能ですが人数に限りがありますので、参加ご希望の方はお気軽にお問い合わせください。

こちらがこれまでにクローバーカフェで作った作品達です 楽しそうですね

えがお川柳

「ばつちり」は死語かそうでないのか。1980〜90年代に広く使われた言葉だそうですが、私は今でも使う派です（笑）。死語と言われるものは他にも沢山ありますが、敢えてそれらを使うことで、ダサさや完璧でない様子を表現することもできそう。言葉の生き死には使いたい。次第、面白いですね。

ばつちり または自由 選者 **新垣紀子**

新垣先生

受験生笑み満面にバッチゲー
ポーズ決め最高の笑み写真撮る
ばつちりと決めたスーツから値札
参観日ばつちりメイクママきれい
ばつちりと言ったつもりが声震え
ばつちりと化粧決めても背が丸い
参考書学んだ問が目の前に
同窓会ばつちり決めたが反応なし
完璧に決めた男の寝ぐせピンツ
始まった夫婦仲良く花粉症
祭りではばつちり稼ぐ夜店かな
七三にバッチリ決めた父が居た
愛に燃えしあわせでしたこの指輪
壇上で上手に弾けたと決めポーズ
雪の富士何処から観てもバッチリと
主役より入学式の保護者席
きつちりと犠牲バントの二番打者
予想がばつちり当たらずとばつちり
人生は歩いていけるとばつちりね
受験生ばつちりでできた春を待つ
ばつちり決めさそうとかない九十三才
クラス会バッチリ決めてご出席
ばつちりでも五七五句に決め落選だ
うらやましばつちりリーゼント髪が無い
オータニサンすべて絵になる人気者
ばつちりと白黒つけて生きづらい
バッチリと決めても残る首の皺
ばつちりの箸が裏目になることも
発表会衣装化粧はばつちりね
強風にばつちり決めた帽子飛び
フェイク時代ばつちりですかりテラシー
ばつちりと皺に埋め込むファンデーション
自由吟

ライオから思い出の曲手が止まる
老家族ワンコも一緒まだ元気
我が女房マスク美人だはずすなよ
被災地を思えばなんのこれくらい
チョコ、クッキー我慢出来ないラッキーフード
雨水の夜菜の花湯がき酢味噌和え
増子化の対策省庁なげないの
座れたと思えば次は降りる駅
新生児翔平聡太が溢れる
寒い朝今日はやるぞと申告書

えがお歌壇

日本映画、外国映画懐かしい映画にあえた皆様の作品でした。映画はその映画を見たひとときと共に思い出されることが多いようです。思い出も作者の今の心です。

映画 または自由

選者 **山本 登志枝**

君と観た上野の小さきシアターの「太陽がいっぱい」あまく切なく
「ベンハー」も「十戒」も観た若き日よ迫力あふるるシーン浮かび来
この曲は映画のなかのあの場面往年のスターの渋き横顔
白黒の映像を見て蘇る清くはかなき十代の恋
映画館までの自転車二人乗り大きな背中中に安堵のあの日
地下鉄を降りて二人の孫と行く映画の題は「探偵コナン」
見るつもり全くなかった黒澤に目が離せなくなり気付けば「完」の字
寅さんの何処がいいの？と若い頃 今は涙し観る歳となり
観るたびに思わず涙してしまふ「ローマの休日」最後の場面
映画好きになったきつかけ遠い目の淀川さんのあの語り口
カッドウが映画になつて幾星霜戦後の日本救いて偉大
明かり点き夢から覚めた映画館トボトボたどる黄昏の路
憧れの女優の映画見たる後の話が弾む楽しき家路
中学時代許可なく友と映画見きたら大変昔の思い出
戦争の映像目にし悲惨さに一刻も速き停戦祈りぬ
校庭の野外映画上映会戦後の娯楽の微かな記憶
可憐なる面影のこす名女優数十年の時を経だつても
寄り添って映画見たのは青春期今はゆつたり一席あける
自由詠
春が来て隣家の菜園新しく土黒々と準備万端
春来るや煌めく流れの隅田川翼休める海鳥ありて

えがお俳壇

立春を過ぎて寒い日は続きます。「春は名のみの風の寒さや」というところですが今年も気温差の大きさに戸惑った事でしょう。次号は「山笑う」です。春の山の明るい感じをいいます。芽吹きが美しいですね。

立春 または自由

選者 **大垣鹿乃子**

立春大吉中華饅頭ふんわりと
春立つや鎮魂祈り能登の海
春立や 記憶の底を 掘りおこす
立春や トーストにのす目玉焼
立春や 冒険砦子の気配
八十路なほ夢を大事に春立ちぬ
立春の風に散らばる鳥の声
立春の白湯飲み干して外出す
珈琲の日向の波紋春立てる

今後のお題

川柳の題
三月末 位置
四月末 新鮮
五月末 うっかり

俳句の題
三月末 山笑う
四月末 豆の花
五月末 新茶

短歌の題
三月末 日常
四月末 たんぼの花
五月末 時計

えがおスマホかんたん講座 15

スマホを持っていて使っているけれども入力方法がわからないっていませんか？

① **トグル入力**
ガラケーと同じでキーを何回も押す入力方法。
② **フリック入力**
指を滑らせる入力方法
③ **ローマ字入力**
パソコンと同じキーボードで横画面入力です。
④ **音声入力**
話した言葉を文字に変換する方法。最近精度も上がりましたがどうしても誤認識があるの修正が必要。
⑤ **手書き入力**
文字がわからない場合などに限定。一般的ではないですね。

えがおのスマホパソコン救急隊

「えがお本間」というLINEの名前です！

左上のコードを読み取るとえがお編集長のLINEに友だち追加できます。港北区内であれば1時間3000円(以降30分1500円)です。出張料や基本料金などはありません。できる限りサポートします。まずはお電話で相談を ☎ 090-8305-1006 えがお

監修 真龍堂 えがおの占い 3/15~4/14の運勢

監修：新横浜・真龍堂 詳しい相談の希望は ☎ 080(6597)7388まで

卒業式や入学式、入社式、桜の花が似合う季節となりました。同時に精神的に不安定になってしまう人も多い季節とか。人生なるようにしかありませんから、今できることを無理せず一つずつしていけば必ず未来につながります。福の神様は笑顔が好きですよ。

子	こだわり捨て発想の転換を	午	勢い余っても言葉には気を付けて
丑	躓いても少しずつ前進して	未	穏やかな気持ちで過ごせる時
寅	4月に入って運氣上昇	申	ご先祖様が助け舟を出してくれます
卯	小さな怪我に注意!	酉	修行のつもりでちょっと我慢
辰	人の意見に耳を傾けてみては	戌	行き違いは早めに解決
巳	油断大敵、無理をせずに	亥	こだわりを捨て風の如くで吉を

港北ケアプラン 登録ヘルパー募集!

未経験・未資格者歓迎! 資格がなくてもOK、資格取得補助あり(ホームヘルパー2級・初任者研修修了者尚可)

時給1,400円~2,000円・早朝 深夜手当あり 移動手当あり 通勤手当あり
賞与年2回あり・前年度実績 5,000円~300,000円(勤務時間による)

港北ケアプランは地域に愛されて20年

045-540-2861

有限会社港北ケアプラン横浜市港北区大倉山6-5-14 045-540-2861 採用担当:坂本

キラキラ！輝く港北区の星！えがおの先生

あなたの近くにいる身近な先生
登録番号 61
ふきあげてるこ
吹上 旭子先生



日本美術家連盟会員、港北美術委員、二科展入選(1980年)第13回手作りの絵本展佳作賞(1995年)広島市福屋デパート(1997~99年)スイス・モントレーアート・フェア(2011年)Shanghai Art Fair(2012年)、Parisアート・タイラ至宝祭~古の偉人達との伝日共演オブジェ(ベルシー美術館永久保存) 第14回世界平和芸術家協会出品 東京国際美術館(六本木) 2024「ジャポニズム アートワールド」グランプリ受賞

大阪の堺支店生まれ、大阪芸術大学短期大学、芸術学部デザイン学部を専攻し、創作活動に入る。実家が着物屋だったので幼少期から着物を見て育つ。その着物の印象を強く印象に残り現在の画風に現れている。

小さい頃に行ったことのある芸妓さん達の遊びを見て、とても美しいと感じ、その美しさを現在でも表現している。どのようなものも自分で創り出すことが多く、自分の持っているものや自分の着ているものなどは、その多くは自分で制作している。今回撮影した右上の写真のコスチュームも自作です

吹上旭子 Exhibition#1「小品展」

関西から移住し、初めて大倉山記念館で個展を開催します。
ぜひ個展をご覧ください。
4月23日(火)~29日(月)9時~17時
(初日13時から 最終日は16時まで)
お問い合わせは ☎090-5756-5871



えがおまつり 9月7日(土)

いつもの港北公会堂で開催されます！

募集中！
参加したい！
演奏したい！
これ見たい！
手伝いたい！
支援したい！

えがおまつりは港北区で開催されるプラチナ世代の祭典として令和2年にはじまりました！ときはまさにコロナ禍の真っ最中！外出できない時でもメンバーが一致団結してオンライン開催を実施！その後は港北公会堂で開催！これまでにのべ1000人の人が楽しんできました！港北公会堂で9月7日(土)の午後から夕方までぜひお越しください！今年も企画は盛りだくさん！当日はお友達を誘って来てくれる「お誘いボランティア」も大歓迎！もちろんスタッフとして参加も可能です！あなたにあったえがおまつりの参加もお待ちしています！

主催 港北えがおまつり実行委員会 問い合わせ ☎ 090-8305-1006 後援 港北区役所



新緑の大倉山から樽町を歩く
4月24日(水)9時
時半・大倉山記念館前広場
念願前広場・梅林・龍松院
乗寺→一の池跡→師岡熊野神社→市民の森→樽町杉山神社→横溝屋敷→トレッサ横浜(12時半頃解散)約5キロ(60名応募)抽籤4月15日(月)締切費500円・応募HP:ハガキに新緑の大倉山・住名・年齢・記入宛先・大倉山26-1港北区区民活動支援センター

港北美術区民会展
5月14日(火)~20日(月)第16回港北美術区民会展・みずきホール・港北区日吉7-6-29港北美術区民会事務所代表佐木義文 ☎090-3348-9622(出品料初年度1500円・2年目3500円)・行事希望者によるスケッチ旅行・絵画研究会(岡倉天心会・藍緑会・日本美術家連盟に推薦)但し日本美術家連盟は推薦後絵画審査有り

将棋同好会
毎週火曜・金曜に師岡コミュニティハウスでシニアを中心に将棋を楽しんでいます。棋力は初級レベルから、港北区鶴見区など高齢者将棋大会で優勝する実力者まで多彩です。将棋を通じて、会員の親睦、健康維持にも役立ちます。女性小学生の加入も歓迎。会員が指導対局をします。会費年5000円(小学生2500円)年2回の大会があり賞品あり。☎090-6030-5560 中村

マルチボックス
素敵な生地で作るマルチボックス4月15日(月)13時~15時 下田地域ケアプラザ・講師 鈴木友子先生・定員 先着8名 料金 5000円(材料込) 申・4月1日(月)10時~ ☎5639081か窓口まで

えがおプラチナヨーガ
①ゆずの樹庭ヨーガ4月18日(木)10時半~12時(ゆずの樹オンライン)千円②木曜会健康体操(ヨーガ)第2・4(木)4月11・25日10時~11時半日吉台中コミュニティ500円・ゆずの樹第1木曜10時半~12時・健康相談阿部医師・健康相談ハンドマッサージ・☎090-2752-3018

歴史の裏話・真実
歴史の裏話、語られなかった真実とは？歴史に興味のある方、お待ちしています！
4月12日(日)9時13分・毎月第2金曜13時半~15時・講師 真野信治先生(日本家系図学会副会長)参加費:3000円定員17名申:3月12日(火)・城郷小机地域ケアプラザ ☎47811333

生きている足跡
ソプラノとピアノの共演・歌桑山美幸・ピアノ津村貴子4月28日(日)昼の部13時半~3千円茶菓子、ドリンク付・限定25名(夕の部17時半(4千円)軽食、ドリンク付、アルコール含)限定25名完全予約制・会場 桑山邸(最寄り日吉駅)6年ぶりの再開。プログラマー・シューマンの愛と生涯 J.S.バッハカンタータ140番よりデュエットとコーラル・三木たかし心の瞳他申・☎0800-769806 他申・☎0800-769806 17名・☎確認いたします

将棋同好会
毎週火曜・金曜に師岡コミュニティハウスでシニアを中心に将棋を楽しんでいます。棋力は初級レベルから、港北区鶴見区など高齢者将棋大会で優勝する実力者まで多彩です。将棋を通じて、会員の親睦、健康維持にも役立ちます。女性小学生の加入も歓迎。会員が指導対局をします。会費年5000円(小学生2500円)年2回の大会があり賞品あり。☎090-6030-5560 中村

喫茶ほろく
3月24日(日)ほろくの小さなイベント第11回・チェロとチェンバロの音楽会Vol.2久武・田村さん・おふたりの演奏会は、昨年3月に引き続き2回目。今回も素敵な演奏会を期待ください。チェロとチェンバロの音楽会出演久武麻子(チェロ)田村直子(チェンバロ)1回目13時半開演2回目16時開演チケット2500円・17名定員・次回以降の予告5月19日(日)出演・近藤啓美(ヴァイオリン)チケット販売3月下旬予定喫茶ほろく ☎7100-0575

ランチタイムコンサート
4月26日(金)11時45分開場12時15分開演12時45分終演 予定 港北公会堂・入場料・無料・予約不要・曲目・人生のメロディー・ランド・Tubaman Rhapsody・辻峰拓・幻想即興曲・シヨパン・ピアノ・ソロ(他)出演者 千葉バ・鷺谷響・ピアノ伊藤夢里子 ☎5402400

ガーデンセミナー
港北区民限定！ガーデンセミナー2024が今から始める素敵なお庭の作り方！4月11日(木)13時~14時半・ミズキホール定員先着80人2027年開催のグリーンエクスポート2027の3年前イベント！植物や花壇の手入れに関する講演会(株)グリーンアンドアーツ花菜ガーデン園長小林三四郎氏・リゾットメンテナンス課主任小松裕氏・ランドスケープ課石橋礼氏・商業施設の植栽や緑を使うための空間演出、神奈川県立花と緑のふれあいセンター・花菜ガーデンの紹介等、園芸・造園の振興や花と緑のあふれる暮らしに関する講演。申:3月15日(月)まで ☎5440-2229 ko-kikaku@city.yokohama.jp

港北童謡の会
①第183回3月18日(月)↑注意月曜開催！歌唱指導・鶴飼文字先生・ミライブ・ケン・ハモアンサンブル・シユラー・鍵盤ハーモニカ②第184回4月23日(火)↑注意第4火曜開催！歌唱指導・竹内雅拳先生・港北公会堂・13時半ミライブ開始・14時開演参加費9900円(問はかりや) ☎070-5556-1491

ボランテニア相談会
ボランテニアしてみたい人相談会・ボランテニアに興味ある個別相談可・区内アドバイザーがボランテニア活動紹介事例紹介3月21日(木)10時~11時(個別相談)11時~正午・港北図書館定員20人・当日先着順・レクチャー・区民活動支援センター相談員・港北区社協職員・港北土木事務所・公民館・区民活動センター・申込不要・区内活動できる人直接来館・問 港北図書館 ☎4211-1211

ボランテニア相談会
ボランテニアしてみたい人相談会・ボランテニアに興味ある個別相談可・区内アドバイザーがボランテニア活動紹介事例紹介3月21日(木)10時~11時(個別相談)11時~正午・港北図書館定員20人・当日先着順・レクチャー・区民活動支援センター相談員・港北区社協職員・港北土木事務所・公民館・区民活動センター・申込不要・区内活動できる人直接来館・問 港北図書館 ☎4211-1211

青柳さんの写真館
ロドリイア ジャクナゲモドともいいます。マンサク科の常緑高木です。東南アジアから中国南部が原産です。エキゾチックで少し下向きに咲きます。

港北区限定！プラチナ世代交流フリーペーパーえがお 令和6年4月号(通巻75号) 2024年3月15日発行(毎月15日) 一般社団法人地域コミュニティ振興協会 〒222-0032 港北大倉山2丁目423-3-102 kouhokegao@gmail.com TEL090-8305-1006 FAX045-299-6432 克美企画 編集長 本間克之

編集後記
温かさと寒さが入り替わったり、と思うと雪が降ったり...そんな気候で体力も奪われがちです。さて2月23日は母の命日です。父と母の眠るお墓は生前に僕は手を引かれて祖父祖母のお墓参りをしたその場所。お墓参りに行くとうとうこの意味が年を重ねる事に意味が深くなります。さあ、梅も桃も桜も咲き誇る港北を堪能します

教える佐伯先生
良くある遺言書を書かない理由 遺言書を作る時にかかるとお金の話しをします。 前回は自筆証書遺言と公正証書遺言の特徴についてのお話でした。今回は公正証書遺言のことについて少しお伝えします。 公正証書遺言は、事前の準備や取り扱いはあるにしろ、遺言者は署名を1箇所捺印を1箇所するだけです。事前の準備や取り扱いはお子さんの任に任せられることも可能です。どちらが楽かと聞かれれば、ケースにもよりますが、公正証書遺言の方が楽なことが多いと思います。 では、自筆証書遺言のメリットは何か。やはりリストにあるかと思えます。 紙とペンさえ用意して自分で書くのであれば、コストはかかりません。また、今では書いて遺言書を法務局に預けることが可能ですがこれにかかるコストは39000円のみです。次回続きます ↓

遺言書を作る時
良くある遺言書を書かない理由 遺言書を作る時にかかるとお金の話しをします。 前回は自筆証書遺言と公正証書遺言の特徴についてのお話でした。今回は公正証書遺言のことについて少しお伝えします。 公正証書遺言は、事前の準備や取り扱いはあるにしろ、遺言者は署名を1箇所捺印を1箇所するだけです。事前の準備や取り扱いはお子さんの任に任せられることも可能です。どちらが楽かと聞かれれば、ケースにもよりますが、公正証書遺言の方が楽なことが多いと思います。 では、自筆証書遺言のメリットは何か。やはりリストにあるかと思えます。 紙とペンさえ用意して自分で書くのであれば、コストはかかりません。また、今では書いて遺言書を法務局に預けることが可能ですがこれにかかるコストは39000円のみです。次回続きます ↓

遺言書を作る時
良くある遺言書を書かない理由 遺言書を作る時にかかるとお金の話しをします。 前回は自筆証書遺言と公正証書遺言の特徴についてのお話でした。今回は公正証書遺言のことについて少しお伝えします。 公正証書遺言は、事前の準備や取り扱いはあるにしろ、遺言者は署名を1箇所捺印を1箇所するだけです。事前の準備や取り扱いはお子さんの任に任せられることも可能です。どちらが楽かと聞かれれば、ケースにもよりますが、公正証書遺言の方が楽なことが多いと思います。 では、自筆証書遺言のメリットは何か。やはりリストにあるかと思えます。 紙とペンさえ用意して自分で書くのであれば、コストはかかりません。また、今では書いて遺言書を法務局に預けることが可能ですがこれにかかるコストは39000円のみです。次回続きます ↓

ご自宅の階段の上り下りに不安はありませんか
新横浜駅徒歩5分
新横浜2-3-4 クレシンドビル1F
いす式階段昇降機と段差解消機のタスカルショールーム横浜
045-620-7177

遺言書作成 相続登記 任意後見契約 家族信託 各種相続手続(遺産整理)
私が担当いたします まずはご相談ください。 解決まで安心して 伴走いたします。
司法書士 佐伯啓輔事務所
045-475-1279
横浜市港北区新横浜2丁目14-4 シルバービル

爪の変形でお困りの方
手足の爪切りにお困りの方、爪のレスキュー隊にお任せください。
無料で爪切りいたします
ご自宅または施設等に伺い無料で爪切り致します ※施術者は有資格者ですが初心者もおります。担当講師の指導管理の元で爪ケア致しますのでご安心ください。
Toenail Care
問い合わせ 申し込み:要相談 福祉爪ケア普及協会 小林ようこ Tel:080-9657-9375