



吉野町だより

<http://www.yoshinocho.jp>

第202号

令和3年1月

1,200部発行

発行責任者：松井清志

TEL 090-7940-2365

FAX045-261-2950

matsui@yoshinocho.jp

あけましておめでとうございます

令和3年 元旦



新年を迎えいかがおすごしでしょうか。

昨年は世界的にも歴史に残る様な年でした。不安とストレスが身近のところまで押し寄せてきた生活であったのではないかと感じます。

そんな中町内会においては阪座長を中心に建設委員会を設け約3年かけて新町内会館を完成させる事がました。この新会館で例年のように春にはさくらバーベキュー、夏には子供縁日、秋には祭礼、冬にはもちつき大会と充実した行事が早く再開できるのを心から願っております。

さて、12月24、25日に子供部が企画主催した吉野町クリスマスイルミネーションが実施されました。会館前の敷地に大きなツリーを組み上げ子供達で作ったランプが灯りを添えてとても綺麗でした。吉野町ハロウィンが中止となり残念でしたが、このイルミネーションにより心を癒されました。この様な行事を毎年継続できればと思います。

吉野町町会長 岡田 邦義

吉野町クリスマスイルミネーション

2020年12月
24日～25日



吉野クラブ定例会 兼 介護予防教室



12月12日浦舟地域ケアプラザの事業による介護予防教室第4回は、久野秀隆先生による「家で出来るストレッチ体操」でした。

トークが上手でリラックスして「ながら体操」「ついで体操」を理解出来ました。簡単にできる体操を行い健康で自由に動ける身体を維持していきましょう。

久野先生は、NHK アサイチでも紹介され、ただいま J:COM ケーブルテレビ 10ch の健康体操「全力で、元気にコミット！」に毎朝出演中です。

自転車によるひき逃げ事件発生

昨年10月26日、日枝小前の歩道橋から降りてきた小学生に自転車車が衝突し、そのまま逃走。さらに路上に転倒した小学生に別の自転車車が衝突し、声を掛けるも、そのまま逃走するひき逃げ交通事故が発生。最初に衝突した女性は名乗り出ましたがその後衝突した男性は未だ見つかっておりません。



吉野町の歩道は、自転車の往来が多く、マンションや店から歩道に出る時は左右の安全を確かめてから、出る必要がありますね。自転車乗車時はマナーを守り安全運転をお願いします。



横浜吉野町店

横浜市南区吉野町3-16 アニメイトビル 2F

電話 045-253-3801

たしかな明日のお手伝い

地元のよきパートナー



吉野町支店

〒232-0014 横浜市南区吉野町3-7
TEL045-251-8681 (代) FAX045-251-8686

【天気や気圧の変化で起こる頭痛・体調不良＝「天気痛・気象病」】

「梅雨時には古傷が痛む」「台風が近づくと耳鳴りがする」など、天気や気圧の変化で起こる頭痛やめまいなどの体調不良は「天気痛」や「気象病」と呼ばれて近年、注目を集めています。天気痛で悩む日本人は推定で約1200万人、そのうち8割ほどが女性といわれています。そこでウェザーニュー



スサイトが全国1.6万人を対象に行った「天気痛調査2020」によれば、実際は日本人の約6割が天気痛を自覚しているようで、平均で週に2日も発症しているとか。また5人に1人が生活に支障を感じているようです。患者数は年々増加傾向にあるものの「病」としての研究が始まったのはまだ最近のことです。今では天気痛対策をうたった市販薬や新たなアプリが相次ぎ登場しています。中でもユニークなのは、気象予報士が考案したスマホアプリの「頭痛一

」。痛みが起こりやすいタイミングを気圧予報グラフで確認できる体調管理アプリで、毎月60万人以上が利用しています。天気痛対策として有効なのはもちろん「気のせい」で片付けられがちだった気象痛の認知や理解を拡散していく役割も大きいようです。

ちょっと役立つ法律コラム

逮捕されてしまったら

Q、警察から、夫が逮捕されたという連絡を受けました。夫は近くの警察署にいるそうですが、詳しいことは分からず気が動転しています。どうしたらいいのでしょうか。

A、「何時ころ」、「どこで」、「どのような事情で」逮捕され、「現在どういう状況」なのか、正確な情報を把握する必要があります。

まずは、落ち着いて警察の人にもう一度状況を確認してみましょう。

そして、可能であれば直ちに夫に面会に行き、弁護人を依頼するかについても相談しましょう。

弁護人の役目は裁判（刑事事件では「公判」といいます。）のときだけではなく、被害者と示談をしたり、身柄が釈放されるよう求めたりと、事案に応じた的確な弁護活動やアドバイスを行ってくれるだけでなく、精神的にも心強い支えとなってくれるはずですよ。

国選弁護人制度、刑事被疑者弁護援助制度、当番弁護人制度の充実により、逮捕されている場合には、資力要件等の条件を充たせば、費用の心配なく弁護人を依頼できるようになりました。費用のことで諦めることなく、早めに法律事務所に電話をして確認されることをお勧めします。

（上大岡法律事務所 弁護士 石井 誠）

暮らしの中の千夜一話

ここ数年、新年にメラメラする思いがある。女と生まれたからには一度は「着物の世界」をのぞいてみたい。中途半端に着付けを習うとかではなく、徹底的にほれ抜くほどの情熱を着物に傾けてみたいのだ。着物は「季節を着る」ことだと、



私は思っている。

1月は梅、水仙、餅花。2月は節分の鬼をテーマに。春に桜、夏にはひまわりを。秋になったらもみじや菊をまとい、冬は冬景色を着物で楽しむ。四季の移り変わりを着物の柄で遊ぶのは、大人の女性ならではのユーモアである。

着物を着ることで、いつもと違う自分になれるのも魅力のひとつだ。洋装に比べて身動きの自由が限られる分、身にまとうことで立ち振る舞いに情緒があふれる。右手で着物のつまを軽く押えて小股歩き。お辞儀の仕方も上品になり、物を拾うときは半歩前に足を出して立ち上がる。こんなちょっとした所作に憧れてしまうのだ。着物にはルールもあるけれど、伝統と現代感覚を上手に取り入れて自分らしく着こなすことも着物遊びの楽しさではないかと思わせてくれたのは、女優の桃井かおりさんだった。桃井さんが着物に夢中だった頃、ある着物雑誌のグラビアを飾った彼女が着ていたのは、ベトナムであつらえたという常識を吹っ飛ばすくらい斬新な着物だった。まさに「かおり流」の着こなしに「私も固定観念を捨てて自由に着てみたい!」という衝動にかられたのだった。昨今、暮らし方も大きく変化して世の中の固定概念も吹っ飛んできたようだ。では、そろそろ私の「着物の時間」を始めようか。

遺言 相続 離婚
 高齢者問題
上大岡法律事務所
 神奈川県弁護士会所属弁護士 石井 誠 (他3名)
 ☎ 045-840-2444 (要予約・夜間休日にも相談可)
 上大岡 法律 相談

舗装工事・一般土木・駐車場
日栄建設株式会社
 本社 〒232-0014 横浜市南区吉野町4-20
 TEL045-252-3326 FAX045-252-3924
 横浜支店 〒240-0051 横浜市保土ヶ谷区上菅田町281-1
 TEL045-381-7020 FAX045-381-7273

? 仕事の合い間に間違い探し!

よく見ると上下のイラストには異なる箇所が7つあります。



手軽に楽しく Let's 英会話

今月のキーワード: **[sue]**

ネット上での誹謗（ひぼう）中傷に対して「法的措置をとる」という言葉を見聞きすることがあります。これは“Take a legal action”といいますが、よく映画やテレビなどで耳にするのは“I'm gonna sue you!”（アイムゴナスーユー）「訴えてやる!」です。他には“I got sued.”「訴えられた」や、実際に訴えられるとは思っていないときに「だったら何だってんだよ!」のような意味合いで用いる“Sue me!”「俺を訴えてみろ!」などもテレビドラマや日常会話の中でよく使われています。

食の改善でみんな元気に! けんこう道場 No.37

食べ物と生活習慣を変えて元気になりましょう!!

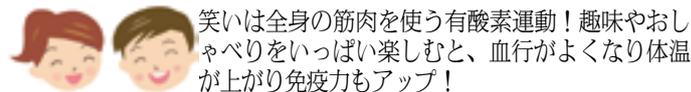
その37 - 今年目標 体温 36.5℃! -

簡単にできる習慣の積み重ねで、体温は確実に上がります! あなたも起床時の体温 36.5℃で、コロナやインフルエンザなどのウィルスに負けない免疫力に!

◎毎日1時間歩きましょう!

汗ばむ程度の運動をすると、筋肉から発熱し血行がよくなり体温が上がります! まずは30分程度から気軽に始めましょう!

◎笑顔で血行をよく体温アップ!



◎頑張りすぎはやめましょう!

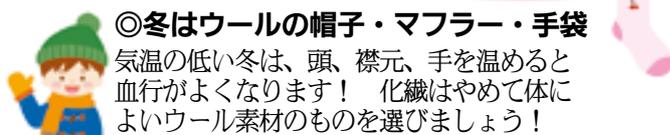
パーフェクトを目指して頑張りすぎると体温下がります! ほどほどで折り合いをつけ、ストレスを減らしましょう!

◎バスタブ入浴

冬も夏もお風呂はバスタブ入浴がお勧め! リラックスして体の芯まで温まり体温アップ!

◎腹巻き・スポン下・靴下の重ね履き

足先の体温は上半身より低いので、下半身の枚数を増やすと体が温まります! 綿やウールなど天然素材を交互に重ねて!



◎冬はウールの帽子・マフラー・手袋

気温の低い冬は、頭、襟元、手を温めると血行がよくなります! 化繊はやめて体によいウール素材のものを選びましょう!

食と健康ネットワーク主宰 管理栄養士 天野和子

生きる力が湧いてくる! 光を放つ名言コラム

【幸せになるために地球にやってきた】

収入の大半を寄付して質素な生活を続ける「世界一貧しい大統領」として知られたウルグアイのホセ・ムヒカ元大統領が2020年10月、政界引退を表明しました。「私たちは発展するために生まれてきているわけではありません。幸せになるためにこの地球にやってきたのです」。ムヒカ氏は大量消費社会を鋭く批判し、世界から注目されるきっかけとなった2012年の国際会議での演説でこう述べました。「人生は短く、命より高価なものはないのに、過度な消費が世界を壊し、人々は高価な商品やライフスタイルのために人生を放り出している」とムヒカ氏は言います。何かを消費するとき、人はお金以外にも資源、時間などの代償を支払っています。代償が大きすぎるとしたら行動を変えてみる。そうした小さな変化が個人の人生を変え、社会に変化をもたらすのでしょうか。

芹ヶ谷ホール リニューアルオープン 内覧会開催中
家族葬 (48万円~) ・ 火葬式 ・ 1日葬 ・ 一般葬

心を込めてお世話させていただきます。

吉野町町会 指定業者

有限会社 **藤 商**

(24時間受付) ☎ 0120-127-594

横浜市港南区芹が谷 3-34-2

配偶者への暴力は犯罪です。ひとりで悩まず、まず相談を。

横浜市DV相談支援センター

① TEL 045-865-2040

・月曜日~金曜日 (第4木曜を除く)

午前9時30分~午後8時

・土曜日・日曜日・祝日

午前9時30分~午後4時

② TEL 045-671-4275

・平日 午前9時30分~午後4時30分



1月の行事・町内活動のご案内

1月8日(金)	さくらサロン (毎週 金曜日) 10:00 ~ 17:00
1月9日(土)	朝の体操 7:00 ~ 8:00 9、16、23日
1月10日(日)	吉野クラブ定例会 10:00 ~ 11:00
1月27日(水)	防犯パトロール 19:00 ~ アクティ 1 ポイント
2月3日(水)	吉野町定例会 19:00 ~

吉野町市民プラザ <http://www.yoshinoplaza.jp/>

1月21日(木) 開場 18:00 開演 18:30	初笑い 桂歌丸一門会 (芝浜 他) 桂歌春、桂歌助、桂歌吾、桂歌歳、桂枝太郎、槍山うめ香、春風亭かけ橋 木戸銭 3千円 (全席指定) 前売り 2千5百円
----------------------------------	---

令和2年度南区人権啓発・自殺対策事業講演会

1月22日(金) 開場 14:00 14:30 ~ 16:00 ※中止の場合あり	お笑いコンビ「松本ハウス」ハウス加賀谷の統合失調症の体験談 トークショー 統合失調症がやってきた 無料 200名 (入場無料、事前申込制、先着順) みなみん (南公会堂) 申込 FAX045-241-1151
---	--

これ
気に

今月のコレが気になる：【LOVOT (らぼっと)】
犬や猫、鳥などの形をしたさまざまなペットロボットが愛されている昨今、LOVOTは触れると生き物のように温かくて柔らかい癒やし系のロボットです。すねてみたり、抱っこをねだるかわいらしい姿の内部には、50以上ものセンサーや学習機能などの最先端テクノロジーを搭載。ペットを超えた家族と一緒に暮らしてみたくありませんか。



知って
得する
智恵袋

台所の排水溝に十円玉を入れておくと、十円玉に含まれる銅の殺菌作用で汚れが付きにくくなり、ぬめり防止になります。さらに丸めたアルミホイルも入れておくと、水流によって排水溝のアルミホイルが回転するので、より汚れが付きにくくなるのでおすすめです。



間違い探しの答え

1. 右の文字「丑」を「王」に書き換える
2. 右の文字「林」を「飛」に書き換える
3. 右の文字「中」を「五」に書き換える
4. 右の文字「中」を「中」に書き換える
5. 右の文字「左」を「右」に書き換える
6. 右の文字「中」を「中」に書き換える
7. 右の文字「中」を「中」に書き換える
8. 右の文字「中」を「中」に書き換える
9. 右の文字「中」を「中」に書き換える
10. 右の文字「中」を「中」に書き換える

まな板 川柳

(たかが五円、
されど五円！)

マイバッグ
取りに
戻るか
ふと悩む

今月のあなたの運勢

<p>A型</p> <p>月の中頃から驚くくらい運気が上昇するでしょう。月の前半は気力、体力の充実に注力するとさらに吉運アップ！</p>	<p>B型</p> <p>対人運が良好な運勢です。人の集まりには積極的に顔を出しましょう。注目されるので礼儀作法だけは丁寧に！</p>
<p>O型</p> <p>冷静な判断力と落ち着いた行動が吉運を呼びます。何事も焦ることなく、じっくり腰を据えてかかりましょう。</p>	<p>AB型</p> <p>油断すると波乱が生じやすい月ですが、謙虚さと責任ある行動が大難を小難に、小難を無難に変えてくれます。</p>

吉野町 フレンドシップ店

吉野町町会 会員証ご呈示下さい

- ・よろこんで『庄や』横浜吉野町店
特典=お通し無料サービス
吉野町3丁目 ☎253-3801
- ・ヌマタブライダルサロン
特典=レンタル料20%引き
吉野町4丁目 ☎261-7861
- ・焼肉レストラン『大苑』
特典=ナムルをサービス
日枝町3丁目 ☎241-8200
- ・炭火焼『八剣伝』吉野町店
特典=ポテトフライ1個 無料サービス
吉野町2丁目 ☎242-2788

ちょっと待って!



振り込め詐欺にご注意ください!

トヨタ車「全車種」販売!

地域の皆さまから、
信頼されるお店に取り組みます。



トヨタ
モビリティ
神奈川

南店 (日枝小学校隣)

☎252-8211