えがお 3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

港北童謡の会

第170回2月21日（火）
竹内　雅峯先生
第171回3月14日（火）
柴山　秀明先生
港北公会堂　14時～16時
参加者全員で童謡・唱歌を歌います。どなたでも参加できます。
直接会場へお越し下さい。参加費900円
お問い合わせ　代表 はかりや 070-5556-1491

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

えがおの掲載内容はコロナ禍による対応の変化で、記載通りに実施できないものも含まれます。参加・申込みなどは、自身で確認をしていただくよう宜しくお願い致します。掲載内容は**えがお**を介独自に収集編集した内容です。広告の問い合わせは**えがお**の取り扱い　克美企画　090(8305)1006　までお気軽に

山本 悦子さん 80歳

CONTENTS

表紙　山本 悦子さん 80歳
倉屋先生の春夏ファッション提案
アルバ教室　コリーナ
ピープルポート・再生パソコン
高齢者に大切な終活のお話③
えがおの介護相談所
えがお文庫 真龍堂の占い
えがおスマホ講座　④
えがおのひろば
えがおの先生　兼平 和俊先生
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

絵を描き続けたい。それが私の人生です

山本 悦子さん

昭和17年8月20日、東京の目黒区五本木生まれ。姉と8歳違う4人兄弟の3番目。五本木小学校4年の時、描いた絵を母が提出した全国展覧会で金賞。

この時に早くも絵描きになろうと決心。

悦子さんは金髪で瞳が淡く、周りから「外人、外人」といじめられることもあった。中・高校は山脇学園で美術クラブ入部。通学時、赤坂見附で親衛隊の男子が待ち構え、帰りも駅まで送り届けられる毎日。これが嫌で外出を控え自宅で過ごしがちに。かげで大好きな読書や絵を描く毎日。

35歳の頃の山本さん

卒業後は絵を描くことに集中。28歳の頃に保険会社に勤めていた夫と結婚。2人の男の子に恵まれる。その転勤で大阪生活を体験し、40代で篠原に越してきた。駅も近く便利で住みやすい街。

この頃、小さなグループ展に出品していたが、二科展に出品。なんと1回目に入選。

数年後には郵便で特選の封書が来て、みたときには飛び上がって喜んだ経験がある。

この時に「死ぬまで絵を描き続けよう」と決心。山本さんの画風は東郷青児氏に似ていると言われることがありますが、自分の画風と言うものを確立されたそうです。その画風は最後にコバルトブルーを全面に塗り込め成形になります。

韓国で展覧会

入選や特選を取ると去年よりも今年、今年よりも来年とクオリティーを上げていくための強いプレッシャーがあるそうです。

山本さんは25年前にロータリークラブに入りベイロータリークラブの創立メンバー。

こちらではカンボジアの学校に行って日本語学校の支援をしたり、国内外の災害の支援などを行っています。

ロータリーの良いところは職業を超えて皆様と交流を持った方たちが集まり会合ができると言うこと。

絵とは何ですか？と尋ねると、人生そのもので、小学校の時に出会えたことが人生となっていることに喜びを感じるそうです。

今は幸せですかと尋ねると、「絵を選んで生きてきて幸せです。なかなか見つけることができない人生で【これ】と言うものを、早く見つけたことが幸せにつながりましたと語ります。

作品　メロディー　掲載許可済み

大切なものほど尋ねると「夫と子供と自分の健康。そして絵を描き続けること」とお答えになりました。

もしこれからもシニア世代に声をかけるとするとどうですかとお願いすると「やっぱり好きなことを諦めずに見つけ続ける事。橋を作るのでもいいかもしれない。家をきれいにするのでもいいから、とにかく好きなことを見つける人生を歩んでほしい」とのことでした。

毎朝、健康のため体操を10年継続中。

最後にコバルトブルーの事についてもう一度聞くと、完成と思った絵に透明なコバルトブルーをキャンパスに乗ることで色が深くなり、より繊細な状態を湛えるようになると言うことです。

好きな事、好きな絵を描き続けたい、それが私の人生ですと強く答えてくれました。

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ことがわかっています。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・膝に痛みやシビレがある
◆ 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!!

無料のえがおひろば・えがおの先生・えがおひろばは、地域のためのスペース。港北区に暮らし活動している皆さんの応援ページ。**掲載無料・料金はかかりません。**

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47番

港北区　まちの先生

兼平 和俊先生

高校1年生の時から始めたクラシックギター歴は50年以上。

NHKの「ギター教室」をきっかけに独習開始、社会人になってからプロのレッスンを受講。

神保町の某ギターギターショップで毎月開催されている「土曜ゼミ」という演奏会があります。これに参加していた横浜在住のギター友達を募って、予行演習的に人前演奏の練習会として2004年に「アランフェスギターサークル」を立ち上げました。主な会場は大倉山記念館です。

今ではFacebookを通じて100人を超える登録メンバーがおり、毎月開催しています。

ギターと言うとピックで弾くアコースティックギターやエレキギターを思い浮かべる方が多い様に思いますが、繊細で美しいクラシックギターは別物です。

クラシックギターを、人前で上手く弾けたときの喜び・達成感には大変楽晴らしいものがあります。

いきなり「禁じられた遊び」を弾きたいと言う方も多いですが、この曲は中級レベルの曲で難しいテクニックがあります。これから始めて挫折する人も多くいらっしゃいます。

ゼロから楽器を始める場合は、独学ではなくきちんと基礎から練習しないと長続きしません。

ただ、ギター教室に通うには一大決心も必要でしょう。私自身は大した演奏家ではありませんが、ギター初心者の方・再チャレンジされたい方の、ギター教室探し・練習方法・ギター選び・ギター友達探し等の水先案内人としてお役に立てると思っています。港北区の「まちの先生」にも登録しております。

相談に乗ります！
ご興味のある方はお気軽にお問い合わせ下さい。
☎090-9975-8056
メール　aranjuez2005@gmail.com　メールは→
兼平先生への問い合わせ・講座依頼などは上記・えがおまで
TEL 090-8305-1006 FAX 045-299-6432

寿楽荘からおしらせ

①趣味の教室（4月～9月）募集 2月28日まで（窓口申込）ハガキ1枚持参27日まで：は往復葉書に講座・住・名・性・☎・歳記入28日必着）講座：絵画：ヨガ・ピラティス・音読・日舞 エクササイズ・ウクレレ・そろばん・歴史・外国人講師英会話・ぬり絵・お寺と神社 計13講座 詳細問☎433-1215②若返りの音楽レク：3月7日（火）10日（金）10時～12時 申込2月20日（月）9時～窓口。☎③すこやか体操：3月16日（木）10時～12時・申込3月1日（水）9時～窓口。☎④ポールウォーキング体験（全2回）：3月14日（火）23日（木）10時～11時半 申2月25日（土）9時～窓口②以降・各15人 費用当日保険代50円 菊名寿楽荘☎433-1255

包丁の研ぎ方教室

本格的砥石を使った包丁研ぎの技術を学びます。包丁2本持ち込み可：3月25日（土）10時～12時・先着15人800円・申2月15日（水）10時～大倉山1-26-17・子ども100円大人400円・限定20食・問どりいむ☎542-3638

スクエアステップ

参加費無料・菊名地区センター毎月1回、第4月曜13時～14時半・問いお申し込み・菊名北保健活動推進委員・島村☎421-1939

編集後記

寄り道コンサート

入場無料・予約不要・大倉山記念館3月19日（日）チェロで奏でる日本の調べ～西洋の名作①14時～15時②15時半～16時半・北條立記・瀧廉太郎 荒城の月・海辺の祈りフォーレレエジー・バッハチェロ組曲第2番他☎544-1881

世のために田を耕す

実業家の教育・福祉活動・大倉邦彦の教育活動と理念・講演14時～15時・館内見学：15時半・大倉山記念館講師星原大輔・天倉精神文化研究所研究部長・定20名（入場無料）・要申込・先着FE542-0051

健康チェック

体組成計や血管年齢など測定・定期的測定で健康を。測定後体操・懇談：3月24日（金）10～12時・参加無料・裸足測定有・申・福祉クラブ生協5613030（平日9～17時）

骨盤・背骨の歪みケア

ゴムバンドと運動枕で骨盤・背骨の歪みのケア体操体験・人気講座の第2弾：3月8日・15日（水）全2回：10時～11時半・募集10名参加費1200円（レンタル料含）・申込は：往復葉書2月18日（土）必着「骨盤」と名・住・☎・返信明記か直接受付・申〒223-0062 2日吉本町1-11-13日吉地区センター☎561-6767

ピアノとバイオリンのコンサート

3月12日（日）竹内直子フラムジャズカルテット・流ジャズミュージシャンによる演奏で心躍るひと時を①13時～②15時～：般2500円支払当日・大倉山記念館・大倉山記念館窓口☎544-1881受付中

遺言・相続・就活の相談会

遺言書をご検討の方・おひとり様、おふたり様で、死後事務委任など、亡くなった後のことが気になる方・相続が発生した方、ご自宅の相続登記手続が未了の方・相続登記義務化は令和6年4月1日から：認知症対策・銀行口座凍結対策で任意後見契約・家族信託検討中・何から相談していいかわからない方も、お気軽にご連絡ください・2月25日（土）10時～17時限定5組①10時～11時②11時半～12時半③13時～14時④14時半～15時半⑤16時～17時・会場新横浜2-14-4・シルバービル8階・司法書士佐伯啓輔事務所☎475-1279予約担当深

丸紀直売会

地元の麺工場が直売会開催 3月4日（土）9時～11時・自玉はよりどころ・新吉田東7-27-10☎543-4289

大綱こみゅに亭

落語・手品のミニ寄席・3月4日（土）14時～15時半頃・無料・定・先着40人・出演太尾亭狸久・都柴子他・大綱中コミュニティハウス☎547-2276

春のとびらコンサート

うたとピアノとオカリナとパーカッション・唱歌からオリジナル曲春を先取り2月19日（日）13時半～全席弦楽・篠原北1-5-5チケット2500円・限定30席・予約早め・問・中島090-3229-4166

四柱推命入門教室

奥の深い四柱推命のまずは入口からマンツーマンで丁寧にお勉強します：3月から毎週水曜開催・参加費6回コース1回2500円・詳細HP・電話で0800-6597-7388 https://www.shinryu-do.com

菊名川柳クラブ

緒に川柳を楽しみましょう 参加費100円・筆記用具・申込開始2月15日（水）10時～菊名コミュニティハウス☎401-4964（先着4名）

日吉マジックメンバー募集

平成8年サークル・日吉マジック誕生・港北区中心に活動①日吉マジック第20回日吉マジック発表会・入場無料・2月19日（日）13時～ぜひどうぞ②楽しく・不思議・笑顔に・月2回第1・3水曜18時半～2時間程・日吉地区センター3000円お問い合せは☎563-2244事務局斉藤まで

障害理解の上映会

こころのバリアフリープロジェクト上映会（不安の正体～精神障害者グループホームと地域・精神障害者グループホーム開設・地域住民の反対運動のドキュメンタリー）3月11日（土）10時～11時半新羽地域ケアプラザ・定員40名先着順・申込2月21日（火）～窓口・☎542-7207

いきいきアート

仲間募集・毎月第1土曜・3月4日（土）12時10分～14時半・城郷小机地区センター・2500円・手ぶらで材料費込・☎080-5418-5071越前・3月カリフラワーを描く

水野次郎氏講演会

テーマ「政局」2月25日（土）13時半～15時いきいき会館参加費300円・定員24名先着・問☎090-6036-1988・神島・主催・日吉を知る会

菊譜会で楽しく真剣に

月に一度の菊譜会楽しく・真剣に2月26日（第4日曜）12時～毎回700円（割引中）譜80-1273-6703三橋～☎（忠度）他用意・連絡先☎

篠原地区センターからお知らせ

①パソコン相談室&ひろば：簡単な相談を個別に受付3月4日（土）10時～11時半申2月15日～受付（来館9時～☎10時～・先着10人費用100円・持ち物可能なら自分PC②早春のこけ玉づくり・土からこねて季節の草木で作る3月16日（木）12時半～14時半申2月15日～受付・来館9時～☎10時～先着8人費1600円③菊名記念病院　公開市民講座認知症予防の頭の体操と講話3月23日（木）13時半～14時半申・2月16日～受付・先着10人費無料・篠原地区センター☎423-9030

ミニ歌声広場

昭和の歌をギターとウクレレの伴奏で楽しむ。3月11日（土）13時～14時・無料・師岡コミュニティハウス先着25人先着受付☎534-2439

菊譜会で楽しく真剣に

テーマ「政局」2月25日（土）13時半～15時いきいき会館参加費300円・定員24名先着・問☎090-6036-1988・神島・主催・日吉を知る会

篠原地区センターからお知らせ

①パソコン相談室&ひろば：簡単な相談を個別に受付3月4日（土）10時～11時半申2月15日～受付（来館9時～☎10時～・先着10人費用100円・持ち物可能なら自分PC②早春のこけ玉づくり・土からこねて季節の草木で作る3月16日（木）12時半～14時半申2月15日～受付・来館9時～☎10時～先着8人費1600円③菊名記念病院　公開市民講座認知症予防の頭の体操と講話3月23日（木）13時半～14時半申・2月16日～受付・先着10人費無料・篠原地区センター☎423-9030

遺言・相続・就活の相談会

遺言書をご検討の方・おひとり様、おふたり様で、死後事務委任など、亡くなった後のことが気になる方・相続が発生した方、ご自宅の相続登記手続が未了の方・相続登記義務化は令和6年4月1日から：認知症対策・銀行口座凍結対策で任意後見契約・家族信託検討中・何から相談していいかわからない方も、お気軽にご連絡ください・2月25日（土）10時～17時限定5組①10時～11時②11時半～12時半③13時～14時④14時半～15時半⑤16時～17時・会場新横浜2-14-4・シルバービル8階・司法書士佐伯啓輔事務所☎475-1279予約担当深

寿楽荘からおしらせ

①趣味の教室（4月～9月）募集 2月28日まで（窓口申込ハガキ1枚持参27日まで：は往復葉書に講座・住・名・性・☎・歳記入28日必着）講座：絵画：ヨガ・ピラティス・音読・日舞 エクササイズ・ウクレレ・そろばん・歴史・外国人講師英会話・ぬり絵・お寺と神社 計13講座 詳細問☎433-1215②若返りの音楽レク：3月7日（火）10日（金）10時～12時 申込2月20日（月）9時～窓口。☎③すこやか体操：3月16日（木）10時～12時・申込3月1日（水）9時～窓口。☎④ポールウォーキング体験（全2回）：3月14日（火）23日（木）10時～11時半 申2月25日（土）9時～窓口②以降・各15人 費用当日保険代50円 菊名寿楽荘☎433-1255

包丁の研ぎ方教室

本格的砥石を使った包丁研ぎの技術を学びます。包丁2本持ち込み可：3月25日（土）10時～12時・先着15人800円・申2月15日（水）10時～大倉山1-26-17・子ども100円大人400円・限定20食・問どりいむ☎542-3638

夢食堂開催！

①戦前、爆発的な人気を博した横綱「武蔵山」旧吉本町で生まれ・神奈川県出身唯一の横綱。悲劇的な生涯、土地と時代について・資料提供大倉山精神文化研究所・パネル会期3月23日（木）～4月20日（木）2講演会4月9日（日）14時～15時半・講師平井誠二氏・定員40人・申・3月15日（水）9時半～図書館カウンター！☎先着・☎421-1211

港北図書館から

2月3日に撮影したクリスマスローズです 撮影場所は新吉田東1付近です

青柳さんの写真館

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3月号（通巻62号）
2023年2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
横浜市港北区大豆戸町423-3-102
kouhokuegao@gmail.com
TEL 090-8305-1006
FAX 045-299-6432
克美企画　編集長 本間 克之

えがおの活動を寄付で応援！
横浜銀行 菊名支店(395)
普通 6059770 克美企画
本間克之　どうぞ宜しく！

SHIBAHASHI
柴橋商会 介護用品
創業93年の信頼と実績
福祉用具レンタル
福祉用具販売
住宅改修工事
介護用品新横浜営業所
横浜市港北区新羽町716
☎ 045-642-7092
柴橋商会

任意後見契約締結サービス
家族信託組成サービス
たくする
司法書士による
認知症対策　老後の財産管理の備え
のお手伝い
司法書士 佐伯啓輔事務所
045-475-1279

再生パソコン販売会のお知らせ
日程：3月9日（木）～3月14日（火）
時間：11:00~18:00
場所：アピタ横浜綱島
1階スーパーレジ前
初期設定済みで簡単操作
スタッフがパソコン選びをお手伝いします！
29,800円～
税込 32,780 円
【販売元】
ピープルポート株式会社
横浜市港北区菊名 6-14-7　1 階
TEL：050-5328-8187