素敵なシティライフのために
月刊生活情報紙
ウェンディ広島
編集・発行 合人社グループ 出版局
広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル
〒730-0036 ☎082(247)7479

Wendy広島

www.wendy-net.com

広島の顔

ピアニスト

松元　あやさん

ダイナミックさと深みのある演奏でパリを拠点に活躍

「アシュケナージのような演奏家になりたい」と母親に宣言したのが小学校1年生のころ。東広島市出身の松元あやさんは今、パリを拠点にピアニストとして活躍している。

母親がピアノ講師だったことから、4歳からピアノを始めた。幼いころに母と行ったコンサートで世界的ピアニストのウラディーミル・アシュケナージの演奏を聴いた。**コンサート後にアシュケナージと対面したとき、なんと抱きしめられた。**舞台の上から、小さな女の子が最後まで飽きることなく聴き入る姿が見え、とても感動したようだ。この印象的な出来事で、ピアニストという目標がぼんやりと生まれた。

正直、練習は苦手だった。子どもながら、舞台に立つからには練習が必要だということは痛感していた。誰もいない舞台にたった一人、最初の音を出すときの緊張感。「**チャンスは1回。そこで実力を発揮できるようにするには練習しかないんです。**本番はいまだに緊張します。どんな気持ちで挑むのがいいのか、体をどうほぐすかは永遠の課題です」と話す。

小学生のころから広島、東京に通い、指導を受けた。友達と遊ぶ時間も練習にあてた。たくさんの先生から学んだことは、練習の量よりも質。**常に集中し神経を研ぎ澄ませること。**同じ間違いを繰り返さないことはもちろん、1を知って自分なりに応用して10を知り、細部にまで意識を向けることの大切さを教わった。

高校生時代にショパン国際コンクールinASIAに出場し、高校生部門で金賞を受賞。ピアニストを本格的に目指すことを決意し、たった一人でフランスへ渡った。パリ国立地方音楽院演奏家課程を卒業した後、フランスを拠点に演奏活動をしながら音楽院で後進を指導。協奏曲を得意とし、ウクライナ国立管弦楽団、モラヴィアン・フィルハーモニー管弦楽団など数多くのオーケストラと共演してきた。**女性ピアニストには珍しいダイナミックな演奏で、音に独特の厚みと深みがあると評価が高い。**パリでの14年間を「あっという間でした」と振り返る。

年に数回、帰国した際にはコンサートを開く。デュオや室内楽など著名なアーティストと共演。**今年1月には、日本にいる母と協力して、クラウドファンディングを活用して初のCDアルバム『パリの風にのせて』の制作プロジェクトをスタートさせた。**好きなロシア音楽と、苦手としてきたベートーベンにも挑戦したいそうだ。

変わることや挑戦することには、怖さもあるはず。「数年後の自分は、まったく違う私かも。楽しみにしています」とほほ笑む。**「経験というデータにとらわれないようにしながら、新しい可能性を柔軟に探したい。選択肢を狭めず、進化し続けていたい」。**穏やかなまなざしの奥に熱がこもる。

（東広島市安芸津町の三津福井邸で取材）

©WENDY

松元　あや(まつもと　あや)さんプロフィル
1988年生まれ、東広島市出身。4歳からピアノをはじめ、幼少より神戸酒心館をはじめ各地で演奏会に出演。2004年ショパン国際コンクールinASIA高校生部門で金賞を受賞。渡仏し、パリ国立地方音楽院演奏家課程で学び、演奏活動をしながら音楽院で指導にあたる。2015年、平成27年度文化庁新進演奏家育成プロジェクトに選出され、広島交響楽団と共演。協奏曲を得意としこれまでウクライナ国立管弦楽団、ポーランド国立クラクフ管弦楽団、モラヴィアン・フィルハーモニー管弦楽団など数多くのオーケストラと共演。趣味は気分転換に料理、クラシック音楽を聴くこと。パリ在住。

本号の記事

知っておきたい身近な医学 エコー検査 2面
連載 Dr.長井の 悩み相談室 3面
連載 戦前の広島 3面
ms Wendy 女優 高橋　ひとみさん 6・7面
医療最前線 正しく怖がろう ～医療放射線～ 8面
地域再生を考える 10面
カフェ・ボンテが公開するレシピ 11面
広島3大プロ 12面
顔ヨガで目力アップ 14面
世界遺産探訪 15面
情報掲示板 16・17面
「元気な一日は温かい朝食から」 18面
読者の交差点 19・20・21面
頭の体操 22面
必見!映画情報 割引券付 24面

UCCコーヒーメーカー1台プレゼント!
初回マイルドロースト、シティロースト、ダークローストの中から2箱お買い上げでドリップポット（通常価格18,000円）本体1台をプレゼントします!!
1杯あたり64円
1箱(12P×6箱) 販売価格 5,022円(税込) (税抜価格 4,650円)
詳細はお気軽にお問い合わせください。
リースキン ホームサービス
広島市西区中広町1丁目16-4
0120-131-141

そのお取引、スマホでできます!
手の中に、いつも〈ひろぎん〉。
ひろぎんアプリ
ひろぎんアプリ
広島銀行オリジナルキャラクター「ひろくん」
インターネットバンキングのご利用で 振込・振替・資産運用もスマホでカンタン!便利!お得!
残高照会
入出金明細照会
インターネットバンキングかんたんログイン
口座開設(普通預金・投資信託)
カードローン申込
ダウンロードはコチラから!
もしくは、App Store/Google Playから検索
ひろぎんアプリ 検索
お問い合わせ先 〈ひろぎん〉ダイレクトマーケティングセンター 0120-038-238
受付時間 平日/9:00～17:00(土・日・祝休日、および大晦日・正月3が日は除く)
フリーダイヤルをご利用頂けない場合は 082-544-1554（通話料はお客さま負担となります）
広島銀行
(2021年6月17日現在) 2106 T

現発行部数1,100,000部（ウェンディ広島100,000部・239号）／（月刊ウェンディ（全国版）1,000,000部・388号）

手軽なエコー検査で全身の疾患を診断

知っておきたい身近な医学

がんなどの重篤な病気の発見にも奏功

やまぐち内科クリニック　山口敏紀院長に聞く

腹痛などの診断で施行されているのが超音波（エコー）検査です。エコー検査は全身を診察でき、がんなどの重篤な病気の発見にも役立っています。エコー検査を積極的に取り入れている「やまぐち内科クリニック」（広島市南区翠）の山口敏紀院長に、エコー検査のメリットなどについて伺いました。

画像をリアルタイムで知ることができる「エコー検査」。繰り返して施行できる

エコー検査とは超音波を用いて体の内部を調べる低侵襲的な検査で、痛みなどの苦痛もありません。CTやレントゲンなどのように放射線による被ばくがないため、体への影響が少なく、繰り返して行うことができるのが利点です。

検査は基本的にはベッドにあおむけになった状態で行います。超音波が伝わりやすくなるように、腹部全体に検査用のゼリーを塗って、エコー検査機のプローブ（探触子）を押し当てて観察します。必要な時には、呼吸や息止めの協力をお願いしながら、検査を進めます。検査時間は5～10分程度です。

エコー検査はリアルタイムで多くの情報を知ることができるため、急性腹症などで特にその効力を発揮します。痛みの部位にプローブを当て、エコー所見と痛みの程度を対比させることで、エコーをあたかも聴診器代わりに使い診断することが可能です。

■腹部と消化管のエコー検査

一般には腹部エコーとは、肝臓、すい臓、胆のう、腎臓、脾臓などを調べる検査で、各臓器の腫瘍、ポリープ、炎症、結石などの異常を発見することができます。また、当院ではこれらの臓器だけでなく、胃や小腸、大腸などを調べる消化管エコーも行っています。

消化管エコーは、腹痛や下痢、血便の原因精査で施行することが多く、虫垂炎、大腸憩室炎、腸閉塞、感染性腸炎、虚血性腸炎、胃アニサキス、ときに大腸がんなど、さまざまな疾患の診断に役立ちます。また潰瘍性大腸炎やクローン病といった炎症性腸疾患の活動性評価にも用いています。

エコー検査はしばしばCT検査と比較されます。エコー検査はCT検査と比べ、被ばくがなく、繰り返し施行できる簡便な検査であることはメリットですが、術者によって差が出る、空気（ガス）がある場所では見えにくい、といったデメリットもあります。

エコー検査は体の中のさまざまな情報を得ることができ、体への負担も少ない検査です。がんなどの重篤な病気の発見にも役立つので、腹部エコー検査は、おなかのスクリーニング検査として年1回程度施行することを勧めています。

■放射線被ばくのない低侵襲検査

当院では、健康診断のスクリーニング検査（※）、もともと分かっていた病変の経過観察、健診で異常を指摘された場合の精査、腹痛などの症状の原因精査など、さまざまな用途でエコー検査を行っています。

※その病気の疑いのある人を早く発見し、早期の適切な治療や病気のコントロールにつなげるための検査

設置されているエコー検査機器

TERAL
水と空気で未来を創る
ポンプ　送風機　給水装置　ろ過装置　生ごみ処理システム
テラル株式会社　www.teral.net

エコー検査はこんな人にも…

心臓や子宮卵巣、甲状腺、乳腺、頸動脈などの血管などはもちろん、最近では機器の進歩により皮膚の病変、運動器（骨、靭帯、腱、神経）など、さまざまな部位がエコー検査の対象になっています。

具体的には心機能の評価に行う心エコー、妊婦や婦人科疾患で行う経腟エコー、甲状腺疾患が疑われる人に行う甲状腺エコー、乳腺疾患が疑われる人に行う乳腺エコー、コレステロールが高く動脈硬化が疑われる人に行う頸動脈エコー、皮膚のしこりや軟部腫瘍などに行う皮膚エコーや整形外科疾患の評価に行う運動器エコーなどです。

〈メリット〉

- 画像をリアルタイムで知ることができ、その場で診断が可能
- 放射線を使わないため安全性が高く、検査中の痛みもない
- 前処置がいらず、繰り返し施行可能である

〈デメリット〉

- 検査を行う術者の技量によるところがある
- 空気（ガス）があるところは評価が難しい
- 皮下脂肪が多い人は見えにくい、死角がある

やまぐち内科クリニック　山口敏紀院長

Dr.長井の悩み相談室 ⑦⑨

新型コロナウイルスは人のカラダだけではなくココロも蝕んでいる

心療内科 長井ゼミ・ハンス主宰医 **長井 敏弘**

大学卒業後、数々の職業を経て広島大学医学部に再入学、予備校衛星放送講師として東京出講、参考書執筆。一方で精神科病院・内科医院を経て、現在、医療法人ハンス理事長。元岡山大学医学部臨床教授。テレビ出演や講演などで幅広く活躍。

Question

コロナ禍で心を病んでいる人は多いのですか？

Answer

■広島に戻ってきた大学1年生

先日、心療内科の診察室に、この春、広島から東京の大学に進学した大学1年生がやってきました。大学の入学式もリモート、授業もリモート。誰も知り合いがいないし、知り合う機会もない。毎日、部屋で一人寂しく過ごしていて、誰かと話すこともほとんどなく、そのうち段々と憂鬱な気分が強くなり、不眠や食欲不振もあり、耐えられなくなって広島に帰ってきたそうです。

本来なら、大学の同じクラスでの交流やサークル、そして飲み会を通して友達の輪が広がり、楽しい大学生活を送ることができたはずなのに、新型コロナウイルスのせいで、ココロも悲惨な状況に追い込まれてしまったわけです。

■十分な研修を受けないまま社会人になった新入社員

大学生だけでなく、新社会人もココロに痛手を負っています。一般に、新入社員は会社などに就職しても何もできないので入社後のある期間は研修をします。電話の対応から名刺の渡し方、あいさつの仕方など徹底的に一人前の社会人になるまで鍛えます。

しかし、このコロナ禍、新社会人はリモートや簡単な研修を受けるだけで実践の場に駆り出され、いわば、新兵が兵役訓練を受けずに戦場に送られるようなもので、職場でのストレスは相当なものでしょう。実際、何人かの新社会人がココロを病み、心療内科を受診しました。

■意外に平気な中高生

中学生や高校生はどうでしょう？意外にもこのコロナ禍でストレスを受けてココロを病んでいる中高生は少ないようです。マスクをしているため、相手の表情はわかりにくく、お互いの感情は伝わりにくいのでイジメなどはかなり減っているのではないでしょうか？

しかし、教える側は大変です。なにせマスクをしているので生徒の顔を覚えられず、生徒とのコミュニケーションがうまくできないと学校や塾の先生がぼやいていました。

■落ち込みや不安よりも怒りの感情がいっぱいの経営者

ある飲食店の経営者が「夜8時以降は店を閉めてください。補助金を出すので協力お願いします。」と口では言いながら、いまだに政府からの補助金の振り込みが遅れている。税金を取る時には、税金の納付がほんの少し遅れただけで追徴金を請求してくるのに…」と怒りをあらわにしていました。少なくとも私の知っている飲食店の経営者たちは、落ち込みや不安といったマイナスの感情よりも悔しさや怒りなどの感情が前面に出ているように思えました。

■悪いことの後には必ずいいことがやってくる

「人間万事塞翁が馬」―悪いことの後には必ずいいことがあります。悪いことが続けば、その経験から何をどう改善すればいいのかわかってきます。私たちはこのコロナ禍で多くのものを失いましたが、同時に多くのことも学びました。来年の今頃は多くの方が飛躍していることを願っています。

戦前の広島 ㉛

『日本外史』の英訳に挑むタック先生

見延 典子

みのべ のりこ プロフィール

1955年北海道札幌市生まれ。78年『もう頬づえはつかない』を刊行。2001年『すっぱらぽんのぽん』で頼山陽記念文化賞受賞。08年『頼山陽』で新田次郎文学賞、広島文化賞、広島市民賞受賞。広島市在住。新刊『頼山陽と戦争国家』『俳句エッセイ日常』。HP「頼山陽ネットワーク」編集人。「頼山陽ネットワーク」https://www.raisanyou.net

八月末、「第十二回アジア研究国際大会」で参加した。アリゾナ州立大学准教授のロバート・タック先生が頼山陽の『日本外史』を全文英訳中であり、その話題を中心に座談会が行われるというので参加したのである。

座談会はすべて英語で行われ、長く英語とは無縁の生活を送っていた私にはあまりにもハードルが高かったが、幸いにもタック先生は日本語にご堪能で、座談会終了後にEメールでお話を伺うことができた。

私が最も知りたかったのは、アメリカ人のタック先生がなぜ日本人の大半が忘れてしまった『日本外史』の英訳に挑もうとされているのかであった。

タック先生のご回答は「二〇〇八年の春（博士課程三年目にあたりますが）にコロンビア大学で日本漢文のゼミを受けていました。そのとき、漢文の読み方を習う教科書として、駒井明、T・H・ローリック共著の『An Introduction to Japan 漢文入門』（『日本漢文入門』、名古屋大学出版会）を使っていました。その本の中には『日本外史』の数か所が例文として入っており、例えば第十一巻の上杉謙信・武田信玄のやり取り『争う所は米塩にあらず』や第十二巻の小早川隆景、『明人をして、日本に小早川隆景なるものあるをして知らしめん』などが特に記憶に残った個所でした。そのときに、これはすごいなと思って、いつかは『外史』を英訳すると決心したのです」。

以上はタック先生から実際に送られてきたEメールの内容である（掲載の許可済み）。一読するだけで日本語への理解の高さがわかり、また少なくとも十三年前にはコロンビア大学で日本漢文のゼミが行われ、『日本外史』について触れられていたこともわかった。

いずれも私の想像を越えていたが、さらに驚いたのはタック先生が『日本外史』の英訳のために用いている資料が一八四四年（弘化元）発行の保岡嶺南校正『校刻日本外史』（漢文）ということである。タック先生の完訳を祈りたい。

メモ

『日本外史』の英訳

頼山陽著『日本外史』（一八一七年完成）の初めての英訳は、イギリスの外交官アーネスト・サトウが一八七一年（明治四）から七二年にかけてジャパン・ウィークリー・メイルという新聞（横浜で発行）に連載したもの。但し北条氏など一部で、全訳はされていない。

1面から続く

松元 あやさん ピアニスト

クラシックを身近に…気が付くと聴き入っていた、そんな演奏を。

松元さんが好きなのはロシア音楽。ロシアの男性ピアニストによるピアノが揺れるような力強い音やボリュームは、アジア女性では表現することが難しい。また、表情や身振りが大きいといったパフォーマンスが観客に喜ばれる流れもあった。しかし、松元さんの演奏スタイルは動と静で分けると「静」。**自分らしさを重視したとき、今まで通り「自然のままに」を貫くことを決めた。**

松元さんが目指している音楽は、聴かせる、感情を揺さぶる音楽というよりは、「気が付くとその音楽に聴き入っていた、音楽を聴くことで心が解放されるような気がした、そんな演奏ができたらうれしい」と話す。"そのためにも、少し敷居の高いクラシックをもっと身近にしたいという目標がある。帰国した際には積極的にコンサートを開き、地元の人に松元さんの音を届けている。**「心に響く音楽は、深いところで癒やしが得られます。音楽にはその力があると信じています」。**

パリにはいろんな国から演奏家が集まる。トップクラスのアーティストが集まり、それぞれにカラー（個性）がある。それは自由でもあるが、自分らしさが求められる厳しさもある。松元さんも**「自分らしさって何だろう」と自問自答してきた。**

銘菓 新・平家物語

広島市東区光町1丁目13番23号
TEL(0120)979-161
https://nisikido.co.jp
にしき堂

ニッポンの「粋」が集う広島・宮島の新名所
広電宮島口駅から徒歩1分。宮島旅でのついでにお食事とお土産はいかがですか。
瀬戸内海に浮かぶ宮島を横目に豊かな自然の恵みを味わったり、ここにしかないお土産を探したりニッポンの「粋」が集う新名所「エット」。16のショップ・レストランでみなさまをお待ちしています！
HIRODEN etto
etto-hiroden.com　株式会社 広電宮島ガーデン　etto管理事務所　〒739-0411 廿日市市宮島口一丁目11番9号　TEL.0829-30-8930

神の島へと、つづく道　宮島松大汽船

子供会行事にぴったり!!
わくわくパック
要予約
飲み物 + お弁当 + 貸し靴 + 2ゲーム
平日 1,900円(税込)
土日祝 2,100円(税込)
明るく広々 ワンフロア40レーン　広電ボウル　広島市中区平野町10-16 TEL:082-243-5000

広島電鉄グループ

合人社グループ　(株)合人社グループ（グループ代表・持株会社）、(株)合人社計画研究所（調査企画）、合人社エンジニアリング(株)、合人社シティサービス(株)、合人社FGL(株)、トーメン建物管理(株)、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ(株)、メイツ合人社コミュニティ(株)、(株)ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄(株)、(株)KL合人社、(株)沖縄合人社、(株)ワークス合人社、(株)デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道(株)、(株)コカバ合人社ファシリティーズ、(株)STAR合人社、(株)レイシャス合人社、(株)シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理(株)、(株)QHマネジメントサービス、(株)湾岸くらる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント(株)、(株)G&G Community、(株)エネ・グリーン、ノイアンドコンピューティング(株)

本音のエッセイ

「ちょっと待って」は、何分？

アーツカウンシル東京　プログラムオフィサー　嘉原（よしはら）　妙（たえ）

嘉原　妙／アーツカウンシル東京　プログラムオフィサー

2010年よりNPO法人BEPPU PROJECTでアーティストの作品制作サポートや市民と協働したツアープログラムの開発等に従事。2015年より現職。「東京アートポイント計画」、アートプロジェクトの現場を担う人材育成事業等を担当。

「ちょっと待って、ってどれぐらい待つ感覚ですか？」

そう尋ねられて、正直少し固まってしまった。だって、これまで一度も考えたことがなかったから。

昨年、アートプロジェクトのコミュニケーションやアクセシビリティへの視点を育むことを目指して企画・実施した「手話と出会う～アートプロジェクトの担い手のための手話講座～基礎編」で、講師に尋ねられた質問だった。「ちょっと」は何分待てば良いか分からないから、「5分待って」と具体的に伝えるのが大事だと教わった。「ちょっと待って」。

いつも何気なく使っていたことばが、聴者の感覚的なものだということを、このときまで私は知らなかった。他にも、「7月中に書類を提出」と言われたら7月31日頃が期日だと私は思う。でも、手話でそのまま「7月中」と表すと、ろう者は「7月の真ん中」、つまり7月15日頃が期日だと思う。これは「中」という手話表現が、真ん中のイメージを想起させるからだ。

手話と日本語、異なる言語と想起するイメージの違い。何も知らなかったことに恥ずかしさを感じながら、同時に、ろう者の感覚や認識世界にぐいぐい引き込まれていた。なぜなら、私の捉えている世界の奥行きがぐっと広がっていくのを感じたから。それは、アーティストの視点や表現に触れたときの、自分の価値観が揺さぶられるあの感覚に似ていて、私は心の中で「わー！」と驚嘆の声をあげていた。

「手話はイメージが大事」だと講師は繰り返し言っていた。相手の手話を見て、その人がイメージしているものは何だろうと想像し、自分のイメージと重ね、相手が何を伝えようとしているのか理解しようとすることが大切だと。

それは、コミュニケーションの本質だ。私たちは一人一人感覚も想起するイメージも違う。だから、ときに誤解や誤読が生まれ、伝わらなさに悲しみ、悶える。でも、共鳴や共感を実感できるときもある。その喜びを知っているからこそ、人は、他者とどうにか意思疎通をはかろうと努力し、さまざまな方法や表現を編み出してきたのではないだろうか。

手話やろう者の認識世界という、まさに異なる文化との出合いを通して、私は改めて、自分と他者との関わりについて捉え直す入口に立てたように思う。それは、17歳の私が美術に出合い、アートが今、私の生きる社会と私自身をつなぐ扉に見えたときのように。

その先にどんな風景が広がっているのかは、まだ分からない。だからこそ、今、まだ見ぬ世界への期待と緊張と共に胸が高鳴っている。

SPICY DICTIONARY マンション法研究会報告 Q&A

Q　「第三者管理方式」とはどういった内容で、どのような手続きを取れば変更できるのでしょうか。

A　多くの管理組合では管理組合の管理者は区分所有者の中から理事を選任し、理事の中から理事長（管理者）を選任、あるいは総会で区分所有者の中から直接理事長（管理者）を選任しています。

区分所有法では管理組合の管理者は区分所有者以外の者も選任可能で、管理会社等の第三者を管理者として選任する管理組合もあり、そのことを「第三者管理方式」あるいは「管理者方式」と呼んでいます。

高齢化やマンションに居住する区分所有者の減少に加え、理事長（管理者）や役員としての責任や貴重な余暇が犠牲になること等が理事長や役員のなり手不足の大きな理由となっています。そこで管理会社等に管理者を任せることによってこれらの問題の解消が期待できることから、国土交通省でも、平成21年3月、マンション政策部会が「第三者管理方式の活用による管理の適正化促進」と題する答申を行うなど、「第三者管理方式」が注目されています。

なお、ほとんどの管理組合の管理規約では、理事長が管理者となっていますので、**第三者を管理者に選任する場合、管理規約の変更が必要となります。**管理規約の変更は区分所有法により区分所有者及び議決権の各4分の3以上の賛成を得ることが総会において必要となります。

執筆／合人社計画研究所法務室
監修／柱・本田法律事務所　本田非司弁護士

マンション管理の常識　バルコニーについて

バルコニーは各住戸に居住している人だけが使用できるため、一見すると専有部分と誤認される場合もありますが、共用部分にあたります。

通常、マンションの共用部分は区分所有者全員の共有財産であり、特定の区分所有者のみが使用することはできませんが、バルコニーには共用部分でありながら、専用使用権が認められているため、居住者が専用使用できることになっています。

もちろん、日常清掃等の維持管理は居住者の責任にて実施することが必要です。

バルコニーは区分所有者全員の利益のために、専有部分や附属施設を規約で定めて共用部分とした「規約共用部分」にあたります。共用部分である理由の一つに、避難経路として使用されることが挙げられます。普段は区分所有者しか使用しませんが、有事の際には避難経路としてマンションに居住している皆さんが使用することになります。そのため通路をふさぐような障害物を置いてはいけません。

また、共用部分であるためマンションの管理規約や使用細則などで使用方法について各管理組合で使用制限が設けられている場合があります。例えば、バルコニーの手すりに布団を干してはならないといったものです。美観を損ねたり、また布団は落下する危険性もあります。

お住まいのマンションの管理規約や使用細則をこの機会に見直し、適切な使用方法を把握して使用しましょう。

ニューススポット

引越したいと思った瞬間　人生の節目が1位

リクルートは、「引越したいと思った瞬間ランキング―引越し調査2021―」の結果を公表した。

引越したいと思った瞬間は、「入学・入社・転職などのライフイベントの節目」（31・2％）がトップ。「娘が他県の中学に入学。県をまたいでの長時間の電車通学はコロナの感染リスクが高くなるため、学校の近くに引越した」、「コロナの影響で、転職するために引越した。郊外の方が広い家で暮らせる」などのコメントが挙がり、コロナ禍で価値観や生活スタイルが変化していることが伺えた。

コロナ禍で　既存住宅購入へ　興味高まる

リノベるは、「単身世帯の中古住宅購入検討者への意識調査」結果を発表した。

コロナ禍前後で住宅購入の検討状況がポジティブになった人を対象に、中古住宅購入に対する興味の変化を聞いたところ、「非常に高まった」（31・8％）、「高まった」（56・1％）となり、約9割が中古住宅への興味が高まったと回答。

住宅を購入した、購入したいと回答した理由は、トップが「家賃がもったいない」（50・3％）。以下、「広さや間取りなどの快適性を上げたい」（40・5％）、「快適な仕事環境を整えたい」（30・1％）が続いた。

ポストコロナに向け　住宅ローン減税の延長・拡充を要望

不動産協会は、2022年度の税制改正要望を決定した。

ポストコロナに向けた経済好循環の加速・拡大のための重点要望として、21年度に適用期限を迎える住宅税制について、住宅ローン減税の延長・拡充、新築住宅に係る固定資産税の軽減特例の延長、居住用財産の買換え・売却に伴う特例の延長等を求めた。

住宅ローン減税については、現行制度の確保と共に、50年カーボンニュートラルに向け、会員企業が取り組む先進的な高い環境性能を有する住宅の初期負担軽減など取得促進のための支援措置などを挙げた。

既存マンション　成約価格　15カ月連続で上昇

不動産流通推進センターは、全国の指定流通機構における8月の既存住宅の成約動向を公表した。

既存マンション成約価格は3075万円（前年同月比3・82％上昇）、1平方メートル単価は46万5700円（同6・76％上昇）と、ともに15カ月連続でプラスとなった。

歳時記　～10月～

◆10月18日　十三夜

十五夜の約1カ月後で、「後の月」とも呼ばれます。十五夜に次いで美しい月とされています。十五夜と同様、月見団子や時季の収穫物、ススキなどを飾ります。

◆10月20日　秋の土用入り

土用は、立春、立夏、立秋、立冬の前18日間の期間で、年に4回あります。「秋の土用」は立冬前。また、夏は「土用の丑の日」ですが、秋は「土用の辰の日」。「た」のつく食べ物を食べるとよいといわれています。

◆10月31日　ハロウィーン

ハロウィーンは、キリスト教の全ての聖人を祝う日（万聖節）である11月1日の前夜に行われる伝統行事。「Trick or Treat！（お菓子をくれないといたずらするぞ！）」と叫びながら、仮装した子どもたちが近所の家々を回ってお菓子をもらっていきます。

管理組合の方　必見

給水設備を見直しませんか？

跡地の有効活用・コスト削減など　メリット盛りだくさん

増圧直結給水方式改修工事の実例

マンションに設置してある受水槽。場所をとるだけでなく、メンテナンスコストなどの費用もかかっています。

そこで注目したいのが、増圧直結給水方式です。増圧直結給水方式は、水道本管の圧力と増圧ポンプを利用して給水する方式です。建物の給水管に増圧給水設備を直接取り付けるので、受水槽が不要になります。

◆◆

写真は、増圧改修工事で受水槽を撤去した実例です。受水槽跡地には、駐輪場を設けました。お客さまからは、「受水槽の跡地に駐輪場ができたおかげで、自転車の整理整頓ができて良かった」「受水槽がなくなったおかげで、夏場に生温かい水が出なくなり、水がおいしくなった」「ポンプの電気代が30％以上低減できた。省エネ効果が高い！」など、喜びの声をいただいています。

◆◆

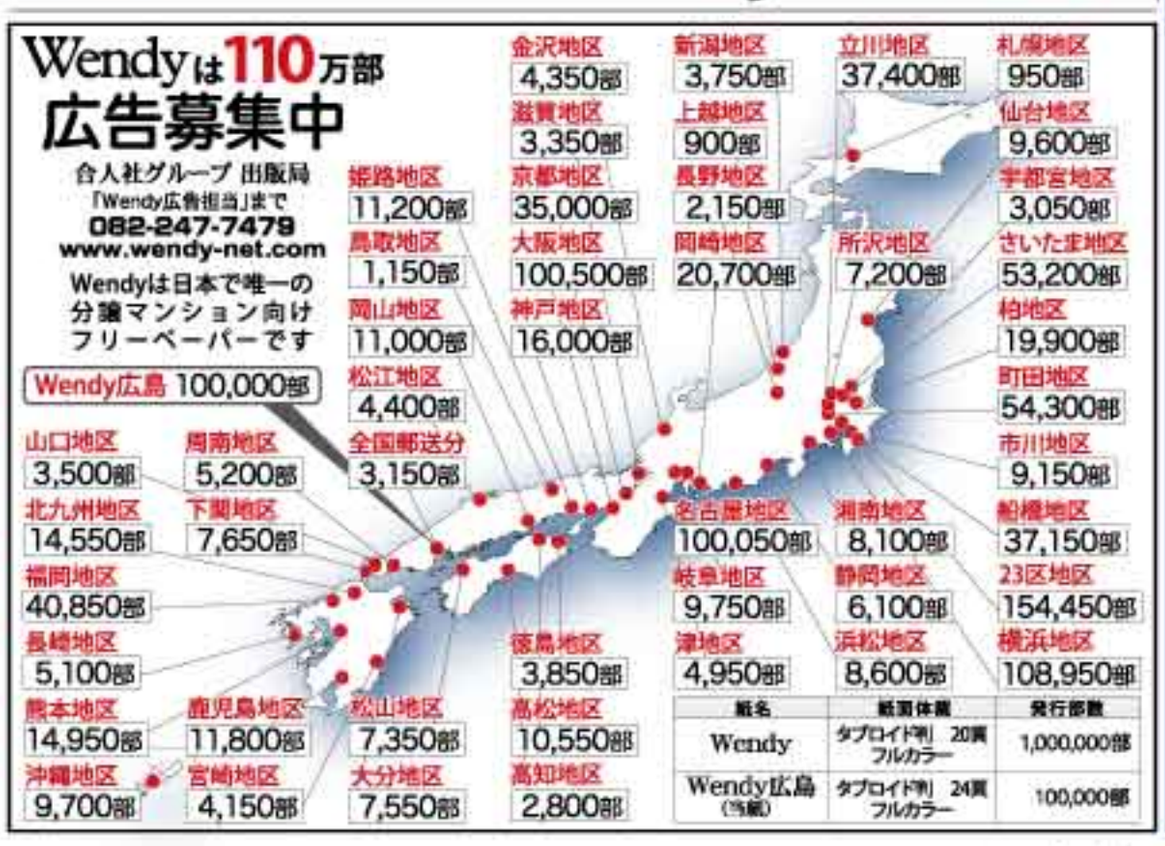
このように、メリット盛りだくさんな増圧直結給水方式。この機会にぜひご検討してみてはいかがでしょうか。

テラルテクノサービスでは、無料で、工事のお見積りおよびご提案書（省エネやランニングコスト試算など）の提案を行っています。詳しくは、お問い合わせください。

【お問い合わせ先】テラルテクノサービス　03-3818-0700　http://www.teraltechno.com

今回お話を伺ったのは、テラルテクノサービス(株)技術統括本部部長の安川さん。給水設備改修工事について、教えてもらいました。

Wendyは110万部
広告募集中
合人社グループ 出版局
「Wendy広告担当」まで
082-247-7479
www.wendy-net.com
Wendyは日本で唯一の分譲マンション向け フリーペーパーです



紙名	紙面体裁	発行部数
Wendy	タブロイド判　20頁　フルカラー	1,000,000部
Wendy広島（市内）	タブロイド判　24頁　フルカラー	100,000部

〈特集〉女性の天敵“シミ※1”の悩みは、なぜ美白※3しても尽きないのか？

広告

一生、シミ※1に悩み続けますか？それとも…

葡萄の樹液を活用した、世界で初めての美白※3

葡萄樹液が持つ美肌力に着目。有効成分をサポートし、パワフルな美白に。

女性の天敵、シミ。美白化粧品を顔に塗りながら、「このシミはいつまで顔にあるの？」と、ため息をつく人も多いはず。そんな女性のために、世界初（※2）の葡萄樹液を配合したオールインワン美白美容液が誕生した。無くならないシミの事を考え、天然成分と有効成分の相互作用に着目。なんとこれ一つ塗るだけで、顔中に沈着するシミの原因を丸ごと撃退するという。何をしてもダメだったという女性からも「シミ悩みすっきり」という声が。その秘密とは。

世界初（※2）の化粧品原料「葡萄樹液」を高濃度に配合したことで、有効成分がより効果的に肌に働きかけるオールインワン美白美容液の「薬用 葡萄樹液ジェル」。

【無くならないシミを研究して開発】

美白の盲点 点ではダメ。面で攻めねば

尽きることないシミの悩み。それは美白化粧品が、有効成分をたった一つ、少しでも配合すれば、「シミを防ぐ」とされるせいかもしれない。しかし本来、シミが出来る仕組みは複雑。肌全体に総攻撃をかけないと食い止めづらいのに、少しの有効成分で足りるのか…。そこで、肌のなかのシミを丸ごと撃退するために生まれたのが、世界初の（※2）葡萄樹液を配合したオールインワン美白美容液「薬用 葡萄樹液ジェル」。「シミが目立つ一箇所だけでなく、肌全体にアプローチしないと、シミの原因は肌の中でくすぶっている。」と考え、新たな開発がスタートした。

ところが問題が起こった。どんなに優秀な有効成分でも、紫外線で美肌力の落ちた肌には働きにくかったのだ。その突破口を開いたのが葡萄樹液。10年かけて開発された世界初（※2）の化粧品成分だ。余談だが葡萄樹液が最初に注目されたのは、ハリが出て若々しい肌を実感できる所だった。

【シミが沈着する仕組みに対応】

【年間2週間だけ清る樹液】

別名「幻の美肌水」とも呼ばれる。

突破口となった葡萄樹液がシミの元を40%抑制※4

しかし、定期的に葡萄園を訪れていた研究者が、「葡萄樹液を塗る女性は、日焼け止めなしで農作業してもシミがない」と研究を追加すると、なんとメラニンまで40%も抑制していたのだ。また分析では、天然のアミラ酸やミネラルなど、美肌成分もたっぷり含有している事が判明。これが糸口となり、シミケアをサポートする葡萄樹液に、メラニンの生成を抑制する美白有効成分アルブチンを合わせ、さらにメラニンの表面化を防いだり、紫外線による肌ダメージを溜め込ませないようにする植物エキスを含む15種類の美容成分を配合。シミが無くならない原因に徹底的に対応する配合が完成した。濃厚な天然成分と有効成分が相互に働き、シミを出来にくくするパワフルなオールインワン美白美容液なのだ。

頬やコメカミも！顔全体に塗り込んでシミ悩みすっきり！

お手入れは洗顔後このジェルを顔全体に塗るだけ。茶ぐすみした部分も透明感が出てツルン、肌色スッキリ。小さなシミが目立って心配な部分に塗り込んでいると「使い始めてから新しいシミが増えていない」「シミ隠しの厚化粧をせずに済む」との声も。最初はハリのなさに悩む人に注目されていたにも関わらず、シミへの反響が大きかったという実力派。パラベン、アルコール、香料は不使用。今回は、この「薬用 葡萄樹液ジェル」が割引特典で、先着200本に限り10%OFF。通常5205円（税込）を4680円（税込）（120ml／朝晩約2カ月分）。さらに60日間の返金保証付きのため安心して試すことができる。気になる方は下記欄ハーベリィアースストーリーまで。

【シミのない肌】【シミのある肌】

シミがあると、こんなにイメージが違う

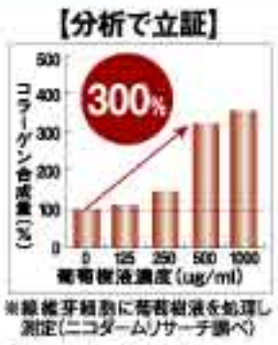
知ってラッキーTOPICS
シミケアなのに顔がプリッ！コラーゲンも3倍に

シミはもちろん、ハリ不足も気になって…とお悩みの方は多いのでは？とはいえあれこれ化粧品を使うのは大変。しかし実は「薬用 葡萄樹液ジェル」なら、1本でプリッとしたハリまで出てくると話題だ。葡萄樹液は、コラーゲンを3倍にする力も注目されていて、しっとりするだけの化粧品とは違い、塗っているうちにどんどんコラーゲンを増やしてくれる「塗るコラーゲンマシン」のような珍しい力を持っているのだ。実際に美白ケアのために使っていた人からも「明るさもハリも出た」「プリッとして若く見られた」と様々な美容への声が。お手入れにお金も時間もかけられないという人は、シミもハリも対応する葡萄樹液に頼ってみては？

【塗るとスベスベに】

塗った瞬間肌に全て吸い込まれて、見た目に変化が現れる。

【分析で立証】



※線維芽細胞に葡萄樹液を処理し測定（ニコダームリサーチ調べ）

※1 紫外線による ※2 PCPC（米国化粧品工業会）で世界で初めて登録されました（コード番号19502）。※3 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐこと。※4 ニコダームリサーチ調べ

シミ※1でお悩みの方に!!

葡萄樹液高配合 ＋ 美白有効成分アルブチン ＋ 植物エキスなど美容成分15種

この配合は、日本でこの商品だけ！

8つの成分が無添加
●パラベン ●合成香料 ●合成着色料 ●アルコール ●石油系界面活性剤 ●動物性原料 ●鉱物油（ミネラルオイル） ●シリコン

洗顔後はこれ一つでOK！ 化粧水・乳液・美容液の3役 オールインワン美容液

薬用 葡萄樹液ジェル［モン サン ブルール パーフェクトジェルb］ 医薬部外品
（120mL／朝晩約2カ月分）※1回2～3プッシュ

注文期限 2021年10月14日(木) 初回購入特典 葡萄樹液ジェルを初めてご購入の方限定

フリーダイヤルの右に記載の注文番号を必ず注文時にお伝えください。お伝えがない場合は特典をお付けできませんのでご了承ください。

通常価格 5,205円（税込） 10% OFF 送料無料

たっぷり2カ月分！ 特別価格 4,680円（税込） 1カ月あたり 2,340円（税込）

2本以上ご注文は代引手数料（税込330円）が無料。クレジットカードは1本から手数料無料。

便利でお得な「定期便」もございます。

60日間全額返金保証
商品をお試しいただきご満足いただけなかった場合は、商品到着後60日間は、ご使用後でも代金を全てお返し致します。（返品商品が弊社に到着後、全額返金いたします。事前にご連絡ください）※初めてのご注文で、初回お届け分の商品に限ります。

さらに今なら メガネの上からもかけられる拡大鏡 メガネ型ルーペが付いてくる！
読書の時に スマホ操作時に 裁縫の時に
【セット内容】本体、クロス、ポーチ、メガネストラップ 男女兼用
拡大率 約1.6倍
※商品は変わることがございます。
※お1人様1回1個限りとさせていただきます。

電話 0120-482-210 通話料無料 受付時間：午前8時～午後8時／年末年始を除く
FAX 24時間受付 0120-555-878
ハガキ 〒810-0004 福岡市中央区渡辺通5-23-8 サンライトビル4階 ㈱ハーベリィアースストーリー まで

注文番号を注文時に必ずお伝えください
注文時にお伝えいただいた方のみ上記「初回購入特典」の対象となります。
注文番号 01-190

FAX・ハガキでご注文の方は、❶注文番号❷品名❸数量❹支払方法（代金引換またはクレジットカード）❺電話番号❻〒住所❼氏名（フリガナ）をご記載ください。
●定期便をご希望の方は、お電話またはインターネットからご注文ください。●ハガキでのお支払方法は代金引換のみとなります。●FAXのご注文でクレジットカード払いの方は、カード会社・カード番号・有効期限をご記載ください。（ご本人様名義のカードに限ります）

インターネットでのご注文はこちら
必ず注文番号を注文フォーム最下部の入力欄に入力してください。
二次元コード読み取り可能な携帯電話をお持ちの方は右記よりアクセスしてください
葡萄樹液ジェル 検索

●商品はご注文後約1週間前後でお届けいたします。ただし、年末年始や配送などの諸事情によりお届けが遅れることがございます。●送料無料 ●お支払は代金引換（手数料税込330円、定期便または注文金額税込5,000円以上は無料）、クレジットカード（手数料無料、1括払いにて）、クレジットカードは、VISA、マスター、JCB、アメックス、ダイナースがご利用いただけます。●万一商品にご満足いただけなかった場合は、ご使用後でも商品到着後60日以内であればお送料共で全額返金致します。（※事前にご連絡ください）●返品・返金を行う場合は、メガネ型ルーペも合わせてご商品をお届いたします。●ご注文のご連絡をいただいた時点で注文番号のお伝えがない場合はメガネ型ルーペをお付けできませんのでご了承ください。●お客様の個人情報は、商品の発送、各種ご案内以外には使用いたしません。

株式会社 ハーベリィアースストーリー
〒810-0004 福岡市中央区渡辺通5-23-8-4階

マンション（集合住宅）を中心に配布しています。戸建、店舗などで送付をご希望の場合は、右記まで連絡ください。→

『ふぞろいの林檎たち』には寺山修司が山田太一に頼み込んで出演

女優　高橋（たかはし）ひとみさん

photo Nobuyuki Yoshikawa ©WENDY

のですが、自分の番が終わり、友達を待っていると、寺山さんがこちらに歩いてきて「きみ、何番？」と。「もしかして…」と思っていたら合格。**思いがけず『バルトークの青ひげ公の城』で舞台デビューすることになりました。**

◆とにかくやさしい人、何でもしてくれた

私が演じたのは数人の少女の中の一人でしたが、公演が終わっても常に寺山さんと一緒にいた思い出があります。**母が「うちの子、どこにいますか？」と寺山さんに電話するほど、親といるより長く過ごすようになったのです。**

毎日、学校が終わると寺山さんの事務所に向かい、たまに手伝いをしました。その頃、寺山さんは報知新聞に競馬のコラムを書いていて、「この原稿を新聞社に電話で送りなさい」と言われたことも。当時はFAXもないので、電話で原稿を読んで伝えるのです。**「今日は何回聞き返された？　一回も聞き返されずに伝えられるようになるといいね」…今思えば、勉強をさせてくれていたのだと思います。**寺山さんを中心にいつも人が集まり、周囲から尊敬され、憧れられている方なのに、私にはとにかくやさしく、何でもしてくれました。私の家に大量の本とブックエンドを持ち込み、本棚をつくってくれたこともあります。

なぜそれほど寺山さんにかわいがられたのか？今でも取材で聞かれますが、私にはわかりません。**確かなのは、あんな無償の愛をくれた方は親以外にいないということです。**結婚が遅かったのも、世の男性を寺山さんと比較して、「愛が足りない」と思っていたからかもしれません（笑）。

◆『ふぞろいの林檎たち』売り込んでくれたのは

テレビドラマに出ることになったのも寺山さんのおかげです。早稲田大学時代の親友だった山田太一さんが『ふぞろいの林檎たち』という若者の群像劇を書くと聞いて、**寺山さんが「高橋ひとみを出してもらえないか」と、何十年も会っていなかった山田さんのお家まで行って頼んでくれたそうです。**それで、もともとなかった"伊吹夏恵"という役をつくってくださったと、寺山さんが亡くなってから聞きました。

第1話の台本を見て、寺山さんは、「すばらしい役だから、これでテレビの仕事が続かなければ、もうやめなさい」と。「本読み」という最初の顔合わせに向けて、台本読みの稽古にも付き合ってくれました。「本読み」が終わると、今度は「山田に何て言われた？」「じゃあ、もう一回練習しよう」と言って、一生懸命になってくれました。でも、1話のオンエアを見る前に亡くなってしまった。1話と2話の台本を棺に入れ、お見送りしました。

◆やさしい父と厳しい母に育てられた

私は東京生まれ、東京育ち。今も実家で暮らしています。

父が大工の棟梁で、現役時代は若い職人さんが住み込みで働いていました。職人の朝は早く、6時には家を出ます。母は暗いうちから起き、朝食の支度のほかに、みんなに持たせるお弁当をつくっていました。姉も私も中学から私立に通ったので、それからはお弁当がさらに2つ増えて、テーブルにお弁当箱が並んでいるのが朝のいつもの光景でした。朝晩の食事も全員でにぎやかに。夕方6時頃には晩ご飯を食べて、9時頃には寝る生活です。だからか、私は今でも朝のほうが得意で、夜はすぐに眠たくなってしまいます。

棟梁としての父は厳しかったと思いますが、**私たちは怒られたことがありません。祖父も大工で、殴られながら仕事を覚えたから、自分の子どもには絶対に手は出さないと決めていたそうです。**その代わり、母が厳しかった。小学生の頃、姉とピアノを習っていたのですが、出来の良い姉と違い、私はなかなか上手にならない。指を間違えると竹のものさしで容赦なく腕をぴしゃっと叩かれました。私の腕の内出血を見て、近所のおばさんが「どうしたの？」と。私は「これ、模様だよ」と健気に答えていたそうです（笑）。

3歳の頃。七五三にて

◆寺山修司演出の舞台オーディションを受ける

中学・高校は女子高で、当時はやっていたバレー部に入りました。

ところが、**幼なじみで中高も同じだった友達が「オーディションを受ける」と言うので一緒について行ったのが、寺山修司さん演出の舞台公演です。**寺山さんの短歌は国語の教科書で知っていましたが、劇団「天井桟敷」を主宰しているのは知りませんでした。

会場に着くと、演劇好きな少女たち、寺山さんのファンが数百人集まっていました。演劇素人の私が受かるはずはないと思っていた

広島国際学院高トピックス

「私立高校の学費のことが心配」と悩む前に

就学支援金・授業料等軽減制度と奨学生制度を知っておこう！

秋本番を迎え、志望校を決定する時期になってきた。私立高校を希望する際には、学費のことを心配する人たちも多いことだろう。そこで、今回は就学支援金・授業料等軽減制度や、「こくさい」独自の奨学生制度について紹介する。

国は、私立高校に通う生徒に対し、家庭の収入に応じて授業料を軽減する就学支援金制度を設けている。世帯年収が約590万円以下の家庭には月額3万3000円を、約590万円～約910万円までの家庭には9900円を、それぞれ支給している。

さらに広島県では、就学支援金に上乗せして、世帯年収が約350万円以下の家庭は授業料を全額免除する独自の制度を設けている（図表参照）。広島国際学院高の授業料は月額3万8000円。同制度を活用すれば、月々の家庭の負担額はぐっと軽減されることになる。

一方、広島国際学院高の難関・特進コースの受験を検討している人には、同高独自の奨学生制度がある。奨学生にはⅠ種とⅡ種があり、Ⅰ種・Ⅱ種奨学生とも授業料を全額免除する他、Ⅰ種奨学生には奨学金を毎月1万円給付する。また、両奨学生とも入学金や入学手続金などの入学納入金が全額免除になる。

奨学生は、Ⅰ種、Ⅱ種とも出身中学の推薦や、国公立大・難関私立大の受験を目指す人、同高入試で高得点取得者が条件になる。

同高では「さまざまな制度を活用して、私立である広島国際学院高を志望校の選択肢に入れてもらえれば」と話している。

支援の対象となる世帯年収の目安	就学支援金（国から支給）	授業料等軽減（広島県から支給）	広島国際学院高校 授業料等（月額）保護者負担額
～約270万円	月額3万3,000円	就学支援金と授業料等(月額)の差額	0円
約270万円～約350万円	月額3万3,000円	就学支援金と授業料等(月額)の差額	0円
約350万円～約590万円	月額3万3,000円	対象外	5,000円
約590万円～約910万円	月額　9,900円	対象外	28,100円

こくさいの奨学生制度

Ⅰ種奨学生は　授業料（3万8,000円）の全額免除に加え、奨学金を1万円給付します。

Ⅱ種奨学生は　授業料（3万8,000円）を全額免除します。

今年最後の入試広報イベント
入試説明会　先進的な授業・教育環境をご体感ください。
開催日：10/24（日）
申込受付期間　9/25（土）▶10/21（水）
開催時間：
入試説明会 第一部 ▶ 9:30～11:00（受付9:00～）
難関コース体験授業 ▶11:30～13:00
クラブ体験・見学 ▶11:30～13:00
実施予定クラブ ・女子バスケットボール部・バドミントン部 ・硬式テニス部（男女）・柔道部・陸上競技部
入試説明会 第二部 ▶13:30～15:00（受付13:00～）
クラブ体験・見学 ▶15:30～17:00
実施予定クラブ ・吹奏楽部
会場：本校　対象：中学3年生とその保護者
定員：各部250名　持参物：筆記用具、上履き、靴袋
内容：コース説明、入学試験概要説明など
※入試説明会のみのご参加も可能です。
※クラブ体験・見学会と難関コース体験授業のご参加は任意です。
※体験希望者は運動できる用具を持参してください。※今後の情勢によって、クラブ体験・見学の中止・内容変更の可能性もあります。※吹奏楽部は楽器を持参した人のみ体験が可能です。（大型楽器は一部貸し出します）楽器が無い人は見学になります。※クラブ体験の参加者には保護者の同意書を参加前に提出してもらいます。ホームページにある同意書をダウンロードし、必要事項を記入の上持参してください。
同時開催 定員60名 難関コース体験授業
家族で進学を考えるキッカケに参加してみませんか？
申込受付期間：実施日の3日前まで ※10名に達し次第締切をいたします。
保護者対象学校見学会　毎週金曜日 全10回
開催日 ※10/14(木)を除く
9/24・10/1・8・14・22・29
11/5・12・19・26
●時間／10:30～13:00（受付10:15～）
●会場／本校　●対象／中学生の保護者
●定員／毎回限定10名
●内容／学校説明、学校見学（授業など）、学食体験、意見交換、個別相談等
●持参物／上履き、靴袋、筆記用具
イブニング説明会　毎週木曜日 全10回
開催日
9/30・10/7・14・21・28
11/4・11・18・25・12/2
●時間／18:30～20:00（受付18:15～）
●会場／本校　●対象／中学生の保護者
●定員／毎回限定10名
●内容／学校説明、意見交換、個別相談等
●持参物／上履き、靴袋、筆記用具
同時開催 夜の難関コース体験会 10/7・21 18:30～20:00
イベント参加申込方法　本校WEBサイト【高等学校イベント申込受付フォーム】からお申込みください
https://www.hi.hkg.ac.jp/
広島国際学院高等学校
〒736-0003 広島県安芸郡海田町曽田1-5
Tel：082-823-3401　Fax：082-822-7197
ホームページ https://www.hi.hkg.ac.jp/
Facebookページ https://www.facebook.com/hi.hkg.ac.jp/

月刊 ウェンディ広島　編集・発行 合人社グループ 出版局　〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル　☎082(247)7479

そのあと、2話の撮影で、私が中井貴一くんにすがって泣くシーンがありました。私にとってはほぼ初めてのお芝居で、普通なら泣くことなんてできなかったでしょう。でも、寺山さんが泣かせてくれた。**「ひとみのために先生が死んであげるから、思い切り泣きなさい」と言われているようで、寺山さんの最後の愛を感じました。**

ドラマは大ヒットしてパート4まで続き、そのおかげで今の私があると思っています。

ご一緒したのは18歳から21歳までのたった3年間ですが、「もし、寺山さんがもっと長生きしてくれたら」と、今もふと考えます。

◆座右の銘は「漂えど沈まず」

小さな壁にはしょっちゅうぶつかりますが、女優をやめようと思ったことはありません。**"波の上下はあっても舟が沈まなければ大丈夫"という意味の「漂えど沈まず」が好きで、座右の銘にしています。**

ただ、舞台は長い間、出演を躊躇していました。「もともと舞台出身でしょ？」と言われますが、寺山さんの作品も一度だけ。それも台詞がほとんどない役でしたし、その寺山さんから「ひとみはテレビに行きなさい」と言われたこともあって、なかなか一歩を踏み出せませんでした。

きっかけをくれたのは、俳優仲間の西村まさ彦さんです。ご自身の主演作『エデンの南』に誘ってくださり、「とっても楽しくて勉強になるので、これからは舞台もいいな」と思い始めて、出させていただく機会が増えました。**この9月は舞台『赤シャツ』に出演します。夏目漱石の『坊ちゃん』に出てくる赤シャツを主人公にした作品で、私は下女のウシ役。**下女という役どころも初めてで、今からドキドキ、ワクワクしています。

50代ではお母さん役も増えました。今年、還暦を迎え、次はおばあさん役になっていくのでしょう。**将来は、草笛光子さんのように、年を重ねてもキラキラした女優になるのが高い目標です。**そのためにも、ずっと健康でいないといけませんね。

◆南アフリカで出合った感動の風景

6年前、主人の仕事先のご縁で、南アフリカ観光親善大使のお役目をいただき、以来、何度か南アフリカを訪れています。

2泊3日かけて移動する豪華列車「ザ・プルートレイン」に、日本の桜のように春になると薄紫色の花を一斉に咲かせて街を彩る「ジャカランダ」。いくつものワイナリー、そして、サファリの野生動物たち。特に、子象を連れた象の群れや何百頭ものバッファローの群れ、狩りをするライオンに出合ったときは、大げさではなく人生観が変わるほど感動しました。大自然の営みを目の前にすると、自分の悩みなんてちっぽけなものだと思えるから不思議です。

大人だからこそ楽しめる魅力にあふれた国への旅、みなさんにもおすすめしたいです。訪れる際は、ぜひドレスとハイヒールを忘れずにスーツケースに入れてくださいね。

◆50代同士の結婚 何でもやってくれる人

主人とは知り合って2カ月、付き合って2週間で結婚しました。私が52歳で主人は50歳。お互い初婚で、それまで自由に生きて、自分を最優先にしてきた二人が一緒になって大丈夫？と心配する友人もいましたが、向こうが私の何倍もがまんして、何でもやってくれるので、何とか結婚生活が続いています。

何しろゴミ出し、掃除、アイロンがけ、私の靴の手入れまで完璧にやってくれるのです。唯一、料理が苦手だったのですが、今ではモモエ（愛犬：ゴールデンレトリバー）のために料理を覚え、ブラッシング、耳掃除、歯磨き、肉球にクリームを塗るところまで面倒をみてくれます。

SNS（インスタグラム）への投稿にも協力的で、モモエとの散歩の写真をよくアップするのですが、撮影はすべて主人。季節の花や風景とともに撮影した私とモモエの写真のオリジナルカレンダーづくりにまで発展して、毎年11月は写真選びで大忙し（笑）。お世話になっている方々にもお配りしています。

今のモットーは「楽しいことしか考えない」。夜、ベッドに入ってからも「もし私が魔法使いだったら」と想像をふくらませ、幸せな気分で眠りにつきます。これから始まる60代、ますます自由に生きていきたいですね。

（祇園・事務所にて取材）

15歳の頃。中学時代はバレー部に所属

8歳の頃。運動会にて

20歳の頃。旅行先にて

30代の頃。撮影中の1枚

南アフリカ観光親善大使。「トレードワークショップ2018」コンラッド東京にて

©高橋 雅之

高橋　ひとみ（たかはし　ひとみ）さん プロフィル
1961年東京都出身。79年舞台『バルトークの青ひげ公の城』で女優デビュー。翌年『上海異人娼館』で映画デビュー。『ふぞろいの林檎たち』(83)でドラマデビュー。以降、さまざまな人気ドラマや映画、バラエティ番組、情報番組でも活躍する。近年の出演作品に、ドラマ『過保護のカホコ』『逃げるは恥だが役に立つ』ほか。2015年より南アフリカ観光親善大使。19年より大田区観光PR特使を務める。

マンションリフォームのいろは 62
「失敗しないマンションの売り方」

【私のマンション売却失敗体験】

初めてマンションを売る時、悩みますよね。私も初めてマンションを売った時には失敗しました。それは**「高い査定をしていただいた会社に頼んだ」**ことでした。ポストによくチラシが入っている大手2社に査定してもらい、予想以上の査定金額を出してくれた会社にお願いしました。地域では比較的人気の場所でしたが、見学者があまり来ず1カ月後に大きく値下げを提案され、結果売却できたものの後味の悪いものとなりました。その後、自ら不動産会社を起こした時に「預かりたいがために高めに査定しその後下げる」方法があると知りました。

【仲介と買取】

家を売る方法には主に**「仲介」**と**「買取」**があります。仲介は相場で売却しやすく一般的な方法です。手数料＝（売買価格×3％＋6万円）＋消費税がかかりますが、**時間がかかってもできるだけ高く売りたい**人向きです。買取は主に業者相手に**早く誰にも知られずに売却**できます。相場に比べ2～3割安くなることがありますが手数料はかからずに何度も見せる煩わしさがありません。

最近は一括査定サイトもありますが周辺環境、使い方など見ないとわからないこともあります。特にリフォームはプラス査定なので見せたほうがいいでしょう。私自身6年前にリフォームした家の販売をしましたが住宅診断の書類や図面、施工中の写真が買主の安心材料になりました。

販売方法は、販売戦略をどう立てるかが重要です。不動産は相場と鮮度が重要なので値付けが重要です。預かったものの積極的に広告活動をしない業者や若い世帯に効果的なスマホやSNSに弱い業者がいるのも事実です。中には積極的に広告してほしくないという売主もいます。「周りに知られたくない」という方には、水面下で販売します。例えば私どものWebサイトでは常時「買いたい」方の登録が800人以上いますので、まずはその中から条件が合う人に個別連絡します。逆に買いたい人は会員登録するか直接来店されるといいでしょう。

「家を売る」というのは一大プロジェクトです。単に預かって掲載だけではなく、販売戦略が必要です。販売後もいい関係が続けられる業者としっかりと話し合ってみてください。

（マエダハウジング社長　前田政登己）

前田 政登己

旬の食材

柿

柿は10月から11月にかけて多く収穫される秋の代表的な果物です。

ビタミンCが豊富で、一個あたり約70mg含まれています。なお、ビタミンCの推奨量は成人で一日100mgです。

柿の渋みは、ポリフェノールの一種タンニンという成分。渋柿だけでなく甘柿にも含まれています。

柿は常温で保存すると数日で柔らかくなります。ヘタを乾燥させないよう、濡らしたティッシュペーパーなどでヘタの部分を覆い、冷蔵庫で保存すると長持ちさせることができます。

さつまいも

秋が旬で、9月ごろから収穫されます。

ビタミンCが豊富に含まれています。いも類のビタミンCは他の野菜のビタミンCに比べ、でんぷん質に守られているため、熱にも強く壊れにくい特徴があります。その他、ビタミンE・B1、葉酸、カリウム、リン、鉄分、食物繊維などを含みます。

皮につやがあり、色が鮮やかで太ったものを選びましょう。毛穴が深いものやひげ根が多いものは繊維質が多く、細いものは筋があるので避けましょう。黒いシミや傷、斑点があるものも有害物質を含むので、要注意です。

さつまいもは寒さに弱いので、冷蔵庫での保存には向きません。新聞紙に包んで常温で保存します。2週間程度を目安にすると良いでしょう。

合人社ウェンディひと・まちプラザ通信
（広島市まちづくり市民交流プラザ）

会議室を利用してみませんか？

合人社ウェンディひと・まちプラザの南棟3階、4階には、「会議室A・B・C」があります。ホワイトボードを備え、プロジェクター、DVD・モニターテレビなど貸出備品利用可能です（一部有料）。どなたでもご利用になれますがご利用にあたっては、予め使用申請が必要です。詳しいご利用方法は、お気軽におたずねください。新型コロナウイルスの十分な感染防止策を講じた上でご利用ください。

	会議室A	会議室B	会議室C
場所	南棟3階	南棟3階	南棟4階
定員	18人（3人掛け用机6台）	18人（3人掛け用机6台）	15人（3人掛け用机4台、ほか1台）
広さ	33㎡	35㎡	29㎡
料金	一般利用料金：420円/時（9:30～21:00） 夜間割引料金：260円/時（21:00～22:00）	商業利用料金：630円/時（9:30～22:00） 当日割引料金：260円/時（9:30～22:00）	

※会議室Aと会議室Bは、連結して利用可能です　※割引の適用は一般利用料金のみ

■開館時間　9時30分～22時
■休館日　毎月第3月曜日、12月29日～1月3日
■アクセス
市内電車：「袋町」電停から徒歩約3分
バス：「袋町」バス停（広島電鉄・広島バス）から徒歩約3分
アストラムライン：「本通駅」から徒歩約6分

〒730-0036 広島市中区袋町6-36
TEL：082（545）3911（代表）
TEL：082（545）3913（施設予約受付専用）
FAX：082（545）3838
メール：m-plaza@cf.city.hiroshima.jp
http://www.cf.city.hiroshima.jp/m-plaza/

※合人社広島袋町ビルとお間違えにならないよう、ご注意ください。

合人社グループ　(株)合人社グループ（グループ代表・持株会社）、(株)合人社計画研究所（基幹企業）、合人社エンジニアリング(株)、合人社シティサービス(株)、合人社FCL(株)、トーメン建物管理(株)、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ(株)、メイツ合人社コミュニティ(株)、(株)ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄(株)、(株)KL合人社、(株)沖縄合人社、(株)ワークス合人社、(株)デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道(株)、(株)コクバ合人社ファシリティーズ、(株)STAR合人社、(株)レイシャス合人社、(株)シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理(株)、(株)GHマネジメントサービス、(株)琉球くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント(株)、(株)G&G Community、(株)エネ・グリーン、ノイアンドコンピューティング(株)

医療最前線

正しく怖がろう～医療放射線～

診療放射線技師　中上康次

■放射線は危険なモノ？便利なモノ？

「放射線」と聞いて、多くの方は「危険なモノ」「身体に悪いモノ」と思われるでしょう。確かに放射線は身体に影響を与えることがあります。しかし、正しく使用することで我々の健康に大きく貢献できる大変便利な存在なのです。

例えば、封筒の中身が知りたい。でも開けたくない、そんな時どうしますか？おそらく太陽やライトに透かして見るでしょう。身体も同様に骨や内臓の状態が知りたい、でも身体を開けて臓器を取り出して見るなんてできない。ならば、身体をも透けるような強い光を当ててみよう、これがレントゲン検査の原理です【図1】。

放射線は身体をも通過する強い光です。その性質を生かして、身体の中を透かして見たり、それを画像にしたりできます。そのおかげで、痛みの原因や病気を見つけることができるのです。

では、いったいどのくらいの量の放射線を利用し、どのくらいの量の放射線を怖がれば良いのでしょう？それは、放射線を使用することによって得られる利益と、放射線を受けることによって生じるリスクが関係します。

一つの例えとして、新幹線を使って移動すると便利で快適に移動できるという利益が得られますが、同時に事故や乗り物酔いなどのリスクも生じます。利益とリスクの双方を比較してみると、利益がリスクよりもはるかに大きいので、多くの方が新幹線を利用されます。反対に新幹線が2回に1回は事故を起こすような乗り物だったら、誰も乗らないでしょう【図2】。

放射線検査も同様で、わずか1回で身体に重大な影響が出るような被ばく（放射線を受けること）量だったら誰にも使えません。医療機関で放射線検査を用いるのは、検査で得られる利益が、放射線被ばくによる身体へのリスクよりもはるかに大きいからです。具体的には、胸部レントゲン検査で0・08mSv（ミリシーベルト：放射線が人体に与える影響量の単位）程度です。CTは少し強い放射線を使用しますので10mSv程度になります。普通のレントゲン検査に比べて100倍近い強さで少し恐ろしく感じるかもしれませんが、身体へのリスクから考えるとこれでも非常に少ない値なのです。

■被ばくによる影響

放射線の人体への影響のあり方に「確定的影響」と「しきい線量」という言葉があります。確定的影響は、一定量の放射線を受けると身体に影響が現れる現象」をいいますが、しきい線量を超えなければ、影響は現れません【図3】。

放射線被ばくによる身体的変化については、白血球にあるリンパ球が減少するのが最初だといわれています。リンパ球が減少する被ばく線量は最低でも250mSv程度であり、CT検査に換算すると約25回分に相当します。放射線は身体に蓄積するものではありませんので、この約25回分の被ばく線量を一度に受けて、初めて何か影響が出る可能性が生じるということになります。

さらに、女性で永久不妊が起こる被ばく線量は最低でも2500mSvです。これは一度に約250回もCT検査をする被ばく線量に相当しますので、一般的な病院での画像検査ではありえない程、多量の被ばく線量といえます。

■放射線と放射能

さて、放射線と似た言葉で「放射能」という言葉があります。言葉が似ているので混同されることが多いのですが、異なるものです。

放射能は「放射線を出す能力」のことをいいます。一般的には放射性物質（放射能を持つ物質）の意味として使われ、常に放射線を出し続ける物質を指します。では、全ての放射性物質が怖いのか？そうではありません。確かに放射性物質は放射線を出していますが、注目すべきはその放射線の強さです。

実は放射性物質は身の回りにたくさんあります。みなさんが歩いている地面にも、木や水、飲物、食物、空気にも含まれています【図4】。家庭内でも蛍光灯や時計、煙探知機など放射性物質を利用した機器はたくさんあります。ただ、出ている放射線が微量なのです。

こうした身の回りの放射性物質から日本人が1年間に受ける放射線被ばく（自然被ばく）は年間約2・4mSv程度ですので、例え1年分を一瞬で受けたとしても【図3】と比較すれば分かるように、全く恐れる量ではありません。体内に蓄積されるわけでもないので、無視しても良い程度の被ばく線量なのです。

怖がらないといけない量の放射線は、一般的な病院の画像検査では使用されることはありません。しかしながら、利益のない放射線被ばくは、やはり受ける必要はないでしょう。放射線による検査を受ける場合は、医師による説明で、検査の目的やリスクをよく理解した上で受けることをおすすめします。

■怖いのは風評被害

本当に怖いのは、理解しないことから起こる風評被害で、これは放射線だけに限らず全ての事象にあてはまります。例えば、日本のどこかで災害などが起これば、何の影響もなかった観光地も同じ県だというだけで客足がばったり途絶えたり、新型コロナウイルスと名前が同じだということでアメリカでのコロナビールの売り上げが落ち込んだり、事例には事欠きません。

やみくもに怖がることで必要な利益が損なわれることがあってはなりません。コロナウイルス感染にもいえますが、放射線なども正しく理解して正しく受ける、正しく怖がることが重要なのです。

（梶川病院（広島市西区天満町）診療放射線技師　中上　康次）

【図1】レントゲン検査の原理

【図2】利益とリスクの比較

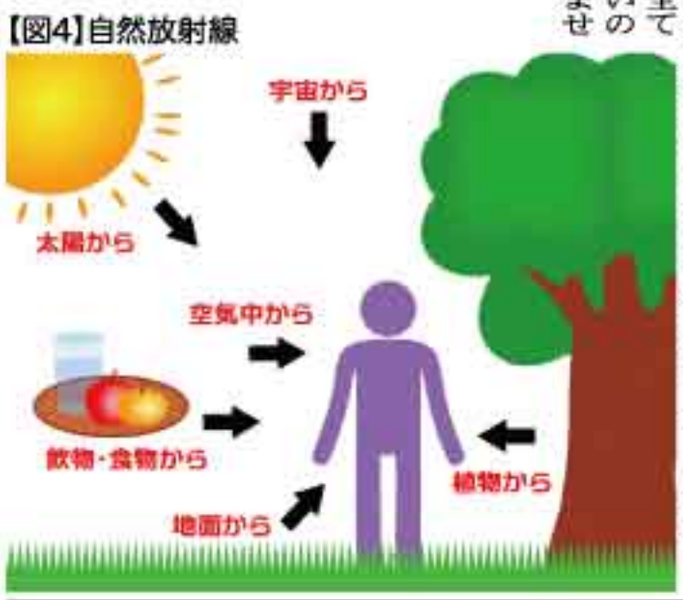
【図3】確定的影響としきい線量

確定的影響としきい線量

※しきい線量を超えなければ影響は起こらない

影響	しきい線量
白血球（リンパ球）の減少	250mSv
気分不良・吐き気	1000mSv
永久不妊	
男性の永久不妊	3500～6000mSv
女性の永久不妊	2500～6000mSv
脱毛	3000mSv

【図4】自然放射線



急病のときには

24時間365日体制で救急診療	●広島市民病院（内科等。歯科・歯科口腔外科を除く）☎082-221-2291 ●舟入市民病院（小児科）☎082-232-6195
救急医療相談および医療機関案内	●救急相談センター広島広域都市圏 ☎#7119 ☎082-246-2000
休日・夜間診療を行う医療機関のお知らせ	●広島県救急医療情報ネットワーク（救急医療NET HIROSHIMA）http://www.qq.pref.hiroshima.jp/

従来のビタミンCに満足できなかった人のための「ビタミンC誘導体サプリメント」

世界初

大学の研究者が生み出した安定・持続型ビタミンC

プロビタC

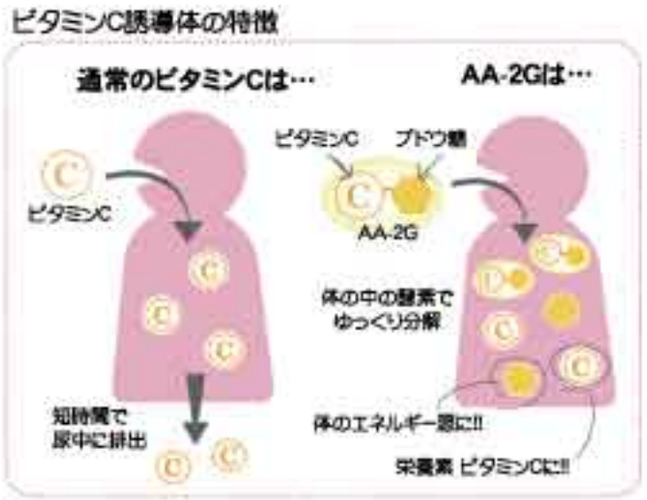
ビタミンCは、私たちの体には欠かせない大切な栄養素です。それなのに…。ビタミンCは壊れやすいのが大きな欠点。熱や光、空気に触れると簡単に分解してしまうのです。

また、せっかくたくさん摂っても、2～3時間後には尿と一緒に体の外に排出されると言われています。

そこで、発明されたのがビタミンC誘導体「AA-2G」。ビタミンCの特定の位置にブドウ糖をつけることで、壊れやすさを解消することができました。また、体の中に入った誘導体はゆっくりとビタミンCとブドウ糖に分解されるため、従来のビタミンCに比べ、3～4倍も長く血中にビタミンCが供給されます。そして、ブドウ糖は体のエネルギー源として本来の働きをします。

これまでにないビタミンCを体感してください。

ビタミンC誘導体の特徴



お客様からの声 ―― 喜びの声が続々と寄せられています。

岡山市・女性
プロビタCを飲んで
病気をしなくなりました
仕事は 朝早く 夜遅いのに 疲れることは 少しあっても 風邪をひかず
健康でいる事　プロビタCのおかげだと思っています

香川県・53歳・女性
プロビタCを飲んで
風邪をひかなくなりました。
更年期障害が 楽になりました。
色が白くなり スベスベです
いいことずくめで うれしく思います
これからも続けて飲んでいくつもりです。

岡山県・70代・女性
自分は プロビタCを 何年も 飲み続けていますが
一度も 風邪を引いたことがありません。
娘が 帰郷したとき 時々 買って帰ると言います
いつも これは良いと言うのですが どのように良いのかは
聞いていませんが ～の成績表の様でも 良いというのが
わかるのでしょうか 合点

広島県・50代・女性
[illegible]

ウェンディ読者特別価格　送料無料

1箱 6270円（税込）
1回で2～4箱購入の方は1箱あたり 6070円（税込）
1回で5箱以上購入の方は1箱あたり 5670円（税込）

1箱60包入り（1日2包）
定価 6,480円（税込）

<お召し上がり方>
栄養機能食品として1日2包（朝夕1包ずつ）を目安に、そのまま、またはぬるま湯とともにお召し上がりください。

ご注文　ウェンディ事業部
①お電話にて 0120-47-7487（9時～18時 定休日－土日祝）
②FAXにて 0800-100-2627
③お ハガキにて 〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル「ウェンディ事業部」宛

※名前・電話番号・住所・注文個数をご記入ください。
※お支払いは代金引換となります。商品お受け取り時にお支払いください。
※ご記入いただいた個人情報はウェンディ事業部からのご案内に使用することがあります。個人情報については、弊社が責任をもって管理いたします。

（商品に関するお問い合わせ）
(株)アスコルバイオ研究所
〒700-0951 岡山市北区田町5303 OR-UK内
TEL086-201-0355　FAX086-289-0880
http://www.ascorbio.co.jp
※(株)アスコルバイオ研究所は、岡山大学発のベンチャー企業です。

月刊 ウェンディ広島　編集・発行 合人社グループ 出版局　〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル　☎082(247)7479

テレビでも大人気！
脂肪が燃える!!
50代60代70代の中高年女性たちに、ある漢方薬が売れている。「生漢煎®防風通聖散」がそれだ。なんと、累計販売数5,300万包※の大ヒットなのだそう。人気の秘密は何か?その理由について聞いてみた。
※2021年6月1日現在
たった1包飲むだけで
お腹の脂肪が落ちる
漢方薬
「飲み始めたきっかけは、この樽のようなお腹！」そう語るのは斉藤さん（61歳）。
食事を減らしたものの、なぜか痩せるのは手脚だけ。そんな中、知ったのが、「生漢煎®防風通聖散」。「調べると、お腹だけ痩せない代謝の低下した中高年女性には漢方がぴったりとわかったんです」
「防風通聖散」は、お腹の脂肪を分解し、基礎代謝をアップ、さらにスッキリ出す効果が認められている漢方薬だ。なかでもこの「生漢煎®防風通聖散」は、「18種類の天然生薬を1日分として定められた量の最大限まで配合した満量処方」が特徴。このことから、多くの女性から支持を得て5300万包※2の大ヒット！
斉藤さんも、「生薬量の少ない商品がある中、これは最大量ということも決め手になり始めることに。飲みやすくて驚いちゃった！」と、笑顔がこぼれた。
この「生漢煎®防風通聖散」。10日分（30包入）を半額でご提供。先着100名様限定。この機会にぜひ！
基礎代謝を上げる漢方薬。
これしかないと確信！
飲むだけで代謝がアップするなんてすごい！
※個人の感想です。写真はイメージです。
※1 OTC医薬品として配合が認められている量の上限 ※2 2021年6月1日現在 ※3 2021年2月7日現在
なぜ5,300万包の大ヒット!?
情熱愛生ものがたり
きっかけは祖母と母が抱える〝お腹〟の悩みでした。
私はこれまで減量を支援する会社に勤め、多くの中高年の方から「体重はやせても、お腹の脂肪が落ちない」という声をいただいていました。
そんな時、実家の祖母や母に会うと、まったく同じ悩みを抱えており、「食事を減らしたけれど、細くなるのは手脚だけ」と言うのです。
祖母と母のためだけでなく、お客様のためにも、なんとかお腹の脂肪を改善するものはないかと全国を行脚し、やっとたどりついたのが、漢方の都・奈良にある創業74年の老舗の漢方製薬会社さん。18種類の生薬を満量処方にするこだわりなどを伺い、これしかない！と確信。現在は10万人以上の方にご愛用いただいており、お客様のお役に立てていることが、嬉しくてたまりません。
生漢煎®防風通聖散 販売担当 管理部 井上さん
10万人以上※3の方がご愛用。飲んで効く「漢方薬」
❶お腹の脂肪・肥満症 ❷便秘 ❸むくみ
生漢煎®防風通聖散
販売名：防風通聖散顆粒＜健康食品＞
※「生漢煎®」はブランド名です。
【1箱10日分/30包入】
第2類医薬品 漢方薬
大変おトクなため、1世帯あたり3袋まで
通常価格 3,960円（税込）
初回限定 半額!! 1,980円（税込）
なんでだろう。お腹だけがやせない。
ガーン！
それどころか年々ポッコリしてもはや、樽。
〝樽腹（たるばら）〟だわ
頑張って食事を減らしてみたものの
細くなるのは手と脚だけ…。そんな中でした。同級生から衝撃の言葉が！
腕や脚は細いのに…
お腹だけやせられない…
それ、基礎代謝の低下が原因よ！
歳をとると、どんどん代謝が落ちてもっとお腹に脂肪がつきやすくなるのよ！
どうしたらいいの!?
私たち世代のお腹の脂肪には漢方が効くわよ！飲んで、代謝を上げて脂肪を燃焼してくれるの。
これこれ！
えっ！お腹の脂肪に効く漢方!?
風邪で葛根湯は飲むけど…
「生漢煎®（しょうかんせん）防風通聖散」っていってね。18種類の生薬を配合できる最大量※1入れてるの。
最大量※1!? なんか効きそう！
毎食1包を飲むだけで、脂肪をバラバラと分解し、基礎代謝を上げて、スッキリ出すのよ！
※1 OTC医薬品として配合が認められている量の上限
体脂肪を分解!?
基礎代謝アップ!?
スッキリ出す!?
体脂肪
そう！しかも毎食1包で便秘、むくみまで改善し、不要な老廃物を外に出してくれるから、私たち世代の女性たちに大人気なんですって。
すごい！
でも漢方って苦いんじゃない？
飲んでみる？
ゴクッ！
えーっ！1包の量も少なくてサラサラ飲みやすい！
私もこの漢方で、代謝を上げて、お腹の脂肪を減らすことに決めたわ！
特別価格のため、先着100名様限定とさせていただきます
0120-455-355
申込番号 2109-006
【受付時間】24時間/年中無休
【申込番号】5606
●初めて「生漢煎®防風通聖散」をご購入の方に限り/1世帯あたり3袋限定
■お届け・送料/1箱の場合はゆうパケットのお届け：390円（税込）／2箱以上もしくは、お支払方法が代金引換の場合は宅配便でのお届け770円（税込）※沖縄県・一部離島は1,320円（税込）●定期コースの場合は送料無料。詳しくはお問い合わせください。■お支払いは、クレジットカード、GMO後払い、代金引換（手数料無料）がご利用いただけます。※GMO後払いを希望されるお客様で決済会社の承諾をとることができない場合は、お電話にてご連絡させていただく場合がございます。■商品のお届けまでに約1週間程度かかります。※沖縄・離島に関しては約10日程度かかります。■1箱のみの場合はメール便（ゆうパケット）、2箱以上もしくは代引きご指定の場合は宅配便でお届けいたします。■不良品の返品、交換の場合には、商品到着後7日以内に、お電話でご連絡ください。送料は、当社負担で商品と交換させていただきます。ただし、欠品等により商品が用意できない場合はご返金にて対応させていただく場合もございます。※お客様都合による商品不可。■お客様の個人情報は、プライバシーマーク制度に基づき、安全に管理するとともに、商品の発送、新商品などのご案内、個人を特定しない統計的情報に利用いたします。詳しくはホームページ「個人情報保護方針：https://jfronline.jp/privacy/」をご確認ください。
医薬品販売にあたっての表示義務の記載
●管理及び運営に関する事項について（許可の内容等）
●医薬品のリスク区分の表示
●医薬品のリスク区分の情報提供及び使用に関する解説
●要指導医薬品の陳列等に関する解説
●指定第2類医薬品の陳列等に関する解説
●一般用医薬品の陳列に関する解説
●要指導医薬品および一般医薬品のサイト掲載に関する解説
●副作用被害救済制度について
●個人情報の取り扱いについて
●販売時間及び特定販売を行う時間
合人社グループ
(株)合人社グループ（グループ代表・持株会社）、(株)合人社計画研究所（調査企画）、合人社エンジニアリング(株)、合人社シティサービス(株)、合人社FGL(株)、トーメン建物管理(株)、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ(株)、メイツ合人社コミュニティ(株)、(株)ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄(株)、(株)KL合人社、(株)沖縄合人社、(株)ワークス合人社、(株)デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道(株)、(株)コカバ合人社ファシリティーズ、(株)STAR合人社、(株)レイシャス合人社、(株)シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理(株)、(株)GHマネジメントサービス、(株)湘南くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント(株)、(株)G&G Community、(株)エネ・グリーン、ノイアンドコンピューティング(株)

地域再生を考える 第31回

やさいバスでスマートコミュニティ構築

無理なく・楽しく・美味しく地域をつなぎたい

エムスクエア・ラボ、やさいバス創業者・代表取締役　加藤（かとう） 百合子（ゆりこ）

加藤　百合子

1974年千葉県生まれ。東京大学農学部卒、英国クランフィールド大学で修士号取得、その後、産業用機械の研究開発に従事したのちに、2009年株式会社エムスクエア・ラボを設立、2017年にやさいバス株式会社を創業。

静岡産の野菜セット

市街地を走るやさいバス

レタス農家さんを訪問

商品の説明を受け、売り方を協議

■地域の生産者と地域の購買者をつなぐ新しい流通の仕組み「やさいバス」

農産物の作り手と使い手をつなぐ流通プラットフォーム「やさいバス」は2017年3月に静岡で創業しました。始まりは10年前です。農業者にヒアリングして回ると、一番多い課題は思うように価格が付かない、「美味しい」「不味い」などの評価が返ってこないので改善しようがない、ということでした。青果流通をひもといていくと、農業者からJAや市場、商社を経て、スーパーや加工業者へようやく届く多段階な商流になっていました。また、量を確保するために、AさんのナスもBさんのナスも混ぜられて出荷されることで、頑張っても頑張らなくても価格は同じということもわかりました。さらに、物流面では、静岡で生産されたものは一度東京へ行って、また静岡に戻ってくるというような無駄なこともいまだに続いています。

そこで、作り手と使い手を直接つなげることで相互に信頼関係を醸成する仕組みとしてECを採用。そして、物流費を削減するために地域循環するバスのような物流網の構築とシステム化を行い、両者を融合した仕組みがやさいバスです。

約40㎞範囲の配送エリア内に10程度の野菜の集荷場を設け、その拠点を冷蔵トラックが巡回します。トラックの到着予定時刻にあわせて、農家は最寄りの拠点へ生産した野菜を持ち込み、利用者もまた最寄りの拠点まで出向いて野菜を受け取るというシンプルなシステムです。共同配送することで、高騰する物流コストを節約することができます。

■青果流通でスマートコミュニティ？

やさいバスという青果流通のプラットフォームで、なぜスマートコミュニティが構築できるのか？まず、スマートコミュニティとは、「無理なく・楽しく・美味しく」地域で過ごせる状態と定義づけしています。農業者が生活もままならないまま作り続ける、物流事業者が業務過多のまま走り続ける、作物からしても遠回りさせられて美味しく食べてもらえない、そのような状態はいくらロボットやITが進化したところでスマートとは言えません。人が赤ちゃんから死ぬまでお世話になるのが食材であり、一次産業です。全員がかかわるからこそ、コミュニティの課題は食の視点から検討すれば、解決への糸口が見えてくるのです。

やさいバスもあくまで「場」でしかなく、それを活用してスマートな地域に進化させるのは地域の人でしかありません。そのため、当社社員はあくまで場づくりを役割とし、地域の方々に運営をお任せしていきながら実装していきます。

■コロナで地域展開が進展

静岡で仕組みのベースができ、さあこれから利用者を増やそうというときにコロナ禍に見舞われ、当社は外食の取り扱いが多かったため大打撃を受けました。一方で、昨年秋くらいから、それまで取り組むことの少なかった小売業との協業が進み、さらに、他県からの進出依頼もいただくようになったのです。2019年から長野、神奈川が小さく始まり、2020年には、茨城、千葉、愛知、広島がスタートしています。今年は、それぞれの進出地域をしっかり立ち上げていくことと、新規エリアとして、高知、大阪、山陰、青森など、各地で準備が進んでいます。

背景として、スーパーはコロナ後を考え、競合になりつつあるコンビニやドラッグストアなどとの差別化をはかるため、市場任せで店舗の差別化ができない仕入れではなく、地域密着型での青果を扱う必要があると気づいたということ。また、各地の行政や地域をけん引する企業も、移動が制限される中で、地域の価値、そしてそれを循環することの意味や需要があることに気づかされたようです。

道の駅の商品をやさいバスで街中へ

広島市中心部の職場に新鮮な野菜を届ける

■やさいバス広島

2020年8月末に、農業者、購買者、物流事業者などを集めた説明会を開催し、スタートしました。

やさいバス広島の大使は、食品卸会社や鉄道事業者の方に担っていただき、地域の情報や人のつながりを醸成してくださっています。10月には、デパートの青果売り場にやさいバスコーナーを開設。道の駅から市内の職場へ、トラックやJRバスの貨客混載を活用した流通トライアルを実施しました。県内とはいえ、頻繁には行けない山側のものが職場に届き、新鮮でおいしいことやリーズナブルに手に入れられることなどご好評いただきました。

今年度は広島県のサンドボックス事業に採択され、貨客混載、JRの駅の活用、デパートでの売場拡大など、地域の資産を共有化し、いよいよコミュニティによるやさいバスの実装が本格化します。

■今後の展望

やさいバスはこれからも「スマートコミュニティ構築」を真ん中に置いて活動していきます。ビジネス視点からすれば、地域でのコミュニティづくりなどに時間を割かず、取り扱い高を一刻も早く向上させる方法を採ればいいのにと思われるかもしれません。しかし、広島が好事例で、それぞれができることを持ち寄りながら食の供給方法を考え、実行していくことで、自立したコミュニティとしての持続可能性が高まることが見え始めています。

「地域再生を考える」編集委員会

団地再生まちづくり4
進むサステナブルな団地・まちづくり
編著／団地再生支援協会
NPO団地再生研究会
合人社計画研究所
定価2,090円(税込)／水曜社

団地再生まちづくり5
日本のサステナブル社会のカギは「団地再生」にある
編著／団地再生支援協会
合人社計画研究所
定価2,750円(税込)／水曜社

宮島の「弥山（みせん）」山頂には見所がいっぱい！　多客時はWeb予約をお願いします。

パワースポット「弥山（みせん）」への空中散歩　宮島ロープウェー

［世界遺産・日本三景］
宮島・弥山（みせん）

月刊 ウェンディ広島　編集・発行 合人社グループ 出版局　〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル　☎082(247)7479

鶏肉のミラノ風カツレツ フレッシュトマトのサラダ添え

商業・金融の中心地であったイタリア・ミラノ。衣が、金を象徴する「黄金色」であることから「ミラノ風」といわれています。油を大量に使用しないため、フライパンで簡単にできます。豚肉、白身魚でも試してみては。

写真は1人分です。

カフェ・ポンテが公開するレシピ

材料(2人分)
【カツレツ】鶏ムネ肉…1枚、小麦粉…適量、全卵…1個、パン粉(細かいもの)…適量、粉チーズ…適量、バター…適量、オリーブオイル…適量、塩…適量、こしょう…適量
【サラダ】トマト…1個、ルッコラ…適量、オリーブオイル…適量、塩…適量、レモン…1/2個

① 鶏肉は皮を取り、薄くひらべったくなるように開く。4等分に切り、両面に塩、こしょうをしっかり振り掛ける。

② ボウルに卵を溶く。バットでパン粉と粉チーズを混ぜ合わせる。

③ 鶏肉に小麦粉を軽くつける。溶いた卵にくぐらせる。パン粉と粉チーズを混ぜたものを薄く付ける。

Check!
余分な小麦粉、卵はよく落とす。粉チーズを加えることでコクがでます。

④ フライパンにバターとオリーブオイルを1対1の割合で、鶏肉の片面が浸るくらい入れ、中火で加熱する。油がシュワシュワとしたムース状になったら③を1枚ずつ入れる。

⑤ 火加減は、油がムース状の状態を保つようにする。鶏肉に触らないように、時々フライパンを揺らす。

Check!
フライパンを揺らすことで、油全体の温度を一定に保つことができる。

⑥ 周りの衣が色づいてきたら、裏返す。全体がきつね色になったらできあがり。

⑦ トマトはヘタを取り、一口大に切る。ボウルに移して塩を振り、レモンを絞って少し置いておく。ルッコラを食べやすい大きさに切る。

Check!
トマトに塩を振って少し置くことで、味がなじむ。

⑧ トマトとルッコラに、オリーブオイルをかけて和える。⑥とともに盛り付ける。

Caffè Ponte　カフェ・ポンテ　広島平和記念公園対岸 元安橋東詰

お客様が安全に、かつ快適にお過ごしいただけるよう、工夫してお待ちしております。

オープンカフェ『カフェ・ポンテ』。「ポンテ」はイタリア語で「橋」という意味。「来訪者に憩いや交流の場を提供し、潤いと安らぎのある川辺の風景を創り出す」ことがコンセプト。旬の食材にこだわった本格イタリア料理のお店。

【住所】広島市中区大手町1丁目9番21号
【予約専用電話】082−247−7471

モバイル会員募集

お得なモバイル会員を募集しています。いつでも会員登録できます。お食事をすると、ご利用金額に応じてポイントをプレゼント。次回のお食事にご利用いただけます。来店時登録可。

QRコードを読み取って空メールを送信(またはcaffe@caffeponte.comへ空メールを送信)。メールが届くので、そこから会員登録してください。※受信拒否設定をされている方は、caffeponte.comからのメールを受信できるようにしてください。

カープ＆サンフレッチェ

カープ賛歌

00世代の躍進

作家　迫（さこ）　勝則（かつのり）

迫　勝則（さこ　かつのり）

2018年のドラフト会議で4球団競合の結果、カープに1位入団した小園海斗。そして同じ年に入団した林晃汰（3位）。いずれも羽月隆太郎（7位）、中神拓都（4位）とともに2000年生まれで"00世代"と呼ばれている。

その小園の今季・前半戦の打率は、2軍の20試合（79打数）で2割9分1厘。そして1軍の52試合（190打数）で3割2分6厘だった。つまり1軍に昇格してからの方がよく打った。00世代を代表する小園はいまレギュラーに定着し、日々成長を続けている。

彼は言う。「常に意識しているのは、自分が決めてやろうではなく、誠也さん（4番）に繋ぐことです」。そのため彼が実践しているのは、2ストライクを取られてからのノーステップ打法である。

この打ち方によって、昨季まで多かった三振数が減った。「前に打球を飛ばせば相手がミスしてくれるかもしれませんし、粘っていれば四球で出塁できるかもしれません。三振だと何も起こりませんから…」。私は、こうした彼の考え方と粘り強さに著しい成長を感じている。期待されていたとはいえ、どえらい内野手になるのではないか。

私が彼の成長を一番感じるのは、打つポイントのバラエティーの多さである。このため左方向への流し打ち、センター方向へのミート打法、右方向への引っ張り、地面へ叩きつける打ち方…。さらにバットの芯を外しても、外野手の前にポトリと落とすこともできる。

彼は、そういう意味で天才肌と表現してもいいかもしれない。おそらくヤクルトの青木宣親のような打者になると思う。

さらにもう一人、00世代を代表する選手がいる。林は今季、2軍の36試合（128打数）で2割6分6厘だったのに、1軍では前半戦の41試合（153打数）で3割2分7厘の成績を残した。つまり小園と同じように1軍昇格後に打率を上げたのである。

こうしてみると、00世代は"使えば使うほど成績を伸ばしてくる"という特性を持っている。二人より早く1軍に定着しかけた羽月の故障（右手骨折）は残念だったが、進境著しい中神については、あと1、2年で、1軍で活躍することが期待されている。たまたまカープで出会った00世代の4人の野手が、同時にマツダスタジアムのグラウンドに立つ日はそう遠くないかもしれない。

8月13日阪神戦、1回に先制タイムリー三塁打を放ち、三塁に滑り込む小園　中国新聞社提供（2021年8月14日朝刊より）

積攻。サンフレッチェ

チームの苦境を救う若者の躍動
レジーナは開幕戦で初勝利！

一進一退の戦いが続いています。シーズンも残り10試合を切り、いよいよ明治安田生命J1リーグが終盤戦を迎えるなか、第28節を終えた段階でのサンフレッチェ広島の成績は、8勝12分8敗の11位。12試合という引き分け数は、すでに1シーズンでのクラブ史最多を記録しており、勝ちきれない結果が順位にも表れる形となりました。前半の超過密日程の影響もあって、チームは負傷禍にも見舞われており、一時はプレーをすることができるフィールドプレーヤーが全員ベンチ入りする事態に陥るなど、苦しい戦いを強いられています。

そのなかにあって、ユーティリティーなプレーでチームに貢献しているのが、東俊希選手です。第27節の大分トリニータ戦では左ウイングバックで出場し、1アシストを記録。続くヴィッセル神戸戦では、自身初のストッパーでの出場ながらも、強力な攻撃陣を封じ込め、さらには直接FKを決めるなど、攻守において奮闘を見せました。さらに翌週の横浜F・マリノス戦では、トップ下のポジションで出場すると、ドウグラス・ヴィエイラ選手のゴールをお膳立て。3試合連続で異なる役割が求められるなか、武器としている左足のキックはもちろん、幅広いプレーで窮地に立つチームを救っています。

城福浩監督が「持久力はチームトップクラス」と称え、チームメートからも「俊希は何でもできる」とその能力を高く評価されている東選手。21歳の若者がもつ無限の才能は、まさに今、大きく開花しようとしています。あらゆるポジションで躍動する背番号24の活躍に、ぜひ、ご注目ください。

日本初の女子プロサッカーリーグ・WEリーグに参入した、サンフレッチェ広島レジーナも、9月12日（日）、ついに記念すべき開幕を迎えました。アウェイでの戦いとなった、ちふれASエルフェン埼玉戦では、上野真実選手のチーム初ゴールを皮切りに、3-0で快勝。最高の形でスタートを切りました。

10月2日（土）には、広島広域公園第一球技場で女子の試合が、翌日3日（日）には、エディオンスタジアム広島で男子の試合が行われます。男女両チームで広島の街を盛り上げて参りますので、ぜひスタジアムにご来場いただき、熱い戦いをご覧ください。

あらゆるポジションで活躍する東俊希選手

WEリーグ初年度を戦うサンフレッチェ広島レジーナのメンバー

サンフレッチェ　試合日程 10月　カープ

Eスタ はエディオンスタジアム　マツダ はマツダスタジアム

月	火	水	木	金	土	日
はレジーナの試合日程。広島広 は広島広域公園第一球技場です。				1	2 新潟L 広島広 14:00	3 名古屋 Eスタ 15:00
4	5	6	7	8	9	10 大宮V NACK 14:00
11	12	13	14	15	16 浦和 浦和駒場 11:00	17
18	19	20	21	22	23 仙台 ユアスタ 14:00	24
25	26	27	28	29	30	31 N相模原 広島広 13:00

月	火	水	木	金	土	日
				1 ヤクルト マツダ 18:00	2 ヤクルト マツダ 14:00	3 ヤクルト マツダ 13:30
4	5 中日 バンテリンドーム 18:00	6 中日 バンテリンドーム 18:00	7 中日 バンテリンドーム 18:00	8 巨人 マツダ 18:00	9 巨人 マツダ 14:00	10 巨人 マツダ 13:30
11	12 DeNA マツダ 18:00	13 DeNA マツダ 18:00	14 DeNA マツダ 18:00	15	16 巨人 東京ドーム 14:00	17 阪神 甲子園 18:00
18 阪神 甲子園 18:00	19	20	21 ヤクルト 神宮 18:00	22 ヤクルト 神宮 18:00	23 阪神 マツダ 18:00	24 阪神 マツダ 14:00
25	26	27	28	29	30	31

広響★NEWS

11月5日

さらなる深化を遂げる ピアニスト横山幸雄を迎えて

11月の広響定期は、今年デビュー30周年を迎えるピアニスト・横山幸雄と、期待の若手チェリスト伊東裕を迎えて送る。

一曲目はイギリス出身の作曲家でジェラルド・フィンジの「弦楽のための前奏曲」。平和主義者として知られる彼の繊細で清麗な曲目。

その他に三善晃の交響四部作。三善は少年時代に戦争を体験したことから、平和を題材とした曲を多く作ってきたが、特に思い入れが強い作品といわれている。広響音楽総監督・下野が本年度のテーマとしている「祈り」が浮かび上がってくるプログラム。

第24回廿日市定期演奏会

日時　11月28日（日）　好評販売中
15:00開演（14:15開場）

会場　はつかいち文化ホールウッドワンさくらぴあ

出演
指揮：小泉和裕　ピアノ：伊藤恵

曲目
ブラームス：ピアノ協奏曲第1番ニ短調作品15
ブラームス：交響曲第1番ハ短調作品68

料金　S：3,800円　A：3,300円（学生：1,500円）

お問い合せ　広響事務局　TEL：(082)532-3080

第416回定期演奏会　好評販売中

日　　時 /11月5日（金）　18：45開演（17：45開場）
会　　場 /広島文化学園HBGホール
出　　演 /指揮：下野竜也　ピアノ：横山幸雄　チェロ：伊東裕
曲　　目 /ジェラルド・フィンジ：弦楽のための前奏曲ヘ短調作品25
ショパン：ピアノ協奏曲第2番ヘ短調作品21
三善晃：交響四部作「夏の散乱」「彷つり星（チェロ協奏曲第2番）」「霧の果実」「落歌・波摘み」
料　　金 /S：5,300円　A：4,800円
B：4,300円（学生：1,500円）
お問い合せ /広響事務局　TEL：(082)532-3080

ピアノ：横山幸雄

チェロ：伊東裕

※新型コロナウイルス感染症対策に伴い、公演の内容は急遽変更になることがございます。最新情報は広島交響楽団ホームページ（http://hirokyo.or.jp）等でご確認ください。

月刊 ウェンディ広島　編集・発行 合人社グループ 出版局　〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル　☎082(247)7479

DyDo

お金を払うつのだから、実感できないと、困る。

軟骨成分※1も筋肉成分※2も。

プロテオグリカン商品 売上日本 No.1*
*あおもりPG推進協議会認証商品 175品のうち（2021年3月時点）

1日たった2粒(目安)! 少量で続けやすい！

超高齢社会を背景に。産学官による、研究・実用化。

注目 1

希少な新・軟骨成分“プロテオグリカン”の機能

“プロテオグリカン”をご存知ですか? グルコサミンやコンドロイチンなど、今まで多用されてきた成分以上のパワーが認められる、新しい軟骨成分※1です。かつて1gでなんと約3,000万円※3もした高級素材だったため、サプリメントへの実用化は現実的ではありませんでした。しかし近年、弘前大学が約30年以上の研究を経て、高品質な“プロテオグリカン”の量産抽出に成功。文部科学省の採択を経て、研究が加速しました。

かつて1g約3000万円※3もした新・軟骨成分※1
“プロテオグリカン”は、あらゆるアプローチが可能!

注目 2

グルコサミンを上回る! 新・軟骨成分の驚異のパワー

そのパワーは圧倒的! 少量でも、高品質な“プロテオグリカン”は、グルコサミンやコンドロイチンなど、他の成分をはるかにしのぐパワーを発揮できることが確認されています。その実力は、多くの研究者を驚かせています。さらにその取り組みも評価され、農林水産大臣賞や文部科学大臣賞まで受賞。産学官の研究・実用化によって達成された高いパフォーマンスは、超高齢社会への対策を進める上で、大きな注目を集めています。

※1 サケ鼻軟骨からの抽出成分であることを指す　※2 鶏肉由来　※3 1980年当時の価格

DyDoヘルスケア
ロコモプロ
食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

先着500名様限定 お試し体験キャンペーン中！ この機会をお見逃しなくぜひ、お急ぎください！

約15日分 通常 ~~2,970円~~(税込) 約67%割引

［初回限定］特別価格 約15日分（1日2粒目安） **980円**(税込) 1世帯1個限り 送料無料

〈ダイドードリンコ注文専用センター〉お電話でお申し込みのときは、キャンペーン番号 6786 をお申し付けください。

お電話は今すぐ！ 通話料無料 24時間受付 **0120-808-363**

▼スマホ・携帯で読み取り・簡単注文！

● FAX 0120-672-664　● ハガキ 〒860-0844 熊本県熊本市中央区水道町8-6 朝日生命ビルNT内 ダイドードリンコ注文専用センター行

ハガキ・FAXでのお申し込みは右記必要事項をご記入ください。 ①「ロコモプロ」 ②キャンペーン番号6786 ③氏名(フリガナ) ④〒・住所(ご自宅) ⑤電話番号 ⑥生年月日 ⑦性別

●ご注文から7日前後にお届け。●お支払い方法：振込用紙払い、クレジットカード（電話、WEBのみ）●返品・交換は商品到着後10日以内に0120-606-909まで。お客様事由による返品・交換は商品未開封の場合に限り送料お客様負担にてお受けします。●お客様の個人情報は、商品のお届け、決済業務、関連するアフターサービス、商品情報などのご案内、及び個人を特定しない形で統計的情報として利用。

合人社グループ (株)合人社グループ（グループ代表・持株会社）、(株)合人社計画研究所（運営企業）、合人社エンジニアリング(株)、合人社シティサービス(株)、合人社FCL(株)、トーメン建物管理(株)、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ(株)、メイツ合人社コミュニティ(株)、(株)ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄(株)、(株)KL合人社、(株)沖縄合人社、(株)ワークス合人社、(株)デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道(株)、(株)コクバ合人社ファシリティーズ、(株)STAR合人社、(株)レイシャス合人社、(株)シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理(株)、(株)GHマネジメントサービス、(株)湘南くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント(株)、(株)G&G Community、(株)エネ・グリーン、ノイアンドコンピューティング(株)

顔ヨガで目力アップ！

いつでもどこでも誰でもすぐできる

コロナ禍でマスク生活の毎日。マスクをしていても目元がぱっちり！イキイキとしていれば、好印象を与えることができます。今回は顔ヨガインストラクターである髙尾祐美さんに目をぱっちりさせる顔ヨガを教えてもらいました。これであなたもマスク美人！

毎日3分

あなたの顔は変わる!!

顔には約60の表情筋があります。それらは頭蓋骨に乗っているだけなので、筋力が弱ってしまうと重力に耐え切れず下がってきて、タルミとなってしまいます。顔の筋肉をまんべんなく意識的にきたえることで、タルミを防ぐことができます。

ぱっちりとした目元をつくるには、まずは緊張して、かたくなっている筋肉をほぐし、次に眼輪筋をきたえていきます。目が開きやすくなるだけでなく、目のクマや左右差も改善されます。

顔の筋肉は小さいので、きたえればきたえただけ、すぐに効果が表れます。また顔の筋肉を動かすことで血流が良くなり、顔色も良くなります。

顔ヨガに道具は要りません。いつでもどこでもすることができます。まずは1～2週間続けてみましょう。きっと驚くほどの変化を実感するはず！

1 目をリラックスさせる

左右各3～5回

❶ 親指の腹を、目頭の上に当てる。斜め上方向にゆっくり押す。

❷ 目をギュッと閉じ、5秒数える。

❸ 親指を外し、「ぱーっ」と言いながら目を思いっきり大きく開く。

スマホやパソコンを見て疲れたときにも効果的！

2 目のまわりをきたえる

3～5回

❶ 額に手を当て、シワが寄らないように押さえる。

ひじが体の内側に入らないように

❷ 目線は正面より10～15センチ上に。まぶしいものを見るように、下まぶたを持ち上げて目を細める。

❸ 目尻を開くイメージで、目を思いっきり大きく開く。

3 頭皮のリフトアップ

3～5回

❶ 左右のこめかみをこぶしでグリグリとほぐしてリラックス。

ほうれい線が薄くなったらOK

❷ 手を外し、目をしっかりと開き、口は「O」の形にする。

❸ 手のひらの付け根をこめかみに当て、上に引き上げて10秒キープ。この時、口は下方向へしっかりと伸ばす。

放射線状に筋肉がついているので、斜め上に上げるように

顔ヨガをするときのポイント

- 基本は鼻呼吸。鼻から吸って、鼻から吐く
- 慣れるまでは、鏡を見ながら行う
- 恥ずかしがらずに思いっきり！

教えてくれたのは
高津文美子式
顔ヨガアドバンスインストラクター
髙尾 祐美さん

「心も身体も健やかに」をモットーに、顔ヨガ、エクササイズなどの運動指導や食に関する知識を発信。スタジオ、オンライン、NHKカルチャー広島教室などで顔ヨガレッスンを行う。
https://k-holic.space/

世界遺産探訪

スコタイ王朝の栄華が刻まれた土地

古代都市スコタイと周辺の古代都市群

ワット・マハタートに佇む高さ約10メートルの仏像

基本情報

国名　タイ王国
国旗
通貨　バーツ
1バーツ=約3.31円（9月16日現在）
時差　−2時間

■森の奥深くに数百年眠っていたかつての王都スコタイ

タイの首都バンコクの北に位置するスコタイは、13世紀頃にタイで最初の王朝が築かれた街です。ラームカムヘーン大王の時代に最盛期を迎え、タイ文化芸術の古典様式の発展やタイ文字の考案など、現在のタイの礎を築き上げました。数百年もの間森の中で眠っていた王朝の遺跡群は1960年頃から修復され、現在はスコタイ歴史公園として生まれ変わっています。

スコタイ歴史公園の中心部には、仏教寺院のワット・マハタートがあります。寺院内にある仏像の背後には、先端がスコタイ様式の特徴であるハスのつぼみの形をした仏塔が建っています。

ワット・マハタートの南西に位置するワット・シー・サワイは、3つの仏塔を持つ寺院です。もとはヒンドゥー教寺院として建設されましたが、後に仏教寺院になったといわれています。

スコタイ歴史公園の北西に位置するワット・シーチュムには、四方を囲む分厚い壁の中に、仏像が存在しています。この仏像はアチャナ仏と呼ばれ、パリ語で「動かぬもの、変わらぬもの」を意味します。

同時期にスコタイ以外にも栄えた都市にシーサッチャナーライとカムペーンペットがあり、そこに残る遺跡も現在歴史公園として整備されています。これら3つの歴史公園にある、当時の栄華を感じさせる美しい仏教寺院が評価され、1991年に世界遺産に登録されました。

■産業と貿易で発展したシーサッチャナーライ

13世紀から14世紀頃に副王が居住しており、スコタイに続く第2の都市として栄えた街です。ラームカムヘーン大王が中国から陶芸家を呼び寄せ陶磁器の生産に成功すると、陶磁器産業が盛んになりました。13世紀頃に建設された寺院が、現在も多く点在しています。

■強固な城壁に囲まれたカムペーンペット

カムペーンペットとは、「金剛の城壁」という意味を持ち、ビルマ（現ミャンマー）からの侵攻を防ぐ目的で造られた城塞都市です。独自の建築様式を生み出し発展を遂げたカムペーンペットにも、数多くの寺院が建てられました。

ワット・シーチュム

スコタイ様式による優れた仏像と評価されている。

有名なワット・シーチュムの仏像に驚嘆しました！
（写真撮影年：2019年）
ラフォーレ荒江II（福岡市）ケビンパパ

写真提供：ラフォーレ荒江II（福岡市）ケビンパパ

ワット・シー・サワイ

独特な形はクメール様式によるもので、仏塔の側面にはインド神話に起源を持つ、蛇の精霊ナーガが彫られている。

写真提供：ラフォーレ荒江II（福岡市）ケビンパパ

ワット・マハタート

現在では仏像の左右に柱だけが並んでいるが、かつては木造の屋根を持つ経堂があったといわれている。

写真提供：ラフォーレ荒江II（福岡市）ケビンパパ

仏塔の土台部分に造られた歩きながら礼拝する仏陀の弟子たち

写真提供：ラフォーレ荒江II（福岡市）ケビンパパ

写真募集

※写真には、エピソードを添え、撮影年を記載ください。
編集の際に一部加工することがありますので、ご了承ください。

- ●ヴァレッタ市街（マルタ）
- ●古代都市ウシュマル（メキシコ）
- ●ハンザ同盟都市リューベック（ドイツ）
- ●アラブ-ノルマン様式のパレルモおよびチェファルとモンレアーレの大聖堂（イタリア）
- ●スオメンリンナの要塞群（フィンランド）

応募先　締切：10月15日必着
〒730-0036
広島市中区袋町4-31
合人社広島袋町ビル7階
ウェンディ広島編集部「世界遺産」係
【応募フォーム】
https://syuppan.f-form.com/sekai
【メール】wendy-h@wendy-net.com

写真提供ありがとうございました。

ACCESS

（※ACCESSは例です。乗り継ぎ時間は含まれていません。）

成田国際空港 → 飛行機で約6時間30分 → スワンナプーム国際空港（タイ） → 飛行機で約1時間20分 → スコタイ空港 → バスで約50分 → スコタイバスターミナル → 車で約20分 → ワット・マハタート

合人社グループ　(株)合人社グループ（グループ代表・持株会社）、(株)合人社計画研究所（温熱企業）、合人社エンジニアリング(株)、合人社シティサービス(株)、合人社FGL(株)、トーメン建物管理(株)、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ(株)、メイツ合人社コミュニティ(株)、(株)ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄(株)、(株)KL合人社、(株)沖縄合人社、(株)ワークス合人社、(株)デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道(株)、(株)コクバ合人社ファシリティーズ、(株)STAR合人社、(株)レイシャス合人社、(株)シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理(株)、(株)GHマネジメントサービス、(株)湘南くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント(株)、(株)G&G Community、(株)エネ・グリーン、ノイアンドコンピューティング(株)

情報掲示板 10月

※新型コロナウイルス感染症の影響により中止または延期となる可能性があります。詳しくは各種しの問い合わせ先までお問い合わせください。

展示

▼シダネルとマルタン展

アンリ・ル・シダネル『ジェルブロワ、テラスの食卓』1930年、フランス、個人蔵 ©ADAGP

開催中～10月24日（日）、9時～17時、ひろしま美術館。入館料一般1400円ほか。ともにフランスで活躍した画家のアンリ・ル・シダネルと、その友人画家のアンリ・マルタンによる日本初の展覧会。あたたかな日差しや黄昏の薄明かりにつつまれた、穏やかながらも神秘的な世界を描いた作品の数々を紹介。【問】同施設（TEL082-223-2530）。

▼酒票の美

開催中～11月7日（日）、10時～17時、筆の里工房。入館料大人800円ほか。酒のラベルに焦点を当てた展示会。浮世絵版画のような樽貼りや海外ラベル、酒蔵と交流のあった書家たちが手掛けた文字について紹介。また、関連イベント等多数開催。【問】同施設（TEL082-855-3010）。

▼環境省コラボ企画「中国四国の国立公園展&ミヤジマトンボのキセキ」

10月1日（金）～11月3日（水・祝）、9時～17時、宮島水族館1階企画展示室。観覧無料（別途入館料要）。中国・四国地方にある国立公園の美しい自然を守るアクティブ・レンジャーの取り組みや、宮島に生息する絶滅危惧種、ミヤジマトンボの生態、その保護活動をわかりやすく解説。【問】同館（TEL082-829-44-2010）。

▼新任教員展 内堀豪 山浦めぐみ 今野健太

『Ｅｒｒｏｒ』内堀豪

10月6日（水）～10月19日（火）、10時～17時、広島市立大学芸術資料館5階展示室。入場無料。同大学芸術学部に新たに着任した3名の教員による展示会。力強い金工作品や遠い記憶を呼び起こすような空気感の日本画、プリミティブでユニークな彫刻など合わせて約14点を公開。【問】同館（TEL082-830-1821）。

▼特別展「はるかなる古伊万里　400年の物語」

重要文化財『色絵花卉文輪花鉢』17世紀 個人 広島県立美術館

10月8日（金）～12月5日（日）、9時～17時、広島県立美術館。観覧料一般1400円（前売2000円引）ほか。多種多様な様式と完成度で国内外の人々を魅了した伊万里焼の展覧会。佐賀県立九州陶磁文化館の名品を中心に、黎明期から最盛期、さらに近年評価が高まっている幕末明治期までを紹介。【問】同施設（TEL082-221-6246）。

公演

▼神田松之丞改メ六代目神田伯山襲名 真打披露公演

10月10日（日）、13時開演、広島上野学園ホール。端物といわれる数々の読み物を異例の早さで継承した6代目神田伯山による真打披露公演。講談の世界から突如として現れた100年に一度の逸材が名人芸をお届け。料金は全席指定4800円。発売中。※未就学児童入場不可。【問】HOMEイベントセンター（TEL082-221-7116）。

▼HOME爆笑スペシャル 吉本新喜劇&バラエティー福山公演

10月10日（日）、①13時開演・②16時30分開演、ふくやま芸術文化ホール リーデンローズ大ホール。全国で大人気の吉本新喜劇が福山に！おなじみのギャグとアクションで、爆笑間違いなし。お笑い好きの方は必見！料金は全席指定S席5900円ほか。発売中。※未就学児童入場不可。【問】HOMEイベントセンター（TEL082-221-7116）。

イベント

▼ダリアとガーデンマム祭り

開催中～10月31日（日）、9時～18時、世羅高原農場。さまざまな色や形のダリアと丸いフォルムが魅力的なガーデンマムの花畑。料金は大人1000円ほか。【問】同施設（TEL0847-24-0014）。

▼シニアのためのストレッチ・ヨガ

10月11日・25日・11月8日・22日・12月13日・27日（月）、9時15分～10時15分、マエダハウジング東区スポーツセンター 会議室。ロコモ予防、転倒予防を目的としたストレッチ。呼吸法や柔軟運動、簡単な筋力トレーニングを行い、総合的な運動で健康的な身体に！参加費各600円。おおむね60歳以上が対象。定員各18名（先着順）。申し込みは10月1日（金）9時から同施設、10時から電話で受付。【問】同施設（TEL082-222-1860）。

▼広島映画サークル第426回例会「だれもが愛しいチャンピオン」上映会

Gobby de Dulce AIE, Película Pertenecen SA, Morena Films SL, Telecinco Audiovisual Digital SLU, RTVE

10月24日（日）、①11時～・②14時～、広島県立美術館。料金は一般1500円ほか。誰もが認める優秀なバスケットボールチームのコーチ、マルコ・モンテスは短気で横柄な性格が災いしチームを解雇されてしまう。判事からは90日間の社会奉仕活動を命じられ、基本的なパスやシュートもままならない知的障がい者のバスケットボールチーム「アミーゴス」を指導することになり…。【問】同サークル 美野（TEL090-6846-5051）。

▼みんなの音楽学校～世界をめぐる音楽旅行～ 第10回「日本 トウキョウ～山田耕筰 すべてはこの男から～」

10月29日（金）、13時30分～14時30分、シンフォニア岩国 ミューズホール。クラシックをもっと知りたい方が音源を交えながら学べる入門講座。日本の東京で活躍した山田耕筰について、「アリアCD」の代表である松本大輔が詳しく解説。料金は全席自由500円。発売中。※未就学児童入場不可。【問】同施設（TEL0827-29-1600）。

▼HIC世界体験デー

10月31日（日）、10時～16時、ひろしま国際センター。ワークショップやゲーム、歌・踊り・楽器の披露など異文化体験・国際交流ができるイベント。参加無料。HPにて事前予約受付中。【問】同センター（TEL082-541-3777）。

▼体操体験

11月6日（土）、10時～12時、大和興産安佐北区スポーツセンター小体育室。マットや跳び箱、鉄棒を中心とした体操体験。苦手な種目を克服しよう！参加費600円。小学生が対象。定員30名（先着順）。申し込みは10月1日（金）9時から同施設、10時から電話で受付。【問】同施設（TEL082-843-4999）。

▼FPの日 無料セミナー&個別相談会

11月6日（土）、10時30分～16時10分、RCC文化センター7階。セミナー（各定員先着70名）や個別相談会（定員先着20組）を通して「くらしとお金」に関する疑問や不安をFPに相談できる。セミナータイトル：①保護者も安心！納得！教育資金の準備いろいろ②社会保険に加入して働くメリット・デメリット③あなたの未来とお金を知る④知っておきたい資産運用の基礎⑤よく分かるNISA・iDeCoの活用法。参加無料（事前申し込み要）。申し込みは日本FP協会広島支部HPまたは電話にて。【問】同協会（TEL0120-874-009）。

▼無料体験相談会 くらしとお金のFP相談室広島

11月10日・24日（水）、①13時～13時50分・②14時10分～15時・③15時20分～16時10分、日本FP協会 中国・四国ブロック事務所。ファイナンシャル・プランナーによる無料体験相談会。相談例は、家計管理、老後の生活設計、資産運用など。事前申し込み要。申し込みは電話にて。【問】同協会（TEL0120-874-009）。

▼【オンライン】第2回国際理解講座「パレスチナ問題」

11月14日（日）、13時30分～15時20分。中学生から大学生などを対象に、世界で発生しているさまざまな課題について学ぶ講座。広島市立大学国際学部准教授の田浪亜央江と国境なき医師団日本で働く広島市在住の西岡憲吾がパレスチナ問題について分かりやすく解説。参加無料。定員100名。申し込みはひろしま国際センターのHPにて11月12日（金）まで受付。【問】同センター（TEL082-541-3777）。

▼広島映画サークル第427回例会「風の谷のナウシカ」上映会

©1984 Studio Ghibli・H

11月21日（日）、①11時～・②14時～、広島県立美術館。料金は一般1500円ほか。大戦争「火の七日間」から1000年後、人類は汚染された空気にさらされ、巨大な蟲の群れにおびえながら暮らしている。しかしナウシカたちの部族が住む「風の谷」は、海風によって汚染された空気の影響を受けずに生活できていた。ある日偶然砂の穴に落ちたナウシカは、1000年を経て戻りつつある空気の浄化作用とそれを守る蟲たちの存在に気付き…。【問】同サークル 美野（TEL090-6846-5051）。

コンサート

▼花＊花 52R45tour～LIVE IS JOURNEY～

10月3日（日）、16時開演、ウッドワンさくらびあ 小ホール。『さよなら大好きな人』などで有名な女性デュオ花＊花のコンサート。昨年デビュー20周年を迎えた2人の癒やされる歌声をお届け。料金は全席指定一般6000円（当日500円増）ほか。発売中。※4歳未満は保護者1名につき1名膝上鑑賞無料。席が必要な場合チケット要。【問】同施設（TEL0829-20-0111）。

本の紹介

『合人社グループの挑戦』

定価1980円(税込)
著者名：鶴蒔靖夫　発行所：ＩＮ通信社

マンション管理を主力とする「合人社グループ」は、広島に本社を置きながらも管理受託戸数は全国に25万戸以上ある。
異色の創業者・福井滋を総帥に、高品質・低価格を武器にマンション管理業界の「高止まり」を攻める、広島の技術者集団・合人社グループの全貌を明らかにする。

＜ご注文方法＞
ウェンディ事業部　送料・振込手数料無料！
①お電話にて　0120-47-7487　AM8:00～PM5:00 定休日:土日祝
②FAXにて　0800-100-2627　名前・電話番号・住所・書籍名・希望冊数をご記入ください。
③おハガキにて
〒730-0036 広島市中区袋町 4-31 ウェンディ事業部 宛
名前・電話番号・住所・書籍名・希望冊数をご記入ください。
＜お支払い方法＞商品と一緒に振込用紙を同封いたします。到着後1週間以内にお振込ください。
※ご記入いただいた個人情報は合人社グループ各企業からのご案内等に使用することがあります。個人情報については、弊社が責任をもって管理いたします。

▼あきクラシックコンサート 3つの時代を辿る、室内楽の歩み ～ピアノ三重奏、四重奏、五重奏の饗宴～

10月9日（土）、14時開演、安芸区民文化センター ホール。ピアノと弦楽器による室内楽コンサート。編成が増えていく面白さと聞きごたえのあるプログラムを楽しめる。曲目はピアソラの「ブエノスアイレスの四季より『春』『秋』」や、モーツァルトの「ピアノ四重奏曲 第1番 ト短調K．478」など。入場無料。※未就学児童入場不可。【問】同施設（☎082-824-1330）。

▼ズーラシアンブラス音楽の絵本～たてがみの騎士～

10月16日（土）、15時開演、シンフォニア岩国 コンサートホール。動物たちが織り成す不思議なクラシックコンサート。本格的なクラシックから映画音楽などのさまざまな楽曲を楽しめる。動物たちと一緒に音楽世界を冒険しよう！料金は全席指定一般3000円ほか。発売中。※3歳未満膝上鑑賞無料。席が必要な場合チケット要。【問】同施設（☎0827-29-1600）。

▼小玉 友里花・若林 麗リサイタル

10月17日（日）、14時開演、ウッドワンさくらぴあ 小ホール。東京藝術大学声楽科を首席で卒業した呉市出身の小玉友里花と日本演奏連盟2020年度新進演奏家育成プロジェクト、オーケストラ・シリーズにて広島交響楽団と共演したヴァイオリンの若林麗によるリサイタル。さくらぴあ新人コンクール大賞を受賞した2人の華麗な演奏をお届け。入場無料。※未就学児童入場不可。【問】同施設（☎0829-20-0111）。

▼悪女時代ライブ【Ar 40悪女革命】

10月17日（日）、16時30分開演、ウッドワンさくらぴあ 大ホール。つんくｊがプロデューサーを務める悪女時代のライブ。料金は全席自由2500円（当日500円増）。発売中。※3歳未満入場不可。【問】同施設（☎0829-20-0111）。

▼木嶋真優ヴァイオリンリサイタル

10月21日（木）、14時30分開演、東区民文化センター ホール。数多くのコンクールで評価されている人気ヴァイオリニスト木嶋真優のコンサート。料金は全席自由3500円（当日500円増）。発売中。※未就学児童入場不可。【問】同施設（☎082-264-5551）。

▼QUARTET EXPLLOCE

10月22日（金）、19時開演、ウッドワンさくらぴあ 小ホール。4人のチェリストによるコンサート。曲目はフィッツェンハーゲンの「演奏会用ワルツ 作品31」やショパンの「序奏と華麗なるポロネーズ 作品3」など。料金は全席自由一般3500円（当日500円増）ほか。発売中。※未就学児童入場不可。【問】同施設（☎0829-20-0111）。

▼石原有希子PRODUCE マリンバコンサート～華麗なるMarimbaの響き～

11月11日（木）、14時開演、東区民文化センター ホール。海外で1000回を超える演奏経歴を持つ広島ジュニアマリンバアンサンブルOG、石原有希子プロデュースによるコンサート。幅広いジャンルの曲をおしゃれに演奏。表情豊かなマリンバのあたたかい音色で、世界の名曲をお届け。料金は全席自由2500円（当日500円増）。発売中。※未就学児童入場不可。【問】同施設（☎082-264-5551）。

▼元気やまぐち創造プロジェクト「ヴィヴァルディ『四季』～国内オーケストラトッププレイヤーによる音楽の祭典～」

11月23日（火・祝）、15時開演、シンフォニア岩国 コンサートホール。山口県防府市出身の元東京都交響楽団チェロ首席奏者田中雅弘の声掛けにより実現した特別編成のコンサート。トップクラスの演奏家が奏でる上質な音楽をお届け。料金は全席指定一般3000円ほか。9月29日（水）より発売。※未就学児童入場不可。【問】同施設（☎082-824-1330）。

▼安芸区民文化センター サロンコンサート ドラマティックなアンサンブルの世界

12月4日（土）、14時開演、安芸区民文化センター スタジオ。ヤナーチェク弦楽四重奏団やユトレヒト音楽院チェンバーオーケストラなどと共演を果たしたピアニスト三上恵理子と広島交響楽団に所属するメンバーで構成されたグレイス弦楽四重奏団の室内楽コンサート。曲目はドヴォルザークの「ピアノ五重奏曲 第2番 イ長調 Op．81」など。料金は全席自由一般2500円ほか。発売中。※未就学児童入場不可。【問】同施設（☎082-824-1330）。

▼ロシア国立モスクワ・クラシック・バレエ「くるみ割り人形」

12月5日（日）、15時30分開演、ウッドワンさくらぴあ 大ホール。ロシアの首都モスクワを本拠地に国際的に活躍する実力バレエ団による公演。子どもから大人まで、世界中で愛される聖夜のファンタジーを楽しめる。料金は全席指定一般S席8000円ほか。発売中。※3歳以下入場不可。【問】同施設（☎0829-20-0111）。

広島に住んで

『インド料理カナック』 シェフ

ディワン シンさん

中区

1983年生まれ。インド・ウッタラーカンド州出身。コックの叔父に憧れて料理の道へ。ムンバイ、アラブ首長国連邦のドバイやオマーンで、インド料理やインド中華店で腕を振るう。2016年に来日。京都のインド料理店に勤務後、21年から現職。インドに妻と3児（16歳、14歳、13歳）を残して単身赴任中。コロナ禍が明けて家族が来日する日を心待ちにする。特技はクリケット。中区在住。

得意料理はインド国民食のビリヤニ！おいしくて体に優しい料理を届けます

「日本語は難しい」と少し首をかしげて横に振る。その動作は、日本の場合「不満」や「いいえ」を示すが、インドでは「Yes」の意味だそうだ。

インドの北部ウッタラーカンド州出身。叔父のコック姿に憧れて料理の道へ。16歳からインド第2の大都市ムンバイで10年間、インド料理やインド中華のレストランで料理の腕を磨く。その後、アラブ首長国連邦のドバイやオマーンに渡り、コックとして働いた。

海外で働く中で、経済や文化などに関して「すごい国」というイメージのあった日本に興味を持ち、「日本で働いてみたい」という気持ちを強くして来日を決意。2016年から京都にあるインド料理店で腕を振るった。「日本はイメージ通り良い国。特に国民性が良い」と気に入り、以後日本での暮らしが続く。

京都で5年ほどキャリアを積んだ後、新たな活躍の場を求めて広島へ。「平和都市といわれる町を訪ねてみたかった」という理由から広島を選び、今年7月より中区大手町にある『インド料理カナック』のシェフとして、インドの味を届ける。

『インド料理カナック』の料理は、本場の味をベースに油分や辛さ控えめで体に優しいメニュー。野菜もふんだんに使用されていて、植物性食品のみを取るベジタリアンにも対応する。特製スパイスはもちろん、鶏肉は油分を控えるために皮を取り除いてミンチにしてから調理し、ナンも土釜で炭焼き。ヨーグルトまでも自家製にこだわるので、シェフの腕の見せ所満載だ。得意料理は、インドの国民食である炊き込みご飯「ビリヤニ」。マトンとチキン、ベジタブルの3種類が用意されている。

「お客様が多ければ多いほど楽しい。もっともっとたくさん料理を作りたくなる」と目が輝く。ただいま単身赴任中。毎日インドにいる家族と携帯電話で顔を見ながら話をするのが何よりの楽しみだという。

（中区大手町 インド料理カナックで取材）

講座・イベント案内

合人社ウェンディひと・まちプラザ

（広島市まちづくり市民交流プラザ）

お申し込み・お問い合わせは
住　所：〒730-0036 広島市中区袋町6-36
TEL：082-545-3911
FAX：082-545-3838
メール：m-plaza@cf.city.hiroshima.jp

■楽し人（タノシビト）のためのあそびCafe

（日時）10月16日（土）14時～15時
（場所）北棟5階研修室C
（内容）相談員による余暇を楽しむためのお話。ほか、希望者には余暇についての個別相談やアドバイス、余暇診断シートによる診断など
（相談員）あそびCafe相談員
（参加費）無料
（定員）10名（先着順・定員になり次第締切）
（申込）10月1日（金）から電話・FAXにて講座名・氏名（ふりがな）・電話番号（FAXがある方はFAX番号も）を添えて広島市まんが図書館（〒732-0815 南区比治山公園1番4号・電話082-261-0330・FAX082-262-5406）までお申し込みください。
※申し込み期間中の休館日：10月4日（月）、11日（月）、18日（月）、25日（月）、11月1日（月）
（共催）広島市まんが図書館・広島市まんが図書館あさ閲覧室

■パソコン講座：便利なGoogleアプリ

（日時）11月7日（日）～11月21日（日）（毎週日曜・全3回）13時30分～15時30分
（場所）北棟6階マルチメディア実習室
（内容）GoogleChromeやGoogle Meet、Googleマップなどの基本的な使用方法と便利技を学ぶ
（対象）パソコンの基本操作ができ、Gmailアドレスがある方
（参加費）3500円（テキスト代込）
（定員）20名（申込多数の場合は抽選）
（持参物）USBメモリ、スマートフォン
（申込）往復はがき・FAX・メールにて講座名・氏名（ふりがな）・住所・電話番号（FAXがある方はFAX番号も）を添えてお申し込みください。
（締切）10月20日（水）まで（必着）

■企業・団体との連携講座「金融経済教育セミナー」

「相続」に関する基礎知識や詐欺等の金融トラブルに遭わないためにお金のプロの目線から自分自身を振り返るための基本的な知識について教えていただきます。ご家族の大切な資産を守るため、相続や相続税に関する基礎知識について、皆様が抱えている不安を軽減することを狙いとしたお話をしていただきます。

（日時）11月18日（木）10時～11時30分
（場所）北棟6階マルチメディアスタジオ
（内容）金融被害の防止と「相続」の基礎知識
（講師）大東司さん（SMBCコンシューマーファイナンス株式会社 広島お客様サービスプラザ所属）、倉橋孝博さん（広島県金融広報委員会 金融広報アドバイザー）
（参加費）無料
（定員）30名（先着順・定員になり次第締切）
（申込）10月1日（金）10時から電話・FAXにて講座名・氏名（ふりがな）・電話番号（FAXがある方はFAX番号も）を添えてお申し込みください。

■楽し人（タノシビト）のためのあそびCafe

（日時）10月16日（土）14時～15時
（場所）北棟5階研修室C
（内容）プロの漫画家が、漫画の描き方を指導します。
（対象）中学1年生～高校3年生相当年齢まで
（講師）南一平さん（漫画家）
（参加費）無料
（定員）15名（先着順・定員になり次第締切・要申込）
（持参物）筆記用具、定規、まんがに関する質問

■図書館まつり・まちづくり市民交流プラザ生涯学習支援講座「君も漫画家！中高生漫画イラスト講座」

月刊漫画「ガロ」で新人賞を受賞し、漫画家としてデビュー。以後「少年ジャンプ」等で連載漫画を執筆されていた南一平さんに教えていただきます。漫画好きのみなさん！この機会をお見逃しなく！！
（日時）11月3日（水・祝）10時～12時
（申込）10月1日（金）10時から来館・電話・FAXにて講座名・氏名（ふりがな）・電話番号（FAXがある方はFAXがある方は学年（年齢）を添えて広島市まんが図書館（〒732-0815 南区比治山公園1番4号・電話082-261-0330・FAX082-262-5406）までお申し込みください。
※申し込み期間中の休館日：10月4日（月）、11日（月）、18日（月）、25日（月）、11月1日（月）
（共催）広島市まんが

給排水機器 販売・施工
株式会社 旭商会
Asahi Shokai Co.,Ltd.
〒816-0972
福岡県大野城市平野台2丁目21番1号
TEL:092-595-1411 FAX:092-596-7624
http://www.pomp-net.jp/

マンションは
管理を買う
資料のご請求
広島支店 ☎0120-42-7477
●分譲マンション総合管理業
●建築コンサルタント
管理業の新しい流れを提案します。
合人社計画研究所
www.gojin.co.jp

新型コロナウイルス感染症予防等についての注意事項（お願い）

・受講時（来館時）はマスクの着用をお願いします。
・講座当日、入室前に非接触型の検温へのご協力をお願いいたします。37・5度以上の方は、参加をご遠慮いただく場合があります。
・開催日に咳や発熱があるなど体調不良の方、開催日から過去2週間以内に発熱やかぜ症状で受診や服薬などをした方、同じく過去2週間以内に感染が拡大している地域や国への訪問歴がある方は参加しないでください。
・持病のある方や妊娠中の方などは、参加を控えてください。

催しなどの中止に関するお知らせ

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策に努めて事業に取り組んでおりますが、今後の感染状況によっては、掲載している催しなどが中止となる可能性があります。詳しい開催状況は、まちづくり市民交流プラザ ホームページをご確認いただくか、プラザまでお問い合わせください。

「元気な一日は温かい朝食から」

一日の最初に取る「朝食」には、脳と体の働きを活発にし、集中力を高めるなどの効果があります。中でも、温かい飲食物を取り入れた「温朝食」に注目が集まっています。今回は、温朝食の効果、温朝食の簡単おすすめレシピを紹介します。

「温朝食」ってなに？

何かと忙しい朝。朝食をパンや冷たい飲み物などで手短に済ませていませんか？スープなどの温かいものを取り入れることを「温朝食」と呼び、朝から体を温めて一日を健康に過ごすことができます。まずは、スープ一杯から始めてみませんか。

体を温め、免疫力アップ

温朝食は、冷えの改善に効果があります。季節の変わり目は特に冷えやすく、注意が必要です。冷えを感じやすい朝こそ、温かい朝食を取り、体温を上げて身体の冷えを解消しましょう。

また、温朝食は体温の上昇を促し、心身のスイッチを入れる手助けをします。スポーツをする前のウォーミングアップのように、朝の活動開始前に朝食、特に温かいものを食べて身体を温めることは、一日のパフォーマンスを高めるためにとても大切なことです。

さらに、免疫力を高めるといったうれしい効果もあります。体温が高い人は免疫力も高いといわれています。低体温を緩和するためには、温かい飲食物の継続的な摂取が有効です。体温を上げることが免疫力を高めることになり、風邪などの感染症予防につながります。積極的に温かいものを朝食に取り入れ、よい一日のスタートを切りましょう。

《温朝食の効果》
- 冷えの改善
- 心身のスイッチを入れる
- 免疫力を高める
- 脳の働きをよくする

家族でわいわい！温朝食レシピ
スープフォンデュ

●材料（2人分）　●調理時間：10分

【フォンデュソース】コーンスープの素…2袋、ピザ用チーズ…50g、牛乳…100ml、にんにく（すりおろし）…1かけ

【具材】もち…2個、さつまいも…3cm、ブロッコリー…1/4房、プチトマト…2個、スモークチーズ…3個、キャンディチーズ…2個など好きな具材

① 耐熱容器に、にんにく、コーンスープの素を入れ、牛乳で溶き、加熱する。温めたところにピザ用チーズを溶かし、熱々の状態にしておく。

② 具材は一口大に切り、さつまいも、ブロッコリーは茹でる。もちを焼き、皿に盛り付ける。

脳活性・活力アップの効果を より高める「ON頭脳スープ」
サバとナッツの簡単！頭脳スープごはん

●材料（2人分）　●調理時間：5分

コーンスープの素…2袋、サバ缶…80g、ミックスナッツ（荒みじんぎり）…15g、ごはん…200g、マッシュルーム（またはお好みのきのこ）…2個、豆乳…200ml、水…200ml、パセリみじんぎり（お好みで）…少々

① ごはんは一度水でさっと洗っておく。マッシュルームは、スライスする。

② 小鍋に①、水、サバ缶を加え、中火で加熱する。沸騰してきたところに、コーンスープの素を溶かし、豆乳を加える。弱火にし、沸騰直前に火を止める。

③ 器によそい、ミックスナッツ、お好みでパセリをかける。

「温スープ」にスイッチONレシピ
スムージー風トマトスープ

●材料（2人分）　●調理時間：10分

顆粒コンソメスープの素…小さじ2、ニンジン…100g、トマト…中1個（150g）、水…50ml、トマトジュース（無塩）…300ml、ペンネ…50g、イタリアンパセリ（お好みで）…少々、生クリーム（お好みで）…大さじ2

① ニンジンとトマト、水をミキサーにいれ、かくはんする。

② 小鍋に①、トマトジュース、茹でたペンネを加えて加熱し、コンソメスープの素を溶かす。

③ 器によそい、お好みで生クリームをまわしかけ、みじん切りにしたイタリアンパセリをかける。

「温スープ」にスイッチONレシピ
シリアルとシーフードの温スープ

●材料（2人分）　●調理時間：5分

コーンスープの素…2袋、シリアル…50g、シーフードミックス…40g、レタス…2枚、牛乳…300ml、粉チーズ…小さじ1

① シーフードミックスは、レンジ（600w）で1-2分加熱し、火を通す。

② カップに①、コーンスープの素を加え、温めた牛乳を注ぎ入れる。

③ レタスとシリアルをスープに加え、粉チーズをかける。

「温スープ」にスイッチONレシピ
レタスとあさりのヨーグルトスープ

●材料（2人分）　●調理時間：7分

ほうれん草スープの素…2袋、ヨーグルト…50g、あさり（殻つき）…150g、牛乳…300ml、水…100ml、レタス…80g、EXVオリーブオイル…小さじ1

① 小鍋にオリーブオイルを熱し、あさりを加えて炒めた後、フタをする。

② あさりが開いたら、水、ほうれん草スープの素を加え、溶けたところで牛乳を加える。

③ 沸騰手前で、ヨーグルト、大きめにちぎったレタスを加え、火を止め、器に盛る。

（取材協力：温朝食ラボ）

月刊 ウェンディ広島　編集・発行 合人社グループ 出版局　〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル　☎082(247)7479

読者の交差点

A 記事募集
①マお気に入りのお店の紹介マ勉強会・サークル等の紹介マ耳よりな情報・みんなに知ってもらいたいこと…そのほか皆さんの掲示板としてご利用ください。②写真キャプション付のみの投稿も募集。③ウェンディ広島紙面に対するご提案も募集。④「おたんじょうびおめでとう」のコーナーに掲載希望の方は、誕生日・お名前（ふりがな）・年齢（誕生日時点）・ひとことメッセージをご記入。今回は11月の誕生日を募集します。必ず写真を付けてください。

①の文章は40字以上お願いいたします。写真は鮮明に写っているものをお願いします。写真はお返ししますが、重要な写真は万一に備え、必ず控えを取っておいてください。

掲載の都合上、表現の変更、省略をする場合があります。写真付の場合、文章省略後50字以内とし、「おたんじょうびおめでとう」のコーナーの場合は、写真のみの採用とし、文章はキャプション扱いとさせていただきます。

B 以下のテーマで記事募集
①「音楽にまつわる思い出」あの曲を聞くと思い出すこと、スーパーのあの歌が頭から離れない話、音楽の授業であったこんなことなど、なんでも教えてください。②「家族っていいなと思った瞬間」くだらないことで大笑いしたこと、落ち込んだ時に励ましたこと、頼れてみてわかったことなど、エピソードを教えてください。

住所・マンション名・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス（非公開とします）・今月号で良かった記事または広告をご記入ください。10月15日必着。匿名希望の場合は、ペンネームをご記入ください。イニシャルでも可。読者の興味を引くもの・読者からの情報提供という意味で掲載ができるようなものを優先的に掲載しますので、投稿内容については、地名・店名・商品名などの詳細をご記入ください。枠に写真付のもので省略後も5字以上のものは、二重に掲出をさしあげます。

なお、メールアドレスは、編集部からの連絡や、現在月2回のメールマガジンの配信に使います。メールマガジン配信を希望されない場合は、「メールマガジン不要」とご記入ください。

景品は、次のa・bが対象。a、紙面掲載分/b、a以外で力作など。

読者プレゼント・A・B・川柳・絵の体操・ここはどこ？併せ応募可。この場合、マルチチャンスとなります。

ご記入いただいた個人情報（住所・氏名・電話番号・メールアドレス）は、景品および礼状の発送、メールマガジンの配信、合人社グループ各企業からのご案内等に使用することがあります。個人情報についてはウェンディ広島編集部が責任をもって管理いたします。

あて先
〒730-0036 広島市中区袋町4・31
合人社広島袋町ビル7階
「月刊ウェンディ広島編集部」
電(082)247-7483
メール wendy-hi@wendy-net.com
応募フォーム https://syupan.f-form.com/wendy

今月のテーマ 夢中になった遊び

スノーボード。社会人1年目に初挑戦。できないのが悔しいのと新しい挑戦をしたいのとで大ハマリ！毎週の土日、金曜のオールナイトなど、本当に滑りまくっていました！
（中区）ひろひろ

子どもの時、両親に誕生日プレゼントで買ってもらった**ファミコン**。時間を忘れて遊び過ぎてしまい、怒られたのは良い思い出。
（西区）プレマシー

小学6年生の頃、**ダンス**にハマりました。歌手のダンスをまねて友人宅や、体育館のステージを借りて練習しました。自己満足の遊びでしたが、あの頃のようにまた夢中になるものを見つけたい。
（西区）ダンシング

学生時代、学校帰りに**プリクラを撮って、ノートに貼ったり友人と交換したりしていました**。今の若い子に話したら「もらってどうするんですか？」と言われて、時の流れを切実に感じました。
（東区）みほ

小学生の時に近所の友人と**一輪車**に夢中でした。遊ぶ時は必ず持って集合。そしてわが娘も今、一輪車に夢中。久しぶりに乗ってみたら、まだ乗れた。
（安佐南区）野良猫一族

公民館や小学校の体育館でする、**ビーチボールでのバレー**。顔に当たっても痛くなく、ブロックするのにジャンプや身体を伸ばすし、珍プレーで大笑いしてストレス発散。
（南区）いちゃん

ファミコンが出る前に、**カセットビジョン**というテレビゲームがありました。買えなかったので、友達の家で夢中でやっていた。
（安佐南区）かおちゃん

（安芸区）ドナちゃん

警察と泥棒に分かれ、警察が泥棒を捕まえる、**けいどろ**。私は必死で泥棒を捕まえました。学校の休憩時間に遊んでいたのを今でも思い出す。
（中区）ともさん

リカちゃん人形に夢中でした。今でも大事にしています！

幻の珍獣、**ツチノコ**を見つけたくて常にアンテナを張っていた。
（安佐南区）コスケ

夏休みの川遊び。毎日、水中眼鏡を持って潜ったり魚を手づかみしたり、夕方まで遊んでいました。もう半世紀前の話で、今は危ないので川遊びは禁止の学校も多いとか。
（佐伯区）岩木さん

ボードゲームの王道、**人生ゲーム**。小学生の時、友達の誕生日会や、正月や盆でいとこたちと集まった時は必ずしていた。当時は約束手形や株券など、サッパリ分かっていませんでしたが（笑）。
（東区）みーちゃん

たまごっちとデジモンがはやり、ペットを飼っている気分になり夢中で育てた。
（西区）シナモン

ポケットモンスターは発売当初、あっという間に大人気になり、小学生だった私はかなりハマった。ゲームに漫画にカードに人形といろいろゲットして、飾ったりして楽しんでいた。今でも大好きで大事にとってある。
（安芸郡）ちゃぬ元気！

小学生の頃に**ファミコン**が発売された。今では当たり前のようにあるテレビゲームですが、当時は珍しく、ファミコンを持っている友達の家ばかり遊びに行っていました。
（南区）マリオ

小学生になってすぐにゲームボーイを買ってもらいました。**テトリスとスーパーマリオ**を毎日飽きずにした結果、小学4年生にして眼鏡が手放せなくなってしまいました。以降も、1人で遊ぶにも友達と遊ぶにもゲームは欠かせませんでした。
（安佐南区）めがねっこら

ゴム跳び。小学生の頃は毎日、休み時間になると7～8人で誰が一番高く跳べるか競争していました。跳び方も自分たちのルールを作ったりして、無限の楽しみ方があった。
（廿日市市）さんは

人生で一番は**麻雀**。昭和40年の就職当時、麻雀、パチンコ、ボウリングの全盛期。定年まで続いたのは麻雀だけ。職場のコミュニケーションに最適で、転勤先ですぐ溶け込めたのも麻雀のおかげ。
（南区）モトヤン

地味な遊びですが**シール交換**。雑誌の付録のシールなどを集めていました。キラキラ光るシールが特に人気でしたが、今はマスキングテープが人気。
（南区）ペタペタ

本通商店街の規則的に異なった色のタイルが敷かれている上を、色ごとに右足左足を変えながら**姉とケンケンしつつ母の後ろを付いていった遊び**。母に見つかるとまっすぐ歩きなさいと叱られるのでこっそりと。
（中区）ネロ

派遣・紹介・紹介予定派遣
ヒューマンリソシア
Human
一般労働者派遣(派)13-080176
職業紹介13-ユ-080167
求人・派遣登録のお問い合せは
0120-25-1069（ニッコリ ドーロク）
ヒューマンリソシア 検索
広島市中区基町13-13 広島基町NSビル4階

文化祭のバザーで10円で買った古い**ゲーム&ウオッチ**。父と母にも貸してあげて、家族で楽しみました。
（安芸郡）たちばな

遊戯王カード。子どもの時にアニメに夢中になり、カードを置く機械を段ボールで作ったりしていました。
（西区）みるさき

小学生の頃、夏休みになると**川遊びが毎日の日課**でした。田舎なのでプールなどなく、地区ごとに指定された川で13時から15時頃まで遊ぶ。泳ぎ疲れると浅瀬で魚捕りをしたりと自然の中での遊びはたくさんあり、飽きることはありません。
（西区）ふくちゃん

ゴム跳び。小学生の頃、自らゴムを家から持っていき、休み時間も放課後も夢中になってやっていました！引っかかったらゴムひもを持つ子と交代するというルールがあったのですが、交代したくなくて必死でした。
（佐伯区）ふうちゃん

駄菓子屋で売っていた**模型飛行機**。あまり小遣いがないので、厚紙で工夫してよく飛ぶようにいっぱい作っていました。今考えると夏休みの自由研究にすればよかった。
（安芸郡）石崎さん

高校生になってからはカードゲームに夢中になり、**UNOやトランプ**をした。旅行やキャンプに行った時に大人数でした時間が楽しかった。残り1枚になるとソワソワしたな。
（安佐南区）新川さん

竹スキー。小学生の頃は島根で、冬休みに入るとみんなで力を合わせ、山から竹を切り出し、スキーやソリを作ります。雪が積もると寒さを忘れ、一日中夢中でスピード、ジャンプを競います。雪が降ると懐かしく思う。
（呉市）じいじ

当時、はやっていたテレビ番組『忍者部隊月光』をまねての**忍者ごっこ**。誰が隊長になるかでもめたりした。
（南区）みかん

缶蹴り。鬼に見つかるまでに缶を蹴る。缶との距離が鬼と自分とどちらが遠いかドキドキでした。今の子どもたちにも楽しさを味わってほしい。
（安芸区）マサちゃん

小学生の頃、10月になるとしていた、**スイランポッカン（水雷没艦）という鬼ごっこ**。衣替えで制帽が冬帽になるので、つばの位置をそれぞれ前・横・後ろにして、走り回っていました。
（東区）SX

けいどろ。警察チームより泥棒チームの方が燃えました。塀の中から仲間を助け出そうと夢中になれた。
（庄原市）ピース

道路がまだアスファルトではない頃の、**字かくしゲーム**。土の道に漢字一文字を書き、その上にそっと土をかけて、他の人の字を当てるゲーム。近所の子たち8名くらいで、夕日が沈むまで土まみれで遊んでいました！55年も昔の話。
（中区）倉田さん

地面に小さい穴を数カ所掘り、ビリヤードっぽい遊びをしていた。道具はビー玉だけ。それも青緑色で、遊びの名前は「ラムネ」と言っていた。
（廿日市市）タカタン半島

ドッジボール。小学生の頃は、給食を早く食べて昼休みに友達と。家に帰ってからは近所の友達を集めてしていました。
（安芸郡）太郎ちゃん

ハイパーヨーヨー。学校の休み時間にみんな技の練習をしていた。難しい技が決まるとヒーローになれるので夢中でやっていた。
（中区）ニャンミ

とっておきの「10月」いちおしガイド

食品 オタフクソース

おうちごはんをもっと楽しく！「ホットプレートごはんシリーズ」

本格的な味つけが簡単にでき、みんなで楽しめるホットプレートメニュー用の調味料シリーズが新登場！カラフルな見栄えでSNSでも人気の「ガーリックペッパーのたれ」と、昨今の韓流ブームを食卓で楽しめる「うま辛味噌だれ」。家族みんなで作って食べて、楽しいおうちごはんを。

「ガーリックペッパーのたれ」
容量：50g(2人前)×2袋
標準小売価格：194円(税込)

「うま辛味噌だれ」
容量：50g(2人前)×2袋
標準小売価格：194円(税込)

DATA
☎0120-31-0529（オタフクソースお客様相談室 受付 平日9:00～17:00）
HP https://www.otafuku.co.jp

カフェ・レストラン カフェ・ポンテ

窯焼きピッツァ、ジェラート、ドリンクなど TAKE OUTも豊富にご用意！

広島平和記念公園対岸、元安橋たもとのオープンカフェ『カフェ・ポンテ』では、絶品！窯焼きピッツァ、種類豊富なジェラート、大人気の生搾りオレンジジュースなどテイクアウトも豊富にご用意しております。
※新型コロナウイルス感染症対策のため、営業時間やメニューなどが急きょ変更となることがあります。

DATA
☎082-247-7471
所 広島市中区大手町1丁目9-21
休 年中無休

レストラン ホテルグランヴィア広島

パティスリー「ディッシュ　パレード」極(kiwami)ぶどう GREEN 新発売！

食欲の秋、秋の味覚のぶどう、なかでも旬のシャインマスカットを25粒も使用した、ぜいたくケーキが誕生！東広島市志和のすざわ果樹園から特別に粒の大きいぶどうを提供していただいている特別なケーキです。

すだちの爽やかさと、スライスしたぶどう、ヨーグルトクリームのハーモニーをお楽しみください。

極（kiwami）ぶどうGREENで、秋のおうち時間を楽しく！

【販売期間】販売中～10/31(日)
【価　　格】2,200円(9cmホール型、2名様用)
お申し込みはお電話、WEBにて。2日前予約要。
※1日限定5個

DATA
☎082-262-1132
所 広島市南区松原町1-5
休 年中無休

合人社グループ (株)合人社グループ（グループ代表・持株会社）、(株)合人社計画研究所（基幹企業）、合人社エンジニアリング(株)、合人社シティサービス(株)、合人社FCL(株)、トーメン建物管理(株)、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ(株)、メイツ合人社コミュニティ(株)、(株)ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄(株)、(株)KL合人社、(株)沖縄合人社、(株)ワークス合人社、(株)デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道(株)、(株)コクバ合人社ファシリティーズ、(株)STAR合人社、(株)レイシャス合人社、(株)シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理(株)、(株)GHマネジメントサービス、(株)湘南くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント(株)、(株)G&G Community、(株)エネ・グリーン、ノイアンドコンピューティング(株)

今月のテーマ いま会いたい人

母に会いたい。若くして脳出血で倒れ、20年近く闘病、リハビリをしました。一緒にリハビリしたり話したりしましたが、今ならゆっくりいろいろ話せる気がする。あなたが学生だった時のことも聞きたかった。（三原市）年月早い～な

いつも私にべったりだった**3歳の頃の娘**。現在26歳。機械音痴な私は、今は逆に全面的に頼っています。（中区）ミント

歌手の西城秀樹さん。素晴らしい歌声を聞いてファンになり、初めて行ったコンサートでは感動の涙が出ました。旅立ってしまったけれど、私にとって永遠のアイドル。（西区）ゆずきんちゃん

カラオケ大好きな友達。何を歌ってもうまいので、自分の好きな曲を歌ってもらっていました。今はコロナ禍なのでカラオケに行けませんが、終息したらいろいろな曲を歌って、美声を披露してもらいたい。（安佐北区）みさっち

亡くなった祖父。結婚したことを伝え、ウエディングドレス姿を見せてあげたい。（安佐南区）じいちゃんと

長崎の実家に帰った友人。学生時代も社会人になってからもずっと節目に乾杯してきました。人生の大半を一緒に過ごした友人で、ずっと一緒だと思っていたので寂しい。ずっと友達だからね。（安佐南区）メレンゲ

金メダリストのウルフ・アロン選手。柔道に興味はなかったのですが、テレビで見て、試合中の男気溢れる迫力と素顔とのギャップにやられました。（西区）うーたん

コロナ禍のため、**東京にいる娘**に2年も会えていません。盆と正月には必ず帰ってきていたので寂しい。（大竹市）K

大学の非常勤の先生。あまり歳も変わらず、面白くて優しくて大好きでした。バレンタインには苦手な編み物を頑張って、セーターを渡しました。（南区）エンペラーペンギン

この夏に逝去された恩師。先生が大好きで書道を続けてきました。こんなに涙って出るんだと驚くほど泣きました。お会いできるなら約30年分のお礼を伝えたい。（南区）かめ子

ゴスペラーズとファンの友達。広島にコンサートに来たときは必ず行っていたのに、この2年はコロナのせいで泣く泣く断念。会場で顔見知りの友達と会って語り合うこともできないため、とても寂しい。早く会いたい！（中区）さっきー

夫は船関係の仕事。もう半年間会っていません。年長の娘は園児最後の行事がどんどん終わっていく中、**お父さんに会いたがっている。**下船まであと1カ月！運動会には参加できそう。良かったね♪（安佐南区）星野ブロードウェイ

東京に住んでいる息子の嫁と孫。4月20日に生まれた女の子。コロナのためにまだ一度も、嫁にすら実際に会っていない。（西区）まだらポケ

新聞、雑誌、マスコミなどを通して人生相談に的確な回答を寄せられている、**歌手の美輪明宏**に一目でもお会いしたい。（安芸郡）SOS男

カープの長野選手。カープに移籍してファンになりました。すごく優しくて、いざという時に安打を打ってくれる人だと思う。（西区）よっちゃんの奥さん

他県の施設に入所している、**95歳になる夫の母。**コロナのため県内の人も会えないけれど、他県の私たちにはなかなか…。義母には嫁にきてからずっと娘としてかわいがってもらいました。（東区）緑

小学生の頃、**仲良しのいとこSちゃん**と楽しい数年間を過ごした。突然引っ越し、行き先がわかったのはお互い中年になった頃。びっくりしたのはSちゃんがすごく出世して、日本人なら誰でも知っている大企業の社長になっていたこと。（廿日市市）No4

昨年、天国へ行ったネコ。哺乳瓶を使って授乳し、それから7年。最後は私の手の中で息を引き取りました。いまだに会いたくて仕方がない。（西区）豊井さん

千葉の社宅内の公園でよく子どもを遊ばせていた時に一緒になっていた、**子どもたちとママたちに会いたい。**一部のママ友とは今でも年賀状のやり取りは続いている。みんな1、2歳だったけども

1年間、ホームにいた母。コロナのため会えないまま亡くなりました。電話での交流だけで、寂しい思いでした。いまだ信じられず、会いたい気持ちが続いています。（中区）温泉ママ

10代の頃からファンクラブに入るほど好きだった**ジャッキー・チェン。**幼い頃は彼のお嫁さんになるのが夢でした。今でも大好きで、生涯一度でいいのでお目にかかりたい。なんども夢に見ますが、間違いなく感動して号泣する！（西区）クワちゃん

30年以上前に小学生で亡くなった長男。どんな男、どんな大人になっているのか、今でも毎晩、寝る前に写真を見て思う。（中区）グンちゃん

学生時代に付き合っていた元彼。さまざまな事情で別れてしまったけれど、誕生日プレゼントにもらったネックレスは20年以上たっても健在。一緒に行ったカフェは今でも営業中で、そこを通るたびに胸がきゅんとなります（笑）。（安佐南区）ここも

小学校の同級生。同窓会を一度もやっていない。それぞれ頑張っているんだろうな。（安芸区）かずちゃん

20年近く会っていない短大時代の下宿先の友達。みんな子育てや介護で忙しく、遠方に住んでいるため会えない。今でも話をしたら、いつでも学生時代に戻れるのがいい。（南区）ハムハム太郎

Queenのボーカリスト、フレディ・マーキュリー。9月5日が誕生日で、存命ならば今年で75歳。（佐伯区）海海

40歳で急死した愛妻に会いたい！夢の中でも会いたい！今年、会社を定年退職し、これからの第二の人生を共に歩きたい。（安佐南区）H・S

カープの野村祐輔選手。ずっと先発を貫いてほしい。今シーズン、勝ち星が取れるよう願っています。野村選手の笑顔が見たい。（廿日市市）塩海

東京にいる、**昨年末に生まれた孫。**コロナでまだ会えない。早く会って抱っこしたい！（東広島市）ミコ

光GENJIの諸星さん。カラオケに行き『パラダイス銀河』などを一緒に歌いたい。（廿日市市）コロナ、ゼロの世界へ！

中学1年生の頃、**親の転勤で地元を去った親友。**公園でのキャッチボールなど、二人で毎日のようにしていた半世紀前の記憶がふと思い出される。元気にしているだろうか…。（中区）GASHIN

亡くなった父。生前家のことは全て父任せにしていたので、亡くなってからはわからないことばかり。父の大きさを改めて痛感しています。ちゃんと教えてもらっておけばよかったと後悔ばかり。（西区）甘太郎

そっといいこと教えちゃいます

KINOKUNIYAのラー油せんべい。ニンニクとラー油が効いたエビせんべい。厚過ぎず薄過ぎず、絶妙なカリカリの歯応えで止まらない。（佐伯区）アリアケ

モーモーミルク（安佐北区落合南7-3-37）。夫婦でミルクのスイーツや牛乳を販売している、かわいいショップ。大山の瓶牛乳を一気飲み！（安佐北区）AK

みそ汁の変わり種、**ミョウガとトマト。**意外な組み合わせですがおいしい。（安佐南区）もと

最近**カチューシャでヘアアレンジ**をしています。明るい色なら顔も映えるし、目尻もリフトアップ！マスクと色をコーディネートしたり楽しんでいます。（東区）とこ

まな板についた魚のぬめりやにおいを落とすには、汚れている部分に塩と酢を適宜ふりかけ、くしゃくしゃに丸めたラップでこすった後、水洗い。塩がぬめりを落とし、酢がにおいを取ります。（西区）あまるちゃん

期間限定の**Q・B・Bベビーチーズの焦がしにんにく&ねぎ油風味。**ニンニクが効いている。いろいろな味があるが、これがイチオシ。手頃な値段で家計の負担にならず最高。（安佐南区）にょんにょん

そうめんのつゆにラー油を少し垂らすと、風味とコクがプラスされて、食欲がアップします。そうめんが余っているという方は、ぜひどうぞ。（中区）秋も楽しむ

MARKS&WEBのハーバルボディ&ハンドローション。サラッとした使い心地で、適度に潤いが補給できるので、今の季節のボディケアにぴったり。（西区）めっきー

マンパワーグループ株式会社
広島市中区袋町3-17 シシンヨービル11階
0120-11-1069<月～金>
↑↑↑登録会のご予約はこちら↑↑↑
お仕事検索は www.manpowerjobnet.com
Manpower
すぐ始められるお仕事多数！詳しくはWebへ！

新店のとろり天使のわらびもち　広島店（中区立町1-1）。「飲むわらびもち」は、インスタ映えもするし何より喉越しがツルッとした新食感。（安芸郡）まろ

ペットサロンのリバースドリーム（安佐南区伴東4-14-8）。愛犬のトリミングとホテルに利用しています。トリミング後には、リボンやネックレスをつけてくれたりと、とてもかわいくしてくれます。お店の方も親切でおすすめ。（安佐南区）ミミちゃん

8月にオープンした**とみや　昆沙門総本店**（安佐南区安東1-1-49）。総菜やお肉を購入でき、店内で食べることもできます。とにかくおいしい。（安佐南区）かりんのママ

フォカッチャ専門店もちぱん（中区八丁堀4-4）。もちもちとした食感のフォカッチャで、総菜系やデザート系と種類がたくさんあり、選ぶのも楽しい。（中区）青空

台湾料理　福来順（廿日市市宮内4-10-13）のランチ。特に唐揚げランチは、びっくりするくらい大きな唐揚げが出てきます。店員さんも感じが良くて、メニューもたくさんあり、何度も通いたくなる店。（廿日市市）エリザベス

平成から30を引くと令和の和暦になります。平成34年から30を引くと、令和4年といった具合に。免許証の有効期間を確認するときに良い。（西区）たたはた

青じその葉は、水で洗いペーパータオルで水気を取り、新しいペーパータオルで包んでポリ袋（野菜を長持ちさせるなどの効果のある袋が良い）に入れて冷蔵すると驚くほど長持ちする。（南区）大川さん

アボカドの種を洗って水につけておくと、芽を出し小さな観葉植物のようになる。（安佐南区）ゆーちゃん

バナナ2分の1本、スライスしたゴーヤひとつかみ、牛乳150ccをブレンダーに入れ、**ジュース**に。毎朝飲んで疲れ知らず。（西区）ランチ

イオンモール広島祇園の**マリオテラス。**選べるパスタ一品とデザート食べ放題、ドリンクで税込2299円。マリオのケーキが好きなのでうれしい。（安佐南区）あき

物産展やイベント等で見かける**元町フルーツのフルーツサンド。**ボリューム満点でフルーツがみずみずしい。

（西区）柳木さん

増田桐箱店の米びつ。桐箱の専門店が作ったしっかりした容器なのにお手頃な値段。これで保管したお米は一段と風味が増しておいしくなります。（西区）T・T・T

中華四川料理　鳳琳（中区吉島西1-31-15）の麻婆豆腐。2種類ある中の辛い方がおすすめ。ごはんが何杯でも食べられる。（中区）まぐ

西洋菓子カトルフィユ（南区皆実町2-5-1）のエクレアカスタード。すぐ売り切れるので、予約していくのが良い。（安芸郡）ぺん太

工事は低価・品質・保証
小工事から大規模修繕工事まで
合人社エンジニアリング
☎082-242-6126
〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル

木漏れ日エッセイ

広島修道大学 人文学部 教授
狩谷（かりや） あゆみ

コロナ禍の学生たち

非対面授業というと、リアルタイムにオンラインで授業配信を行う「同時双方向型授業」をイメージするが、オンライン上に教材や授業動画、課題をアップし、時間を選ばず学修できる「オンデマンド型授業」、メールなどで提示された資料を確認し、課題を行う「課題研究型授業」、「資料提示型授業」なども含まれる。

対面、非対面の違いだけでなく、教員によって授業方法が異なり、「いつの間にか授業が始まっていた」「気づいたら、課題提出の締め切りが終わっていた」という学生の声も聞かれた。普段であれば、周りの学生と情報を共有し、何とかなっていたはずが、特に20年度に入学した現2年生にとっては、授業や大学生活に必要な情報を共有するための「ちょっとした知り合い」を作る機会が少なかったようである。他方で「自分のペースで学修できるオンデマンド形式が合っていた」という学生もおり、非対面だからこその良さもあった。

20年度後期以降は、感染防止措置を講じた上で、1年生の必修科目や、実習や演習科目などの少人数科目は原則対面授業、100人以上の講義科目は原則オンデマンド形式と、対面授業と非対面授業を併用して行い、サークル活動も再開した。20年度卒業式、21年度入学式は無事に行われた。しかし留学やボランティア活動となると、一部オンラインで交流が行われているものの、なかなか難しい状況が続いている。

先日、4年生から「卒業式の袴の予約をした」と言われ、「もう予約したの？まだ卒業できるかどうかわからないのに」といつもと同じ返答をした。大学祭など、せめて学内でのイベントは中止されることなく、少しでも「楽しい思い出」とともに、卒業してほしいと願うばかりである。

授業もそこそこにアルバイトやサークル活動、友達との付き合い、旅行や留学、ボランティア活動で忙しい。そんな大学生の姿は、新型コロナウイルス感染拡大の影響により、過去のものとなってしまった。

緊急事態宣言を受け、キャンパスへの入構が制限され、2020年度前期は一部授業を除き非対面授業となり、サークル活動等課外活動も禁止された。19年度卒業式中止（学位記送付にて対応）、20年度入学式中止（翌年3月に20年度生を対象に入学セレモニーを挙行）、秋の大学祭も中止となった。

着信あり

（廿日市市）瀬戸内のおじさん

今年も栗のシーズンがやってきました。すでにいくつか収穫。

（安佐北区）shakuyaendou

リージャスクレストゴルフクラブ（安芸高田市）にて。シカがグリーンメンテナンス作業をしています。

（東広島市）どんぎりちゃん

北海道物産展で食べた白ごま担々麺。スープまで美味でした。

（東区）石田さん

エキエ広島駅1階の台湾カフェ春水堂のタピオカミルクティー。担々麺や豆花なども試してみたい。

（安佐北区）ペコちゃん

10歳の男の子。長生きしてね♪

（佐伯区）こちょこちょばあちゃん

妙になじんでいる孫。どこにいるのか一瞬わかりません。

（東区）K・T

おませな年頃。

雨上がりのひろしま美術館（中区）。ここの庭が好き。たくさんあるモミジの木が色づき始めていました。

（西区）あじゅびい

（安佐南区）しんちゃん

ヒガンバナが咲き始めた。秋もすぐそこ。

（南区）こうたくん

誕生日おめでとう。

やっと夏らしいことができました！

（安佐南区）ラブンツェル

宮島口の懐石料理 他人吉にて。土鍋の穴子の炊き込みご飯がとてもおいしかった。おこげもGOOD！

（福山市）ｉｘｕｍｉｎｏ

久しぶりにせら夢公園に行ってきました。野菜のオブジェたちがかわいい。

（廿日市市）ラパンパラ

山口県で食べた瓦そばがおいしくて、自宅で初めて挑戦。

（東区）力樹式

ウェンディ広島の読者プレゼントで自転車が当選。ありがとうございます。

（中区）ＥＴ

この夏は毎日ハイビスカスが目を楽しませてくれた。この日は一度に8輪が咲いた。

（廿日市市）バイクおばさん

10年前に食べた桃の種を庭先に埋めていたら花が咲き、今年はなんと大きな桃ができた。おいしかった。

（佐伯区）舟木さん

時間がたっぷりあるので久しぶりにジグソーパズルを作ってみました。岡山城と後楽園（岡山市）。

（西区）西谷の花

天満川沿いを散策中、色鮮やかなサルスベリが咲いていた。

（中区）ひとちゃん

娘から高価なお酒が届きました。お酒が大好きな夫が大喜び。

（安芸郡）三宅さん

夏休みに湯来町の川に遊びに行きました！暑い日に行くと最高。

（安佐南区）チャイ

陶器で作ったランプシェード。夜空の星をイメージ。

（東広島市）太田さん

家庭菜園で初めてサツマイモを育てた。大きなサツマイモがたくさん収穫できた。

（安芸区）リボン

（西区）ユイトッツォ

最近のマイブームははやりのマリトッツォ。いろいろなマリトッツォを食べてクリームも幸せもいっぱい！

（佐伯区）かえるたん

福山でボンネットバスに乗ってきました。今でも走るボンネットバスは貴重。

（南区）雲猫家

これは奇跡的に幽体離脱したネコ。

（安芸郡）ももちゃん

ハッピーハロウィーン！と、ピース！

（安佐北区）ゆう

アボカドの種。

（南区）カープ大好き カヨ

妹にもらったサボテン。名前はヒボタン。

おたんじょうびおめでとう 10月

4日

善（ぜん） 2歳
たくさんお話ができるようになったね！元気にすくすく育ってね。
（西区）やなぎパパ

5日

里歩（りほ） 11歳
いっぱい一緒にドラフラの応援に行こうね！
（安芸区）原田さん

7日

一平（いっぺい） 1歳
あなたが生まれてきてくれて、皆が幸せよ。ありがとう。元気で、優しく育ってね。
（西区）AM

19日

龍（かえで） 4歳　美栗（えみり） 1歳
二人仲良く、すくすくのびのび大きくなってくれてうれしい。
（西区）M・I

10日

智里（ちさと） 8歳
ちーちゃん、8歳のおたんじょうびおめでとう！これからも元気でおべんきょうも頑張ってね。
（安芸郡）パパ ママ より

27日

紘仁（けんじ） 3歳
食べることが大好き！いつも元気モリモリ。
（東区）メロンパンナ

26日

音加（おとか） 8歳
優しい気持ちを持ったあなたを誇りに思っています。これからも応援してるよ！たくさん遊ぼうね。
（安芸郡）らん

ウェンディ 私の川柳 テーマ「家事」

ルンバくん動かすために掃除する
（廿日市市）チャリーズエンジェル

半世紀経っても来ない定年は
（中区）さくらのママ

休みなしたまには欲しい家事手当
（南区）ハイジ

干すじゃなく干からびていく洗濯物
（西区）ひろりん

夫よりルンバの方が役に立つ
（西区）おちょーし者

たまに家事「やり方違う」と嫁が火事
（東区）さわちゃん

みなさんの川柳をお待ちしています。次回のテーマは「流行」。10月15日必着。採用された方には景品を差し上げます。宛先は19ページ。

マンション生活に関する質問

消臭剤と芳香剤の両方を購入しました。どこに置くのが効果的でしょうか。
（匿名希望）

編集部からのご回答
消臭剤と芳香剤は置く場所を変えるだけで効果が高まります。
消臭剤は、臭いの発生源のすぐそばに置いてください。無風状態であれば、悪臭は発生源の周辺に留まるという特徴があるため、臭いを発するゴミ箱や下駄箱などのすぐ近くに置くとよいでしょう。
芳香剤の場合は、窓やエアコンの近くに置きましょう。風の流れを利用することで、香りが拡散します。香りは鼻に近いほど感じやすいため、鼻と同等の位置に置くと効果的です。

分譲マンションに住んでいます。転勤することになり、部屋を人に貸したいと考えています。管理組合に届出は必要でしょうか。
（匿名希望）

編集部からのご回答
現に居住する住所や電話番号等の連絡先等、管理組合への届出を義務付けている管理組合もありますので、まずは管理規約を確認のうえ、必要な手続きを行ってください。
なお、マンション標準管理規約第19条2項には、「区分所有者は専有部分を第三者に貸与する場合には、規約及び使用細則に定める事項を遵守する旨の条項を定めるとともに、契約の相手方にこの規約及び使用細則に定める事項を遵守する旨の誓約書を管理組合に提出させなければならない」と定められており、区分所有者がその第三者に管理規約及び使用細則に定める事項を遵守させる義務があることが明記されています。トラブル防止のため、賃借人に対しては、事前に管理規約や使用細則の内容等を十分に説明しておく必要があります。

マンション共用部のLED化は UNI LIGHT 株式会社ユニティ 合人社管理物件実績多数

あなたにピッタリのお仕事が見つかります まずは一度お問い合わせください
求人数広島最大級だから きっと見つかる、理想のお仕事
スタッフサービス 広島市中区紙屋町2丁目1番22号 山善興銀ビル11F 0120-549-022 登録会予約は www.022022.net

ALways Security OK ALSOK 広島綜合警備保障株式会社 0120-889-110

合人社グループ (株)合人社グループ（グループ代表・持株会社）、(株)合人社計画研究所（基幹企業）、合人社エンジニアリング(株)、合人社シティサービス(株)、合人社FGL(株)、トーメン建物管理(株)、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ(株)、メイツ合人社コミュニティ(株)、(株)ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄(株)、(株)KL合人社、(株)沖縄合人社、(株)ワークス合人社、(株)デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道(株)、(株)コクバ合人社ファシリティーズ、(株)STAR合人社、(株)レイシャス合人社、(株)シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理(株)、(株)GHマネジメントサービス、(株)湘南くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント(株)、(株)G&G Community、(株)エネ・グリーン、ノイアンドコンピューティング(株)

ここはどこ？

下の①～⑤はどこでしょう。
全問正解者の中から20名様に景品をプレゼント！！

■先月の答　①カルビー広島工場　②愛宕踏切　③エディオンスタジアム広島　④毛利元就公像　⑤せら夢公園

応募方法
①～⑤の答・住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス・今月号で良かった記事または広告・ご意見・ご感想を記入の上、封書、はがき、メール、FAX、応募フォームにてご応募ください。ほかの応募との併せ応募可。この場合、マルチチャンスとなります。

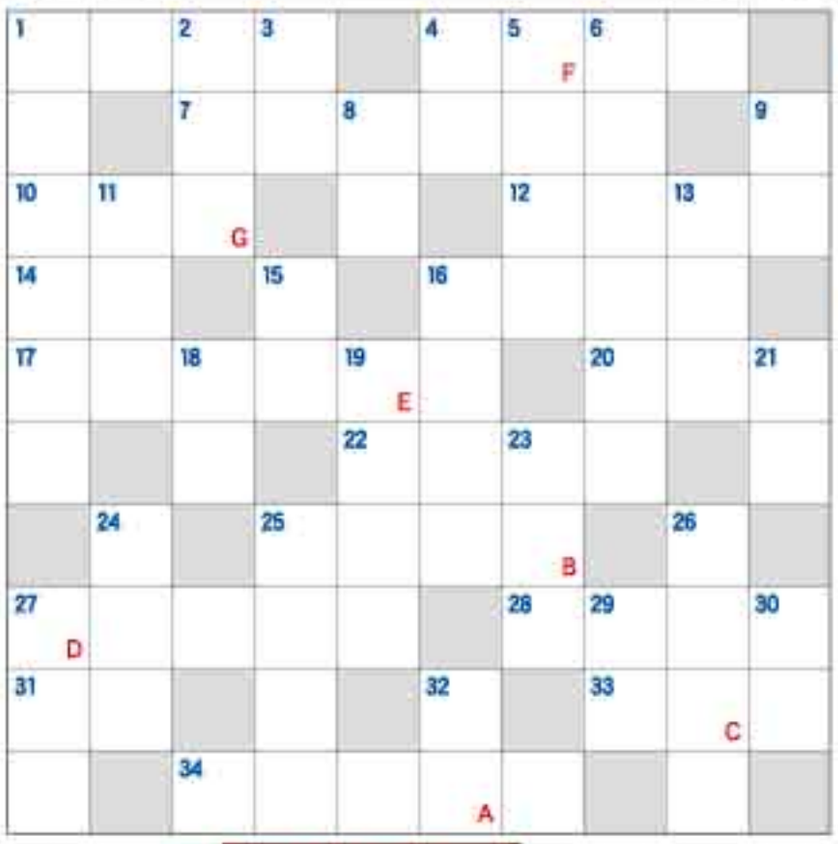
宛先
〒730-0036　広島市中区袋町4-31　合人社広島袋町ビル7階
「月刊ウェンディ広島編集部」
FAX：082-247-7483　メール：wendy-h@wendy-net.com
応募フォーム（頭の体操と共通）：https://syuppan.f-form.com/wendyh

応募締め切り　10月15日必着

ご記入いただいた個人情報（住所・氏名・電話番号・メールアドレス）は、メールマガジンの配信、合人社グループ各企業からのご案内等に使用することがあります。個人情報については、ウェンディ広島編集部が責任をもって管理いたします。

頭の体操

A～Gをつないで答を出してください。



タテのキー

1多くの男性の中に一人だけいる女性のこと2パチカンの次に面積が小さい国3ネタとシャリ4２０２４年の十二支5毎年４月下旬にアロハ宣言が行われる鹿児島県の市6店などが休業する日を決めていないこと8スティックやテープの型がある接着剤9日本が58個中17個獲得したメダルの色11将棋で歩が成ったもの。金将と同じ働きをする13よみがえった死体15英語でエレファント16おせちでは長寿の象徴である亀の甲羅をイメージして切ります18声の良さや歌のうまさを自慢する体の部位19ファーストとサードの間21応神天皇の時代に『論語』を日本に伝えたとされる人物23ウィスパー、ハスキー、ミックス24平城京へ遷都する前の時代。聖徳太子や中大兄皇子が活躍しました25サンドイッチのＢＬＴ。Ｌはレタス、Ｔはトマト、Ｂは26相撲における力士の序列の一覧表を出しても返事のないことを意味する慣用句10父の姉の息子12ランゲルハンス島という組織が放在する臓器14十五夜で見るのは16不動産の賃貸借で、借主が貸主に預けておく金銭。退去時に部屋の修繕などに使用されます17イギリスの天文学者・ハーシェルが発見した惑星20サイズを号で表すアクセサリー22悪事に協力するときに担ぐもの25源義経に仕えた僧で、体に矢を受け立ったまま絶命したといわれています27粒、ディジョン、イエロー28肛門から悪臭の液体を出す、体が白黒の動物31３つの心臓と10本の腕を持つ海の生物33陰暦の４月34化学式ＮＨ３で表される刺激臭のある気体

ヨコのキー

1アキザクラ4最大風速が毎秒17・2メートル以上の熱帯低気圧7小石を投げても返ってこないことから、便り27「行く」の謙譲語は「何う」と29雄の牛はブル、雌の牛は30植物を構成するのは葉、根と32『一寸法師』で打ち出の小槌の元々の持ち主

元安橋たもとのオープンカフェ
本格イタリアンが味わえる店
Caffè Ponte
カフェ・ポンテ
住　所　広島市中区大手町1丁目9-21
予約問合せ　082-247-7471

アナタデキマスカ？　ムリカナ？　ショウブシマセンカー

■先月の答　カシヤマフミエ

	ブ	タ		オ	ビ		タ	イ	ヤ
エ	ド		カ	ク		フ	グ		マ
コ	ウ	シ	ン	リ	ヨ	ウ		カ	ビ
ヒ		ユ	ウ	ガ		リ	マ		コ
イ	ラ	ク		ナ	イ	ン		ス	
キ	ン	ダ	イ		シ	カ	ク	ス	イ
	カ	イ	ソ	ウ		ザ		キ	
マ	ン		ウ		オ	ン	サ		イ
ク		ト	ロ	イ	カ		シ	イ	ン
ラ	ク	ノ	ウ		ピ	ラ	ミ	ッ	ド

応募フォーム
https://syuppan.f-form.com/wendyh

〒730-0036
広島市中区袋町4-31
合人社広島袋町ビル7階
「月刊ウェンディ広島編集部」
☎082-247-7483
wendy-h@wendy-net.com

ンの配信、合人社グループ各企業からのご案内等に使用することがあります。個人情報については、ウェンディ広島編集部が責任をもって管理いたします。

私たちにとって、地域社会は
かけがえのないパートナーです。
Coca-Cola BOTTLERS JAPAN INC.　コカ・コーラ ボトラーズジャパン株式会社
<コカ・コーラ指定会社>
https://www.ccbji.co.jp/

あなたに合ったカタチで、
里親デビューしませんか
両親の病気や虐待など、さまざまな事情で家族といっしょに暮らすことができない子どもたちがいます。
「里親制度」は、一時的、あるいは継続的に自身の家庭に預かり養育する制度です。
お問い合わせは、こども家庭センターまたは、児童相談所まで。
広島県　広島市　広島 里親制度　検索

水を飲む、料理をつくる、お風呂にはいる、髪を洗う、洗顔、うがい、
ウォシュレット、ペットの水、花壇への水、日々、いろいろなところで使っている水。
キッチンで使う水は、その中のごく一部だと気付きます。ご提案するのは、オール浄水。
生活に必要な水全てのことを考えたシステムです。
低コスト　月額¥2,980
高品質　安全でおいしい低塩素
実績　30,000件以上
安心　アフターサービス充実
コンパクト　水道管の元栓に設置
家全体をまるごと浄水!
カンタン施工!
月々¥2,980で（税込¥3,278）
1日あたり¥98
詳しくはホームページにて
ミネラルバンク　検索
http://kaiteki-seikatsu.net/
MINERAL BANK
料理がとっても美味しく作れます
お米やお茶、コーヒーあちゃんのミルクにも安心。食器洗いの時の手荒れも気にならなくなります。
洗濯物もふんわり色あせも防止
歯磨きや洗顔・洗髪も安全な水で
ペットや花壇にも清潔な水を
お風呂のお湯も安心お肌や髪にも優しい
宅外に設置するためスペースを取りません
使用料以外の費用は一切いただきません
初期工事費 無料　取付約30分
定期メンテナンス 無料
フィルター交換 無料
お申し込み・お問い合わせ
AQUA STAND　株式会社アクアスタンド　0120-55-4213
広島市中区上八丁堀4-1 アーバンビュークランドタワー11F
対応可能時間：平日9:00-18:00
対応エリア

総勢71名様に当たる 読者プレゼント！

応募方法

プレゼントの中からお好きなものを１つ選び、住所・氏名・年齢・電話番号・お好きなプレゼント番号とプレゼント名・今月号で良かった記事または広告・ご意見、ご感想を記入の上、ハガキ・FAX・メール・応募フォームにてご応募ください。ご記入いただいた個人情報（住所・氏名・電話番号・メールアドレス）は、景品の発送、メールマガジンの配信、合人社グループ各企業からのご案内等に使用することがあります。個人情報についてはウェンディ広島編集部が責任をもって管理いたします。

あてさき
〒730-0036
広島市中区袋町4-31
合人社広島袋町ビル7階
ウェンディ広島編集部
TEL（082）247-7483
wendy-h@wendy-net.com
応募フォーム https://syuppan.f-form.com/wendyh

応募フォームQRコード

申込締め切り 10月15日必着

01 折りたたみ自転車

提供／Wendy広島

コンパクトなので持ち運びに便利な折りたたみ式自転車。
※実際のものとは色・形などが異なる場合があります。

1名様

折りたたみ自転車の当選者はプロフィル、コメントを紙面で発表します。（氏名・住所が特定できるような発表はいたしません。）

折りたたみ自転車当選者　前回の当選者は佐伯区のMさん（70代男性・無職）
【コメント】健康のためほぼ毎日2時間半は歩くようにしており、自転車で遠くの公園へ行き、ウオーキングを楽しみたいです。

02 パティスリー「ディッシュ パレード」「焼きカレーパン5種のコンプリートBOX」

提供／ホテルグランヴィア広島

パティスリー「ディッシュ パレード」の人気の焼きカレーパンがリニューアル!さらにおいしくなった「焼きカレーパン グランヴィアFive5（ファイブ）」の5種のコンプリートBOX引換券を3名様にプレゼント。

3名様

03「こだわりセットシリーズA」

提供／オタフクソース

人気の「こだわりセット」シリーズがさらにおいしさを追求し、環境へ配慮したパッケージへリニューアル。「ふっくら食感」がさらに向上した「お好み焼こだわりセット（２人前）」を含む3種をプレゼント。

■お好み焼こだわりセット（2人前）
■チヂミこだわりセット■ねぎおここだわりセット

3名様

04「こだわりセットシリーズB」

提供／オタフクソース

人気の「こだわりセット」シリーズがさらにおいしさを追求し、環境へ配慮したパッケージへリニューアル。薄い生地をひきやすく改良した「広島お好み焼こだわりセット」を含む3種をプレゼント。

■お好み焼こだわりセット（4人前）
■山芋焼こだわりセット ■広島お好み焼こだわりセット

3名様

05「こだわりセットシリーズC」

提供／オタフクソース

人気の「こだわりセット」シリーズがさらにおいしさを追求し、環境へ配慮したパッケージへリニューアル。「外カリッ中トロッ」を追求した「たこ焼こだわりセット」を含む3種をプレゼント。

■たこ焼こだわりセット ■キャベツ焼こだわりセット
■とんぺい焼こだわりセット

3名様

06 GABA玄米もち麦プラス1kg

提供／食豆

女性のカラダにうれしい玄米をおいしく食べられます。食物繊維や、もち麦特有のもちもち食感が注目のスーパーフード「GABA玄米もち麦プラス（1kg・820円相当）」をプレゼント。

3名様

07『第416回定期演奏会』ペア招待券

提供／広島交響楽協会

11月5日（金）、18時45分開演、広島文化学園HBGホール。指揮は下野竜也、ピアノは横山幸雄、チェロは伊東裕。曲目は三善晃の「交響四部作」ほか。

ピアノ：横山幸雄

チェロ：伊東裕

ペア2組様

08 広島映画サークル第427回例会『風の谷のナウシカ』招待券

提供／広島映画サークル

11月21日（日）、11時・14時上映、広島県立美術館。監督、脚本、原作を宮崎駿、製作を高畑勲というアニメ界の二大巨匠が作り上げた壮大な物語。

©1984 Studio Ghibli・H

5名様

09 広電ボウル ボウリング2ゲーム+貸靴ペアチケット

提供／広電ボウル

広々とした場内でボウリングを楽しめる広電ボウル。平日、土日祝問わず2ゲーム楽しめる貸靴付きのチケットをペアで。
※11月末日まで有効。

ペア5組様

10「サンフレッチェ広島」観戦チケット

提供／Wendy広島

11月3日（水・祝）、エディオンスタジアム広島。「サンフレッチェ広島対鹿島アントラーズ」のメインS指定席のチケットをペアで。
※新型コロナウイルス感染者が発生した場合、行政及びリーグの指導に従って、氏名・連絡先を提出させていただくことがあります。
※当日観戦される方は、接触者確認アプリ「COCOA」のインストールのご協力をお願いいたします。

ペア3組様

11「サンフレッチェ広島」観戦チケット

提供／Wendy広島

11月27日（土）、エディオンスタジアム広島。「サンフレッチェ広島対FC東京」のメインS指定席のチケットをペアで。
※新型コロナウイルス感染者が発生した場合、行政及びリーグの指導に従って、氏名・連絡先を提出させていただくことがあります。
※当日観戦される方は、接触者確認アプリ「COCOA」のインストールのご協力をお願いいたします。

ペア3組様

12 宮島水族館ペア入館券

提供／Wendy広島

宮島水族館の入館券をペアで。瀬戸内海の神秘的な世界を体験できるだけでなく、スナメリ、ペンギン、トドやアザラシ、コツメカワウソなど愛らしい動物にも出合えます。

ペア10組様

13 合人社グループ発行 マンガ『日本のマンション管理は変わる!!』

提供／Wendy広島

あなたは現在のマンションの管理会社に満足していますか。管理会社の変更手順を分かりやすくマンガでまとめた1冊（非売品）。

2名様

14「カフェ・ポンテ」食事券

提供／カフェ・ポンテ

広島平和記念公園対岸、元安橋たもとにあるオープンカフェ『カフェ・ポンテ』では本格イタリアンが楽しめます。食事券（10,000円相当）をプレゼント。

2名様

合人社グループ　(株)合人社グループ（グループ代表・持株会社）、(株)合人社計画研究所（基幹企業）、合人社エンジニアリング(株)、合人社シティサービス(株)、合人社FGL(株)、トーメン建物管理(株)、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ(株)、メイツ合人社コミュニティ(株)、(株)ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄(株)、(株)KL合人社、(株)沖縄合人社、(株)ワークス合人社、(株)デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道(株)、(株)コカバ合人社ファシリティーズ、(株)STAR合人社、(株)レイシャス合人社、(株)シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理(株)、(株)GHマネジメントサービス、(株)湾岸くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント(株)、(株)G&G Community、(株)エネ・グリーン、ノイアンドコンピューティング(株)

MINAMATA ―ミナマタ―

監督 アンドリュー・レヴィタス
出演 ジョニー・デップ 真田広之

©2020 MINAMATA FILM LLC
© Larry Horricks

1971年、ニューヨーク。アメリカを代表する写真家と称えられたユージン・スミスは、今では酒に溺れる日々を送っていた。ある日、アイリーンという女性から、熊本県水俣市のチッソ工場が海に流す有害物質によって苦しんでいる人々を撮影してほしいと頼まれる。

Ⓐ

マスカレード・ナイト

監督 鈴木雅之
出演 木村拓哉 長澤まさみ

©2021映画「マスカレード・ナイト」製作委員会

警察に一通の匿名の密告状が届く。内容は、都内マンションで起きた殺人事件の犯人が、ホテルで開催されるカウントダウン・パーティーの会場に現れる、というもの。大晦日当日、刑事の新田浩介は潜入捜査のため、再びホテルのフロントクラークとして立つことになる。

Ⓐ Ⓑ Ⓔ

中村壱太郎×尾上右近 ART歌舞伎 花のこころ

出演 中村壱太郎 尾上右近

©ART KABUKI Project

歌舞伎界の中村壱太郎と尾上右近のほか、日本舞踊家の花柳源九郎、藤間源太朗が出演。モード界で世界的に活躍する冨沢ノボル、里山拓斗、edenworksらがヘアメイクや衣装を手がける。「四神降臨」「五穀豊穣」「祈望祭事」「花のこころ」という演目を披露する。

Ⓐ

劇場版オトッペ パパ・ドント・クライ

監督 脚本 奥土
井口裕香 久野美咲 声優

©2021「劇場版オトッペ 3D・ドント・クライ」製作委員会
©NHK/オトッペ応援隊

ふしぎな生きものの「オトッペ」たちが暮らす町、オトッペタウン。町一番のグータラで知られるウインディは、風の吹くまま気の向くまま、自由に暮らしていた。ある日、ウィンディが目覚めると、そばに自分そっくりの赤ちゃんが。なぜか、その子を育てることになり…。

Ⓒ

MINAMATA ―ミナマタ―

監督 アンドリュー・レヴィタス
出演 ジョニー・デップ 真田広之

©2021「孤狼の血 LEVEL2」製作委員会

暴力組織の抗争に巻き込まれ殺害された、マル暴刑事・大上の後を継ぎ、広島の裏社会を治める刑事・日岡。しかし、刑務所から出所したある男によって、その危うい秩序が崩れる。やくざの抗争、警察組織の闇…。悪魔のような上林によって、日岡は窮地に追い込まれる。

Ⓐ R15+

キネマの神様

監督 山田洋次
出演 沢田研二 菅田将暉

©2021「キネマの神様」製作委員会

ギャンブル好きで妻の淑子にも見放されたゴウは、かつては映画の撮影所で働き、何よりも映画を愛していた。若き日のゴウは助監督として映写技師のテラシンと共に、名監督や女優に囲まれながら夢を追いかけていた。しかし、ゴウは初監督作品の撮影初日に大けがをする。

Ⓑ

少年の君

監督 デレク・ツァン
出演 チョウ・ドンユイ イー・ヤンチェンシー

進学校に通う高校3年生のチェン・ニェンは大学入試を控え殺伐とした校内で、参考書に向かい息を潜めて日々を過ごす。しかし、同級生がいじめを苦に飛び降り自殺、彼女が新たないじめの標的に。そんな中、彼女は集団暴行を受けている少年を目撃し、彼を窮地から救う。

Ⓐ

DUNE/デューン 砂の惑星

監督 ドゥニ・ヴィルヌーヴ
出演 ティモシー・シャラメ レベッカ・ファーガソン

©2020 Legendary and Warner Bros. Entertainment Inc. All Rights Reserved

全宇宙から命を狙われる、青年ポール。彼は、アトレイデス家の後継者で、「未来が視える」能力を持っていた。宇宙帝国の皇帝からの命令で、一族で「砂の惑星 デューン」へと移住するが、それはワナだった。そこで宇宙支配を狙うハルコンネン家との戦いが勃発し…。

Ⓒ

マザーランドあるいは 喪失と再生を求めて

監督 アレハンドロ・ホドロフスキー
出演 ブロンティス・ホドロフスキー 他

©2021 20th Century Studios. All rights reserved.

1969年に開催された音楽フェスティバル「ハーレム・カルチュラル・フェスティバル」にスポットを当てたドキュメンタリー。イベントの模様は撮影されていたが、映像はその後約50年も地下室に埋もれたままだった。伝説のアーティストらの奇跡のパフォーマンスを描く。

Ⓐ

CUBE

監督 清水康彦
出演 吉田鈴香 赤楚衛二

©2021「CUBE」製作委員会

突然、謎の立方体＝CUBEに閉じ込められた男女6人。エンジニア、団体職員、フリーター、中学生、整備士、会社役員。何の接点もつながりもない彼らは理由も分からないまま脱出を試みるが、熱感知式レーザー、火炎噴射など、殺人的なトラップが襲いかかる。

Ⓒ

DIVOC-12

監督 野伏達人
出演 横浜流星 他

©2021 Sony Pictures Entertainment (Japan) Inc. All rights reserved.

新型コロナウイルス感染症の影響を受けているクリエイターやスタッフ、俳優の継続的な創作活動を支援するために発足した映画製作プロジェクト。12人の映画監督が12本の短編を製作したオムニバス映画。藤井道人監督作、横浜流星主演の『名もなき一輪・アンナ』など。

Ⓓ

Summer of 85

監督 フランソワ・オゾン
出演 フェリックス・ルロワ ピオラン・ペロネット

©2020-WANDAVISION PRODUCTION-FOZ-France 2 CINEMA-PLAYTIME-PRODUCTION-GOLF-EPITURES

セーリングを楽しもうとヨットで沖に出た16歳のアレックス。突然の嵐で転覆した彼を救助したのは18歳のダヴィド。二人は惹かれ合い、アレックスにとって初めての恋に。ある日、彼の提案で「どちらかが先に死んだら、残された方はその墓の上で踊る」という誓いを立てる。

PG12

子供はわかってあげない

監督 矢田慎一
出演 上白石萌歌 細田佳央太

©2020「子供はわかってあげない」製作委員会
©田島列島／講談社

水泳部の美波は、書道部のもじくんとの運命の出会いをきっかけに、幼い頃に別れた実の父親を捜すことに。女性のような見た目で探偵をしている、もじくんの兄・明ちゃんの協力により、あっさりと居場所を捜し当てる。美波は今の家族には内緒で、父親に会いに行くが…。

PG12

ロン 僕のボンコツ・ポット

監督 ジェシカ・ディマンド
声 サマー・エルモス ザック・ガリフィアナキス

©2021 20th Century Studios. All Rights Reserved.

最新式ロボット型デバイス「Rボット」を使って誰もが仲間と繋がる世界。友達のいない少年バーニーの元に届いたのはオンライン接続もできないボンコツポットのロンだった。友達の探し方も分からず空回りするロンに、バーニーは「友達の条件」を説明する。

Ⓔ

キャッシュトラック

監督 ガイ・リッチー
出演 ジェイソン・ステイサム ホルト・マッキャラニー

©2021 MIRAMAX DISTRIBUTION SERVICES, LLC ALL RIGHTS RESERVED

現金輸送専門の武装警備会社フォーティコ・セキュリティ社では、特殊な訓練を受けた警備員たちが現金輸送車（キャッシュトラック）を運転している。そこにパトリック・ヒルが警備員として採用される。ある日彼は、トラックを襲った強盗を高い銃器スキルで阻止する。

Ⓔ

シュシュシュの娘

監督 入江悠
出演 橋田玲紀 吉岡睦雄

©Yu Irie & co-publishers Ltd.

地方都市のはずれで暮らす25歳の未宇は、朝のダンスを日課に祖父の吾郎の介護をしている。市役所に勤める未宇は職場で孤立しており、そんな彼女に寄り添ってくれるのは、先輩の幸次だけだった。そんな幸次が、理不尽な文書改ざんを命じられた末に自殺する。

Ⓓ

劇場版オトッペ パパ・ドント・クライ

監督 脚本 奥土
井口裕香 久野美咲 声優

©2021劇場版「オトッペ 3D・ドント・クライ」製作委員会

雪の王国シャンティアの新しい女王になるシャロンのお祝いの式に招かれ、雪の世界にやってきた夏海まなつたち。人魚の国の女王を目指しているローラは、シャロンと仲良くなり、きれいな指輪をプレゼントされる。ある約束を交わした二人だったが、謎の怪物が出現する。

総理の夫

監督 男女雅人
出演 宮沢りえ 中村倫也

©2021「総理の夫」製作委員会

少数野党の党首・凛子と結婚している鳥類学者の日和。彼は凛子から「もし私が総理大臣になったら何か不都合はある？」と意味深な話をされる。聞き返してもはぐらかされた日和は、孤島で10日間、野鳥観察をして過ごす。その間に凛子が史上初の女性内閣総理大臣に選出される。

Ⓔ

アーヤと魔女

監督 宮崎吾朗
声 寺島しのぶ 豊川悦司

©2020 NHK, NEP, Studio Ghibli

孤児として育った10歳のアーヤは何でも思い通りに暮らしていたが、ベラ・ヤーガと名乗る派手な女たちに引き取られる。魔女たちというベラ・ヤーガは手伝いをさせるため彼女を引き取ったという。アーヤは魔法を教えてもらうことを条件にベラ・ヤーガの助手になる。

神在月のこども

監督 岩井俊二
声 花江夏樹 早見沙織 坂本真綾

©2021「映画『神在月のこども』」製作委員会

母を亡くしたカンナは、大好きだった「走ること」と向き合えなくなり、鬱々とした毎日を過ごしていた。ある日、母の形見に触れた彼女の前に神使の兎・シロが現れ、旅に誘われる。行き先は神々が姿を消す神無月（10月）に神々を迎えてまつる「神在月」の出雲で…。

Ⓑ

由宇子の天秤

監督 春本雄二郎
出演 瀬戸利樹 河合優実

©2020 映画「由宇子の天秤」製作委員会

3年前に起きた女子高生いじめ自殺事件を追うドキュメンタリーディレクターの由宇子は、テレビ局の方針と対立を繰り返しながらも事件の真相に迫りつつあった。そんな時、学習塾を経営する父から衝撃な事実を聞かされ、信念を揺るがす究極の選択を迫られる。

Ⓔ

世宗大王 星を追う者たち

監督 ホン・ジノ
出演 パン・ソッキュ チェ・ミンシク

©2020 LOTTE ENTERTAINMENT All Rights Reserved.

朝鮮王朝が明国の影響下にあった時代。第4代王・世宗は、奴婢の身分ながら科学者として優れた才能を持つヨンシルを武官に任命。ヨンシルは水時計などを発明し、庶民の生活に大いに貢献した。朝鮮の自立を成し遂げたい世宗は、独自の文字であるハングルを創ろうと…。

Ⓕ

白頭山（ペクトゥサン）大噴火

監督 イ・ヘジュン
出演 キム・ヒョンジュ イ・ジョンホン

©2019 CJ ENM CORPORATION,DEXTER STUDIOS & DEXTER PICTURES ALL RIGHTS RESERVED

北朝鮮と中国の国境付近に位置する火山・白頭山で、観測史上最大の噴火が発生。大地震によりソウルでもビルが倒壊する。パニックに陥る中、政府は白頭山の地質分野の権威であるカン教授に協力を要請。カン教授はさらなる大噴火が75時間後に起こると予測する。

Ⓐ

マイ・ダディ

監督 倉井眞二
出演 ムロツヨシ 中田乃愛

©2021「マイ・ダディ」製作委員会

小さな教会で牧師を務める一馬は、8年前に妻を亡くして以来、中学生になる一人娘のひかりを男手ひとつで育ててきた。優しく、面白く誠実な一馬は皆から慕われ、決して裕福ではないが幸せな日々を送っていた。そんな中、ひかりが病に侵されていることが判明する。

Ⓔ

女ざかり

監督 大林宣彦
出演 吉永小百合 三浦友和

©1994 角川映画株式会社

念願の論説委員になった新日報社の南弓子は、社会部出身の同僚・荷野を手助けする一方で、初めて社説を書く。だが、その社説は水子供養で儲けている宗教団体の教祖を怒らせてしまい、そこから援助を受ける政府与党の幹事長・榊原の圧力で、弓子は左遷を言い渡される。

Ⓕ

燃えよ剣

監督 原田眞人
出演 岡田准一 鈴木亮平 柴咲コウ

©2021「燃えよ剣」製作委員会

武州多摩の農家に生まれた土方歳三は「武士になる」という熱い思いで、近藤勇、沖田総司ら同志とともに京都へ向かう。芹沢鴨を局長に、徳川幕府の後ろ盾で新選組を結成。土方は副長として組織を統率、倒幕派の制圧のため京都の町で活躍を見せる。しかし、時流は倒幕へ傾いていく…。

Ⓑ Ⓔ

007／ノー・タイム・トゥ・ダイ

監督 キャリー・ジョージ・フクナガ
出演 ダニエル・クレイグ ラミ・マレック

©2021 DANJAQ, LLC AND MGM. ALL RIGHTS RESERVED.

ボンドは00エージェントを退き、ジャマイカで穏やかに暮らしていた。そんな彼のもとに、CIA出身の旧友フィリックスが助けを求めにくる。誘拐された科学者を救出するという任務に就いたボンドは、ミッションの中で、世界に脅威をもたらす最新技術を備えた謎の黒幕を追うことになる。

Ⓑ Ⓔ

譲られなかった者たちへ

監督 藤井道人
出演 佐藤健 阿部寛 黒木華

©2021映画「譲られなかった者たちへ」製作委員会

東日本大震災から10年目の仙台で、全身を縛られたまま放置され餓死させるという連続殺人事件が発生。被害者はいずれも人格者と知られた人物だった。捜査線上に浮かんだのは、別の事件で服役し出所したばかりの利根。刑事の笘篠は、利根と被害者らの接点を見つけ出し彼を追い詰める。

Ⓔ

老後の資金がありません！

監督 前田哲
出演 天海祐希 髙橋克実

©2021「老後の資金がありません！」製作委員会

家計に無頓着な夫、フリーターの娘、大学生の息子と暮らす主婦の篤子は夫の給料と彼女がパートで稼いだお金をやり繰りし老後の資金を貯めてきた。しかし、亡くなった夫の葬式代、パートの突然の解雇、夫の会社が倒産と、節約して貯めた老後の資金が底をつく出来事が次々と起こる。

Ⓔ

Ⓐ・Ⓑ・Ⓒ シネマデー：1,100円 ／シニア割引：60歳以上の方は1,100円 Ⓐ・Ⓑ メンズデー：男性1,100円 ／レディースデー：女性1,100円 ／ペアデー：おふたり2,200円 Ⓒ ハッピーファースト：1,100円 ／ハッピーマンデー：1,100円 ／ハッピー55：55歳以上の方は1,100円
Ⓓ シネマデー：1,200円 ／レディース&メンズデー：1,200円／夫婦の日：夫婦おふたり2,400円／シニア割引：60歳以上の方は1,200円／夫婦50割引：夫婦どちらかが50歳以上なら、おふたり2,400円 Ⓔ 割引デー：1,100円 Ⓐ・Ⓑ・Ⓒ・Ⓔ 夫婦50割引：夫婦どちらかが50歳以上なら、おふたり2,200円

上映館

上映館	10/1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
サロンシネマ 1・2 Ⓐ	シネマデー	土曜日	日曜日	メンズデー		レディースデー			土曜日	日曜日													土曜日	日曜日						土曜日	日曜日
082-962-7772																															
八丁座 Ⓑ 082-546-1158											デーメンズ		デーレディース			土曜日	日曜日														
イオンシネマ広島 Ⓒ																															
福山駅前シネマモード Ⓓ 084-932-3381	ハッピーファースト	土曜日	日曜日	マンデー					土曜日	日曜日																					
横川シネマ Ⓔ 082-231-1001	シネマデー					デー1割			土曜日	日曜日			デー1割			土曜日	日曜日			デー1割			土曜日	日曜日						土曜日	日曜日
映像文化ライブラリー Ⓕ ※祝日は使用できません 082-223-3525		見上たちとの夏 10:30 14:00 18:00	君をのせて 北京的西瓜 10:30 17:45 14:00		休館日	上映なし	2021 KOREA WEEK 10:30 14:00 17:45	10:30 14:30 18:00	10:30 14:00 17:30	10:30 14:00 18:00	10:30 14:30		休館日	ふたり 10:30 14:00 17:30	春をアンテナ 10:30 14:00 17:45	女ざかり 10:30 14:00 18:00	10:30 14:00 15:00	はるか、ノスタルジィ 10:30 14:00	冬時代 10:30 14:00	休館日	上映なし	あした 10:30 14:00 17:30	あの、夏 10:30 14:00 18:00	なごり雪 10:30 14:00 18:00	風の歌が聞きたい 10:30 14:00 15:00	10:30 14:30	休館日	映画／批評月例 フランス映画の現在 vol.03 （思い出の記憶／防衛線／男子ダブルス／走り来る男／ミシュカ） 14:00 18:00	14:00 18:00	14:00 18:00	14:00 18:00	14:00 18:00	10:30 14:00

PG12 12歳未満の年少者の観覧には、親又は保護者の助言・指導が必要　R15+ 15歳未満は観覧禁止　R18+ 18歳未満は観覧禁止　上映期間等は予告なく変更する場合があります。詳細は各劇場に直接お問い合わせください。

■サロンシネマ1・2■八丁座■イオンシネマ広島■福山駅前シネマモード■横川シネマ
Wendy広島 映画割引券 全館共通 期間 2021.10/1～11/30
●本券1枚につき1名様1回限り ●レイトショーなどには使用できない館もあります ●他の割引・割引券とは併用できません ●映画館、または週日により割引価格が異なります。詳しくは各映画館まで

月刊 ウェンディ広島　編集・発行 合人社グループ 出版局　〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル　☎082（247）7479