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

あなたのあしたに
西京銀行

広島の顔

舞台俳優

高野　菜々さん

そぎ落とされたものこそ、美しい目標は存在感ある俳優

昨年度の文化庁芸術祭賞の演劇部門で新人賞を受賞した。「新人賞といっても、プロとして初舞台を踏んでから12年が経過していましたから（笑）。やっとスランプを抜け出したかなって。うれしかったですね」。

小学校5年生から、安佐北区の市民ミュージカルの公演に参加。14歳のとき、劇団四季の公演「CATS」を見て、ミュージカル俳優を志した。**広島音楽高校の舞台芸術科では音楽漬けの毎日。「24時間を夢のためだけに使える、ありがたい環境でした」と振り返る。**しっかりと下地をつくり、2008年、東京都町田市を拠点にするミュージカルカンパニー「音楽座ミュージカル」のオーディションに合格、プロの世界に飛び込んだ。

音楽座ミュージカルでは、初舞台でいきなり主役に抜てきされた。高校時代に培った歌唱力や演技力が評価された。その後も「度胸の良さと怖いもの知らず」で次々とメインキャストを務めた。ただ、一生懸命演じているのにも関わらず、周囲の評価はいまひとつだった。**「誰一人として褒めてくれない。舞台に立つ意味が分からなくなりました」**。18年、現実から逃げ出したくて、ミュージカルの本場ニューヨークで2カ月間を過ごした。

「一流が勝負のために集まるブロードウェーは中途半端な人が遊び感覚で来る場所ではない」。帰国前に、あるアーティストが語った言葉が、「自分の甘さ」に気付くきっかけになった。「私は、自分の評価のことだけしか考えていなかったんだなって」。**完璧に演じるのではなく、見ている人に何を伝えたいのか。そこを突き詰めない限り、人の心に響く演技はできない**―。その気持ちで向き合ったのが、受賞作となったアガサ・クリスティーの小説をもとにしたオリジナルミュージカル「SUNDAY（サンデイ）」だった。

若さ故の失敗には、誰もが見舞われる。そのことに立ち向かい、新人賞を受賞した彼女に待っていたのは、文化庁からの褒美だった。**来春から1年間、新進芸術家海外研修員の一員としてニューヨークで学ぶことになった。**

「大きなマインドを持って、ミュージカルのことを貪欲に吸収したい。不安はあるけれど、今度は、勝負する気持ちをしっかり持って頑張ります（笑）」。

32歳。野球で例えると、やっと序盤の3回が終わったばかりだ。まだ、人生うんぬんを語る年齢ではないが、「勝ち」を引き寄せるための成長曲線はしっかりと描く。**目指すのは、シンプルな表現で存在感をだせる俳優**、という。

「よろいを身につけるのではなく、はいでいくという感覚かな。そぎ落とされたものほど美しいでしょう。そのためには、残る6回の間に、さまざまな経験を積み重ねることが大切。苦しい経験もどんと来い、という心境です」。

（中区の合人社広島袋町ビルで取材）

©WENDY

高野　菜々(こうの　なな)さんプロフィル
1989年、広島市生まれ。広島音楽高校舞台芸術科ミュージカル専攻を経て、2008年から、音楽座ミュージカルに所属。初舞台の「マドモアゼル・モーツァルト」（08年）でいきなり主役に抜てき。その後も「シャボン玉とんだ宇宙（ソラ）までとんだ」、「泣かないで」などで次々と主役を演じた。18年初演の「SUNDAY（サンデイ）」で、第75回文化庁芸術祭演劇部門新人賞受賞。音楽座ミュージカルと併せて賢プロダクションにも所属し、声優として活躍。12月には初のソロアルバム「プリズム」をリリース。12月17日（金）・18日（土）にLive space Reed（中区）にてCDリリース記念のライブ開催予定。

本号の記事

知っておきたい身近な医学 「美容医療」の基礎知識 2面
連載 Dr.長井の 悩み相談室 3面
連載 戦前の広島 3面
全面広告 「合人社」の提言 日本のマンション管理は、さらに変わる 4面
ms Wendy 歌手、タレント 研　ナオコさん 6・7面
医療最前線 食べられないとき、どうする? 8面
地域再生を考える 10面
広島3大プロ 12面
保湿ケアの基本 14面
情報掲示板 16面
カフェ・ポンテが公開するレシピ 18面
読者の交差点 19・20・21面
頭の体操 22面
59名様に当たる 読者プレゼント! 23面
必見!映画情報 割引券付 24面

新米 入荷しました!
いなかそだち

庄原産こしひかりは、低温倉庫に保管し、注文を頂いてから精米し、お届けいたします。
5kg
2,667円(税込)
(税抜価格 2,470円)
リースキン ホームサービス
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
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・240号）／（月刊ウェンディ（全国版）1,000,000部・389号）

知っておきたい身近な医学

安心して施術を受けるための「美容医療」の基礎知識

ハンスメディカルクリニック　長井弘一郎院長に聞く

人は誰でも若々しく、美しくありたいもの。「アンチエイジング」という言葉が市民権を得ているように、美容医療は、昔と比べると、気軽に施術を受けられるようになった。一方で、正しい知識を持たないままに施術を受けると、トラブルに巻き込まれるケースも多い。ハンスメディカルクリニック（中区紙屋町）の長井弘一郎院長に、美容医療を受診する前に知っておきたいことを聞いた。

医学博士　長井弘一郎院長

美容医療は医療機器を使った医療行為。施術の前にしっかりとカウンセリングを受け、医師の施術を受けることが大切（写真はフォトフェイシャルM22の最新医療機器を使った光の照射で、シミやくすみなどの治療。肌へのダメージが少ないという）

■美容エステとの違い

美容医療と美容エステ（エステティック）は、痩身や脱毛など同じようなメニューが多く、エステの延長線上に美容医療がある、と考えている人も多いかもしれません。しかし、エステはあくまでもサービス業なのに対し、美容医療は、医療機器を使った医療行為です。当然、エステとは違い、医師の診察が必要ですし、医療行為は免許を持った医師・看護師にしかできません。

■美容医療の分野

美容医療は大きく分けると、美容外科、美容皮膚科、美容内科などに大別されます。美容外科はまぶたを切って二重にするなど、メスを使う施術が一般的です。美容皮膚科は、レーザーによるしみの除去や、脱毛、肌の質感の改善など、メスを使わない施術で、お客さんの肌の悩みを解決していきます。

美容内科は、点滴や注射を用いて、体の内側から肌のトラブルを改善しようという施術です。例えば、老化の原因となる活性酸素を排除するには、野菜に多く含まれるビタミンCが必要ですが、口から摂取するだけでは、どうしても不足しがちになります。その不足分を点滴で補っていこうという考えです。当クリニックでは、美容皮膚科と美容内科を併設しています。

■自由診療が基本

美容医療には保険は適用されません。内科や外科などの一般的な医療は、マイナスをゼロにする、つまり病気やケガを治療する行為であるのに対して、美容医療はゼロをプラスにする、つまり健康上の問題はないものの、「より美しく」というお客さんの思いに応える行為だからです。保険適用外の自由診療ですから、費用は保険適用と比べると高くなります。受診するクリニックで、費用が異なってくることも理解してください。

■トラブル防止3カ条

近年、美容医療を行うクリニックは増え続けている傾向にあり、施術などをめぐって、お客さん本人の希望通りにならなかったというトラブルも少なくありません。トラブルを防ぐためには、次の3つのことを守りましょう。

1 カウンセリングを受ける

美容医療には、どのような状態になれば成功、という明確な基準はありません。美容医療を受ける際には、しっかりとカウンセリングを受け、お客さん自身が納得した上で施術を受けることが大切です。

2 美容医療に丸投げしない

睡眠が不足したり、偏った食生活をしたり、とお客さん本人が肌に悪いことを続けていれば、いくら美容医療を施しても、肌の改善には限界があります。肌に良い日常生活に改めた上で、美容医療を受けるようにしましょう。

3 クリニックを掛け持ちしない

一般的な医療では、セカンドオピニオンは必要です。一方、美容医療は、病気を治すわけではありませんから、それぞれのクリニックで治療方法も違ってきます。あるクリニックに決めたら、そこを信頼して受診することが大切です。掛け持ち受診は、医師との信頼関係を損なう原因にもなります。

最後に。美容医療は人によっては、効果が表れるまで時間がかかることがあります。長期的に治療を考えていくことも必要です。

アートメイクの施術。アートメイクは医療行為であることを知っておこう

もっと教えて！

Q 医療脱毛とエステ脱毛の違いは？

A 一言でいうと、エステ脱毛には永久脱毛効果はありません。
脱毛で永久脱毛効果を得るためには、レーザーを使い、毛穴の発毛組織を破壊する必要があります。これは医療行為に当たりますから、永久脱毛は医療脱毛でしか得られません。エステ脱毛は、ムダ毛をそったり毛を抜いたりするサービスの延長ですから、時間が経つと毛が生えてくるのは仕方ありません。

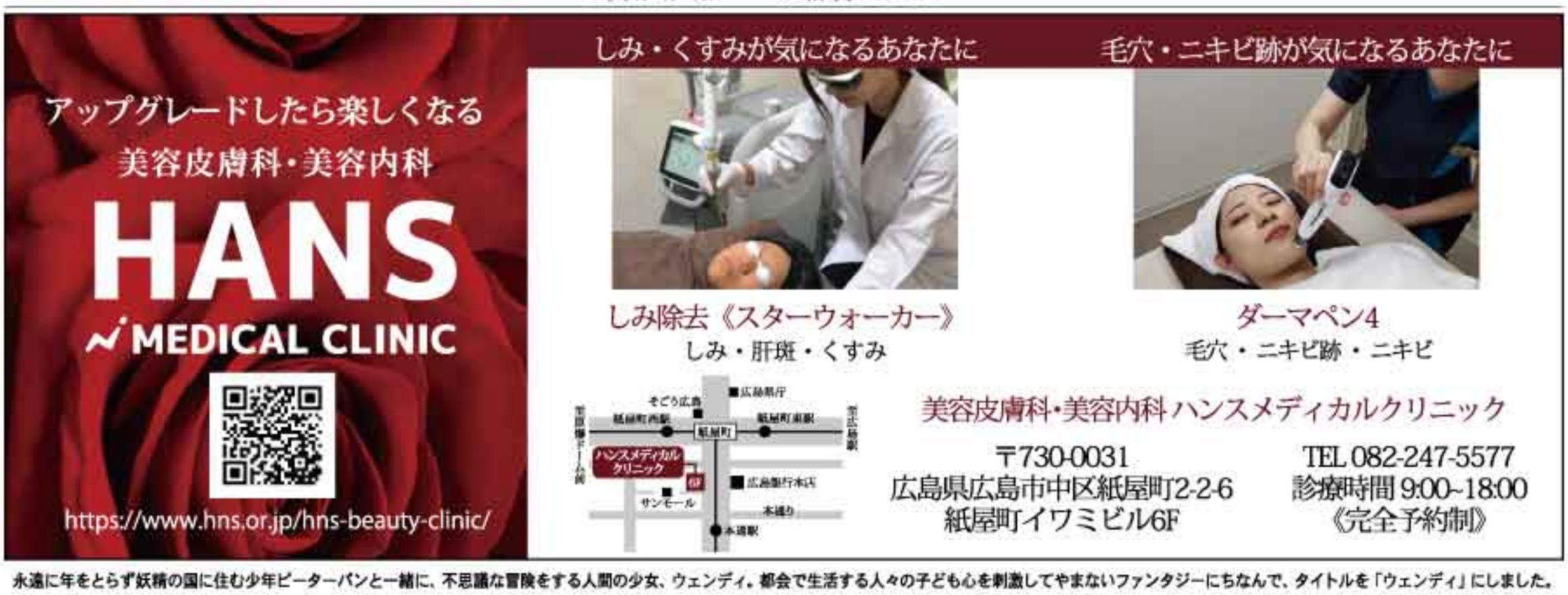
Q 男性も受診できる？

A 受診できます。当院ではメンズ外来を設けており、患者の2割は男性です。ひげ脱毛や薄毛治療など男性特有の悩みに対応しています。

Q アートメイクは医療行為？

A アートメイクは皮膚の表皮と真皮の間に、色素を定着させていく医療行為です。
アートメイクを行っているサロンも見受けられますが、違法行為になります。

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



Dr.長井の悩み相談室 ㊵

平成3年と令和3年 ―バブル後の喪失感とコロナが去りつつある今の虚無感―

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

コロナ禍が終わろうとしていますが、何もできなかったこの2年間は心にどんな影響を与えたのでしょうか？

Answer

■バブルがはじけ始めた平成3年

平成元年、バブルは絶頂期にあり、当時30代だった私は毎週、月曜から金曜まで、東京の大手予備校で数学の教壇に立っていました。予備校の全盛期で1クラス400～500人のマンモスクラスや全国配信の衛星放送授業を担当していましたが、給与は想像を絶するような高額で、講義が終わればバブル服を身にまとい、毎晩のように六本木に出かけていました。街は活気にあふれ、何でもありのこの好景気は永遠に続くのではないかと思っていましたが、ちょうど30年前の平成3年の夏頃から雲行きが怪しくなり、とうとうバブルははじけ、全ては失われてしまいました。

その後の状況はひどいもので、借金地獄・自己破産・夜逃げなどがあちこちで聞かれました。人間、一度ぜいたくな生活を味わうと、なかなか元の生活には戻れないものです。残ったのは「あの頃はよかったなあ…」という楽しかった思い出のみ、一部の人を除き、ほとんどの人が大きな喪失感をかみしめていました。

■コロナが去り始めた令和3年の虚無感

そして30年後の今。コロナ禍で何もできなかった2年間。「この2年間は一体なんだったのか？」「この2年間を返してくれ！」と叫びたくなるような虚無感であふれています。

30年前のバブルがはじけた後の喪失感と現在のコロナが去りつつある今の虚無感は何がどう違うのでしょうか？

今まであったものがなくなる、例えばベットロスや失恋などが喪失感です。この時、脳内では幸せホルモンとも呼ばれるオキシトシンが急激に失われるとともに、コルチゾールなどのストレスホルモンが分泌されます。喪失の状況から回復するにはかなりの時間が必要なのです。

一方、何かを失ったわけではないが、この2年間のコロナ禍で何もできなかった、何かをしたくてもできなかった…これが虚無感ですが、脳内にそれほどダメージを受けているわけではないので回復にはそれほど時間を要しません。もちろんコロナ禍で飲食店の経営者や職を失った方は虚無感ではなく、全てを失ったことによる喪失感です。その心の痛みは相当なものでしょう。

■反動によるエネルギー

片方に持ち上げられた振り子・押さえつけられたバネ・溜まったマグマ、これらは抑制がなくなると蓄えられたエネルギーを一気に発散して活動的になります。

私たちは2年間にわたり「あれはいけない－これはいけない！」と押さえつけられてきましたが、今後はコロナの第6波が来ない程度に、今までできなかったことを一から始めることができます。一つのことを始めるごとに脳にはドーパミンが分泌され、達成感がみなぎり、するとその達成感が新たなドーパミンを分泌させ、次々とやる気が出てきます。

戦前の広島 ㉜

飢饉に備え「杏坪柿」

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『すっぱらぼんのぼん』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

広島県庄原市山内町に「杏坪柿」がある。頼山陽の叔父で、三次、恵蘇、奴可、三上の四郡の代官、三次町奉行を務めた頼杏坪が飢饉に備え、民に植栽を奨励したものである。一度見に行きたいと思いながら歳月が流れていたところ、一人の知人が相次いで現地を訪ねてくれた。彼らからの報告をまとめる。

そもそも江戸後期の備北は治めにくく、民情が不安定であった。というのも寒冷地で食物の収穫量が低く、人口減少により耕作地が減少しているのに、年貢量は変更されず、民衆の負担が大きかったからである。

特に藩の最北端に位置する恵蘇郡が最も深刻で、飢えに苦しむ農民は一七八六年（天明六）に一揆を起こす。広島藩と合意して一揆はおさまったものの、藩は約束を反故にして首謀者二人を処刑した。処刑された地には墓碑が建てられ、一九八三年（昭和五八）に地域の有志が「義民の碑」として修復した。

「義民の碑」と同じく、庄原市山内町にある日吉神社は、一八一二年（文化九）三月、杏坪が地元に住む七十歳以上の高齢者一二七名を招いて共に酒食する「敬老会」を開き、一八一四年六月には数十日間雨が降らないため雨乞いの祈祷を行ったゆかりの神社である。

境内には一八三〇年（文政一三）三月に建てられた「充糧碑」があり、「課民種柿至三千四十六株」と刻まれている。杏坪が植栽を奨励した柿の木が、当初の二千本余りから十六年後には三〇四六株に増えたことを記念し、建てられた碑である。

柿の木を植えたもう一つの目的は、柿渋を利用して殖産を興すことだったそうだが、桃栗三年柿八年といわれるように柿が実を結ぶにはそれなりの歳月が必要であり、杏坪の施策がどこまで理想に近づけたかは検証の余地がある。

現在、日吉神社の近くに、個人所有の「杏坪柿」が二本だけ残っている。うち一本は幹が雷に打たれ、大きく損傷しながら、今年も実をつけた。写真を送ってくれた知人のメールには「小粒の渋柿です」とあった。

メモ

頼杏坪（らいきょうへい）

一七五六～一八三四。広島藩儒。一七八五年（天明五）広島藩に登用。兄の春水と異なり、地方行政にあたり、一八二三年（文化十）三次、恵蘇郡代官、一六年奴可、三上郡代官兼務、一八年（文政元）郡奉同格。一八年郡御本役、三次町奉行、三〇年（天保元）退任。『芸藩通志』を完成した。

1面から続く

高野 菜々さん

舞台俳優

故郷・広島への思い

平和への思いをどう表現するか 広島で生まれた私の使命

音楽座ミュージカルの前代表だった相川レイ子（故人）は戦前生まれ。だから音楽座には、平和へのエッセンスが詰まった作品が多くあります。ただ、20代前半までの私は自分のことで精いっぱい。前代表からは、「広島で生まれたのに、なぜ平和への思いを背負って演じられないの」と叱られていました。

平和と向き合おう、と真剣に考えるようになったのは、前代表の死去（2016年）と、ニューヨークへの逃避行（18年）がきっかけです。**前代表の思いに応えることができなかった自分が本当に悔しくて、「前代表の思いに応えることが恩返しになる」と考えるようになりました。**

来春から過ごすニューヨークは、オリジナルの作品がたくさん生み出されています。どのようにして生み出されていくのか―。しっかり学んで、平和をテーマにした音楽座のオリジナルミュージカルに還元していきたい、と考えています。

そして、**平和への思いをどう舞台で表現していくのか。広島で生まれ育った私の人生のミッション**だと思っています。

これまでの出演作品から

音楽座ミュージカル「SUNDAY（サンデイ）」から。アガサ・クリスティーの名作「春にして君を離れ」が原作。写真中央のジョーン役を演じた

音楽座ミュージカル「SUNDAY（サンデイ）」から。主役を演じ、文化庁芸術祭賞演劇部門新人賞受賞。

音楽座ミュージカル「マドモアゼル・モーツァルト」から。青い服が高野さん。モーツァルト役を演じた

音楽座ミュージカル「7dolls」から。ポール・ギャリコ原作。高野さんは赤い髪の人形、にんじん役を演じた

広島銘菓 せとこまち

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

住友不動産販売の無料査定！

ファクスあて先 FAX082(233)0021 ↓チェックシートに記入してFAXで応募を（コピー可）↓

お名前 必須	フリガナ	ご連絡先 必須	TEL / FAX
ご住所 必須	〒	E-mail	
ご希望の連絡方法	□ E-mail □ 郵送 □ 電話 月 日 時頃（あてはまる項目にチェックしてください） □ FAX □ 訪問 月 日 時頃		
所在地		築年月	S・H 年 月
物件種別・面積	A.土 地（ ）m²・坪 B.戸建て（ ）m²・坪 C.マンション（名称/ ）：専有面積（ ）m²・坪 （ ）階建ての（ ）階		

無料査定はこちら！

売却がはじめての方も、すでにご経験のある方も！適切にアドバイスします。

住友不動産販売 横川営業センター フリーコール 0120-318-145
〒733-0011 広島県広島市西区横川町3-10-25 横川TSビル1階
e-yokogawa@stepon.co.jp

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（基幹会社）、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)コウ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)

日本のマンション管理は、さらに変わる

●真に所有者のために
―コストカットにより将来の修繕資金を確保
●技術者・専門家集団「合人社」の提言

第1の提案 ― 管理仕様を見直し、支出を抑える・「新合人社方式」

■分譲マンションの歴史（「特別な住まい」から「普通の住まい」へ）

我が国の分譲マンションの歴史は1950年代に遡ります。当初、「特別な存在」であった分譲マンションは、いまや全国に約731万戸（2020年12月現在）。約7世帯に1世帯が分譲マンションに住んでおり、この割合は増加し続けています。分譲マンションに住むことは、いまや「特別な住まい方」ではなく、「普通の住まい方」となりました。

■従来、ときに過剰な管理仕様も

「特別な存在」であった分譲マンションの管理は、「特別なもの」でなければなりませんでした。したがって、マンションデベロッパー各社が競って発売する分譲マンションの管理内容は盛りだくさんのサービスをお客に訴求する傾向がありました。なかには必要のないものまで含まれた、いわば過剰な仕様が「よい管理」とされた面は否めません。

■「新合人社」方式の提案

建築物や建築設備の性能や施工精度は、分譲マンションの歴史がスタートした頃と比べて目を見張るほど向上を遂げて、従来の耐用年数に対する考え方や、それに伴う機器等の点検頻度も大幅に見直すことができます。私たちは、日常の管理業務はかつての「過剰仕様」ではなく、本当に必要な管理項目だけに支出を絞り込むことを提案（「新合人社方式」）します。そのことは、管理組合会計に直接的に好影響を及ぼし、将来の修繕資金を確保し、資産価値を向上させることに繋がります。

第2の提案 ― 組合員・役員の拘束（人的参加の義務）を軽減する

■マンション管理組合は「コミュニティ」ではないこと

ここで、いま一度「マンション管理組合とは何か」ということをはっきりさせておきたいと思います。簡単に言えば、「管理組合とは、マンションの敷地・建物の性能の長期的な管理・保存を唯一の目的とした、区分所有者全員で構成する機関」です。マンション管理組合はいわゆる「コミュニティ（地縁社会）」ではありません。町内会や各種親睦団体とは別の概念です。組合員は管理費等の支払義務はありますが、それ以上の「人的参加」の義務はありません。

■管理組合の自治 ― 共同体（コミュニティ）の幻想？

理事会や総会の運営は現居住者であるボランティアの区分所有者が「共同体の結束」と「すべての構成員が無欲でルールを守る善人」であることを前提とした、濃密な人間関係を形成しながら行うことが余儀なくされています。しかし、近年この前提が当てはまらない事例が多く報告されるようになってきました。

■総会・理事会の在り方―「しあわせのシステム」に

当グループでは、土日等の休日に長時間をかけて開催されていた対面で行う理事会や総会の在り方の見直しも提言しています。このような時間と場所と人数を拘束する「組合活動」は役員や組合員の負担が大きく、「誰もしあわせにならないシステム」になっているのが現実です。また、居住組合員の減少（転居）、組合員の高齢化、無関心化と相まって、組合役員の成り手不足が大きな問題となっています。

最終提案 ― 第三者に管理者を委託、自由なマンションライフを楽しむ

■求められるマンションの住まい方（生活スタイル）の変化

時代は大きく変化しました。技術革新が大きく進み、無駄を省いたシンプルさ、スマートさが強く求められるようになりました。また、個の尊重、多様性、持続可能性などといった価値観が重視される一方で、コロナ禍を機に人と人の関わりかたも「形式的なもの」から「本質的なもの」へと意識が変わってきました。

■目指すべきは「高級賃貸マンションの住み心地」

そのような時代に求められるマンション管理の在り方は、ボランティア役員をとりまく人的しがらみから解放された、あたかも、「高級賃貸マンション」に住んでいるかのような、プライバシーを重視した、自由で洗練された住み心地を目指すべきものと考えられるようになってきました。

■理想の管理方式である「管理者方式」

さらに、当グループが提案しているニューノーマルの最終形態が、「理想の管理方式」といわれている管理会社を組合の管理者とする「管理者方式（第三者管理方式）」です。区分所有者をマンション管理の煩わしさから徹底的に解放し、権利と資産を確実に守り続けるため、「プロ」である「マンション管理会社を管理者とする方式」です。この方式は、近年大手デベロッパーでも特定の高級分譲マンションで採用されはじめています。

当グループは既にこの方式に10年以上の実績を有し、グループの管理マンションのうち、すでに約20%の組合（2021年9月末現在849組合）がその方式を採用され、その割合は日を追って増大しています。また、当社がリプレイス（管理会社の変更）などによって新たに管理を開始した管理組合の約半数が管理者方式を選択、さらに増加する傾向にあります。

今、日本のマンション管理は確実に大きく変化しているのです。

合人社グループ 代表取締役会長 兼 CEO
合人社計画研究所　代表取締役所長
福井 滋

京都大学工学部卒業、同大学院修士課程修了（環境工学）。関西電力建設部技師、広島工業大学助教授を経て、現在（株）合人社計画研究所代表取締役。土木学会・日本建築学会会員。著書：「環境アセスメントの実施手法」（共著、日刊工業新聞社）「地域農業と資源を考える」（日本農業新聞連載）ほか。

合人社グループ　https://www.gojin.co.jp

分譲マンション総合管理業、建築コンサルタント、PPP・PFI事業
株式会社 **合人社計画研究所**
合人社グループの基幹企業

分譲マンション総合管理業
パナソニックホームズ・合人社コミュニティ 株式会社
パナソニック ホームズ(株)と資本業務提携

分譲マンション総合管理業
メイツ合人社コミュニティ 株式会社
名鉄不動産(株)と資本業務提携

分譲マンション総合管理業
セキスイ合人社タウンマネジメント 株式会社
積水化学工業(株)と資本業務提携

分譲マンション総合管理業
株式会社 **ダイイチ合人社建物管理**
第一交通産業(株)と資本業務提携

分譲マンション総合管理業
ハウズイング合人社沖縄 株式会社
日本ハウズイング(株)と資本業務提携

分譲マンション総合管理業
株式会社 **GHマネジメントサービス**
(株)フージャースホールディングスと資本業務提携

分譲マンション総合管理業
株式会社 **G&G Community**
(株)グローバル・リンク・マネジメントと資本業務提携

分譲マンション総合管理業
トーメン建物管理 株式会社
合人社グループ連結子会社

大規模修繕・設備工事・設備管理
合人社エンジニアリング 株式会社
特定建設業

建築設備設計・建築設計・設備システム設計
株式会社 **エネ・グリーン**
一級建築士事務所

クラウドアプリ FlexCRM 発売中
ノイアンドコンピューティング 株式会社
ソフトウェア開発・システム設計

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)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)

本音のエッセイ

YouTuberがぶつかる壁

YouTuber、ライター　番長（ばんちょう）　みるく

YouTubeでチャンネルを開設して早くも1年半。当初はこんなに長く続くとは思っていなかった。きっかけは些細なことで、1人目の子どもが生まれた後、話し相手が赤ちゃんしかいない時間があまりにも長かったからだ。

夫は仕事で、日中は家にいない。つまり家には、赤ちゃんと私という頼りないふたりだけ。ようやく喃語を話し始めたベビーは「あー」とか「うー」とか私に必死に話しかけてくれる。わが子はかわいいが、意味のある大人の会話がしたいと思い始めるのも時間の問題だった。

ママ友を作れば、夫の愚痴や育児の大変さを共感できたかもしれない。しかし育児と家事と仕事でクタクタになって、さらに新しい知り合いを作るエネルギーは私には残されていなかった。仲良しの母親に電話してもいつも似たような会話になるし、悩んだ結果、YouTubeを始めることにした。もしかしたら私に興味を持つ人が見てくれるかもしれない。さらにうまくいけばYouTuberで食っていけるかもしれないという淡い希望を抱いて。

そんな期待があっけなく打ち砕かれるのは、収益化がようやく始まって初めての振込金額を見たときのこと。動画を作る労力には見合わない、雀の涙程度の収益額だった。舞台俳優時代のお客さんが退団後も熱心に見てくれるものの、それだけで生活するのは夢のまた夢かもしれないと思い知った。

趣味程度に始めた動画配信を独学で続け、「メンバーシップ」というYouTube内の動画クリエイター配信機能を使って、ファンクラブ兼通信講座のようなものまで開設できるようになった。内容はミュージカルのマニアックな知識や、舞台俳優の経験から、歌やダンス、演技のコツを教えるというもの。

しかし何がヒットするかわからないもので、私が暗い顔をして不幸話をしているものが最も人気の動画となった。試行錯誤を続け、配信した動画が300本を越えた頃、私はあるひとつの結論にたどり着いた。「正解はひとつではない」ということ。

人気YouTuberや同じ劇団の後輩YouTuberのマネをしていた時期もあったが、結局、何がヒットするかはわからない。「こんなものが」という動画がグングン人気になる。それでも収益額は子どものお小遣い程度のものだが、続けているからこそわかることも、見える世界もある。

動画を通じて私を知り、街中で私を見つけて硬直する人も出てきた。YouTuber界ではまだ無名に等しい私だが、続けてみようと思う。その先には、まだ私が知らない楽しそうな世界が広がっているのだと信じて。

番長　みるく／YouTuber、ライター

大阪出身、ドイツ育ち。劇団四季の舞台俳優として6年間在籍し、『ウィキッド』ネッサローズ役で初舞台に立つ。退団後、ライザップの大会で関東優勝、全国優勝を果たす。現在はライターとYouTube『番長みるく大学』で演劇や芸事について配信している。

SPICY DICTIONARY マンション法研究会報告 Q&A

Q マンションの駐車場利用者が減り、駐車場に空きが目立つようになりました。居住者以外の方が借りたいという話があるのですが、貸し出すことに何か問題はあるでしょうか。

A 第三者との駐車場の賃貸借契約による収入は、本来、土地・建物の所有者である各区分所有者に帰属します。規約に特段の定めがあるか、総会決議で区分所有者の総意で了承しない限り、この場合の収入は預り金となり、区分所有者全員にその専有面積の持分割合で返還することとなります。

したがって、同額を管理組合の収益とするためには、規約または総会の決議において「第三者に賃貸する旨」、「収入は一旦、預り金とする旨」、「預り金と同額を各区分所有者から特別徴収する旨」、「同預り金と同特別徴収金を相殺勘定とする旨」を明らかにしておく必要があります。

執筆／合人社計画研究所法務室
監修／株・本田法律事務所　本田兆司弁護士

ウェンディ広島映画招待席

吟ずる者たち

明治の広島・安芸津で酒造を興し、日本で初めて吟醸酒をつくった「吟醸酒の父」三浦仙三郎。仙三郎の百回試して千回改めるという「百試千改」の思いに強く引かれ、モノづくりに入る決心を固め酒造りの道を歩む女性の姿を描いた作品。

撮影は、全て広島で行われた。監督は、竹原市出身の油谷誠至。脚本も同じく竹原市出身の仁瀬由実。

11月5日より、八丁座、福山駅前シネマモードなどで先行ロードショー。

ニュースポット

2021年度は19団体へ助成　合人社財団

合人社財団は、社会福祉に関する事業や研究に対する2021年度の助成先を決定。

助成先は広島県内の19団体、助成総額は計2987万3800円。車両や教材の購入に充てられる。助成先の募集は4月1日～5月31日に行われた。

合人社と館山市　事業契約締結　食のまちづくり拠点

合人社計画研究所は、千葉県館山市のPPP事業である「館山市食のまちづくり拠点施設整備事業」に関して、2021年5月に同社を構成企業のひとつとするグループにて優先交渉権を獲得していたところ、出資する特別目的会社「ロードサイドステーション館山」が同市と事業契約を締結。

同事業は、ZOZO創業者の前澤友作氏が館山市に寄付した20億円で創設した基金を活用し、市有地に食のまちづくり拠点施設を道の駅として整備・運営するもの。23年度中の開業を目指し、20年間にわたり維持管理や運営業務を行う。

宅建事業者の人の死の告知で指針

国土交通省は「宅地建物取引業者による人の死の告知に関するガイドライン」を公表。

自然死や日常生活の中での不慮の死は告知の必要はない。また、賃貸借取引の対象不動産・日常生活において通常使用する必要がある集合住宅の共用部分で発生した自然死等以外の死、自然死等で特殊清掃が行われた死について、事案発生から3年経過後は告知の必要はないとした。

25階から転落か　ベランダに椅子

10月13日、大阪市のマンションの25階に住む女児が、エントランスの屋根に倒れているのが見つかり、死亡が確認された。

署は、ベランダから転落した可能性があるとみて調べている。ベランダには椅子があったという。

広島に住んで

パンケビンさん　中区

外国語講師、通訳、ライター

1991年アメリカ・ニューヨーク州生まれ。テキサス州育ち。テキサスA&M大学では環境地学を専攻。卒業後テキサス州で面接を受け、2015年に来日。外国語講師として広島で暮らし始める。現在はフリーランスとして通訳やライターとしても活躍中。広島県内の見所を訪ねリポートするため体力づくりに余念がない。息抜きはゲームセンターで体を動かすゲームをすること。中区在住。

日本と海外の橋渡しができるように　講師、通訳、ライターとして奔走します

「幼い頃から家族で海外旅行をし、異国文化に触れる中で通訳の必要性を感じていた」。英語、中国語、スペイン語、ドイツ語、イタリア語、そして日本語と6カ国語を操るマルチリンガルとして、いま日本と海外の橋渡し役となるべく奔走する。

アメリカのニューヨーク州生まれ。父親の転勤にともなって4歳の時にテキサス州に転居。大学はテキサスA&M大学に進学。「専攻は環境地学で、地理・地学・海洋学・生物・物理・化学といった地球に関することを総合的に学んだ」という。

卒業後、専門知識が生かせる仕事を探すが見つからず。教師としての職場を探し始めた頃、友人から日本の英会話学校の求人情報を得て、さっそく応募。テキサス州の州都オースティンで面接を受けると見事採用。2015年に来日し、赴任先の安芸郡府中町での暮らしが始まった。

1年後に広島市内に引っ越し、今度は外国語指導助手として各学校で英語を教えたり、ある高校では中国語を教えたりもして、外国語講師としての活躍の場を広げる。さらには、来日して間もない外国人たちに積極的に日本語を教えている。「老子の格言に『授人以魚 不如授人以漁』とあるように、食に困っている人には魚を取ってあげるのではなく、魚の釣り方を教える方が良い。そうすれば、一生食べていくことができる。ただのお助けの通訳よりも日本語を教える、また日本語の学び方を教える方が、これからの生活に役立つ」。

昨年より、コロナ禍で勤務が不定期、不安定になったのをきっかけに会社を退職。フリーランスとして幅広く活動中だ。「ある企業のプロジェクトに参加し、広島県内の見所を何人かで手分けして訪ね、英語で記事化している。観光ガイドなどに載っていないような穴場スポットを多くの外国人に知ってもらいたい」。毎日、広島県の魅力発掘に余念がない。

（中区のカフェで取材）

管理組合の方　必見

「防災井戸」で、災害時の水の確保を

日本では、災害時の水源として井戸が見直されています。東京都や埼玉県をはじめとした地方自治体でも、大地震発生の際にライフラインが絶たれることを想定し、機能する既存の井戸を防災井戸として指定し、非常時の水の確保を行っていますが、まだまだ不足しているのが現状です。

万が一の災害時、水の確保は非常に重要な課題です。大規模災害時、ライフラインの復旧期間は、電気は約3日間かかるのに対し、水道は、災害状況によっては数カ月かかることがあります。災害時には、行政側で最低限の飲用水を供給してもらえる可能性はあります。しかし、それだけでは生活用水（トイレ、洗濯、清掃用水などで、飲用以外に使用する水）が不足すると考えられ、地域の衛生状態の悪化につながる恐れも出てきます。

そこで、テラルテクノサービスがオススメするのが、「防災井戸」。大規模な災害が発生して、水道水の供給が停止したときに備え、井戸水を生活用水として、マンション居住者、近隣住民の皆さまに提供することができます。

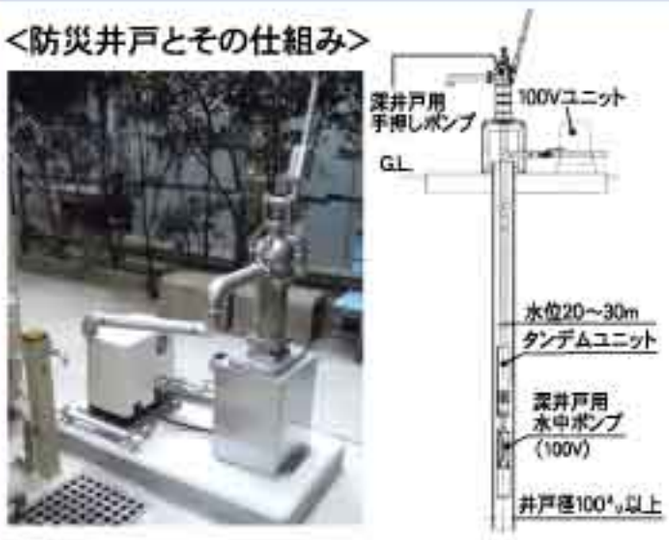
防災井戸の設置にかかるコストは、東京都内で100㍍の井戸径・50㍍の井戸で、水中ポンプと手押しポンプを取り付けて、約250万～300万円です。

◆◆

災害対策として、井戸を設置することをご検討してみてはいかがでしょうか。詳しくは、お問い合わせください。

※設置場所により、掘削できない場合があります。

【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。防災井戸について、教えてもらいました。

農家に生まれ、高校中退し上京 流行りに乗らず"ナオコ流"で

歌手、タレント　研（けん）ナオコさん

photo Yasuhiro Yasutomo ©WENDY

ところにあって、もっと身近な職業として、バスガイドや美容師、幼稚園の先生を思い描いていました。ところがそののど自慢大会で静岡地区の決勝まで進んでテレビ放映され、そのとき「本当に歌手になりたい」と思いました。

高校生になった私は、「どうしても東京に行って歌手になる」と決意。いまでもそうですが、思い立つとすぐ行動に移してしまいます。せっかく入った高校を中退し、上京しました。その後、宝塚劇場の照明をやっていた叔父から「映画会社の東宝がレコード会社をつくるらしいから、オーディションを受けてみないか？」と言われて、父親と一緒に会社を訪問。そこで無事合格し、レコード会社が決まりました。

◆私にぴったり合う曲はこれだ！

その後、元ザ・スパイダースのドラマー、田邊昭知さんが代表を務める田辺エージェンシー初の所属歌手・タレントとしてスタートしました。すると、生活が一変。次から次へとドラマやバラエティー番組に出て大忙しでした。**愛川欽也さんと共演したカメラのCM「僕は美人しか撮らない」「だからシャッターは押さない」が評判になるなど、異色のタレントとして顔が売れ、知名度が上がりました。**

ところが本業のレコードが売れない。歌っている本人も「売れないかもしれない」と感じながら歌っていたので苦しかった。聴いてくれる人に申し訳ない気持ちでいっぱいでした。その思いを田邊社長にぶつけ、レコード会社も移籍。**このとき宇崎竜童さん、阿木燿子さん、社長、私の4人で会い、「ナオコはこういう人間だ。感じたまま好きに書いてくれ」とお願いして上がってきた『愚図』がヒット。歌手として大きな転機になりました。**

でない歌手はキャンペーンで日本全国を回る日々。町から町へ夜行列車での移動だったので、2カ月間お風呂に漬かれなかったこともあります。でも、何も知らずに芸能界に入りましたから「売れるためには仕方ない」「あとは誰かと巡り会って、いい作品と巡り合えば、いつか売れるだろう」と思っていました。

◆小さい頃から「人は人、自分は自分」

物心ついたころからずっと「私は私」"**みんながやっているから自分も、というのは嫌いでした。みんながやらないならやろうと。**要はへそ曲がりなのです。同じ年頃の子どもたちと遊ぶのも面白くなくて、表で「な～おこちゃん、遊びましょ」という声がすると、「い～な～い」と返事をして、一人で遊んでいました。

田舎の大きな樽風呂を締める鉄製の輪っか（タガ）をフラフープにしてぐるぐる回したり、あぜ道で風呂敷マントを風になびかせながら走ってスーパーマンになりきったり。遠くにおいしそうな柿やみかんを見つけると、木に登って実を取って食べるのも遊びの一つでした。あるとき、細い枝の先まで登ると、その枝が突然しなり、ポキっと折れて。下が畑だったので何ともありませんでしたが、それから高所恐怖症に。バチが当たったのです。今も家の2階から下を見るのが怖いです。ステージの階段を上るのも怖いので、コンサートではなるべく使わないようにしています。

2歳のころ。左端で母に抱っこされているのが私。築100年以上経っていた自宅の縁側での家族写真。これが私の原点

◆どうしても上京して歌手になる！

そんな私が歌手を目指したのは、**小学生のとき、のど自慢大会に飛び入りで歌ったことがきっかけです。**

小さいころから歌が好きで、歌手には憧れがありました。テレビの歌番組を見ると、みんなきれいなお洋服を着ていて、「歌手になったらお金持ちになれるんだろうな」と。子どもだから、単純です。**うちは農家で、両親は毎日朝から夜遅くまで働き詰めなのにお金がありません。親が苦労しているのを見て育ったので、歌手になって稼いで楽をさせてあげたいと思ったのです。**でも"歌手"はとても遠い

◆無名の歌手が苦労するのは当たり前

17歳のとき『大都会のやさぐれ女』で念願のデビュー。ところがレコードがなかなか売れません。あの当時、無名の歌手がラジオやテレビ番組に出るには、オーディションに受からなくてはいけませんでした。**オーディション仲間には野口五郎さんがいて、いつも一緒に落ちていました。「今日もダメだったけど、次はがんばろうね」とお互いに励ましあった仲です。**

一方、オーディションを受けずに番組に出る人もいます。「この差はなんだろう？」と感じることもありましたが、**私たちイチオシ**

1月8日・11日に令和4年度入試 他校と違う！ 知っておきたい入試制度

広島国際学院中

広島国際学院中学校の令和4年度入試日程が決まった。令和4年1月8日（土）に入試Ⅰ（4教科型）を、1月11日（火）に入試Ⅱ（適性検査型）をそれぞれ実施する。

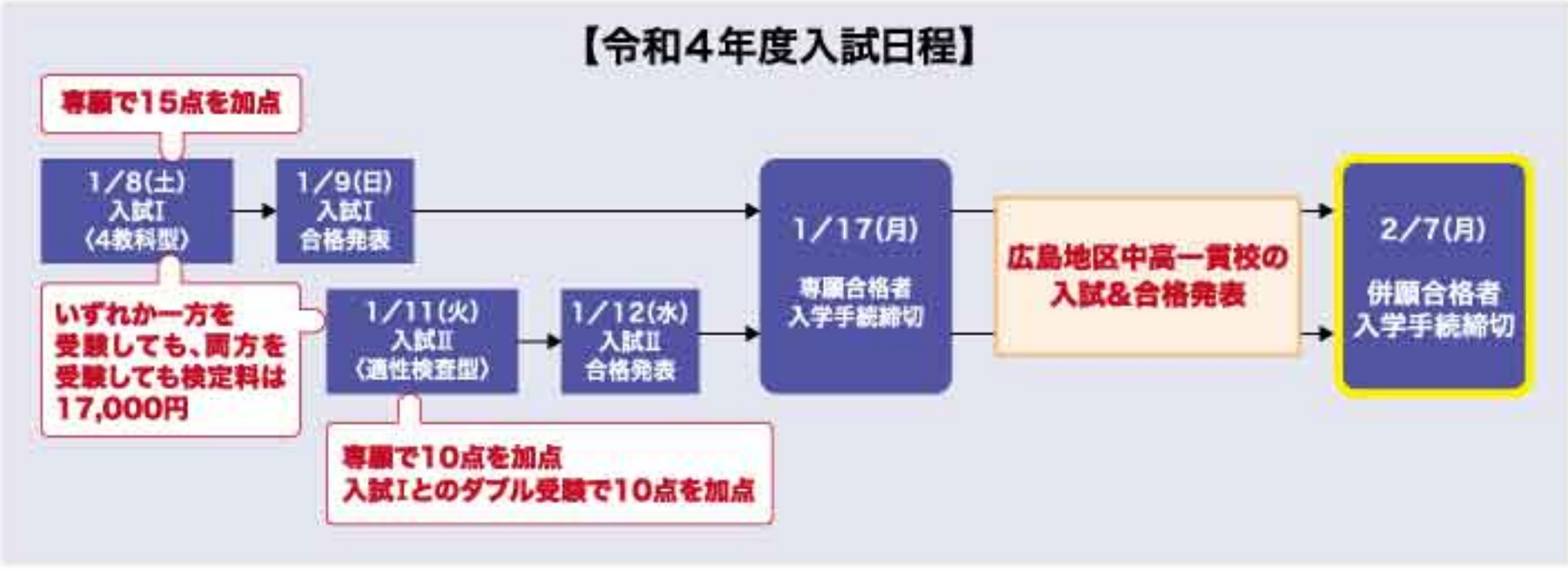
出題は、入試Ⅰが国語・算数・理科・社会の4教科型で、入試Ⅱが公立中高一貫校と同タイプの適性検査型の内容となる。

入試制度の特徴は、併願合格者の入学手続金納入は、二段階方式ではなく一括納入方式で、広島地区中高一貫校の合格発表後に設定していること。

2つ目の特徴は、専願やダブル受験で得点に加点があること。専願受験の場合は、試験の得点に対して入試Ⅰは15点、入試Ⅱは10点、それぞれ加点する。入試Ⅰ・Ⅱのダブル受験者は入試Ⅱの得点に10点を加点する。また、検定料は入試Ⅰ・Ⅱの一方を受験しても、両方を受験しても1万7000円だ。

3つ目は、試験の得点区分で、入学金や授業料が免除になる特待生制度があること。入試Ⅰ・Ⅱのどちらの受験方式にも適用され、原則6年間継続できる。

出願期間は11月24日（水）～12月22日（水）まで。手続きはインターネットのみ受け付ける。同中学校は来年が開校4年目。3年度入試には349人が受験した。詳細は同中学校（☎082・823・3401）。



求む！国際人

過去問題を使って出題傾向を徹底解説!!

入試説明会 11/23(火・祝)
第1部 9:30～11:00
第2部 13:00～14:30

国際学院が行う2つの入試を
徹底解説
4教科型
適性検査型

対象：小学生6年生とその保護者、小学校・塾の先生
会場：本校（広島国際学院中学校）
内容：入学試験概要説明、出題傾向解説
持参物：筆記用具、上履き、靴袋

参加申込方法　本校WEBサイト【各種申込受付フォーム】からお申込みください
https://www.j-hi.hkg.ac.jp/
※電話での申込みは受け付けておりません。
※申込時にご提供いただいた個人情報は、本イベントのみに使用します。

開催にあたりましては、新型コロナウイルスの感染拡大防止に細心の注意を払い、会場スペースとご参加者同士の充分な距離スペースを確保していきます。皆様におかれましても、来校前の検温やマスクを着用しての来校などご協力をお願い致します。

広島国際学院中学校　〒736-0003 広島県安芸郡海田町曽田1番5号 TEL(082)823-3401 FAX(082)822-7197
http://www.j-hi.hkg.ac.jp　広島国際学院中学校　検索

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

その次には、中島みゆきさんとの出会いがありました。飛行機内でたまたま耳にした中島みゆきさんの曲『アザミ嬢のララバイ』が気に入って、隣に座っていたマネージャーに「東京に帰ったらこの人に曲をつくってとお願いして」と。中島さんがまだ知る人ぞ知る存在だったからよかったのです。それで、**『あばよ』『かもめはかもめ』など、今も大事にしている曲をつくっていただきました。**

私は、自分に合う曲を見つけるのがうまいのです。桑田佳祐さんの『夏をあきらめて』もそう。サザンオールスターズが新しいアルバムを出すというので聴いたとき、音楽スタッフは『私はピアノ』を推していましたが、自分にはこっちのほうがいいと直感的に思ったのです。『私はピアノ』は結局、高田みづえさんが歌い、両方ともうまくいきましたね。

◆結婚、出産、子どもの心配は今も

テレビ番組のレギュラーに歌番組、忙しい毎日でしたが、20代は遊ぶことも一生懸命でした。寝る暇を惜しんで、夜の街に遊びに行くことがまた楽しかったのです。プライベートな時間で一息つくことで、精神的なバランスを取っていたのかもしれません。

すぐに社長に見つかって「今日からは絶対に行くなよ」と言われても、遊びに行っていました。給料は安いのにタクシー代がかかるのはもったいないと、自転車まで買って。お店まで乗りつけて、黒服さんに「これ、よろしく」って預けて。私はお酒が飲めないので、オレンジジュースとかでしたが（笑）。

その後、34歳で結婚。子どもができて「親」になり、2人の子どもを育てながら仕事をしていくという体験をさせてもらって、人間的に成長させてもらっているなあと、いつも感じていました。

一番大変だったのは、子どもたちがまだ幼稚園の頃です。毎日お弁当を作りますが、仕事が夜中まであって、目まいを起こして台所で倒れてしまったのです。何とかがんばらなくちゃと思っていたのに、私のせいでその日は子どもたちを休ませることになり、かわいそうなことをしたと思いました。

今は2人とも大きくなって、いろんなことに挑戦しているところです。ただ、いつまで経っても子どものことは心配です。母親ってそういうものだと思います。

◆シリアスな私も面白い私も、どっちも私

昨年、歌手デビュー50周年を迎えましたが、コロナ禍でコンサートや舞台もすべて中止や延期に。**急に時間ができたのでYouTubeを始めたところ、思わぬ人気に私がびっくりしています。**

最初は子どもたちに「ちょっとやってみたら？」と言われたのがきっかけでしたが、コロナウイルス撃退のために扮した"アマビエ動画"や、すっぴん状態からフルメイクが完成するまでの"メイク動画"がネットニュースで話題になり、ありがたいことにファン層がさらに広がりました。「癒やされます」「たっぷり笑いました」なんてコメントもいただきます。本当はもっと面白いけどね、もったいないから隠してます（笑）。

歌はシリアスな曲も多いですが、どっちも私。楽しいことをやるときは思い切って体も張ります。でも、表現の仕方が違うだけで、どちらも力の入れ方は一緒です。これからも流行りに乗らず、自分流でやっていきます。

◆血はつながらなくても家族になれる！

私の元気の秘訣は、楽しみを見つけて笑うことです。自分が思う「いい子」をみんな近所に集めて、一緒にご飯を食べたりして、家族みたいにしちゃう。長年、お仕事をお願いしているヘアメイクさんもそうです。マネージャーなんてもう23年間、一緒に住んでいます。うちのボスです（笑）。

そして、家族同様の人たちのご両親もコンサートにお呼びしたり、楽屋に遊びにきてもらったり。そういうお付き合いが好きなのです。

なぜそこまでするのと聞かれることがありますが、その人たちの親御さんに安心してもらいたいというのが私の中の理由です。芸能界というのは、外から見るとよくわからない。でも、私がテレビに出ていれば「研さんの仕事をしているんだな」とわかってもらえるし、楽屋に来れば「娘は大事にされているんだな」とホッとするでしょう？今は離れてしまったマネージャーでも、「お母さんがコンサートにいらっしゃるなら、必ず楽屋に呼んで」と。それも親孝行になりますから。

そういうつながりが、実は私ががんばる原動力にもなっているのです。たとえ血はつながっていなくても、好きな人と話していれば自然と楽しくなるし、笑いが出ます。**今、この瞬間、一緒にいてくれる人たちが、私と同じように"家族"の存在を感じてくれればいいなと思っています。**

（東京都渋谷区の国際文化会館にて取材）

『愚図』をリリースしたころ。宇崎竜童さんと

2017年5月、小椋佳さんとのライブにて。大腿骨骨折後、復帰初のステージ。また10月からコンサート公演も始まります！

作ることが大好きで、縫りだすととことんのめり込み、たくさん作ったオリジナルデザインの紙ハンドバッグ。YouTubeで企画した抽選会には、8,000件以上の応募がありました

夫婦で自宅でのおうち時間。工夫して楽しんでいます

photo Yasuhiro Yasutomo ©WENDY

研　ナオコ（けん　なおこ）さん プロフィル
1953年静岡県生まれ。歌手になるため高校を中退し16歳で上京。71年『大都会のやさぐれ女』でデビュー。『愚図』（作：宇崎竜童&阿木燿子）、『あばよ』『かもめはかもめ』（作：中島みゆき）、『夏をあきらめて』（作：桑田佳祐）などヒット曲多数。タレント、女優、コメディエンヌとしてCMやドラマ、バラエティー番組でも活躍し、2020年で歌手デビュー50周年を迎えた。YouTubeチャンネル「研ナオコ Naoko Ken」も人気。

マンションリフォームのいろは 63
「マンション構造見学」

【スケルトンで水漏れ発見】

マンションのスケルトン状態を見たことはありますか？内装や設備を撤去したコンクリートの箱の状態です。

リフォームの多くは内装の張替や水回りの取替なのでスケルトンの状態を見る機会はあまりないと思います。新築でも工事現場に入って見ることはほぼ不可能で、古いマンションで間取り変更や給排水管の取替などからスケルトンにするケースが多いですが共用部であるパイプスペースや梁などはそのままです。

「キッチンを対面にできない」「トイレを動かせない」「段差を解消できない」などはスケルトン状態を見るとよくわかります。なかには、給水管に赤さびが詰まり**漏水寸前**だったり、天井には上の階から**水が漏れている**のを発見したこともありました。

【マンションの構造を見てみる】

定期的に人間ドックを受けて目に見えない体の中の状態を知ることは将来の病気予防に重要です。マンションも定期的に見られるといいのですがそういうわけにもいきません。

ある時見たいという方がいらっしゃったので**「マンション構造見学会」**を開催しました。完成現場と違って箱の状態なので特別目を見張るものはないのですが、実は来場者にはとても好評です。

「マンションの中ってこうなっていたのか～」と工場見学が人気なように物が出来上がる工程を見るのって意外に楽しいものです。特に同じマンションに住んでいる方は興味津々で見に来られる方が多いです。古いマンションでは理事の方がよく見に来られますが漏水や音の問題があるのでしょう。

工事中の一度のタイミングしかありませんが、不定期でマンション構造見学会を開催していますので、興味がある方は是非一度見てみてください。

（マエダハウジング社長　前田政登己）

マンション構造見学会の様子

前田 政登己

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 広島商銀ビル11F
0120-549-022
登録会予約は www.022022.net

にしき堂　商品発売！

創業70周年記念商品　秋季限定
「新・平家物語　あんバター」
「やき餅咲ちゃん」

にしき堂が創業70周年と「新・平家物語」発売50周年を記念して「新・平家物語　あんバター」を発売した。

あんこを平氏、バターを源氏に見立て、一つの小箱に納めることにより平和を象徴した新商品。小豆のうま味と濃厚なバターを滑らかな口当たりにした特製あんバタークリームを、しっとりとしたバームクーヘンでサンドしている。瀬戸内の藻塩が良いアクセントとなり、絶妙な和洋のコラボレーションを味わえる。

価格は1箱3小袋入り（6個入り）500円（税込）。にしき堂本店や直営店などで販売される。

にしき堂のロングセラーでひろしま国体（1996年）を記念して発売された「やき餅咲ちゃん」がリニューアルして秋季限定で発売された。

広島県産小豆の産地化に向けて行っている取り組みの一環として「やき餅咲ちゃん」が採用された。広島県産の小豆を使用し、風味豊かな粒あんを楽しめるように生まれ変わった。にしき堂の「生もみじ」の原点であり、地元の方に根強い人気がある餅生地の饅頭。癖になるもちもちの食感と存在感のある粒あんを楽しめる。

価格は1箱6個入り840円（税込）ほか。にしき堂本店や直営店などで販売。

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）通信

パソコンを学びませんか？

合人社ウェンディひと・まちプラザは、生涯学習やボランティア・市民活動を支援し、まちづくりと市民交流をすすめる拠点施設です。新型コロナウイルスの十分な感染防止策を講じたうえでご利用ください。

きっと役立つ家計簿作り
［毎週日曜・全4回］

日時	2022年1月9日（日）～1月30日（日） 13:30～15:30
場所	北棟6階マルチメディア実習室
対象	Excelの基本操作ができる方
内容	家計簿を実用例として、エクセルの機能を活用した集計表の作成方法
定員	20名（申込多数の場合は抽選）
持参物	USBメモリ
参加費	4,500円（テキスト代込）
申込期間	11月1日（月）～12月20日（月）まで（必着）

Jimdoでホームページ作成講座
［毎週金曜・全4回］

日時	2022年1月14日（金）～2月4日（金） 19:00～21:00
場所	北棟6階マルチメディア実習室
対象	パソコンの基本操作ができ、ブラウザが扱える方（中級者以上）
内容	「Jimdo」を活用したサイト作成の実習
定員	20名（申込多数の場合は抽選）
持参物	USBメモリ、お持ちのメールアドレス
参加費	4,500円（テキスト代込）
申込期間	11月16日（火）～2022年1月3日（月）まで（必着）

申込方法　往復はがき・FAX・メールにて必要事項（講座名・住所・氏名（ふりがな）・電話番号（FAXの方はFAX番号））をご記入のうえ、お申し込みください。

▲北棟6階マルチメディア実習室

■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FOL(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)環境くくるる合人社、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

食べられないとき、どうする？ ONS（経口的栄養補助）の利用について

管理栄養士　石橋 亜由乃

■ONSとは？

ONSの前に、まず経腸栄養法について説明していきます。経腸栄養法とは、口から栄養摂取ができない時に栄養を摂取する方法の一つです。

何らかの原因で口から食物を食べることが難しい場合、そのままでは栄養不足になってしまうので、どうにか栄養を補給しなければなりません。この際大きく二つの方向性があり、一つは点滴等で血管（静脈）に直接栄養を入れる方法、もう一つが経腸栄養法です。

患者さんの腸が働いており、腸に特段病気もなければ、腸の機能の維持などメリットがある経腸栄養法が選択肢に入ります。経鼻胃管（鼻にチューブを入れ、そこから栄養剤を入れる）、胃瘻、腸瘻などいくつかの方法があり、患者さんの状態などいろいろな条件から選択されます。

こうした経腸栄養法を選択した時、当然ながら普通の食事をチューブから送り込むことはできませんので「経腸栄養剤」と総称される栄養剤を投与します。これは、身体に必要な栄養素をバランスよく含んだ医療用医薬品です。ほかにも、食品に分類される「濃厚流動食」があります。少量でエネルギーやたんぱく質、ビタミン、ミネラルなどの栄養素が摂取できるように作られているもの、特定の疾患に配慮し栄養素が調整されているものなど、色々な種類があります。

ここで見出しにあるONSとは？という所にもどります。ONSとは「経腸栄養剤を補助的に経口投与すること」を指し、Oral Nutrition Supplementationの頭文字をとってONSと呼びます。「経口投与」とある通り、普通の食事に加えて口から「経腸栄養剤」や「濃厚流動食」を摂取することで、不足している栄養を補おうというものです。

■ONSはどう使用する？

ONSは、食事が十分に摂れない時に栄養不足を最小限にとどめるようにする場合や、特定の栄養素を補う必要がある時に使用します。

元々の持病によって食事が摂れない場合や、体調が悪い、嚥下（食べ物を飲み込み胃へ運ぶ一連の動作）や咀嚼（摂取した食物を噛み砕き細かくすること）に問題がある、食事が欲しいと思えない時などに、食べることのできる量の食事とONSを併用します。

はじめは、食事とONSの割合は同じくらいか、ONSの割合の方が多いくらいにします。その後、食事を摂取できる割合が増えてきたら、ONSを減らして食事の量を増やしていき、最後は、食事だけで目標とする必要栄養量が摂れるようになることを目標にします【図1】。

また、医療機関に入院中であれば、手術の前後、褥瘡（床ずれ）などの創傷がある場合、負荷の大きなリハビリをされている場合など、エネルギー消費が亢進しているときや特定の栄養素の補充が必要とされる場合にも、ONSが利用されることがあります【図2】。

■食事が摂れないと？

何となく想像がつくと思いますが、食事が十分に摂れない状態が続いた場合、「疲れやすくなる」「体調を崩しやすくなる」「活気がなくなる」などの比較的重症ではないように感じる体調の変化が起き、やがて「脱水」「低栄養」などの問題を引き起こしてしまいます。

特に高齢者では、【図3】のような悪循環に陥ることがしばしば見受けられ、最終的には医療機関への入院が必要となることもあります。こういった悪循環を引き起こさないように、食事が十分に摂れなくなった時には、早急な対応が必要となります。

■ONSの種類は？

【表1】のように、大きく医薬品と食品に分けられ、医薬品は医師の処方が必要となり、健康保険が適用されます。

食品に分類される濃厚流動食は、ドラッグストアやインターネットで購入でき、多くの種類が流通しています。元々持病がある場合には、持病に応じて適切なONSを選択する必要がありますので、医師や看護師、管理栄養士などにご相談ください。

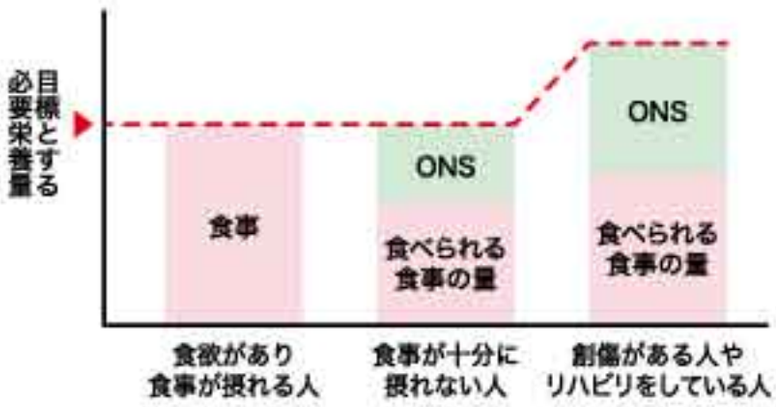
■最後に

食事が十分に摂れない時、ONSの利用が必要かもしれないと感じることがあるかもしれません。しかし、食事を摂ることができない原因を調べることなども必要ですので、個人でONSの利用を判断せず、まずはかかりつけ医にご相談ください。

（梶川病院（広島市西区天満町）管理栄養士　石橋 亜由乃）

【図1】ONSの使い方

【図2】ONSの利用法



【図3】食事が十分に摂れないことで起こる悪循環

【表1】ONSの種類

		医薬品（経腸栄養剤）	食品（濃厚流動食）
法規		薬機法	食品衛生法など
医師の処方		必要	必要でない
負担	入院時	薬剤費に対する法定負担率	入院時食事療養費
	在宅時	薬剤費に対する法定負担率	全額自己負担
保険		適用される	適用されない
個人購入		不可	可能

Q&A 歯科

口が開けにくいのですが。下顎の位置が原因。マウスピースで改善を

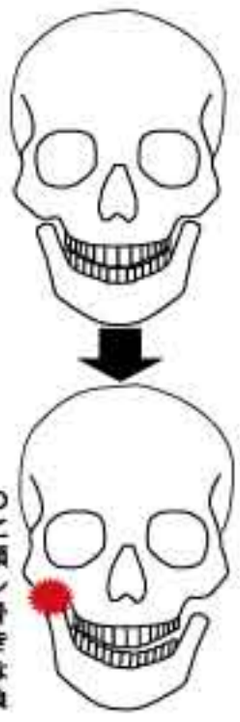
山田英治歯科医師

Q 最近、口が開けにくくなっています。噛み合わせや歯並びの悪さと関係はありますか。

A 顎（口）の不調を訴えられる多くの人は、下顎の位置が左右どちらかに偏っています。例えば、右に偏位している方は、右奥の歯が内側に倒れているため、噛み合わせの高さが低くなっています。そのため、下顎は高さが低い側にズレていきます。ズレた側の下顎の骨は、上顎を突き上げる形になるため、顎関節に負担がかかります。顎関節がスムーズに動けず、口が開きにくいということになります。

これを夜だけでも改善するなら、スプリントというマウスピースを装着し就寝すると、顎関節の負担が減り、楽になります。ただし、日中まではカバーできません。昼間もカバーするためには、インビザラインなどのマウスピース矯正で、歯並びを治すと、顎関節の負担が少なくなるため、改善していきます。

注意してほしいのは、長期間に及んで、口が開きにくかった人は、顎関節が変形しているため、完全に治らない場合があります し、その他の要素もあり、1～2割の人は改善しないことがあります。まずは歯科医院で相談してください。



噛み合わせの高さが低いことにより、下顎の高さがズレて、下顎の骨が上顎を突き上げる形になり、顎関節に負担がかかる。

〈南青山デンタルクリニック（広島市中区胡町）山田英治歯科医師〉

こどもと健康

（※広島県発行「こどもの病気ハンドブック」から抜粋）

麻疹（はしか）

ワクチンで防ぐことができる病気です。重症肺炎や脳炎を起こすことがあり、2000人に1人の割合で死亡もあります。

2回のワクチン接種をお忘れなく

発熱・せき・鼻水といった普通の風邪の症状が3～4日続き、その後、全身に発疹が出ます。7～10日で熱が下がって2週間で発疹もかれます。はしかそのものに対する治療はなく症状に応じた治療になります。生後1歳になったら早期にワクチンを接種し、小学校にあがる前に2回目の接種をしましょう。

こんな症状があれば、すぐに病院へ！

- □ けいれんを起こした
- □ せきがひどく、呼吸が苦しい
- □ 発疹から4日後も熱がさがらない
- □ 水分がとれず、おしっこが少ない

おうちでできる！ケアのポイント

発熱時は脱水に注意

高熱が続きます。発熱時のケアでは水分をとることがとても重要なので少量ずつ何度も与えましょう。食べ物は、食べられる量でOKです。熱が38.5℃以上でしんどそうであれば解熱剤を使用してください。

風疹（三日ばしか）

ワクチンでの予防が重要です。妊娠初期にかかると生まれてくるこどもが先天性風疹症候群になる可能性があります。

次世代のためにも流行させないことが大切

微熱とともに全身に発疹が出て、3～4日で熱が下がって発疹も消えます。耳の後ろや首のリンパ節のはれをともないます。先天性風疹症候群とは、難聴・心臓の病気・白内障などの症状があります。男女ともワクチンを生後1歳と小学校に上る前に2回接種をしましょう。

こんな症状があれば、すぐに病院へ！

- □ 無表情でウトウトしている
- □ けいれんを起こした
- □ 水分がとれず、おしっこが少ない

おうちでできる！ケアのポイント

外出をひかえて安静に

風疹はこどもでは軽い症状で治ることがほとんどです。発熱に対しては、上記のはしかのケアを参考にしてください。熱が下がっても発疹の赤みが消えるまでは登園・登校せず、自宅で静かに過ごしましょう。

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

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/

デンタルエステティックセンター　審美歯科・インプラントセンター
南青山デンタルクリニック 広島医院 Pあり
☎082-504-7733　FAX.082-504-7716
広島院　広島市中区胡町4-24（クリタ胡町ビル3F）http://www.41shika.com/
［月・火・金］9:00～13:00、14:30～18:30［水・土］9:00～13:00、14:00～17:00　【休診】木・日・祝

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。
なぜ5,300万包の大ヒット!?
情熱誕生ものがたり
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。
全国薬＋防風通聖散 商品開発担当 登録販売者 井上さん
10万人以上の方がご愛用。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
【1袋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）
腕や脚は細いのに…お腹だけやせられない…
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！
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®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 2110-003
【受付時間】24時間/年中無休
【通常時間】9:00～17:00
●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袋の場合は小パケットのお届け：330円（税込）／2袋以上もしくは、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審査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・離島に限っては約10日程度かかります。■1袋のみの場合はメール便（ゆうパケット）、2袋以上もしくは代引きも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。※お客様都合による返品不可。■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://frontier.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
●薬理及び薬堂に関する事項について［所可の内容等］
ジェイフロンティア株式会社［店舗名］JFD 静岡店［店舗所在地］〒270-0202 千葉県野田市関宿台町2188［所可番号］静保 第0044号［許可期間］令和1年11月1日～令和7年10月31日
●医薬品販売にあたっての表示義務の記載
●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
●特別価格のため、先着100名様限定とさせていただきます
●個人情報の取り扱いについて
●保健所又は登録販売者
●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FOL（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）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）

地域再生を考える　第32回

町民が持ち寄った建材でつくる、参加型の町づくり

ゼロ・ウェイストの町らしい建築を目指して

NAP建築設計事務所　代表　中村（なかむら）　拓志（ひろし）

©KEI Tanaka

中村　拓志

1974年東京生まれ。99年明治大学大学院で建築学修士を修めた後、隈研吾建築都市設計事務所を経て2002年NAP建築設計事務所設立。自然現象や人々のふるまい、心の動きに寄りそう「微視的設計」による、「建築・自然・身体」の有機的関係の構築を信条としている。2021年日本建築学会賞（作品）受賞。

©Koji Fujii / TOREAL

町民の協力のもとつくられた公共建築。人口1500人の町で700枚の建具や廃材が集まった

■ゼロ・ウェイストの町づくり

2003年に日本の自治体として初の「ゼロ・ウェイスト宣言」を行った徳島県上勝町は、豊かな自然や暮らしを守るために、持続可能な循環型社会を目指している。町民は生ゴミをコンポストによって自家処理し、その他のゴミはセンターに持ち寄って45分別することで、町の再資源化率は8割を超えている。

■小さな店から始まった

この町で最初にわれわれが設計したのは、「RISE & WIN」と呼ばれている、小さな日用品の量り売りとブルーパブ（クラフトビールを提供する醸造所）の店である。クライアントは「上勝町でもいまだに焼却・埋め立てせざるを得ないごみがある。それらをなくすためには、生産や輸送といったいわば川上の変革が不可欠だ」と語り、ここで自ら創業して生産から販売まで一気貫通して行うことで、その変革を実践し、上勝町の取り組みを広く伝えたいと語った。それを聞いた時、われわれはその川上に建築設計も含まれていることの責任の重さに、身が引き締まったことを覚えている。

建設業は全産業の中で、廃棄物量、最終処分量共に20%前後を占め、とてつもない物量の廃棄物と再資源化のためのエネルギーを費やしている。簡単に解決できる問題ではないが、われわれはゼロ・ウェイストを価値判断の最優先事項とすることで、設計行為そのものを見直してみたいと考えた。

これは民間企業による小さなバブではあるけれども、町の理念を生産と消費の現場で具現化することで、そこに集う町民が町を誇りに思えるような、バブの語源どおりの「公共的な家」を目指すことにした。

©Nacasa & Partners Inc.

RISE & WIN外観。坂下の町から見えるように高さ8mとした

©Koji Fujii / TOREAL

オフィス/ラボラトリー前よりゼロ・ウェイスト体験宿ホテルを見る。客室はメゾネット形式の4室が円環上に配置されている

■上勝ゼロ・ウェイスト センター「WHY」

次にわれわれが設計したのは、ゴミ分別の利便性向上や作業の合理化に加え、リユースショップ、町民の交流や体験学習のためのコミュニティホール、ゼロ・ウェイスト体験型ホテル、ラボ機能を付帯した、ゼロ・ウェイストの発信・交流・教育・研究を担う環境配慮型コミュニティー施設である。

この建築は、プラン、セクション、構造、素材、建設現場で出たゴミの利用、そして町民参加など、数多くの水準でゼロ・ウェイストの理念を軸とした設計判断がなされている。廃材をどのように組み合わせて建築化するかを考え、そこから建築の形が決まるという、部分から全体を決める手法をとっている。プランは「分別→保管→再生・販売」というリサイクル&リユースの行程に沿って部屋を並べている。

構造はかつて上勝の主要産業であった杉を用いて加工を極力少なくし、無駄を出さないよう丸太のまま架構として使用。杉丸太材の太鼓落とし材を2つの半割材で挟み込んでボルト締めすることで、町の業者でも工事やメンテナンスができ、解体時の分別を単純化できる。この簡素なボルト締めのフレームは、柱の位置を徐々にセットバックし、トランスフォームすることで、車や重機が作業しやすい軒下空間をつくっている。

©Koji Fujii / TOREAL

リユースショップでは町民が不要となった物を持ち込むことができ、町内外の誰でも無料で持ち帰る。さまざまな廃材を創造的に再利用した内装

■町民が廃材を持ち寄ってできた建築

外装や什器は、廃棄された建具や農具等を再活用している。われわれは住民説明会や町の広報誌を通じて、特定の廃棄物を募集した。その結果、人口わずか1500人ほどの町で、建具が700枚以上集まった。それらを1枚ずつ採寸リペアし、コンピューター上でパズルのように組み合わせてダブルサッシのファサードとしている。

ゼロ・ウェイストセンターは、ごみを捨てに来る場所から、コミュニティーの場となった。かつてはごみを捨ててすぐに帰っていっていたおばあちゃんたちも、今では待ち合わせをして、おしゃべりを楽しんでいる。視察者の目を避けていたおじいちゃんも「これは私の家の窓だった、あれは中学校の机だよ」と気さくに話しかけてくる。皆がごみの資源化とは創造的な行為だと、ゼロ・ウェイストの取り組みを誇らしく感じているようだ。

センター内に使われている思い出の品々について語る町民の姿を見ると、これは新しい住民参加型の公共建築だと実感している。

さまざまな形をした窓が並んだ夜景を眺めていると、かつて明かりを灯していた家々の窓が再び集合しているかのようである。われわれはこの建築が過疎化にあえぐ町を照らす希望の行灯となるよう願いを込めた。

「地域再生を考える」編集委員会

©Koji Fujii / TOREAL

芝生広場から見る夕景。かつて明かりを灯していた家々の窓が再び集結して、過疎化にあえぐ町を照らす希望の行灯となるよう願いを込めた

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。

予約Webサイトは こちら

パワースポット「弥山（みせん）」への空中散歩　宮島ロープウエー

「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

La Sana

注目!!!

女性の髪と頭皮を考えて開発された薬用育毛剤。

髪の分け目が気になる方、髪の毛が細くなってきた方に。

気になるところにとどまるジェルタイプ

「液が顔にたれて使いにくい」といったお客様のお声にお応えするためにジェルタイプを採用。とろみ感のある液が生え際、分け目など気になる部分にとどまり、じっくりと浸透※して健康的な髪へと導きます。

※角質層まで

続けやすい、さわやかな柑橘系の香り

育毛剤は、最低半年から一年使い続けることが大切です。そのため、毎日使いたくなる心地よい香りを追究。育毛剤特有の生薬臭さのない、シトラス&フローラルのさわやかな香りで、気持ちの面でもご満足いただけます。

心地よく続けられる頭皮ケア

とんがりノズルで気になる部分を狙い撃ち!

ラサーナ 薬用 地肌 ジェル 医薬部外品

※画像は香りのイメージです。

こんなお悩みをお持ちの方へ

- 分け目が目立つ
- シャンプーすると抜け毛が増えた
- ボリュームが出ず、老けて見える
- 外出時に、帽子が欠かせない
- 髪が細くなってきた

髪悩みの原因に3方向からアプローチ

1 育毛・発毛を促進する3種類の生薬由来成分*1

3種類の生薬由来成分（有効成分）が頭皮に働きかけ健やかな髪が育つよう整え、育毛を促します。

【効果・効能】発毛促進、育毛、薄毛、脱毛予防、フケ、かゆみ、病後または産後の脱毛。

ニンジンエキス　センブリエキス　カンゾウエキス*2

*1 グリチルリチン酸2K、センブリエキス、ニンジンエキス　*2 グリチルリチン酸2K

2 オリジナル海藻ブレンドエキス*3

世界中の海藻25,000種以上の中から選んだ14種類の海藻から抽出し、ブレンドしています。

東北・三陸産 メカブ　熊本産 クロメ　北海道～九州産 ヒジキ

*3 海藻エキス(1)

3 国産黒大豆由来豆乳発酵液

黒大豆エキスには、うれしいイソフラボンやポリフェノールが含まれています。

国産黒大豆由来豆乳発酵液

自信があるのでご満足いただけなかったら全額返金いたします！

※詳細は下記の下線部分をご参照ください。

今なら超お得な豪華5点セット！

①薬用 地肌 ジェル（育毛剤）［医薬部外品］/150ml（約2ヵ月分）　②薬用 地肌 ジェル（育毛剤）ミニサイズ［医薬部外品］/30ml（約10日分）
③薬用 シャンプー ミニサイズ［医薬部外品］/45ml（約5日分）　④薬用 トリートメント ミニサイズ［医薬部外品］/35g（約5日分）
⑤ふんわりブラシ　※色・形は変更になる場合がございます。

①薬用 地肌 ジェル（育毛剤）　②薬用 地肌 ジェル（育毛剤）ミニサイズ　③薬用 シャンプー ミニサイズ　④薬用 トリートメント ミニサイズ　⑤ふんわりブラシ

約45% OFF

薬用 地肌 ジェル 医薬部外品 申込番号 27619

~~1本通常価格5,500円税込~~が

2,980円（税込） 送料無料

初回限定　お一人様1点限り

さらにお得な定期便もあります。詳しくはフリーダイヤルにてお問合せください。

お申込みはいますぐ！

お電話 土日祝日も休まず受付！受付時間（平日 9:00～19:00／土日祝日 9:00～17:00）

0120-75-2328　広告番号 8367

インターネット　FAX　ハガキ　ラサーナ 薬用 地肌 ジェル 検索

0120-74-2323

右記ハガキの内容を必ずご記入ください。
郵便ハガキに右記必要事項をご記入の上、ご投函ください。

63 〒730-0843
広島市中区
舟入本町3-7
株式会社 ヤマサキ
通信販売係

①お名前（フリガナ）
②お電話番号
③郵便番号・ご住所
④生年月日
⑤性別
⑥申込番号27619
⑦広告番号8367

Yamasaki
化粧品&入浴剤　通信販売元
株式会社ヤマサキ
（通信販売係）〒730-0843 広島市中区舟入本町3-7

●商品のお届け／商品はご注文日より10日前後でお届けいたします。佐川急便でのお届けとなります。●お支払方法／お振込・代金引換・クレジットカードよりお選びいただけます。お振込の場合は、商品お届け後、1週間以内にお支払いください。（事前審査あり）※電話番号記載のない方、携帯電話・IP電話だけの方は、代金引換でのお届けとなります。●返品／お試しミニボトルからお使いいただき、お肌に合っているかをご確認ください。もし、お肌に合わなかった場合、商品代金を全額返金いたします。0120-02-1147までご電話連絡の上、商品到着後14日以内にご返送ください。ただし、お客様のご都合で返品される場合は、返送料・振込手数料はお客様負担となります。※本品開封後の返品はご容赦ください。※万一商品に不備がありました場合は、すぐにお取り替えさせていただきます。（返品送料当社負担）

お客様の情報は、当社からお客様への商品・サンプル発送、代金決済、郵便・電話などによる商品のご案内のみ利用させていただきます。

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、ハウジング合人社沖縄(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、ハウジング合人社北海道(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)

カープ&サンフレッチェ

カープ賛歌

捕手の”志“

作家　迫（さこ）　勝則（かつのり）

迫　勝則（さこ　かつのり）

今季一番面白かった試合を挙げるとすれば、9月7日の中日戦だったと思う。カープが3-7でリードされた9回、2点を返してなおも2死一、二塁。5番・坂倉将吾がR・マルティネスの内角の速球を振り抜き、右翼席にライナーで突き刺さる逆転サヨナラ3ラン。まるで劇画のようなシーンを創り出した。

今季の交流戦途中から、捕手が一塁のどちらかを守り、5番に定着した坂倉は、以降ずっと安定した成績を残した。さらに彼は、この試合のヒーローになったばかりでなく、規定打席にも達し、当時、セリーグの首位打者に躍り出た。

そもそも坂倉は、2016年ドラフト4位で入団した直後から「誠也を超える打者」として注目を集めていた。その猛練習ぶりは、同じように高卒1年目から出てきた鈴木誠也とよく対比された。ただ4年目に開花した鈴木に比べ、坂倉は1年遅れ（5年目）の開花ということになった。

構えがどっしりとしていて不動である。そしてスキがない。この形が「一発で仕留める」という雰囲気を醸し出す。また彼の打撃の基本は、右方向に強く引っ張ること。投手の球速が変わった場合でも、そのまま形を崩さずにバットを強く振れる。元来、外野の間を抜く中距離ヒッターだが、美しい弾道でスタンドインすることも多い。

カープとしては、坂倉を常時クリーンアップが打てる打者に育て上げたい。しかし悩ましいことに、カープには正捕手・會澤翼がいて、その後に石原貴規、中村奨成など有能な若い捕手が続いている。それでも筆者は思う。坂倉は、最終的に捕手として育てるのが正道である。その理由は、彼の強い”志”にある。

彼が野球を始めたのは、小学1年生のとき。最初は捕手だったが、チームに投手がいなくて、やむなく投手に転向した。肩の強さが見込まれたからである。しかしどうしても捕手がやりたくて小学校高学年から、再び捕手へ。つまり”一流の捕手になりたい”というのは彼の生涯の夢なのである。

坂倉がカープに入団したとき、彼はこう語った。「打てる捕手より、勝てる捕手になりたい」。この考えは、プロ入り5年が経過したいまでも変わらない。彼の強い”志”を生かし、それをチームの柱として力に変えていくのが、一番の道ではないかと思う。

9月29日阪神戦。先発マスクをかぶった坂倉が値打ち打でチームを勝利（8-2）に導く　中国新聞社提供（2021年9月30日朝刊より）

積攻。サンフレッチェ

塩谷司選手が広島に復帰
ユースから棚田遼選手が昇格

©2021 S.FC
加入会見で新しい背番号3をお披露目した塩谷司選手

シーズン最終盤を迎えるチームに、広島での3度の優勝をすべて知る頼もしいメンバーが加わりました。アル・アインFC（UAE）から、塩谷司選手が4年ぶりに復帰。ファン・サポーターの方はもちろん、チームメイトからも大きな歓迎を受けています。

塩谷選手の持ち味は、今や日本を代表するDFとなった佐々木翔選手をもって「怪物が帰ってきた！」と喜びをもって称える、強靭な身体を生かしたプレー。守備では相手の攻撃陣を圧倒的な強さではねつけ、攻撃でも破壊力ある数々のゴールを決めてきました。鋼の肉体はさらに磨きがかかり、盛り上がった上半身や腰回りの筋肉から、より一層パワーアップした様子がうかがえます。

選手として、まだ大きく羽ばたくことができる段階で広島復帰を決めた一番の要因は「僕が広島というクラブが好きだから」。チームは2015年以降、タイトルから遠ざかっているだけに、「再び強い広島を取り戻す」と決意をにじませます。かつて3年連続でJリーグベストイレブンに輝き、アル・アインでもFIFAクラブ・ワールドカップで準優勝を飾るなどした豊富な経験は、必ずチームの大きな力になるはずです。

現在は約5カ月間、実戦から遠ざかっていることもあって、自身は「まずはしっかりとコンディションを上げてから」と話すものの、チームメイトは「そんなブランクが関係するような選手ではない」と、熱い期待を寄せます。残るリーグ戦は、あと6試合（10月20日現在）。ピッチで新たな背番号「3」のプレーがお披露目なるか。ぜひ、ご注目ください。

また、来季に向けて、うれしいニュースが発表になりました。ユースから、棚田遼選手の昇格が決定。すでにJリーグ公式戦にも出場しており、緩急のある鋭いドリブル突破を見せて、潜在能力の高さを発揮しました。

棚田選手は広島市出身。小学生年代はシーガル広島でプレーし、中学生年代からサンフレッチェのアカデミーに所属した、生え抜き選手です。「これまで支えてくださった方々への感謝の気持ちを忘れず、ファン・サポーターの皆さまの心を動かすようなプレーがしたい」と意気込みを見せます。未来のサンフレッチェを担う若きアタッカーの今後の活躍に、ご期待ください。

©2021 S.FC
トップチーム昇格を決めた棚田遼選手

サンフレ

- 11月3日(水・祝) 15:00　vs 鹿島アントラーズ　@エディオンスタジアム広島
- 11月7日(日) 15:00　vs 湘南ベルマーレ　@レモンガススタジアム平塚
- 11月20日(土) 15:00　vs 清水エスパルス　@IAIスタジアム日本平
- 11月27日(土) 14:00　vs FC東京　@エディオンスタジアム広島
- 12月4日(土) 14:00　vs 徳島ヴォルティス　@鳴門・大塚スポーツパーク ポカリスエットスタジアム

レジーナ

- 11月6日(土) or 7日(日) 時間未定　WE ACTION DAY
  ※「WE ACTION DAY」とは、WEリーグの理念「女子サッカー・スポーツを通じて、夢や生き方の多様性にあふれ、一人ひとりが輝く社会の実現・発展に貢献する」を体現するために、各クラブがアクションを起こす日です。
- 11月14日(日) 14:00　vs AC長野パルセイロ・レディース　@長野Uスタジアム
- 11月20日(土) 13:00　vs ジェフユナイテッド市原・千葉レディース @広島広域公園第一球技場
- 12月4日(土) 13:00　vs INAC神戸レオネッサ　@広島広域公園第一球技場

広響★NEWS

2022年1月28日

こんな音楽、聞いたことない
まさにディスカバリー！な音楽会

第4回を迎えるディスカバリー・シリーズ。今シーズンからはイタリア音楽に焦点を当てて送ってきた。まさに〈ディスカバリー〉といえる広響音楽総監督・下野の選曲が人気を集めている。

コンサートは、季節ごとのヴィヴァルディの「四季」で始まり、ヴェルディなどイタリアの著名な作曲家の演奏で聴衆を楽しませるが、途中にイタリアの現代作曲家であるノーノやシャリーノの曲を織り込む。まさに未知との遭遇ともいえる、音楽という概念を変えようとする曲たちだ。演奏前には下野の想いのこもった解説もあり、曲への期待感が高まる。

第4回はシャリーノの日本初演の曲が演奏される。クラリネットには昨年広響に入団した三界達義。クラシック音楽好きもそうでない人にもぜひ足を運んでほしい。

第2回 東広島定期演奏会

好評販売中

日時　11月14日(日)
15:00開演(14:15開場)

会場　東広島芸術文化ホールくらら

出演
指揮：十束尚宏　ピアノ：菊池洋子

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

ディスカバリー・シリーズ「ノーノ、シャリーノ、イタリアーノ!!」シモーノによるイタリア管弦楽集　第4回

11月29日販売予定

日　　時 /2022年1月28日（金）　18：45開演（17：45開場）
会　　場 /JMSアステールプラザ 大ホール
出　　演 /指揮：下野竜也　ヴァイオリン：佐久間聡一　クラリネット：三界達義
曲　　目 /ヴィヴァルディ：ヴァイオリン協奏曲集《和声と創意の試み》第4番ヘ短調（冬）
レスピーギ：組曲《鳥》
ロッシーニ：歌劇《婚約手形》序曲
サルヴァトーレ・シャリーノ：クラリネット協奏曲《夜警よ、お前は何を知る?!》（日本初演）
ヴェルディ：歌劇《シチリア島の夕べの祈り》序曲
料　　金 /S：5,300円　A：4,300円　B：3,300円（学生：1,000円）
お問い合せ /広響事務局　TEL：(082)532-3080

©Naoya Yamaguchi
指揮：下野竜也

クラリネット：三界達義

※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

PR

立ち上がる時に ギクッ！ 正座や階段なんてムリ…というあなたに

グルコサミンを超える期待の新軟骨成分※1※2

産学官が結集して研究 1g約3,000万円もした夢の成分がついに実用化！

グルコサミンを凌ぐほどのパワー！ 軟骨成分でもこんなに違うんですね

「年齢だから仕方ない、とあきらめていたのに…本当にびっくり！」「人生を変えてくれた」…全国から、毎日感動のお声が寄せられているダイドードリンコの「ロコモプロ」。今までにない実感の秘密は、研究者たちも注目する期待の新軟骨成分「プロテオグリカン」です。

抽出が非常に難しく、以前はとても高額でしたが、弘前大学の研究により量産抽出に成功。ヒアルロン酸以上の高い保水力に、グルコサミンを凌ぐほどのパワーを持つことが実証されました。

画期的なこの成分に、渡り鳥の胸の筋肉に豊富に含まれる筋肉成分「イミダゾールジペプチド」のパワーを組み合わせた、実感力にこだわったサプリメント。力強い歩みを応援する成分配合に、1日2粒（目安）と手軽に毎日続けられる粒数も、人気の秘密です。

実験 お餅に塗って、表面の乾き具合で比較!!

プロテオグリカン　ヒアルロン酸

「プロテオグリカン」と「ヒアルロン酸」の溶液をお餅に塗り、同じ環境のもとで3時間放置し表面の乾き具合を比べてみました。

数週間で驚きの実感！ 気づいたら普通に歩いていました！

愛用者である80歳の萬濃様は、「ある日、階段で"ギクッ！"と違和感を覚え、趣味の登山どころか日常生活にも苦労するほどでした。このつらさから解放されるなら…と半信半疑で飲み始めたんです。違いを感じたのは数週間後くらい。ほんとかな？と思うくらい調子が良くて、いつの間にか普通に歩いているし、階段も平気。ついに登山も再開しました。横で見ていた妻が"私も飲みたい！"と言い出して、今では一緒に飲んでいますよ。」とうれしそうに語ります。

気がつくと階段をトントン！ 正座でお客様をお迎え

不老ふ死温泉 女将 西崎 貴美子様

老舗温泉旅館、不老ふ死温泉の女将 西崎様は「お客様の前に出る時は正座が一番多いんです。立ったり座ったり、お膳運びや布団を持ち上げたりと、とにかく曲げ伸ばしが多い仕事で…。脂汗が出るほどきつく、引退も考えた頃「ロコモプロ」に出会いました。しばらくすると階段を上がる時にトントンと、軽く感じて。難なく正座ができた時には本当に驚きました！」と感動体験を語ってくださいました。

※お客様個人の感想であり、効果・効能を示すものではございません。お客様の年齢は、取材当時のものです。

※1 第65回日本栄養・食糧学会より
※2 サケ鼻軟骨からの抽出成分であることを指す　※3 鶏肉由来

少量でたしかな実感に 医学博士・阿部氏も注目

実は、よく聞くグルコサミンやコンドロイチンは軟骨成分の「素材」に過ぎません。「プロテオグリカン」は私たちの軟骨にもともと存在する「軟骨成分そのもの」だから、少量でもたしかな実感が期待できると専門家も注目しています。

「プロテオグリカン」は文部科学省の採択を経て弘前大学で研究が進められました。グルコサミンを凌ぐほどのパワーに、高い保水力、やわらげる力…と、その驚くべきパワーが次々と明らかになる、すばらしい成分です。

※個人の見解です。

元 青森県地域イノベーション戦略支援プログラム プロジェクトディレクター 阿部 馨 医学博士

※グルコサミン研究4、エイド出版、東京、89-100.2008

新軟骨成分※2 プロテオグリカン × 筋肉成分※3 イミダゾールジペプチド

※1世帯1個限り
※食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

『ロコモプロ』 約15日分 通常 2,970円(税込)が **初めてのお客様限定 980円(税込)** 送料無料

お申し込みはコチラ！ ▶お電話でお申し込みの方は、キャンペーン番号をお申し付けください。

通話料無料 **0120-808-363** キャンペーン番号 5866 □24時間受付

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でのお申込みは、下記必須事項をご記入ください。①『ロコモプロ(5866)』②お名前(フリガナ)③〒・住所(ご自宅)④電話番号⑤生年月日⑥性別

Web

●ご注文から7日前後にお届け。●振込用紙払い（商品到着後14日以内にコンビニ・郵便局にてお支払い）、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。

ダイドードリンコ株式会社 注文専用センター 熊本県熊本市中央区水道町8-6 朝日生命ビルNT内

DyDo

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)

意外と知らない 保湿ケアの基本！

乾燥が気になる季節。きちんと保湿ケアをしているはずなのに、肌がつっぱったり、メイクがきれいにのらなかったりなどさまざまな肌の悩みを感じることはないでしょうか。

今回は乾燥を防ぐ、正しい保湿ケアを資生堂ジャパン（株）広島支店の村上優美子さんに紹介してもらいました。

●乾燥の原因

乾燥の主な原因は、肌の「バリア機能」の低下です。肌の外側にある角質層は、角層細胞が隙間なく並ぶことで肌の「バリア機能」が働き、肌内部から水分が蒸散するのを防いでいます。しかし、次のような要因があると「バリア機能」が低下し、水分が逃げやすい状態となり乾燥を引き起こします。

〈バリア機能低下の要因〉

・空気の乾燥

エアコンは空気中の水分を吸収してしまうため、冷暖房を長時間使用することにより空気が乾燥します。空気が乾燥すると肌のバリア機能が低下しやすくなります。

・肌への刺激

最近はマスクを着ける機会が増えています。マスクを着けると吐息の水蒸気で一見肌が保湿されたように感じますが、マスクの着脱を繰り返すことによって摩擦が生じ、角質層がはがれやすくなり、肌のバリア機能が低下しやすくなります。

・間違った保湿ケア

毎日の保湿ケアにおいて「ベタつく」などの理由で、量を調整して使用する方がいます。本来、化粧水や乳液は適量を使用することで効果を発揮します。**化粧水、乳液ともに適量を守り使用することが大切です。**

保湿ケアの基本は「化粧水」と「乳液」です。この2つを正しく使用することで肌のバリア機能を正常に保つことができます。

●保湿効果がアップする化粧水、乳液の正しい塗り方

化粧水や乳液をなじませる時は「コットン」または「手」を使って**顔全体にうるおいを届けることが大切です。**手を使用した場合、肌の感触を直接確かめ、温めながらなじませることができます。コットンを使うと、顔のすみずみまで丁寧になじませることができます。お好みの方法で正しく肌を保湿しましょう。うるおった肌はさまざまなトラブルから守ってくれます。

化粧水	・肌にうるおいを与え、キメを整える ・乳液のなじみがよくなる ・皮脂の分泌を抑える
乳液	・油分を補いうるおいを閉じ込める ・硬くなった角質層を柔らかくする ・肌をなめらかに整え、乾燥や外部刺激を防ぐ

効果的な保湿ケア　以下の3つを意識するとしっかり保湿できます。

方向

血流に沿って、中心から外、下から上へ

乾燥しやすい頬から始め、額、目周り、鼻筋、口元、フェイスライン、首の順に。血流に沿って、顔の中心から外側に、下から上に向かってなじませる。

圧力

軽い圧をかけ、すべらせるように

心地よいと感じるくらいが目安。やさしく肌表面をすべらせながら、軽く引き上げるように行う。

速度

脈拍に近いゆっくりとしたテンポで

いつもより少しゆっくりとしたリズムを意識するだけで、スキンケアの時間が心地よい時間に！肌の感触を確かめながらなじませる。また、肌が敏感な時は肌を包み込むようにやさしくなじませると効果的。

手を動かす順番

みんなが気になる保湿ケア Q&A

〈取材協力〉
資生堂ジャパン（株）広島支店
『ワタシプラス by SHISEIDO』
化粧品や美容についてさまざまな情報が掲載されています。

Q. 乾燥肌です。スキンケアで大事なのは？

A. とにかく保湿！

特に秋冬の空気が乾燥する季節は、角質層から水分が蒸散しやすいので、念入りな保湿ケアが必要です。化粧水や乳液でうるおいバランスを整えたうえで、うるおいを持続させる保湿クリームを取り入れるのがおすすめ。

Q. オールインワンと化粧水・乳液を使うのはどっちがいい？

A. ライフスタイルに合わせて選ぶと◎

オールインワン化粧品は化粧水・乳液の効果を兼ね備えているものが多く、忙しい時に簡単に保湿ケアすることができます。最近では高機能のオールインワン化粧品も販売されており、保湿ケアの時短は「ずぼら」ではなく時間を有効に効率的に使える美容法です。ライフスタイルに合わせて、その時々で、お手入れのアイテムを選ぶとよいでしょう。

Q. 朝と夜でスキンケア方法を変えた方がいい？

A. 朝は紫外線予防、夜は肌の悩みに合わせて

紫外線は年中降り注いでいます。しみ・しわ・たるみなどにつながりやすいので、朝は保湿しながら紫外線から肌を守る効果のあるアイテムを、夜は、乾燥しやすい目元専用の美容液など、肌の悩みに合わせたアイテムをプラスしましょう。

Q. 乳液とクリームは併用してもいい？

A. 乾燥しやすい時期は併用で

乳液は、油分を補ってうるおいを閉じ込め、さらに肌をなめらかに整えて乾燥などの外部刺激を防ぐ役割があります。クリームは、深いうるおいで肌を整えるのはもちろん、肌になじませる時のマッサージ効果による血行促進も期待できます。気温・湿度が低下して乾燥しやすい秋冬は、併用をおすすめします。

Q. 保湿ケアは同じブランドの同じラインを使った方がいい？

A. 同じラインを使うと効果が出やすい！

自分がなりたい肌に近づくためには、同じラインを使用すると肌への相乗効果が出やすくより効果的です。

世界遺産探訪
文化が融合した建築物と自然に囲まれた古都
シントラの文化的景観

基本情報
国名　ポルトガル
国旗
通貨　ユーロ
1ユーロ=約133.2円（10月20日現在）
時差　−9時間

標高529メートルの山頂にそびえるペーナ宮殿　写真提供：（広島市）OJ

シントラはポルトガルの首都・リスボンの西にある都市です。7～8世紀はイスラム教徒であるムーア人が城や町を築き、支配していましたが、レコンキスタ（国土回復運動）が起こり、1147年に初代ポルトガル王のアフォンソ1世によって奪還され、ポルトガルに併合されました。

■「エデンの園」と称えられた町

木々があふれる自然の中に豪華な宮殿が立っているシントラは、14世紀頃には王家の避暑地となり、貴族や宮廷人が追い求めた理想郷といわれています。イギリスの詩人であるバイロンに「エデンの園」と称賛されました。レコンキスタの名残であるイスラム風の城跡や、ゴシックやルネサンスが混在したエキゾチックな歴史ある建築物、豊かな自然も含めた町一帯が美しく優れた景観として評価され、1995年、世界遺産に登録されました。

■多様な様式が混在する宮殿

シントラには複数の様式でつくられた建築物がいくつか存在します。町を代表するシントラ宮殿は、歴代の王が趣向を凝らして増改築を繰り返したため、ゴシック、マヌエル、ムデハル、ルネサンス様式が融合しているといわれています。外観は白くシンプルですが、宮殿内はさまざまなテーマの部屋があります。「紋章の間」は宮殿内で最も豪華な部屋で、ドーム型の天井に王家や貴族の紋章が描かれています。宮殿内最大の部屋である「白鳥の間」の天井には27羽の白鳥が描かれています。

シントラ宮殿以外にもペーナ宮殿やレガレイラ宮殿など、異なる様式を取り入れながら再建・改築された建築物からはさまざまな文化を見ることができます。

ペーナ宮殿
元は修道院だった建物を、フェルナンド2世が理想の宮殿をつくるため改築。フェルナンド2世の死後、1885年に完成した。

トリトンの門

門の上部には、海の守護神であるトリトンの装飾が施されている。
（写真撮影年：2003年）
（広島市）OJ

ムーアの城跡

ムーア人が標高450メートルの山頂に築いた城。アフォンソ1世によって破壊されたが、修復されて現在は城壁のみが残っている。シントラの町を一望できる。

写真提供：レイディアントシティ横濱カルティエ（横浜市）Lea

シントラ宮殿
宮殿内の部屋は、アズレージョと呼ばれるポルトガル・スペイン名産のタイルで装飾されている。

白鳥の間

写真提供：グリーンコーポ谷津坂（横浜市）杉山さん

写真提供：グリーンコーポ谷津坂（横浜市）杉山さん

礼拝堂

写真提供：グリーンコーポ谷津坂（横浜市）杉山さん

レガレイラ宮殿
もともとは王族の別邸。19世紀の終わりごろ、イタリアの建築家によって改修された宮殿。庭園にある井戸の中には、迷路のような洞窟が広がっている。

写真提供：レイディアントシティ横濱カルティエ（横浜市）Lea

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。

- 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）
- コトルの自然と文化-歴史地域（モンテネグロ）

応募先　締切：11月14日消印有効
〒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10時間 → ヘルシンキ・ヴァンター国際空港（フィンランド） → 飛行機で約5時間 → リスボン・ウンベルト・デルガード空港（ポルトガル）
関西国際空港 → 飛行機で約12時間 → アムステルダム・スキポール空港（オランダ） → 飛行機で約3時間 → リスボン・ウンベルト・デルガード空港（ポルトガル）
→ バスで約30分 → ロシオ駅 → 鉄道で約40分 → シントラ駅

創業51年。安心です！！17年連続年間2,000件以上の施工継続中です！
オーダーメイドならピッタリ、自分らしく
今月のおすすめ1　1.5倍ひだ　遮熱レース　W2,000mm×H2,000mmまで　7,500円～（税込）　両開き2枚・1窓分セット
今月のおすすめ2　カーテン有名ブランド　有名メーカー品　メーカー希望小売価格から　55%OFF　※一部対象外の商品もございます。
今月のおすすめ3　ブラインド・ロールスクリーン他　有名メーカー品　メーカー希望小売価格から　30%OFF　※一部対象外の商品もございます。※取付費は別途お見積いたします。
オーダーメイドカーテン専門店　カーテン工房　営業時間/10:00～18:00　全店駐車場完備　https://www.curtainkobo.jp/
出汐店　南区出汐1-2-25　0120-27-5590
廿日市本店　廿日市市宮内993-2　0120-39-3945
井口店　西区井口明神2-1-17　0120-39-0208
安佐南店　安佐南区相田2-5-18　0120-36-5066
福山店　福山市南手城町3-12-11　0120-05-3535

チームウエアを作ろう　UNIFORM
詳しいカタログ（無料）をご希望の方は、お手数でも、下記へご連絡ください。
●ユニフォームに関するお問い合わせは　(0120)5671-24
■ワーキングウェア
■レディ・スオフィスウェア
■白衣・介護ウェア
■サービスウェア
■イベント用ウェア
■チーム団体用ウェア
■ヘルメット・安全スニーカー
●刺繍・転写プリントは自社加工によるサポートシステムで1枚からでも低予算・短納期でお届け致します
納期・価格・アフターフォローに絶対の自信　株式会社フジセンイ　http://www.fujiseni.co.jp/
本社／〒730-0842 広島市中区舟入中町6-16　TEL(082)294-5671 FAX(082)295-1285
サービスセンター／〒732-0032 広島市東区上温品3丁目6-17　TEL(082)289-7122 FAX(082)289-6613

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)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 11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

▼秋の所蔵作品展 名品の森Ⅰ

丸木位里 『ラクダ』1938年 広島県立美術館蔵

開催中～12月24日（金）、9時～17時、広島県立美術館 2階展示室。観覧料一般510円ほか。豊富なコレクションの中から4つの小特集を行う作品展。西洋美術ではマックス・エルンストを、広島出身の洋画家小林千古や日本画家の丸木位里と船田玉樹、さらに中央アジアの民族衣装も紹介。【問】同施設（℡082・221・6246）。

▼バンクシー展 天才か反逆者か 広島エディション

11月6日（土）～12月5日（日）、9時～17時、ひろしま美術館。入館料一般平日1800円（日時指定チケット）ほか、公式サイト（https://banksy.exhibition.jp）にて発売中。イギリスを拠点に活動し、世界で最も注目されているアーティストの一人、バンクシーの展覧会。鋭い社会風刺や政治的メッセージが込められたバンクシーの作品を、版画や立体オブジェなど70点以上を展示。※未就学児入場無料。【問】HOMEイベントセンター（℡082・221・7116）。

▼MINIATURE LIFE展2 ～田中達也 見立ての世界～

11月26日（金）～12月13日（月）、10時～19時30分、そごう広島店 本館9階催事場。入場料一般・大学生1000円（前売200円引）ほか。発売中。国内外で150万人以上を動員し大好評だった田中達也の展覧会の第2弾。誰もが知っている身近なものを別のものに見立て、独特の発想で作られたユーモアたっぷりの小さな世界を楽しめる。【問】HOMEイベントセンター（℡082・221・7116）。

コンサート

▼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。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）。

▼ライフワンミュージック大人の発表会

11月13日（土）、15時開演、ライフワンミュージック221ホール。ライフワンミュージックに通う大人の生徒による発表会。ピアノをはじめ、ヴァイオリンやサックスなどさまざまな楽器の熱い演奏を楽しめる。入場無料。【問】同施設（℡082・922・0028）。

▼キッズパーク

11月27日（土）、10時30分開演、ライフワンミュージック3階Lルーム。ライフワンミュージックのリトミック講師である笠岡里沙による体験型コンサート。リズムに合わせて身体を動かし、親子一緒に楽しむことができる。音楽に興味のある方はぜひ！料金は500円。【問】同施設（℡082・922・0028）。

▼中川晃教コンサート2021 SOUNDOFA SHOOTING STAR

11月28日（日）、14時開演、呉信用金庫ホール。2001年にシンガーソングライターとしてデビューし、ミュージカルやドラマなどで活躍するマルチエンターテイナー中川晃教によるコンサート。曲目は、『見上げてごらん夜の星を』や、『夜明けのセレナーデ』など。料金は全席指定一般5600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（℡082・221・7116）。

▼広島プロミシングコンサート2021

12月1日（水）、18時30分開演、JMSアステールプラザ 大ホール。6月に開催した「第42回広島市新人演奏会」の優秀演奏者に選ばれた、広島市ゆかりの新進音楽家が広島交響楽団と共演するクラシックコンサート。料金は全席自由一般2000円（当日400円増）ほか。発売中。※未就学児入場不可。【問】広島市文化財団企画事業課（℡082・244・0750）。

▼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。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）。

▼さくらびあ音楽の広場「ピアノと歌でお届けする『冬のホットな贈り物Ⅲ』」

12月12日（日）、14時開演、ウッドワンさくらびあ 小ホール。冬の一日に心にしみる名曲の数々を楽しめるコンサート。曲目は坂本龍一の『メリークリスマス ミスターローレンス』や『アメージンググレース』など。料金は全席自由一般1000円ほか。発売中。※未就学児童は大人1名につき1名無料。【問】同施設（℡0829・20・0111）。

講演

▼【オンライン】マツダ財団 第39回講演会「21世紀をどう生きるか」

2022年1月10日（月・祝）～16日（日）に昭和女子大学理事長・総長の坂東眞理子氏による約85分の講演会をYouTubeにて限定配信。聴講無料（事前申し込み要）。期間中は何回でも視聴可能。申し込みは同財団HPにて11月30日（火）まで受付。【問】同財団事務局（℡082・285・4611）。

イベント

▼ソフトバレーボール交流会

11月4日・11日・18日・25日（木）、10時～12時、大和興産 安佐北区スポーツセンター 小体育室。ソフトバレーボールのルールや基本を学べる交流会。アットホームな雰囲気で交流試合を体験できる。参加費各500円。18歳以上が対象。定員各32名（先着順）。申し込みは当日9時45分から同施設で受付。【問】同施設（℡082・843・4999）。

▼【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11日（木）まで受付。【問】同センター（℡082・541・3777）。

▼【オンライン】第3回国際理解講座「ミャンマー問題」

11月27日（土）、15時30分～17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。国際交流基金ヤンゴン日本文化センターの小西広明と認定NPO法人れんげ国際ボランティア会ヤンゴン事務所 プロジェクトオフィサーの工藤絢花がミャンマー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24日（水）まで受付。【問】同センター（℡082・541・3777）。

▼無料体験相談会 くらしとお金のFP相談室広島

12月8日・22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（℡0120・874・009）。

▼みんなの音楽学校～世界をめぐる音楽旅行～ 第11回「フランス パリ～サン＝サーンス反骨の放浪者～」

12月18日（土）、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。フランスのパリで活躍したサン＝サーンスについて、「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（℡0827・29・1600）。

©2019 CJ ENM CORPORATION, HAEGEUMM PICTURES CO., Ltd. ALL RIGHTS RESERVED

▼広島映画サークル第428回例会「エクストリーム・ジョブ」上映会

12月19日（日）、①11時～・②14時～、広島県立美術館。料金は一般1500円ほか。解体の危機を迎える麻薬捜査班は麻薬を密輸している犯罪組織の情報をつかみ、張り込み捜査を開始。麻薬捜査班は彼らのアジト前にあるチキン店を引き継ぎ、偽装営業することに。しかしメンバーの絶対味覚によりチキン店は名店として名をはせるようになる。チキン売りで息つく暇もなく忙しくなった麻薬捜査班に、ある日絶好の機会が訪れるが…。【問】同サークル 美野（℡090・6846・5051）。

募集

▼クリスマスナイトツアー@みやじマリン

12月4日・11日（土）、18時～19時30分、宮島水族館。夜の水族館を飼育員の解説付きで回るツアーの参加者を募集。対象は家族や友人など6名以内のグループ（18歳未満のみの参加不可）。定員各日30名（申し込み多数の場合抽選）。参加費大人1140円ほか。※当日、日中の入館時には別途入館料要。申し込みは往復はがきに参加希望日、参加人数、参加者全員の氏名（ふりがな）、年齢、代表者の郵便番号、住所、氏名（ふりがな）、電話番号、FAX番号またはメールアドレスを記入の上、次の宛先まで。〒739-0534 廿日市市宮島町10-3 宮島水族館クリスマスナイトツアー参加者募集係。11月4日（木）～11月20日（土）必着。※応募は1グループにつき1通、いずれか1日のみ。【問】同館（℡0829・44・2010）。

ワクワクな公演目白押し！
さくらびあ 11・12月のラインアップ

WOODONEプレミアムクラシック2021
澤和樹&夢沼恵美子 デュオ結成45周年記念演奏会
11月9日(火) 19:00開演
澤和樹と夢沼恵美子、深淵な音楽性と美しい音色を兼ね備えた2人の名手がデュオを結成して45年。クラシックの名曲から耳なじみのある曲まで、熟成したデュオの魅力を皆様へお届けします。
全席指定 一般 3,000円　18歳以下 1,500円 ※未就学児入場不可

懐かしの映画上映会「小津安二郎監督特集」
11月24日(水)～25日(木)
11月24日(水) 10:00～東京物語 / 13:00～秋刀魚の味 / 15:20～麦秋 / 17:55～彼岸花
11月25日(木) 10:00～彼岸花 / 12:40～麦秋 / 15:15～秋刀魚の味 / 17:40～東京物語
全席自由　1枚券 500円　4枚券 1,500円

広島交響楽団第24回廿日市定期演奏会
11月28日(日) 15:00開演
日本指揮界の重鎮小林和裕と、日本を代表するピアニスト伊藤恵。二人のベテランが、ブラームスの名曲を絢爛に響かせます。
指 揮:小泉和裕
ピアノ:伊藤恵
全席指定
S席 3,800円
A席 3,300円(A席学生1,500円)
※未就学児入場不可

ロシア国立モスクワ・クラシック・バレエ
『くるみ割り人形』全2幕
12月5日(日) 15:30開演
ウッドワンさくらびあ初のバレエ全幕公演！ロシア・バレエの伝統を今に伝える美しく華やかなステージをお楽しみください。
全席指定
S席 8,000円　A席 6,500円　B席 5,000円 ※3歳以下入場不可

オーケストラ・キャラバン
兵庫芸術文化センター管弦楽団廿日市公演
12月12日(日) 15:00 開演
世界各地から若手演奏家が集まった兵庫芸術文化センター管弦楽団が、初の廿日市公演。オール・チャイコフスキー・プログラムをお届けします。
指 揮:ジョン・アクセルロッド
ヴァイオリン:神尾真由子
全席指定
S席 3,000円　A席 2,000円(A席学生(高校生以下)1,000円) ※未就学児入場不可

さくらびあ音楽の広場
ピアノと歌でお届けする『冬のホットな贈り物Ⅲ』
12月12日(日) 14:00 開演
シューベルトの「冬の旅」から「おやすみ」「春の夢」、そして「子守歌」他、おなじみの歌曲やピアノ曲をお届けします。
出演 伴谷真知子 折河宏治 枝松耀
全席自由　一般(中学生以上) 1,000円　小学生 500円 ※0歳から入場可
※同日16:00から、9月に予定していた「ピアノとヴァイオリンによるマイコとソフィーの『秋の散歩道』の新春公演を開催。(完全入替制)
そのほか、童話歌唱フェスティバルなども開催予定。詳しくはホームページをご覧ください。

はつかいち文化ホール ウッドワンさくらびあ
〒738-8509 広島県廿日市市下平良1丁目11-1
お問い合わせ・チケットの購入 TEL 0829-20-0111
チケット販売時間9:00～19:00
休館日:月曜日(祝日の場合は開館、翌平日休み)
ホームページ さくらびあ 検索
※お子様について実施していない公演は、全て未就学児のご入場はご遠慮ください。
チケット先行発売&ポイント付与など特典満載！ はつかいち文化ホール友の会「さくらびあ倶楽部」会員募集中！ 年会費500円

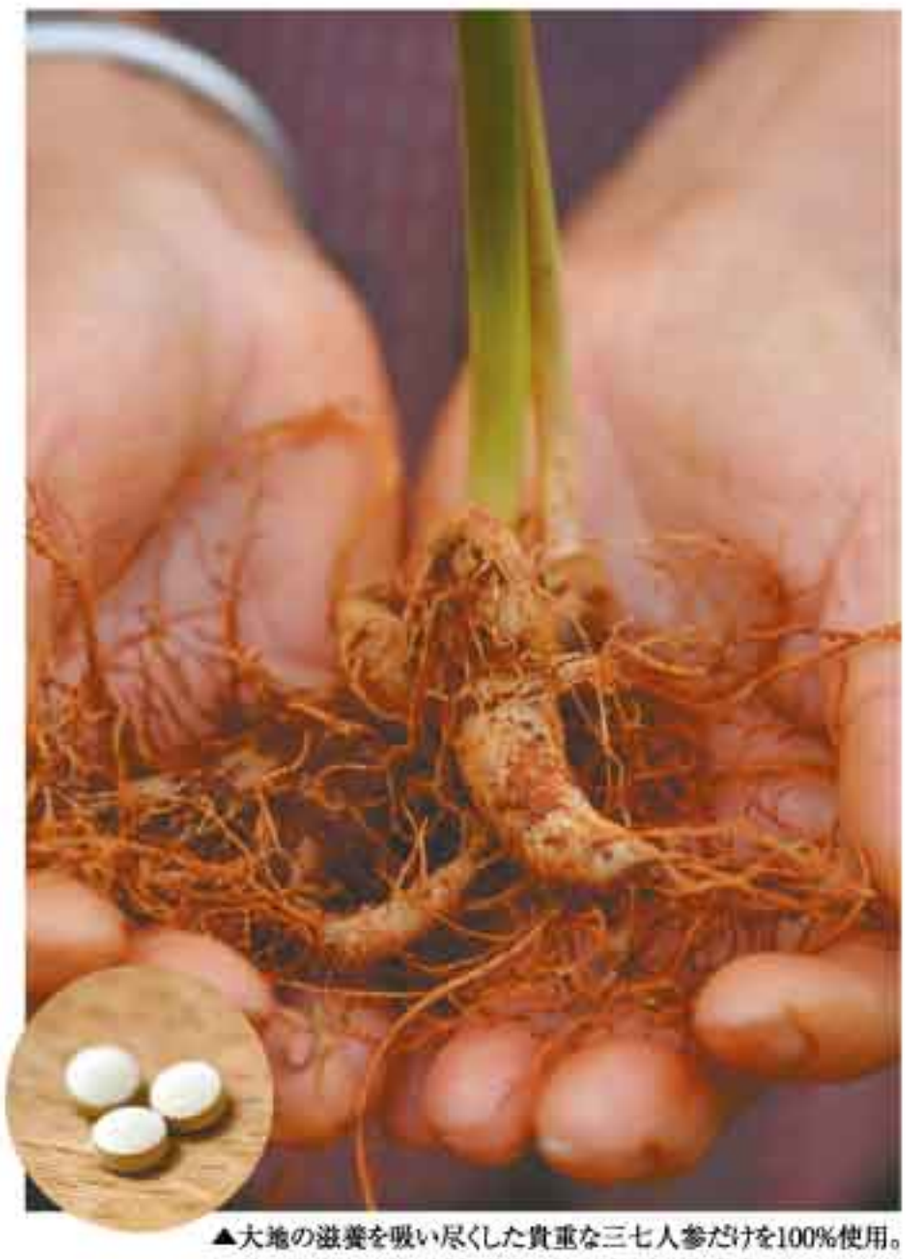
輝く女性の美と健康を考える ～第3回 大地の恵～

health & beauty vol.3

究極の養生食品「三七人参（さんしちにんじん）」の秘密をさぐる

女性ホルモンの乱れや自律神経の悩みを諦めない

努力だけでは解決できない女性特有の悩み。そんな悩みに中国で古来から「金不換（きんふかん）」ともいわれる「三七人参」という貴重な生薬が今、大注目されているのをご存知ですか？



▲大地の滋養を吸い尽くした貴重な三七人参だけを100%使用。粒を固めるための添加物も一切不使用で製品化している。

年齢とともに増える女性特有の悩みの原因は？あきらめるしかない？

「体がだるい」「イライラする」「ほてりがひどい」「就寝時の汗が多くなった」といった更年期女性の辛い悩み。他にも年齢を重ねるとともに「おしっこが近い」「肩こりや頭痛がひどい」という方も。こうした女性特有の悩みの原因は、加齢による女性ホルモンの減少と自律神経の乱れが原因と言われていますが「今までいろいろ試してきたけれど、何をやっても効果がない」という人や「努力でどうにかできるものでないから」と考え込んでしまい、他の人に相談もしにくく、辛い症状があっても諦めている方も多いようです。

サポニンが女性のホルモンバランスとめぐりを整えてくれる

その原因に対して有効とされているのがサポニンという成分。高麗人参などに含まれる成分で自律神経や女性ホルモンを整え、血流をよくするなど多くの働きがあり、現在でも様々なところで研究が進められています。

お金に変えられないと古来から伝えられてきた伝説の三七人参

中国では処方薬としても使用されている「三七人参（さんしちにんじん）」をご存知でしょうか？世界の中でも中国雲南省の標高が1200m以上で北緯23・5度付近の限られた土地でのみ育つこの三七人参は、栄養が非常に豊富ですが、栽培に3年もかかることや、一度栽培すると土地の滋養を全て吸い上げてしまい、次の栽培まで20年以上その土地は使えなくなることなどからお金に変えられないという意味の「金不換（きんふかん）」という名や「人参の王」として古来から大変重宝されてきました。しかしながらお金に変えられないほどの貴重な人参は、その貴重さゆえに今までは中国本土で限られた数しか出回らない幻の国でした。

▲雲南省文山市で苗族が発見し、いにしえから大切に育てている。

高麗人参の7倍ものサポニンを含むことを発見 70種類以上の有用成分含有

そんな三七人参について神田医新クリニック医院長の藤原博通医師にお話を伺ってみました。

『近年の研究の結果、更年期の悩みに対する有効成分・サポニンがなんと高麗人参の7倍も含まれていることが発見されました。さらには「ギャバ」と呼ばれるアミノ酸も含まれており情緒不安定や集中力をサポートしてくれます。このように三七人参にはサポニンをはじめとした有用成分が多く入っていることで女性にとって頼もしいパートナーとなってくれます。飲み続けることでそのあとの生活の質が大きく違ってくるはずです。』

藤原 博通 医師
（神田医新クリニック医院長）

なかなか出回らなかった本物の三七人参をついにお届けできるように

今までなかなか手に入れることができなかった三七人参でしたが日本企業と中国企業の協力により、ついにお届けできるようになりました。ご愛用者様からも「辛かった症状が楽になった」「自分らしく自然な笑顔になった」というお声も届いています。今までどうしてもダメだった方や諦めていた方はこの機会にぜひ三七人参で自分らしく輝いてみてはいかがですか？

▲東京ドーム245個分という広大な栽培面積で栽培。

こんな「お悩み」にお勧めします

- 手足の先が冷える
- 夜間トイレが近い
- よく眠れない
- 肌のハリが無い
- 疲れやすい
- 元気がでない
- 憂鬱になる
- イライラする

とってもお得なお試しキャンペーン実施中
※11月15日(月)まで
有機三七人参（1箱90粒・1カ月分）
通常価格 税別8,000円(税込8,640円)のところ
先着370名様 87%OFF!! **980円**（税別）
（税込1,058円）
※本キャンペーン価格は、定期お届けコースお申込の方に限ります。詳しくはお問い合わせください。
フリーダイヤル **0120-3537-88**
■受付時間／9時～21時（年末年始を除く）

●お届け約1週間●送料385円（税込）●お支払いは後払い（コンビニ・郵便局）かクレジットカードからお選びいただけます※【NP後払い】株式会社ネットプロテクションズの提供するNP後払いwizサービスが適用されます。サービスの範囲内で個人情報を提供し、代金債権を譲渡します。請求書の記載事項に従って、発行日から14日以内に支払い、後払い手数料330円（税込）●返品不可●初期不良による返品、交換時の送料は当社が負担※お客様の個人情報は、商品の発送及び商品情報のご案内以外に使用いたしません■苗源三七ジャパン株式会社 東京都中央区銀座8-10-8-9F

国際的なオーガニック認証を受けより高い安全性や効能を追求

日本JAS有機認証　EU有機認証　アメリカNOP有機認証　中国有機認証

産学共同研究を経て技術開発をし、無農薬の三七人参の栽培に成功。さらに、養生物資材を使った有機栽培も成功させ、真の健康食品として安心安全を宣言するため、有機認証を獲得することを目指しました。品質を国家基準よりも厳しく設定しその結果、日本・EU・アメリカ・中国の4つの国際的なオーガニック認証を取得できました。安心安全の三七人参を、世界中の人々にお届けできるようになりました。

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（基幹会社）、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)

カフェ・ポンテが公開するレシピ

イタリアンカフェレストラン
カフェ・ポンテ
【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

白身魚のムニエル 木の子のソース

材料(2人分)
白身魚（今回はタラを使用）…2切れ、きのこ（しめじ、マイタケ、なめこ、ヒラタケなど）…200g、ニンニク（みじん切り）…適量、トウガラシ…適量、イタリアンパセリ（みじん切り）…適量、薄力粉…適量、バター…20g、オリーブオイル…適量、白ワイン…大さじ1、塩…適量、コショウ…適量、レモン汁…適量

① きのこは、石づきをとり、食べやすい大きさに切る。

Check! きのこはお好みのもので。種類が多いほど味に深みが出ます。

② 白身魚に塩、コショウを振り、薄力粉をまぶして、余分な粉を落とす。

③ 鍋にニンニク、トウガラシ、オリーブオイルを入れ、あたためる。

④ ニンニクが色づき、香り始めたら、鍋にきのこを入れ、中火で水分を飛ばすように炒める。塩、コショウを振りかける。

Check! ここで味が決まるため、塩、コショウはしっかりと。

⑤ ④にバター（半分）とレモン汁を加え、味を調える。

⑥ フライパンにオリーブオイルと残りのバターを入れ、白身魚を焼く。色づいてきたらひっくり返す。

⑦ 白ワインを加えて、アルコール分を飛ばし、白身魚を皿に盛る。

⑧ 白身魚の上にきのこのソースをかけ、イタリアンパセリを振りかける。お好みで、ミニトマトを切って添えても。

「ムニエル」は粉専門店で働くフランス人女性が考案したとされています。白身以外の魚や鶏肉などでも、試してみては。きのこのソースのみでソテーとしても良いですね。

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

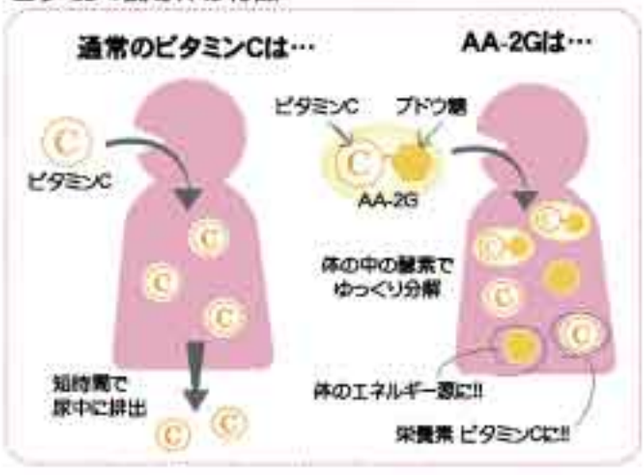
ビタミンCは、私たちの体には欠かせない大切な栄養素です。それなのに…。ビタミンCは壊れやすいのが大きな欠点。熱や光、空気に触れると簡単に分解してしまうのです。

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で身が
疲れることは多少あっても 風邪もしません
健康でいます　プロビタCの あのすばらしさ

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
よいことをすすめて 嬉しく思います
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 飲み続けているからでしょうか 一度も 風邪を引いたことがありません。
孫が 幼稚園に 行き 時々 貰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 必ず 効果のある 良いというのが わかるのでしょうか。 以上

広島県・50代・女性
第一印象からプロビタCがいいからと 知人の方から 勧められました。
特に 風邪ひいたなぁ、と思ったら 即 プロビタCを 飲みます。 即 風邪のような 症状もなくなります。
本当に プロビタCには 感謝です。

ご注文 ウェンディ事業部
①お電話にて 0120・47・7467 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
〒700−221 岡山市北区芳賀5303 ORIC内
TEL086-201-0355 FAX086-286-9880
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。

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)

<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。

1箱60包入り(1日2包)
定価 6,480円(税込)

読者の交差点

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12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。

⑤以下のテーマで記事募集

①「紅白歌合戦に寄せて」今年こそこの人に出演してほしい、今までの紅白で感動した瞬間、あの曲が印象的だったなど、何でも教えてください。

②「通勤・通学の思い出」家から遠くて時間がかかる、いつもと道を変えたらこんな発見が、友達としていた定番の遊びなどエピソードと併せて教えてください。

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。11月14日消印有効。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連体験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。特に写真付のもので省略後も51字以上のものは二重に景品をさしあげます。

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・⑤・⑧・川柳・俳の体裁・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-t@wendy-net.com
応募フォーム
https://syubam.f-form.com/wendy

今月のテーマ　音楽にまつわる思い出

3人きょうだい、みんな音痴。学生の頃にお互い必死に繰り返し練習した歌い方を聞かせあって、カラオケ対策したことを懐かしく思い出す。（中区）奈良漬けちゃん

小学生の頃「うさぎ追いし　かの山～」で有名な『故郷』をイメージして絵を描く図画工作の授業があった。隣の席の男の子が描いたのは、うさぎと鹿だらけの山。「うさぎ多い　鹿の山～」だと思っていたとのこと。（安佐南区）ラビート

ユーロビートが大好きでした。車で聞く音楽の定番で、ノリノリで運転していたことを思い出す。（西区）パーティー

音楽教育に力を入れた幼稚園に通っていました。年長の時、小学校の学芸会で黒田節を合唱したら、小学生がドン引き。「酒は飲め飲め」って、幼稚園生が小学生に歌うようなかわいらしい歌詞じゃないので、ごもっとも。（安佐南区）コスケ

合唱コンクールに出場した時、大勢の観客に圧倒され、声を出しまい、困っていた時にたまたま聞いていたゴスペラーズの『告白』。一番好きな曲ということもあり、会社に着くまで何回も聞いていたら着く頃にじんましんが消えたという嘘のような本当の話。（中区）さっぎー

以前、ウェンディ広島の読者プレゼントで当たり、初めて広島交響楽団の演奏を聞きに行きました。楽器一つ一つは小さな音でも、合わさるとこんなに迫力がある音になるなんて、と感動。（西区）よんけた

通勤途中、急に腕にじんましんが出てしまった」と思うと涙が溢れてきました。（南区）はまい

小さい頃はCDを借りてカセットやMDに移して聞いていた音楽も、今ではスマホで聞けたり、テレビの大画面でYouTubeを見れたり！すごい時代だなと思う。（南区）M・N

フォーク全盛時代だった高校生の私は、パイトをしてギターを買い、毎日練習したがFコードになるといつもボローンとなり、挫折してやめた。（南区）浜ちゃん

東京の大学に進学する彼と遠距離恋愛をしていましたが、2年で終わりを迎えてしまいました。松任谷由実の『リフレインが叫んでる』を耳にするたび、当時を思い出して胸がキュンとなる。（西区）ドキンちゃん

小さい頃ずっとピアノを習っていた。練習が嫌いで、先生に怒られてばかりで楽しくなかったなあと思っていましたが、今わが子がピアノを習っている。一緒に歌ったり弾いたり、こんなに楽しいものかと驚いています。（西区）こまこめピペット

高校野球の強豪校に通っていたので、校歌を歌う機会が多くありました。卒業式の校歌斉唱の時に「もうみんなと歌うのは最後なんだ」と思うと涙が溢れてきました。（南区）はまい

頭から離れないスーパーのあの歌といえば『おさかな天国』。懐かしくなってYouTubeに聞きに行ったら、英語やハングルのコメントが溢れていてびっくり。耳について離れないのは万国共通なんですね！（東区）K・Y

庄原の備北丘陵公園で開催されていた野外フェス。自然の中でのライブは最高で、毎年欠かさず行っていた。夜中に広島市内に帰り、翌日の仕事が嫌でしたが、ライブ後の高揚感で乗り切れていました。また復活してほしい思い出のフェス。（西区）ライブ行きたい

初めて家族でクラシックコンサートへ。少し上流階級になった気持ちで聞いていたけれど、終わったあと、家族みんなが途中から眠っていたことが判明して大笑いした。（南区）ちゃりんこ

学生の頃、カーペンターズの曲にはまり、英語が楽しく、覚えて歌っていました。時々カセットテープで青春時代に浸っています。（南区）モンブラン

引っ込み思案で大きな声が出せなかった私。音楽の先生がコーラス部の方たちと一緒に第九（歓喜の歌）の大合唱に加えてくださり、それから大きな声で歌えるように。（東区）レイ

恋人よぼくは旅立つ東へと…。太田裕美の『木綿のハンカチーフ』は、当時（昭和51年）の私たちの心情・情景と全く同じ。就職で東京へ向かう時、新幹線のホームで見送ってくれた彼女の涙いっぱいの悲しい顔は今でも覚えています。（安佐南区）HS

音楽の授業で歌唱のテストがあった。先生が私の歌唱を褒めてくださり、アンコールで2度歌いました。楽器の演奏がうまくできなかった私にとっては、自信になるうれしい思い出になった。（廿日市市）N04

小学生の頃、リコーダーが大好きでした。毎日、学校から友達と3人で『茶摘み』『グリーン・グリーン』『大きな古時計』など音楽の教科書に載っている曲を吹きながら帰っていた。母が「鼓笛隊みたいで帰ってきたのがわかりやすいね」と言っていました。（西区）ピーヒャラ

フランク永井の『おまえに』を聞くと、結婚式で夫が歌ってくれたことを思い出す。特に歌詞で「そばにいてくれるだけでいい」のワンフレーズは今でも忘れません。（東広島市）温歌さん

中学校の音楽の宿題で歌を作り、メロディーと歌詞だけ書いた五線譜を見て、先生がその場でピアノの伴奏をつけて歌ってくれた。大したことない歌なのに、高級な仕上がりになってうれしかった。（安芸郡）たちばな

古賀政男作曲の『人生の並木路』を聞くと生前に得意のハーモニカで聞かせてくれた、優しかった兄を思い出して涙が溢れる。（安芸郡）SOS男

小学校で鼓笛隊を編成する時、楽器が下手なので指揮者に任命されました。事情を知らない親が勘違いして「すごいね」と褒めてくれた時は複雑な気持ちでした。（中区）グンちゃん

リコーダーのテストでどんなに練習しても良い音が出ず、弟から「蛇使いみたい…」と言われた。（西区）TETT

スーパーで『それ行けカープ～若き鯉たち～』が流れて、拳を上げ、合いの手を入れてしまった。幸いにも周りに誰もいなかった。（安佐南区）兼清さん

有限会社
広島綜合設備
〒738-0054
広島県廿日市市阿品3丁目15-18
TEL 0829-36-4181

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！

おたんじょうびおめでとう 11月

6日
俐莉（やすり） 4歳
いつもかわいい笑顔を見せてくれてありがとう！
（安佐北区）MY

2日
翼（つばさ） 1歳
ハイハイレースで1着だった翼。これからも元気に大きくなって、いろいろなことを楽しんでね。
（佐伯区）こちょこちょばあちゃん

6日　25日
愛俐（あいり） 12歳　明慈（あきちか） 8歳
コロナにも負けず、ずっと元気でいてくれてありがとう♡
（西区）クワちゃん

4日
崇司（そうじ） 48歳
働き盛りのお父さん。体力仕事で頑張っていますが、いつまでも元気でいてね！
（東区）食いしん坊

とっておきの「11月」いちおしガイド

カフェ・ボンテ

開放感あるテラス席で本格イタリアン料理に舌鼓

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・ボンテ』は、旬の食材を使ったイタリア料理を楽しめるお店です。人気の窯焼きピッツァや、シェフがこだわった料理、パティシエ自慢のスイーツはいかがでしょうか。

テラス席がおすすめです。閉鎖空間ではないため、感染症対策にも有効。そのほか、みなさまに楽しいひと時を過ごしていただけるよう、席の配置など感染症対策の工夫をして、お待ちしております。

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

ホテルグランヴィア広島

カフェ＆ブッフェ ディッシュ パレード「秋の収穫祭・九州フェア」ランチブッフェ

ディッシュ パレードでは、11月30日まで「秋の収穫祭・九州フェア」ランチブッフェを開催中。

月替わりのメインディッシュや飲茶など、食べたいものをお好きなだけ選べるほか、ワゴンが各テーブルを回り、出来たてパスタやピザをお取り分けします。九州は食の宝庫！秋の九州のおいしさを、ブッフェスタイルでお楽しみください。

【期間】開催中～11月30日(火)
【料金】大人…平日3,000円、土日祝3,500円
小学生…1,500円　4～6歳…500円
※新型コロナウイルスの影響により営業変更の可能性あり。

読者特典 「ウェンディを見た」と伝えると 10%OFF！

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（企画企業）、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)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)

今月のテーマ 家族っていいなと思った瞬間

急性肝炎を患った際、家事や病院への送り迎え等、夫が全てしてくれた。食べたいものをリクエストすると手料理もふるまってくれ、本当に助かった。
（安佐南区）武蔵さん

夕方、子どもたちがテレビを見ながらおやつを食べている時に夫が帰ってきたら、**手を止めて玄関まで「お父ちゃんお帰り～」と走っていく。**一日の疲れが吹き飛びます。
（安佐南区）野良猫一家

ビデオカメラで**何気ない日常を撮影し、家族で見て笑いあう時。**
（佐伯区）あまとう

子どもが生まれて**初めて家族3人で川の字で寝た時。**この子が私たち家族を選んでくれたんだなと実感した。
（安芸郡）ゆりまり

コロナ禍以前から実家で暮らしている。コロナにより収入も減り、**一人暮らしだと金銭的にも精神的にも病んでいたなと思う。**家族と仲良く支え合い、改めて家族っていいなと思いました。
（西区）YSカープ

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013-ユ-080147
求人・派遣登録のお問い合せは
0120-25-1069（ニコリ トーヨタ）
ヒューマンリソシア 検索
広島中中区基町13-13 広島基町N5ビル4階

ワクチンを打った副反応がひどく、普段は仕事で忙しい夫が、休んで看病してくれた。**仕事より家族を優先してくれたことに感謝の気持ちでいっぱい。**
（安佐南区）にもりん

夫が亡くなって初めての私の誕生日。今までは夫が祝ってくれていたのに、もういない。**2人の息子が焼肉に連れて行ってくれ、その夜は泊まってくれました。**独りぼっちで過ごすことなく、悲しみを共有する家族がいてくれて心強く、寂しさも和らぎました。
（安佐北区）ここちゃん

飼っていた犬の話と**か、思い出話を語れるのは家族だけ。**失敗談や兄弟げんか、夫婦げんか等、嫌だったこと や悪いことも、後からは笑える思い出話に。
（南区）ハッピー

コロナ禍で家族がみんな家にいることが多くなりました。**子どもの学校での話を毎晩、家族全員で聞きながら、食卓を囲めることがうれしい。**
（福山市）まほちゃん

3人の孫たちが私の前で無邪気に遊ぶ姿を見ると、女手一つで子育てした苦労が吹き飛びます。家族がどんどん増えるのは、何よりもうれしいこと。
（中区）りんこ

レストランのメニューで迷った時に自分の選んだものだけでなく、**家族の頼んだものを一口ずつ味見できる時に幸せを感じる。**
（西区）はらぺこゆいちゃん

落ち込んで、泣いてふて寝をした時、いつもうるさいくらい話しかける**息子がそっと布団をかけてくれたこと。**普段は気づかない優しさを感じました。
（中区）ともママ

家族全員カープファンなので、喜びも悲しみも怒りも全て一緒。カープグッズならいくら買ってきても怒られないので、ありがたいなと思う。
（安佐北区）みきっち

夫が単身赴任になり、一緒にいて当たり前だった家族が一人でも欠けると寂しい。しばらく毎日のようにテレビ電話をしていました。**夫の顔がスマホに映ると、それまで泣いていた2歳の息子も泣き止み、画面をのぞき込んで笑顔になる。**
（南区）あるとしおん

先日、亡くなった夫のことで落ち込んでいると、**子ども2人が夫の男らしさや良いところなど、いっぱい言ってくれる。**寂しいけれどうれしい！
（中区）福祉ママ

18年前、子宮筋腫の手術で入院した時。**当時ちょっと反抗的だった娘が毎日、高校の帰りに病院に寄って、1時間程度おしゃべりしてくれた。**ホッとする瞬間でした。
（東区）メロンパンナ

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

マンション生活に関する質問

分譲マンションに住んでいます。他の部屋の玄関扉に比べ、私の部屋の玄関扉の劣化が目立ちます。修繕を行いたいのですが、気を付けることはありますか。
（匿名希望）

編集部からのご回答
標準管理規約では、玄関扉はマンションの共用部分に該当するため、管理組合がその責任と負担において、修繕を実施することと定められており、原則、各区分所有者で修繕することはできません。しかし、防犯、防音又は断熱等の住宅の性能の向上等に資する改良工事であって、管理組合が速やかに修繕を実施できない場合は、あらかじめ理事長の承認を受けることにより、当該工事を区分所有者の責任と負担において実施することが可能です。

この場合における理事長への申請方法については、お住まいのマンションの管理規約の定めによりますので、まずは管理規約を確認されるとよいでしょう。

油性ペンを机につけてしまいました。落とす方法はありますか？
（匿名希望）

編集部からのご回答
机のように表面が加工されている家具やフローリングなどについた油性ペンの跡は、消しゴムで汚れた部分をこすりましょう。汚れたばかりであれば、消しゴムでこするだけで落ちることもあります。

消しゴムで落としきれない場合は、アルコールや除光液を含ませたタオル等で軽くたたくように拭くと落ちますが、表面の加工が取れてしまう、つやがなくなってしまう場合があるので注意が必要です。素材によっては完全には色素が落ちないこともあります。

ウェンディ 私の川柳 テーマ「流行」

時が過ぎはやり言葉が辞書に載る
（東区）さわちゃん

着ない服クローゼットは博物館
（安芸郡）どんちゃん

お～い酒妻に頼めば「うっせぇわ」
（南区）でくの坊

流行語昭和の身には外国語
（西区）うっちゃん

タピオカも今や並ばず買える日々
（西区）きでぃみ

お嬢さんシャツの尻尾が出てますよ
（東区）SX

年毎に流行りと電車に乗り遅れ
（西区）つぐちゃん

みなさんの川柳をお待ちしています。次回のテーマは「ケーキ」。11月14日消印有効。採用された方には景品を差し上げます。宛先は19ページ。

木漏れ日エッセイ

広島市現代美術館 広報
岩本 史緒（いわもと ふみお）

現代美術館は休館中も活動中!

広島市現代美術館は開館から32年目を迎えた昨年12月末より、約2年間の改修工事休館に入りました。再開は2023年3月の予定です。

現在、老朽化した部分の取り換えやタイル、屋根の張り替え、新設される空間の建設など大がかりな工事が進む一方、館内でも、新しくなる照明機器のテストや館内サインの見直し、所蔵作品の移動、コンディションチェック、再開に向けた準備など、外からは見えないさまざまな作業が行われています。「美術館の建物は今どうなっているの?」「工事ってどんなことをしているの?」など、気になる方は現代美術館のインスタグラム「工事日記」をぜひご覧ください。

また、休館中も多くの方に美術に触れていただく機会をつくるため、館外での展示やイベントも積極的に行っています。広島駅や平和大通り、金座街などで「これは何!?」と驚く不思議なショーウインドーや懸垂幕に遭遇された方もいらっしゃるかと思います。現在、広島駅南口地下広場のショーウインドーと、平和大通り沿いのエビデンギャラリーで、広島を拠点に活動する若手作家の作品を紹介しています。

金座街や本通周辺でご覧いただけるのは、美術作家で漫画家の横山裕一氏による新作。独特のキャラクターとナンセンスな会話で「ネオ漫画」とも称される横山氏が、広島や美術館をテーマに描いた作品を、まちなかでご覧いただけます。工事中の現代美術館の仮囲いをはじめ、比治山公園内にも作品が展示されていますので、お散歩がてらお出かけください。横山氏の作品は、運送会社のトラックの荷台にもプリントされ、市内各所を走りまわっています。一風変わったトラックを見かけたら、それが横山氏の作品かもしれません。

他にも、美術館の所蔵作品を市内の文化施設や学校で展示したり、デザイン・ユニット「2m26」による移動式の「ツールボックス」と共に館外でワークショップを行ったり、美術館にほど近い住宅街に分室をオープンしたりと、休館中も動き続ける現代美術館。館外での活動を通して、たくさんの方々との出会いにつながればと期待しています。また普段何気なく通り過ぎている場所や、ふらりと立ち寄った場所で美術作品と遭遇する驚きと新鮮さを感じていただければ幸いです。そして、再開の際はぜひ現代美術館でお会いしましょう!

呉軍港にスポット、戦艦大和建造の経緯に迫る

98点の資料展示 大和ミュージアムで企画展

東洋一の軍港と呼ばれた呉港にスポットをあてながら、戦艦大和の建造に至った変遷をたどる企画展「竣工80年 戦艦『大和』と呉軍港」が呉市宝町の大和ミュージアムで開かれている。

呉港は、明治20年代に造成・建設工事が始まり、昭和7年に完成した。呉には、旧日本海軍の根拠地だった鎮守府と、海軍工廠が置かれたことで、呉港は小さな港町から製鋼部を備える軍港として発展。大型戦艦を造ったり、修繕したりする役割を担うようになった。

最大時には、5つの造船ドックを持ち、終戦時までに戦艦から巡洋艦まで133隻を建造。「東洋一の軍港」と呼ばれるようになった。

今回の展覧会は、戦艦大和の完成から今年で80年になるのに合わせて企画した。軍港になる前の呉の港を解説した「港のあらまし」、新しい風景を生み出してきた呉軍港の変遷を紹介した「海を模る海軍の期待」など5章で構成。会場には海図や写真資料、動画など98点を展示している。

呉港の水深や地形などが分かり、軍事上の機密として扱われた大正期と昭和初期の海図や、代表的な造船ドックの図面などを公開。海軍が、大和の完成を昭和天皇に報告するために作った模型の復元品や、海軍工廠で造られた戦艦陸奥の主砲塔用甲板（部分）なども展示されている。

企画展は来年5月30日まで。入館料は一般800円、高校生500円など。詳細は大和ミュージアム（電話082-3-25-3017）。

理科実験
エデュパーク
算数パズル
Edu学室
保護者対象
新年度先行説明会開催
要予約各先着10名
講座説明会（新小1～新小6）
11月23日（火・祝）
10:00～11:00 会場 広島駅前本校 対象校 広島駅前本校／宇品校／矢野校
13:00～14:00 会場 中筋校 対象校 中筋校／西風新都校
12月5日（日）
11:00～12:00 会場 基町クレド校 対象校 基町クレド校／広島駅前本校／宇品校
14:00～15:00 会場 五日市校 対象校 五日市校／西風新都校
学室保育説明会（新小1～新小4）
11月23日（火・祝） 11:00～12:00 会場 広島駅前本校 対象校 広島駅前本校／宇品校

参加者限定特典 入会金 70%OFF
すべての申し込みはWEBサイトから
https://dtoyon41.wixsite.com/setsumeikai
0120-967-847
広島駅前本校 Tel.082-568-1688 広島市南区大須賀町13-6（3・4・5F）
基町クレド校 広島市中区基町6-78 クレド10F（中国新聞文化センター内）
宇品校 広島市南区宇品西4-1-66 2F
五日市校 広島市佐伯区五日市駅前1-11-13
中筋校 広島市安佐南区中筋1-8-5 2F
西風新都校 広島市安佐南区大塚西3-4-4
矢野校 広島市安芸区矢野西4丁目3-15

着信あり

小学生の娘2人が折り紙でハロウィーンの作品を作りました。（安芸区）リボン

誕生日に家族から。己斐本町（西区）にあるル トレフルのシャインマスカットのタルト。美しく美味！（東区）モモ

先日初めて焼いたクッキーシュー。上部の焦げは粉糖で隠せることが分かりました。（南区）さすらいのニート

ベランダの鉢に植えたヒガンバナの球根が3年目にして初めて花が咲きました。（佐伯区）岩本さん

娘たちが作った、ブロックの家で遊んでいるセキセイインコのくーちゃん。気に入ってくれたのかな（笑）。（安芸郡）みっふぃー

梨狩りへ。切るとパタパタ垂れるほどみずみずしい梨に大満足！（廿日市市）あおたんママ

散歩が習慣になったおかげで季節を感じることが楽しい。身近な美しさ、楽しさに気づかされている日々。（西区）あじゅびい

香川県観音寺市豊浜町にある、うまじ家にて。小サイズですが、他の讃岐うどんより多い気がする。（安佐南区）チャイ

ベーコンを作りました。今回はスパイスの配合が良く、おいしく仕上がった。（西区）お吉ちゃん

かわいいハロウィーンクッキー。（西区）カキフライ

ゴールドにライトアップされた広島城。（中区）ひとちゃん

オブジェのようにネコが並んでいた。（廿日市市）薄紅のコスモス

角島（山口県下関市）までドライブ。（佐伯区）ウララ

そっといいこと 教えちゃいます

やまだ屋のパンプキンもみじとにしき堂のかぼちゃもみじ。かぼちゃの味が濃厚でおすすめ。この時期が毎年楽しみでいつも食べ比べしちゃいます！（西区）W・さえん

六花亭の大平原。洋菓子なのに、みりんが入っている。しっとりしていて、甘さが癖になります。（西区）あっきー

ギャツビーのマスク爽快アロマミスト レモンミントの香り。お出かけ前にマスクにシュッと一吹き。爽やかな香りが広がりヒンヤリして、マスクを着けるのが楽しみになる。（佐伯区）アリアケ

カリー食堂 キュリ（佐伯区古見園2-13）。古民家をおしゃれに改装されていてとても落ち着きます。カレーが上品な味で友達とおしゃれなランチをしたいときに！（佐伯区）ＨＩＩＩ

肉の特価 ジャンボショップ（南区出島1-20-22）。大容量のお肉が安く買える店。スーパーにない珍しいお肉もあり、一見の価値あり！お弁当もあって何度行ってもワクワクします。（中区）まぐ

本通に天然鯛焼 鳴門鯛焼本舗ができました。1個200円台ですが、あずきやカスタード、鳴門金時いも味があり、ふんわりカリッとおいしかった。手土産にいいですよ。（南区）ぁんぱんたん

洋菓子の店コペック（熊野町出来庭5-20-7）の生シュー。マリトッツォかと思うくらいの生クリームの量。甘過ぎず食べやすい。（安芸郡）マロン

ホテル広島サンプラザ（西区商工センター3-1-1）にあるレストラン クレセント。ランチはサラダや総菜、デザート等が食べ放題。一つ一つの料理がおいしい。（中区）ニャンミ

ソフトクリームと水餃子のお店 雲庭（中区榎町1-21）。ソフトクリームにあずきとクリームチーズ入りの揚げ餃子がのっている「ギョーザソフトクリーム」にビックリ！（中区）莉瀧

イオンモール広島府中にあるＯＨＡＧＩ３土。無添加おはぎでパッケージがかわいくて手土産にも喜ばれる。（安佐北区）さくら

こふじもち（西区横川町3-3-1）のくり大福。栗とあんのバランスがよく、ふわふわでおいしい。（東区）よっちゃん

広島三越の地下1階フードホールでは曜日替わりでパン屋さんが登場し、月曜日はブリュッケ（東雲本町）、木曜日はラパン（西条）のパンが買えるのでうれしい。（安佐南区）はる

カフェ マルティッド（中区袋町4-6）という隠れ家風カフェ。北欧料理やパンケーキ、ベーグル等のメニューがあり、落ち着いた店内でゆったりと過ごせます♪（安芸区）どら

カルディコーヒーファームの台湾フライドチキンの素。唐辛子、シナモン、花椒の香りや味で手が止まらなくなります。レモンをかけてさっぱり食べるのがおすすめ。（東区）あおむし

コストラック（福山市引野町1-4-22）は小規模ですがコストコ商品を販売している。年会費も不要なので気軽に足を運べる♪（福山市）ｉｚｕｍｉ♪

濱口醤油のいりこの白だしこれ一本。みそ汁、煮物、炒め物、おでんなどさまざまな料理に合う。（西区）あまるちゃん

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/

株式会社
アメニティライフ
南区東雲1丁目10-12
0120-034-094

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

■市民活動団体運営支援講座「SDGsと市民活動」
（日時）11月11日・18日（木）18時30分～20時30分
（場所）北棟6階マルチメディアスタジオ
（対象）市民活動実践者およびこれから始めようと思っている方
（内容）SDGsをワークショップ形式で学び、市民活動の活性化につなげる
（講師）大谷優子さん（ひろしまTake Place代表）
（参加費）無料
（定員）各12名（抽選）※申し込みが5名未満の場合は中止
（申込）電話・FAX・メール・来館にて、受講を希望する日（両日参加可能な方は希望日の優先順位が分かるように）、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）・メールアドレス・活動実績を添えてお申し込みください。
（締切）11月6日（土）まで

■楽し人（タノシビト）のためのあそびCafe
（日時）11月20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（個別相談は休止中）
（相談員）あそびCafe相談員
（参加費）無料
（定員）15名（先着順・定員になり次第締切）
（申込）11月1日（月）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。

■まちづくり人材バンク発表会「ヒロシマの心 平和について語る」
毎月第4土曜日に開催している発表会です。仕事や趣味などで得た知識・技術等を生かし、ボランティアとして、助言・実技指導などを行う「まちづくりボランティア人材バンク」登録者が出演しています。
（日時）11月27日（土）14時～15時30分
（場所）北棟6階マルチメディアスタジオ
（内容）「祈る平和から創る平和へ」をスローガンに行っている活動について
（出演者）佐藤広枝さん（日）まで
（参加費）無料
（定員）30名（先着順・定員になり次第締切）
（申込）電話・FAX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。

■「暮らしを彩る手仕事展」出展グループ募集
（日時）12月14日（火）～19日（日）10時～15時
（場所）北棟4階ギャラリーAB
（内容）公民館グループなどで制作した作品の展示
（定員）6グループ（先着順）
（参加費）無料
（申込）電話・FAXにて講座名・グループ名・グループ代表者名・活動場所・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）11月14日

■企業・団体との連携講座「新聞の読み方講座」
毎日読んでいる「新聞」は、取材から記事の編集等紙面を作成するまでさまざまな工夫により作られています。身近な情報源である「新聞」ができるまでの取材や、記事編集等の裏話を知ることができます。
（日時）12月22日（水）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）取材から記事の編集等の裏話
（講師）亀川和典さん（中国新聞社 読者広報部）
（参加費）無料
（定員）30名（先着順・定員になり次第締切）
（申込）11月1日（月）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。

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。
・健康や体調に不安のある方は、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。

募集職種 55歳までの女性の方をお待ちしております。
仕事内容 公文式算数・数学、英語、国語教室での指導・運営。教室は週2回。
契約形態 公文教育研究会とフランチャイズ契約を結ぶことになります。

説明会のご案内 ご予約制
新型コロナウイルスの影響で急遽、外部会場の実施がキャンセルになることがございます。ご了承ください。
※2日前までにご予約ください。

地域		会場	日程	時間
広島市	中区	公文教育研究会 広島事務局（中区基町11-13 合人社広島紙屋町アネクス6F）※紙屋町交差点すぐ	11/15(月)	13:30~15:00
			11/30(火)	
	安佐南区	安佐南区民文化センター 小会議室	12/2(木)	13:30~15:00
	安佐北区	安佐北区民文化センター 小会議室	11/26(金)	10:30~12:00
	安芸区	安芸区民文化センター 会議室C	11/18(木)	13:30~15:00
	佐伯区	佐伯区民文化センター 小会議室	12/7(火)	13:30~15:00
東広島市		東広島市市民文化センター 研修室3	11/26(金)	10:30~12:00
廿日市市		廿日市商工会議所 会議室1	12/6(月)	10:30~12:00
呉市		ビュー・ポートくれ 4F 小ホール	12/9(木)	13:30~15:00
WEB		WEB説明会 ※5日前までにご予約ください。	11/16(火)	10:00~11:00
			11/29(月)	10:00~11:00 13:30~14:30
			12/6(月)	
			12/17(金)	

※55歳までの女性の方、お待ちしています。※教室開設時に「開設諸可料」110,000円（税込）が必要です。
※日時が合わない場合は、個別に説明会をさせていただきます。お気軽にご相談ください。

くもんの先生になりませんか
お問い合わせはフリーダイヤル 0120-834-414 受付時間 9:30～17:30 土・日・祝日を除きます
まずはホームページをチェック！ くもんの先生 検索
公文教育研究会 広島事務局
〒730-0011 広島市中区基町11-13 合人社広島紙屋町アネクス6F
KUMON
合人社グループ

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安芸高田市歴史民俗博物館　②袋町公園　③道の駅びんご府中　④柄の浦常夜燈　⑤広電ボウル

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。

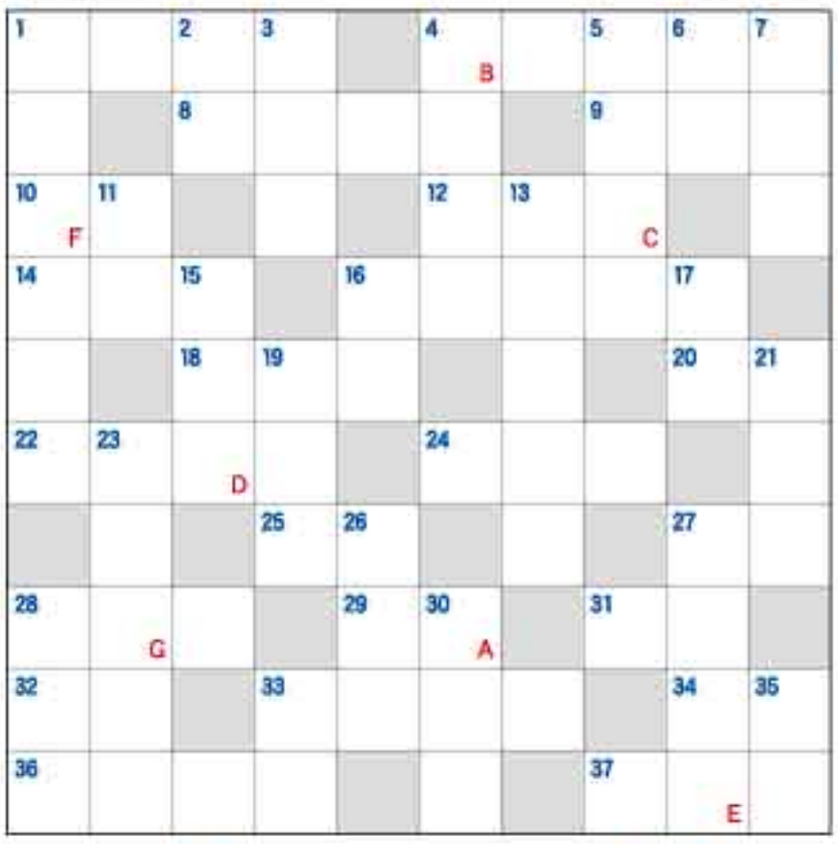
宛先
〒730-0036　広島市中区袋町4-31　合人社広島袋町ビル7階
「月刊ウェンディ広島編集部」
FAX：082-247-7483　メール：wendy-h@wendy-net.com
応募フォーム（頭の体操と共通）：https://syuppan.f-form.com/wendyh

応募締め切り　11月14日消印有効

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。



アナタデキマスカ？ ムリカナ？ ショウブシマセンカー

タテのキー
1十五夜の次に月が美しいといわれる夜。今年は10月18日2 12月22日から1月19日生まれの星座に使われている動物3天気図で二重丸が表す天気4自動車やバイクなどにある排気ガスを排出する時の音を低減する装置5怖さや怪しさを感じさせる物語の総称6甲子園球場の外壁を覆っている植物7華厳の滝や那須高原、日光東照宮などが有名です11 2本の弦を弓で弾く中国の伝統楽器13イエス・キリストの降誕祭15春に生えるスギナの胞子茎16海のミルク17果汁などをゼラチンで固めたドイツ発祥の菓子19五基本味の一つ。グルタミン酸やイノシン酸、グアニル酸などによって生じる味21江戸幕府が200年以上行った外国との通商を極端に制限した対外封鎖政策23結婚指輪をつける指26迷っている人の決断を促す時に押す体の部位27日本の国歌28フルティカ、アイコ、桃太郎30往復、年賀、絵33横断歩道を渡ることができる信号の色は35ラテン語でルナと呼ばれる衛星

ヨコのキー
1S極とN極を持つ物体4オマーンの首都8クエスチョンマークと呼ばれる符号9江戸時代の百科事典『和漢三才図会』で鳴き声が不吉の前触れとされていた動物10生きているものは海栗、加工品は雲丹と書きます12砂漠の船と呼ばれる動物14肩の前方にあり、胸骨と肩甲骨をつなぐ骨16冬季オリンピック種目の一つで氷上のチェスと呼ばれるスポーツ18約8割が窒素、約2割が酸素です20カトリック教会でパンとぶどう酒を神にささげる儀式22 1993年に登録された鹿児島県の世界自然遺産。縄文杉が有名24正月の縁起物として神社で売られている矢25商品を陳列して売る場所27 50円玉に描かれている植物28伏見稲荷大社や元乃隅神社に多く並んでいます29沖縄県の県庁所在地31木材や石材、金属などに穴をあけたり溝を彫る工具32用心する時に唾をつける顔の部位33展示中の商品の売約済みを示す札34豚の胃袋36競泳日本代表の愛称に使われている魚37石はグー、紙はパー、はさみは

■先月の答　ニイヅマセイコ

【応募要項】
「頭の体操」では、毎回正解者の中から抽選で50名様に景品を発送（発表にかえます）。解答・住所（マンション名含む）・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス（掲載しません）・今月号で良かった記事または広告を記載の上、ウェンディ広島編集部まで封書、はがき、メール、FAX、応募フォームで、11月14日消印有効。空きスペースを利用して「記事」、「ここはどこ？」、「読者プレゼント」にも応募でき、マルチチャンスとなります。応募は一世帯につき、1通までです。
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、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。

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

『ヤクザと家族 The Family』（監督：藤井道人）
ゲスト：藤井道人、綾野剛（予定）
2021年/日本/135分
※やむを得ない事情によりゲストの変更またはキャンセルとなる場合があります。予めご了承ください。

広島国際映画祭ホームページ http://hiff.jp/

広島国際映画祭
HIROSHIMA INTERNATIONAL FILM FESTIVAL
11/19(金)・20(土)・21(日) 開催

ポジティブな力を持つ作品を、世界中から集めた映画祭。代表は映画美術監督の部谷京子さん。
藤井道人監督・綾野剛主演の『ヤクザと家族 The Family』の他、世界各国から集めた短編映画や、特別招待作、広島をテーマとした作品の上映などを行います。
会場は、NTTクレドホール、広島市映像文化ライブラリー、横川シネマ。詳しくはホームページを。

総勢59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QRコード
応募フォーム https://syuppan.f-form.com/wendyh

応募締め切り 11月14日消印有効

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
前回の当選者は西区のEさん（70代女性・主婦）
【コメント】当選するとは思っていなかったので、びっくりしましたが、大変うれしく思います。

01 折りたたみ自転車
提供／Wendy広島

コンパクトで持ち運びに便利な折りたたみ式自転車。

1名様

※実際のものとは色・形などが異なる場合があります。

02 カフェ&ブッフェ「ディッシュ パレード」ペアランチ券
提供／ホテルグランヴィア広島

ホテルグランヴィア広島2階「ディッシュ パレード」のペアランチ券をプレゼント。ブッフェスタイルでお好きなものをお好きなだけ楽しめる、安心安全のランチをどうぞお楽しみください。

ペア1組様

03 「金のごはん」2kg
提供／食協

お米の専門である食協が長年蓄積したデータを活かし、全国から厳選した良食味のお米を秘伝のブレンド技術で仕上げた「金のごはん（2kg・1,380円相当）」。つや・香り・粘り・旨み、どれをとっても優れたお米です。

3名様

04 広島映画サークル第428回例会「エクストリーム・ジョブ」招待券
提供／広島映画サークル

12月19日（日）、11時・14時上映、広島県立美術館。昼はチキン売り、夜は潜入捜査官。解散寸前の麻薬捜査班による、奇想天外な偽装営業が始まる！

©2019 CJ ENM CORPORATION, HAEGRIMM PICTURES CO., Ltd ALL RIGHTS RESERVED

5名様

05 「広島国際映画祭」ペア招待券
提供／Wendy広島

11月19日（金）～21日（日）、NTTクレドホール、広島市映像文化ライブラリー、横川シネマ。世界中からポジティブな力を持つ作品を集めた映画祭の1日券をペアで。

ペア3組様

※画像はイメージです。実際のチケットとはデザインが異なります。

06 『ディスカバリー・シリーズ 第4回』ペア招待券
提供／広島交響楽団

2022年1月28日(金)、18時45分開演、JMSアステールプラザ 大ホール。指揮は下野竜也、ヴァイオリンは佐久間聡一、クラリネットは三界達義。曲目はレスピーギの「組曲《鳥》」ほか。

指揮：下野竜也　クラリネット：三界達義

ペア2組様

07 『広島プロミシングコンサート2021』ペア招待券
提供／広島市文化財団

12月1日(水)、18時30分開演、JMSアステールプラザ。広島市新人演奏会で優秀演奏者に選ばれた新進音楽家と広島交響楽団の夢の共演！招待券をペアで。

昨年の演奏会より（トランペット：小林佑太郎）

ペア2組様

08 『MINIATURE LIFE展2～田中達也 見立ての世界～』ペア招待券
提供／広島ホームテレビ

11月26日（金）～12月13日（月）、10時～19時30分、そごう広島店。ミニチュア写真家・田中達也が作り出す、身近なものを別のものに見立てた、ユーモアたっぷりの小さな世界。

ペア2組様

09 広島ドラゴンフライズ ホームゲーム2階自由席招待券
提供／Wendy広島

広島ドラゴンフライズのホームゲームの招待券（2階自由席券）をペアで。

ペア3組様

10 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

11 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ー。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

12 「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

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（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

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

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。

Ⓐ

ディア・エヴァン・ハンセン

監督 スティーヴン・チョボスキー　出演 ベン・プラット　ケイトリン・デヴァー

友達もなく、家族にも心を開けずにいるエヴァン・ハンセンが自分宛に書いた手紙を同級生のコナーに持ち去られてしまう。後日、コナーは自殺、手紙を見つけた彼の両親は息子とエヴァンが親友だと思い込む。コナーの両親を苦しめたくないと、エヴァンは話を合わせて…。

Ⓐ

燃えよ剣

監督 黒田徹也　出演 岡田准一　柴咲コウ

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、近藤勇ら同志とともに京都へ。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…。

Ⓔ Ⓖ

孤狼の血 LEVEL2

監督 白石和彌　出演 松坂桃李　鈴木亮平

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+

リスペクト

監督 リーサル・ミラー　出演 ジェニファー・ハドソン　フォレスト・ウィテカー

少女の頃から、抜群の歌唱力で天才と称されたアレサは、ショービズ界でスターとしての成功を収めた。しかし、彼女の成功の裏に隠されていたのは尊敬する父、愛する夫からの束縛や裏切りだった。すべてを捨て、彼女自身の力で生きていく覚悟を決めたアレサは…。

Ⓐ

劇場版オトッペパパ・ドント・クライ

監督 新堀勇士　声 井口裕香　久野美咲

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…。

Ⓖ

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

ボンドは007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、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。

Ⓓ

CUBE

監督 清水康彦　出演 吉田鋼太郎　斉藤悠

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。

Ⓖ

ブライズ・スピリット～夫をシェアしたくはありません！

監督 ニック・ラブ・ホール　出演 ダン・スティーヴンス　レスリー・マン

ベストセラー作家のチャールズはスランプの状態にあった。彼の小説は事故死した最初の妻エルヴィラが生み出したアイデアを書き留めただけのものだったのだ。ハリウッド進出をかけた初脚本の執筆を前に、チャールズは霊媒師に頼み、エルヴィラをあの世から呼び戻す。

Ⓓ

映画 すみっコぐらし 青い月夜のまほうのコ

監督 大森貴弘　ブレーンジャン 井ノ原　牧野　本上まなみ

キャンプへ出かけたすみっコたちは、空にいつもより大きく青く輝いている月を発見する。「5年に1度の青い大満月の夜、魔法使いたちがやって来て夢をかなえてくれる」という伝説の通り、すみっコたちの町に魔法使いの5人兄弟が出現。彼らはあちこちに魔法をかけて…。

Ⓒ

歩きはじめる言葉たち 漂流ポスト3.11をたずねて

監督 鈴村展代　出演監督 平波亨　出演 井筒

東日本大震災の被災地・岩手県陸前高田市で返事のこない手紙を受け取る漂流ポストを題材にしたドキュメンタリー。急逝した映画監督佐々部清氏に想いを馳せる弁護士がゆかりの地を訪ねる。監督が抱いていた被災地での映画作り、そして「生きること」を感じ、考えていく。

Ⓒ

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

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…。

Ⓒ

ロン 僕のポンコツ・ポット

監督 ジョン・ファヴロー　声 ザック・ガリフィアナキス　サマンサ・ベイト

最新式ロボット型デバイス「Rポット」を使って誰もが仲間と繋がる世界。友達のいない少年パーニーの元に届いたのはオンライン接続もできないポ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、パーニーは「友達の条件」を説明する。

Ⓒ

シャイニー・シュリンプス！愉快で愛しい仲間たち

監督 セドリック・ケッチャロ　マチュー・コワロー　出演 ニコラ・ヴィ

50m自由形の銀メダリスト・マチアスは、同性愛差別発言によって世界水泳大会への出場資格を失う。再び資格を得るために出された条件は、3カ月後に開催されるゲイゲームズ出場を目指す、ゲイの水球チーム「シャイニー・シュリンプス」のコーチになることだった。

Ⓐ PG12

テーラー 人生の仕立て屋

監督 ソニア・リザンシュタイン　出演 ジェイソン・イザードス　ダニエル・クレイグ

アテネで36年間、高級スーツの仕立て屋店を父と営んできた寡黙なニコス。不況で店は銀行に差し押さえられ、ショックで父は倒れてしまう。無っぷちのニコスは店を飛び出し、手作りの移動式屋台で仕立て屋を始めることに。だが道端で高級スーツは全く売れず…。

Ⓐ

蒼穹のファフナー THE BEYOND

監督 能戸隆　声 豊永利行　諏訪ななか

人型兵器「ファフナー」を操る少年たちが未知の生命体「フェストゥム」と戦う姿を描いたアニメを3話ずつ上映する劇場先行上映版。第十話『嵐、来たりて』、第十一話『疾風、二人』、第十二話『蒼穹の彼方』。島の命運をかけた「第六次蒼穹作戦」が開始され…。

Ⓓ

アイス・ロード

監督 ジョナサン・ヘンスリー　出演 リーアム・ニーソン　ローレンス・フィッシュバーン

爆発事故でカナダの鉱山の地下に26人の作業員が閉じ込められた。救出装置を運ぶため、ドライバーが集められる。30トンの巨大トラック3台が走る最短ルートはスピードが速すぎれば衝撃で、遅すぎれば重量で氷が割れて水に沈んでしまうという「アイス・ロード」で…。

Ⓒ

老後の資金がありません！

監督 前田哲　出演 天海祐希　松重豊

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、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。

Ⓒ

クライモリ

監督 マイク・P・ネルソン　出演 レイチェル・コーディ　ダニエル・フィッシュマン

キャンプをするため、友人5人で小さな町を訪れたジェンは、アパラチア山脈の白然歩道を満喫。しかし、好奇心からコースを外れて森の奥に入った一行は道を見失う。やがて倒木が突然転がり落ちてきて、一人が頭を潰されて死んでしまう。気がつけば周りはワナだらけで…。

Ⓒ R15+

蒼穹のファフナー THE BEYOND 第十話、第十一話、第十二話

吟ずる者たち

監督 岩谷健司　出演 比嘉愛未　戸田恵梨香

東京で夢破れ、故郷の広島に帰ってきた水墨明日香。三流仙三郎の社氏の末裔が継いだ酒蔵で育った彼女は、酒造りに興味はあったものの、蔵女であるということから実家を継ぐことはそぐわないと、避けて生きてきた。目標を見失っていた明日香は父が家宝とする仙三郎の手記を目にする。

Ⓑ Ⓓ

劇場版「きのう何食べた？」

監督 中江和仁　出演 西島秀俊　内野聖陽

屈われ弁護士の史朗とその恋人で美容師の賢二にとって、食卓を挟みながら取る夕食の時間は、日々の出来事や想いを語り合う大切な時間。ある日、史朗の提案で、賢二の誕生日プレゼントとして京都旅行に行くことに。賢二は満喫していたが、史朗からショックな話を切り出されてしまう。

Ⓔ

土竜の唄 FINAL

監督 三池崇史　出演 生田斗真　鶴木真平

潜入捜査官「モグラ」として、日本最凶のヤクザの組織・敷島矢金に潜り込んだ菊川玲二。モグラとして潜るところまで潜った玲二の最後の任務は、過去最大級の取引となる6000億円の麻薬密輸を阻止することだった。洋上の超豪華客船を舞台に、組織トップの轟周宝逮捕に向けて奔走する。

Ⓔ

愛のまなざしを

監督 方田周歩　出演 仲野太賀　谷野亜紀

精神科医の貴志は亡くなった妻のことが忘れられず、毎晩精神安定剤を服用している。そんな貴志のもとに、モラハラの恋人に連れられ患者として綾子がやって来る。彼女は医師と患者の関係を超え、貴志に寄り添うが、亡き妻への思いが断ちきれない貴志に結婚し、独占欲をふくらませていく。

Ⓔ

Ⓐ・Ⓑ・Ⓔ 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	11/1	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
サロンシネマ 1・2 Ⓐ	孤狼の血 LEVEL2 (R15+)																													
	アナザーラウンド (R12)																													
			祝日																		沈黙のレジスタンス～ユダヤ孤児を救った芸術家～									
	MINAMATA ―ミナマタ―					ミス・マルクス (R12)				レディースデー							マスカレード・ナイト				日曜日	メンズデー	祝日	レディースデー		ディア・エヴァン・ハンセン				
	ホロコーストの罪人 (R12)																リスペクト													
	旅の終―素晴らしきふたりのビフォー・アフター―																テーラー 人生の仕立て屋										土曜日	日曜日	メンズデー	
	うみべの女の子 (R15+)					シャイニー・シュリンプス！愉快で愛しい仲間たち (R12)							土曜日	日曜日	メンズデー		浜の朝日の嘘つきどもと							レディースデー						
082-952-7772	モロッコ、彼女たちの朝																													
八丁座 Ⓑ	シネマデー		レディースデー						007／ノー・タイム・トゥ・ダイ								レディースデー													
																			プライズ・スピリット～夫をシェアしたくはありません！											
						土曜日	日曜日	メンズデー	燃えよ剣											土曜日										
																			大地と白い雪							愛のまなざしを				
082-546-1158	興邦人 デジタル復元版																吟ずる者たち													
イオンシネマ広島 Ⓒ															燃えよ剣															
														劇場版「きのう何食べた？」																
														劇場版 ルパンの娘																
							日曜日	マンデー						映画 すみっコぐらし 青い月夜のまほうのコ								マンデー	祝日							
						土曜日							劇場版オトッペ パパ・ドント・クライ																	
														エターナルズ																
	ハッピーファースト			DUNE／デューン 砂の惑星																										
			祝日																		アイス・ロード						土曜日	日曜日	マンデー	
				ロン 僕のポンコツ・ポット									土曜日	日曜日	マンデー															
																			ドーン・オブ・ザ・ビースト／魔獣の森 (R15+)											
									CUBE											土曜日	日曜日									
																			クライモリ (R15+)											
				映画トロピカル～ジュ！プリキュア 雪のプリンセスと奇跡の指輪！																										
																			歩きはじめる言葉たち 漂流ポスト3.11をたずねて											
								アイの歌声を聴かせて																						
																			土竜の唄 FINAL											
														そして、バトンは渡された																
082-261-1310														老後の資金がありません！																
福山駅前シネマモード Ⓓ				アナザーラウンド (R12)														人と仕事								シノノメ色の週末				
				プリンセス・プリンシパル Crown Handler (R12+)									映画 ハイ☆スピード！―Free! Starting Days―					劇場版 Free!-Road to the World-夢							劇場版 Free!-the Final Stroke-前編			
	劇場版 Fate/kaleid liner プリズマ☆イリヤ Licht 名前の無い少女					吟ずる者たち						土曜日	日曜日			レディースデー	由宇子の天秤			土曜日	日曜日	木曜の日	祝日	レディースデー		先生、私の隣に座っていただけませんか？				
																										マイ・ダディ				
	劇場版 きんいろモザイク Thank you!!					土曜日	蒼穹のファフナー THE BEYOND 第十話、第十一話、第十二話												エクストリーム！アフリカン・ムービーフェスティバル											
	TOVE／トーベ																									ジョゼと虎と魚たち				
084-932-3381	MIRRORLIAR FILMS Season1					ボクたちはみんな大人になれなかった (R12)							MINAMATA ―ミナマタ―						その日、カレーライスができるまで											
横川シネマ Ⓔ	シネマデー		緑の中獄											ボクたちはみんな大人になれなかった (R12)																
			レディースデー	ジャッリカットゥ 牛の怒り						レディースデー											BILLIE ビリー							草の響き (R12)		
				サンマデモクラシー										BILLIE ビリー																
082-231-1001	なんのちゃんの第二次世界大戦																				犬ころたちの唄									
																												東京自転車節		
映像文化ライブラリー Ⓕ	休館日	音楽と舞踊 カプリス 14:00 18:00	アンデルセン物語 10:30 14:00	休館日	あの夏エッフェル塔の下で 他 14:00 18:00	バーニング・ゴースト 他 14:00 18:00	鉄の塔 パリはわれらのもの 10:30 14:00	休館日 カミヤリムジン運転手 ひとりぼっちの二人 11:00/14:30	休館日	新潟県 女たちの選択 他 14:00 18:00	ルーベ、嵐の光の中 14:00 18:00	鉄の塔 他 14:00 17:45	ジャック・リヴェット 夜霧 他 14:00 17:30	瑞山 10:30 14:00	休館日	無言劇 ある日の出会い 10:30 14:00 18:00	22才の別れ 10:30 14:00 18:00	江口のり子の不満 10:30 14:00 18:00	鉄道 10:30 14:00	鬼太郎誕生 ゲゲゲの秘密 10:30 14:00	映画シネマ・ダンス 17:30	この世の果て―愛憎の大地図 10:30 14:00	鉄道 休館日	夢のなかなのか 10:30 17:00	対談／HANAGATAMI 10:30 17:00	西田幾多郎 哲学エチカ 10:30 15:00	その日のまえに 10:30 14:00	休館日	休館日

※最新情報は電話でお問合せください　082-223-3525

R12 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 2021.11/1～12/31
■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