

¥0 日本語 ENGLISH

ハマッ子通信

4

APRIL

THE YOKOHAMA SEASIDER MAGAZINE



Inside this Issue

and more!

鯖寅酒販
Sabatora Shuhan

カフェ金澤園
Café Kanazawa-en

横浜穴場
indigo



tell LIFELINE
EVERY DAY FOR 50 YEARS
 We are here to listen

Reach out to us. You are never alone.

Phone: 03-5774-0992 Chat: www.telljp.com
 Please check our daily phone or chat support hours on our website

横浜の不動産は
おまかせください。



YAMADA
 REAL ESTATE SERVICE

WWW.YOKOHAMARENT.COM



有陽会社 **工巧**
 YAMADA REAL ESTATE SERVICE
 代表取締役 山田智也
Tomoya Yamada
 English Speaking Realtor
 1-4-5 OKANO
 NISHI-KU, YOKOHAMA
 TEL: 045-313-1011

清水和友税理士事務所
 ENGLISH-SPEAKING TAX ACCOUNTANT

SHIMIZU
 TAX & ACCOUNTING

Tax Consultation, Preparation & Refunds
 Bookkeeping • National Tax Agency Representation
 JAPANESE AND INTERNATIONAL RESIDENTS WELCOME



KAZUTOMO SHIMIZU
kazutomo.shimizu@jasper.dti.ne.jp
<http://www.shimizutaxattorney.com/>
 045-365-1938

English Speaking Attorney
In Kawasaki City
 (next to Tokyo & Yokohama)

Legal service in English
 on cases related to Japan

Kei Sumikawa (Attorney at Law)
web@smkw.biz <https://sumikawa.net/>
 TEL: 044-276-8773
 Member of the Kanagawa Bar Association

国内案件にも
対応いたします。
 弁護士 澄川 圭
 (神奈川県弁護士会所属)

澄川法律事務所
 Sumikawa Law Office

www.045usmc.com/




横濱帆布鞆

Produced by
U. S. M. Corporation
 Eichibangai, Silk Center 1 Yamashitacho
 Naka-ku YOKOHAMA 231-0023

045
 Yokohama Canvas Bag

Made in Nippon

MAP 3

Expert care from a friendly,
 internationally trained,
 English-speaking
 dentist





Nakamaru
Dental Clinic

Naka-ku, Ishikawa-cho 1-13-5
 Mamebun Bldg 3F (above HAC)
 045-664-4618
www.nakamaru-dental.jp

UCLA Certified

MAP 7

Ronnefeldt
 TEA EXCELLENCE SINCE 1823



Exquisite teas from around the world

Ronnefeldt, established in 1823, is one of the leading brands of high-quality teas and can be found in many of the world's finest hotels, restaurants, and other hospitality and catering businesses.

@ronnefeldt_japan **Otti Boeki Co.,Ltd.**
 @ronnefeldt,japan www.ottiboeki.jp



to **登**
 ra **良**
 ya **屋**

**YOKOHAMA'S
 LEGENDARY
 SASHIMI**



Yokohama
 Naka-ku, Yoshida-machi 2-3
 045-251-2271
 MON-SAT 11:00-21:00 (L.O. 20:30)

MAP 5

横浜ビール



Yokohama's
Original
HOMETOWN
BREWERY

NAKA-KU, SUMIYOSHI-CHO 6-68-1
Phone: 045-640-0271 Pub Hours:
Weekdays: 6-11pm, Weekends, 1-11pm
www.yokohamabeer.com

MAP
2



JAPAN'S FIRST AUTHENTIC AMERICAN-STYLE SMOKED BBQ CRAFT BEER PUB.



045-264-4961
5-63-1, SUMIYOSHI-CHO, YOKOHAMA-SHI, KANAGAWA-KEN
MON-FRI: 17:00 TO MIDNIGHT
SAT, SUN & JAPANESE HOLIDAYS: NOON TO MIDNIGHT
**LAST ORDER: FOOD 22:30 / DRINK 23:30 DAILY
Homepage: www.bairdbeer.com
E-Mail: bashamichi-tap@bairdbeer.com



MAP
9

Japan's premier craft beer magazine

THE JAPAN BEER TIMES



Purchase back issues and
subscriptions at

www.japanbeertimes.com/magazines

Follow us on



SEASIDER

APRIL 2023

寂しさとともに桜の季節に別れを告げると、暖かい陽気の日が多くなり外に出るのがうれしくなります。4月には奇祭として知られている「かなまら祭り」が川崎で4月1日と2日で開催されるほか、たくさんのイベントが目白押しです。横浜赤レンガ倉庫では、25,000種類以上の色とりどりの草花で春の訪れを感じられる「FLOWER GARDEN 2023 (フラワーガーデン2023)」が4月23日(日)まで開催されます。英語のこゝろで「April showers bring forth May flowers」(四月の雨は五月の花を咲かせる)というものがありますが、雨はそこそこに、週末には太陽が出て春を存分に楽しむことができるように、皆で願いましょう!

As we bid a sad farewell to the sakura season, we look upon April with a warmer smile as the outdoors become a place to visit and enjoy. One of the most famous international festivals this month is the Kanamara Festival (aka the Penis Festival) at Kanayama Shrine in Kawasaki held on April 1 and 2. Engaging all your senses, the Yokohama Red Brick Warehouse is home to the "2023 Flower Garden Festival" with over 25,000 flowers arranged in pastel colors spread all across the area held until April 23. As the old proverb goes "April showers bring forth May flowers"—instead, let's all wish for glorious sunny weekends to get out and enjoy what the prefecture and city have on offer.



Help Support us • Patreonで支援する:
www.yokohamaseasider.com/supportus

Follow us on Facebook, Twitter & Instagram



www.facebook.com/SeasiderMagazine

Twitter: @YokohamaSsdr

Instagram: @yokohamaseasider

Publisher
Bright Wave Media, Inc.

Cover
Sabatora's Koichi Fujita (photo: Kowalczyk)

Design
Matthew Gammon

Editorial
Akiko Ishikawa
Brian Kowalczyk
Glenn Scoggins
Hisao Saito
Joseph Amato
Mai Furukawa
Ry Beville

株式会社
Bright Wave Media
231-0063 Yokohama,
Naka-ku, Hanasaki-cho
1-42-1
Noge Hana* Hana 2F
(Appointments only)

Copyright 2023



The contents of The Yokohama Seaside Magazine are fully copyrighted. No part of this magazine may be copied, distributed or reproduced in any form without the written consent of Bright Wave Media. Opinions expressed herein are not necessarily endorsed by the publisher. We are not responsible for the quality or claims of advertisers. MSM is available at roughly 500 locations. Except for ads, and unless noted, none of the content in the Yokohama Seaside Magazine is paid publicity. We feature information we think is important.



FSC®森林認証紙、ノンVOCインキ(石油系溶剤0%)など印刷資材と製造工程が環境に配慮されたグリーンプリンティング認定工場にて、印刷事業において発生するCO2全てをカーボンオフセット(相殺)した「CO2ゼロ印刷」で印刷しています。



Koichi Fujita

鯖寅酒販

SABATORA SHUHAN

Text and photos by Brian Kowalczyk

Address 中区吉田町3-11 サウンド吉田町ビル2B号室
Naka-ku Yoshidamachi 3-11
Sound Yoshidamachi Bldg. 2F
Hours every day 13:00~22:00 (L.O. 21:30)
Tel 050-3483-1826

MAP
14

吉田町の路地裏に立つ建物の2階で営業しているのは、一風変わった「鯖寅酒販」。ワンフロアの店内は、ナチュラルワインやクラフトビールをその場で味わえる、角打ちスペース兼ボトルショップとなっている。

鯖寅酒販は5年前、石川町のバー「鯖寅果実酒商店」(現在は閉店)の姉妹店としてオープンした。同店のコンセプトは、中身がわからないボトルをいきなり買うのではなく、客が手頃な価格で試飲してから気に入ったものを買う店、というものだった。スタッフは試飲するワインを丁寧に説明してくれ、おすすめもしてくれる。

ベルギービールを中心にとした、クラフトビールの缶やボトルは数年前に拡充された。もしヘイジーIPAブームに食傷気味なら、ここでぴったりのものを探すことが可能だ。セゾン、ランピック、ブロードエール、ファームハウスエールなど豊富なラインナップで、ベルギービール以外にも国内のブルワリーやほかの海外の商品も置いてあるので要チェック。何種類か試飲したいならテイスティングパス(1,000円)がお得。ホワイトボードに書かれたワインやビールを10種類、半額で楽しめるのだ。その場で購入したボトルを飲むには抜栓料がかかるので覚えておこう(500ミリリットル以内のビールは250円、ワインと大サイズのビールは500円)。

鯖寅酒販を運営しているのは、10年以上横浜に住んでいるという酒類業界のベテラン、藤田孝一。昔から異文化に興味があったと話す藤田は、大学を中退して新宿のアフリカ料理店「ローズ・ド・サハラ」(現在は閉店)で働いた。この店舗が入っていた「スパイスロード」にはほかにもエス

Sabatora Shuhan is a unique establishment in the Yoshidamachi neighborhood, tucked away on the second floor of a building on a narrow backstreet. The single-room standing bar operates as both a bottle shop and a tasting room for natural wines and craft beer.

The shop opened about five years ago as a sister store of Sabatora Kajitsu-shu Shoten (currently closed), a bar in Ishikawacho. The concept for the new location was to provide a place where customers could casually try new natural wines at a reasonable price and then purchase bottles of those they fancied, as opposed to buying an entire bottle of something unfamiliar. The staff can guide customers through sample tastings allowing them to experience many things likely new to them.

Bottles and cans of craft beer, particularly Belgian brews, were added a few years ago to complement the wine. If you are searching for an alternative to the craze of hazy IPAs, Sabatora provides much in that realm. Sabatora boasts an impressive selection of saisons, lambics, blond ales, various farmhouse brews, and more. In addition to a multitude of Belgian beer, Sabatora also offers domestic and other international craft beer in cans or bottles. If you plan to do multiple tastings, buy the tasting pass (¥1000) that allows you half-price tastings of about ten varieties of wine and a

ニック料理の店などが5店舗入居しており、さまざまな人種のスタッフや客と触れ合うことで、異文化や考え方の違い、飲食店の面白さに夢中になっていったという。

ある日、そこでつながりのあった先輩の誘いで、新宿にあったベルギービール店「カフェヒューガルデン」に行き、ベルギービールの文化的な側面と奥深さ、美味しさに感銘を受け、のめりこんでいった。さらにそこから縁あって東京の「ブラッセルズ神谷町店」の立ち上げを手伝い、店長として約6年働くことになる。またベルギービールの輸入事業やオリジナルビールのプロデュース、そしてブラッセルズビアプロジェクトの直営店を新宿にオープンした(偶然にもそこには以前カフェヒューガルデンが入居していた店舗だった)。藤田は、ベルギービール文化に貢献した証として、ベルギービール名誉騎士の称号を授与されている。ベルギー、グランプラスでの授与式は「一生の思い出」と、なつかしむように当時は振り返って語ってくれた。

神谷町で働いていた頃、東京タワーの近くにあったワインバーで、ナチュラルワインと出合ったという。その店で飲んだワインは、藤田が好きだったランピックなどの酸っぱいビールを彷彿とさせるような味わいで、それまで飲んできたワインの概念を覆されたような感覚だった。一方、横浜での暮らしを気に入っていた藤田は、ローカルに根付いたことをやりたいと考えるようになる。前述の鯖寅果実酒商店に通うようになっていた藤田は、店主の国井竜児にナチュラルワインについて色々教えてもらった。藤田は国井を「ナチュラルワインの師匠」と呼ぶ。そして共通の趣味もあった二人は仲良くなり、鯖寅酒販で働く機会に恵まれたという。

「お酒も飲食店もやはり文化の一つだと思います」と藤田。「より日常に近いところに楽しみを見い出せたら、日々の生活が豊かになります。ナチュラルワインやクラフトビールを通じてそんなお手伝いができれば」と続け、温かい表情で「鯖寅自体もほかの飲食店さんとのコラボや、生産者さんにご来店いただくイベントなど、さまざまな企画していきますので、ふらっと立ち寄っていただけたら嬉しいです」と付け加えた。鯖寅酒販の常連である筆者も自信を持っておすすめする。



few beers recorded daily on the whiteboard. Note there is a corkage fee for other items consumed in the bar (¥250 for beer ~500ml, ¥500 for wine/ beer over 500ml).

Sabatora is run by Koichi Fujita, a veteran of the alcohol industry and a decade-plus Yokohama resident. From a young age he developed an interest in studying different cultures. He decided to leave university to work at a restaurant in Shinjuku called Rose de Sahara (now defunct), which specialized in African cuisine. That restaurant was in a collection of six that served various international fare. There he was able to interact with staff and customers from multiple countries, and in addition, developed a joy for working in the restaurant business.

One day, a coworker invited him to go to Cafe Hoegaarden, where he became enamored with the tradition and cultural aspects of Belgian beer—not to mention the taste. He immersed himself more deeply into that beer scene leading to a position as manager of a new Belgian beer bar called Brussels in Kamiyacho, Tokyo. In his six years there he also got involved in importing, working with breweries to produce original beers for the Japanese market, and assisting in the opening of Brussels Beer Project's Shinjuku location (incidentally, it replaced Cafe Hoegaarden). In recognition of his outstanding work the Belgian Brewers Guild inducted him as a member of La Chevalerie du Fourquet Brasseurs (The Knighthood of the Brewers' Paddle). The award ceremony at Brussels' Grand-Place is a memory he says he cherishes dearly.

While working in Kamiyacho, Fujita encountered natural wine at a nearby bar, which significantly altered his conception of the beverage. He had developed a liking for lambics and sour beers and felt these wines were like brethren. As he truly enjoyed living in Yokohama, he decided working locally made more sense. He searched for a place closer to home and found the aforementioned Sabatora Kajitsu-shu Shoten. Proprietor Ryuji Kunii became Fujita's natural wine sensei. Shared interests led to friendship and then a job opportunity.

"Alcohol, as well as bars and restaurants, are part of a culture," Fujita professes. "I believe it's a great positive in life if you can find places close to home that you take pleasure in patronizing. It's my hope to provide customers just such an experience with natural wine and craft beer." He adds welcomingly, "We are planning a variety of future events, such as collaborations with other bars and restaurants, and visits from producers, so I would be overjoyed if you could stop by." As a satisfied Sabatora regular, this writer encourages you to do just that.



KANJO KATO THE KING OF MOTOMACHI

Text and photos by Glenn Scoggins

横浜中心部の店舗として、元町に7店舗、みなとみらいエリアに9店舗の飲食店を経営する加藤完丈(通称“ジョー”)は、ハマっ子たちのお腹を2世代に渡り満たしつづけてきた。アメリカ料理、ニンニクやパクチーを使用した料理、チーズケーキ、イタリアン、メキシカンやハワイアン料理が食べたい気分なら、加藤が経営する店のどこかで味わうことができる。19のブランドでレストランを展開する彼は、さながら飲食王国の「元町のキング」のようだ!

加藤は元街小学校出身で、大学在学中に飲食店経営について学んだ。サラリーマンとして働くつもりはまったくなく、カリフォルニアとハワイに旅したことで彼の目はすでに太平洋を超えた地を向いていた。1978年、元町の裏通りにアメリカンダイナー「アメリカンハウス」(今では会社名となっている)をオープン。3年後に立ち退きのため中華街に移転したが、それから45年が過ぎた現在、川崎、辻堂など関東圏で26ものレストランを経営している。加藤はニンニク料理のブームなど流行に敏感で、新しいアイデアはすぐに取り入れた。コロナの前は、カリフォルニアと日本を行き来し、米国の料理、ビールやワインの最新情報を得ていた。

それでもやはり、王国の中心は元町だ。昨年、加藤は元町の堀川沿いに「JO'S American Cafe 元町店」、もとまちユニオン2階に「The Best Cheesecakes Cafe」の2店舗をオープンした。両店とも、出来立ての手作り料理が提供され、チーズケーキはユニオンの裏手に立つ「WINE HALL 元町倶楽部」下にあるチーズケーキファクトリーで丁寧に作られている。

幅広いジャンルの料理を取り扱っているので、一つにまとめるのは大変な気がするが、加藤のカリスマ性のあるリーダーシップにより、うまく束ねられている。74歳の加藤は、はつらつとしてエネルギーにあふれている。現在も経営する店舗(植民地といったところか)を訪れ、トレードマークのひげを生やした笑顔で、500名ほどの従業員の労をねぎらっている。横浜中心部にある16店舗の店に通えば、あなたもきっと笑顔の彼に出会えるだろう。

With seven restaurants in Motomachi and another nine in the Minato-mirai area, Kanjō (“Jo”) Katō has shaped the dining habits of two generations of *hamakko* (Yokohama residents). Whether you crave American comfort food, the taste of garlic or cilantro or cheesecake, or Italian, Mexican, or Hawaiian fare, you’ll find it in one of Jo’s diners, bars, or grills. Operating under nineteen different brand names, they’re all part of his sprawling cuisine kingdom. It’s no exaggeration to call Jo Katō the King of Motomachi!

Our crown prince grew up nearby, attending Motomachi Elementary School, and began studying the restaurant business first-hand while still in university. He never aimed for a predictable career as a salaryman. Instead, his gaze lay far to the east, across the Pacific, and travel to California and Hawai‘i shaped his ambitions. In 1978 he opened his first Motomachi backstreet bar, dubbed American House (now his corporate name), and three years later expanded into Chinatown. This humble start grew over forty-five years into twenty-six restaurants and counting, including locations in Kawasaki, Tsujidō, and across the Kantō area. Katō took advantage of every dining trend, most notably the initial garlic craze. Before the pandemic he split his time between California and Yokohama, keeping up to date with the latest in American food, beer, and wine.

Nevertheless, the core of the kingdom remains close to home. In the last year, Katō has opened two more Motomachi outlets: Jo’s American Café on the Horikawa canal and Best Cheesecakes Café in the Union supermarket. Both offer fresh homemade food with the eponymous desserts produced in Katō’s Cheesecake Factory under the Wine Hall Motomachi Club, just behind Union.

Such a broad range of operations needs a unifying personality, and Katō provides charismatic leadership. Still trim and energetic at 74, he visits his far-flung outposts regularly, encouraging his 500 employees with a cheerful smile under his trademark mustache. If you frequent any of his sixteen outlets in central Yokohama, odds are you’ll run into him too!

Walkers, Pet Owners Need to Beware

POTENTIALLY LETHAL TICKS

HEALTH AUTHORITIES HAVE warned of a sharp increase in cases of a potentially lethal tick-borne illness in Japan and are calling on pet-owners and those active outdoors to be vigilant against the creatures.



The National Institute of Infectious Diseases reported 110 cases of severe fever with thrombocytopenia syndrome, also known as SFTS, in 2021. Figures have been on the rise since.

The SFTS virus was only identified by Chinese researchers in 2011, although subsequent studies have revealed probable infections dating back to 2006.

First identified in Japan in 2013, when 40 cases were reported, cases have risen sharply since then. An estimated 30 percent fatality rate puts SFTS on a par with the much-feared Crimean-Congo hemorrhagic fever. With no effective treatments available, experts are advocating for precautions against ticks particularly in rural areas, as well as for their pets.

The primary clinical symptoms in humans are fever, rectal bleeding, vomiting, diarrhea, low platelet count, a low white blood cell count, elevated liver enzyme levels and, ultimately, multiple organ failure. Anyone who finds a tick embedded in their body is being advised not to try to remove it themselves but to seek medical attention.

Pet owners should check their cats and dogs for bites in areas where ticks often attach themselves, such as the head, ears and paws. Owners are also being advised to consult their vet if a pet shows symptoms such as a fever, lack of energy or loss of appetite.

Pets can also pass the infection onto humans, with one case documented in Japan of a vet dying after being bitten by an infected cat.

The virus is carried primarily by deer and boars in Japan, but also by hedgehogs, cattle, goats and sheep.

Such is the rising concern over SFTS, a Miyazaki Prefectural Government press conference descended into chaos when a live tick disappeared after being placed on a piece of paper to allow photographers close-up images. The room was frantically evacuated and thoroughly sprayed with insecticides. A public apology from the Governor followed soon afterwards.

The highest incidence of infection is generally reported between March and November. Take particular care during this season when enjoying your time outdoors.

Julian Ryall is a freelance journalist from Britain who writes for The Daily Telegraph in London, the South China Morning Post in Hong Kong and Deutsche Welle in Berlin. He has lived in Yokohama since 2000.





- 1 Dark Room International [D-2]
- 2 Yokohama Brewery [D-3]
- 3 045 Yokohama Canvas Bag [C-6]
- 4 Zartscafe [E-3]
- 5 Toraya [D-3]
- 6 YIEA [C-2]
- 7 Nakamaru Dental Clinic [E-6]
- 8 Cafe Elliott Avenue [D-7]
- 9 Bashamichi Taproom [D-4]
- 10 Ishikawacho Green [E-6]
- 11 Bashamichi Green [C-3]
- 12 Bluff Clinic [E-8]
- 13 indigo [E-6]
- 14 Sabatora Shuhan [D-3]



Nomuko and Itō

INDIGO

Text and photos by Glenn Scoggins

Address Naka-ku Ishikawa-chō 1-24-1

中区石川町 1-24-1

Hours Open 17:00-23:00 Wed-Mon, closed Tues

Last order 22:00

Tel 070-8559-3150

Instagram @indigo_yokohama

MAP
13

本誌における「穴場」とは、簡単には見つけれないが、探し求める価値のあるユニークなスポットを指す。石川町の曲がりくねった裏通りの一角に佇む「indigo」は、まさにそんな穴場だ。オーナーの伊藤雄一は西欧料理に日本らしさを加えた上質なメニューを携え、初めて訪れる客も常連客も温かく迎え入れてくれる。ドリンクは国産ビール、フランス産のナチュラルワイン、厳選された日本酒があり、料理に合うラインナップが揃っている。先日訪れた際は、地元の若者たちが素晴らしい料理の品々と、居心地の良い雰囲気を堪能していた。カウンターは8席しかなくすぐに満席になってしまうので、早めに来店しよう！

まずはタパス料理(480円~680円)と、クラフトビール(800円~1200円)がグラスワイン(700円~)を注文したら、メインは手書きのメニューからパスタ、鶏、豚や牛(1780円~2480円)から選ぼう。山椒を使用した但馬鶏モモ肉のグリルなど、独創的な食材の組み合わせについて、シェフの伊藤が説明しながら料理する様子を眺めることができる。背が高いが声は低い熟練のシェフである伊藤を支えるのは、筆者が「カリスマ看板娘」と呼んでいるムキコとノムコだ。

馬車道のバーに詳しい人は、伊藤の顔に見覚えがあるかもしれない。彼はコロナ禍で閉店するまで6年間「マクガフィン」(本誌2015年10月号で特集)を経営していた。2021年10月、indigoとして再出発したこの店は、マクガフィンのクオリティを受け継いでいる。ただ一つ、その謎めいた名前の由来について、説明する必要がなくなったのはプラスである！

Anaba: a distinctive bar or restaurant that's hard to find but well worth the search. This describes indigo, a cozy retreat hidden in the twisting streets behind Ishikawa-chō. Owner Yūichi Itō welcomes regulars and first-timers with a tempting menu of Japanese variations on Western dishes. Beer from Japan, natural wine from France, and a well-curated array of sake selections provide a tippie to go with every nibble. Recent visits were shared with a young and happy crowd, many local to the neighborhood, enjoying the excellent food and relaxed atmosphere. With only eight counter seats, indigo fills up quickly so come early!

Start with a selection of tapas (¥480-¥680) and a craft beer (¥800-¥1200) or glass of wine (¥700~). Peruse the handwritten menu for your main course, ranging from pasta to chicken, pork, or beef (¥1780-¥2480). Watch Chef Itō prepare it in full view, explaining his innovative choice of ingredients—for example, Tajima grilled chicken enlivened with *sansho* spices. Tall with a deep voice, Itō is fully at home in his tiny kitchen, assisted by Mukiko and Nomuko, his alternating cast of “charisma beauties”.

If Itō looks familiar to devotees of Bashamichi bars, it's no coincidence; he ran McGuffin (featured in the October 2015 *Seasider*) for six years until it fell victim to the pandemic. Reincarnated as indigo in October 2021, the new bar retains McGuffin's qualities with one advantage: no need to explain its enigmatic name!



CAFÉ KANAZAWA-EN

Text and photos by Glenn Scoggins

Address Kanazawa-ku Shiba-machi 46
金沢区柴町46
Hours 10:30–15:00 Mon, Thu, Fri
8:30–16:00 Sat, Sun (Closed Tues, Wed)
Tel 070-8559-3150
Website kanazawaen.com

緑の中に佇む、古き良き日本家屋の「カフェ金澤園」は、いわゆる普通の「カフェ」にはとどまらない。この建物は1930年、宿泊のできる料亭「金沢園」として開業。文化人や軍の上官などが足しげく通っていた。当時海に面していたこの施設では、割烹料理をはじめ、遊覧船など海のレジャーが楽しめ、与謝野晶子や高浜虚子も訪れた記録が残っている。2016年に建物の老朽化もあり閉店したが、改修後、さまざまな業態を経て2020年9月からは、創業者のひ孫にあたる齊田氏を中心となり2階建ての古民家カフェを運営している。

伝統的な和風の建物だが、ここで提供される料理と流れている音楽は欧米のテイストで、まさに横浜らしい雰囲気だ。メニューにはパスタやオムレツ (1540円)、自家製ケーキなどが並ぶ。コーヒーか紅茶がつくケーキセット (1個またはハーフサイズ2個) は990円とお得な値段。1階はテーブル席だが、ここは2階のお座敷がおすすめだ。急な階段を上がると、飾り格子の窓から庭園や木々の眺望が広がり、アンティークな調度品もあって旅館の名残を堪能することができる。また、かつて使用されていたステンドグラスの窓があるタイル張りの浴室など、建物内を見学することも可能。

居住地の中にひっそりと立つ金澤園から歩いてすぐ近くには、国宝を所蔵する称名寺がある。澄んだ池の上に朱塗りの橋がかかっている景色はまるでポストカードのようだ。また称名寺の後方に広がる「称名寺市民の森」ではハイキングも楽しめる。

Kanazawa-en is more than a relaxing café on a quiet forested slope in a classic of traditional architecture. It was a landmark of Yokohama's southern coast since its establishment in 1930, frequented by Japan's aristocracy and elite naval aviators. Stretching to the coastline, this *ryokan* once featured refined cuisine, its own fleet of rental boats, and a range of pleasures, attracting literary luminaries such as Yosano Akiko and Takahama Kyoshi. It fell into disrepair and was closed in 2016, but in 2020 the founder's great-grandson restored the two-story structure, re-opening it as a café.

While the setting is classically Japanese, the food and background music are Western, befitting Yokohama's hybrid culture. Light meals include pasta and omelets (¥1540), alongside a rotating range of homemade cakes. Coffee or tea with one cake (or two half-sizes) are a bargain at ¥990. Seating downstairs is at tables, but for the full experience, climb the narrow staircase to the *o-zashiki* (tatami room) upstairs, with valuable antiques and an expansive view of the lawn and forest through the lattice-work windows. A tour of the dignified buildings reveals the original tiled bathroom, with a stained-glass window.

Kanazawa-en is hidden in a residential area, a short walk from another of Yokohama's gems: the 13th-century temple of Shōmyō-ji, a National Treasure, with its postcard view of a graceful bridge arched over a limpid pond. Hiking trails abound in the surrounding Citizens' Forest.



選択理論心理学

CHOICE THEORY

Text by **Hisao Saito**
Photos by **Jumpei Kawasaki**

ある勉強会で「選択理論心理学」というものに触れる機会があった。選択理論心理学とは、アメリカの精神科医ウィリアム・グラッサー博士によって提唱された脳の動きを説明する理論で、人がなぜ、そしてどのように行動するのか、脳の仕組みを理解した上で、「すべての行動は自らの選択である」と考える習慣を身につけることによって、周りの人より良い人間関係を築き幸せに生きていくための方法論だ。

その中でとても興味深い例があった。

「電話が鳴る」→「電話に出る」という動作の原因は、「電話が鳴ったから」とするのが今までの心理学だが、選択理論心理学では、「電話が鳴る」→「電話に出る・出ない」どちらか最善の選択をする→「電話に出る」ということで「本人の選択」がプロセスに入る。

つまり、動作の原因は「すべて本人の選択」ということになるのだ。

これは写真を撮影するという行為に似ていると思った。

同一人物のポートレートでも、100人の写真家がいれば100通りの選択がある。

それぞれの写真家は、撮影中それぞれ最善の選択を絶えず繰り返し、撮影に臨んでいるのだ。あなたは写真を撮るときに、どのような選択をするだろうか？

At a seminar that I attended recently I had a chance to learn more about the psychology of Choice Theory.

Choice Theory was proposed by American psychiatrist Dr. William Glasser. It lays out methods for strengthening relationships with the people around you and provides instruction on increasing one's satisfaction in life by developing positive habits. At its core is taking responsibility for your own choices.

There were some fascinating examples presented at the seminar. What follows is a simple one.

The phone rings, you automatically answer it. It's a simple cause and effect. But the concept in Choice Theory is a little different. The phone rings, do you answer it or choose to ignore it? It is your choice to make the best decision for yourself.

It struck me that this is similar to the act of taking a photo. If you have one-hundred photographers taking the photo of the same person, there will be one-hundred different choices on how to shoot it. Each photographer is repeatedly making their own personal best choices during the shoot. When you take a photo, what choices will you make?

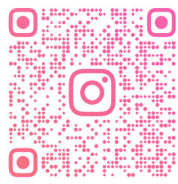


DARK ROOM INTERNATIONAL

中区花咲町1丁目42-1-2F
Naka-ku, Hanasaki-cho 1-42-1-2F
Tel/Fax : 045-261-7654

www.thedarkroom-int.com

MAP
1



7ARTSCAFE

7artscafe is a cultural hub for traditional and modern arts, signature drinks and health-conscious food located in Yokohama, JAPAN.

Spring/Summer 2023 Cafe Hours

Monday: Closed
 Tuesday through Friday: 11:00am - 18:00pm
 Saturday: 7:00am - 18:00pm
 Sunday: 7:00am - 18:00pm
 Enjoy Weekend Breakfast from 7:00am - 11:00am

www.7artscafe.co.jp

MAP 4



18 Yamashita-cho, Naka-ku
 045-664-5757
 11:00-19:00 (closed Mon)

www.elliott.jp

MAP 8



Traditional,
 Natural,
 Quality

Visit our site at
brimmerbrewing.com



THE WORLD'S FIRST
 ENGLISH-LANGUAGE SAKE MAGAZINE

SAKE TODAY

www.saketoday.com

Be Fresh **30**
 2018
 横浜国際教育学院は創立30周年



**YOKOHAMA INTERNATIONAL EDUCATION ACADEMY
 JAPANESE LANGUAGE INSTITUTE**

*Learn Japanese
 in Yokohama!*





43 Miyazakicho, Nishiku, Yokohama 220-0031
 TEL 045-250-3656 FAX 045-250-3657
 EMAIL admissions@yiea.com

www.yiea.com

MAP 6



GREEN

pages

Text by **Masayuki Watanabe**
(Ishikawa-cho Green Manager)

※ Content for Green Pages is sponsored by Charcoal Grill Green

MAP 10

MAP 11

Lamb Barbacon

仔羊のバルバッコア

仔羊肩ロース.....400g
バナナの葉.....1枚(大)

ペースト

玉ねぎ.....1個
ハラペーニョ.....1/2個
チボトレ.....30g
パクチー.....1束
クミン.....15g
ニンニク.....4片
オレガノ.....2g
塩.....適量(20g位)
マンゴージュース.....100ml
ライム.....1個(皮はすりおろす。果肉はジュースにする)

lamb shoulder.....400g
banana leaf, large.....1

Paste

onion.....1
jalapeño.....½
chipotle.....30g
cilantro.....1 bunch
cumin.....15g
garlic.....4 cloves
oregano.....2g
salt.....to taste (about 20g)
mango juice.....100ml
lime.....1 (peel & juice the pulp)

- 1 ペーストの材料(大きいものはカットする)をミキサーでペースト状にする。
- 2 肉全体にフォークを刺して味が染み込みやすくしておく。
- 3 2の肉をビニール袋に入れ、1のペーストを加えよく揉む。袋を密封して半日冷蔵庫に入れておく。
- 4 肉をペーストごと取り出しバナナの葉で包む。密閉するようにしっかりアルミホイルで包んで皿に置き、耐熱バットに乗せる。
- 5 オーブンを130°Cに温めたら、肉をオーブンに入れ3時間蒸し焼きにする。1時間おきに肉の面を変える。
- 6 肉をオーブンから出し粗熱をとりフォークなどでほぐす。肉、ペースト、肉汁をあわせて完成!

*タコスにしたり、トルティーヤで巻いて揚げたり、アボカドとサラダにしたり使い方は自由!

- 1 Mix paste ingredients in a blender. Chop larger items as necessary.
- 2 Pierce the meat many times with a fork to allow easy absorption of flavorings.
- 3 Put the meat and paste in a plastic bag and mix well. Seal and set in refrigerator for half a day.
- 4 Remove the seasoned meat and wrap in a banana leaf. Wrap tightly in aluminum foil so it is not exposed to air. Place in a heat-resistant pan.
- 5 Preheat oven to 130°C then add meat. Roast for 3 hours. Flip the meat every hour.
- 6 Remove from oven. Allow to cool then shred meat with a fork and mix with the juices in the pan. Serve as is.

*Can also be used as filling for tacos, fried in a tortilla wrap, or mixed in a salad with avocado.

Creative Food Menu • Craft Beer & Wine
in a Friendly Atmosphere

charcoal grill & bar

green

石川町

MAP
10

ISHIKAWACHO

NAKA-KU, ISHIKAWACHO 1-8

TEL 045-662-5993

Weekdays: 17:00-26:00

Weekends & Holidays: 16:00-26:00

馬車道

MAP
11

BASH AMICHI

NAKA-KU, BENTEN-DORI 6-79

TEL 045-263-8976

Lunch: 11:30-14:00

Dinner: 17:00-24:00

Sat, Sun, & Holidays
11:30-15:00

www.greenyokohama.com

