

¥0 日本語  
ENGLISH

ハマッ子通信

5

MAY

THE 横浜シーサイダー  
YOKOHAMA SEASIDER  
MAGAZINE



## Inside this Issue

and  
more!

「内部障がい」とは?

Invisible Disabilities

きせきの食卓

Kiseki no Shokutaku

横浜のパイオニアたち

Max Hinder





**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](http://www.telljp.com)  
 Please check our daily phone or chat support hours on our website

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](mailto:kazutomo.shimizu@jasper.dti.ne.jp)  
<http://www.shimizutaxattorney.com/>  
 045-365-1938

[www.045usmc.com/](http://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



**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](http://www.ottiboeki.jp)



横浜の不動産は  
 おまかせください。



**YAMADA**  
 REAL ESTATE SERVICE

[WWW.YOKOHAMARENT.COM](http://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

## 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](mailto: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

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](http://www.nakamaru-dental.jp)

**UCLA Certified**

MAP 7

to **登良屋**  
 ra **YOKOHAMA'S  
 LEGENDARY  
 SASHIMI**  
 ya

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](http://www.japanbeertimes.com/magazines)

Follow us on



# SEASIDER

MAY 2023

5月は暖かい陽気の中、屋外で遊べる楽しい月です。また、今月はもっとも重要なイベントの一つ、母の日があります。そして「ヨコハマフリューリングスフェスト(ドイツの春祭り)2023」が赤レンガ倉庫で5月7日(日)まで開催中。ドイツのソーセージやビールを堪能しましょう! 今月号では、昭和初期に横浜に住み、日本各地の西洋建築を数多く設計したスイス人建築家、マックス・ヒンデルを特集しています。フランス山にはヒンデルの設計で再建されたフランス領事館の遺構が残されているので、お散歩がてら見に行ってみてはいかがでしょうか。今月も思う存分楽しんでいきましょう!

May is a fun month in Yokohama as the weather warms and beckons outdoor adventures throughout the city. Most of all, it features one of the sweetest and most important holidays of all, Mother's Day. Of course, enjoy German bratwursts and German beer at the Yokohama Frühlingsfest (Spring Festival) held at the Red Brick Warehouse through May 7. In this month's issue, we highlight Swiss architect Max Hinder who lived in Yokohama in the early Showa Era (1926-1989) and left an indelible legacy of Western-style buildings throughout Japan. On one of your outdoor excursions we recommend visiting the French Hill where remnants of one of Hinder's buildings still survive.



Help Support us • Patreonで支援する:  
[www.yokohamaseasider.com/supportus](http://www.yokohamaseasider.com/supportus)

Follow us on Facebook, Twitter & Instagram



[www.facebook.com/SeasiderMagazine](http://www.facebook.com/SeasiderMagazine)

Twitter: @YokohamaSsdr

Instagram: @yokohamaseasider

**Publisher**  
Bright Wave Media, Inc.

**Cover**  
Mari Miyamoto of Kiseki no Shokutaku (photo:Ishikawa)

**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



**Advertising**  
[info@yokohamaseasider.com](mailto:info@yokohamaseasider.com)

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. YSM 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。

For more info visit [www.yokohamaseasider.com](http://www.yokohamaseasider.com) **3**



# 内部障がいへの理解と取組

## INVISIBLE DISABILITIES

Text by Ry Beville

私はカリフォルニア大学バークレー校で、精神障がいテーマに講義をおこなっている。このコースでは、発達障がいなどの特性をもつ人々が、文学（小説やノンフィクション、短編小説、詩、回顧録、報道）、映画やテレビなど映像のなかで、どのように描写されているのかについて考察している。おもに自閉症を取り上げているが、ダウン症や双極性障がい、ADHDのようなその他の障がいにも目を向け、また講義の中では日本人作家の書籍も紹介している（これについては後述）。

コースのキーワードは、「ニューロダイバーシティ」。この言葉は、オーストラリアの自閉症の社会学者ジュディ・シンガーが提唱した「特性の違いを多様性と捉えて相互に尊重し、それらの違いを社会に活かしていくこと」を意味する。肌の色、目の形、体形などと同様に、多様な脳の形があるというものだ。しかしながら、一部の人が持つ脳は一般の人と比較して、ある一部分が特化しているなどの違いがみられる。こういった脳の機能が異なるさまざまな違いを示す個人のことを「ニューロダイバージェント」（「神経定型発達」（訳注：発達障がいではない人）の対義語として）と表現される。ニューロダイバージェントの人々に対して公的、または法的な形で障がい者だと判定する条件は設定されているが、神経定型発達と、自閉症などの明確な線引きを設定することは難しいこともある。どの部分を指して、そしてどの部分からそのように判定されるのか？ 我々は皆、脳の形態の中のどこかに当てはまっているのだ。

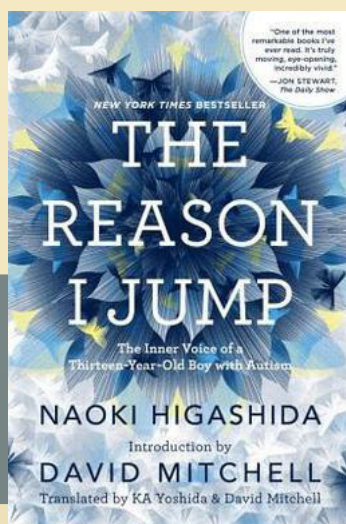
講義の受講生は、1994年にノーベル文学賞を受賞した故大江健三郎の作品を読む。大江氏は、彼の息子であり「高度支援が必要」な障がい

I teach a yearly course at the University of California, Berkeley about neurological disability. It focuses on how literature (novels, non-fiction, short stories, poetry, memoirs, and journalism) as well as film/TV portray individuals with neurological disabilities. We look at autism in particular, but also consider other neurological conditions like Down syndrome, bipolarism, and even ADHD. We also read several Japanese authors—more on that below.

A key term of the course is “neurodiversity”, which was coined by Australian autistic self-advocate Judy Singer. The concept is that humanity encompasses many different kinds of brains, just as it does skin color, eye shape, or body type. However, some brains are dramatically different from most of the population. One word to describe such individuals is “neurodivergent” (as opposed to the population that is “neurotypical”). We might have official, legal designations for disability that apply to neurodivergent individuals, but it’s difficult to draw a bright-line distinction between what’s neurotypical and conditions like autism. Where does it begin and end? We are all a part of a brain continuum.

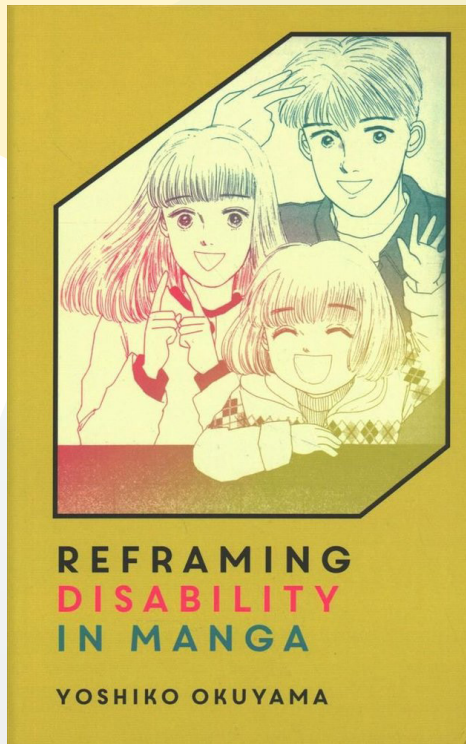
Students read work by the late Japanese novelist Kenzaburō Ōe, who won the Nobel Prize in 1994. He wrote extensively about

Naoki Higashida's *The Reason I Jump: The Inner Voice of a Thirteen-Year-Old Boy with Autism* (Japanese: 自閉症の僕が跳びはねる理由～会話のできない中学生がつづる内なる心～)



Kenzaburō Ōe at Japan Institute Cologne, Germany (credit: H.P. Schaefer)





をもつ作曲家、光さんについて、著書の中で多く触れている。「高度支援が必要」というフレーズはニューロダイバージェントの人々を表す言葉として好まれている。というのも「重度障がい」といった言葉は否定的な側面を強調しているように聞こえるからだ。言葉を話せなかったり、四肢を動かさないとしても、何かに優れていたり、秀でていることもある。単に健常者より多くの支援が必要ということに過ぎないのだ。受講生はまた、若き作家の東田直樹氏の著作も読む。彼の『自閉症の僕が跳びはねる理由』は世界的なベストセラーとなり、同名で映画化もなされている。同氏は日本語・英語のツイッターも開設しており、この純粋で才能豊かな作家に興味のある読者はチェックしてみよう。ほかにもこの分野で学術的にも重要な作品に位置づけられるのが、ヨシコ・オクヤマ著の「Reframing Diversity in Manga (邦題:マンガで書き直す障害)」だ。オクヤマ氏は著書の中で、漫画は社会への理解を深めるのに効果的な場だと論説している。最後にご紹介するのが、テンブル・グランディン氏である。彼女は自閉症の作家であり、提唱者であり教授でもある。当講義でもよく扱っている。クリア・デインズ主演で2010年に映画が公開され(邦題:『テンブル・グランディン 自閉症とともに』)多数の映画賞を受賞。この伝記映画を観たことがある人もいだろう。

コースでは、障がい者とその介助の歴史にも触れているが、これには少々気が滅入る。これまで多くの障がい者が安楽死、重労働、ネグレクト、差別という厳しい現実と直面してきた。そのいくつかは現在でも発生している。しかし長い目で見てみると、ここ数十年間のあいだで社会は改善しつつある。大江氏のような作家、グランディン氏のような提唱者のおかげで、障がい者への理解は深まり社会参画の機会が増加してきている。起業家として、政治家として、芸術家として。「ノーマライゼーション」がキーワードだ。社会は多様性を受け入れ、さまざまな支援を提供することで、ニューロダイバージェントの人たちも適合できるように変わってきている。また、外見ではわからない障がい者「内部障がい」の存在を認知する

his disabled son, Hikari, a composer with “high-support needs”. That phrase is encouraged by neurodivergent individuals because terms like “severe disability” only emphasize negative aspects of the condition. A person may lack language or behavior control, but still be brilliant or gifted at something. They simply need more support than others. Students also read the young author Naoki Higashida, whose work *The Reason I Jump* became an international bestseller. It inspired a movie by the same name. He has Twitter accounts in English and Japanese if you’re interested in perspectives from this inspiring young man. Japanese manga also has a good track record of inclusion. An important scholarly work is “Reframing Disability in Manga” by Yoshiko Okuyama. She argues that the space of manga has been effective in creating social change. Lastly, the amazing Temple Grandin, an autistic author, advocate, and professor, is a key voice in this course. You might watch the 2010 film biopic about her, starring actress Claire Danes, which won a mountain of awards.

We look at the history of disability and professional care, too. It’s depressing. Many disabled individuals faced euthanization, abuse, neglect, and/or discrimination. Some of that continues to this day. Thankfully, the long view is an arc of progress. In just the last few decades, thanks to writers like Oe and advocates like Grandin, disabled individuals have enjoyed increased inclusivity and access to society. Some are entrepreneurs, politicians, or artists. “Accommodation” is a keyword, and society is doing a much better job of accommodating neurodivergent folks, whether through acceptance or providing support.





Temple Grandin's talk at TED 2010 (credit: Steve Jurvetson)

ことも、彼らの社会参画への理解や支援を生み出す意味で重要である。そしてこの認知を高めることにより、そのような障がいを持つ人々が社会に参画しやすくなるのだ。一見して障がいがあるかわからないような軽度のケースでは、会話や行動を見て知的障がいがあるか判断できる。例えば自閉症は言葉の使い方が異なったり、繰り返し行動(常同行動)を伴うなどの特徴からわかることもあるが、多くの場合、医師による診断によってのみ知的障がいがあると判定される。

「内部障がい」の範囲には、発達障がいなどではない障がいが含まれる。慢性的な背中の痛み、がん患者など治療による体調不良、更年期障がいによる不調など。そのような外見ではわからない障がいを理解することは、思いやり、サポート、適応への第一歩になるだろう。

日本は一般的にこのような障がい者(こころの健康の改善にはまだ長い道のりがあるが)に対する支援は非常に進歩している。日本の社会は外見では分からない障がい者への理解を推進し、前向きに対応するべく手を打っている。何年も前、東京都は「ヘルプマーク」を作成した。女性が妊娠していることを示す「マタニティマーク」と同様に、このマークは配慮を必要とする人々が、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせることで支援を受けやすくなる目的で作成された。自分の不調について自ら伝えにくいと感じる人にとっては、このマークは有用である。ヘルプマークは現在全国で使用され、自治体で申請すると取得できるものとなった。

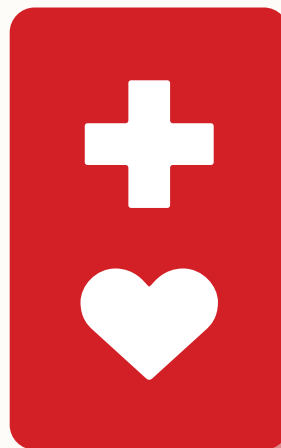
最近、ヘルプマークに対する意識向上キャンペーンや、その認知を広め支援する組織に注目が集まっている。横浜にあるその一つが、2021年に設立されたNPO法人「ピュアスマイルスタジオ」だ。理事長は横浜市民の下澤純子氏である。このNPOでは数々のワークショップなどを通じて活動しているが、そのうちのいくつかは「7artscafe」が会場となっている。くわしくは <https://shimojun.world> (ピュアスマイルスタジオ) をチェックしよう。ヘルプマークに関する情報はオンラインでも多数発信されており、区役所でも知ることができる。あなたが何かをすとき、周囲にはさまざまな障がいを抱えた人々が苦しんでいるかもしれないこと、そして親切な思いやりと、寄り添ったささやかな行動が、障がいを抱える人々の笑顔につながることを忘れてはいけない。

Recognizing the existence of “invisible disabilities” is important to creating inclusivity and support. And this better ensures that people with invisible disabilities can fully participate in and contribute to society. Some disabilities are not physically obvious. In some cases, you can identify neurological disabilities through casual interaction and observation. An autistic person, for example, may use language in unusual ways or engage in repetitive activities. But in many cases, only trained, professional observation can identify certain disabilities.

The concept of invisible disabilities includes disabilities or afflictions beyond neurological ones. Somebody might suffer from chronic back pain, weakness due to certain medications (like cancer patients), or discomfort from menopause. Recognition of invisible disabilities is the first step toward compassion, support, and accommodation.

Japan in general has a good track record of professional services and support for those with disabilities (though it still has a long way to go with mental health). Japanese society is furthermore becoming more cognizant of invisible disabilities and is taking action to positively address it. Years ago, the “Help Mark” symbol and badge was conceived by the Tokyo government. Similar to the badge some women wear to indicate they are pregnant, this badge was intended to show that the person suffers from some kind of invisible disability or affliction. Again, it’s hard for some people to self-advocate so this badge is useful for them. The badge is now a nationwide endeavor, and people can apply for it at their local ward office.

There has been renewed attention toward the Help Mark recently, including public awareness campaigns and organizations to support its recognition. One in Yokohama is Pure Smile Studio, an NPO founded in 2021. Its CEO is Yokohama resident Junko Shimosawa. The group organizes workshops and activities, some of which are hosted by 7artscafe. For more information, visit <https://shimojun.world> (Pure Smile Studio). Alternatively, visit your local ward office. Whatever you do, please try to remember that there are many out there suffering and that small acts of kindness and accommodation can bring them joy.



助け合いのしるし  
ヘルプマーク  
The official help mark  
symbol



JAPAN IS ONE OF THE MOST HYPER-ALLERGENIC COUNTRIES THAT I HAVE WORKED IN and I often joke with my patients that allergy season in Japan is spring, summer, winter, and fall. As opposed to the allergy season in most North American and

## HAYFEVER IN JAPAN

European countries, which typically occurs in the spring and fall, Japan's allergy season tapers up through late fall and starts in earnest with the

blooming of Japanese cedar trees (*sugi*) in December, making winter a high season for allergies. The industrial boom in Japan during the Meiji and Taisho eras saw massive deforestation, as valuable lumber was used to modernize the country; bald mountains were reforested with the tall, straight, and slender *sugi*, both hardy and aesthetically pleasing. As these trees began to come to maturity en masse in the 1980s, pollen counts have risen year over year for the last several decades. News reports from this last February noted some of the highest pollen counts in 20 years.

The *sugi* continue to bloom through the end of February, at which time they are joined by Japanese cypress (*hinoki*) and *ume* (plum) pollens as well as pollen from sakura and numerous other blooming trees, flowers, and grasses. (The same things that make Japan so beautiful also make it rough for the allergy sufferer!) Add to this the dust coming in from the Asian mainland carried by spring winds, and you have a recipe for an allergy Armageddon.

But there's little need for despair as Japan has a plethora of antihistamine and anti-allergy preparations available both off-the-shelf as well as from your doctor by prescription. As no two people get relief from exactly the same regimen, sometimes it takes a couple of "shots on goal" to find a regimen that's right for you. Work with your healthcare provider and keep at it. And beyond medications, don't forget to control the environment in your home to minimize pollen—clean bedding and pillows often, wipe down surfaces and floors with damp clothes, hang your laundry inside if you're particularly sensitive to outdoor allergens, and don't forget your mask (and sometimes goggles!) when you go outside.

**As the weather heats up, pollen counts begin to fall. Summer is right around the corner—you'll get through this!**

*Dr. Gautam Deshpande is a US-board certified physician and founding Vice Dean of the St. Luke's International University Graduate School of Public Health*

This page has been brought to you as a public service of the Yokohama **BLUFF CLINIC**.  
[bluffclinic.com](http://bluffclinic.com)









- 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 Kiseki no Shokutaku [D-7]
- 14 Belgian Beer Weekend [C-7]



Mari Miyamoto



きせきの食卓

## KISEKI NO SHOKUTAKU

Text and photos by Akiko Ishikawa

Address 横浜市中区元町2丁目93 3F  
Naka-ku Motomachi 2-93 3F  
Tel 045-264-9678  
Hours 10:00~20:30  
月曜定休(祝日を除く) Closed Mondays  
Web [kisekicafe.com](http://kisekicafe.com)

MAP  
13

「きせきの食卓」は、2016年にオープンしたヨガスタジオ「元町YOGA2016」併設のオーガニックカフェだ。ヨガのインストラクターと調理の両方に携わるオーナーの宮本麻里は、これまで大勢の人々と関わってきたなかで、毎日きちんと食事を摂っている人は、集中力や作業効率、生産性まで違っていることに気付いた。「ヨガで心と身体をほぐしても、身体をつくる源でもある食生活がストレスフルだと、すぐに逆戻りしてしまう」。そんな思いを解決するべく誕生したのがこのカフェだ。

食に対する考えは一貫しており、使用している食材の数々、お米、野菜、肉や魚、お茶・コーヒーなど、すべてにこだわっている。「重ね煮」という、野菜の「うまみ」を最大に引き出すことができる陰陽論の手法をもとに調理がおこなわれ、玄米などの穀物と旬の野菜を中心に、マクロビオティックをベースとしたメニューが提供されている。ランチタイムは、それぞれ品数がかかる3つのコース(¥1375~¥2475税込)が用意され、週替わりのメイン料理を、肉・魚・野菜のいずれかから選択できる。食べ応えある量だが、野菜が多く消化が良いため身体に優しい内容だ。併設のヨガスタジオで心と身体をほぐしたあと、カフェのお弁当(¥1000税抜・要予約)を購入して持ち帰ることもできる。「何もかも便利なものに走りがちで、時短や効率化が主流の世の中、その流れにあえて逆行するように、できるだけ有機野菜にこだわって、化学調味料は不使用、調理方法にも手間と愛情をかけた、健康的な食事を提供したい。そしてそのような食が、探さないといけないようなマイノリティーなものではなく、もっと身近なものになることを願っています」。そう語る宮本は、内面からポジティブなエネルギーがあふれている。

人生はさまざまな出会いがたがなり「起点の軌跡(きせき)」であると例えるならば、一期一会を大切にしたい。そしてそのような日常を楽しむために、健康的な活動の源でもある毎日の食事にはこだわりたいと思う。ひいてはその積み重ねが、「きせきの食卓」のテーマでもある「儂(きせき)を積む(きせき)」ことにつながるのだから。

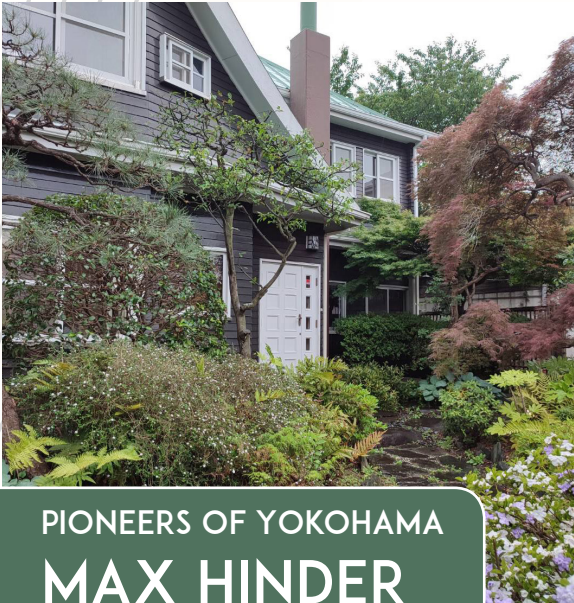
Kiseki no Shokutaku is an organic cafe that shares space with the yoga studio Motomachi Yoga 2016, which opened in that same year. Owner Mari Miyamoto doubles as the yoga instructor and chef. Interacting with countless people over the years, she realized that those who take proper meals each day concentrate better, are efficient workers, and have better productivity. She notes, “You may be unwinding in heart and body through yoga, but if your eating habits are marred by stress, then you don’t get anywhere.” This cafe is her response to resolving that.

Her philosophy toward food is one of consistency. Whatever ingredients she uses—rice, vegetables, meat, fish, even coffee and tea—are all carefully curated. Her menu is based on macrobiotics, emphasizing grains like genmai and seasonal vegetables. She also relies on a yin-yang method of cooking known as “layered boiling”, which reportedly best draws out the umami flavor of vegetables. Lunch (¥1375~¥2475) is three courses and the main dish, which changes weekly, is your choice of meat, fish, or vegetables. There’s plenty of volume, but with all the vegetables that are good for digestion, it’s easy on your system. After decompressing at the yoga studio you could also buy a cafe bento (¥1000; pre-order) for take-out.

Miyamoto, teeming with positive energy, says, “Just about everything is trending toward convenience. Mainstream society is moving toward efficiency and optimization. By contrast, I want to provide healthy meals through cooking that uses organic vegetables as much as possible, avoids artificial flavors, and involves labor and love in the process. I hope that meals like this become more commonplace.”

If life is a path (a “kiseki”) from a single point of origin that is woven through with an array of encounters, then we should value those that are singular. And so that we can make the most of our time, we should prioritize our daily meals, too, which are at the heart of a healthy lifestyle.





## PIONEERS OF YOKOHAMA MAX HINDER

Text and photos by Joseph Amato

今月号の「横浜のパイオニアたち」では、マックス・ヒンデル(1887-1963)をご紹介します。横浜そして日本各地に多くの建築を残したスイス人建築家だ。1924年、北海道に來日したヒンデルは、西洋の影響を受けた明治のスタイルと日本伝統の様式を掛け合わせた建築設計に多数携わった。ヒンデルが設計した建物の多くは教会で、西洋と日本のスタイルを融合させながらもロマネスク様式で建てられた。新潟のカトリック新潟教会・司教館(1927年)などがある。1928年にはヒンデルは東京でもっとも古い教会の一つ、カトリック神田教会を設計。登録有形文化財に指定されているカトリック神田教会は、鉄筋コンクリート造りで、半円アーチ型の吹き抜けの天井が特徴だ。

横浜のガス山通り沿いには、生い茂る木々に隠れた旧ヒンデル自邸(1927年)が佇んでいる。札幌から横浜へと居を移したヒンデルは、1940年までこの地で数々の設計を手掛けた。山手の丘の上に立つヒンデル旧自邸からは一方では海が望め、また谷も見ることができる。台形のような屋根にカーブ状の切妻屋根があらわれた、ガラス張りのリビングルームが特徴的だ。現在のオーナーは1970年からここに住んでいたが、現在は売りに出されている。

数キロ離れた場所には、横浜港を見下ろす港の見える丘公園があり、その北側には1894年からフランス領事館が置かれていたフランス山がある。元の建物は関東大震災で倒壊したため、ヒンデルが設計した新しい領事館が1930年に建てられた。第二次世界大戦の戦火は免れたものの、火事により2階と3階部分を焼失。現在ではコンクリートの基礎部分、壁や階段の一部などが遺構として残っている。遺構の周囲には当時の写真などの紹介文が添えられている。山手まで来たら、立ち寄ってほしい場所の一つである。

マックス・ヒンデルと彼が設計した建築物についてはこちらをチェック：  
For more on Max Hinder and his architectural designs here in Japan, please visit:

[modern-building.jp/Max\\_Hinder](http://modern-building.jp/Max_Hinder)



This month's feature on "Pioneers of Art and Architecture" is the Swiss architect Max Hinder (1887-1963), who designed numerous architectural splendors in Yokohama and elsewhere in Japan. Arriving first in Hokkaido in early 1924, Hinder began work on numerous projects that combined Western-influenced Meiji traditions with Japanese traditional styles. The majority of Hinder's buildings in Japan are churches, including the wooden Catholic Niigata Church (1927) that blends both Western and Japanese styles, yet is very much stylistically in line with Romanesque European churches. In 1928 Hinder designed the Kanda Catholic Church, which is one of the oldest churches in Tokyo. Registered as a National Tangible Cultural Property, it is steel-framed with reinforced concrete and features a semi-circular vaulted ceiling.

Along Gasuyama Street in Yokohama, one might miss the sprawling estate hidden by century-old trees and built by Hinder as his own home in 1927. Having moved from Sapporo, Hinder settled in Yokohama, continuing his many projects until 1940. With unobstructed views, the "Hinder-Haus" estate is perched high on the Yamate Hill overlooking the sea on one side and the valley on the other. Unique features of this house include the flared roof style and curved gable living room with full glass doors. The current owners have lived in this house since the 1970s and have the historic gem on the market for sale.

A few kilometers away on the northside of Minato-no-Mieruoka Park overlooking Yokohama Port is the French Hill, location of the French Consulate from 1894. Destroyed by the Great Kanto Earthquake (1923), a new building was designed by Hinder in 1930. Although it survived the fire bombs of 1945, the consulate later fell prey to a house fire that destroyed the second and third wooden floors. One can still see the remains including the concrete foundation, side walls, and part of the stairs of the official residence. Near the remains are photographs and descriptions in Japanese of the entire consular compound—a recommended stop while visiting the Yamate historic district.



## 上質世界 QUALITY WORLD

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

「人を撮影する時のコツを教えてください。」と聞かれることが頻繁にある。(驚くことに写真を生業としている人から)もっと具体的に言うと、被写体の笑顔を引き出す方法を教えてくださいということだ。

じっくり撮影する時間がある、その人のパーソナルを写し込むような撮影の時や、その人の人生の節目になるような、いわゆるアンカリングをするような写真撮影の時に、私は心がけていることがある。それは、まず撮影前や準備中の会話で、被写体のQuality World(クオリティワールド)に入れてもらうということだ。

Quality Worldとは、「その人が近づきたいと思う人、物、信条などが『イメージ写真』として貼り付けられている記憶の世界」のことで、人はそのイメージ写真の状態に近づこうと無意識に行動しているといわれている。その人にとっての理想の世界に自分も加えてもらうのだ。

そのために、被写体の「好きな人」「好きな趣味」「好きなスポーツ」「好きな食べ物」など、被写体の「好き」に共感していくのである。自分の好きな趣味に共感してくれる人を敬遠するはずがないし、もし同じスポーツの経験者なら、同じ種類の感動を経験してきた仲間だと思ってくれるだろう。ただし、知ったかぶりをするとかえって逆効果になる。そう、カメラマンには広い知見が求められるのだ。そして、カメラマン自身も被写体を自分のQuality Worldに入れ、お互いがお互いにとって好ましい存在となることができたなら、自然とそこに生き生きとした笑顔が生まれる

I often get requests to provide tips on how to best take photos of people. Surprisingly, these commonly come from people already making a living working in photography. More specifically, I frequently get asked how to make a subject smile naturally.

When I have an abundance of time to shoot, I do my best to take photos that capture the subject's personality or record on film a turning point in the person's life (referred to as anchoring). To accomplish this, prior to the shoot I converse with the subject to identify what constitutes the individual's "quality world". This term is defined as the 'personal picture album' of all the people, things, ideas, and ideals that we have discovered and that increase the quality of our lives. It is theorized that people act to approach what is portrayed in their personal album. When doing a shoot, I try to put myself in the subject's shoes and imagine that portrayal.

To this end, I immerse myself in the subject's favorite people, hobbies, sports, foods, and the like. We are generally drawn to people who share similar likes. For example, if you have experience playing the same sport, you can more easily understand the excitement it provided the other person. However, simply pretending to know will likely have the opposite effect, pushing you apart. So it's beneficial



ものである。

インスタグラマーやユーチューバーが良い写真や動画を撮影できるのは、自分のQuality Worldの中のモノ限定で撮影しているからで、その枠から外れたものにも彼らが同様に対応できるかと問われれば疑問が残る。

プロであるならば、知見を広く持ち、被写体が誰であっても、その人のQuality Worldに瞬時に入り込んでいくスキルを持つべきだ。

for photographers to have a wide range of experiences. When you can insert yourself into your subject's quality world and establish a mutual feeling of appreciation for the same things, that smile will naturally appear during your shoot.

The reason why Instagrammers and YouTubers can successfully present good photos and videos is because they limit themselves to things in their quality world. However, if they try to take on a topic outside of that realm, they become uncomfortable and doubt creeps in.

Pros in my business should always strive to broaden their knowledge and to develop the skills to smoothly enter into their subject's quality world, regardless of how similar they may be in reality.

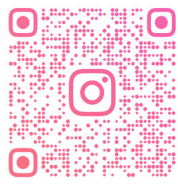


## DARK ROOM INTERNATIONAL

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](http://www.thedarkroom-int.com)





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](http://www.7artscafe.co.jp)

MAP 4



[www.elliott.jp](http://www.elliott.jp)

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

MAP 8



Traditional,  
 Natural,  
 Quality

Visit our site at  
[brimmerbrewing.com](http://brimmerbrewing.com)



THE WORLD'S FIRST  
 ENGLISH-LANGUAGE SAKE MAGAZINE

SAKE TODAY

[www.saketoday.com](http://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](mailto:admissions@yiea.com)

**[www.yiea.com](http://www.yiea.com)**

MAP 6



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

※ Content for Green Pages is sponsored by Charcoal Grill Green

MAP  
10

MAP  
11

# Chocolate Banana Ice Cream



## チョコバナナアイスクリーム

バナナ ..... 1本(3cm位にカット)  
生クリーム ..... 200ml  
牛乳 ..... 100ml  
全卵 ..... 1個  
卵黄 ..... 2個分  
ブラウンシュガー (無い場合はグラニュー糖でOK) ..... 120g  
チョコレート ..... 100g (包丁で細かく砕いておく)

banana ..... 1 (cut into 3cm pieces)  
fresh cream ..... 200ml  
milk ..... 100ml  
egg, whole ..... 1  
egg yolks ..... 2  
brown sugar (alternatively use granulated sugar) ..... 120g  
chocolate ..... 100g (finely chopped)

- 1 バナナと牛乳をミキサーに入れバナナピューレにする。
- 2 ボールに全卵、卵黄、ブラウンシュガーを入れホイッパーでよく混ぜる。
- 3 2のボールに生クリームと、1をホイッパーで混ぜながら少しずつ加える。最後にチョコレートを入れる。
- 4 冷蔵庫で3の液体をよく冷やす。
- 5 冷えたら冷凍庫に移して2時間ほど置くと、周りから少しずつ固まってくるのでホイッパーで全体を混ぜる。その後は30分おきに混ぜ全体が固まったら完成です。

\*アイスクリームマシンを持っている人は、4の次にアイスクリームマシンに入れてください。  
\*甘さや入れる材料は自分好みに変えてくださいな。

- 1 Put banana and milk in a blender and puree.
- 2 Mix the whole egg, egg yolks, and brown sugar in a bowl and beat.
- 3 Add fresh cream and banana puree to the bowl, mixing in little by little. Then add the chocolate.
- 4 Chill mixture well in the refrigerator.
- 5 When it's sufficiently chilled, move to freezer and allow to sit for about 2 hours. After that, mix every 30 minutes until it solidifies.

\*If you have an ice cream machine, put the mixture in it after step 4.  
\*Adjust the sweetness and add other ingredients as you like.

# ベルギービールウィークエンド Belgian Beer Weekend

**86**  
beers

**Yokohama**  
Yamashita Park MAP 14

5.18 T H U → 5.21 S U N



 STOP! Under20 Drinking



[www.belgianbeerweekend.jp](http://www.belgianbeerweekend.jp)

**11:00 ~ 21:00**  
(5.18 16:00 ~ 21:00)

(last order 30min before closing time)