

FREE • 無料

NPO  
YOKOHAMA  
SEASIDER

横浜シーサイダー



バイリンガル • BILINGUAL



特集記事

Inside this issue

Highbury  
The Cave of Beer

アレックス  
パットモア選手

ノースプレーン  
ファーム緑園 and more...

ISSUE 182

1 / 2月

January • February 2025



Visiting Yokohama?  
Visit the Yokohama Seaside first  
[www.yokohamaseasider.com](http://www.yokohamaseasider.com)



SEASIDER

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

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




横濱帆布鞆

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

**045**  
Yokohama Canvas Bag

**Made in Nippon**

map 3

100+ Kinds of American Craft Beer • Cider • Southern Food

# Southbound

TAPROOM & BOTTLE SHOP




  @southboundjp  
 contact@southbound.jp  
 1 min. from Hinodecho Sta.

 045-341-0325  
 southbound.jp  
 京急日ノ出町駅から徒歩1分





map 14

横浜の不動産は  
おまかせください。




**YAMADA**  
REAL ESTATE SERVICE  
[YESC.CO.JP](http://YESC.CO.JP)

有陽舎社 **IT7**  
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

Eat the old school way

# TORAYA

## 登良屋

Delicious Sashimi and Tempura

FAMILY OWNED

Naka-Ku, Yoshida-machi 2-3  
045-251-2271  
Tues - Sat 11:00 - 20:00  
(Food L.O. 19:00 / Drinks L.O. 19:30)



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



# ISSUE 182 YOKOHAMA SEASIDER

特定非営利活動法人 Yokohama Seaside Magazine

## ご挨拶 GREETINGS

2025年もよろしくお願いたします！ 今年の目標はもう決まりましたか？ 体を鍛える？ 新しい仕事を見つける？ 何か芸術に挑戦する？ それとも、家族や友人との時間をもっと大切にする？ どこか孤独を感じやすいこの寒い冬の季節には、そうした目標を忘れないようにしましょう。必要ならば助けを求めてください(私たちのスポンサーであるTELLカウンセリングを活用するのもおすすめです)。一人で悩む必要はありません。ここ横浜のような素晴らしい温かいコミュニティではなおさらです。日本で最も魅力的でフレンドリーな街の一つである横浜のこの素晴らしい精神を今年はより一層盛り上げていきましょう！

Greetings in 2025! Got inspiring goals for the new year? Getting in shape? Finding new work? Something artistic? Spending more time with friends and family? Don't forget that, especially during these lonely winter months. Or reach out for help if you need (consider TELL, one of our supporters). You never have to go it alone, especially in a community like Yokohama's. This is one of Japan's best and friendliest cities. Let's all strive to enhance that spirit this year!



## 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



## MUSIC BAR 45

横浜駅西口徒歩5分

ハイエンドオーディオサウンド  
を体感出来る  
「ミュージックバー」

【スピーカー-TANNOY Turnberry/GR】  
【アンプ McIntosh MA252】

Instagram

Google



## MUSIC BAR 45

5-minute walk from  
Yokohama Station

For a high-end audio  
experience,  
"Music Bar 45"

### Follow us on Social Media



#### FOUNDER

Ry Beville  
Founded in 2009  
NPO established in 2023

#### SUPPORT US

If you are an individual,  
we welcome small donations via our website:  
[www.yokohamaseasider.com/supportus](http://www.yokohamaseasider.com/supportus)  
Thank you again!



#### CONTRIBUTING EDITORS AND WRITERS

Ry Beville  
Akiko Ishikawa  
Mayura Sugawara  
Shinsuke Miyamoto  
Misato Hanamoto  
Oliver Alexander

#### MANAGING EDITOR

Ry Beville

#### DESIGN

Matthew Gammon

#### COVER

Kohei Ando at  
Highbury - the Cave of Beer.  
(Photo by Mayura Sugawara)

#### OFFICE

231-0063 Yokohama, Naka-ku  
Hanasaki-cho 1-42-1  
Noge Hana Hana 2F  
045-341-4122

### 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 this organization. We are not responsible for the quality or claims of advertisers. YSM is available at roughly 600 locations throughout Kanagawa prefecture. Except for ads, and unless noted, none of the content in the Yokohama Seaside Magazine is paid publicity.



# クリケット日本代表 アレックス・パットモア選手 Alex Patmore and Cricket in Japan

Interview by  
Oliver Alexander



日本におけるクリケットの歴史は1860年代に遡り、当時の試合はイギリス軍の騎兵隊によって行なわれていた。近年日本においても、クリケットは海外からの居住者増加に伴い人気が高まっている。かつては、日本人のみで構成されていた日本代表チームだったが、現在はクリケットが盛んな国で育った日本の血を引く選手が多く含まれている。日本代表チームは、先日韓国で開催された予選トーナメントで見事全勝し、ワールドカップ出場をかけて次の大会へ進出を決めた。

横浜シーサイダーは、日本代表チームの選手であり、サンモール・インターナショナル・スクールの教師でもある、アレックス・パットモア選手にインタビューする機会を得た。彼は直近のトーナメント試合を振り返るとともに、日本や海外のクリケットを取り巻く現況について洞察を語ってくれた。

**日本でクリケットはどのくらい人気がありますか？ また、どのようにして発展してきたのでしょうか？**

もし、街を行き交う人びとに、クリケットについて知っていますか？ と質問しても、詳しく知らない人がほとんどでしょう。しかし、クリケットは1800年代半ば以降、ヨーロッパ人が日本へやってくるようになってからは、国内でも何らかの形で試合が行われていたようです。そして試合が行なわれた最初の場所のひとつが横浜と言われています。ここ10年から15年の間でも、インド、パキスタン、バングラデシュ、スリランカなど南アジアが活躍の選手が増加しており、日本のクリケット競技人口は増加傾向です。日本は国内の選手もさらに増強して、クリケットの成長に力を入れようとしています。栃木県佐野市は、クリケット推進の街として中心的な役割を果たしており、自治体も一丸となって活動しています。小学校、中学校などの体育の授業にクリケットが組み込まれているのです。私は日本と英国の

Cricket in Japan has a history dating back to the 1860s, with early games played by British troops. The sport has gained popularity in recent years, particularly with the influx of expatriates. The national team, once composed entirely of Japanese players, now includes many with Japanese heritage who grew up in cricket-playing countries. The team recently won all matches in a qualifying tournament in Korea, advancing to the next World Cup qualifying round.

*Yokohama Seaside* got a sit-down interview with Alex Patmore, who balances his professional commitments as a teacher at Saint Maur International School with the fitness and discipline required as a player for the Japanese national team. He reflects on the recent tournament and the next steps that may raise the profile of Japanese cricket both domestically and internationally.

**How popular is cricket in Japan, and how did it develop here?**

If you walked onto the street and asked people at random what cricket is, I don't think they would know too much about it, even today. However, cricket has been played in some form or another since the Europeans came in the mid-1800s, and one of the first places was here in Yokohama. In the last ten to fifteen years, we're seeing more people from South Asia—India, Pakistan, Bangladesh, Sri Lanka—increase the participation numbers in Japan. Japan is also trying to grow the game with more Japanese domestic players. The city of Sano in Tochigi is sort of the cricket hub, where the local government has been on board. They deliver cricket in PE lessons;



血を引いています。私たちは日本人の親を持ち、オーストラリア、ニュージーランド、パキスタンなどで生活している、または過去に生活していたハーフのクリケット選手たちで構成されていて、それぞれ日本とつながりを持っています。

#### 所属チームには、日本人とハーフの選手が多く所属していますか？

6、7年前までは全員が日本人、つまり日本で生まれ育った人だけで構成されていました。しかし、5年前から方針が変わり、日本のパスポートを持っている外国人選手を探すようになりました。私たちが参加した直近のトーナメントでは、14名のチームのうち日本で生まれ育った日本人選手は3名で、他の9名は日本人とイギリス人、オーストラリア人、ニュージーランド人、パキスタン人のハーフでした。また、インドの選手が2名いましたが、彼らは日本での生活が長く、日本を代表する資格を得ていました。私たちはチームの日本としてのアイデンティティを保持し、推進していくことを重視していて、フィールド上で、対戦国に何を話しているのか理解されたくないときは、日本語で会話しています！

#### 2024年9月に、韓国で開催されたトーナメント戦はいかがでしたか？

本大会は、インドとスリランカ主催で2026年に開催が予定されている男子クリケットワールドカップ予選トーナメントの第一ステージでした。私たちは韓国、インドネシア、フィリピンと対戦し全勝することができました。2025年秋に開催予定の最終予選へ進出が決定し、それを突破できればワールドカップ出場が決まります。アジア全土との対戦となるため、厳しい試合になると予想されます。9チームが出場し、その上位3チームのみが出場権を得ることができます。そのうちの4チームは、去年のワールドカップに出場経験があるので、我々にとって不利な状況です。6、7チームは完全にプロで、我々はセミプロとして実力を付けてきているといえるでしょう。今年、ネパール、オマーン、UAE、パプアニューギニアなどの国に追い



it's embedded in the curriculum in elementary, middle school, and so on. I have Japanese and UK heritage, and we're accessing a lot of cricket players who currently live or grew up in places like Australia, New Zealand, and Pakistan, who have a Japanese parent, and who are connected to Japan in some way.

#### Are there lots of mixed-heritage people on your team, then?

About six or seven years ago, everyone was Japanese-born and raised in Japan. About four or five years ago, there was a shift in policy, where they were willing to look overseas for players who might have a Japanese passport. In the tournament we just took part in, of a squad of fourteen, there were three Japanese players born and raised in Japan, while nine of us were half Japanese, half either British, Australian, Kiwi, or Pakistani. There were also two players originally from India who have lived in Japan for long enough that they've become eligible to represent the country. However, we're very conscious of maintaining and promoting the Japanese identity of the team. On the field, we speak in Japanese when we don't want the other team to understand what we are talking about!

#### What were your experiences at the recent tournament in Korea, held in September 2024?

This was the first stage of a qualifying tournament for the next men's cricket World Cup to be held in 2026, hosted by India and Sri Lanka. We played against South Korea, Indonesia, and the Philippines, and it was a clean sweep—we won all our matches. So we've progressed to the final qualifying round next year, which will be sometime next autumn. If we advance through that, then we'll have made the World Cup. It's going to be difficult because we'll be playing against all of Asia. There will be nine teams, and only the top three teams will qualify. Four of those teams already featured at this year's World Cup. So the odds will be stacked against us. Six or seven of the teams are fully professional, and Japan is starting to head towards semi-professional. We've still got a long way to go to catch up with some of the teams next year, including Nepal, Oman, the UAE, and Papua New Guinea. In Nepal, for example, it's their number-one sport, and some of their players are on contracts worth millions of dollars around the world. We've still got a long way to catch up in terms of how much time we actually get to train and play together.

#### What challenges did you and your team face during the tournament, and how did you overcome them?

We realized that in previous tournaments, we would start well, but (like one we had in Thailand earlier this year) towards the end, our performance would drop off. So we identified ways that we could be a bit smarter in managing rest and recovery diets. Something that's

つくためには、まだまだ乗り越えなければならない壁が多く立ちほだかります。たとえば、ネパールではクリケットが一番人気のスポーツで、選手の中には世界で何百万ドルもの契約を結んでいるような選手もいます。我々が彼らと同じくらい、トレーニングやチームと一緒にプレイする時間を確保できるようになるにはまだまだかかります。

**トーナメント期間中、あなたやあなたのチームはどのような課題に直面しましたか？ そして、それらをどのように乗り越えましたか？**

これまでの大会では、スタートは好調でも(2024年初めのタイ大会のように)ゲーム終盤が近付くにつれて、パフォーマンスが落ちてしまうことに気づきました。そこで、体力回復のための休息方と食事管理を徹底する方法を見つけました。意外と見落とされがちなのが、新しい場所に滞在する際、どのように適切な食事を適切な量摂取するかということです。例えば韓国では美味しい韓国料理があちこちに点在しているので、難しいです。規律を守り意識を高めた結果が勝利に繋がりました。最終日には他国のチームより体が引き締まっていたような気がします。

**特に印象に残っている試合はありますか？**

はい。実は大会初戦のフィリピン戦で、かなり自信をもって臨んでいたのですが、厳しい試合の流れになりました。私は試合の流れを変えるよう必死にプレイし、なんとか勝つことができましたが、初戦から手に汗握る接戦となりました。そしてその後の試合では圧勝することができました。だから私は、もしあの初戦で自分が力を発揮できていなかったら、トーナメントの結果は違ったかもしれないと思っています。

**最後に、子どもの頃から自分が代表チームの一員になると考えていましたか？**

私は子供のころ、イギリス代表選手として試合をしたいと思っていました。イギリスの大学へ通っていた頃まで、日本にクリケットが存在していることさえ知りませんでした。しかも日本に来るまで、私には他の日本人、また日本人とのハーフの知り合いがいませんでした。大学のジムでマシン運動をしていたとき、クリケットの試合(英国対南アフリカ)が放映されていたのですが、その時に観客席にカメラが向けられ、解説者が「今日はクリケット日本代表チームが来ています」と言ったのです。その後しばらく連絡することは無かったのですが「日本人ハーフの自分なら、チームでプレイできるかも」と思っていました。それで、日本へ来た時によく彼らに連絡してチームのメンバーになりました。幼いころから日本で過ごし、コミュニティの一員となっている子どもたちが少し羨ましいです。彼らが私を受け入れてくれる限り、そして私にエネルギーがある限り、これからも頑張り続けようという意欲で満ち溢れています。

**アレックス・パットモア選手、これまでの経験と日本のクリケットに対する考えを教えてくださいありがとうございます！**

overlooked is how to eat well when you're staying somewhere new, especially given all the amazing Korean food there is everywhere. It was about trying to maintain that sort of discipline, and it paid off. By the last day, I think we showed we're fitter than the other teams.

**Was there a specific match that was really memorable for you?**

Yes, the first game of the tournament, actually. We were in a sticky situation against the Philippines, who were going into the tournament quite confident themselves. I helped to drag us out of that, and we were able to get over the line and win that first game, which was the tightest game that we played—a nail biter. After that, we dominated the rest of the tournament. I like to think that the tournament could have gone differently if I hadn't played my part in that one game.

**Finally, did you expect yourself to be on a national team when you were young?**

I wanted to play for England when I was growing up. It wasn't until I was at university in England that I even knew there was cricket in Japan. I didn't actually even know another Japanese person, or half-Japanese person, until I came to Japan. I was in the university gym on my bike, and they were showing a cricket match (England versus South Africa). They turned the camera to one of the boxes, and the commentator said, "Today we have the Japan national cricket team in attendance." I didn't even make the connection until a couple of years later. I thought to myself, "I'm half Japanese. I could probably play for them." So when I came over, I contacted them and got on to the team. I'm kind of envious of the young kids who, from an early age, are really part of this community. It motivates me to keep going for as long as they'll have me, or as long as I have the energy.

**Thank you for sharing your experiences and giving us insight into Japanese cricket, Alex Patmore!**



**Japan Cricket Association**

X (twitter) @cricketjapan  
website cricket.or.jp





# ヨコハマスープカレー しんぺー

## Yokohama Soup Curry Shinpee

Text and photos by  
Mayura Sugawara

**Address** 横浜市旭区鶴ヶ峰1-1-2

Asahi-ku, Tsurugamine 1-1-2

**Hours** Lunch 11:30~14:15 (L.O. 13:45); Dinner 17:30~21:00 (L.O.  
20:30 closes when soup runs out)

**Instagram** soupcurry\_shinpee



寒い日が続くこの季節、スパイスたっぷり野菜もたくさん摂取できる熱々のスープカレーは魅力的だ。鶴ヶ峰のヨコハマスープカレーしんぺーは無添加で20種類以上のスパイスを使用したカレーと、こだわりの具材を楽しめる店だ。

店主の石山晋平は北海道苫小牧出身で、大学進学で東京にやってきた。卒業後、一度は一般企業に就職したものの、北海道で複数の飲食店を経営していた祖母の影響から、飲食の道を志すようになった。イタリア料理店で修行をしていたが、もっと専門的な店を始めたいと考え、横浜市内のスープカレー屋で修行したのち2014年に独立した。

定番メニューだけで10種類を超えるスープカレーは、北海道を中心に取り寄せた野菜を使用しており、月替わりのカレーや季節の食材を使用したカレーも選ぶことができる。ライスもスープカレーに合うよう、硬めで粘り気の少ない品種を選んでいる。

一番人気のチキン野菜のスープカレー(¥1650)は、骨付きチキンに人参、ジャガイモ、ブロッコリーなど8種類の野菜と卵が乗っており、食べ応え抜群。辛さは5段階から選べるが、野菜の甘みとスパイスのバランスを楽しめる中辛がおすすめだ。カレーは全てお持ち帰りも可能(容器代+¥50)。スープの旨みを感じながら食べ進めると、じんわりと汗をかいていることに気がつくだろう。野菜不足を解消し、体を温めにぜひ訪れてみよう。



In this season of continuing cold days, a hot and spicy soup curry with plenty of vegetables is very appealing. Yokohama Soup Curry Shinpee in Tsurugamine is a restaurant where you can enjoy additive-free soup curry made with over 20 types of spices along with carefully selected ingredients.

The owner, Shinpee Ishiyama, is originally from Tomakomai, Hokkaido, and came to Tokyo for university. After graduating, he first worked at a company, but inspired by his grandmother, who had managed several restaurants in Hokkaido, he decided to pursue a career in the food industry. He first trained at an Italian restaurant, but eventually wanted to open a more specialized establishment. After further training at a soup curry shop in Yokohama, he became independent in 2014.

The standard menu features over 10 types of soup curry, made with vegetables sourced primarily from Hokkaido. Customers can also choose curry of the month or other limited curries made with seasonal ingredients. The rice is selected to complement the soup curry, using a variety that is firm and has little stickiness.

The most popular dish, the Chicken and Vegetable Soup Curry (¥1650), features a chicken leg served with 8 types of vegetables such as carrots, potatoes, and broccoli, as well as an egg, making it a hearty meal. You can choose the level of spiciness from five options, but the medium spice level is recommended to enjoy the balance between the sweetness of the vegetables and the richness of the spices. All curries are also available for takeout (container fee of +¥50). As you savor the robust soup, you'll gradually notice yourself sweating. It's the perfect dish to increase your vegetable intake and warm up your body, so be sure to give it a try.

### Record levels of walking pneumonia

YOU MIGHT'VE NOTICED A LOT OF PEOPLE COUGHING IN SHOPPING MALLS, ON TRAINS, and out and about in town this fall and winter. Undoubtedly much of it was common cold viruses that spike every fall, and there was maybe even a little resurgence of COVID-19 in the early autumn. However, starting in the fall of 2024, the world saw a global resurgence of the organisms that cause “walking pneumonia”, most notably *Mycoplasma pneumoniae* and, to a lesser extent, *Bordetella pertussis* (a.k.a. whooping cough).

Unlike the common cold, influenza, and Covid viruses, these “walking pneumonia” organisms are bacterial. Tenacious intracellular organisms, they set up shop in the cells of the respiratory tract, causing deep and prolonged coughs that often manifest as fits or spasms of uncontrolled coughing. While many of these infections are limited to a persistent bronchitis that may last for up to four weeks or more, a certain percentage will develop into pneumonia. As opposed to the more typical pneumonia organisms that land people in the hospital, “walking pneumonia” also called atypical pneumonia, is associated with only low-grade fevers and little or no chest X-ray findings. Nonetheless, they can cause significant fatigue and prolonged feelings of illness (in addition to that cough you just can't seem to shake.)

Outbreaks of these atypical pneumonias tend to occur every 5 to 8 years, coinciding with the waning of immunity that most people carry from their last bout with these organisms or conferred from previous vaccination. Fortunately, there are now excellent antigen-based and PCR-based genetic amplification tests that can swiftly and accurately identify these organisms. Luckily, through responsible stewardship of antibiotics, most of these bacteria continue to be susceptible to specific but commonly used and widely available antibacterial drugs.

*Dr. Deshpande is a US-board certified physician and a partner at the Tokyo Medical and Surgical Clinic.*



This page has been brought to you as a public service of the Yokohama Bluff Medical and Dental Clinic. [www.bluffclinic.com](http://www.bluffclinic.com).

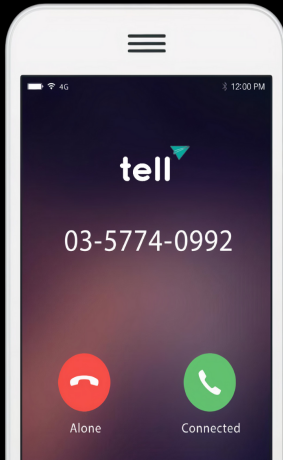


tell **LIFELINE**  
**EVERY DAY FOR 50 YEARS**  
Reach out to us . We are never alone.

We are here all weekend from 9 AM to 11 PM Monday  
Monday - Thursday: 9 AM to 11 PM  
Friday: 9 AM to 2 AM

Toll-free: 0800-300-8355 Chat: [www.telljp.com](http://www.telljp.com)

Please check our website for daily hours.



鍼灸美容サロン

# 馬車道HariA

みなとみらい線 馬車道駅より徒歩2分

特別な”脈診”を駆使した  
完全オーダーメイド鍼灸治療



Instagram  
[@bashamichi\\_haria](https://www.instagram.com/bashamichi_haria)

map  
10

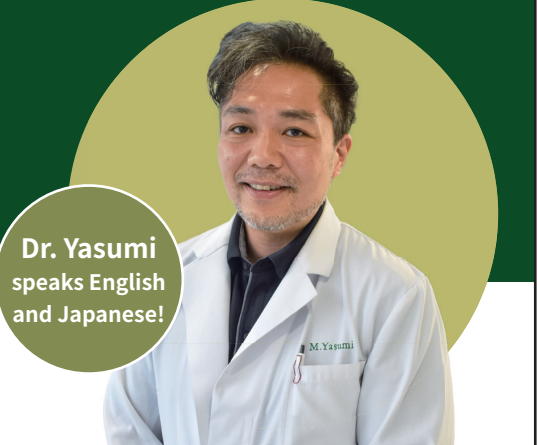
# Your health means everything to you

健康に生きる事は人生の大きな目標



Close to Bashamichi Station! 馬車道駅に近い!

Yokohama-shi, Naka-ku, Motohama-cho 4-39, Mihashi Bldg. 4F  
横浜市中央区元浜町4-39 三橋ビル4F  
Tel. 045-323-9488



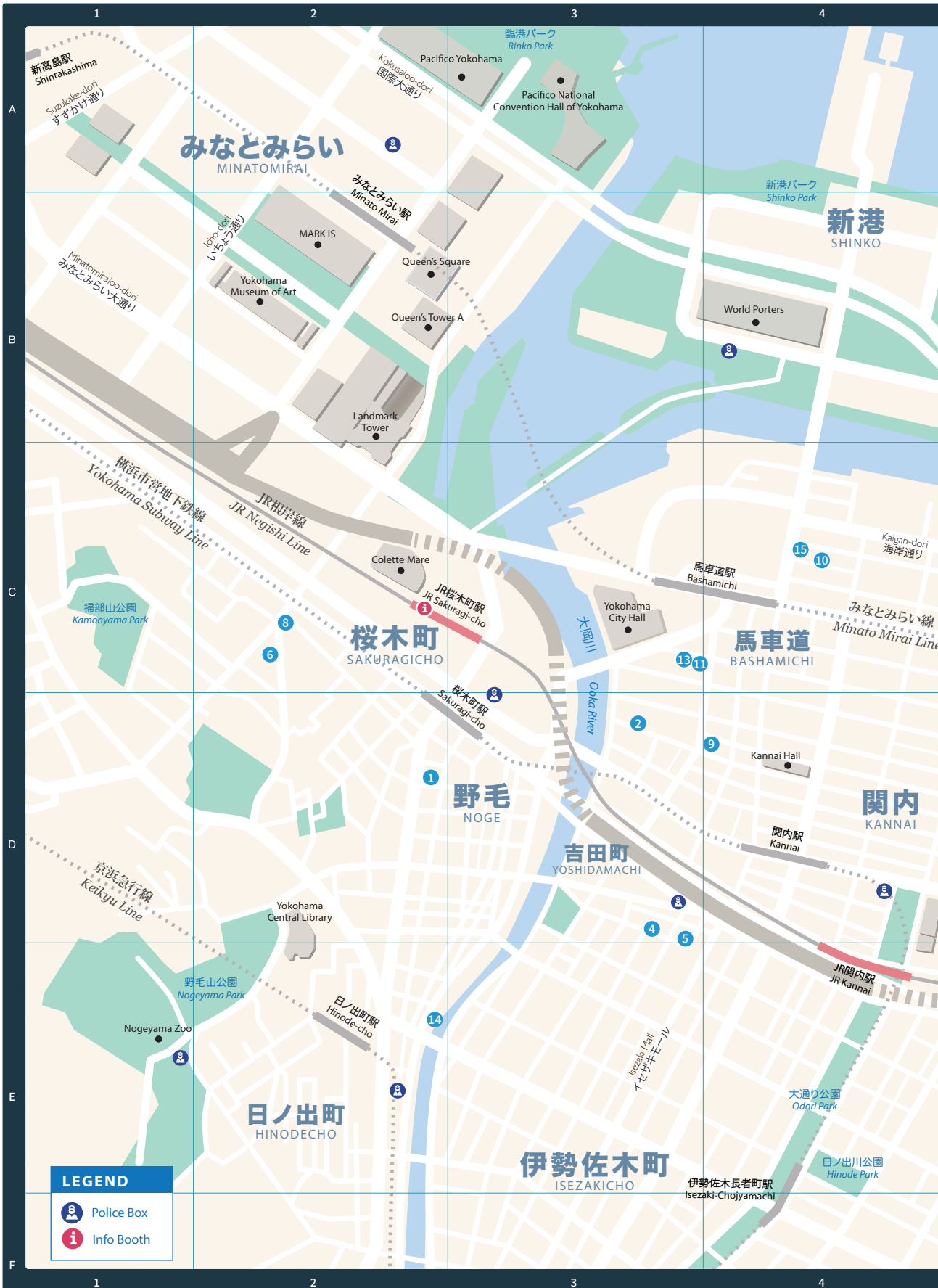
Dr. Yasumi  
speaks English  
and Japanese!

Reservations available online  
オンラインで予約可能



website: [spine-chiro.com](http://spine-chiro.com)

map  
15





# SEASIDER

- 1 Dark Room International [D-2]
- 2 Yokohama Brewery [D-3]
- 3 045 Yokohama Canvas Bag [C-6]
- 4 Sparta [D-3]
- 5 Toraya [D-3]
- 6 YIEA [C-2]
- 7 Nakamaru Dental Clinic [E-6]
- 8 Highbury [C-2]
- 9 Bashamichi Taproom [D-4]
- 10 Bashamichi HariA [C-4]
- 11 Bashamichi Green [C-3]
- 12 Bluff Clinic [E-8]
- 13 World Yakiniku Center [C-3]
- 14 Southbound [E-2]
- 15 Spine Chiropractic [C-4]



# Morature

Text and photos by  
Akiko Ishikawa

**Address** 横浜市瀬谷区南台1丁目39-1  
Seya-ku, Minamidai 1-39-1

**Hours** Lunch 12:00 ~ 14:00 Dinner 18:00 ~ 21:30  
Closed Mondays

意匠性の高い円形にくり抜かれた天井が印象的な空間を生み出し、カーブの壁面からは柔らかい光が差し込む。そんなこだわりの建築で本格フレンチのランチコースを、2500円(税込)で食べることができるとあって、店内はいつも地元の人びとで賑わっている。

オーナーシェフの滝戸丞は、学生時代に横浜のステーキ店でアルバイトをしていたことがきっかけで、料理の道へ進むことを決めた。その後、吉祥寺の南欧料理の店で10年間修行したのち、生まれ育ったこの場所に、夫婦でフランス料理店をオープンしたのが2000年のことだ。その時々で内容が変わるランチメニューは、季節のスープ以外の、前菜、肉か魚のメイン料理、デザートとドリンクをそれぞれ選ぶプリフィックス形式。魚料理は、その日の朝に市場で仕入れた魚をさばいて提供している。取材時には、前菜に京都のヒラスズキのカルパッチョと、メイン料理はメジナのソテーをいただいたが、火入れが絶妙で幸福感に満ちた一皿に仕上がっており、魚介系の料理を選ぶお客様が多いというもうなずける。デザートメニューにある、かぼちゃのプリンが創業当初から変わらないレシピで長年のファンが多い。夏の季節限定で提供される桃のスープも人気メニューの一つだ。「決して都会ではありませんが、この瀬谷という場所でリーズナブルに、気軽に、少し日常から離れてフランス料理を食べながら、おなかも心も満たされ、笑顔で楽しいひと時を過ごしてもらえたら嬉しいです」のように語る。

「毎年家族の記念日には必ずこの店でお祝いしています」と、その場で出会ったお客様が教えてくれた。温かい雰囲気や地域の人びとから愛されている「モラトゥール」は、スタッフの人柄が最高のスパイスだ。



The ceiling is intricately cut into a circular shape, creating a striking space with soft light pouring in from the curved walls. Given that patrons can enjoy a full French lunch course in such a meticulously designed setting for just ¥2,500 (tax included), the restaurant is always bustling with regulars.

Owner-chef Susumu Takido decided to pursue a career in cooking after working part-time at a steakhouse in Yokohama during his student days. After training for ten years at a Southern European restaurant in Kichijoji, in 2000 he and his wife opened this French restaurant here in their hometown. The lunch menu, which changes regularly, is a prix-fixe format where customers can choose from appetizers, a main dish (either meat or fish), and dessert, along with a drink and the seasonal soup. The fish dishes are prepared using fish bought fresh from the market that morning. When I visited, the appetizer was a Hirasuzuki (Blackfin seabass) carpaccio from Kyoto and the main dish was sautéed Mejuro (Japanese amberjack). The cooking was impeccable and the dish was a delightful creation that imparted a sense of happiness, explaining why many customers opt for seafood dishes. The pumpkin pudding on the dessert menu has remained unchanged since the restaurant's opening and has many long-time fans. Another popular seasonal dish is the peach soup, offered only in summer. "Although Seya isn't a chic urban area, I'd love for people to come to our restaurant to enjoy French cuisine at an affordable price, to relax and take a break from daily routines, and to leave feeling both full and happy with a smile on their face," says Takido.

A customer I spoke to shared, "Every year, we always celebrate our family's anniversary here." With its warm atmosphere, Morature is beloved by the local community and the personality of the staff is the perfect spice to make it even more special.





# Highbury -The Cave of Beer-

Text by Photos by  
Ry Beville Mayura Sugawara

**Address** 横浜市中区花咲町 3-99 1F  
Naka-ku, Hanasaki-cho 3-99 1F

**Tel** 050-1205-9956

**Hours** Weekdays 15:00-23:00 Weekends 13:00-23:00

**Instagram** @highbury\_the\_cave\_of\_beer



map  
8

HIGHBURYは横浜の新しい、注目すべきバーの一つだ。ここでは、高品質なラガーやベルギービールのほかに、カスクエールも楽しむことができる。カスクエールとは何か簡単に説明すると、濾過されていないエールのことで、一次発酵後にカスクと呼ばれる木樽にビールを詰め二次発酵をおこない、1~2日間「呼吸」と呼ばれる特別な期間を経て提供される。カスクエールについてもっと知りたい、または飲んでみたいという方は、ぜひ訪れてみよう。居心地の良い内装や、親しみやすいオーナーの安藤耕平など、他にも多くの魅力が詰まっている。

安藤がカスクエールの魅力に惚れ込み、その技術を学んだのはイギリス留学中のことであった。特に注目すべきは、2013年に日本に戻る前に、約7ヶ月間にわたりソーンブリッジ・ブルワリーでインターンをしていたことだ。日本帰国後はビール業界で働き、その後都内にHIGHBURYの1号店をオープンした。その成功を受け、横浜に2号店をオープンしたのである。

通常8つのタップが開栓しており、そのうちの2つはサッポロ黒ラベルと、エビスまたはチェコのピルスナー・ウルケルのラガーが繋がっている。その他は、2~3種類のソーンブリッジのビールと、ヒューガルデン・ホワイヤスタップおすすめの国産クラフトビールがタップで提供されている。そしてもちろん、カスクエールも忘れてはならない。値段はグラスのサイズやビールの種類によって変わるが、ハーフサイズは¥800、フルパイントで¥1500ほどだ。ベルギービールはすべてボトルで提供され、いずれも世界トップクラスものばかりだが、価格もそれ相応に高くなる。

手頃な価格のおつまみも用意されており、シャルキュトリーから炙りマッシュポテトや燻製ミックスナッツといったシンプルなものまで、どれも1,000円未満で楽しむことができる。カジュアルで自宅のようにくつろげるバーカウンターや小さなテーブル席に座れば、どこか懐かしいアットホームな空間を味わうことができる。装飾は安藤がイギリスのアンティークショップで揃えたものである。

安藤は「昔のようにビールを提供したいです。伝統を守り、本物のビールを100年後も楽しめるようにしたいのです」と言う。素晴らしいミッションである！



Highbury is one of Yokohama's more notable bars in recent memory. It serves high-quality lagers, Belgian beer, and... cask ales. What's that? To keep it simple, they're unfiltered ales that undergo further fermentation in a cask. They're then served after a special period of "breathing" for a day or two in that cask. To learn more and/or try it (as you must), plan a visit. There's much more to like, from the cozy interior to its friendly owner, Kohei Ando.

Ando learned the pleasures and art of cask ales during an impressionable stay in the UK. Of note, he spent about seven months interning at Thornbridge Brewery before returning to Japan in 2013 to work in the beer industry. He later opened his first Highbury in Tokyo. Following that success, he opened this branch in Yokohama.

There are typically eight taps connected. Two are for lagers: Sapporo Black Label and either Ebisu or sometimes Pilsner Urquell (Czech Republic). Two or three taps serve beer from Thornbridge. Another serves Hoegaarden White, and yet another, a domestic craft beer recommended by staff. Finally, there's that cask ale. There are a range of glass sizes and prices. Expect to pay from ¥800 for half-size pours to ¥1500 for full pints. The Belgian beer is all bottled, all world-class, and much pricier.

There are reasonably priced small plates of pub fare (well under ¥1000) from charcuterie to simple things like roasted mashed potatoes or smoked items. Seating at the bar or small tables is casual and intimate—you'll feel right at home. Or at least a home from the past; Ando picked up the decor from antique stores in the UK.

"I want to serve beer like it was in the past," says Ando, "so that we preserve that culture and can still drink real beer a hundred years from now." A worthy mission!

# ノースプレーンファーム 緑園

## North Plain Farm Ryokuen

Text and photos by  
Akiko Ishikawa

**Address** 横浜市泉区緑園4-1-2

Izumi-ku, Ryokuentoshi 4-1-2

**Hours** 10:30-18:00(L.O.17:30); closed Tuesdays

**Instagram** northplainfarmryokuen



北海道のおホーツク海に面する人口3500人ほどの興部(おこっぺ)町に、飼料・生産・加工まですべて無農薬にこだわり、日本で初めてオーガニック認定を受けた酪農ノースプレーンファームがある。緑園都市にある支店「ノースプレーンファーム緑園」は、30年ものあいだ街の人びとから親しまれており、店内で食べる本格ハンバーグやソフトクリームが大人気だ。朝起きるのが楽しみになるような有機醗酵バターは筆者もおすすめの一品だ。

この店のオーナー和田俊子の曾祖父が、北海道のおこっぺ町で開拓農民として牛を飼い始めたのが創業の始まりだ。酪農家で育ち、幼少のころから兄と一緒にミルク缶運びの手伝いをしながらのびのび過ごした。雨の日には母親がストーブの上で、葉っぱの形をしたワッフル型のケーキを焼いてくれた。「夢を描いたほうが良いですよ!きっと叶いますから!」明るい声色で発する和田のポジティブなメッセージは、一瞬で周囲の人をとりこにする。おホーツクの大自然の中で育った自由な感性が根源にあるのだろう。

北海道の本社工場は従業員数が70人近くに拡大し、現在は兄の大黒宏が経営している。農林水産省のデータによると、全国的な酪農家の戸数は、1963年には約42万戸だったのが、2024年には初めて1万戸を下回



In Okoppe, a small community of about 3,500 people facing the Okhotsk Sea in Hokkaido, you'll find North Plain Farm, Japan's first organic-certified dairy farm that's committed to pesticide-free feed, production, and processing. The branch store of the farm, "North Plain Farm Ryokuen" in Yokohama's Ryokuentoshi, has been a beloved spot for the local community for over 30 years. Its authentic hamburgers and soft-serve ice cream are particularly popular. One of my recommendations is the organic fermented butter, which makes waking up in the morning something to look forward to.

This store's origin dates back to when the great-grandfather of owner Toshiko Wada raised cattle as a pioneering farmer in Okoppe, Hokkaido. Growing up on a dairy farm, Wada spent her childhood with her older brother helping to carry milk cans while enjoying a carefree life. On rainy days, her mother would bake leaf-shaped waffle cakes on the stove. "It's better to dream big! It'll surely come true!" Wada's bright voice and positive message would instantly captivate those around her. This free-spirited sensibility, nurtured in the vast nature of the Okhotsk region, seems to be the root of her vibrant personality.

Their headquarters in Hokkaido has expanded to nearly 70 employees, and the business is currently managed by Wada's brother, Hiroshi Daikoku. According to data from the Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries, the number of dairy farms nationwide was about 420,000 in 1963, but by 2024, it fell below 10,000 for the first time. Rises in production costs (including feed expenses), a nationwide decline in milk and dairy product





った。餌代など生産コストの上昇に加え、少子化や食生活の変化による全国的な牛・乳製品の消費低迷、地域の人口減少により、ノースプレーンファームの歴史でも、生乳の生産調整をしなければならない時期があったと話す。牛は人間の都合に合わせて出す乳を減らすことはできない。搾乳したばかりの生乳を廃棄するという作業は、酪農家にとってとてもつらいことだ。加工製品の有機チーズや有機醗酵バター、有機ヨーグルト等のほかにも、地産地消の枠組みを超えて全国からおこっぺ町を訪れてもらい、業界全体を活性化できるような、魅力的な商品を生み出せないだろうか。大黒は模索していた。ある時、横浜の百貨店の会長が北海道を視察旅行するため、案内役を引き受けたという。その時かけられた言葉にヒントがあった。「大人でも食べられる歯にくっつかないキャラメルを作れませんか？」消費者の目線に立った何気ない一言との出会いが、新商品開発のきっかけとなった。それができれば面白いかもしれない。地域全体の生乳消費量を活性化させるため、生クリームはあえて地元の大手乳業メーカーから仕入れたものを使用。試作をくりかえし完成した、日本初の生キャラメル。札幌駅の小さな店舗で販売を開始すると「口の中で10秒で溶けてしまう」と大きな反響があり爆発的にヒットした。地域の生乳の消費拡大に大きく貢献することができたのは言うまでもない。

おこっぺ町の小学校の給食では、今も昔もおこっぺ牛乳が配られている。変化を続ける世の中で、変わらないものこそ本物だ。和田は「この街で30年お店を続けていると、当時はお腹の中にいたけど、今はママになっている方もいらっしゃる。ソフトクリームや牛乳の味は変わりません。ずっとここに住んでいる人たちは、うちのソフトクリームを食べて育ち、今は別の場所で暮らしている人もたまに戻ってきてくれます。それはとても嬉しいことです」そのような思いを語ってくれた。

牛の排泄物を堆肥にして豊かな土壌を作り、農業や化学肥料をつかわずに牧草を育てる循環型酪農を創業当初から一貫して続けてきた。自然を守りたい酪農家の思い。サステイナブルな酪農を未来へつなげたい願い。そうだ、すべては「夢を描くこと」から始まっている。

consumption due to changes in dietary habits, and the declining birthrate (meaning a shrinking local population) have all posed challenges. There were times when they had to adjust milk production. Cows can't reduce their milk output to suit human needs. For dairy farmers, discarding raw milk is a painful task. In addition to selling processed products like organic cheeses, fermented butter, and organic yogurt, Daikoku was searching for ways to create appealing products that go beyond the concept of local production and consumption, and could revitalize not only the local community but the entire dairy industry. At one point, he was asked to guide the chairman of a Yokohama department store on an inspection tour of Hokkaido. During this visit, the guest gave him a great idea by asking, "Can you make a caramel for adults that won't stick to your teeth?" This simple comment from a consumer's perspective sparked a new creation. Daikoku decided to use cream sourced from a major local dairy company for the product, thinking that it would spur local milk consumption. After many trials, they developed Japan's first *nama* (fresh) caramel. When first released at a small shop in Sapporo Station, it garnered an overwhelming response, with customers amazed by how it "melted in your mouth in ten seconds." The product went on to be a mega hit, significantly boosting the consumption of local fresh milk.

In Okoppe, the local elementary school still serves Okoppe milk for lunch, just as it did in the past. In a world that continues to change, it is the unchanging things that are truly authentic. "After running this shop for thirty years, we've met customers who were still in their mother's womb when they first visited us, but now they're mothers themselves. The taste of our soft-serve ice cream and milk hasn't changed. People who have lived here all their lives grew up eating our soft-serve ice cream, and even those who now live elsewhere sometimes return. That's something that makes me really happy," Wada shared.

Since its founding, the farm has consistently practiced sustainable dairy farming by turning cow manure into compost to create rich soil, and growing hay without the use of pesticides or chemical fertilizers. This approach reflects the dairy farmer's deep commitment to preserving nature. Their desire to connect sustainable dairy farming to the future all stems from one simple principle: "It all starts with dreaming."



# 小学校で講演会

## LECTURE AT AN ELEMENTARY SCHOOL

Text and photos by  
Hisao Saito

「今日はみなさん一人一人が、夢を実現するために必要なことについて、写真を撮るという行動を通してお伝えしたいと思います。」

・良い写真とは？

→親が撮る子供の写真には、どんな写真家も敵いません。

・どうすれば良い写真が撮れるのでしょうか？

→有名な写真家ハービー・山口の言葉を引用「被写体の幸せを願ってシャッターを切る」。

・それってどういうこと？

→被写体の『上質世界』に、いかに早く入っていけるか、それが大切だということ。

・『上質世界』とは？

→選択理論心理学の代表的な考え方の一つで、5つの基本的欲求「生存の欲求」「愛所属の欲求」「力の欲求」「自由の欲求」「楽しみの欲求」を一つ以上満たす、記憶の世界を『上質世界』といいます。

“Today, I’ll demonstrate what’s important so each of you can make your dreams come true through the act of photography.”

What are good photos?

No professional photographer can take better pictures than the ones parents take of their children.

How can we take good photos?

To quote the famous photographer Herbie Yamaguchi, “Release the shutter while wishing for the subject’s happiness”.

What exactly does that mean?

It’s about how fast you can dive into the subject’s “quality world”.

What is the “quality world”?

It’s one of the basic ideas of “choice theory”. The “quality world” refers to someone’s mental picture of the world where at least one of five basic needs resides, those being: Survival, Belonging, Power, Freedom, and Fun.





つまり、良い写真を撮るために大切なことは、先ず自分を知ること。次に自らの五感をフルに使って、相手のことをよく知ろうとすること。そうすることで、被写体の上質世界に入って行く！これが良い写真を撮る技術です。という講義をした。

私がこの講義で子ども達に伝えたかったことは、2つ！

1. 自分を知ること、自分の夢を見つけること。自分の夢に向かってまっすぐ歩み続けていくこと。それこそが自分らしさである。
2. 五感を使って周りを感じることは、それは他者への貢献に必要不可欠であるということ。

自分一人で夢を叶えることなんてできない。けれど皆がお互いを感じ取ることができるになれば、皆の夢はきっと叶うだろう。子ども達には難しいかも、と思ったが、講義の後、キラキラした目で数人の子もたちが駆け寄ってきて、「面白かった」「私も夢を見つける！」と言ってくれた。うれしかったなあ。

In other words, what's key to taking great photos is to first understand yourself. Then, with your five senses fully activated, try understanding your subject. This lets you dive into their quality world! (so went the lecture...)

There were two things I wanted to convey to the children during the lecture!

1. Understanding yourself means searching for what your dreams are. Continuing to pursue your dreams is what makes you unique.
2. Experiencing your surroundings with your five senses is mandatory when you are giving something to someone.

It's impossible to make dreams come true by yourself. But if we can at least empathize with the dreams of others, theirs will surely come true one day. I thought that the topic would be too difficult for children. However, after the lecture, some came up to me with shining eyes and said things like, "Now that was interesting" and "I'll search for what my dreams are, too!" That made me happy.



## THE DARK ROOM INTERNATIONAL

Address 中区花咲町1-42-1 2F

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

Naka-ku Hanasaki-cho 1-42-1 2F Instagram [the\\_darkroom\\_int](https://www.instagram.com/the_darkroom_int)

Tel 045-261-7654

map  
1



SEASIDER  
法人理念  
MISSION STATEMENT

横浜シーサイダーマガジンは、隔月間で横浜市や神奈川県の情報を提供する日本語と英語併記の無料バイリンガルマガジン(印刷物・デジタル版)です。本誌の発行を通じて、横浜市や神奈川県内の行政、企業、芸術・文化団体と相互に発展的な交流を創出・維持して参ります。加えて、国内外の人々に対して日本の芸術文化の普及・振興に関する事業を行い、日本文化へのより深い理解と、文化芸術の振興に寄与することを目指します。

The mission of the Yokohama Seaside Magazine is to establish and maintain mutually beneficial relationships with the City of Yokohama and Kanagawa Prefecture governments, businesses, and artistic and cultural organizations through bi-monthly print and digital magazines. In addition, we strive to conduct projects related to the dissemination and promotion of Japanese arts and culture to the general public in Japan and abroad, to deepen understanding of Japanese culture, and to contribute to the promotion of culture and the arts.



**SPARTA**  
RESTAURANT

11:30 - 14:00 (ランチは金土日のみ営業)  
17:00 - 22:00

日本発祥の  
ギリシャ料理店

月曜・火曜休  
Closed Mon-Tues

Yokohama's oldest  
Greek restaurant

045-253-1645  
sparta.jp



map  
4

Japan's premier craft beer magazine

THE JAPAN BEER TIMES Purchase back issues and subscriptions  
japanbeertimes.com/magazines

THE WORLD'S FIRST  
ENGLISH-LANGUAGE SAKE MAGAZINE

# SAKE TODAY



Be Fresh 36  
2024

横浜国際教育学院は創立36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

https://www.yiea.com

map  
6



# メキシカン酔っ払いエビ

## MEXICAN DRUNKEN PRAWN

### 材料

エビ(頭付き、殻を剥いて背わたを取る)	6匹
ライム(くし切り)	6片
パクチーの葉	たっぷり

### ソース

テキーラ	100ml
水	100ml
ライム(果汁・皮)	1個分
ニンニク(みじん切り)	1片分
ハラペーニョピクルス(みじん切り)	12スライス分
チポトレペッパー(アドボソース漬け・みじん切り)	1つ分
パクチーの茎(みじん切り)	6本分
ローストクミン(挽いたもの)	ひとつまみ
はちみつ	10g

### Ingredients

shrimp	deveined/shelled (head on), 6
lime wedges	6
cilantro leaf	small bunch

### Sauce

Tequila	100ml
water	100ml
lime juice/zest	1p
crushed garlic	1 clove
jalapeno pickles	chopped, 12 slices
chipotle in adobo	chopped, 1p
cilantro stems	chopped, 6p
toasted cumin	ground, a pinch
honey	10 grams

## 作り方

- ① ソースの材料を全て混ぜ合わせ、エビにかける。蓋をして冷蔵庫で4時間冷やす。
- ② ライムとパクチーを添えて盛り付ける。

## Directions

- ① Add all sauce ingredients together and whisk. Pour onto shrimp, cover, and refrigerate for four hours.
- ② Garnish with lime and cilantro.





# WORLD YAKINIKU CENTER

## GRILLED MEAT DISHES WITH INSPIRATION FROM AROUND THE WORLD!

WYC World Yakiniku Center is brought to you by the same team that operates **Charcoal Grill Green**, one of Yokohama's most successful casual restaurants, known for its world-inspired cuisine, good drinks, and friendly atmosphere. WYC introduces a twist to yakiniku (where customers do the grilling) with unique dishes inspired by cuisines around the world.

### ADDRESS

World Yakiniku Center  
6-79 Benten-dori Naka-ku Yokohama  
Tel: 045-345-9834

### HOURS

Wed ~ Sun 17:00-22:30  
Closed on Mon & Tues

Follow us on Instagram  
[@world\\_yakiniku\\_center](#)



# WWW.WYCYOKOHAMA.COM