

礎

兵庫県臨床検査研究所
Autumn October

2024.10

No.93 いしずえ



危機を乗り越え、 未来に挑戦

代表取締役社長
岩本 泰秀



暑い夏も終わり、いよいよ秋到来、吹く風に秋の気配を感じる過ごしやすい季節がやってきました。日頃より格別のご厚情を賜り、心より御礼申し上げます。

キューバ危機を乗り越えた米国のジョン・F・ケネディ大統領は、「中国語で書くとき、危機という言葉は2つの漢字でできている。1つは危険、もう1つは好機である」と言います。私たちがよく使う言葉に、「ピンチはチャンス」とあります。今、日本は大きな変化の時代を迎える気がします。世界も大きく変化しつつあります。臨床検査業界も、様々な危機に遭遇しています。それは、経営知識では簡単に乗り越えることが難しいかもしれません。そんな時には、まずは「ピンチはチャンス」と捉え、新しい発想で勇気を持って挑戦する事が求められています。

何事にも勇敢に挑戦すると、現状を守るために新しいことには挑戦しない人がいます。挑戦する人とならない人の違いは、その人の持つイメージの違いだと言われています。挑戦する人は先に、成功したときのイメージを描きます。新しい自分に出会う喜び、新しい出来事に出会う感動、新しい発見への驚き、そして、それらを実現させるイメージ。逆に、挑戦しない人は先に、失敗したときのイメージを持ち、周りの目を気にします。失敗したらどうしよう、自分の評価が下がったらどうしようと考えます。プラスのイメージを持って、挑戦する勇気を持つ自分でありたいものです。

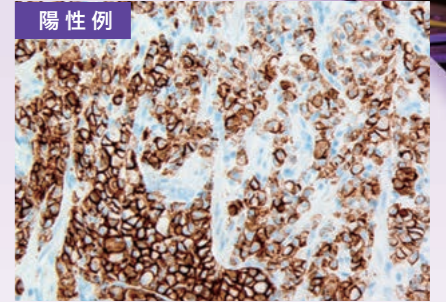
私達の人生は必ず問題が起きます。どの職種どの業界にいても、障害や紛争は必ず起きるものです。世話をして愛情を注いでいた人物が辞めたり、長年の顧客が競争相手の顧客に替わる等、トラブルというのは望んでいなくても必ず起こるものです。しかし、人生における危機は自分で切り抜けるしかありません。古くから「人が耐えられない苦難というものは訪れない」とか「人間は自分が解決できる問題しか直面しないようになっていく」とよく言われますが、大概のものは自分で解決できるものです。逆境や困難、強いストレスを受けてもそこから立ち直る “レジリエンス” を高め、仕事や人間関係で問題に直面してもそれらを乗り越え成長に繋げていきたいですね。

将来を見据えた準備は、どのような仕事においても重要なことです。目の前の優先する仕事も大切にしながら、未来のための仕事にも力を入れたいものです。会社でも個人でも自分を高めるために、学会・セミナーなどの学ぶ場に時間やお金を使ったり、人の集まる場所で人脈をつくったり、お客様に喜んでいただく企画やアイデアを出す活動など、また、不要な業務や仕事を見極め、1つのことに集中していくことも必要です。これらのことは、すぐに実を結ばなくても、継続していくことで組織の繁栄につながっていくように思います。未来のタネをまく。日々の生活に追われていると、未来のための行動が後回しになりがちです。タネをまかなければ花は咲かないように、行動しなければ新しい展開が訪れることはないように思います。将来のための施策は、つい後回しになりがちです。新たな可能性を育てるためにも、日々のなかで考える時間を確保し、取り組んでいくことが大事だと思います。

当社は、よりよい地域医療の発展に向けて、どんな危機も乗り越え、未来に挑戦していきます。

CLDN18 IHC検査

2024年6月3日から、ゾルベツキシマブの胃癌患者への適応の検査としてCLDN18 IHC検査が開始されました。



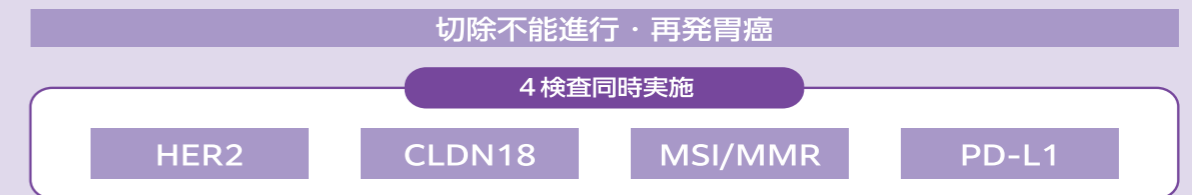
胃癌学会が発表した検査の推奨です。

判定基準

判定	判定結果
陽性	75%以上の腫瘍細胞において、細胞膜に中等度～強い染色がみとめられる
陰性	75%未満の腫瘍細胞において、細胞膜に中等度～強い染色がみとめられる

1 4検査同時実施する場合(本手引きにおいてもっとも推奨される検査タイミング)

実施タイミングのスキーム



2 4検査を同時に実施しない場合(4検査同時検査が不可の場合)

1 一次治療の開始に不可欠なHER2検査とCLDN18検査を実施する

実施タイミングのスキーム



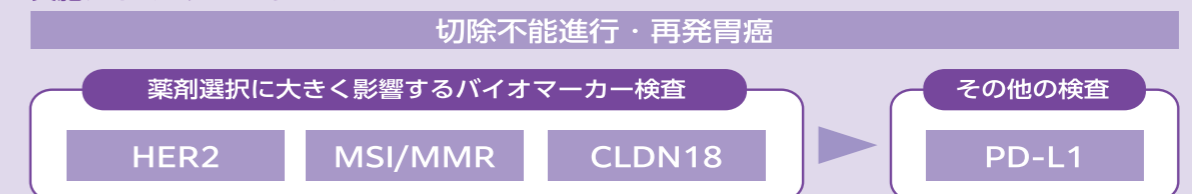
2 一次治療の薬剤に関連するHER2検査、PD-L1検査とCLDN18検査を実施する

実施タイミングのスキーム



3 薬剤選択に関連するバイオマーカーである、HER2検査、MSI/MMR判定検査とCLDN18検査を実施する

実施タイミングのスキーム



血中ペプチドマーカで現在のがんのリスクが分かる ProtoKey[®]大腸がんリスク検査・すい臓がんリスク検査

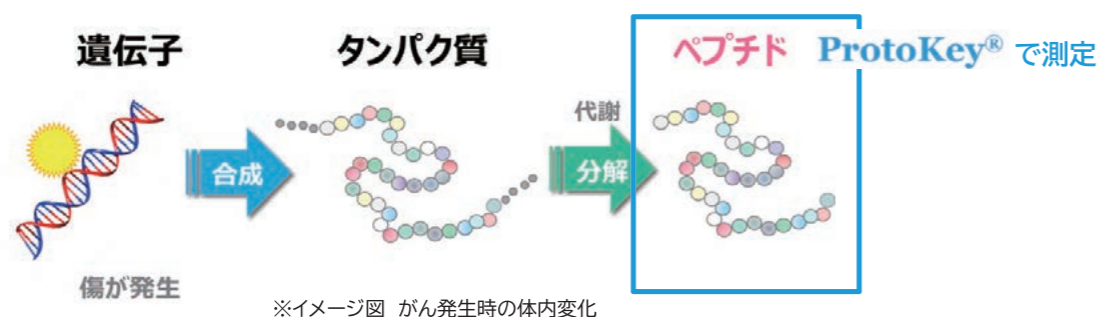
» ProtoKey[®] (プロトキー) がんリスク検査 とは？

POINT 1 血液でわかる検査

血液中のペプチド量を測定することで、がんのリスクを調べる血液検査です。採血のみで簡単に一次スクリーニングが実施できるため、がんの予防・早期発見にご活用いただくことが可能です。

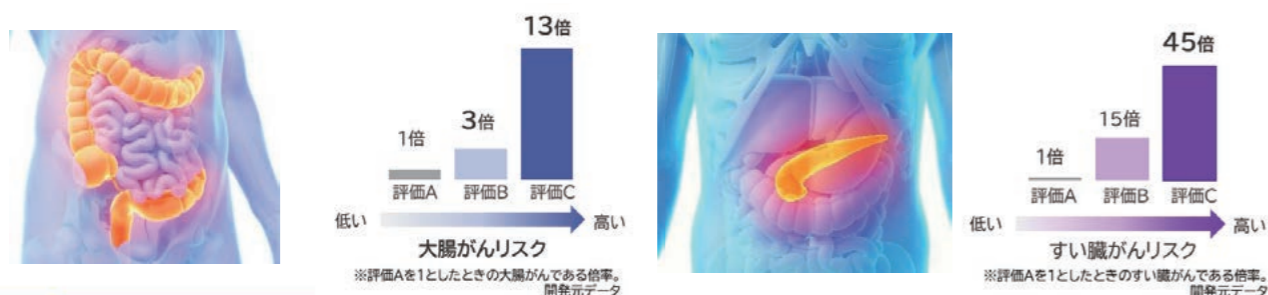
POINT 2 現在のがんリスクがわかる

体内で変化した酵素やタンパク質により、がんに近い状態特有のペプチド断片が切り離されると考えられます。そのため、現在がんに近い状態かどうかを評価することができます。



POINT 3 大腸がん・すい臓がんの各リスクを評価

日本人で死亡数の多い大腸がんリスク検査とすい臓がんリスク検査のラインアップがあります。それぞれのがんについて、「がんに近い状態」か、評価A(低リスク群)・B(中リスク群)・C(高リスク群)の3段階で判定します。



POINT 4 各がんで高い精度を示す

各がんの選択性を重視し、それぞれのがんで特徴的に変化するペプチドを選定しています。また、親タンパクの性質を考慮した複数のマーカーを組み合わせることで、早期から高い精度を示します。

(全ステージ)	大腸がん	すい臓がん
感度	85.7%	89.3%
特異度	90.0%	81.7%

大腸がん:京都市立医科大学との研究成果、すい臓がん:富山大学との研究成果

ProtoKey[®] がんリスク検査をスクリーニングに用いることでがんの早期発見・早期治療の可能性を高めることが可能です。

採血1本で将来の認知症リスクがわかる！



おかげさまで
全国 約3100 施設で
10万人の方が受検

MCIスクリーニング検査プラスは、認知症の前段階といわれる「軽度認知障害 (MCI) のリスクを評価する検査」です。本検査では、アルツハイマー病の病態進行に関わるタンパク質を「栄養」「脂質代謝」「炎症・免疫」「凝固線溶」の4つのカテゴリーに分類して血中量を測定することで、MCIのリスクを評価しています。

MCIスクリーニング検査プラスが医療機関で採用される理由

早期発見・早期対応が可能のため需要増加

40代から受検可能な検査で、からだの状態を把握し、早期に認知症予防や生活習慣改善に繋がります。



採血だけで医療機関にも負担が少ない検査

全血 2mℓ/血漿 0.5mℓ
全血 常温保存 24時間以内に遠心分離・血漿化
血漿化 常温 7日間/冷凍・冷蔵 21日間
少量の採血のため、短時間で終わる検査です！

▶検査結果



検査後の予防コンテンツが充実していて安心

検査結果については、総合評価 A~Dの4段階評価に加えて4つのカテゴリーの評価 良好、注意、要注意の3段階評価します。

4つのフォローについて

- 1 認知症予防にスポットした冊子「認知症予防マニュアル」を受検者へ提供
- 2 フリーダイヤル窓口もあり、一次対応を弊社で承ることもできます
- 3 WEBサイト「認知症予防習慣」運動動画やレシピなど予防のヒントを掲載
- 4 WEBマイページ登録サイト「MyMCIプラス」個人に合わせた予防法を提供



認知症の専門医だけでなく、健診センター・内科・心療内科・皮膚科・美容外科など幅広い医療機関でご採用いただいています！

◀ 詳しい検査についてはこちら

株式会社 MCBI TEL : 03-6824-4034 Mail : info@mcbi.co.jp

防災時の検体搬送訓練



9月8日(日)に姫路市青山地区連合自治会主催の「防災フォーラム・防災訓練」が開催されました。「助ける・助けられる から みんなが助かる」をスローガンに、大型ドローンを使用し、空と陸からの災害援助物資を搬送することを想定した訓練を実施しました。地域産官学民と連携し、地域の防災力を高めることは重要です。当社も医療物資の搬送として参画させていただきました。

《飛行ルート》
 青山町民グラウンド ⇄ 兵庫臨床(本社駐車場)
 片道約2分
 搬送：医療物資
 (ダミー検体、微量採血管キット、試薬関係等)

当社では、万が一、地震や大雨等の災害によって道路が封鎖された場合を想定して、避難所や基幹病院から大型ドローンを活用し検体搬送できるかどうかのテスト飛行となります。今回は、避難所ともなる姫路市立青山小学校周辺の町民グラウンドから、兵庫臨床(本社)駐車場の往路飛行を行いました。

1 松本総務大臣、姫路市長をはじめ、多くの行政関係者の先生方も参加されました。



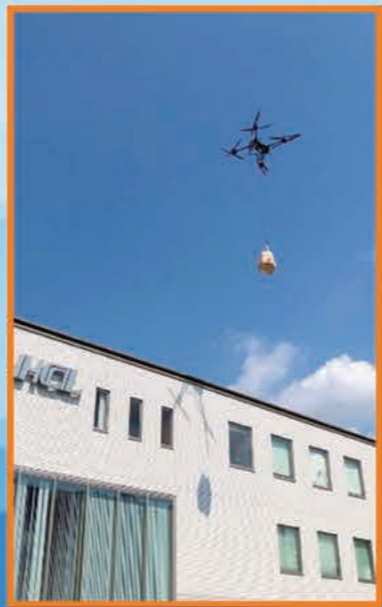
2 医療物資を大袋に入れて出発



上空150m~200m
 (国土交通大臣許可済)



大型ドローン
 (DJY「Fly Cart30」)
 (株) 旭テクノロジー



4 間もなく到着



5 検査結果報告書を詰めて、町民グラウンドへ戻るところです。



6 無事、検査結果報告書をお届けしました。

3 峠を越えて、兵庫臨床(本社)に近づいてきました。

日本では航空法により、ドローン飛行の規制を厳しく定められています。将来、より安全を確保し、規制が緩和できれば、日々の検体搬送の実現を可能にしたいですね。
 岩本



大分臨床検査技師専門学校当社見学

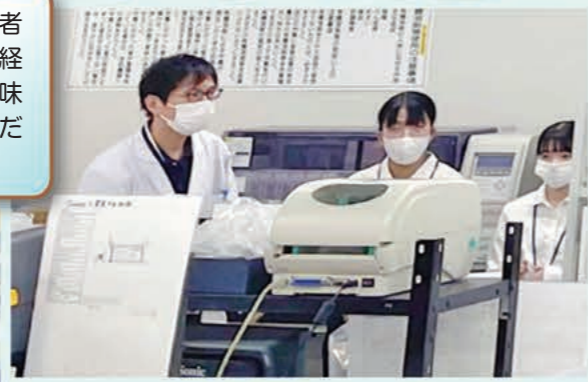
大分臨床検査技師学校の3年生35名が当社へ見学に来られました。以前より交流があり何度か来ていただきましたが、今年は台風10号が直前に日本列島を縦断し開催が危ぶまれましたが、皆様の気持ちが通じたお陰で台風も逸れ、予定通り開催することができました。



本社検査室、病理検査HPL、食品MELを見学していただきました。皆さん非常に熱心に説明を聞いていただけました。



検査現場で担当者からの生の声や経験談を非常に興味深く聞いていただきました。



将来の自分達の働く姿を想像して聞いていただいています。将来が楽しみです。



後日、生徒の皆様から感想文を頂きました。臨地実習先で触れる機会がなかった食品衛生分野や質量分析法、その他検査機器のスケールの大きさ、また精度管理の大切さなど色々な気付きを得られたことなどを書いていただき、有意義な見学会ができました。

大分県臨床検査技師学校の皆様との集合写真



Bangladesh University of Health Sciences の方々が当社へ見学に来られました！

Bangladesh University of Health Sciences から Lab 部門学長兼教授、検査部医師など3名の方が当社へ見学に来られました。主に血液搬送ラインXN-9000の見学をされ熱心に機器や運用方法などを聞かれていました。多くの質問もあり Bangladesh の検査との違いに触れられ日本の精度の高い検査に驚かれていました。見学は満足していただき帰国されてから検査業界を良くしていきたいと言われておりました。



検査の搬入から報告までの流れについて確認をされていました。



検査の細かな運用など、機器の使用方法についても細かく質問をされました。

日本の臨床検査技師と Bangladesh の臨床検査技師との違いについてなど意見交換を行いました。



今年も昨年
同様日帰り旅行に
行きました。

日帰り社員旅行 in 豊岡



旬の食材を
活かした豪華な昼食を
満喫しました。



ホテル金波楼

今回は2コースに分かれて楽しみました

城崎温泉街



城崎マリンワールド



短い時間でしたが、普段顔の合わすことのない社員同士の
交流を楽しみ有意義な時間を過ごすことができました。



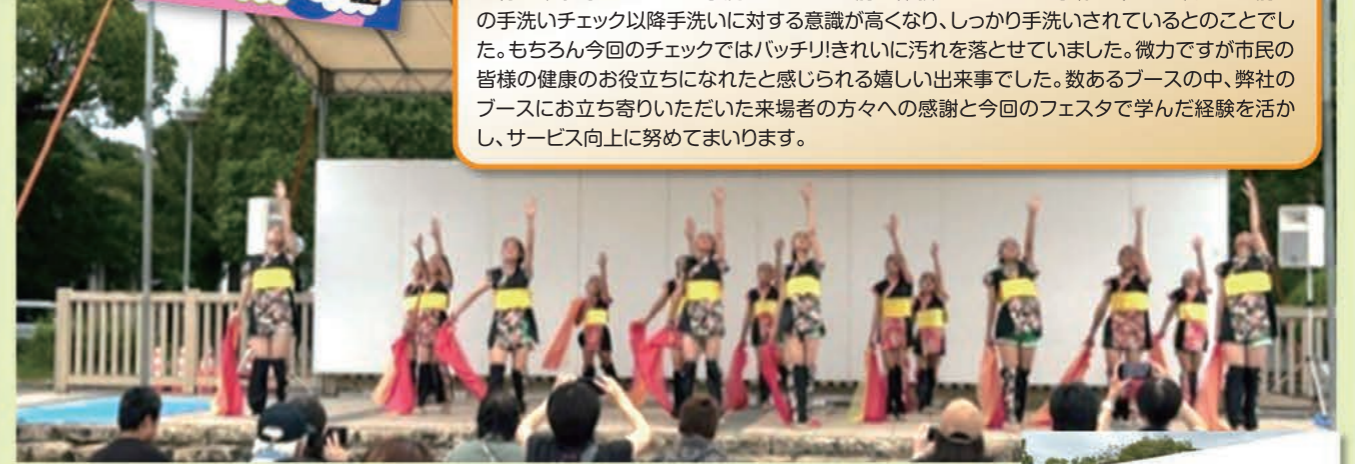
兵庫臨床も参加しました。



今年もまた姫路大手前公園で開催された「HIMEJI JC スマイル☆フェスタ2024」に参加させていただきました。今年のテーマが「彩り豊かなめっちゃええまち」となっており、近畿各地の魅力ある飲食店や企業の多様なジャンルのブース、ワークショップ・技能体験ができる体験ブースがあり、市内の学生主体による各ブース内の運営、各種団体による市民ステージも行われ、開催の2日間(9月21日22日)は天気予報が雨だったのでどうなるかと心配しておりましたが、開催時には雨も上がり多くの市民の皆様が来場され活気あるフェスタとなりました。

弊社も地元企業として「体験ブース」にて再出店!健康意識をテーマに、血圧計での血圧チェック!高血圧となる基準値や予防についての説明、数種類の香りを嗅いで認知機能チェックする<ニテスト>、子供様向けにしっかり手洗いが出来ているかの確認をする<手洗いチェック>を設置。2日間で計237名の方に体験いただき大盛況でした。

特に印象的だったのは、手洗いチェックで前回体験いただいたお子様が今回も来店され前回の手洗いチェック以降手洗いにに対する意識が高くなり、しっかり手洗いされているとのことでした。もちろん今回のチェックではバッチリきれいに汚れを落せていました。微力ですが市民の皆様のお役に立ちになれたと感じられる嬉しい出来事でした。数あるブースの中、弊社のブースにお立ち寄りいただいた来場者の方々への感謝と今回のフェスタで学んだ経験を活かし、サービス向上に努めてまいります。



体験ブース出店

- 加圧チェック
- 認知機能チェック
- 手洗いチェック



体験いただき大盛況!!

第41回西播地区研究発表会

場所：丸尾建築あすかホール 主催：兵庫県臨床検査技師会

去年同様現地開催のみとなった西播地区研究発表会で、弊社の日頃の研究成果を病理検査室より一題、微生物検査室より一題発表させて頂きました。現地での開催にも関わらず、当日は約160名の方が参加されていました。

コバス5800システムを利用したCT/NG検査について

【はじめに】

クラミジアトラコマチス(Chlamydia trachomatis、以下CT)と淋菌(Neisseria gonorrhoeae、以下NG)は、尿道炎および子宮頸管炎などの性感染症の原因微生物の中で最も頻度が高いものに挙げられます。感染が蔓延すれば不妊症の原因になることもあり、原因の特定には遺伝子検査が用いられることが多いです。

当社では2024年3月まで、TMA法を用いたPANTHERシステム(ホロジックジャパン 株式会社)を使用し検査を実施していましたが、2024年4月よりPCR法を用いたコバス5800システム(ロシュ・ダイアグノスティクス株式会社)を導入し機器変更を行いました。

新機器稼働から3ヶ月が経過し、従来法のデータなどと比較しながらコバス5800システムの有用性について報告しました。

【結果】

機器を変更したことによる陽性率の変動に有意な差は認めませんでした。尿検体を用いたCT/NG検査は男性の提出の割合が多く、陽性率もスワブ検体に比べ高くなりました。

【考察】

全体での陽性率は月によって多少のばらつきがありますが、スクリーニング目的での検査の割合が増減することで陽性率にも変化がみられることから、機器変更によるものとは考えにくいと思われます。

検体による陽性率の差について、スワブ検体は女性の検査率が高く、尿検体は男性の検査率が高くなりました。男性は女性に比べると感染した際に症状が出る事が多く、CT/NGの感染を疑った検査の割合とともに陽性率も高くなったものと思われます。



ダコOmnisを導入して

【はじめに】

当社では、免疫染色の依頼数が近年増加傾向にあります。しかし、機器台数に変更はなく、抗体の分注を手作業で行っている為、人員の負担が大きくなっているのが現状です。従って、業務効率を改善していくことが必要であり、当社では、業務の自動化・効率化を目指し、ダコOmnisを2024年3月より導入しました。今回、日常業務導入前に行った染色性の検討と、2024年4月運用開始後の運用効率について報告しました。

【結果】

ダコOmnis導入後は、Ki67等染色依頼の多い抗体をダコOmnisへ移行した事により、1日にベンチマークGXで染色を2回行う事が減りました。ダコOmnisは5バッチ処理の為、伸展が出来た標本から染色が可能です。その為、薄切から染色完了までの時間を短縮出来ました。

しかし、ダコOmnisは染色可能範囲が狭く、またスライドガラスの外側から4mm程度は組織が削れる為、オペ材料等サイズの大きな検体は全面を染色する事ができません。そのため、染色可能範囲外に組織がある標本は、別途、ベンチマークGXで染色を行っています。

【考察】

今回、ダコOmnisを導入する事により、総合的に免疫染色の出来上がり時間が短縮され、染色の運用効率が上がりました。人員の負担も減少しました。しかし、ダコOmnisの染色可能範囲内に組織があるかを確認する必要があります。染色可能範囲については薄切の人員および顧客への周知が必要であると考えます。メリット、デメリットはありますが、ダコOmnisを導入した事で運用的な面で効率が上がりました。働き方改革がなされた事は、今後の増加が見込まれる免疫染色の依頼において大きな有用性があると考えます。



私たちがズバリお答えします〈庶務〉・〈検査〉

Q2. マイコプラズマ肺炎が今年が多いと聞きました。どのような検査方法がありますか？

A. マイコプラズマ肺炎は肺炎マイコプラズマ(Mycoplasma pneumoniae)に感染した患者からの接触感染・飛沫感染により感染します。新型コロナウイルス感染症流行開始後の、2020年5月以降は報告数が減少し、2020~2023年は、毎年起こる秋冬期の季節性の報告数増加もみられませんでした。2024年は、2020~2023年と比較して報告数が増加しています。

感染してから発症までの潜伏期間は長く、2~3週間といわれています。気道粘液への病原体の排出は初発症状発現前2~8日でみられるとされ、臨床症状発現時にピークとなり、高いレベルが約1週間続いたあと、4~6週間以上排出が続きます。

当社では血清検体による抗体検査(PA法)および鼻咽頭・咽頭ぬぐい液によるマイコプラズマ・ニューモニエ核酸同定(LAMP法)を実施しています。

項目名称 (項目コード)	マイコプラズマ抗体(PA法) (0628)	マイコプラズマ・ニューモニエ核酸同定(2067)
実施料(報告日数)	32点(1~2日)	291点(1~2日)
検査材料	血清0.5mL	鼻咽頭・咽頭ぬぐい液
提出方法	全血(生化学採血管A管)	専用容器U16
採取時期	肺炎の病像形成から2~4日でIgMは上昇する。ただし、成人の再感染例では上昇が得られないこともある。罹患後も長期陽性となる場合もある。	発症初期から検出可能
現感染の指標	ペア血清による抗体価の上昇(2管差)、単一血清では320倍以上	(+)
結果上がり日 <small>注：検体増加により、報告可能時間は変動する可能性があります。</small>	ご依頼いただいた翌営業日午前中に検査実施。14時以降報告可能	朝・昼に回収させていただいた検体は当日夜検査実施。翌朝報告可能。 夜回収分は翌日午前中検査実施。14時以降報告可能

※マイコプラズマ感染に特異的ではありませんが、寒冷凝集素反応の実施も可能です。
※マイコプラズマ抗体検査(CF法)は受託可能ですが、再外注となります。

【参考文献】

国立感染症研究所マイコプラズマ肺炎とは(niid.go.jp)
厚生労働省 マイコプラズマ肺炎(mhlw.go.jp)

当社作成の「検査の種類とポイント」97ページにもマイコプラズマ検査について記載しておりますので、参考にしてください。



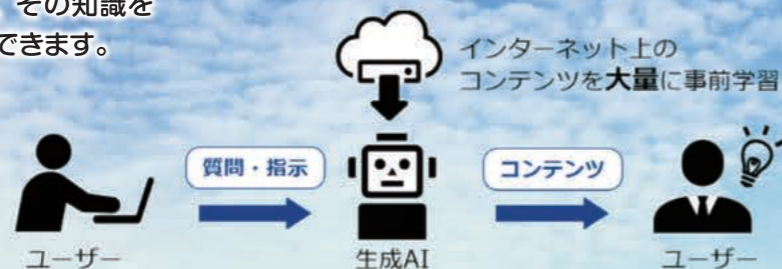
生成AIについて

生成AIとは？

生成AI(英:Generative AI)とは、ユーザーから入力された情報に応じて、テキスト・画像・音楽・映像などのコンテンツを生成することができる人工知能(AI)です。

生成AIの基本的な仕組み

生成AIは、インターネット上などの大量のデータを学習し、その中に存在する潜在的なパターンや規則性を抽出し、入力された情報に対して最も確からしいコンテンツを生成します。例えば、大量のテキストデータから文法や単語の使い方を学び、その知識を基に新たな文章を作成することができます。



生成AIサービスの一例

【テキスト(文章)生成】

- ChatGPT<チャット ジーピーティ>(米国・OpenAI社) ※一部画像生成にも対応
- Gemini<ジェミニ>(旧名称:Google Bard)(米国・Google社)
- Microsoft Copilot<マイクロソフト コパイロット>(米国・Microsoft社)
- Claude<クロード>(米国・Anthropic<アンソロピック>社)

【画像生成】

- Stable Diffusion<ステーブル ディフュージョン>(英国・Stability AI<スタビリティ エーアイ>社)
- Midjourney<ミッド ジャーニー>(米国・Midjourney社)
- Bing Image Creator<ビング イメージ クリエーター>(米国・Microsoft社)
- Adobe Firefly<アドビ ファイヤーフライ>(米国・Adobe社)

【音楽生成】

- MusicLM<ミュージック エルエム>(米国・Google社)

【映像生成】

- Kaiber<カイバー>(米国・Kaiber社)

生成AIの活用にあたって注意すべきこと

下記のような注意点を理解したうえで使用することが重要です。

- 1 出力された情報の正確性に注意
- 2 個人情報・機密情報は入力しない
- 3 生成AIの利用規約の順守
- 4 生成物が権利侵害になる可能性に注意

当方見聞録 vol.61 MASA

皆様、いかがお過ごしですか?それにして今年も異常な暑さでした。

想定外と記録すくめの猛暑でしたが、この号が発刊される頃には秋の便りが届いていることと推察します。

混沌とした現代社会の中、めまぐるしく移り行く時代を生きた証として小市民が見聞きした事象をお伝えしているのが「当方見聞録」です。今回は、暑さには暑さをと8年ぶりに今時のタイ取材しました。

最近の円で1バーツ3円が4.3円と割高感は拭えませんが出費を抑えて頑張るぞ〜。



バンコク市内のメイン道路は相も変わらずの交通渋滞だ。チットロム駅から次の駅までは歩行者用の陸橋が整備されており、沿線沿いにある建物ともつながっているので便利だ!



ダムヌーンサドゥックいゆる、水上マーケット。写真以上に不衛生で、とても買う気にはなれなかった。



孫が、船上の果物を指さしただけで直ぐにボートを寄せてきた。年老いた、ご婦人の愛嬌と勢いに負けて、思わずマンゴーを買ったが、袋の中には水が溜まっていた。買うだけ買って、食べなかった!

今は、タイより日本の方が暑い。今日も、日本は40度近かったが、こちらは33度前後だった。

さすがに暑い国だけのことはある。首に、何か涼しげなものをまいている。



生まれたばかりの赤ちゃん象。何年後にはお母さんと一緒に観光客相手に仕事をするんだろうなあ〜。



ダムヌーンサドゥック内にある象の飼育場で観光客用の像乗り体験がある。



公園の中ほどにある大きな池を悠々と向こう岸まで泳いでいった。



木の根と同化しているのが解るだろうか。



市内の中心地にあるルンビニー公園にはオオカケが生息している、遊びに来ている子供も多い中、何とも危険なおいがする。金髪の幼子が、何かを見つめていたが、視線先には木の根と同化しているオオカケがいた。

チャトゥチャック マーケット。バンコクの車は市場の中にも遠慮なく入ってくる。電車で来たが、広すぎて帰り道が判らなくなった。



スワンナブーム国際空港。行きはビーチ、帰りはエアアジア。久しぶりの9列シートだった。

路地通りの入り口には、それぞれ番号が振ってある、これで何とか自分の居場所を確認する。



スワンナブーム国際空港では、愛嬌たっぷりのお掃除ロボットが活躍していた。ご苦様!



空港内には、いたるところに祈りの像がある。

編集後記

8年ぶりのタイ旅行は、3歳と5歳の二人の孫と夫婦、6人での旅行で、第一の目的はマンゴ・タンゴだったが、あの感動はなかった。商品と味を考えると感覚的値段は3倍で、今回で終了って感じだった。ホテルはケープハウスホテルに連泊した屋上のプールやその下のラウンジは無料で朝食も文句なし、ロケーション的にもコスバ最高だった。ただ、今回市内を観光しながら感じたことだが、ベビーカーを押しながらの移動には難儀した、歩道はガタガタ、段差も大きい、エスカレーターはあってもエレベーターがない。車いすを使う年老いた親は伴えないなあ〜合掌!

Legacy 編集長 MASA

ちょっといい旅『横浜』

庶務課：八瀬

龍興飯店(横浜中華街)

横浜中華街の名店は路地裏にあり！
ということで、時間無制限の食べ放題
で有名な龍興飯店へ。
北京ダックやフカヒレスープ、点心に
デザートまで約130種類もあり、数
や量も調整できるので少しずつ色々
食べたい！という夢が叶います。オ

ススメは黒酢豚、豆苗の炒
め物、窯焼き広東風叉焼、豚角煮で
す。私は素朴ですが蒸しマンジュウが
好みの味でいつも3個くらい食べてし
まいます。(お腹が膨れてしまうので食
べ放題的には損ですが…)メニュー表の
コメントでクスクスと笑える一言があるので
要チェックです！



横浜マリンタワー

2022年にリニューアル
した横浜マリンタワーは
外観もおしゃれ♪

29階・30階の展望
フロアからは横浜の
町並みが一望できま
す。夜には工場夜景
も楽しめます。



山下公園

赤い靴をはいた女の子の像が有
名な山下公園ですが、実はバラの
名所でもあり春と秋には『未来の
バラ園』にたくさんの種類の
バラが綺麗に咲き誇ります。
春の晴れた日だったので桜
もバラもとても綺麗で写真
に夢中になってしまいま
した。休日などは大道芸をしていたり、キッ
ンカーが来ていたりとにかくわいています。



横浜アリーナ

横浜でライブやイベントがよく開催されている多
目的ホールです。一般的には地上をアリーナとい
ますが横浜アリーナは地上をセンター、1階スタンドをアリーナ、2
階スタンドをスタンドと呼ぶので初めて行ったときは驚きました。
全体的に傾斜がなだらかでアリーナでもステージとの距離感はず
こまで遠く感じることはありません。公演内容によっては2階スタン
ドの通路をトロッコが通ることもあるのでどの席でも楽しめます。



梅蘭

餡が焼きそばに包まれている梅蘭焼きそばが有名な中華料理店です。テレ
ビなどでもよく紹介されているので目にすることが多いかと思いま
す。表面をカリカリに焼き上げた中華麺が絶品です！中の餡も豚肉・牛肉・海
鮮の3種類あるので何人かで注文してシェアするのもいいかもしれません。
大阪と岡山にも店舗があるので気になる方は是非行ってみてください！



新幹線のお楽しみ♪崎陽軒のシューマイ弁当

特別シューマイが好きなのではないけれど横浜に行くと無性
に食べたくなってしまふ崎陽軒のシューマイ弁当。どこか懐かしい素
朴な味わいのシューマイが癖になる駅弁です。夕方には売り切れて
しまう店舗もあるので早めにご購入しておくことをオ
ススメします。シューマイ
弁当以外にも期間限定の
駅弁など種類豊富で、これ
からの季節に嬉しい肉ま
んやシューマイまんなども
あります。

