

FMヨコハマがお届けする、地域応援フリーマガジン

# 84.7 Navi

ハチヨンナビ  
Summer 2026



Fm yokohama 84.7

Shonan King  
キャンペーンソング スペシャル対談

秦 基博 × 近藤さや香

FMヨコハマ サマーキャンペーン

Shonan King 2026  
今年の見どころは？

しゃべって、笑って、ときどきお得!?

ラジショピ・クロストーク!!

TAKE FREE



恐竜の食卓  
のぞいてみよう



## ヨコハマ恐竜展 2026

～恐竜の食卓大図鑑～

7.17(金) ▶ 9.6(日)

パシフィコ横浜 展示ホール A

<https://yokohama-kyouryu.jp/>

入場料

※入場料は税込  
※3歳以下は無料

チケットは公式ホームページほか、主要プレイガイドにて発売中！

前売券 大人1,700円 子ども800円 当日券 大人2,000円 子ども1,000円

主催：ヨコハマ恐竜展 2026 実行委員会

(株式会社神奈川新聞社、パシフィコ横浜、株式会社横浜アーティスト)

特別協力：福井県、福井県立恐竜博物館



公式サイトはこちら

©Kokoro Co Ltd.

# 84.7 Navi

ハチヨンナビ  
Summer 2026

## やっぱり夏はFヨコ!

今年の夏も、FMヨコハマからさまざまな“声”をお届けします。  
サマーキャンペーンソングを手がけた  
秦 基博と近藤さや香のスペシャル対談をはじめ、  
ラジショピメンバー座談会など、今号も注目企画が盛りだくさん!  
地域やリスナーとの新たな出会いもたっぷりお届けします。  
聴いて、笑って、ときどき発見。  
この夏もFMヨコハマと一緒に、特別な時間を過ごしませんか?



## CONTENTS

04 **Shonan King**  
キャンペーンソング スペシャル対談  
**秦 基博×近藤さや香**

07 **FMヨコハマ サマーキャンペーン**  
**Shonan King 2026**  
今年の見どころは?

08 **しゃべって、笑って、ときどきお得!?**  
**ラジショピ・クロストーク!!**



11 **FヨコNEWメンバー紹介!**  
**富岡 愛、新しい声。**

12 **FMヨコハマの電波塔・大山送信所から**  
**こんにちは!**  
**穂積ユタカ、地元3市をめぐる旅**

16 **町営施設で楽しむ**  
**箱根のおすすめ夏の旅**

18 **Hello, New Connection!!**  
**ここから広がる、Fヨコの輪!**



20 **84.7Navi版「おかー'sおかーず今日の晩ご飯」**  
**夏のお手軽メニュー♪**

22 **Fヨコ情報コーナー!**  
**Trend Navi Vol.2**



**84.7 Navi**  
Summer 2026

発行：横浜エフエム放送株式会社  
エフヨコラボ  
〒220-8110 神奈川県横浜市西区  
みなとみらい2-2-1  
横浜ランドマークタワー 10F  
電話045-224-1000  
<https://www.fmyokohama.co.jp>

Chief Producer 平戸 聡 (FMヨコハマ)  
Assistant Producer 田中里奈 (FMヨコハマ)  
Direction 角谷 康 (株式会社ムーブエイト)  
Editor/Writer 田口 卓、野村慶子  
Photographer 株式会社ジャムスタジオ  
Design 森 裕之  
Print ツルミ印刷

【協賛】  
味乃大久保/大磯ロングビーチ/太田胃散/かながわ県民共済/キンビール 横浜  
支社/米専門店やまぐち/佐藤貴美枝ニットソーイングクラブ/三共消毒/ CIAL  
桜木町/ ZUND-BAR /箱根園/ヨコハマ恐竜展2026 (五十音順)  
※本誌に掲載されている情報は、2026年7月20日現在のものです。  
本誌掲載記事の無断転載を禁じます。  
©横浜エフエム放送株式会社

— 当フリーマガジンは、環境に基づいた制作をしています —



ベジタブルオイルインキ  
インキに含まれる有害な石油系溶剤の一部を、大豆油を含む  
さまざまな植物性油で代用したインキを使用しています。

Prince Hotel  
Oiso

Seibu Group  
でかける人を、ほほえむ人へ。

大磯ロングビーチ

OISO

2026.7.4 SAT. - 9.13 SUN.



Seibu Prince Global Rewards (SEIBU PRINCE CLUB)にご入会でお得

1日券を一般正規料金より割引にてご利用いただけます。※詳細は下記「入場料金」をご覧ください。

おとな、中・高校生 ¥700引き! 小学生/シニア、幼児 ¥300引き!

ご入会は  
こちら



営業時間 9:00A.M.~5:00P.M. (7/6(月)~10(金)、7/13(月)~17(金)、9/1(火)~4(金)、9/7(月)~11(金)は10:00A.M.~5:00P.M.)

入場料金 (料金は期間による変動制)

| 入場料金                    |                 | 一般のお客さま         | Seibu Prince Global Rewards (SEIBU PRINCE CLUB) 会員さま |
|-------------------------|-----------------|-----------------|------------------------------------------------------|
| 1日券                     | おとな             | ¥4,400 ~ ¥4,900 | ¥3,700 ~ ¥4,200                                      |
|                         | 中・高校生           | ¥3,000 ~ ¥3,300 | ¥2,300 ~ ¥2,600                                      |
|                         | 小学生/シニア (65才以上) | ¥2,400 ~ ¥2,600 | ¥2,100 ~ ¥2,300                                      |
|                         | 幼児 (3才~未就学児)    | ¥1,200 ~ ¥1,400 | ¥900 ~ ¥1,100                                        |
| 2時から割引券 (2:00P.M.~営業終了) | おとな             | ¥2,700 ~ ¥3,000 |                                                      |
|                         | 中・高校生           | ¥2,000 ~ ¥2,300 |                                                      |
|                         | 小学生/シニア (65才以上) | ¥1,400 ~ ¥1,700 |                                                      |
|                         | 幼児 (3才~未就学児)    | ¥800 ~ ¥1,000   |                                                      |

入場料金について

- 3才未満の未就学児のお子さまは入場料無料となります。
- 当日券の販売は4:30P.M.までとなります。

※表記料金には消費税が含まれております。

Seibu Prince Global Rewards (SEIBU PRINCE CLUB) 会員さま

- 同伴者5名さままで同料金でご利用いただけます。●入場口にて会員証をご提示ください。●入場口でのご入会はお断りいたしております。
- 「2時から割引券 (2:00P.M.~営業終了)」は対象外です。●その他各種割引券との併用はできません。

駐車料金 (1台/1日)

大磯ロングビーチご利用のお客さま

乗用車  
¥2,000 ~ ¥2,500  
(期間による変動制)

バス  
¥4,000

※自動二輪車および自転車は駐輪場をご利用ください(無料)。  
※現金のみのお取り扱いとなります。

大磯プリンスホテルご宿泊のお客さま

乗用車  
1泊1台 ¥1,000

※ご宿泊者さま用のホテルゲスト駐輪場をご利用ください。

料金の詳細はこちら

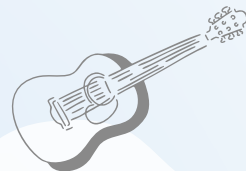




音を並べるだけでは曲にならない。  
色や温度、景色みたいなものが見えて、初めてメロディーになる感じがしています。

## 『鱗(うろこ)』は、新しい世界へ踏み出そうとしていた頃の曲

- K** 私はいわゆる「鱗入り」なんです(笑)。秦さんを知るきっかけになった曲が『鱗(うろこ)』で、当時付き合っていた人がドライブ中に流してくれたのが最初でした。「なんて良い曲なんだろう」と思ったのを今でも覚えています。
- H** うれしいですね。『鱗(うろこ)』は2007年のセカンドシングルで、僕にとっても大切な一曲です。
- K** だから今回、Fヨコのキャンペーンソングに決まったと聞いたときは、「やっと来た!」と思いました。「みんな気づいた? 『鱗(うろこ)』だよ!」って言いたくなりました(笑)。
- H** 僕も20年近く前の曲が、こうして改めて選んでいただけたことがうれしかったです。
- K** ちなみにこの曲は夏を意識して作られたんですか?
- H** 作ったときはそこまで季節を意識していたわけではないんです。デビュー前に作った曲だったので、むしろ自分自身の状況が大きかった気がします。
- K** ちょうど人生の転機だった頃ですね。
- H** そうですね。デビューが決まって、新しい世界へ飛び込もうとしていた時期でした。未来への希望もありましたが、それとは裏腹に不安や迷いもあったと思うんです。でも、そういうものを脱ぎ捨てて前へ進みたいという気持ちは、知らず知らずのうちに入っていたのかもしれない。
- K** 私は最初、純粋なラブソングとして聴いていました。でも年齢を重ねると、また違う聴こえ方をするんですね。
- H** もちろん「君」に向けた歌なんですけど、それだけでなく、生きていく中で前へ進むことにも重なる曲になったのかなと思います。作ったときは意識していなかったんですけどね。



秦さんの曲って、何年経っても色褪せないんです。聴くたびに違う景色が見えて、そのときの自分に寄り添ってくれる。それが秦さんの音楽の魅力だと思います。



## 変わらない“秦愛”

- 近藤(以下K)** 実は私が秦さんのファンという話が思った以上に広がっています(笑)。Fヨコの関係者だけが知っていると思っていたら、いつの間にか秦さんの関係者にも知られていて。
- 秦(以下H)** 長く応援していただけてありがたいです。
- K** 当時、秦さんがFヨコの別番組に出演されるたびに、自分の番組の合間にのぞきに行っていました。それでスタッフさんたちにも知られるようになって、気づいたら自分の番組にも出ていただけるようになっていました。
- H** 近藤さんのお子さんが僕の曲を聴いてくれていると以前教えてくださいましたよね。ありがとうございます。
- K** 『ひまわりの約束』を本当に何度も聴いていて、家でもよく歌っています。でもこうして秦さんにお仕事でお会いするようになって、印象は全然変わらなかったんですね。
- H** それは良かったのか悪かったのか(笑)。
- K** 良かったです(笑)。まさに、みんなが思い描く秦さんのまま。ずっと変わらずいてくれるところが魅力だなと思います。
- H** 近藤さんはいつお会いしても元気だなという印象があります。
- K** 元気なこと、あんまりないですね(笑)。職場では元気じゃないと務まらないですから。たぶん仕事のスイッチが入ると、さらに元気になっていると思います。

## メロディーは景色から生まれる

- K** どうしてこんなに良い曲が書けるんですか? 一度聴いたら忘れないメロディーばかりです。
- H** ありがとうございます。でも、難しい質問ですね(笑)。僕の場合、曲を書くときに色とか温度みたいなものが浮かぶんです。『鱗(うろこ)』なら緑っぽい青色。透明感があって、泳いでいくようなイメージというか。曲全体を包む空気感みたいなものがあつたんです。
- K** だから夏や海を感じるのかもしれないですね。そう聞くとすごく納得できます。
- H** 曲を書くときは色だけじゃなくて、光の具合だったり、影だったり、季節感だったり、そういうものから入ることが多いんです。曲によって変わってくるのですが。
- K** なんかもう…画家ですね。曲を作るというより、景色を描いている感じ。
- H** その色や温度が感じられないと曲作りが進まないんです。音を並べることはできても、それだけでは曲にならない気がするんですよ。何か景色やニュアンスみたいなものが見えてはじめて、メロディーになる感覚なんです。だから僕は、その曲が持っている空気感を形にできたらと思っていつも曲を書いています。
- K** だからこんなに印象に残るんでしょうね。本当にメロディーメーカーだと思います。

FMヨコハマ サマーキャンペーン Shonan King 2026

キャンペーンソング スペシャル対談

## 横浜の夏に『鱗(うろこ)』が帰ってきた! 秦 基博 × 近藤 さや香



今年のサマーキャンペーンソングに選ばれたのは、2007年にリリースされた秦 基博さんの代表曲『鱗(うろこ)』。今回は、デビュー20周年を迎えた秦さんと、「秦ファン」を公言する「Lovely Day♡」のDJ・近藤さや香が対談! 『鱗(うろこ)』との出会いから曲作りの秘密、ライブへの思い、そしてこれからのFヨコとの関わりまで、たっぷり語り合っていました。

近藤 さや香 Sayaka Kondo

朝の番組「Lovely Day♡」(月~木9:00~12:00)DJ。愛知県出身。アメリカ・ミシガン州で育ち、SDN48での活動を経て、フリーアナウンサーとしてテレビやイベントなど幅広く活躍中。明るく親しみやすいキャラクターで人気を集める一方、大の秦 基博ファンとしても知られている。

秦 基博 Motohiro Hata

宮崎県生まれ、横浜育ちのシンガーソングライター。2006年にシングル『シンクロ』でメジャーデビュー。透明感と力強さを併せ持つ歌声と、情景が浮かぶソングライティングで支持を集める。『鱗(うろこ)』『ひまわりの約束』などの代表曲を持ち、2026年にデビュー20周年を迎えた。

今年もFヨコの  
夏がやって来た！

# Shonan King 2026

今年の見どころは？

今年もShonan Kingが神奈川の夏を熱く盛り上げます。特別番組や公開生放送、アーティストライブなど、夏ならではの企画が盛りだくさん。さあ、注目コンテンツをチェック！



## 1 ウェインズトヨタ神奈川 presents Fm yokohama 84.7 Pacific Lagoon Studio in OISO Long Beach

日時 7月18日(土)～8月23日(日) 場所 大磯ロングビーチ

特別協賛 ウェインズトヨタ神奈川 協賛 ダスキンレントオール ほか

昨年に続き、大磯ロングビーチにサテライトスタジオを特設！ その名は「Pacific Lagoon Studio」。期間中「Take your time.」「Kiss & Ride」「God Bless Saturday」などの人気番組をPacific Lagoon Studioから生放送。アーティストライブなどさまざまなコンテンツで、大磯ロングビーチを盛り上げます！



## 2 日産神奈川 presents CATCH OF SUMMER

日時 8月3日(月)～8月21日(金) ※祝日含む月～金・計15回

提供 日産神奈川

夏限定の特別番組「CATCH OF SUMMER」をFMヨコハマのスタジオから生放送でお届け！スペシャルDJやゲストが登場し、神奈川の夏を盛り上げます！ Let's CATCH OF SUMMER!!



## 3 みなとみらいKINGDOM SUMMER 2026

日時 8月8日(土)・9日(日)

場所 クイーンズスクエア横浜 1階 クイーンズサークル

観覧 無料

おなじみのFヨコ人気レギュラー番組の公開生放送や公開収録をはじめ、人気アーティストによるスペシャルライブなど、屋内特設ステージから熱気あふれるコンテンツをお届けします。DJ、リポーター、アーティストが一堂に会し、みなとみらいの夏を最も熱く盛り上げる特別な2日間。ぜひ会場に遊びに来てください！



### デビュー20周年、その先へ

- K** そして今年デビュー20周年ですね。『鱈(うろこ)』が生まれた頃から考えると、本当にすごい年月だなと思います。
- H** 本当にあつという間でした。でも曲を作ることも歌うことも、基本的にはずっと変わらないんです。
- K** 『鱈(うろこ)』も20年近く歌い続けているわけですが、歌うたびに変わるものはあるんですか？
- H** 歌い方は変化していると思います。でも、曲そのものが持っている温度や色は自分の中で変わらないんです。歌うと曲を書いたときの感覚が自然と戻ってくる。それは今でも変わらないです。
- K** だから色褪せないんでしょうね。聴いている側も、何度でも戻ってこられる曲になっている気がします。ちなみに、最近Fヨコで特番や公開収録やってないですよね。せっかく20周年なんだから、やりましょう(笑)。
- H** 公開収録はぜひやりたいですね。みなとみらいでも何度かさせてもらっていますし、またみなさんと直接会える機会があったらうれしいです。
- K** ぜひ実現させましょう！ 20周年、Fヨコも全力で盛り上げます！ 秦さん、今日は本当にありがとうございました！



FMヨコハマ開局40周年記念ライブに 秦 基博が登場しました！  
「FMヨコハマ 40th Anniversary Live "Coming Up Next"」



### 番組バナー、先に撮っておきました(笑)

対談中に飛び出した公開収録&特番構想。そのまま番組ビジュアルになりそうな一枚が撮れました。Fヨコでの共演、実現するかも…？

### NEW RELEASE!! 秦 基博

DIGITAL SINGLE  
『ひとひら』

TVアニメ  
『透明な夜に駆ける君と、目に見えない恋をした。』  
オープニングテーマ  
2026.7.7 Tue 配信リリース



近藤さや香が登場する番組は…  
Lovely Day♡  
MON-THU 9:00～12:00



Fヨコで取り上げてほしいスポットは？

小網代の森！三浦半島の秘境で、手つかずの自然とシノーケリングを楽しめる最高の避暑地。海風を感じるレポートをしてほしいです。(まつなべさん)

# 第一印象は「真面目な人」でした(笑)



まずは、お互いの第一印象から教えてください。

**小林** 熊谷さんに最初にお会いしたときは、とにかく真面目で堅い人という印象でした。ラジショビって商品の情報を正確に伝えなきゃいけない番組なので、「雑談とかしない人なのかな」「ちょっと近寄りたいたいタイプなのかな」って勝手に思っていました(笑)。

**熊谷** よく言われます(笑)。自分でもある程度そう見られるかなとは思っているんです。仕事のときはどうしてもスイッチが入るので。

**湯本** 私も最初は同じ印象でした。でも実際に一緒にすると全然違って。昔、赤レンガ倉庫のイベン

## ラジショビメンバーの意外な一面!!



**熊谷** でも僕から見ると、湯本さんと小林さんも結構似ている部分があります。

**小林** え、そうですか？

**熊谷** 一見タイプは違うんですけど、二人とも芯が強い。表現の仕方は違っても、「自分はこうしたい」という軸がある。その部分はすごく共通していると思います。

**湯本** 私ね、研修でアナちゃんについてたことがあるんですけど、こういう仕事している女の人の、こう…いるじゃないですか。ちょっとピリッとしているというか(笑)。それが、全くなかったんですよ、アナちゃん。初対面。

**小林** そう、私ってどっちかというと強そうに見られるんだけど、意外とね、優しいの(笑)。私が覚えているのは、湯本さんと昔ゴルフのイベントで一緒にあったときに、一緒にお風呂入ったんですよ。そのときに、すごく腹割って話してくれて、そのときに「サバサバしてる人なんだ」って知ったし、そこですごく好きになった(笑)。

**湯本** 私、サバサバというか、ブラックな部分があるよ(笑)。



### ラジショビは、 “しゃべりの競技”

あるよねって言われることがあります(笑)。

**小林** それが湯本さんの良いところでもある。DJとかやったら面白いかも！「湯本久美の暴露ナイト」とか(笑)。番組作ってもらいましょうよ(笑)。

— ラジショビは午前と午後で放送がありますが、放送内容は変わるのですか？ —

**熊谷** 午前と午後で同じ商品を紹介するんですけど、実はまったく同じことを話しているわけじゃないんですよ。

**湯本** 午前中の反応を見ながら調整することもありますよ。

**熊谷** 例えば午前中に放送してみて、「みなさん、このポイントに興味を持っているんだな」と感じたら、午後はそこを少し厚めに説明したりする。逆に、自分が推したいと思っていたポイントとは違うところに反応が集まることもあります。

**小林** でもどちらかというと午前は口が甘くなりがちなな…(笑)。あと二日酔いの日はやばいとかも、あります(笑)。

**湯本** 私も！

**熊谷** 僕は月曜担当だから、前日の日曜日にあまり喋ってなかったら、次の日キツイです(笑)。

3人が登場する番組は…  
**ラジショビ!**  
MON-FRI 6:45~10:23~/12:31~/13:31~/15:31~/19:21~



熊谷章洋 月曜・火曜担当  
小林アナ 水曜・木曜担当  
湯本久美 金曜担当

ラジショッピングのサイトはこちら!



# しゃべって、笑って、ときどきお得!?

## ラジショビ・クロストーク!!

Fヨコの人気通販コーナー「ラジショビ」でおなじみの熊谷章洋、小林アナ、湯本久美が集合！  
3人とも長年のレギュラーメンバーですが、実は最初の印象は今とはずいぶん違ったそう。  
今回はお互いの素顔やラジショビの裏側について語っていただきました。



Akihiro Kumagai

月曜・火曜担当  
**熊谷章洋**

「放送終了5秒後には帰ります(笑)」  
ラジショビの「理論派キャプテン」。

Ana Kobayashi

水曜・木曜担当  
**小林アナ**

「ギャグを入れるのも大事な仕事です(笑)」  
笑いサービス精神で盛り上げるエンターテイナー♪

Kumi Yumoto

金曜担当  
**湯本久美**

「実はサバサバしてるんです(笑)」  
ラジショビに欠かせない「安心感担当」



Fヨコで取り上げてほしいスポットは？

横浜市内にある大原隧道。珍しいトンネルでロケ地にも使われています。まるで異世界な感じがします。(コンカツオさん)

FヨコNEWメンバー紹介！

# 富岡愛、新しい声。

この春からFMヨコハマで新番組「YOKOHAMA RADIO APARTMENT あいべや」がスタートしたシンガーソングライター・富岡 愛。ラジオへの思いや、音楽を生み出す瞬間、そして日常のことまでたっぷりとインタビュー。“声”で届ける新たな魅力と、等身大の素顔に迫ります。

## 01 Radio

ラジオは素の自分でいられる空間

ライブやSNSとは違う“ラジオならではの”魅力とは？

「ベヤーズ（リスナー）」とメッセージのやりとりを通じて「シェアハウスに一緒にいる感覚」で対話できる点が魅力です。ベヤーズのみなさんとはもう友達のような感覚です。

リスナーの反応で印象に残っている言葉は？

「曲のイメージと違って親近感が湧いた」「クールだと思っていたら普通の女の子だった」と素の自分を知ってもらえたような反応がうれしいですね。また「ライブに行ってみよう」という声をもらえたときは、新しい友達ができたような感覚になりました。

今後どんな番組にしたいですか？

今後も自分が素で話せる空間であり続けたいですね。笑いあり感動あり、シェアハウスのような、ベヤーズのみなさんと心でつながれる番組をめざしたいです。

## PROFILE

富岡 愛（とみおか あい）

4歳から中学卒業までをオーストラリアで過ごし、高校進学を機に帰国。17歳で楽曲制作を始め、路上ライブやSNSを通じて本格的に音楽活動をスタート。日本語と英語を織り交ぜた歌詞や、洋楽と邦楽を融合させたサウンドが特徴的で、国内外のリスナーに支持されているシンガーソングライター。2026年春よりFMヨコハマで「YOKOHAMA RADIO APARTMENT あいべや」を担当。

富岡 愛が登場する番組は…  
YOKOHAMA RADIO APARTMENT あいべや  
TUE 22:00～23:30

## 02 Summer & Music

夏の景色と、音楽の話

「夏」と聞いて思い浮かぶ風景は？

季節では夏が一番好き。オーストラリア在住時は家の近くに海があって、学校帰りに友達と制服のまま海に行っていました。海が身近な存在だったので、今でも夏といえば「海」ですね。

夏のドライブで流したい自分の曲は？

19歳のときに初めて配信リリースした曲『あなたは懐メロ』。もう本当に初期の曲なんですけど、その曲はすごいドライブ向け。おすすめですよ。

神奈川で楽曲制作してみたい場所がありますか？

神奈川県で曲を作るなら、やっぱり湘南のような海辺をテーマにしたいですね。

## 03 Question

教えて！富岡 愛さん

曲を書きたくなるのはどんな瞬間？

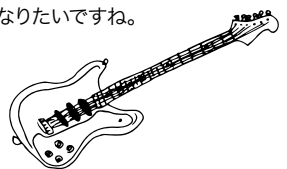
普段から広告などで目にした「引っかかる言葉」をノートに書き留めています。心を揺さぶられる言葉に出会ったときや、感情が大きく動いたときに言葉とメロディーを同時に作っています。

最近ハマっていることは？

グreekヨーグルトにコムハニー、ブルーベリー、ラズベリー、グラノーラを入れたものをもうここ3か月くらい1日1食は食べています。過去には蕎麦にハマってやはり毎日食べていました（笑）。

この夏、挑戦したいことは？

普段はコード弾きが中心なんですが、ライブで披露できるようなギターソロを弾けるようになりたいですね。



## 生放送の裏側！

生放送ならではのハプニングはありますか？  
小林 ついこの間、原稿の最後の一枚がなくて。生放送中なのに。DJの大河くんに見せてもらおうとしたけどなかなか通じなくて。で、ちよっと変な間がありながら、片言になりながら読みました（笑）。  
熊谷 ラジオショッピングの商品って、商品名や内容を間違える可能性もあるので、人に代わりを読んでもらうわけにはいかないんですよ。  
湯本 私、放送後も結構考えちゃうんですけど、あれでよかったのかなとか。  
熊谷 え、まだ考えるの？ 僕は反省はするけど、あとは考えないかも。  
小林 私もどちらかというと考えない！  
湯本 そうなの!? 私だけなのか！（笑）。

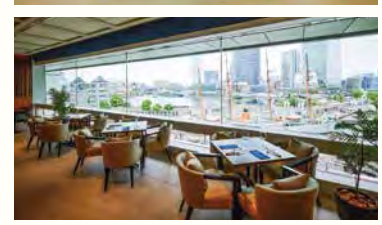
## これからも 楽しく、お得に

小林 FMヨコのラジオショビって3人ともキャラクターが違っていて、各々番組の中でも個性を出しているのが結構特別かなって思っています。他ではあまりないんじゃないですかね。  
熊谷 ギャグをするラジオショッピングはきつと全国どこだかと思う（笑）。  
湯本 あと、FMヨコは長く聴いてくださっているリスナーさんがとても多いのも特徴ですよ。  
熊谷 本当そう！ FMヨコのラジオショビには固定のリスナーさんがいるのがよくわかります（笑）。  
湯本 だからこそ、これからも楽しんでいただける放送を届けたいと思います！  
今年の夏も、ぜひFMヨコでラジオショビをお供に、楽しくお得な時間を過ごしてもらいたいですね。今日はみなさん、ありがとございました！

## 今回お邪魔したお店は… ダイニングレストラン BAY GRILL

ランチ 平日 11:00～14:30 (L.O.13:30)、土日祝 11:00～15:30 (L.O.14:30)  
ディナー 17:30～22:00 (L.O.21:00)  
定休日 なし（施設に準ずる）  
住所 横浜市西区みなとみらい2-2-1 横浜ランドマークタワー5F  
アクセス みなとみらい線「みなとみらい駅」徒歩約3分  
JR・市営地下鉄「桜木町駅」徒歩約5分  
TEL 045-221-1177  
URL https://www.yrph.com/baygrill/

横浜ランドマークタワー5階にある「BAY GRILL」は、みなとみらいの景色を望む開放的なダイニングレストラン。お客様の目の前で調理する鉄板焼をメインとした豊富なメニューが楽しめ、ランチからディナーまで幅広いシーンで利用できる。落ち着いた雰囲気も魅力のお店。



## シロアリ駆除の老舗「三共消毒」とFMヨコハマ ラジオショッピング共同企画！ 三共消毒のシロアリ駆除サービス

外観からはほとんど分からないのがシロアリの被害。「床がブカブカ、ギンギンする」という場合は黄色信号。「家の中で黒い羽のついたアリのような虫を見つけた」「黒い羽だけが落ちていた」という場合は、赤信号、早急な対応をお勧めします。そして点検をするなら、1925年創業、100周年を迎えた信頼の「三共消毒」にお任せください。「三共消毒」は、有名寺院や神社のシロアリ駆除も手掛けるこの分野のエキスパート。経験豊かな社員スタッフが床下に潜り入念に調査、点検いたします。万が一シロアリが発見された場合は、適切な駆除方法をご提案。「三共消毒」では、従来の薬剤散布に加え、「エコベイト・オールウェイズ・アクティブ」という駆除方法もご用意。しかもラジオショビ特別価格です。加えて、2026年以内にご契約された方は、三共消毒創業100周年を記念として、お見積金額から税込2万円お値引き致します。まずは、お家の健康診断のつもりで、無料の現地調査をご利用ください。

調査・見積りは無料！

資料請求は ラジオショビ! で受付中！  
☎ 045-224-1230  
📧 https://shop.fmyokohama.co.jp/  
受付時間 月曜日～金曜日（祝日を除く）10時～17時



創業100年の信頼と実績 三共消毒 100 YEARS

穂積ユタカがご案内！

FMヨコハマの電波塔・大山送信所からこんにちは！

# 穂積ユタカ、地元3市をめぐる旅

Fヨコの電波を神奈川県内外へ届けている大山送信所。実はその大山は、伊勢原市・秦野市・厚木市の3市にまたがっています。古くから信仰を集める大山阿夫利神社や豊かな自然に恵まれたこのエリアには、夏ならではの楽しみがいっぱい。そこで今回は、FMヨコハマのリポーターで、伊勢原市出身・デビュー20周年を迎えた穂積ユタカが、3市をご案内します！

マイナスイオンに癒される～♪

2 秦野市

水しぶきと緑に癒やされる！  
秦野流アクティブな過ごし方



## 神奈川県立秦野戸川公園

丹沢の山並みを望む人気公園。清流・水無川では川遊びが楽しめるほか、バーベキュー施設も充実しています。シンボルの「風の吊り橋」から眺める景色は圧巻！ 自然の中で思いきり体を動かしたいファミリーにおすすめです。

自然のパワーをチャージ！

住所: 秦野市堀山下1513  
TEL: 0463-87-9020  
営業時間: 常時開放(公園)、6:30～21:00(駐車場)  
9:00～16:30(パークセンター・ビジターセンター)  
休園日: 年末年始(12/29～1/3)



1 伊勢原市

大山の恵みを体感！  
大山阿夫利神社の麓で楽しむ、夏の自然あそび

## 日向溪谷マス釣場

清流が流れる日向溪谷にある人気のレジャースポット。初心者でも気軽に渓流釣りが楽しめるほか、子どもたちに人気のマスのつかみ取りも体験できます。釣った魚をその場で炭火焼きにして味わえるのも魅力。手ぶらで利用できるのもポイント！

住所: 伊勢原市日向1770  
TEL: 0463-94-7220  
営業時間: 8:00～17:00  
定休日: 4月～10月は無休  
(11月～3月は土日祝日営業、平日予約制)  
※料金等はお問い合わせください



## 県立いせはら塔の山緑地公園

豊かな里山の自然が広がる緑地公園。森の小径を歩いた先の展望広場からは、伊勢原市街地や遠く横浜方面まで見渡せる絶景が！ 園内のパークセンターでは木工クラフト体験なども開催。自然に親しみながらのんびり過ごせるスポットです。

住所: 伊勢原市三ノ宮1804-1  
TEL: 0463-95-5551  
開園時間: 8:30～17:00(パークセンター)  
休園日: なし



## あふり～な伊勢原店

地元農家が育てた新鮮野菜や果物が並ぶJAの人気直売所。神奈川生まれのお米「はるみ」をはじめ、大山の自然に育まれた旬の味覚が勢ぞろいしています。朝採れ野菜が豊富に並ぶ午前中の来店がおすすめ。大山阿夫利神社参拝とあわせて立ち寄るのもおすすめです♪

住所: 伊勢原市田中250  
TEL: 0463-93-8120  
営業時間: 9:00～16:00  
定休日: 第2火曜、年末年始



## 秦野カルチャーパーク

パーク内には小さな子どもたちに大人気の水遊びスポットが！じゃぶじゃぶ池や噴水、せせらぎ水路などがあり、暑い夏でも涼しく遊べます。大型遊具も備えているため、一日たっぷり楽しめるのも魅力。



住所: 秦野市平沢148  
TEL: 0463-82-1324  
開園時間: 常時開放  
休園日: 各施設により異なります  
※施設メンテナンス等で臨時休園することがあります

## 表丹沢の沢登り

「沢登りの聖地」とも呼ばれる丹沢エリアで体験できる夏限定の人気アクティビティ。滝や溪流をのぼりながら、全身で自然を体感できます。冷たい水しぶきを浴びながら進む爽快感は格別。経験者向けのコースも多いため、ガイド同行がおすすめです。

場所: 表丹沢各エリア  
問合せ: 秦野市観光案内所  
TEL: 0463-80-2303



詳細はこちらから！**秦野市観光協会**(秦野の"旬"な観光情報) <https://kankou-hadano.org/>

詳細はこちらから！**伊勢原市観光協会** <https://isehara-kanko.com/> **大山阿夫利神社の詳細はこちらをチェック！** <https://www.afuri.or.jp/>

創業72年 /  
美味しく楽しいお米屋さん  
米専門店やまぐち

神奈川県秦野市曾屋 827-6

(フォルテ秦野より徒歩1分)

☎ 0120-053-014

月～土 9:00-19:00

日・祝 9:00-17:00

#店頭精米 #ソフトクリーム

#おにぎり #米粉パン

LINE友だち追加で  
ソフトクリームの  
無料クーポンを  
プレゼント！



秦野ジビエ使用

玉子とひき肉の  
ラーメン

1,120円(税込)

ふわふわ玉子と  
ひき肉の旨味のやさしい一杯

味乃大久保

神奈川県秦野市菩提147-5

☎ 0463-75-2522

営業時間 11:00～14:00 (L.O.13:45)

17:00～21:00 (L.O.20:20)

※状況により早く閉店する場合があります

定休日

月曜日

※イベント出店等で臨時休業する場合があります

始めたその日から  
60分で縫える自分服



体験募集中

体験プログラムをご用意！  
チュニック or ドレーナー

費用: 2,200円(税込)(材料費込)

入会金 月謝 は各8,250円(税込)

詳しくはQRコードから

佐藤貴美枝 新規会員募集中!

ニットソーイングクラブ

全国に店舗を展開 ●型紙500型 ●ニット生地600種以上

QRコードは(株)デンソーウェアの登録商標です



美味しいは、  
やがて  
くるし胃に!?



食べすぎ・胃のもたれ

太田胃散A《錠剤》

※2週間薬品

太田胃散A《錠剤》

太田胃散A《錠剤》

太田胃散A《錠剤》

# 妊娠中のお申込みで お子様の保障が生まれてすぐはじまる

妊娠 22 週未満のお母さんなら、出産前からお子様の保障にお申込みいただけるようになりました。

赤ちゃんを守るために

掛金は  
生まれてからで  
いいんだって

新登場

## 誕生前 あんしん申込み

＼ 生まれてすぐの保障にアップデート /  
県民共済活き生き新こども

あんしん1

赤ちゃんの誕生日から  
保障が始まります！

あんしん2

かんたんな告知で  
お申込みいただけます！

〈誕生前あんしん申込み〉には  
専用の申込書が必要です。ホームページまたは  
お電話にてご請求ください。

HP



TEL  
通話無料

0120-17-3737  
月～金 9:00～17:00 (祝日を除く)

お子様のための保障

県民共済活き生き新こども

- 月額共済掛金 1,000円
- 入院1日目から 6,000円給付  
日帰り入院もOK。手術、通院など11項目を保障。

大人のための総合保障

県民共済かがやき2000

- 月額共済掛金 2,000円
- 入院1日目から 8,500円給付  
(18歳～60歳の場合)  
がんを含む病気やケガによる入院、手術などを保障。

カンタン！

ネット申込みは  
「かながわ県民共済」  
のホームページを  
ご覧ください

かながわ県民共済

穂積17町、地元3市をめぐる旅

3  
厚木市

川と森でリフレッシュ！  
厚木の夏あそび最前線

夏の思い出づくりに  
ぴったり！



相模川・三川合流点

相模川・小鮎川・中津川が合流する開放感あふれる  
スポット。夏にはアユ釣りや河川敷でのデイキャン  
プ、バーベキューなどを楽しむ人々ににぎわいます。  
市街地からアクセスしやすく、気軽に自然を満喫で  
きるのが魅力です。

住所: 厚木市厚木2348  
TEL: 046-225-2820 (厚木市商業観光課)



県立七沢森林公園

県内最大級の広さを誇る自然公園。ハイ  
キングやウォーキングをしながら、季節の  
草花や野鳥観察が  
楽しめます。園内  
にはバーベキュー施設  
もあり、自然の中  
でゆったり過ごす休  
日にぴったり。緑が  
美しい夏の散策も  
おすすめです。

住所: 厚木市七沢901-1  
TEL: 046-247-9870  
定休日: 施設により異なります



Blueberry HILLS あつぎ

約80種類ものブルーベ  
リーを栽培する観光農園。  
品種ごとの味の違いを楽  
しみながら摘み取り体験  
ができます。「ブルーベ  
リーが10倍おいしくなるノ  
ート」を使って食べ比べを  
してみると、品種ごとの味  
いも感じることができ、大  
人も子どもも夢中に。夏だ  
けの特別な味覚体験を楽  
しんでみては？

住所: 厚木市上荻野2500付近の農地  
予約: <https://blueberryhills.jp>  
営業時間: 9:00～17:00 (6月中旬～8月頃)  
定休日: 営業期間中は不定休



大山のふもとの3市、  
ぜひ巡ってください！

詳細はこちらから！ 厚木市観光協会(あつぎ観光ナビ) <https://www.atsugi-kankou.jp/>



## 5つの施設を紹介！

# 町営施設おすすめスポット

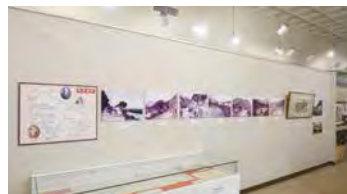
箱根観光デジタルマップを活用しよう！

観光スポットや交通情報、混雑状況をリアルタイムでチェック！



### 湯本地域 郷土資料館

江戸時代に「七湯」だった箱根温泉が、現在の「十七湯」となった歴史を展示。旧街道を旅した旅人のわらじにちなんで「ミニわらじ作り」などの体験コーナーも。



**学芸員より** 箱根の温泉文化と歴史を知る貴重な展示物と体験コーナーがあり、特別展示では箱根町の歴史にも触れられ、地域の特色を感じられる場所です。

### 箱根町70周年記念特別展示を開催！

町内外から募集した昔の箱根の写真と現在の風景を比較展示。昔の生活道具も展示し、今につながる日常の変化を感じられる。9/19から。



### 畑宿地域 畑宿寄木会館

2026年春に若手職人が中心になってリニューアルオープン。伝統的工芸品「箱根寄木細工」の歴史と技法を学べ、寄木細工のコースター作り体験が人気！



**スタッフより** 箱根寄木細工のコースター作り体験は、大人から小さなお子さんまで楽しめます。箱根の山に囲まれた地で、旅の思い出の品となるコースターを作ってみませんか？

### 箱根寄木細工の魅力を感じよう！

木材の色の組み合わせで、独特で美しい幾何学模様を作り出すことができる。なにより木のぬくもりを感じられるのが魅力。



### 箱根地域 森のふれあい館

箱根の豊かな自然を体験できる施設。工作体験のほか公園内の散歩が楽しくなるクイズラリーも。親子で工作や謎解きをしながら自然と触れ合おう。



**学芸員より** 夏でも涼しく過ごしやすい。館内の展示物や工作体験、公園の散歩を通じて親子で自然を楽しめます。都会とは違って多様で豊かな自然環境があり、とてもリフレッシュできる場所です。

### ハーバリウム体験を実施中！

植物標本のようなインテリア雑貨「ハーバリウム」作りを体験できる。素材はアジサイの花びらなど。3/31まで実施中。



### 大涌谷 箱根ジオミュージアム

箱根火山の不思議や特徴を伝える施設。展示物の中には手で触れられる模型や標本があり、五感で箱根火山を学べる体験型ミュージアム。



**学芸員より** 箱根火山の魅力は、火山がつくった地形の上に自然、歴史、観光などが重なり合っていること。目の前の噴気や岩石、芦ノ湖の景色などから箱根の大地の成り立ちを感じることができます。

### 8月にクイズイベント実施！

イベント「めざせ！火山はかせ」を8月の土日祝日に実施。館内に散りばめられた箱根火山に関するクイズに答えていこう。



### 仙石原地域 箱根湿生花園

仙石原湿原の豊かな自然に親しめる植物園。初夏から夏にかけてはコマクサやクロユリなどの高山植物、コオニユリやノハナショウブなどの花が見頃。秋は風に揺れるススキの穂に風情を楽しもう。



### 50周年記念の特別展示を開催

5月に開園50周年を迎え、植物園の50年の歩みを振り返る特別展示「箱根湿生花園50年のあゆみ」を11/30まで開催中。

**学芸員より** 50年の歴史や地域とのつながりを改めて実感。今後も多くの方に自然の魅力と大切さを伝えたいです。



## 町営施設で楽しむ

# 箱根のおすすめ

# 夏の旅

自然・文化・歴史・体験がそろう箱根の町営施設。

Fヨコの街角リポーターとして活躍する藤田優一が学芸員さんに話を伺いながら、箱根の奥深い魅力を感じる夏の旅を提案します。



## 箱根の魅力を「学んで・体験して・未来へつなぐ」

箱根には温泉の歴史や伝統工芸、自然の恵みや火山の営みまで、さまざまな魅力を伝える町営施設があります。

この夏は家族や友人と一緒に、箱根の奥深い魅力を体感してみませんか？

## ゴールデンコースで箱根を満喫！ 渋滞回避には逆回りがおすすめ！！



湯本から旧街道を上がり、芦ノ湖まで出て、仙石原まわりで湯本へ戻るのがゴールデンコース。自然や歴史を感じる寄り道スポットも多く、箱根を満喫できます。休日などの混雑時は渋滞を避けるためにゴールデンコースの逆回りがおすすめ。のんびり箱根を楽しもう！

※掲載情報は2026年6月のものです。最新情報は各施設のホームページをご確認ください。

おかげさまで  
開業 70 周年



ドラゴンをたおせ！  
2026.6.22（月）～8.31（月）  
リアル謎解きゲーム in 箱根園  
ハコネクエスト  
先着 2,000 名

箱根園水族館  
バックヤードツアー  
2026.7.25（土）～8.22（土）  
大水槽のろか機見学やウミガメ給餌体験  
水族館の裏側を探検しよう！

箱根駒ヶ岳ロープウェー  
360° View エリア  
「芦ノ湖」リニューアル1周年  
8.8（土）～16（日）は8:20A.M.からの  
特別運行で絶景が楽しもう！

箱根園  
サマーナイトフェスタ  
8.2（日）～8.3（月）  
夏の箱根を彩る湖上花火の絶景体験

夏休みは  
涼しい箱根園へ

特別イベント  
盛りだくさん！

詳しくはこちら





## FMヨコハマ×ダイナシティのコラボイベント DYNA-FESTA ～みんなで作る、1年に1度のワクワク記念日～ 開催決定！

9月19日(土)～21日(月・祝)の3日間、ダイナシティの26周年を記念して、Fヨコとダイナシティがコラボして「DYNA-FESTA～みんなで作る、1年に1度のワクワク記念日～」を開催します！

### 公開生放送&公開収録！

Fヨコの人気番組を会場から公開生放送&公開収録！ここでしか聴けない特別な3日間です。



### スペシャルライブ！

アーティストによるスペシャルライブを開催！ここだけのステージをお楽しみに♪



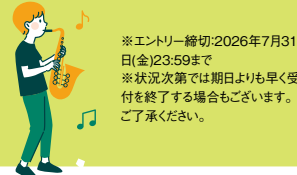
### キッチンカーも出店予定！

グルメも充実！ご家族やお友達と一日中楽しむこと間違いなし！



### パフォーマー大募集！

9月19日(土)ダンスパフォーマー、9月20日(日)音楽パフォーマーを現在大募集中です！みんなでイベントを盛り上げましょう！



※エントリー締切：2026年7月31日(金)23:59まで  
※状況次第では期日より早く受付を終了する場合がございます。ご了承ください。

エントリー方法などの詳細は、ダイナシティのホームページをチェック！



会場MC

9/19 Sat



栗原治久



柴田聡



藤田優一

9/20 Sun



石川舜一郎



鈴木まひる

9/21 Mon(祝)



藤田優一



穂積ユタカ

※出演は予告なく変更になる場合がございます。

# 「Hello, New Connection!!」 ここから広がる、Fヨコの輪！

ラジオの向こうから始まる、新しい出会い。  
リスナー、地域、学生たちを結ぶFヨコの活動から、この夏もたくさんの“輪”が広がっています。  
あなたの知らないところで、Fヨコが誰かと誰かをつないでいるかも！



## 高校生プロジェクト始動！

今年4月からスタートした、県立商工高等学校3年生18名による課題研究授業。Fヨコのスタッフが講師を務め、「若者にもっとラジオを知ってもらうための施策」をテーマに取り組んでいます。  
学生たちは4グループに分かれ、まずはFヨコの番組や活動について調査・発表。その後、実際に「ハマフェスY167」に参加し、公開生放送やブース運営、来場者との交流を体験しました。DJやリポーター、スタッフと直接関わりながら、普段はなかなか見ることのできない放送やイベントの裏側にも触れた学生たち。レポートには、「会場の雰囲気や出演者の人柄が魅力的だった」「スタッフ同士の連携や裏側の工夫に驚いた」などの発見が寄せられました。今後は、この体験をもとに「若者にラジオを知ってもらうための施策」を各グループで企画・提案していきます。どんなアイデアが飛び出すのか、楽しみです！



## 高校生が見つけた！Fヨコの魅力

- 思った以上に多くの人に愛されていた！  
会場には親子連れや中高年層を中心に幅広い世代が来場。ステッカー配布では「いつも聴いています」という声も多く、地域に根付いたラジオ局であることを実感しました。
- ラジオは“音だけ”じゃなかった！  
公開生放送には多くの人が足を止め、会場は大盛況。DJやリポーターの話方、会場の雰囲気づくりが、人を惹きつけていることがわかりました。
- 見えないところにたくさんの工夫があった！  
生放送やイベントの裏側では、スタッフ同士が連携しながら運営。来場者への声掛けや案内など、一人ひとりの行動がイベントを支えていました。
- 地域と人をつなぐイベント  
横浜パン祭りや公開生放送などを通して、多くの人が交流している様子を目の当たりにしました。地域イベントが、人と人をつなぐ大切な役割を果たしていることを学びました。

つながりは、これからも続いていく！

実はこの授業、ここで終わりではありません。毎年、授業に参加した学生さんたちは、卒業後も公開収録へ遊びに来てくれたり、イベント会場で声をかけてくれたりと、Fヨコとのつながりが続けてくれています。高校生たちとの出会いは、私たちにとっても新しい発見の連続。「そんな見方があったんだ！」と驚かされることも少なくありません。学生さんたちの成長とともに、このプロジェクトも少しずつ進化しています。課題研究はまだ進行中。高校生たちの挑戦は続きます！

※「エフヨコラボ」とは、FMヨコハマがラジオの既存概念にとらわれず、新しい企画やアイデアにチャレンジするプロジェクトです。



高校生驚く！  
「ラジオって、こんなに近いんだ」

学生たちが共通して挙げていたのが、リスナーと出演者との距離の近さ。公開生放送では、DJが来場者と気軽に言葉を交わし、会場は終始和やかな雰囲気でした。「思ったより距離が近かった」「親しみやすかった」という声も多く、ラジオならではの魅力を発見する機会になったようです。



ハマフェスの会場にて、学生とあべこうじさんとで記念撮影！

FMヨコハマ

## 応援ショップ加盟店募集！

Fヨコを応援してくれるお店、Fヨコ応援ショップ『84.7Shop(ハチヨンナナショップ)』の加盟店を募集しています！



### 応援の仕方はさまざま！

- FMヨコハマを店内で放送する
- ロコミでFヨコの魅力を伝える
- フリーマガジン「84.7Navi(ハチヨンナビ)」を設置する

※ご希望の店舗様にはお送りいたしますので、応募フォームより必要部数を選択してください。

### 加盟すると限定ステッカーがもらえます！

- 加盟店の証として、限定のステッカーをお送りします。
- 店頭に掲示をお願いします。

※注意事項※

■加盟店限定ステッカーは、必ずお店に貼っていただきます。  
■簡単な加盟店審査を行います。

応募は公式HPのフォームから！ <https://www.fmyokohama.co.jp/present/11481>



recipe  
2

## とろとなすに、ポン酢がじゅわっ！レンジで無限なす



作り方

- ①なすはヘタを取り、縦半分にし、1cm幅に切る。
- ②耐熱皿になすを入れ、ごま油をまぶす。ラップをして600Wで約4分加熱する。
- ③熱いうちに、ツナ、ポン酢、白ごまを加えて混ぜる。
- ④お好みで大葉やミョウガ、玉ねぎやかいわれ大根を添える。

材料 2人分  
なす ..... 3本  
ごま油 ..... 大さじ1  
ツナ缶(70gくらい) ..... 1缶  
ポン酢 ..... 大さじ1  
白ごま ..... 大さじ1

ワンポイントアドバイス

レンジ加熱前にごま油をまぶすひと手間、なすの旨みを閉じ込め、コクのある仕上がりに。



コメント  
ごま油香る出来立てはもちろん、作り置きにしてもありがたいレシピ。この時期、火を使わないって嬉しい♡

recipe  
3

## 小松菜は“生”がおいしい！豚肉のぬるしゃぶ〜生小松菜だれ〜



作り方

- ①鍋に湯をわかし、ポウルに30℃くらいのぬるま湯を用意しておく。鍋底に小さな気泡が出てきたら、肉を広げながら5〜10秒くらい泳がせ、先のポウルに入れて落ち着かせる。
- ②小松菜をよく洗い、みじん切りにする。玉ねぎ、にんにくも同様にみじん切りにする。
- ③(A)と②を合わせ、10分くらいおく。
- ④ぬるしゃぶに生小松菜だれ(③)をたっぷりかける。

材料 2人分  
豚ロース ..... 250g  
しゃぶしゃぶ用 ..... 1/3束(100g)  
小松菜 ..... 1/4コ  
玉ねぎ ..... 1/4コ  
にんにく ..... 1/2片  
(A)  
オリーブ油 ..... 大さじ3  
塩 ..... 少々  
黒コショウ ..... 少々  
パセリ ..... 少々  
粒マスタード ..... お好みで

ワンポイントアドバイス

刻んだ小松菜だれは10分ほど置くことで味がなじみ、野菜の風味がより引き立ちます。



コメント  
サツと作れる立派なメイン。刻むほど香りが出るタレは、主菜を変えても合いそう♪

84.7Navi版

## 夏のお手軽メニュー

レシピ監修  
椿 直樹(TSUBAKI食堂 店主)

Fヨコ「Lovely Day♡」毎週月曜日の人気コーナー「おかー'sおかーず今日の晩ご飯」が「84.7Navi」にもやってきた！この夏にぴったりのお手軽おすすめレシピをご紹介します。忙しい日でもサツと作れて、みんなが笑顔になる“おいしくてうれしいメニュー”をそろえました。

recipe  
1

## ひんやりトマトで、夏のスタミナ丼 トマトそぼろ丼



作り方

- ①トマトを1cmほどの角切りにする。
- ②フライパンに豚ひき肉を入れて、焦げ目がつくように強火で炒める。(A)を加え、汁気がなくなるまで炒め煮にする。
- ③丼にご飯を盛り、そぼろをたっぷりのせ、トマトをのせる。真ん中に温泉卵を割り入れて混ぜる。

材料 2人分  
トマト ..... 2コ  
豚ひき肉 ..... 300g  
ご飯 ..... お茶碗2杯  
温泉卵 ..... 2コ  
(A)  
醤油 ..... 大さじ2  
みりん ..... 大さじ2  
酒 ..... 大さじ2  
味噌 ..... 小さじ1  
おろし生姜 ..... 小さじ1

ワンポイントアドバイス

豚ひき肉は強火でしっかり焼きつけるのがポイント。香ばしさが加わり、旨みたっぷりのそぼろに仕上がります。



番組DJ  
近藤さや香

コメント  
元気になるお肉と冷たいトマトの酸味で、バクバクいっちゃいそう！大きめのレンジでたっぷり頬張りたい！

KIRIN'S BEER  
おいしいとだけ  
搾ってます。  
一番搾り



よるこびがつなぐ世界へ

KIRIN

一番搾り

STOP! 20歳未満飲酒・飲酒運転。お酒は楽しく適量で。妊娠中・授乳期の飲酒はやめましょう。のんだあとはリサイクル。キリンビール株式会社



教えてくれたのは、この人！  
椿 直樹

TSUBAKI食堂  
住所：横浜市中区本町6-50-10(横浜市中区2階)  
営業時間：ランチ 11:00〜15:00 ディナー 17:00〜22:00  
TEL:045-211-4300

神奈川の旬の食材を取り入れたメニューで人気のお店！



Lovely Day♡内  
おかー'sおかーず今日の晩ご飯  
MON 11:20〜

シアル桜木町 レイルウェイ・キャンペーン2026

# RAILWAY CAMPAIGN

10.10(土)~10.12(月・祝)

この秋も  
期待のイベント  
開催決定！

子ども駅長服を着て  
記念撮影をしよう！

10月10日(土)・11日(日)  
10:00~17:00  
当日人気キャラクターが  
登場するかも！

参加無料 JRのOBによるガイド付き！  
「中等客車」に乗車体験

日時 10月10日(土)・11日(日)  
10:00~17:00 予定

会場 旧横浜鉄道歴史展示(旧横ガラリー)  
(CIAL桜木町ANNEX 1F)



FMヨコハマタイアップ  
Tresen 鉄道王決定戦 ~最終きつぷ争奪戦~

日時 10月12日(月・祝)  
13:00~15:00

会場 CIAL桜木町ANNEX 1F

鉄道王決定戦  
てつどうおうけいせん



★CIAL桜木町ANNEXへは、  
電車の場合、新南口(市役所  
口)のご利用が便利です。  
駅に直結しているため雨の  
日でも安心です。  
★新南口は、交通系ICカード  
専用改札です。

3歳以上対象 描いた線の上を走る！  
鉄道の日 オリジナルSLおもちゃをつくろう

日時 10月10日(土)・11日(日) 11:00~17:00 予定

会場 市電マップ広場 (CIAL桜木町本館) 参加条件 当日お買い上げレシート  
税込1,000円につき1名様

毎日先着50名様限定



描いた線の上を走るライトレースSLを完成させよう！  
※完成したSLはお持ち帰りいただけます。

【同日開催！】  
横濱 JAZZ PROMENADE 2026 街角ライブ

日時 10月10日(土)・11日(日)  
12:00~18:00 頃 ※雨天中止

会場 CIAL桜木町ANNEX  
新南口側

主催：横濱 JAZZ PROMENADE 実行委員会  
横濱 JAZZ PROMENADE 2026 の詳細はこちら▶



※内容は予告なく変更になる場合がございます。予めご了承ください。

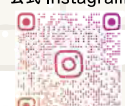
公式 HP



公式 X



公式 Instagram



CIAL  
SAKURAGICHO

Fヨコ情報コーナー！

# Trend Navi

Vol.2

「Trend Navi」は、Fヨコに関する注目の話題や最新情報をお届けするナビゲーションコーナーです。  
あなたの「気になる！」がきっと見つかるはず。第2弾の今回はこちら！

Podcast

「藤田・穂積の電波で言えない話」が  
帰ってきた！



数多のリクエストにお応えて伝説の番組が4年ぶりに帰ってきました！ Fヨコを代表する、神奈川を歩き尽くしたオトコ2人が紡ぐ  
ストーリー。藤田優一と穂積ユタカが長年にわたるリポーターとしての  
経験を存分に生かし、通常のオンエアでは話せなかったディープ&  
ギリギリなネタでトークを展開します。Podcastだからこそ楽しめる  
内容かつ50年後のリポーターへ向けたバイブルのプログラム！  
ぜひお聴きください！



番組は  
こちらから！



YouTube

「FMヨコハマを語る会」  
パワーアップして、待望の新シーズン始動！



ついに「(仮)」が取れて、新シーズンに突入しまし  
た！ 第1回は6月5日(金)に配信しました。変化  
がありすぎてツッコミが追いつかないメンバー。  
場所がめちゃくちゃオシャレなスタジオに大変  
身！ 今回は、これから仕掛けていきたい「新企  
画」の妄想トークが大炸裂しています！ 今後も  
ビデオポッドキャストやイベントなど、新企画が  
続々登場予定です。ご期待ください。

視聴は  
こちらから！



新連載！

DJ's Private Notes



真剣勝負してまっか？

最近、勝負してまっか？ 大人になると真剣勝負の機会がないですよね。それを求め僕が辿り着いた  
のは「ケーキ作り」というコロッセオ。今回の舞台は、妻の両親を招いての食事会。作るのは義父の  
誕生日ケーキ。失敗できない状況での人生初製菓。にも関わらずレモンケーキを選択。果敢にリスクを  
とる勝負師。ビリビリするぜ。ネットに転がるレシピに振り回され、通常の倍の時間をかけ、未曾有の  
硬さのレモンケーキが完成。いざ勝負！ ケーキを口にした義父が一言「普通」。負け…？ おいら、  
負けちゃったのか？ 「普通に……うまい」。ウオォ！！ 逆転満塁サヨナラVゴールホームラン！  
思わず、拳を突き上げていました。義父のやさしさによる勝ちとわかりながら。なんでもいいんです。  
勝負をしたことが大事。夏真っ盛り、みんなもしよう真剣勝負。



NOLOVが登場する番組は…  
まんてんサンデーズ  
SUN 10:00~11:33



NOLOV

毎週金曜日の夕方に配信！ ぜひ友だち登録を！  
イベントや特番情報のほかに、限定プレゼントも！



番組の情報はもちろん、DJやイベントの  
写真なども投稿しています。  
ぜひフォローしてください！

X @FyokoG  
Instagram @fmyokohama847\_official  
Facebook Fm yokohama 84.7 Official



Fヨコで取り上げて  
ほしいスポットは？

明月院です。暑さが本格化する前に訪れたいお気に入りのスポット。周辺にはお寺も多く、散策を楽しめます。(ほーさん)