

「めりい」はラブラドルレトリバーという盲導犬や介助犬によく使われる犬種です。5歳の時、前の飼い主さんが重病だった(?)とかで、一人ぼっち残されていた子です。心配した近所の方の紹介で、クリスマスの日に我が家に来てくれました。前に飼っていたパンチという犬が16歳で亡くなつてから約2年犬のいない生活をしていました。仕事が忙しくなつていたので犬を飼うつもりはありませんでした。一日中留守番をさせることになるし、疲れ切つているときに散歩をしなければならぬことが負担になると思つていたので、でもめりいに会つたとたん、その思いは消えました。必死に訴えている目を見てこの子を飼おうと決めました。とても、賢く人なつ

さわやかインフォメーション、100号おめでとございます。ひだまりは「さわやか」のおかげで多くの方々に知つていただくことが出来ました。冊子「ひだまり日記」にも書いていたのですが、こんな長〜本の電話がきっかけでした。こんなに長くお世話になるとは思いもせませんでした。が、たくさん読者の方から励ましをいただけて続けることが出来ました。読者の皆様と三ツ境ASAのみなさまに心から感謝いたします。これからも、地域の情報発信基地としてますます活躍ください。

さて、今回は我が家の犬のことをお話しします。といっても、犬自慢ではありませぬ。愛犬の皮膚のトラブルで心を痛めていらつしやる方へ、我が家の例がお役に立てるかと思つたので



いなおと思つていました。初めての夏、めりいのお腹には赤いブツブツができて、とてもかゆがりました。耳の中はいつもベタベタしています。お医者様はアレルギーと診断してくださいました。そして、「市販のドッグフードをやめてみたら?野菜と脂のないお肉をゆでてお米のご飯にかけてあげてみて」とアドバイスをいただきました。そのころ、あるテレビで食欲の無い犬に与えると嬉しそうに食べるのは「おから」だと知りました。めりいは食欲が無いわけでは無いけれど、おからは体に良いだろうなと思つていました。キャベツと豚肉をゆで汁ごと、おからにかけてめりいに出すと大喜びで食べました。しばらく続けていくうちに、ブツブツは消えていき、

こい素晴らしい子でしたが、めりいの過去が全くわかりませぬ。めりいの手先の毛が赤く変色してきたとき、金が谷にある浅野動物病院の院長先生から「ストレスだと思つた。散歩は量より質です。」と教えていただきました。たまたま散歩のとき、以前から知つていた「ラブちゃん」というゴールデンレトリバーが飼い主さんの手袋をおねだりして、それをくわえて嬉しそうに歩いているのを見かけました。もしかして、と思つて持つていたタオルを丸めてめりいに渡すと、「パク」とくわえて、尻尾を大きく振つてご機嫌で歩きました。(今も毎回散歩の時には自分のおもちやくわえていきます。)それから、徐々に手先の赤さは消えました。二ヶ月近くめりいは満足できない散歩をしてきたのです。…空白の5年間を長

耳の中もきれいになりました。どのくらいの期間だったかは今思い出せないのですが現在全く症状はなくなりました。耳もいつもきれいなピンク色です。

様々なアレルギー症状が全てこの食事で無くなるわけではないでしょうし、場合によってはおなかを壊したり、体質に合わないかもしれないです。とはいえ、薬を飲み続けなければならなかったり、かゆみで苦しむ姿を見てはならない。と思つていらつしやる飼い主さん、一度お試しになつてみませんか?

ちなみに、朝ごはんは、おからにお湯で薄めた牛乳をかけ煮干をのせたものです。夜はおからに「合い挽き・キャベツ(白菜・大根・ジャガイモなどネギ類以外の野菜)・押し麦をゆでたものをゆで汁と一緒にかけたものです。めりい専用の鍋に4日分くらいまとめて作つて冷蔵庫に入れてあります。また、おからは痛みやすいので、買つてくるとすぐに500グラムくらいづつに分けて冷凍してあります。私が買つてい

るおからは、中尾商店街の高橋豆腐店です。約1キロのおからが30円、安くて新鮮です。

暑い夏、かわいい愛犬が少しでも気持ちよく過ごせますように。

では、また。

特定非営利活動法人ひだまり
中尾1-32-12
Tel. 045-391-8991 Fax. 045-391-8983
ホームページ: <http://www5.ocn.ne.jp/~hidamari/>

ASA

さわやかインフォメーション

三ツ境北部

次回101号 発行の予定 2006.8.27.

古新聞回収日 第2日曜日

8月13日(日) 休刊

9月10日(日) 8月14日(月) 2006.7.23. 毎月第4日曜日発行

電話受付 (平日) 6:00~20:00 (日曜・祝日) 6:00~16:00

〒241-0816 旭区笹野台4-65-12

TEL 0120-57-0843 FAX 391-7357

100号達成ありがとうございます!

梅雨も明けていないのに、七月中旬から35度に達する猛暑でしたね。暑中お見舞いのご挨拶を考えていましたが、その後は、雨続きで、今年は梅雨明けが遅れている様です。「よこはま打ち水大作戦」にならない、省エネルギーで、暑さを乗り切りたいものです。

そして、何度も申しあげますが、これまで、当販売店やこの、さわやかインフォメーションにご協力頂きました関係者様、皆様に100号達成の御礼を申し上げます。

まず、第一弾は、大プレゼント大会です。高価な品を少量よりも、数多く皆様に・・・と考え、千個以上ご用意いたしました。



また、第2弾として、皆様からのご意見を取り入れた企画コーナー「意外と知らない地元歴史」を、地元の皆様と協力しながらお届けしたいと思つています。

そして、暑いので、ちょっとお待ち下さい。第3弾はお楽しみバスツアーを企画中です。どうぞ、お楽しみに!

言葉のチカラ

日本の早々の敗退で、応援熱の下がつつてしまつたサッカーW杯ですが、その決勝戦でのフランス・ジダン選手の頭突き事件は、色々な意味で世界に多くの波紋を広げることになり、記憶にも新しいことと思つています。

言葉は感情的で、残酷で、ときに無力だ。それでも私たちは信じている、言葉のチカラを。」

朝日新聞創刊127周年の改革メッセージ「ジャーナリスト宣言」のコピーですが、言葉の持つ「恐ろしさ」を、この出来事から思い出し、考えさせられました。

逆に言葉の持つ優しさ、温かさ、どれほど人は癒されることか。こちら、さわやかインフォメーションの持つプラスの力を信じ、明るく、温かい話題に終始したい

店からのお知らせ

スタッフ2名の退職により、一部配達区域の異動をいたしました。慣れるまで、少し時間がかかり、配達もれや、遅配があったかと思つています。お詫び申し上げます。

古紙回収ですが、雨で濡れても構いませんので、目立つ場所に回収の黄色いチラシを

口座振替にしてみました

毎月の集金のわずらわしさを感じる方には、購読料の口座振替が便利です。

全国どこの金融機関でも手数料なしでご利用いただけます。クレジットカードでのお支払いもOK。カード会社のポイントも加算されます。

まずは、お申込み用紙をお電話で当店までご請求ください。お届けいたしますので、ご記入の上、ポストにご投函ください。お手続きの方へ、

クオカード500円分をプレゼントいたします

第 1

100号記念大プレゼントコーナー

今月のチケット

2名様分1組

1	映画「ゲド戦記」全国共通前売券 スタジオジブリ最新作アニメ。	10組
2	映画「パイレーツ・オブ・カリビアン」全国共通前売券 出演: ジョニー・デップ・オランダ・ブルーム他	10組
3	映画「釣りバカ日誌17」入場引換券 出演: 西田敏行・浅田美代子他 人気シリーズ最新作	25組
4	「ズーラシア」ペアご招待券 お待たせしました。2名様分1枚でご提供。【期限: ~8/31】	180組
5	「八景島シーパラダイス」特別引換券 おとな1名、小人1名のセットで。【期限: ~9/30】	30組
6	「サンリオピューロランド」特別入場券 多摩センター徒歩5分。キッズミュージカルに出演【期限: ~10/31】	20組
7	「鴨川シーワールド」特別入園ご招待券 鴨川駅から送迎有。夏のイベント色々あり。【期限: ~9/30】	25組
8	「富士急ハイランド」入園引換券 河口湖IC こちら4名様分1組といたします。【期限: ~H19.3/31】	20組
9	「東京サマーランド」入園(プール)ご招待券 八王子駅バス30分 アドベンチャーランドオブ!【期限: ~9/30】	25組
10	「ヘリテージ・リゾート」プール招待券 埼玉県大里郡 森林公園 四季の湯温泉やホテルも有り【期限: ~8/31】	25組
11	「箱根園プール」ご招待券 箱根プリンスホテル内 「バーチャルナイト」のいずれか無料券【期限: ~8/31】	25組
12	「強羅公園」特別入園ご招待券 箱根町強羅 西洋庭園とフラワーアレンジなどの体験工芸館【期限: ~9/30】	25組
13	「スカイウォーク」ご招待券 大黒ふ頭 ベイブリッジを間近で。夜景がきれい【期限: ~9/30】	50組
14	「コスモワールド」ご招待券 桜木町 平日限定大観覧車 8/14-18は利用不可。【期限: ~9/29】	50組
15	「帆船日本丸&横浜マリタイムミュージアム」 共通御招待券 桜木町 展帆日8/6、27、9/18【期限: ~9/30】	25組
16	「江ノ島セット券」引換券 江ノ島スカイ、植物園、展望灯台のセット【期限: ~9/30】	25組
17	「モダン・パラダイス展」ご招待券 竹橋 東京国立近代美術館で大原美術館の名画も【期限: ~9/18】	75組
18	「洋画の名画」招待券 そごう美術館 京都国立近代美術館所蔵の70点を展示【期限: 7/28~8/27】	50組

1000個以上あります。
プレゼント倍増しました!!
どれにしようか・・・
悩んでみてください。
応募方法は、いつもと同じ。
次のページを見てね。

グッズと書籍コーナー

19	緊急災害セット (持出し袋に7品入り) マスク、アルミシート、ロープ、ライト、軍手、しおり、ホイッスルをセットで。	36名
20	松浦THEめざまし BGMはノリノリな『奇跡の香りダンス』	24名
21	ヤンキースCAP & ネームタグ 59.6cm. NYのロゴ入り。紺色。元店長よりのお土産です。	1名
22	メトロポリタンミュージアム バッグ サイズ: 26 x 20.5 x 11.5cm. 金・銀・パープルの3色。土産	3名
23	メトロポリタンミュージアム ブックマーク しおりのイメージが変わる面白いデザイン。NY土産品	5名
24	NIKKEIペンセット (シャープペン、替え芯、蛍 光ペン、消しゴム、ボールペン、修正テープ、油性ペンの7点)	80名
25	高校野球選手権タオル サイズ: 108 x 41cm 大判、歴代優勝校名入りです。	50名
26	アトムのカードセット 鉄腕アトム柄。500円のクオカードと図書カード各1枚	4名
27	マックカード ご要望にお応えして。500円券1枚	20名
28	防犯ブザー (本体黄色) サイズ: 4 x 11 x 1cm. ひも25cm ライトもつきます。	3名
29	絵はがきセット (花の挿絵) 神奈川県新聞社様よりお祝いに届きました。5枚組	50名
30	『まるごと情報源』日本経済新聞社編 '05.10月刊あらゆる情報の源を網羅! 1冊287頁	10名
31	『横浜 Vol.13』 神奈川県新聞社発行 特集「横浜中華街に生きる人々」A4版100頁	50名
32	『ワールドカップドイツ大会速報号外集』 朝日新聞社発行熱戦の軌跡の保存版 B4版カラー	15名

だいじょうぶ
松浦がちゃんと

No.19



No.20



No.22



No.21



No.23



No.28



商店街のコーナー

33	洋菓子の店「パンタン」のマドレーヌ5個 「横浜ほんのりすいーとマドレーヌ」引換券 笹野台1-7-12 TEL:361-3351 営業時間9時~22時	8名
34	小分けそば今宿「増田屋」の 小分けせいろ(2人前) 引換券をお持ちの上、お店でお召し上がり下さい。 中沢3-27-3(中沢小学校そば) 木曜、8/13-19休 TEL 361-1617 営業時間 11時~15時/17時~21時	5組

横浜F・マリノス 自由席招待券 2枚1組

~ 2006 Jリーグ ディビジョン1 ~ (日産スタジアム)
1名様分であれば明記して下さいね。

35	〔第19節〕 vs 大宮アルディージャ 8月23日 (水) 19:00 キックオフ	7組
36	〔第22節〕 vs 川崎フロンターレ 9月9日 (土) 16:00 キックオフ	7組
37	〔第24節〕 vs 名古屋グランパスエイト 9月23日 (土) 15:00 キックオフ	7組

横浜ベイスターズ 《横浜スタジアム》 2枚1組

~ 2006 PENNANT RACE ~ 内野自由席招待券
1枚で1人1回限り有効。1名様分であれば明記して下さいね。
(日にち指定はいりません)

【ご注意!】満席の際は、入場をお断りすることがあります。

38	vs 阪神 9月2日 (土) 14:00 9月3日 (日) 13:00	20組
39	vs 巨人 9月16日 (土) 14:00 9月17日 (日) 14:00	5組
40	vs 中日 9月18日 (祝) 14:00 9月19日 (火) 18:00 9月20日 (水) 18:00	15組

2

プレゼントは 終了しています

今月は、はずれても・・・
さわインちゃんクリアファイル



ハガキの後着が
ふえています。
締め切り2日前には
ポストにご投函ください。

先月号の人気プレゼントベスト10

前回プレゼント名	当選枠	応募数	倍率
1. 書籍『きほんのき』	3	30	10.0
2. 映画「M:i:」	10	79	7.9
3. 書籍『安全が食べたい』	3	12	4.0
4. '06旭ジャズまつり	10	37	3.7
5. りんどう湖ファミリー牧場	6	13	2.2
6. イージーライトチャーチャー	36	72	2.0
7. 「湯楽の里」	25	44	1.76
8. 「新横浜ラーメン博物館」	30	52	1.73
9. 「若沖と江戸絵画展」	25	40	1.60
10. 「便利はさみ&オープンセット」	36	56	1.56

「応募数」は第一希望の登録のみを集計した数字です。

第2弾

100号記念企画発表

『意外と知らない地元の歴史』
「しらべ隊(仮称)」隊員募集!

100にちなみ何かを...と考えてみましたが、100回続けるとか、100人に何うのは、結構気の重たい話になるので、今回、考えましたのは、不定期でもよい、皆さんがちょっと知りたいなと言ってくださったこのテーマに取り組んでみよう、ということでした。

そこへ、東希望が丘のHさんがメールで参加希望を表明してくださり、それならば、他にもきつというっしやるはず...というので、お力を借りし、自由に活動していただいて、さわインに成果を発表していただく、と企画してみました。『しらべ隊(仮称)』なんてネーミングもつけてください。楽しく、にぎやかに地域の皆さんで交流していただき、読者の皆さんにも地域を知ってもらえれば、地元に対する理解や愛情が広まってゆくと思います。

有志の方のお申し出お待ちしております。

連絡の都合上、メールかFAXを使いたいと思います。ご応募は、プレゼントと一緒に結構ですので、メールかFAXでよろしくお願いいたします。

朝日新聞社が提供する会員制サービスです。インターネットの会員ページを中心に、会員の方に朝日新聞独自の情報やくらしに役立つ相談などのサービスを提供します。

朝日新聞を購読されている方はもちろん、同居されているご家族も、読者以外の方も会員になれます。購読期間が長くなるほど、受けられるサービスが充実します。

入会金、年会費は一切かかりません。(サービスによって、会員の方に費用をご負担いただくものもあります。下記のアドレスから、入会の手続きができます。インターネットをご利用にならない方は、専用はがきでもお申し込みいただけます。専用はがきをご希望の方は、当販売店にお申し

<http://aspara.asahi.com/>

asPara 朝日新聞の無料会員制サービス

ホーム サービス 読み物 イベント アスパラニュース

この続きを読んだりサービスを受けたりするには会員登録やログイン手続きが必要です

イベント一覧

- マドンナ・東京追加公演 9/21に東京ドームでの開催決定。7/17のみ会員専用電話で券付付きます。この機会をお見逃しなく。
- 落語でフィガロの結婚 東京・浜離宮朝日ホールで気軽に楽しめるハイライト版を11月に上演。先行予約でどうぞ。
- 大人のジャズ再入門 「大人のジャズ再入門」を30人にプレゼント。8/7締切。
- 英語が聞こえる耳7月号 朝日新聞社が発行するリスニングCD「英語が聞こえる耳」7月号を50人にプレゼント。
- お父さんの成仏経済学 「お父さんの成仏経済学」(スバイス)刊を10人にプレゼント。8/7締切。
- 力道山DVD 日韓合作映画「力道山」のDVDを5人にプレゼント。8/7締切。

＋コラム・ニュース
＋読者投稿
＋旅行・レジャー
＋くらし
＋健康
＋趣味・教養
＋読書
＋大学・就職(クラブ・ゼスト)
＋子育て・教育
＋マネー
＋シニア(NEXT-AGE)
＋音楽・舞台
＋展覧会・映画
＋スポーツ
＋プレゼント

アスパラクラブへぜひご入会ください

アスパラクラブは、朝日新聞社が提供する会員制サービスです。インターネットの会員ページを中心に、会員の方に朝日新聞独自の情報やくらしに役立つ相談などのサービスを提供します。

朝日新聞を購読されている方はもちろん、同居されているご家族も、読者以外の方も会員になれます。購読期間が長くなるほど、受けられるサービスが充実します。

入会金、年会費は一切かかりません。(サービスによって、会員の方に費用をご負担いただくものもあります。下記のアドレスから、入会の手続きができます。インターネットをご利用にならない方は、専用はがきでもお申し込みいただけます。専用はがきをご希望の方は、当販売店にお申し

おしえて！

三ツ境駅近辺に野菜料理(例えば、野菜サラダ、葉もの、煮物)等、おいしいお店ありましたらおしえて下さい。(笹野台のSさん)

先日、朝日新聞「ひととき」のコーナーに「赤紫蘇ジュースを作りました」といった内容の記事が載っておりまして。だいぶ依然に朝日新聞の記事として取上げられたレシピで作られたとの事でしたが、夏バテにとても効くようですので、家族の為に作ってみてほしいのですが、何方かレシピをご存知ありませんでしょうか。(東希望が丘のNさん)

固くなったマスカラを元に戻す裏ワザをおしえてください。(東希望が丘のMさん)

暑さに向けて、体に良い食べ物又は、寝苦しい時の対策(クーラーはあまり使いませんので)等簡単

ベイスターズ戦で

ベイスターズVS日ハム戦のチケットありがとうございました。6月2日(金)に行ってきた。試合開始前に石井琢朗選手の2000本安打の表彰式に続き、駒田、平松、佐々木(大魔神)元選手と石井(琢)選手の名球界入りプレート(贈呈式)があり、金田元投手が石井投手にプレートを贈りました。ベイスターズの快勝で満足でした。(金が谷のAさん)

道路交通法の改正に

6月1日より道路交通法の改正により駐車違反の取締り間方法が変わり、旭区内でも車の流れが大変良くなりました。しかし、裏通りや住宅内の道路は、依然として駐車違反や車庫法違反が多くあり、問題の解消にほど遠い状況です。近隣関係の難しい問題もあり、是非、警察で対応して頂きたい問題です。さわインでも取上げて欲しいと思います。(金が谷のTさん)

環境委員さんよりお願い

はじめか蒸し暑さしか無いこの頃ですが毎朝御苦勞様です。にんにくと梅干しかレモンで夏バテ解消出来れば良いですね。

当方長年環境委員を仰せつかっておりまして、従来の分別の他に、今年度は「もったいない」運動と

に出来る良い方法お知らせ下さい。(中尾のKさん)

寝苦しい対策ですが、私の場合冷やしておいたアイスノンを使うと、水気が出るのと、タオルが薄いと首筋が冷えすぎるので、注意が必要ですが、ヒンヤリして気持ち良いです。

教えてあげる



血行をよくし、体を温める たまねぎ

疲れた時にはよくたまねぎを食べます。新たまねぎを生でぎみ油あげとしょう油とごま油をまぜるだけのシンプルなものですよ。(笹野台のKさん)

簡単そう、ということできしゃきた新たまねぎがおいしかったです！たまねぎを水にさらし、油あげを少しあぶってカリカリさせて合わせてみました。



「生ゴミの水切り」を重点的に皆様にお願ひしたいと思ひます。(笹野台のAさん)

「生ゴミの水切り」はこの時期特にしっかりと行いたいですね。古新聞で巻くと、水気も吸うし、カラスにつつかれのも防げると思ひます。又、野菜や果物の皮は、植木の根元に埋めると、肥やしになって、ゴミも減り、一挙両得。そのひと手間がなかなか面倒ではありますが、...

高齢化社会の問題点

年に2回遊水地の掃除があります。ただん若い人たちが、いなくなりこれからどうなるかなとも思ひます。皆さんの意見を聞きたいと思ひます。(笹野台のIさん)

「ひだまり日記」是非お手元に

昨日(六月二十四日)認知症の講習会を受けてきました。改めてひだまり日記を読むとたいへん役に立つことがたくさん書いてあることに気がつきました。これから毎回頭もつと思ひました。(笹野台のRさん)

今年はまだ

「大磯ロングビーチ」の招待券があるといひな！(金が谷のSさん)他1件毎年チケットが入るらしいのですが、今年に残念、間に合はず。

プールは少し遠いのですが、3箇所プレゼントに出しました。チケットは本社の販売部から入手できるのですが、関東全般なので、近場がなくて、ごめんなさい。



第3弾

お楽しみバスツアー

しばしお待ちください 鋭意検討中!

なにせ、暑いので、時期をずらして行いたいと思ひます。



今宿「コミュニティガーター」の会 ホームページアドレス http://cc-pr.net/imacom/ メール:imkichi@catv-yokohama.ne.jp TEL&FAX: 655-1882(木村様)

現在の今宿は、看板が新しくなりました。ハーブや芝生が根付きました。他にも朝顔、コスモス、果樹、里芋、サツマイモなど様々なものが植えられて、順調に生育しています。今年もお盆頃に蕎麦の種を播く予定です。一緒に活動していただける参加者を随時募集しています。



静岡市の「地域の庭を作る会」が視察に訪問(7月4日)

7月4日、はるはる静岡岡から新幹線に乗って5名の方が視察にいらつしました。見学後、地区センターで活発に楽しく交流会も開かれました。

今宿「コミュニティガーター」近況 視察&交流会



改良して行きたいと思ひます。又、店から皆様へのお願ひ、お知らせなどを掲示板として、常設することで、こちらの様子もお知らせでき、安心して利用して頂けるかと考えます。ご意見にもお応えしたいと思ひますので、お便りお待ちしております。

今月は、100号記念ということ、プレゼント企画に重点を置き、いつもは、3面に掲載の、「朝日新聞読者のコーナー」のクイズはお休みさせて頂きました。(答えはDの156倍) 息ぎれしない様に、という親切なご忠告に従い、ぼちぼちと、しかし、新しい試みも入れて、更に内容を

知る。強くなる。朝日新聞 今年もやっぱり 大学入試 出題数 No.1 2006年 270大学 411問出題。フリーコール 0120-33-0843

次号から 前回トールペイントの体験講座を開いてくださった、ありりん先生のお申し出で、ポーセラーツ(白磁の上絵付け)他、色々な手法の作品の体験会を開いてくださる、というお申し出を頂きました。たくさんありますので、次回以降どうぞお楽しみは