

Y1500ヒルサイド これまで終わりにじゃ、もったいない!
次につなげるワークショップ

会期が長いという印象のあった開国博Y1500も、9月27日で終了となりました。ヒルサイドは行かれましたか? 市民参加による市民創発プロジェクトは「参加・体験・対話」でできる180を越すプログラムで、連日ブースをにぎわしておりました。

これで終わりでは、「もったいない!」との声を聞いて、あさひ市民活動フォーラム実行委員会では、次につなげる活動のために、ワークショップを開催いたします。

ボランティアでヒルサイドに関わられた方はもちろん、一度でも見学に行かれた方なら大歓迎!



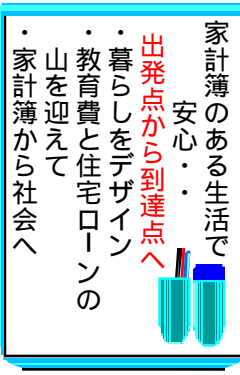
あさひ市民活動フォーラム実行委員会企画



URL: <http://askf.info/>

日時:10月24日(土) 13:30~16:00
場所:旭区市民活動支援センター「みなくる」
参加対象:Y1500 ヒルサイドが、これまで終わりでは「もったいない!」と思つた区民または団体先着 40名
講師:沼田 真一(ヒルサイド市民参加事務局チーフ・ファシリテーター)
応募方法:電話 FAXまたはEメールにて(氏名、住所、電話番号、Y1500ヒルサイドに関わつた人はその内容、団体の場合は団体名と活動内容またはプロジェクト名)を記入し左記へ。
申込み・問い合わせ:
旭区市民活動支援センター「みなくる」
旭区鶴ヶ峰2-82-1
ココロット鶴ヶ峰4階
TEL 3822-1000
FAX 3822-1005
E-mail:mail@askf.info

横浜友の会
「家計簿のある生活で安心・暮らしをデザイン」
・暮らしをデザイン
・教育費と住宅ローンの山を迎えて
・家計簿から社会へ



横浜友の会は、1928年、月刊誌「婦人之友」の愛読者によって創られました。家庭こそ大切な礎と考え、「衣食住」を年代を越えた交わりの中で励み合っています。いつでも、どなたでも入会できます。

日時:11月19日(木) 10:30~12:00
場所:希望が丘地区センター
参加費:350円
託児250円は予約制(軽食つき)(先着順)

問い合わせ・お申し込み:
TEL/FAXとも
363-3784 (西部)
811-7816 (的場)

詳しくは、ホームページ「横浜友の会」で検索を。
<http://www.32.ocn.ne.jp/yokotomo>

瀬谷区に「しまじろう」の歌のお姉さんがやって来る!

まちかどファミリーコンサート



活動もつぎよう

子育て中のみなさん!お母さん同士交流とコンサートを楽しみましょう。ロビーには子育てに役立つ情報を用意して待っています。

日時:11月25日(水)
場所:瀬谷公会堂
1回目 10時30分 受付開始
11時スタート
2回目 14時30分 受付開始
15時スタート(1公演40分)
入場料:1席1000円
1歳児以上有料、0歳児無料

お申込方法:
往復ハガキに必要事項をお書きの上、左記までお申込み下さい。(ご友人とお申し込みの方は、1枚のハガキでお申し込み下さい。)

お申込の保護者氏名 郵便番号、住所、電話番号 参加者全員の氏名/お子さんの年齢/性別 合計人数(0歳児も人数に含めてご記入下さい。)

希望の回(1回・2回)

締切日:10月31日必着(多数抽選)
〒244-0002
横浜市瀬谷区二ツ橋町3-18-5
横浜市瀬谷区社会福祉協議会内
マネット「まちかどファミリーコンサート」係
お問い合せ先:
瀬谷区社会福祉協議会
361-2117(矢濱)
旭区の方も申込みできます

プレゼントコーナー

《今月の注目!》

サッカーファンの皆さまへ **さがみ住宅さま協賛**により **横浜FC** のチケットが入りました。SS指定席です!



《さしあげます》プレゼント応募と一緒に書き下さい。

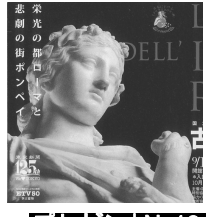
「おでかけ美術館ガイド」:09年秋~10年春 展覧会情報(B5判28頁)

《お知らせ》

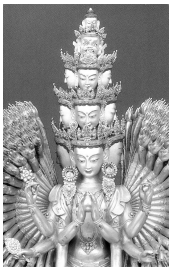
歌舞伎座応募ハガキは、歌舞伎座改装前分の入荷はありません。歌舞伎は、国立劇場等で引続き公演があります。各劇場の応募ハガキは今後、プレゼントで提供させていただきます。(No2と3)

<前号のプレゼント応募倍率>

- 応募総数は、611件(当選数/応募数)
- 1位:TOHOシネマス チケット(5/109) 22倍
- 2位:缶ジュースセット(3/42)14倍
- 3位:不織布マスク(10/74)7倍
- 4位:油壺マリパーク(5/23)5倍
- 5位:オジカル・エコパック(2/8)4倍



プレゼントNo12



プレゼントNo13

◆サッカーチケット◆ (2枚1組)

14	横浜F・マリノス VS 大分トリニータ	11/8(日)18時半キック 日産スタジアム Jリーグ デベ'ジョン1 [第31節] 自由席 (注)	7組
15	川崎フロンターレ VS アルビレックス新潟	11/28(土)14時キック 等々力陸上競技場 Jリーグ デベ'ジョン1 [第33節] ホムズ'ン (注)	3組
16	横浜F・マリノス VS 清水エスパルス	11/29(日)13時キック 日産スタジアム Jリーグ デベ'ジョン1 [第33節] 自由席 (注)	7組
17	横浜FC VS アビスパ福岡	12/5(土)12時半キック 日産スタジアム Jリーグ デベ'ジョン2 [第51節] SS指定席	1組

(注)満員の際はご入場できない場合があります。1名様でよい場合は明記ください。

◆映画・公演・テーマパーク・美術展◆ (2枚1組)

1	TOHOシネマズ ムービーチケット	~12月末迄有効。ららぽーと横浜、海老名、川崎等のTOHOシネマスで1名様1作品に限り有効の券	10組
2	国立劇場 応募ハガキ	12/3~25.12月歌舞伎公演「頼朝の死」他 3階席応募申込ハガキ。中村吉衛門他。主に昼	15組
3	帝国劇場 応募ハガキ	12/1~12.12月公演「タカ・ミュージカル・アドベンチャー『パイレーツ・クイーン』保坂知寿・山口祐一郎	15組
4	ロイヤルウイング号 ペア特別乗船券	~12/18迄。大さん橋国際客船ターミナルよりランチ・ティー・デザート・食事代は含まれません	5組
5	八景島シーパラダイス 親子セット	~12/30迄。八景島駅徒歩。アクアリウム(水族館3施設)バス。大人、子供1枚ずつのセットで。	5組
6	ズーラシア	~11/30迄。旭区上白根町(三ツ境・鶴ヶ峰駅バス)1枚で2名入園可の為1枚でのご提供	28組
7	江の島遊覧セット	~12/25迄。片瀬江ノ島駅徒歩20分 平日のみ 江ノ島IC、サミル・コキグ苑、展望灯台利用券。	10組
8	スカイガーデン	~11/27迄。横浜ランドマークタワー69F展望フロア 桜木町徒歩5分。平日券(土日祝日利用不可)	10組
9	ひめしゃらの湯	~12/31迄。箱根湯本駅より無料送迎バス有 土日祭日を除く平日券。パゴニア園の割引付	10組
10	インターナショナル・キルトウィーク横浜	11/12(木)13(金)14(土)の3日間。パシフィコ横浜キルトの作品展示・講習会・キルト関連商品のマーケット	5組
11	パリの咲いた 古伊万里の華	~11/30迄。東京都庭園美術館(目黒駅徒歩7分) 日本磁器ヨーロッパ輸出350周年記念	10組
12	古代ローマ帝国の遺産	~12/13迄。国立西洋美術館(上野駅徒歩1分) 栄光の都ローマと悲劇の街ポンペイ	10組
13	聖地チベット	~H22.1/11迄。上野の森美術館(上野駅徒歩3分) ボタラ宮と天空の至宝	15組

◆グッズ◆

18	靴下セット	"adidas"マーク入りの短いソックス2足で サイズ:表記なし(大人用フリー)白の厚手	8名様
19	軍手セット	神奈川新聞社提供。すべり止め付き 色違い5個セット。防災用などに。	2名様
20	味の素 オイルセット	健康ビュ'ライト(とうもろこし油)・べに花・大豆油・なたね油各350g x 1本のセット	2名様

プレゼントは
終了しています

毎月10枚宝くじを買っています。「あつたらいいな、こんな当選、1千万円がいいから」

(今宿町のWさん)「猫語翻訳器」です。我家の猫は推定21歳。

(人間では百歳近く)最近、動く事も少なくなり、しょっちゅう鳴く事が多くなりました。持病もあるのですが、なるべく穏やかに心地良く老後を過ごさせる為に何を私に訴えているのかわかるというのです。切実な願いです。

(金谷のSさん)

笹野台は坂が多く、車輪付きの買い物袋を引いていますが、荷物が重い時には大変です。(軽量化した)アシスト自転車の様な機能が付いてくれれば楽になります。

(笹野台のKさん)瞬間に火災を消す装置や薬品



無害なタバコの代用品。26歳。32インチで中・高・高齢者向けに単機能の2・3万円台のデジタルテレビ。

特集「あつたらいいな、こんな・・・」

(東希望が丘のMさん)全自动で自分を洗ってくれる浴室。お風呂に入るのが面倒くさい時に、よく考えてます・・・

(笹野台のSさん)

私は運転免許なし。主人は毎晩、晩酌かかさず、娘は残業で11時過ぎが多い。こんな時東南アジアで見かける「リントク」があれば私はダイエツト、娘はタクシ待ちせず、むよに迎えに行けるのに。もちろん自家用リントクです。

(今宿のMさん)

皆さんのこうした声が発明のヒントになればいいなと思えます。さて、次号の特集ですが、これから冬に向けての季節、国内・海外を問わず、あなたのおすすめのレジヤヤー旅行先を紹介してくだ

「今年冬に おすすめの行楽地」

にしてみました。お便りお待ちしております。

います。

あげます!

俳句の本 「NHK俳壇」「俳句朝日」5・6年前、現在まで約100冊あります。取りに来て下さる方に。

(中尾のJさん)

応募方法

プレゼント応募期間中に応募下さい。締切後、当店からお申し出者さまから直接ご連絡をお願いいたします。ご連絡がない場合は、選考漏れとご解釈下さい。ご了承ください! 応募集中。

北海道土産

先日、友人達8人で北海道旅行に行つて来ました。ご多分にもれず、北海道旅行と言つ事でお土産の注文の多いこと。

花畑牧場の生キャラメルは何とかゲットできたのですが、注文の多かったじゃがポックルロイスの生チョコは何処のお土産屋も売り切れで手に入ることは出来ませんでした。半分あきらめかけて帰りの女満別空港に行つたところ、なんと生キャラメルじゃがポックル生チョコ全てが所狭しと並んでるではありませんか。最初から解つていればなと後悔しきり。

みんなのこえ

何でも下調べが必要とつくづく知らされました。 「じゃがポックル」は、カルビーの「じゃがりこ」北海道バージョンだそうです。食べてみたいな!

彼岸の話

先日のお彼岸に近くの親戚のお墓にお墓参りに行きました。こちらの風習では、お線香はひと束丸ごと火をつけますが、なかなか全焼につきません。そのうちに蚊がこれこの時とばかりに群がる始末。お墓参りなので殺生はいけないことでしょうか。このお線香が蚊取り線香だったらなあとおもった罰当たりなひと時でした。

(今宿町のJさん)

先日、彼岸花について調べてみると意外なことがわかりました。名前は秋の彼岸ころから開花することに由来するようですが、別の説にはこれを食べた後は「彼岸死」しかないというもあつたり、また、異名が多く、死人花、地獄花、幽霊花、剃刀花、狐花、捨て子花、はっけはばあと呼んで日本では不吉であると思われれることもあつるとのことでした。そこで一句: 綺麗でもイワレを聞いて嫌になる (中尾のJさん)

元町チャームセール

ものすごい人でつた返して歩いて歩くのも大変。かつて元町にしかないようなお店が少なくなり、どこにもあるお店ばかりになつてきたのが寂しかった。 みなとみらい線のおかげでものすごい人がやってくるようにはなりました。が横浜にしかない物を大切に、と感じました。中華街での食事もあまりの混雑にやがてこころなりました。

(東希望が丘のWさん)

教えてあげる

ゴーヤ料理

ゴーヤチャンプルは味噌味が一般的ですが、しょうゆ味もおいしいです。ピーマン、玉ねぎ、とうふ又は厚揚げ、とかし玉子を入れたらおいしいです。塩漬け、味噌漬け、ぬか漬けなどの漬物もおいしいですよ。

(笹野台のTさん)

なんといつてもおほかかをどっさりかけたおひたしが一番! ピーニール袋にスライスしたゴーヤと少量のサラダ油と塩を加えてレンジでチンして水洗い。

(笹野台のMさん)

こぶ茶とあえるとながみが少なくなります。種を取り、うすくスライスしてさつとゆで、よく水を切り、ごま油、こぶ茶、塩少々すりこまとおえます。子どももよく食べます。(中尾のHさん) ゴーヤは縦半分にワタを取り、薄切り(半月切り)にする。豚肉も5ミリの薄切りにする。お好みでネギやキノコ類も合わせてかき揚げの天ぷらにします。揚げたてはほとんど苦味を感じません。 ゴーヤ一本を縦半分にしてから、ワタを取り、なるべく薄く切り、水を入れた鍋に沸騰したら茹でてザルにあげる。新たに鍋に砂糖30g、醤油2杯、みりん少々、酢40ccを入れて一煮立ちさせる。先のゴーヤを入れてカツオブシとジャコとゴマも一緒に汁気がなくなるまで煮る。冷蔵庫で冷やしてもよい。(笹野台のTさん)

近所のおすすめスポット

今宿地区センター・ケアプラザです。お子さんが未就学児ならブレイルームで遊べます。親子サロン、お話し会、子育て支援者さんの日(金曜AM)などもあります。(今宿町のKさん)

追分市民の森はおすすりめです。春は菜の花、桜に始まりホタル、ひまわり、2月には見事な梅を見ることが出来ます。休憩するベンチやトイレもあつて小さい子ども連れでも大丈夫です。(金谷のYさん) 他

お知らせ 11月休刊日11月9日(月) 次号発行日11月15日(日) (第3日曜発行)

海外旅行への準備

(各自で準備するもの)

旅行目的と日程が決まり、旅行会社に申し込みをすると、旅行会社から日程に合わせて訪問先やホテル名などが記載されたガイドブックや旅行携行用品などの購入案内が送られてきますが、それらはあくまで参考にして、必要最小限に準備しましょう。

ここでは、忘れてはいけない大事なことを列記します。

パスポートに記載した各自のサインを練習しておきましょう。 入国手続きや外貨購入(トラペラー

ズチェック両替)の際に必要ななりま

常用薬は予定日数分以上を持参しましょう。大量の場合には、処方箋がケースは必ず携行しておきましょう。(到着地入国審査の時に聞かれたときの提示用です。)

海外では 医者の処方箋がないと 薬の購入は困難と考えておくとい

海外旅行は楽しい! ⑤

利用する 航空会社

外貨への両替は、指定銀行や外貨両替専門店(横浜さとう地下2階やシアール中2階)にて即日できます。細かい紙幣も混ざつた、百・五百米ドル・ユーロ等のパックが便利です。

によつては、機内へ預けるスーツケース重量制限が一人当たり1個で、20kgを超過すると超過料金を要求される場合がありますのでご注意ください。

* 超過分を取り出して機内持ち込み小分けしたりするのには、折りたたみ出来る手提げ袋や予備のリュックサック・

ただし、 風呂敷*を用意しておく、買い物で増えた品物や貴重品を人目から隠すのに役立つ便利グッズ。

一つのお恵として、新たなツアー仲間に対して、日本の味が懐かしくなつてきた頃に配つてあげるように、あらかじめ、かさ張る「お煎餅やカリカリ梅とか現地でも捨てても惜しくない着替え類」をスーツケースの空間に入れて行き、帰りに空いたスペースに、現地で買って増えたお土産類を入れるように工夫をしましょう。

かみそり・ドライヤー類)の有無は、ホテルアメニティー案内がツアーパンにも掲載されていますが、念のため不明な点は、旅行会社に確認するのがよいでしょう。

内外の殆どの免税店やデパートでは、日本円が使えます。日本円と外貨との換算レートを確認した上で買い物をする、お得です。*観光地では、千円札で現地のお土産売りから珍しい小物が買えることがあります。(中国・トルコ・タイ・台湾等の場合)

に・・・後押しをするのが狙い」で始めたものです。

一度でも海外へ脱皮して、いずれかの旅行社を利用すれば、次々と新しい情報(DM等)が送られてくるので楽しみも増えるかと思えます。 小生も九月末から十月にかけてフランス周遊世界遺産巡りと名所をツアーしてきました。 初心者目線で、フリータイムに、地下鉄や路面電車や一日フリー切符を使つたり、タクシーに乗りたりして、パリ市内(モンパルトルの丘・凱旋門・オペラ座・オルセー美術館等)を見てきました。かなりの歩数でしたが、いずれの機会に、質・疑にお答えしたいと思います。