



お引越しの

ご連絡はお早目に



4月の新年度を前に、お引越しされる方も多くなりま

当店エリア以外へお引越しされた場合、「お申し込みする販売店が分からない」「再度購読する手続きが面倒」「知らない勧誘の人と話したくない」等の理由で、お引越しされる前に購読の手続きを済ませておきたいという方がいらつしやいます。引越日・購読開始日・転居先での販売店担当者訪問希望日などが決まりましたら、当店までご一報ください。

スタッフ紹介

今日は、3区の営業責任者をご紹介します。

築城 隆です

【営業・配達区域】3区 (笹野台三丁目・四丁目の一部・金が谷の一部)



「継続は力なり」三日坊主に耳が痛い言葉ですが、以前テレビのインタビュでイチロー選手も使っていると言っていました。頑張りましょう！

「継続は力なり」三日坊主に耳が痛い言葉ですが、以前テレビのインタビュでイチロー選手も使っていると言っていました。頑張りましょう！

「行き詰ったら原点に帰れ」

「少欲知足」…衣食住等について、分に安じて必要以上のもの(物・金・位)は欲しない。貧農育ちのせいかわれが身についてしまっています。

「明日できることは今日するな」あつ、ちがった「今日できることを明日に延ばすな」

座右の銘

「東希望が丘のMさん」座右の銘と言えほど、難しいものはありませんが、何か困難にぶつかった時や新しいことにチャレンジする時に思い出す言葉です。父がよく言っていたのですが、「人(他人)や人間がという二つの意味)がやれ

特集 私の座右の銘

「継続は力なり」

「継続は力なり」三日坊主に耳が痛い言葉ですが、以前テレビのインタビュでイチロー選手も使っていると言っていました。頑張りましょう！

「少欲知足」

「少欲知足」…衣食住等について、分に安じて必要以上のもの(物・金・位)は欲しない。貧農育ちのせいかわれが身についてしまっています。

「明日できることは今日するな」

「明日できることは今日するな」あつ、ちがった「今日できることを明日に延ばすな」

おしえて！

犬の遊び場

ほぼ毎日飼犬の散歩に、今宿公園に行っています。昔は金が谷にあるドッグランにたまに行っていたのですが今は家が建ってしまったので、近場で犬が思いっきり遊べる場所があるのでしょ

桜のきれいな場所

もうすぐ春ですね。桜のきれいな場所を来月のさわやかインフォメーションでぜひ紹介ください。有名どころではなくても、身近な場所でも良いところがあれば。



おいしいラーメン屋

地元旭区で安くおいしいラーメン屋の紹介を詳しくお願いいたします。

横浜市環境創造局の花の見どころカレンダーによると、市内で桜の木が一番多いのは、金沢自然公園(植栽600本+既存林1500本)。次いで三ツ沢公園(神奈川県(青葉区)、三ツ池公園(神奈川県)、こども自然公園(神奈川県)、こども自然公園(神奈川県)など。区内のお花見散歩

それ以後私の中で一生懸命と大人になつてから一生懸命何かに全力でぶつかる事がなくなってきた気がするので子供から一生懸命を教わった気がします。



今月の投稿者プレゼント

トは中尾のSさんに決定！映画券をお贈りしました。

「明鏡止水」

「明鏡止水」を座右の銘としています。曇りのない鏡と静かに澄んだ水、から転じて邪念のない落ち着いた静かな心境を意味しています。こんな混沌とした不透明な時代故に雑念と不安ばかりが増幅し、なかなか明鏡止水の心境には程遠い現実です。が、せめて一瞬でもこんな心境になれたらと憧れの気持ちを込めて座右の銘にしています。

「川柳(お題は春)」

「川柳(お題は春)」でお便りお待ちしております。

としてオススメなのは、鶴ヶ峰駅からズラシアまでを結ぶグリーンロードふるさと尾根道緑道です。水道局あたりから北西にある道沿いは、景色もよく見事な桜並木があります。「さわやかマイタウン」にも、この緑道の記事があります。

おいしいラーメン屋

地元旭区で安くおいしいラーメン屋の紹介を詳しくお願いいたします。

桜のきれいな場所

もうすぐ春ですね。桜のきれいな場所を来月のさわやかインフォメーションでぜひ紹介ください。

犬の遊び場

ほぼ毎日飼犬の散歩に、今宿公園に行っています。昔は金が谷にあるドッグランにたまに行っていたのですが今は家が建ってしまったので、近場で犬が思いっきり遊べる場所があるのでしょ

明鏡止水

「明鏡止水」を座右の銘としています。曇りのない鏡と静かに澄んだ水、から転じて邪念のない落ち着いた静かな心境を意味しています。こんな混沌とした不透明な時代故に雑念と不安ばかりが増幅し、なかなか明鏡止水の心境には程遠い現実です。が、せめて一瞬でもこんな心境になれたらと憧れの気持ちを込めて座右の銘にしています。

川柳(お題は春)

「川柳(お題は春)」でお便りお待ちしております。

電話傾聴ボランティアグループ 旭ふれあいコール 電話 070-6982-1200 070-6983-1200 月・水・木曜日(月4週)祝祭日・年末年始を除く 9:30~12:00 私達は次のような活動をしています。 (1) お元気ですかコール 月2回定期的にこちらから電話をおかけするサービスです(無料)。電話で楽しくお話しています。希望者は上記の電話番号までお申し込みください。 (2) ふれあいコール 誰かと話したい、なんとなく不安で、ひとりぼっちで寂しい、悩みを聞いてほしい(介護、看病、子育てなど)…こんな時お電話をください。じっくりとお聴きします。 研修を受けたリスナーが守秘義務をもってお聴きします。 なお、この活動に興味をもち、リスナーとして活動したいとお考えの方は、上記の電話番号までご連絡ください。現場の見学や研修会も予定しております。 旭ふれあいコール 代表 村松壽子 (電話 070-6984-1200) 本活動は、旭区のホームページに掲載されています。(旭区 > 各課業務案内 > 高齢障害支援課)

笹野台商店会より 東日本大震災から2年です。「震災復興チャリティー餅つき」何とか無事に終わりました。そして毎度のことながらの晴天。午前中に吹いていた強風も、餅つき中は一切吹かせないという強運。スバラシイ！ 肝心の内容は、風のことを考えて、最初に考えていたレイアウトを変えてしまったため少々時間がかかってしまったのと、「餅のバック詰め」が頭で考えていたようにはいかず、苦戦していたようです。ただ「中央自治会」さんのほうで、臨機応変に対応していただき、終盤は「バック詰め」より、「餅を突く」方が遅くなってしまいました。 餅力ッター~バック詰めの流れ作業の中で、反省点がありそうですね。 「震災を風化させない」「地域住民との触れ合い」 これを主眼に置いた今回の「震災復興チャリティー餅つき」大成功だったのではないのでしょうか。 当日の写真は「笹野台商店街」フェイスブックページを見てね！

毎年4月に恒例の旭ジャズまつりアマチュア公開オーディション 4月14日は、旭ジャズまつりアマチュア公開オーディション 12組の競演に加えプロのゲストライブも！ 入場無料・予約不要・出入自由です。投票されない方は、何時にお越しになっても演奏をお楽しみいただけます。なお、全演奏終了後、審査結果発表までの間(17:20~17:50予定)は、ゲストライブとして、福田重男トリオ+マミコ・パード(VJ)によるミニライブも開催されます。お誘い合わせのうえ、4月14日(日)は、旭公会堂に是非お越しください。ちなみに、今年のプロステージは、山下洋輔・マリリン・向谷実ほかの出演が内定しています。 【日時】3月20日(祝) 14時~17時 【場所】 手しごと工房「結」 【費用】講習費と材料費込み3000円 【申し込み方法】 「結」にお電話で予約ください。染めたい布などもご相談ください。 手しごと工房「結」 367-0100 笹野台1-28-6広宣ビル

笹野台商店街

手しごと工房「結」

草木染め講習会

ヨモギは薬にも食用にもなる草です。これを染めます。黄色、茶色、抹茶色などになります。冬に切った桜の枝も染めます。花を咲かせる準備をしていたらしく、ピンクがかつた茶色になります。



### 笹野台地域ケアプラザ



今年1月にオープンした、横浜市笹野台地域ケアプラザは、誰もが住み慣れたまちで、安心して暮らせる地域をつくっていくための拠点として、地域の福祉・保健活動を支援し、福祉・保健サービス等をお住まいの身近な場所で総合的に提供する施設です。

「さわいん日誌」を読んで、心がジーンとききました。野良猫や野良犬の治療代が横浜市が負担してくれることになっていることは全く知りませんでした。

### 箱根ガラスの森

こちらで当選した箱根ガラスの森にお正月に家族で行きました。仮装衣装の無料貸出しやパイオリン演奏と内容も充実していて、家族でとても楽しい時間を過ごす事ができました！

「さわいん日誌」を読んで、心がジーンとききました。野良猫や野良犬の治療代が横浜市が負担してくれることになっていることは全く知りませんでした。

### 町だめし

(1・2区担当の)酒井吉幸さんは仏教に興味があるとか。二子玉川園の地下霊場(八十八か所めぐり)がある玉川大師、大船の田谷の洞窟も見てこれら如何でしょうか！

玉川大師(玉眞院)は、世田谷区瀬田4丁目13-3(二子玉川)にある真言宗の寺院で、約100mにわたって掘り巡らされた地下霊場は、一切灯りのない漆黒の間。四国霊場八十八本尊の石仏や観音像の設置された暗闇を進めば、八十八ヶ所巡りと同等のご利益を授けられるそうです。

大船「田谷の洞窟」は、栄区田谷町1501(大船からバス)鎌倉時代、修行僧たちが真言密教の道場として掘り広げたもので、ろうそくをもらって洞窟内を進みます。酒井からもお礼申しあげます。

### 花とケーキとお散歩

ほぼ毎日早朝に5時から6時頃まで

地域の皆さまに福祉・保健等に関する活動や交流の場として、「多目的ホール」や「ボランティアコーナー」等をご利用いただくとともに、介護教室などの各種講座を企画・実施して、地域の支えあいの輪を広げます。

### 笹野台歌声喫茶

(笹野台地区社会福祉協議会共催事業)

【対象者】おおむね65歳以上の地域の方  
【参加費】1000円 お申込み不要

【対象】おおむね60歳以上  
【定員】20名【参加費】無料

【内容】長屋門公園(片道30分程度)他、体操などもございます。笹野台にお住まいでない方も利用できます。一度お越しになってみてください。

お問い合わせ・申込み  
横浜市笹野台地域ケアプラザ  
笹野台二丁目32番1号

045-367-2330  
月～土曜日 9時～17時  
日曜・祭日 9時～17時

4月から毎週火曜日10時に旭区子育て相談会を開催！お子さんやママたちもきてね！5月から新講座も始まります！

当店ホームページ「さわやかマイタウン」  
<http://sawa-info.net/>  
照会番号がお分かりの方は、ホームページからプレゼント応募出来ます。

### < 今月の主な追加更新情報 >

- ・笹野台地域ケアプラザの施設&イベント
- ・国産野菜100%で勝負！リンガーハット
- ・旭区・瀬谷区・保土ヶ谷区のウォークイベント
- ・中高生の元気な吹奏楽を楽しもう！
- ・五大路子の詠み芝居「重忠と菊の前」
- ・旭区に詳しくなるリンク集【増補改訂版】

4月休刊日: 4月15日(月)  
次号発行日: 4月21日(日)  
(毎月第3日曜)

### さわいん日誌(追悼)

東日本大震災から2年が経ちました。当時3月11日は金曜日で、スタッフは夕刊の配達中でした。私と所長、石橋は店内で様子をうかがっていました。もう止むだるうという一抹の不安から、もう止まってくれ！という願いに代わるほどの揺れと時間。皆無事に配達を終えましたが、TV中継では初めて見る津波。想像を超えた事象に仲間同士ただ顔を合わせるだけ、その後知る被災規模も予測不能でした。

被災地の苦勞に比べたら大した事ではありませんが、販売店にも混乱が訪れました。被災地の苦勞に比べたら大した事ではありませんが、販売店にも混乱が訪れました。被災地の苦勞に比べたら大した事ではありませんが、販売店にも混乱が訪れました。

「東日本大震災は今も続いています。」(店長安達)

# プレゼントは 終了しています