

ASA 三ツ境北部

第231号

2017年6月18日

さわやかインフォメーション

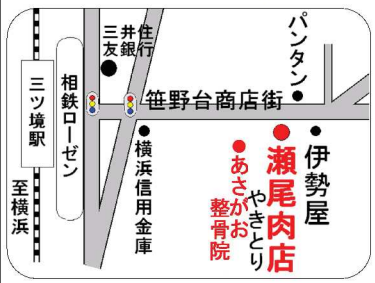
笹野台商店街 瀬尾肉店 より

★行楽のおともに **オーダーで**
 昼頃 揚げたての
 ジャンボコロッケ(1ヶ60円)・
 和牛入りジャンボメンチカツ(1ヶ100円)
 ご用意できます！



七夕セール 7月1日~7日の特価!

- ・手作り餃子(冷凍) 10ヶ 350円
- ・手作りジャンボシウマイ 10ヶ 400円
- ・あさひの逸品にも選ばれた 炭火焼やき豚



1本売 100g 350円
 もごします。
 (いずれも税別)

瀬尾肉店
 TEL: 361-3725
 営業時間: 9時~20時
 (金曜午前休み)
 笹野台1-20-17

今年もすくすく育って
 いるようで、スーパード
 もちらほらと見かけるよ
 うになりました。
 もうそろそろでお届け
 できる予定ですので、も
 う少しお待ちくださいね!

本日の折込を
 ご覧ください!



感動いちば 菊地

北海道「感動いちば」今月の商品



「さわイン」号外
旭ジャズ特集版 / 明日折り込み
チケットも当店からお届けします!
 横浜を代表する野外ジャズイベントで旭区の夏
 の風物詩でもある横浜旭ジャズまつり。28回目と
 なる今年は、**7月30日(日)**に開催されます。
 雪村いづみとM.A.L.T.Aも出演しますので、ジャ
 ズファンならずとも要チェック!詳しくは、明日
 折り込まれる「さわイン」号外/特集版をご覧ください。
 なお、**当店のお客さまは、当店(012
 015710843)までお電話いただければ、
 お得な前売券を自宅までお届けいたします。**
 (代金と引換えになります)
 さわインは、今年もプレゼントや
 折り込みで応援します!



みんなの声

森永のお豆腐

■先日は、(ミルクセンターあさひ)オープン記念のお豆腐とヨーグルトが当たってラッキーでした。あんなに日持ちの良いお豆腐があるのですね。美味しかったです!有難うございました。
 (東希望が丘のAさん)

野球観戦

■いただいた野球の引換券で、炎天下2時間並んで観戦してきました。最初は全く試合は動かず、どんどん進んでしまい、これは早く終わってしまおう、と周り中がアアの雰囲気でしたが、後半突然点が入り出し、同点延長戦、結果はベイスターズの負けでしたが、点が入ると周りの人とハイタッチ!前の席で応援していたお兄さんの応援の言葉が、決してけなさず、終始プラス思考の激励で、とてもさわやかな気分になりました。
 テレビの観戦の方が試合自体はよくわかりますが、現場の臨場感が何とも言えず、並び苦勞もいとわずにまた見に来たいと思います。ありがとうございました。



テレビの観戦の方が...

サンハートご案内

あさひ名画座プロジェクト「若い人」

石原裕次郎、浅丘ルリ子、吉永小百合
 豪華三大 スターの競演!
 石原裕次郎没後30年追悼企画です。

【日時】7月2日(日)
 13:00開場/13:30上映開始
 【会場】旭区民文化センター
 サンハート ホール



【料金】前売700円/当日800円
 (全席自由) ※未就学児入場不可
 終映後、映画について語り合う「交流会」を開催!
 ※前売り券が完売の場合、当日券の販売はございません。

サンハートすくすくキッズプログラム

すくすくふれあいリズム<音もだち>

講師による乳幼児の発達段階を踏まえたアクティビティで、あたま、こころ、からだの育ちを促します。



【日時】7月3日(月)
 ①よちよちクラス(1歳児向け)
 9:20開場/9:30開始/10:20終了
 ②てくてくクラス(2歳児向け) **残りわずか!**
 10:30開場/10:40開始/11:30終了
 【会場】旭区民文化センターサンハート ホール
 【料金】1組(お子様+保護者の方) 500円
 ※追加1人につき300円(0歳児の追加無料)
 【申込】申込み受付中!定員に達し次第、受付を締め切らせていただきます。(先着順)
 【定員】それぞれ20組
 動きやすい服装・靴でご参加ください。
 フロアに直に座っていただく場合がございます。

サンハートよみかせサポーターによる

おはなしかい

えほんの読み聞かせや手遊び歌など、親子でお楽しみいただける企画です。

【日程】7月14日(金) 10:30~11:00
 【会場】サンハート ホールロビー
 【料金】無料
 【申込】予約不要 当日直接会場へ

【主催・お問合せ】横浜市旭区民文化センター
サンハート TEL: 364-3810
 窓口(9時~21時)にて **チケット発売中!**

スカイガーデン

■結婚50周年記念を機会に、五月晴れを選んで横浜ランドマークタワー69階展望フロアに行ってきました。
 290mを世界一(完成当時)のスピードで駆け上るエレベーターであつた間に到着したとたん!先ず、360度の視界に感動でした。なかでも、移り行く港町横浜の俯瞰はとても印象的でした。この世界への窓として限りないあゆみが想像に硬くない気がしました。
 (笹野台のKさん)

下さい。(笹野台のKさん)

横浜にピカチュウ

■今年もみなとみらいでピカチュウ大発生中があると聞いて楽しみにしています。
 里山ガーデンにもピカチュウが来て可愛かったです。
 (笹野台のSさん)

■花がオレンジ色の長実ひな芥子という外来種の危険な雑草。ひとつの芥子坊主から1500程の種子が飛び強い繁殖力があり他の草花を駆逐してしまします。かわいいからといって残さず、見付けたらすべしに抜き取って



「大人のための天声人語」
 会場：笹野台1丁目伊藤さん宅
 (※詳しい案内は参加申込者にお伝えします)
 読者はもちろん、他紙を購読されている方も、一緒に「天声人語」を読み、「タイトル付け」をしてみませんか?俳句をつくるような楽しさもあり、日本語や時事問題を学べるだけでなく、脳トレにもなり、いいことはかなり。前月1カ月の「天声人語」をまとめた冊子を当日差し上げます。
 (徳留)

原発のいまこれから

6月6日に茨城県大洗町の「原子力機構」において、また放射能被曝事故が起きました。26年間開けなかつた保管容器から、プルトニウムとウランが飛び散り、作業員5人が吸い込んで内部被曝をしました。内部被曝の恐ろしさは、肺・骨・肝臓にとどまらず、プルトニウムが一生、そこで放射線を出し続け、被曝し続けることです。その結果、骨肉腫や癌の発症が懸念されます。
 「寺子屋」では、ノーベル文学賞を受けたスベトラーナ・アレクシエビッチ著の「チエルノブイリの祈り」をテキストに読み進めています。爆発事故の

「あさひ寺子屋」開催の講座

① 6月23日(金) 14:00~15:30
「大人のための天声人語」
 会場：笹野台1丁目伊藤さん宅
 (※詳しい案内は参加申込者にお伝えします)
 読者はもちろん、他紙を購読されている方も、一緒に「天声人語」を読み、「タイトル付け」をしてみませんか?俳句をつくるような楽しさもあり、日本語や時事問題を学べるだけでなく、脳トレにもなり、いいことはかなり。前月1カ月の「天声人語」をまとめた冊子を当日差し上げます。
 (徳留)

② 6月24日(土) 13:00~15:00
「私たちの生活と憲法」
 会場：いとう康宏事務所
 安倍首相は2020年までに9条に「自衛隊を明記するため」に第3項を加憲すると明言しました。これは何を意味するの

③ 6月24日(土) 15:00~17:00
「原発のいまこれから」
 会場：いとう康宏事務所
 6月6日に茨城県大洗町の「原子力機構」において、また放射能被曝事故が起きました。26年間開けなかつた保管容器から、プルトニウムとウランが飛び散り、作業員5人が吸い込んで内部被曝をしました。内部被曝の恐ろしさは、肺・骨・肝臓にとどまらず、プルトニウムが一生、そこで放射線を出し続け、被曝し続けることです。その結果、骨肉腫や癌の発症が懸念されます。
 「寺子屋」では、ノーベル文学賞を受けたスベトラーナ・アレクシエビッチ著の「チエルノブイリの祈り」をテキストに読み進めています。爆発事故の

【あさひ寺子屋申込み方法】
 ・事前に当店で、電話かFAX、メール等で参加者のお名前・ご住所・当日連絡可能な電話番号をお知らせください。全講座無料。お申込締切は各企画開催日の前々日の15:00です。
 ・会場にご注意ください。
 ・「いとう康宏事務所」(笹野台1丁目1-30 森ビル202号) 笹野台商店街入口近く、八木歯科クリニックの上階)をお借りして行います。今月も無料でご提供くださいました。
 ◆教室開催に、無料で貸しスペースをご提供くださる方、事務所、会社を引き続き募集します。



三世代にわたり、語り継がれる 感動の物語 つるのおんがえし

劇団 カッパ座

NHKの『はに丸ジャーナル』
でおなじみの等身大ぬいぐるみ人形劇団です。

等身大ぬいぐるみ人形劇

日時: 7月23日(日) 13:30 開演(13:00 開場)
会場: 川崎市教育文化会館 (川崎駅東口より徒歩15分)
入場料: 前売券おとな 1,600円(当日券 2,100円) 中学生以上
前売券こども 1,100円(当日券 1,600円) 3歳~小学生

チケット購入方法

方法その1: チケット提供の渡部さん宅へ電話(045-953-5145)

※前売券のみとなります。お支払いは渡部さんへ

方法その2: セブンイレブン店頭のマルチコピー機から

1. 「カッ」⇒「セブンカッ」⇒「音楽・演劇」⇒「演劇」の順にタッチし、「劇団カッパ座 川崎公演」をタッチ
2. 購入枚数を指定し、申込者氏名を入力
3. 払込票を印刷しレジで代金を支払う

方法その3: セブンチケットから

右のQRコードよりお申込みください⇒



1. 「劇団カッパ座 川崎公演」を探してクリックしてOK
2. 購入枚数を入力し、「お申込みを確定する」をクリック
3. 払込票番号を控えるか振込票を印刷し、レジで代金を支払う

問い合わせ先: 渡部さん 045-953-5145

共催: 劇団カッパ座・川崎カッパ友の会・横浜カッパ友の会

特集「子どもたちの今」～子どもの習い事



せて来ました。
幸い、それがきっかけで、曲作りや
弾き語りをしているようです。もちろ

娘8歳は、水泳・ピアノ・
習字の3つを行っています。
水泳とピアノは本人の希望、
習字は親が提案し...という
経緯です。水泳は保育園時
代にプールに入り「もっとと
泳げるようになりたい!」と
いう奮起がきっかけでした。
ピアノも園の先生のピアノを
弾く姿に刺激を受けてという
具合に。楽しく長く続けられ
たらと願っています。

我が家の子ども達は、英会
話を習っています。親の勧め
で始めましたが、色々なイベ
ントもあり楽しんでます。
「英語を勉強させたい」ので
はなく、「日常会話が
英語で話せるようにな
ると、お友達との視野
が広がって日本以外の
文化にふれてほしい」
からです。今では発音
が上手になり、日常的
に英語が出てきます!

(東希望が丘のDさん)



「子どもの習い事は、ほとん
どが親が希望してさせました。
それが大人になって、全て活
かされることはないかもしれ
ませんが、知識や教養の引き
出しになればいいと思います。

娘に聞いた話ですが、子供が朝バ
ス
が来ているのに幼稚園に行きたがらな
くて困っていた時に、体操教室
に連れて行ったら気に入って、
幼稚園にも素直に行くようになった
そうです。(中尾のNさん)



※やりたい、楽しいという気持
ちが上達を早めるようです。
本日は父の日ですね。次回の特集は
「みんなの声」にもありました。子
供さんからのプレゼントのお話にし
たいと思います。忘れられない感動の...
笑ってしまったものや、成長したなど
感慨深くなってしまったエピソードな
ど是非お聞かせ下さい。

「子どもからもらった嬉しい・泣け
る・笑える・驚きの」プレゼント」で
お便りお待ちしております。

プレゼントコーナー

締切: 6月23日(金)15時 チケットは基本2枚1組です

＜前号のプレゼント応募倍率＞
応募総数426通(当選数/応募数)
1位: 横浜クルーズ(10/96)9.6倍
2位: 109シネマズ映画券(10/92)9.2倍
3位: ミルクセンター卵(5/33)7倍

No.	プレゼント名	当選数	最寄駅	期間	内容説明
1	横浜旭ジャズまつり	10組	二俣川	7/30(日)	毎年恒例ジャズの祭典 ★詳しくは明日の折込で!
2	109シネマズ&ムービル	10組	横浜他	-7/20	1名様1作品に限り有効。ムービル、109シネマズ川崎等7館共通鑑賞券。※109シネマズ湘南、二子玉川使用不可 期間注意
3	人形劇「つるのおんがえし」	2組	川崎	7/23(日)	おとな1枚こども1枚セットで提供。川崎市教育文化会館にて13時開場 13時半開演 ★詳しくは上の囲みをご覧ください。
4	新橋演舞場 応募はがき	5組	築地市場	9/7-9/24	松竹新喜劇 新秋公演 出演: 渋谷天外・藤山翁治郎他(注1)
5	ポリショイサーカス	30組	関内	7/28-8/6	横浜文化体育館 自由席引換券 必要枚数を明記(4枚まで)
6	サンリオピューロランド	3組	多摩センター	7/1-8/31	1日パスポート券(大人小人共通券)2歳以下は無料
7	油壺マリパーク	5組	三崎口	7/1-9/30	屋内大海洋劇場 いるか・あしがパフォーマンスやカワウソ指タッチも
8	東京都江戸東京博物館	5組	両国	-7/23	「発掘された日本列島2017」常設展示も観覧可能
9	出光美術館	4組	有楽町	-7/17	「水墨の風」-長谷川等伯と雪舟 期間注意
10	国立西洋美術館	5組	上野	6/20-8/5	「アルチンボルド展」さあ、謎解きの世界へ。 期間限定券
11	東京都写真美術館	5組	恵比寿	-8/6	「世界報道写真展2017」変えられた運命
12	東京国立博物館	5組	上野	7/4-8/10	日外修好130周年記念「タイ~仏の国の輝き~」 期間限定券
13	山種美術館	5組	恵比寿	-8/13	没後50年記念「川端龍子」-超ド級の日本画- 期間限定券
14	毎日書道展	12組	六本木・上野	7/12-8/6	国立新美術館(7/12-8/6)と東京都美術館(7/19-7/25)の2会場
15	ベイスターズ vs 阪神	20組	関内	7/5-6	5(水),6(木)各18時~横浜スタジアム 内野指定席引換券(注2)
16	ベイスターズ vs ヤクルト	10組	関内	7/18(火)	18時~横浜スタジアム 内野指定席引換券(注2)
17	マリノス vs サルツァ広島	9組	新横浜	7/8(土)	19時キックオフ、J1リーグ [第18節] 日産スタジアム ホーム自由席(注2)
18	マリノス vs 清水エスパルス	9組	新横浜	7/29(土)	19時キックオフ、J1リーグ [第19節] 日産スタジアム ホーム自由席(注2)
19	朝日クッキングサークル	20名			「カフェのやさいごはん」7月号冊子17頁。シトウトウモロコシ 他9品とコラム他
20	「週刊朝日」+「AERA」	12名			5~6月発行の「週刊朝日」と「AERA」ご試読にいかが?何号になるかはお任せ。
21	高校野球神奈川大会トーナメント表				第99回全国高校野球選手権大会神奈川大会トーナメント表(注3)

(注1)プレゼントに当選されると、観劇応募用の往復ハガキが届きます。当選券ではありません。お間違えのない様ご応募ください。(注2)満員の際はご入場できない場合があります。お早めにご来場ください。(注3)プレゼントとは別で差し上げます。第3希望までにお書きください。先着順(大判は若干数あります)

はがき代が62円になりました!不足のない様お願いします

〒241-0816
旭区笹野台
4-65-12
ASA三ツ境北部
さわやか
インフォメーション
宛

応募内容
①住所
②領収書氏名
③照会番号(又はお電話番号)
④ご希望のプレゼント
番号もご記入を(第3希望まで)
⑤ご意見・ご希望

応募方法
①ハガキ: お店のポストへ持参もOK!
郵便事情により、到着が遅れますのでお早め!
②FAX: 045-391-7357 お間違えなく!
③Eメール: asaeldar@dream.ocn.ne.jp
(件名を「〇号応募」として送信してください)
④当店ホームページ「さわやかマイタウン」
http://sawa-info.net/からも応募できます

●当店配達エリアで当店取扱新聞ご購読の方限定のサービスです。応募は1家族あたり1本です。
●当選発送は7月1日頃までに行う予定です。
●お申し込み多数の場合は抽選となり、発送をもって発表とさせていただきます。
●お客様からご応募いただいた個人情報、当ASA三ツ境北部において適切に管理いたします。
また、当店より商品・サービス等に関する各種ご案内をさせていただく場合がございます。

当店ホームページ「さわやかマイタウン」
<http://sawa-info.net/>
照会番号が分かる方はネットからプレゼント
応募可能!掲載記事総数、ただいま935本!!

＜今月の主な追加更新情報＞

- ◆本日16:00まで/希望ヶ丘高校の「記念祭」
- ◆6/25プロレス&三輪車レース「フォルテ祭」
- ◆6/29~7/1「第4回あっぱれフェスタ」
- ◆7/8大和市「なないろ食堂」居場所見学会
- ◆7/13旭ジャズトークライブ@みなまきうポ

さわやかイン日記

◆骨密度測定器を森永乳業横浜
支社から借りることが出来るよ
うになりました。高価な機器で
足のくるぶしを挟んで超音波で
測ります。5月の第三日曜日、
さわやかの告知を読んでお寄
りいただいた方に測定の手紙を
お返ししました。お会い
して話す機会のない皆様との
雑談も楽しかったです。そこで
「通常の牛乳の2倍のカルシウ
ム(しかも天然)が入った森永カ
ルダスを習慣に飲んでみませ
んか。」とスラスラとセリフが出
てきたら一人前の牛乳屋さん。

◆まだまだ未熟者です。
骨密度とは、一定容積に含ま
れるカルシウムなどのミネラル
成分の量、骨の強さを表します。
骨全体に含まれるカルシウム量
を指す骨量は違っています。
この測定器は①骨量が最高値
になる20代をピークにどの程度
減ったか。②男女別同年代の平
均値との対比値。2パターンの
計測値が出ます。私は①が10
0%(82%)、20代と比べて18%
減。そして②が103%(93%)
で、出力されたグラフを見ると
平均値以内でした。日々の健康
状態で数値も変化するようので、
毎日測れば毎日違うようです。

稀に20代ピークを更新し①の
数値が100%を超える人もいま
います。成長期のうちに平均以上の
骨量をかなり多く形成してい
れば、減り始めのスタート値が違
いますので、通常より高い数値
で維持するのでしょうか。当店で
はなんと2名「101%」「116%」
が出ました。1人(46)は高校ま
で野球をしていて今でもソフト
ボールをやっております。牛乳
が大好きで毎日飲んでるスタッ
フ(48)も「69%」でした。骨強化
の3要素は、食・運動・日光浴。
カルシウム摂取と適度な運動は
よく知られている事ですが、カ
ルシウムの吸収率を高めるビタ

ミンDがつくられるので、紫外
線に気を付けて日光浴も大事と
いうことになりました。それを踏
まえ、生活習慣の見直しをする
程度が目安として参考にしてい
ただければと思います。(骨粗
鬆症の心配がある方は、医療機
関で検査する必要があります。)
当スタッフも定期的に測定し
記録してみようということにな
りました。2か月に1回、骨密
度測定会を予定しておりますの
で、さわやんにて告知します。
機会がございましたら、お気軽
にお寄り下さい。カルダスのサ
ンプルもご用意しております。
(店長安達)