



さわやかインフォメーション

サンハート ご案内

■ アーリー・ハロウィン・リトミック <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。アーリー・ハロウィン仮装でいらして下さい。但し、動きやすく危険がないよう配慮願います。フロアに直接座っていただく場合があります。

- 【日時】 10月2日(月)
- ① てくてくクラス(2歳児向け) <20組>
9:20開場 / 9:30～10:20
- ② よちよちクラス(1歳児向け) <20組>
10:30開場 / 10:40～11:30
- 【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) 700円
※追加1人につき300円(0歳児の追加無料)

■ おはなしがい

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。

【日時】 10月23日(月) 10:30～11:00

【会場】 旭区民文化センターサンハート ホールロビー

【料金】 無料

【申込】 予約不要 当日直接会場へ

■ にしもとリエ えほんコンサート

- 【日時】 11月3日(金・祝)
- ① 0・1・2歳を中心に
10:30 開場/11:00 開演
- ② 3・4・5歳を中心に
13:30 開場/14:00 開演
- 【会場】 旭区民文化センターサンハート ホール
- 【料金】 大人700円 / 小学生以下300円(全席自由)
- ※音の出るおもちゃをお持ちの方は当日ご持参ください！
- ※フロアマット席もごさいます。
- ※前売り券が完売の場合、当日券の販売はございません。

■ 映画『南極料理人』上映

南極観測隊員の面白料理エッセイを映画化。堺雅人が南極で料理人に！

【日時】 11月5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。

【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！

・里山ガーデンで、スタンブラリーに参加すると、ブルーシア当日入園5割引券をプレゼント(平日)

・里山ガーデンでのバードシヨッパ(土曜日、日曜日、祝日)

・ブルーシアでのクイズラリー(毎日・オリジナルノベルティのプレゼントあり)ほか

★よこはま動物園ズーラシアと、次の連携が行われます。

・里山ガーデンで、スタンブラリーに参加すると、ブルーシア当日入園5割引券をプレゼント(平日)

・里山ガーデンでのバードシヨッパ(土曜日、日曜日、祝日)

・ブルーシアでのクイズラリー(毎日・オリジナルノベルティのプレゼントあり)ほか

■ 今月の感動いちば(通販品は来週24日(日)の折込で！)

夏も終わり、北海道ではすでに冷え込んで薄着では外に出られなくなりました！

さて、今回はホタテの乾燥貝柱、そして防災パンと防災ごはんのご案内です。

まずはホタテの乾燥貝柱！皆さんはどのように召し上がりますか？そのまま食べてももちろん美味しいのですが、いろいろな料理、例えば炊き込みご飯はいかがですか？食べてびっくり、しっかり出汁がしみておいしいですよ！

今回のご購入者様にはレシピの付いた感動いちばは、今月は菊地に代わり田中

た食べ方ガイドをお付けしますので、ご興味のある方はぜひご覧ください。

そして9月は「防災月間」ということで、毎年恒例企画の5年間保存可能な防災パンと、なんと7年間も保存可能な防災ごはん！

防災ごはんは水またはお湯を注ぐだけで作れ、さらに混ぜご飯なので、かり味もついていきます！

私も食べましたが、非常用とは思えないおいしさで、釣りや登山のお供等にもお勧めです。

(感動いちばは今月は菊地に代わり田中

■ 二俣川駅の再開発ではタワーマンションの高さも駅構内の工事の進み具合も日々変化していますね。また夏休みに遠出すると、高速道路(圏央道など)の延伸やICの増設など、知らないうちに変わっていました。さて、逆になかなか変化しないのが横浜駅の工事(？)です。私(41歳)が小学生のころから続いているようですが・・・

今日(8/20)は、第99回全国高校野球選手権大会第12日目

■ 『秋の大花壇』

今春開催された全国都市緑化よこはまフェアで、人気を博した里山ガーデン。この秋、大花壇を装いを新たに再公開されます。

コスモス・サルビア・マリーゴールドなど、秋らしい彩あふれる、立体的な花壇を楽しむことができます。

【期間】 9月22日(金)～10月22日(日)

【時間】 毎日9:30～16:00

【料金】 無料

【会場】 よこはまフェア里山ガーデン会場(よこはま動物園ズーラシア隣接)

★よこはま動物園ズーラシアと、次の連携が行われます。

・里山ガーデンで、スタンブラリーに参加すると、ブルーシア当日入園5割引券をプレゼント(平日)

・里山ガーデンでのバードシヨッパ(土曜日、日曜日、祝日)

・ブルーシアでのクイズラリー(毎日・オリジナルノベルティのプレゼントあり)ほか

第2回 《ミルクセンターあさひ》企画 骨密度が気になる方！ぜひ来店ください！ 骨の健康チェック & 試飲会

9月24日(日) 10:00～12:00

当店(ASA三ツ境北部)にお寄りください
裸足になれる格好でお越しください

ご来店お待ちしております！！

ご参加いただいた方にはー
「うるおいリッチヒアルロン酸」を1本プレゼント！

お土産 「森永カルダス」「贅沢プレミアムミルク」
「うるおうグルコサミン」
「カラダ強くするヨーグルト」
から1本、試飲(無料)できます！
※なくなり次第終了いたします。

試飲

特売 ★ご来店いただいた方のみ
この日だけの特売 (7/10円)
⇒ 絹ごしとうふ1個 100円！
※お1人様6個まで。なくなり次第終了いたします。

森永牛乳 ミルクセンターあさひ
横浜市旭区笹野台4-65-12 (ASA三ツ境北部)

特集 ～知らないうちに変わっていたこと

■ 住宅街として開発されてから数十年がたち、古い家が、取り壊され、新しい家に建て替わることが多くなりましたね。取り壊されるのを見るのは少し寂しさを感じますが、新しい人が移り住むのは嬉しく感じます。

(中沢のTさん)

■ 少し前に、ドンキホーテ二俣川店内にあった写真屋さんが開店していました。今でもフィルム写真のプリントをする事があるので、不便になり残念です。

(中沢のTさん)

■ 最近、町が変化しています。ファミマが中沢に出来ました。よく利用しています。(今宿のSさん)

※同時期パークショップのスリーエイトが閉店しました。ドラッグストアやパン屋さんがオープンしてくると嬉しいな。

■ 二俣川駅の再開発ではタワーマンションの高さも駅構内の工事の進み具合も日々変化していますね。また夏休みに遠出すると、高速道路(圏央道など)の延伸やICの増設など、知らないうちに変わっていました。さて、逆になかなか変化しないのが横浜駅の工事(？)です。私(41歳)が小学生のころから続いているようですが・・・

「あさひ寺子屋」開催の講座

① 9月23日(土) 13:00～15:00
「私たちの生活と憲法」
前回の話し合いが不十分だったので、今回も「自衛隊の現状」「自衛隊についてどう考えるか？」で意見交換します。率直な意見を出し合いましょう。(松原)

② 9月23日(土) 15:00～17:00
「原発のいまとこれから」
ノーベル賞受賞アレクシエビッチ著『チエルノブイリの祈り』を脱線しつつ皆で読んでいます。本がなくても途中からの参加大歓迎です。政府は向こう10年超のうちに原発30基を稼働させる予定です。また東電の柏崎刈羽原発も「適合」とされました。100万人に1ないし2名発症するとされる甲状腺癌も190人を超えて多発しています。一緒に考えませんか？(錦織)

③ 9月29日(金) 14:00～15:30
「万人のための天声人語塾」
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。
一緒に「天声人語」を読み、「タイトル付け」をしてみませんか？
前月1カ月分の「天声人語」をまとめた冊子を当日差し上げます。
俳句をつくるような楽しさもあ、

の・・・それは私の服のサイズです。
もちろん、私自身に変化はないので服が縮んでしまったとか考えられないのですが！
にしてもどの服もウエストだけ縮んでしまふのはどういうわけでしょうか(笑)・・・
(今宿のNさん)

今回の特集ですが、食欲の秋ですね。
「今まで食べた中で一番おいしかったもの」にしてみました！
どこそこのお店で食べたあのメニューとか、ご自身で作ったお料理や母の思い出の料理、お菓子など、何でも結構です。エピソードや感想なども書き添えていただければと思います。お待ちしております！

差し上げます！

液晶モニター

I O DATAの液晶モニター(※)を差し上げます。デスクトップで使用していた機器ですが、ラップトップのパソコンに変えたので不要となりました。それ程古くないので取りに来て下さる方に差し上げます。

※LCD 17.5" W (SXGA対応) 17型スーパー内蔵アナログ液晶ディスプレイ (東希望が丘のーさん)

応募方法

さわインプレゼントの応募期間内、当店にお申し込みください。当店からお申し込み者さまにお知らせし(当店の仲介はここまで)お申し込み者さまからご連絡とお引渡しとなります。ご連絡がない場合は、選考漏れとご解釈下さい。

北海道 夏旅行



いつも楽しく読んでます。今回の夏休みはキャンピングカーをレンタルして3泊4日で北海道へ行きました。

新千歳空港から最北端の宗谷岬へ行き紋別、網走を海沿いに走り釧路湿原、阿寒湖、摩周湖へ行きました。広い草原と、たくさんの子供たちは大喜びして、大人も見えない自然の素晴らしさに感動しました。まだまだ行きたいところがあったけど北海道は広かった。日にちが足りない。まだリベンジしたいと思います。(金谷のYさん)

書き写しで充実感

「天声人語」、毎日、切り抜いています。集中して文章に向き合う時間、丁寧に文字を書き取る充実感。様々なことを感じることも良い時を送っています。これからはタイトル付けなどにも挑戦したいと思っています。

(笹野台のTさん)

※美しい文字の素敵なお便りがありがとうございます。あさひ寺子屋の「天声人語塾」でタイトル付けに参加されたり、インターネットの朝日新聞サイトにつけられる見出しと見比べてみても面白いですね。

「さわイン日誌」に

「さわイン日誌」は何時も最初に拝読させてもらっています。

「葬儀」の場合は、最愛の人を送り出す場所と普段会うことのできない人と会う場所ですね。「祝いの場所」とは違い、普段聞けない話をじっくり聞かせてもらえる場所でもありますね。

希望カフェ(キボカフェ)講演会のお知らせ

日時: 9月27日(水) 午後2時~3時30分
テーマ: よくわかる「墓じまい」「散骨」「手元供養」
~お墓の悩みはこれで解決~

講師: 徳留佳之
「お墓にはいい人、入れない人のために」の著者が身近な問題をわかりやすく解説します。



参加費: 700円(冷たい飲み物付きです)
会場: 横浜希望が丘コミュニティカフェ(希望カフェ)
〒241-0825 横浜市旭区中希望が丘93-10
※相鉄線希望ヶ丘駅から南へバス通りを徒歩4分
左側バス停「分譲住宅」そば(希望ヶ丘動物病院隣り)

【申込み】NPO法人 横浜希望が丘コミュニティカフェ(希望カフェ)
TEL 045-465-4169 (日祝を除く10:00~17:00)
FAX 045-465-4172 MAIL kibocafe@hb.tp1.jp まで

毎朝爽快!

(東希望が丘のTさん)

前回は当選したお試し12本セットのドリンク(「毎朝爽快」)ご馳走様でした。美味しかったです。妊娠したばかりの娘が便秘に悩んでいたのでおすそ分けして喜ばれました。(東希望が丘のNさん)

サマーフェスタ

さわやかインフォメーションでも紹介してくれていた今宿サマーフェスタに、毎年参加させてもらっています。今年も家族で参加させてもらいました。

子どもたちはおすそかいを片手にサマーフェスタを楽しんでいるなか、私は健康フェアに参加させてもらいました。何年かぶりに握力を測ってみたり、骨年齢を調べてもらったりしたのですが、その中で知らないうちに変わっていたことが。それは体重です。増えてるだらうなとは思っていたのですが、予想を覆すことなくしっかりと増えていました。

というわけで、これから「食欲の秋」ですが、ダイエットしなくては。

(今宿のSさん)

※サマーフェスタ、今年も盛況だった様ですね。特集にも通じるお便りがありがとうございます。ダイエットは無理なく、ね。

旭ジャズまつり

先日、頂いたチケットで、旭ジャズまつりに行ってきました。楽しくて楽しくて。野外というのがまた良くて。ジャズ初心者ですが堪能して来ました。ありがとうございました。(今宿のSさん)

プレゼントコーナー

＜前号のプレゼント応募倍率＞

応募総数346通(当選数/応募数)
1位:パリスタ本体 (1/30)30倍
2位:109シネマズ (5/83)17倍
3位:山種美術館 (5/30)6倍
4位:ヨコハマトリエンナーレ (5/28)5.6倍

締切: 9月22日(金)15時

チケットは基本2枚1組です

◆プロ野球ペナントレースも終盤ですが、今年度のベ이스ターズ戦プレゼントチケットは終了しました。なにとぞ、ご了承ください。サッカーは来月あと1試合です。



○さわイン日誌



2年程前の大型犬が人を襲い警察が拳銃で射殺したニュース。13発の発砲に注目が集まりましたが、飼いが散歩をあまりせず、物置に閉じ込めていたという報道にもあったように、ペットとの関係性をクローズアップしてもいいように思いました。



犬は何故噛みつくのか?飼いがを守るため、餌を横取りされない為、テリトリーを侵されぬ為、殆どが威嚇によるものです。飼いが犬のストレスをコントロール出来ていれば、滅多に危害を及ぼすことにはならないと思っております。

実家の愛犬チャオは狂暴でした。ミニチュアダックスです。家族皆本

気で噛まれております。我慢ですが私だけは噛まれておりません。妹が静岡岡のペットショップで売れないので処分(安楽死)になると言われ、可哀想だと即日購入。本当にそんなことがあるのか?セールのストークなのか?その店は閉店していて真偽は定かではありません。



しかし、どんな怖い思いをしてきたかは、人間に臆病になっっている姿を見れば想像が付きまします。外に出たり知らない人間に会うと尻尾を丸めてブルブル震えていました。そんな状況で下手に近づくとガブッ。幼い頃のトラウマが原因である

と察しました。5年ほど母とチャオと同居した時期、お腹の上で寝かしたり、鼻の感



触が好きなので鼻を甘噛みさせたり、母の靴下を引っ張り合い、お手を覚えさせたり、一緒に高い高いをしてきた。吠えた時は、高い高いをして気を逸らし、誰かに噛みつこうとした時は私の腕を出して「これ噛むのか!」と怒れば顔を横にするので、人の集まる所等へ行く時は私が面倒役。怖い思いが遠い過去になるように、ずっと愛情と言葉をかけ続けました。現在、人間年齢だと70歳。たまに実家へ会いに行くと、悲鳴のようなワンワンが玄関で木霊します。凶暴性は薄れ、食欲旺盛で母を忙しくさせていると聞くと安心します。撃たれるような悲劇が起きませんよう、全てのペットが幸せであって欲しいと願います。(店長 安達)

No.	プレゼント名	当選数	最寄駅	期間	内容説明
1	手延素麺セット	5名			「揖保の糸 3種食べくらべセット」250g×3パック入1箱。①上質原料の「特級」②小麦本来の風味「縹つむぎ」③伝統製法名品の「上級」の3種セット。
2	109シネマズ&ムービル	5組	横浜他	-11/20	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、二子玉川利用不可
3	国立劇場 応募はがき	5組	半蔵門	11/9~11/23	「坂崎出羽守」「沓掛時次郎」尾上松緑・中村梅玉他 昼の部(注1)
4	こどもの国	5組	こどもの国	-12/30	バスケットボールやフライングディスクの無料貸し出しも!
5	赤レンガ倉庫 横浜クルーズ	5組	日本大通り	~2018年3月7日	美しい横浜とガントリークレーンや巨大船、建造物の迫力を堪能 赤レンガ桟橋~ベイブリッジ~本牧ふ頭~瑞穂ふ頭~みなとみらい
6	ヨコハマトリエンナーレ2017	5組	みなとみらい他	-11/5	島と星座とガラパゴス。現代アートの国際展。横浜美術館他
7	東京国立博物館	5組	上野	-10/22	興福寺中金堂再建記念特別展「運慶」期間限定券
8	三井記念美術館	5組	三越前	-11/5	「驚異の超絶技巧!」明治工芸から現代アートへ 期間限定券
9	サントリー美術館	5組	六本木	-11/5	天下を治めた絵師「狩野元信」
10	横須賀美術館	14組	馬堀海岸	-11/5	「ぼくとわたしとみんなのtuperatuperā 絵本の世界展」
11	マリノス VS 大宮アルディージャ	10組	新横浜	10/14(土)	14時キックオフ J1リーグ [第29節] 自由席 日産スタジアム (注2)
12	マリノス VS 鹿島アントラーズ	10組	新横浜	10/21(土)	19時キックオフ J1リーグ [第30節] 自由席 日産スタジアム (注2)
13	朝日クッキングサークル	20名			「カフェのやさいごはん」10月号冊子17頁。きのこ カボチャ9品とコラム他
14	改訂新版「日本百名山」	1名			朝日ビジュアルシリーズ「槍ヶ岳 常念岳」改訂新版2017年4月リリース創刊2号(注3)
15	「名曲アルバム」カセット	1名			NHK「名曲アルバム」のカセットテープ:1箱/10巻セット(①ドイツ編~⑩日本編まで)。解説本付き。※動作確認はしておりません。ご了承ください。(注3)
16	朝日の縦野ノート	16名			以前朝日に連載の「門」と「それから」を貼るノート。俳句などの創作に如何? 門ノート(13冊)とそれからノート(3冊)のどちらが届くかはお楽しみ♪(注3)

(注1)プレゼントに当選されますと、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。お間違えの無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。(注3) 多少の傷みや汚れがあります事をご了承ください。

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

234号

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に!
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入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9月30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!
掲載記事総数、ただいま 972本 !!

< 今月の主な追加更新情報 >

◆9/10~11/24◆区内9カ所で31回の「おはなし会」
◆9/16~18二俣川北口『第3回旭区落語・演芸祭り』
◆9/30和泉川沿いの自然散策/申込締切9/22
◆10/7~8横浜ジャズプロムナード&ビールの祭典
◆10/7・21稲刈り・脱穀体験教室/申込締切9/22