



# さわやかインフォメーション

## ◆今年もよろしく お願いいたします

昨年中は、大変お世話になりました。当さわやかインフォメーションならびにASA三ツ境北部と森永牛乳ミルクセンターあさひを、今後とも宜しくお願い申し上げます。

昨年2月に始めました森永牛乳店の業務も何とか軌道に乗り、新聞配達スタッフの手も借りて、営業を続けております。新聞のご購読と共に、森永宅配サービスのご利用もお待ちしております。お気軽にお申し付けください。

昨年はお世話になりました。ご報告が遅れてしまいましたが、8区(今宿・今宿町エリア)の配達と8・9区の営業を担当させていただいた石岡真二が11月末で退職いたしました。地域の皆様、長きに渡りお世話になり誠にありがとうございました。

現在8区は、臨時配達員が、営業は上地智樹が担当してあります。

また、時を同じく、5区(東希望が丘エリア)の配達員が、新メンバーの村上政幸(配達経験あり)に代わりました。こちらもよろしくお願いたします。



## ◆インフルエンザにご注意

毎年の季節には、言われる事ではございますが、手洗い・うがい、マスクを着用するなど対策をして、感染予防におこめくださいます。



## ◆「お気に入り写真カレンダー」お届け遅延のお知らせ

昨年末、ご希望の方へ今年1月・6月の「お気に入り写真カレンダー」を作成させていただきましたが、印刷機の不調(色の不具合、カサれ等)により、作成に時間がかかってしまいました。皆さまにはお届けが遅くなっております。ご迷惑をお掛けしました事を詫言いたします。

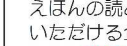
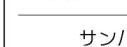
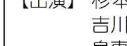
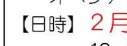
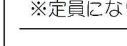
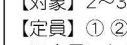
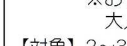
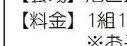
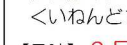
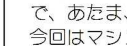
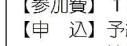
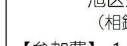
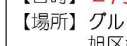
2枚目以降のカレンダー代金につきましては、1月分の新聞代金と一緒に請求させていただきますので、何卒ご了承ください。

## オレンジカフェ・みんなの家

住み慣れた地域や自宅で暮らし続けられるための、認知症になっても「その人らしい生活」を営めるための「小さなおせっかい」をさせていただきます。お茶やお菓子を楽しみながら、おしゃべりして、ちょっと相談もして・・・皆さまとこの地域で暮らしながら支え合って歩いていけたら・・・と思っています。

## ♪ オカリナ演奏・紙芝居で 認知症を学ぼう♪

【日時】2月19日(月) 14:00~  
【場所】グループホーム みんなの家・横浜金谷 旭区金谷471-1 (相鉄バス「ニコタウン第6」より徒歩7分)  
【参加費】100円 (飲み物・お菓子代)  
【申込】予約は不要です。お気軽にお越しください。地域の皆さまのご参加をお待ちしております  
【問合せ】グループホーム みんなの家・横浜金谷 TEL:045-958-2880 高須



## 特集「平成29年 運がよかったと思うこと」

■在庫薄と言われているインフルエンザの予防接種を会社帰りにふらっと寄ったかかりつけ医で最後の1本を受け取ることが出来た。ラッキーでした。(笹野台のYさん)

■8月の父の一周忌に、母と兄妹3人の子供や孫が全員、1人の欠席者もなく元気で集まれたこと。亡き父の導きだったかも知れないが、近場の温泉ホテルで全員で一泊。賑やかな大宴会で親睦を深め、一生の思い出を創れたこと。(野野台のSさん)

■主人の田舎の空き家が売れた事です。無人になってから5年。なかなか買手がなく、子供達に負の遺産を残すのではないかといつも気がかかっていました。(今年)5月、幸か不幸か。(野野台のSさん)

■特別に運が良かったということはありませんが、子供・孫も喜んでいます。(中沢のKさん)

■会社の忘年会で「ビンゴ」があり、1番人気のお米をゲットした事です。(金谷のYさん)

■「運がよかったと思うこと」は特にありませんでしたが、「運が悪かったと思うこと」も特にありませんでしたのでまあまあ平穏な一年だったと思います。来年以後に期待！(中沢のKさん)

運にも運も分る事ができました。主人は内心では寂しい思いをしつつも、健康で無事に1年を過ごせたと感じています。(中沢のNさん)

※不運と思えることがなかったの喜びですね。さて、米月の特集ですが、今宿のKさんからいただいたお便りから「暖房費節約術」にしてみました。東日本大震災後、電力不足を補うために各戸で節電に努める動きがありました。今、今はどうでしょうか。節約の観点からも再度見直してみたいと思います。知恵を出しあってガマンしない節電ができれば嬉しいですね。

リストの漢字を白マスに入れて漢字しりとりを完成させてください。リストに残った四つの漢字でできる熟語が答えです。

→七	福	戸	飲	馬
	質	文	後	和
	報	処	髪	
行		菓	間	的
		学	人	
		正	明	下
知	造	実	効	響
		燃	体	蒸

リスト  
気公酒神地内物明料  
家見主酒地内物明料  
果金食大動風満理  
音牛識情生豆帆宝欲  
子順水店日別目録

## お待ちしました! 第2弾開催!

# オンリービートルズII

一昨年1月に開催された、ビートルズだけをレコードで鑑賞する『オンリービートルズ』。またやって欲しい!との多くのご要望に応え、再び開催決定!! 大型スピーカーの迫力ある音で一緒に楽しみましょう!

※「くつろぎカフェ無料券」は使えません。

【日時】1月28日(日) 13:00~15:00  
【場所】今宿地域ケアプラザ 多目的ホール  
【参加費】300円(コーヒー・お菓子付き)  
【申込先】今宿地域ケアプラザ・地域交流 TEL 045-392-0309

①1月26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  
※詳しく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。  
俳句をつくるのも楽しいですよ。問題を手軽に簡単。日本語や時事問題を学べるだけでなく、脳トレにもなります。(徳野台)

②1月27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」(笹野台1丁目130 森ビル202号)

## 「あさひ寺子屋」開催の講座

安倍9条改憲が最大の政治的課題として取り上げられています。その内容、意図、現実的な動きなどを中心に直近の日本の政治の流れについて意見交換しましょう。参加者がもっている情報をもとに。(松原)

※今月の「原発のいま」とこれからは都合により、冬休みとさせていただきます。

【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・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。

【近所の専門職】  
近所での開業している専門職の方の紹介など(大工さん、税理士さん、整体さんとかいろいろあるかも)。(笹野台のMさん)  
※自薦他薦どちらでもOKです。

【公園】  
「孫(2才)が楽しく遊べる様な公園、遠方でもOKです。」(東希望が丘のWさん)

【漢字くるくるパズル】  
難易度★☆☆中級  
漢字くるくるパズル(答えは裏面に)

## サンハートご案内

### すくすくキッズプログラム

#### ■わくわく・こねこね クレイアート

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。今回はマシュマロみたいにならわくわく、手にも付かないねんどでペロキャンディを作ります。

【日時】2月6日(火)  
①9:20開場/9:30開始/10:00終了  
②10:15開場/10:30開始/11:00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1作品 700円  
※お子様の追加1人につき300円(1作品) 大人・0歳児の追加無料(ただし作品なし)  
【対象】2~3歳児  
【定員】①②各20組(先着順)  
※定員になり次第、受付を閉め切らせていただきます。

### サンハート区民企画 2018

#### ■バレンタインコンサート

杉本正と横浜弦楽五重奏団によるベスト・オブ・ベスト~オペラアリア名曲選~

【日時】2月12日(月・祝)  
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】全席指定 前売り券 2,500円(当日2,700円) ベア券 4,000円(前売のみ) ※未就学児入場不可  
【出演】杉本正と横浜弦楽五重奏団 吉川秋子(Vn)、鈴木葉子(Vn)、泉恵子(Va)、只野晋作(Vc)、杉本正(Cb)

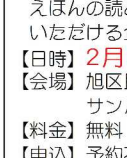
【ゲスト】  
 山下由佳(Sop) 山田大輔(Ten)  
※前売り券が完売の場合、当日券の販売はございません。

### サンハートよみかかせサポーターによる

#### ■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】2月27日(火) 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

【申込み・問合せ】横浜市旭区民文化センター サンハート TEL 045-364-3810





都岡農協隣に、学校や幼稚園の制服などのリユースショップができました。短期間しか使わない学用品や通園グッズも扱っています。

まだ使えるけれど卒業して不要になり困っている方、リユースで安く購入したい方などの橋渡しをしています。



営業日・時間: 金曜: 15:30~19:00  
土・日曜: 13:30~18:00

- ・祝日と重なった金曜は13:30~18:00。他の祝日はお休みです。
- ・臨時休業あり(ブログ、Twitterでお知らせします)

お問い合わせ: お電話またはメールでお気軽にお問い合わせください。

TEL: 050-7131-9259 ※  
(平日18~21時、営業日は終日)

※すぐに出られない場合は、後ほど折り返します。一向にたつても折り返しがないうちでしたら、お手数ですが、HPの「お問い合わせフォーム」からご連絡ください。

メール: pass.seifuku@gmail.com  
担当: 日暮(ひぐらし)

★買取り・販売・在庫など詳しい情報はホームページ  
(<https://pass-seifuku.wixsite.com/reuse>)まで

学生服・園服リユース Pass~ぱす~

横浜市旭区今宿西町281

(北西隣が都岡J.A.、道を挟んで向かい側に「回転寿司沼津すし之助横浜店」があります)

## みんなの声

### お掃除!

■特集の「私のお掃除術」を読んで皆さん頑張ってお掃除されているんだなと思いました。私も大掃除を始めなきゃなあと・・・。最近はお掃除には「セスキ炭酸ソーダ」を使ってお掃除しています。

※「セスキ炭酸ソーダ」は、重曹の水溶液に比べてアルカリ性が強く、油污の汚れのような酸性の汚れに効果を発揮します。激しい泥や機械油などの頑固な油污には石けん、鍋の焦げ付きには重曹の方が良いようです。

### 鳥取り機?

■我が家の庭に一昨年あたりから、ねずみが出没しはじめたので、昨年ねずみ取り機(籠状のもの)を買って置いた。(餌は主にパンのみ)。昨年はドブねずみが2匹、今年はいえねずみ2匹がかりました。その後、ねずみを見かけなくなったら、ナンと野鳥が7回(すずめ、むくどり、しじゅうから3、はと)もかかってしまいました。勿論そのつと迷がまじった。ねずみ取りが鳥取になってしまったと家族でにが笑い・・・。(ちなみに、ねずみ取り機はもうかたづけました。)

### さわイン読むと

■みんなの声のコーナーを読みながら、自分と同じような事を持っている人が近くにいるんだあ・・・。不思議だ、逆にそんな風に感じるのか・・・。って新鮮な気持ちになりました。いつも何か思うことがあっても楽しいです。でも一番は、さわイン誌のコーナーなので

(来年も)また楽しみにしています。寒い日が続きますからご自愛のほどを。(中尾のFさん)

### 年末に思ったこと

■年齢を重ねると一年経つのが早い事、早い事子供頃はあつた。待ちどおしい特別な日でしたが・・・。気持ちだけでもベリリと切りかえねば!! (東希望が丘のTさん)

### 差上げます!

■プリンターインク  
①エプソンインクカートリッジ  
1065シリアムの互換インクです。シリアムのみEco-ink。

- ・B0176M X2
  - ・B0176BK X4
  - ・B0176+9 X3
  - ・B019BK X3
  - ・B0176 五色パック X2
  - ・B0176 四色パック X1
- (今福のKさん)

### 応募方法

①かたを明記ください。  
②応募期間中はさわイン誌レターのお募期間です。当店からお申し込みをお知らせし(当店の中心を基に)お申し込み者からご連絡をお送りさせていただきます。ご連絡がない場合は、お申し込み者なしと選考漏れと解釈下さい。

# プレゼントコーナー

締切: 1月26日(金)15時 チケットは基本2枚1組です

- ◆12番~15番のプレゼントは追加品です。最後のチャンス!
- 6番~8番のプレゼントは名称が似ているので、番号・名称・内容をよくご確認のうえ、お間違えのない様にご応募ください。

＜前号のプレゼント応募倍率＞  
応募総数485通(当選数/応募数)  
1位:109シネマズ映画券(5/87)17.4倍  
2位:ハンタンのケーキ(4/69)17.3倍  
3位:貴さのそば(5/63)13倍  
4位:増田屋のそば(2/15)8倍  
5位:国立科学博物館(5/24)5倍

No.	プレゼント名	当選数	最寄駅	期間	内容説明
1	森永「絹ごしとうふ」 食べ比べセット	32名			人気の森永「絹ごしとうふ」普通タイプと煮崩れしにくいしっかり食感のお料理用とうふ各1個のセット。食べ比べてみてね。この時期なら常温保存でOK
2	109シネマズ&ムービル	5組	横浜他	-3/20	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	こどもの国	10組	こどもの国	-6/30	2/25まではスケートもできるよ!(入場料+貸靴は別途料金)
4	ボウリングお楽しみ券	5組	大和他	-3/31	桜ヶ丘ボウリングセンターほかの共通券。貸し靴代別途1人2ゲーム以上で1ゲーム無料券。1枚で2名様有効
5	箱根ガラスの森美術館	5組	箱根湯本	-3/31	ヴェネチア仮面祭開催中!仮面やマツを身につけて記念撮影も
6	東京国立近代美術館	5組	竹橋	-3/2	「熊谷守一 生きるよこび」明るい色彩と単純化されたかたちを持つ作風。伊藤『へたも絵のうち』はロングセラー
7	国立新美術館	6組	六本木	2/14 -3/26	「至上の印象派展」ピュール・コレクションルノワールやセザンヌなど豪華作家の競演 期間限定券
8	東京国立博物館	5組	上野	-3/18	「アラビアの道」サウジアラビア王国の至宝。100年以上前の石器から初代国王の遺品など400点以上の貴重な文化財
9	そごう美術館	30組	横浜	1/27 -2/18	「今右衛門の色鍋島」崇高な色鍋島370年の造形美 約180点
10	朝日クッキングサークル	20名			「カフェのやさいごはん」2月号冊子17頁。ハクサイ ホウレンソウ9品とコラム他
11	「課長 島耕作」新聞	5名			スポーツニッポン新聞社発行。著作/弘兼憲史。週刊新聞でよみがえる不朽の名作マンガ1~45号完結セット タブロイド版 どちらかといえば成人向けです。(注番号もご記入を(第3希望まで))
12	日経 ビジネス手帳	3名			サイズ:16×9.5cm 色:黒 ダイアリー・アドレス・ビジネスデータ付ポケットサイズの定番手帳
13	A S A カレンダー	6名			A3サイズ(29.7×42cm) 書き込みが出来るシンプルカレンダー。1ヶ月1枚
14	滝平二郎きりえカレンダー	11名			サイズ:62×45cm おなじみの切り絵カレンダー。不織布製1枚もの
15	東山魁夷カレンダー	2名			サイズ:使用時42×29cm 日経新聞社発行の小型判アートカレンダー。各月1枚

(注) 経年の傷みや汚れがあります事をご了承ください。

〒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  
238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!
  - 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2月3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きます。

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1025本!!

- ＜今月の主な追加更新情報＞
- ・1/31第1期締切◆ココハマウォーキングポイント
  - ・2/2◆旭工コキヤンドナイト&節分祭@本村神明社
  - ・2/18◆お年寄りと楽しむ絵本の時間講演会@旭公会堂
  - ・要申込◆雑祭料理教室&飾り寿司作り@今宿ケアプラザ
  - ・2/28◆兵衛院長ベトナム講演会ほか講座@希望カフェ

## さわイン日誌

初詣は寒川神社へ行っております。八方除けの有名で、当時自身のみならず当スタッフも含め、不測の厄災から守って頂きたいという思いが強く、8年前に初めて参拜に行きました。元旦は仕事なので1月2日の休刊日に行き、その時は夜になってしまいい、午後八時に境内は灯りが消えてしまいました。「うわあ閉まって参拜出来ない!」とガツガツしたら一転、追儺祭という年頭に執行する特殊事だったので。そして、御

神前に供えられた矢が、災難除けのお守りとしてその参列者に頒布されました。偶然のツキに恵まれた喜びを味わえ、そんな巡りあわせで毎年行くようになった。

今年も、日の出しているうちに夜に夜以上にの凄いやつ。家族やカッブルで並んでいる方達ばかり。一人で並んでいる私は、前に隙間が空くとスッとなんか、「八方除けの神様だから、幸運も逃ね除けちゃうんじゃね?」という夫婦の会話、「ためえいい加減にしろ

よ!」と中学生位の娘にキラキラと輝いて、混んでいたらうと黙し、心の中で「はい、はい、今年の厄災はこれで終わり!」、と最初からやり直して、昨年無事でいられたお礼をさせていただきました。

初詣で疲れるのは仕方ありませんが、心を乱して終えたいことはありません。行列に並び最初から帰る最後まで、どんな精神状態でいられたか、ちょっとした年始の修行だったのだと思いましたが、今年最初のさわイン日誌は、神様に見られたと思うと冷静になれたというお話。(店長安達)