

ASA 三ツ境北部

第260号

2019年11月17日

さわやかインフォメーション

サンハート ご案内

サンハートよみぎ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。



【日時】12月12日(木)
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 【対象】0～2歳とその保護者
【申込】予約不要 当日直接会場へ

■アートマーケット・ハンドメイドワークショップ

個性豊かな手仕事作家たちがサンハートに集まる2日間限定のマーケットが12月にも登場！今回はマーケットだけではなく、ワークショップも開催します。



【日時】12月7日(土)、8日(日)
各日 11:00～17:00

【会場】アートマーケット：アートギャラリー、カルチャー工房
ワークショップ：ミーティングルーム AB

【料金】入場無料

第7回サンハート・アンサンブル・オーディション 最優秀賞組コンサート

■気軽に寄り道クラシック

姉妹が奏でる極上の音色



Duo deux fleurs

お仕事や学校帰りに気軽に立ち寄りしてほしい、そんな思いを込めた「気軽に寄り道クラシック」。2本の迫力あるヴァイオリンに心揺さぶられること間違いなし！姉妹の息の合った演奏がサンハート音楽ホールを包み込みます。

【日時】12月13日(金)
19:00開場/19:30開演

【会場】旭区民文化センター サンハート音楽ホール

【出演】Duo deux fleurs (デュオドゥフルール) 中村ゆかり(姉)、中村里奈(妹)

【料金】[全席自由]
一般1,000円/高校生以下800円
※当日各200円増 ※未就学児入場不可

すくすくキッズプログラム

■みんなで楽しもう！おんがくのじかん！



ママも楽しめるプログラムあり！子供と一緒に「音」を楽しもう！歌、ヴァイオリン、ピアノによる女性3人組ユニット。花より3度のご飯が好き？そんな三人が楽しい音楽の時間をお届けします。

【日時】12月19日(木) 11:00～11:45
【会場】旭区民文化センター サンハート ホール

【対象】0～2歳
【出演者】鈴木一葉(ピアノ)、松浦瑠奈(ヴァイオリン)、野久尾智美(ヴォーカル)



【料金】800円(親子ペア券)
※追加一人につき300円

【定員】50組100名

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

笹野台地域ケアプラザより

年末コンサート

12月8日(日) 13:30 開演 (13:00開場)

【場所】笹野台地域ケアプラザ

【内容】

第一部：13:30～
東原武啓津軽三絃会～津軽三味線
東京音頭、斎太郎節、ソーラン節、
花笠音頭、など8～10曲
第二部：14:25～ (15:00終了予定)
笹野台音楽堂 金子直樹～ピアノ独奏
Have Yourself A Merry Little Christmas/
ホワイト・クリスマス/
クリスマス・ソング/もみの木

【参加費】無料・申込み不要

笹野台地域ケアプラザ 地域活動交流
TEL:045-367-2330

今宿地域ケアプラザより

「みんなの居場所づくり」

応援講座

地域の人々が気軽に集うコミュニティ・カフェが人気です。「コミュニティ・カフェをやってみよう」「地域活動のきっかけを学びたい」「趣味や特技で仲間づくりしたい」そんなあなた、地域活動のノウハウを楽しく学びませんか？多数のメディアで紹介された今宿地域ケアプラザのレコード喫茶「くつろぎカフェ」の仕掛け人が成功の秘訣をお伝えします。これから始めたい人も、既に始めている人も、一歩前へ！！



【講座開催日】※①～④は10:00～12:00
①2020年1月11日(土) ②1月18日(土)
③1月21日(火) ④2月1日(土)
⑤2月12日(水) 13:00～

【場所】横浜市今宿地域ケアプラザ
ポランティアルーム/地域ケアルーム
【講師】地域活動交流・生活支援 職員
【定員】12名 【受講料】無料
【締切】2019年12月25日(水)

【お問合せ】詳しい内容は、
今宿地域ケアプラザ 地域活動交流まで
TEL:045-392-0309

紅葉狩りコース

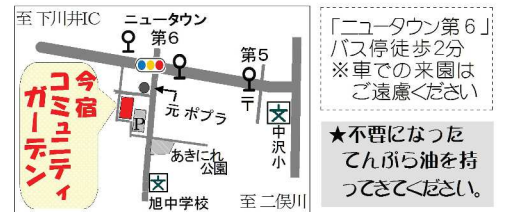
※新聞代金も口座振替やクレジットカードでお支払いいただけます。この機会に検討されてみてはいかがでしょうか。



最近の折り込みちらしで目にするのは、クリスマス商品やお節の案内。年末が近いと感じます。11月23日(土)は労働感謝の日。土曜日ですが祝日にあたりますので、**タリタリお返ししません。**ご承知ください。
■本日は古紙回収日
本日(11月17日)は11月の古紙回収日です。出し遅れない様お願いいたします。
■12月の古紙回収と集金開始は12月15日
来月の話ではございますが、12月の古紙回収は、第3日曜、12月15日(日)に行います。集金も毎年このころではございますが、年末業務の関係で、12月15日(日)から始めたいと存じます。ご協力の程、よろしくお願いたします。そして、当「さわやかインフォメーション」も12月15日に発行いたしますのでよろしくお願いたします。

今コミで収穫した里芋、さつまいもで秋の収穫祭 入園無料!

11月23日(土・祝) 11:00～13:00(雨天中止)
今宿コミュニティガーデン(今宿2-20)



- いも煮会・焼きいも大会 各100円
マイはし・おわんを持参ください。
- 子ども体験学習 さつまいも堀り・さといも掘り
軍手を持参ください。掘った芋はお土産に持ち帰ってね。(数量に限りがあります)
- 手作りエコグッズ 中途障害者施設「工房アリアル」
- 花輪(いものツル使用)販売
クリスマスリースに最適!

【問合せ】今宿コミュニティガーデン友の会
代表 木村吉夫 TEL045-955-1882
<http://imacom.org/>

みんなの声

ラグビーW杯感動

ラグビーW杯の日本対スコットランド戦に行ってきました。スタジアムの日本への声援がすごい中、日本が因縁の相手に勝って感動しました。南アフリカには負けてしまいましたが、ラグビーに新しい時代を吹き込んだ日本代表にお疲れさまでした。(中沢のHさん)

台風被害に

台風15号、19号は大災害を引き起こしました。被害にあった方々が何とか早く元の生活に戻れますように願っています。(笹野台のーさん)

地球温暖化の影響が、勢力が強いままの台風上陸、今後もありうるケース、どう対応するか?行政や国も真面目に考えてもらいたいものです。(笹野台のSさん)



ました。我が家の紅葉(もみじ)狩りのコースは丹沢の大山と決められています。大山名物の大山豆腐に舌鼓を打ち、大山のまっかになつた紅葉を愛でるといふコースです。人々でいっぱいになりますが、皆様もいかがでしょうか?(東希望が丘のFさん)

キャッシュレス化

キャッシュレス化が進んでいるようですが、まだ踏み切れません。回りの様子を見ながら、自分が納得できたら始めようと思っています。メリッとリスクがはつきり理解できるまでは慎重にです。(笹野台のSさん)

■ カジノ誘致問題について考えませんか?

「カジノは白紙」と言っていた林市長は、今年8月に、突然カジノ誘致を表明しました。多くの市民が反対するなか、このままでは横浜にカジノができる可能性が極めて高くなっています。

そもそも、カジノにそれほど経済効果はあるのか、本当にカジノ依存症の心配はないのか? 疑問は尽きません。そうした疑問に応える講演会です。

- 第1回/12月7日(土) 18:30~21:00
鳥畑与一さん講演(60分)+会の活動説明
※静岡大学教授、『カジノ幻想』(ベスト新書)著者
- 第2回/12月16日(月) 14:00~16:30
第3回/12月16日(月) 18:30~21:00
町田政明さん講演(20分)+鳥畑教授講演録画上映+会の活動説明
※ギャングル依存症患者の支援活動をしている旭区在住カウンセラー
(第2回・第3回は同内容)
- 参加費:各回500円
会場:旭公会堂会議室(旭区役所4階) 各回定員69名
主催:旭区カジノ問題を考える会
申込み:TEL:070-6552-8421
FAX:045-444-9445
mail:asahikuno.casino.net@gmail.com

「あさひ寺子屋」開催講座

11月19日(火) 14:30~16:00
「万人のための天声人語塾」
会場:笹野台一丁目伊藤さん宅
※住所は希望者に直接お知らせします
一緒に「天声人語」を読み、タイトル付けをしませんか? 1カ月の「天声人語」まとめ冊子を当日差し上げます。日本語や時事問題を学べ、脳下しにもなります。
【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・住所・当日連絡可能な電話番号をお知らせください。講座は無料。お申込み締切は開催日の前々日の15:00です。

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1321本!!

<今月の主な追加更新情報>

- 11/21 ◆公的年金と私的年金@旭公会堂
- 11/24 ◆一箱古本市@南万騎が原駅前広場
- 11/25 ◆リユース家具抽選も 旭工場見学会
- 11/30 ◆中学生ピリオバトル大会@サンハート
- 12/3 ◆やっちゃえサロン!!@サンハート

オレンジカフェ・みんなの家



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・・・

【日時】毎月第3木曜日 14:00~15:30

11月21日:日本舞踊・さざんか会
12月19日:クリスマスコンサート by 音楽る

【場所】みんなの家・横浜金が谷
金が谷471-1(「ニュータウン第6」徒歩7分)

【参加費】100円(飲み物・お菓子代)
【申込】予約不要。お気軽にお越しください



【問合せ】
グループホーム みんなの家・横浜金が谷
TEL:045-958-2880 高須

<前号プレゼント応募倍率>

- (応募総数 243通)
- 1位:109映画券 18倍
 - 2位:国立西洋美術館 11倍
 - 3位:スカイガーデン 8倍

プレゼントコーナー

締切:11月22日(金)15時 チケットは基本2枚1組です

No.	プレゼント名	当選数	最寄駅	期間	内容説明
1	森永豆腐セット	20名	森永の「絹ごしとうふ」と「お料理向きとうふ」各1個のセット。長期保存可能!		
2	109シネマズ & ムービル	5組	横浜 他	12/1~2/20	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、グラパリーパークは利用不可
3	マザー牧場	5組	君津	~1/31	「イルミネーション光の花園」他、開催(休園日にご注意を)
4	国立新美術館	5組	六本木	~3/2	「ブタペスト ヨーロッパとハンガリーの美術400年」期間限定券
5	そごう美術館	5組	横浜	11/23~12/25	「ミュンシャ展 運命の女たち」
6	マリノス VS FC東京	5組	新横浜	12/7(土)	14時キックオフ J1リーグ [第34節] 朝日杯・ターズシート 日産スタジアム(注1)
7	朝日クッキングサークル	20名			「旬やさいの献立」 12月号冊子17頁。ハクサイ/ニンジン9品他
8	日経 ビジネス手帳	15名			サイズ:16×9.5cm 色:黒 ダイアリー・アドレス・ビジネス・外付ポケットサイズの定番手帳
9	東山魁夷カレンダー	15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。
10	サザエさんカレンダー	1名			サイズ: B3 (52×36cm) 表紙+6枚(2ヶ月1枚) 昔の絵柄のサザエさん
11	かんたん家計簿 2020	30名			B5判 32頁。毎年おなじみ1ヶ月見開き1枚のシンプル家計簿。
12	令和秋の号外セット	先着100名			朝日新聞10/22天皇陛下即位の礼と11/10即位パレード号外各1部(注2)

(注1) 満員の際はご入場できない場合があります。ご理解ご了承ください。

(注2) 店保管の為、多少の汚れがあります事をご了承ください。抽選とは別に先着順となります。

通常はがきの郵便料金は、63円です

〒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



- 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名
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11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。

○さわやこん日誌

最近の非常食セットは沢山の種類がありますが、購入後しまっておいたらうっかり賞味期限切れになっていた、また、一度買っただけで消費された方もいらっしゃるのではないでしょうか。

そんな経験を踏まえて、専門家が推奨しているストック(備蓄)をローリング(回転)するという、非常食の備蓄方法が「ローリングストック法」。

賞味期限が数カ月〜1年前後と比較的長めの常温保存可能な食品を、普段の食事に定期的に組み入れ、食べたら補充。非常食を平常時の食品ストックとし、常に一定数に保つことで、災害時の備えとする合理的な考え方です。よく使う食品なら、短いスパンで新しいものに入れ替えるので、賞味期限を気にする必要がありません。備えの心積もりは時間の経過とともに風化してしまいがちです。

具体的例「普段からよく消費するものがポイント」

- 【主食】レトルトごはん・おもち(個包装)・小麦粉・パンケーキミックス・乾麺類
- 【おかず】缶詰(開けてすぐに食べられるもの)・レトルトのカレーやハヤシライス、牛丼などの具材
- 【汁物】インスタント味噌汁・カップスープ
- 【飲料】ペットボトルの水・豆乳

※水は「大人ひとり3リットル/日」、災害時のための食糧の備蓄は、最低3日から1週間分だと言われています。3日分を試してみればいかがでしょうか。ちなみに森永乳業の「絹ごしとうふ」も日常兼非常用として高い評価を頂いております。市販ではございませんので、当店でケース「12丁入」単位でいつでも購入出来ます。(店長安達)