



# さわやかインフォメーション

ASA 三ツ境北部  
第286号  
2022年1月16日

■ 本年もさわやかインフォメーションならびに書店をお引き立てのほど、宜しくお願い申し上げます。



■ 雪の日の配達について  
寒さも厳しく、雪の降る日もありました。大雪の際には、配達員の安全確保のため、配達を中止させていただく場合もございます。何卒、ご理解・ご了承のほど、よろしくお願い申し上げます。

■ 現時点で、「コロナウィルス、オミクロン株」の急速な感染拡大に直面しており、終息は先の見えない状況にあります。

今後もプレゼントコーナーで、美術館やスポーツ観戦チケットをご提供する場合がございますが、開催中止や延期になる可能性もありますので、ご当選者は各自ご確認のうえ、感染防止の対策を講じてのご利用をお願いいたします。

■ 「あさひ寺子屋」天声人語塾再開  
2021年より紙面での紹介を控えておりましたが、1月から会場を変更し、参加者を募ります。ご興味のある方は、お気軽にご連絡ください。参加をお待ちしております。詳しくは下の囲みをご覧ください。

## みんなの声

### 愛犬のお気に入り

■ 夕方、愛犬パトラッシュと散歩をしていると、夕刊を配達している姿をよく見かけます。パトラッシュはその姿が好きなのか、視野からなくなるまで見えています。いつも配達ご苦労様です。

(今宿のKさん)

### 減量したい方へ

■ (前号に掲載の)コロナ太りでお困りの方へ

朝4000キロカロリー・昼4000キロカロリー・夜7000キロカロリーにして健診前の1ヶ月で2キロ減りました。だいたい良いのです。ただ、長期となると、続かないものですね。健診終わったら元に戻りました。

さわイン日誌のように、良いことをみつけて過(か)と思えます。今年もお世話になりました。

(今宿のSさん)

※健康診断後、元に戻る話しを良く耳にしますね。個人的な話しですが、間食は止められないので、間食分も含めてカロリー計算をしなくてはと思います。

(今宿のKさん)

## 自然豊かな旭区

■ 平坦に見えるニュータウンの住民ですが、帷子川の水源でもある旭区西部は結構、山あり谷あり種々の自然が観察できる場所であることを実感しています。

(金が谷のKさん)

※2020年旭区ゆかりの武将・畠山重忠生誕850年を記念して刊行された旭区散策ガイドブック『新・あさひ散歩』の中に、「帷子川の水源地を訪ねる自然・歴史散策」という地図付きの案内があります。若葉台の辺りが水源とのこと。旭区のホームページで見ることができました。

## サンハートご案内

第10回 サンハート演劇ワークショップ  
■ **ドラマチックリーディング・ワークショップ**

台本を読みながら、舞台上を歩いたり多少の動作が加わって行うスタイルです。  
台本を持った状態で行いますので、台詞の暗記は必要ありません。

【日時】 6月23日～7月21日 毎週木曜日  
昼コース 13:30～16:30 / 夜コース 18:15～21:15  
※7月23日(土) 10:00～20:00  
発表会開催予定(仮)

【対象】 10代～80代までの男女  
発表会日を含め、全日程(6回)に参加可能な方・意欲的に活動に参加できる方

【定員】 各コース20名  
※先着順/各コース6名以上集まらなかった場合、中止になる場合がございます。

【参加費】 一般12,000円  
ユース割10,000円(24歳以下)

【申込期間】 2月1日(火) 10:00～6月18日(土)

【申込み・問合せ】 詳細は下記サンハートにお電話、またはサンハートのホームページでご確認ください。

【主催・お問合せ】 二俣川ライフ5F  
横浜市旭区民文化センター **サンハート**  
TEL 045-364-3810(9～21時 不定休)



## 手話を体験しよう!

本講座は【初心者向け】の講座となりますので、手話を勉強したい、手話に興味を持っているが勉強したことがない方など、大歓迎です。

～たのしい～

【日時】 2月13日(日) 10:00～12:00  
【場所】 たすけあいハウス (旭区中白根4-12-3)  
鶴ヶ峰駅から「旭台」行きバス終点徒歩約10分

【参加費】 無料  
【定員】 15名程度(予約者優先)  
【持ち物】 特にありません。

～問い合わせ先～  
TEL: 080-3581-1356  
メール: tasukeai-18@yahoo.ne.jp  
主催: スノードロップ

## 漢字ぐるぐるパズル

難易度 ★★☆☆(中級)

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。

→北	邪	用			
	温	調		相	毛
語		定		心	援
	診		木		
	像	写	春		謡
国			厚	用	
		顧		挽	誉
			管	質	薬
定					

答え

答えは紙面のどこかにあります  
パズル製作:マジックスタジオ(<http://www.magic-studio.jp/>)

■ 「さわイン」は来月号から白色の紙面に  
長らくこちらのレモン色の紙面で続けてまいりましたが、気分一新いたします。来月号をどうぞ、お見逃しなく。

● 「万人のための天声人語塾」  
1月25日(火) 14:30～16:00  
愛読者はもちろん、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」を試してみませんか?  
俳句をつくるような楽しさもありません。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。

乳児連れ主婦の方が参加して

いたこともありません。  
【会場】 三ツ境ハイタウンテラス  
ハウス 集会室(1号棟南端)  
旭区笹野台3-5-1-1  
三ツ境駅から徒歩約12分(最寄バス停「岸本」)  
※参加者には、別途詳細案内いたします。

【参加費】 会場費のみ/1人1000円  
【申込み】 電話かFAXか電子メールで必ず事前にお申し込みください。

TEL: 0120-57-0843  
FAX: 045-391-7357  
Eメール: asaedar@dreamoon.ne.jp

## 天声人語 書き写しノート 英訳版

14回分の英訳と原文(日本語)付き  
書き写して英語力アップ!

■ A4判/64ページ/定価550円(税込)  
■ 発行・編集 朝日新聞社

天声人語ノート 英訳版

ASA(朝日新聞販売所)でお求めいただけます。



今年もひき続き・・・

締切:1月21日(金)15時

# プレゼントコーナー

チケットは2枚1組です  
※No.14は1枚での提供



No.	プレゼント名 (書籍は著者名/タイトル)	内容説明
1	サム マクブラットニイ 作 アニタ ジェラーム 絵 『どんなに きみがすきだか あててごらん』	チビウサギとデカウサギが「ほくはきみのこと、こーんなに好きだよ」と腕を広げたり、背伸びしたり、飛び上がったたりして、どんなに相手を好きか言い合う、ロングセラーのほっこり絵本。
2	宮沢 賢治『注文の多い料理店』 (青い鳥文庫)	今からちょうど100年前に書かれた表題作ほか、『セロひきゴージュ』『ありときのこ』など計14編の童話と1編の詩が収められた短篇集。「小学中級から」とありますが、大人が改めて読むのも一興かも。
3	有栖川 有栖 『こうして誰もいなくなった』	いまやミステリーランキング上位常連の著者デビュー30周年にあたる「有栖川小説見本市」のような作品集。ファンタジー系のものからホラータッチを経て本格ミステリーへとグラデーション的に配列されている。
4	早見 和真 『店長がバカすぎて』	毎日「マジ辞めてやる!」と思いつつも本を愛してやまない書店員の物語。ラストの驚愕のサプライズは、袋綴じにという要望もあったとか。2020年の本屋大賞ノミネート作品。初版本。
5	伊坂 幸太郎・阿部 和重 『キャプテンサンダーボルト』	なんと2人の作家が、作品設計図の相談から、場面毎の分担リレー執筆、相互赤入れまで行った前代未聞の完全合作小説。主人公も小学生のとき同じ野球チームだった二人の男。二十代後半で再会し……。
6	高橋 三千綱 『和三郎江戸修行』 (文庫4冊完結セット)	【①脱藩 ②開眼 ③愛憐 ④激烈】剣道に打ち込む高校生を描いた『九月の空』で1978年に芥川賞を受賞した著者の、剣豪小説ファンにはたまらない幕末青春口マンを描いた時代小説。著者は残念ながら昨年8月に73歳で病没。
7	伊集院 静 『それでも前へ進む』	著者は元CMディレクターで、1992年に『受け月』で直木賞を受賞。人気シリーズ『大人の流儀』に連なる3.11震災後の日本に伝えるエッセイ集。ちなみに元妻は天逝した夏目雅子、現妻は篠ひろ子。
8	安岡 正篤『人生の大則』	「昭和」「平成」の発案者で、吉田茂・岸信介・佐藤栄作らが教えを仰ぎ「歴代総理の指南役」と言われた著者の人間学講話。西欧思考の偏りを正し、東洋的調和の考え方に基づき人間の在り方を明示。
9	坂岡 洋子 『老前整理—捨てれば心も 暮らしも軽くなる』	著者は、インテリア・コーディネーター、ケアマネージャーなどを経て中高年の暮らしを軽くする(株)くらしかるを2007年に設立。人生の節目で頭とモノを整理する「老前整理」の提唱者としてその普及に活躍中。
10	保阪 隆『60代からの「恥ずかしくない 生き方』』『人間、60歳からが一番おもしろい!』 ・高島 徹治『60代から簡単に頭 を鍛える法』(文庫3冊セット)	保阪氏はがん患者と家族のケアを専門とする精神科医。高島氏は90以上の資格を持つ能力開発コンサルタント。セカンドライフを豊かに生きるためのヒントが詰まった本のセット(どれもカバーなしですがキレイです)。

プレゼント名	当選数	最寄り駅	期間	内容説明
11 「みんなの漢字」	1名	バックナンバー(2020年5月号)		漢字パズルたっぷり35問。楽しく学ぼう!漢字エンタメ誌。
12 朝日クッキングサークル	20名			「旬やさいの献立」2月号冊子17頁。「メパッパサイ」9品とコラムほか
13 濱文様風呂敷(小布)	10名			サイズ:50cm×50cm小ぶりの風呂敷。黄色地に赤枠、可愛いお雛様柄
14 東洋文庫 ミュージアム	3名	駒込	~5/15	チケット1枚に無料招待券2枚付きの為、 <b>1枚でのご提供</b> 。1/26~『シルクロードの旅—中央アジア』(注)
15 山種美術館	3組	恵比寿	2/5 ~4/10	「上村 松園・松篁—美人画と花鳥画の世界」 <b>期間限定券</b> (注)

## 【応募内容】①~⑤までご記入

- 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  
(第3希望まで)
- ⑤ ご意見・ご希望(自由記入)

## 【応募方法】①~④いずれかの方法でお送りください。

- ① ハガキ: 郵便はお早めに!お店のポストへ持参もOK!  
〒241-0816 横浜市旭区笹野台4-65-12 ASA三ツ境北部 まで
- ② FAX: **045-391-7357** お間違えなく!
- ③ Eメール: **asaeldar@dream.ocn.ne.jp** (件名は「286号応募」)
- 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

## 《お詫び》



「さわやかマイタウン」からのプレゼント応募に関して、昨年3月より応募フォームが変わり、プレゼント応募送信後の返信メッセージが「メールが送信されました」と表記されておりましたが、“受け付け出来たのか分からない”とのお指摘をいただきましたので、「申し込みを受け付けました」に変更いたしました。ご迷惑をお掛けしました事をお詫び申し上げます。

■ No.1~10は、各1名にお届けとなります。古物商「ぶっくる」さん提供品(コメントも)。おおおねキレイですが、古本であることを、あらかじめご了承ください。  
(注:コロナ感染症対策による・営業時間・イベント・施設利用可能状況など、ご確認のうえお出掛けください。)

- 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1月29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、当店において適切に管理いたします。

## 本・雑誌・CD・DVD・切手・カメラ

お電話1本で無料で  
買取にうかがいます

古物商「ぶっくる」

担当:とくとめ

電話:090-4754-0900  
Eメール:mail@bookle.jp



## 朝日新聞

新聞購読料の  
お支払いは  
口座振替  
クレジット払いが  
便利でお得!

わずらわしさスッキリ解消!  
クレジットカードのポイントがたまる!



専用の申込書にご記入の上、  
ご投かんください。  
ASA扱いの新聞・雑誌などで  
ご利用いただけます。

お問い合わせ・お申し込みは最寄りのASAへ

〇かわい目誌  
皆様、本年もごつごつごめいごめいとお願  
いたします。  
早々に配達業務大敵の積雪がござい  
ました。路面凍結でバイクごと転倒し  
て負傷(捻挫)者1名が出てしまいま  
したが、皆様はお怪我などございま  
せんでしたでしょうか。外出の際はくれ  
ぐれもお気を付けてください。  
日常生活においてお金が無くなって  
物がなくても周りの人々に喜びを与え  
ていくとされる仏教の「無財の七施」  
というものを知りましたので、ご紹介  
します。  
1. 眼施(がんせ) 常に温かく優しい  
眼差しをいすること。  
2. 和顔施(わがんせ) いつもニコニコ  
笑顔でいること。  
3. 言辞施(ごんじせ) 優しく時には  
厳しく叱る愛情のこもった言葉。こ  
んにちは・ありがとう・おつかれさ  
ま……。

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**1614本!!**

## <今月の主な追加更新情報>

- ・【完全紹介】◆旭区内の島山重忠公ゆかりの地
- ・島山重忠ミニ展示@神奈川県公文館~3月末
- ・2/5◆石仏・石塔探訪&たちばなの丘公園散策
- ・2/12・26◆ネギ収穫体験/都岡地区恵みの里
- ・2/26◆小説家3人が、図書館を語りつくします

4. 身施(しんせ) 自分の身体を  
使い奉仕すること。
5. 心施(しんせ) 心配り・気配  
り、思いやりの心を持ち、相手  
の立場になってみること。
6. 床座施(しょうざせ) 座席や  
場所、地位を譲ること。
7. 房舎施(ぼうしやせ) 家や部  
屋を提供すること。  
軒下を貸すなども見返りを期待  
せず少しの意識と努力で、自身も  
周りも幸せになり、豊かで穏やか  
な日々が送れるのなら、この簡単  
に思えて意外と出来ない日常  
を自省し、新年をスタートしたい  
と思います。

(店長 安達)