



さわやかインフォメーション

ASA三ツ境北部
第304号
2023年7月16日

サンハートご案内 8月1日再オープン

■ サンハート夏休み子ども体験講座2023
『オシゴト体験』
サンハート大人気企画が今年も開催決定！
いろいろなお仕事をワークショップで学べます。
夏休みの自由研究にピッタリ！

【開催日】8月20日(日)
【時間】①10:00～11:00 ②11:15～12:15
③13:30～14:30

5職種同じプログラムを3回実施。1回から参加可能。
【会場】旭区民文化センターサンハートアートギャラリー
【料金】各回1人1,000円(別途手数料330円)
【内容】・看護師 ・ファッションアドバイザー
・スポーツトレーナー ・音響技術者
・コミュニティマネージャー

【対象】小学1年生～6年生
【定員】1プログラムにつき4名ずつ、各回20名程度
※親御さんの見学可
※チケットペイにて先着販売。
窓口・電話は受付できません。



■ 中村姉妹がお届けするViolin Duo Concert
この夏、サンハートを飛び出して、
「かなっくホール」で出張コンサートの開催が決定！

【開催日】8月26日(土)
【時間】14:00開演(13:30開場)
【会場】神奈川区民文化センターかなっくホール
【料金】一般1,000円
高校生以下800円
※未就学児入場不可
【出演】Duo deux fleurs
(デュオドゥフルール)
【協力】横浜市神奈川区民文化センター
かなっくホール



【主催・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
(平日10～17時半・土日祝祭日及び休館日を除く)

熱中症対策の一番は水分補給です。先日ペットボトルの麦茶を飲んで、飲みきれなかったものをそのままテーブルの上に置きっぱなしにしていたら翌日に味が変わってしまいました。処分しましたが、もったいないことをしました。ペットボトル飲料の便利さはなんといいっても「直飲み」ですが、麦茶のように穀物である大麦の種子が炭水化物を比較的多く含むものは、菌は糖分やタンパク質を栄養として増殖するので、口の中の細菌が容器に入り込み、品質が落ちたり腐敗することがあります。このような栄養分が多く含まれる飲料水は要注意です。昨年の夏には知識として持っていたのに、1年経ってしまふと忘れてしまいがちです。私は扇風機だけで夏を過ごすことが多いのですが、電気が気にかかりますが、酷暑にはクーラーの活用も健康上心がけるようにしました。皆様もお気をつけください。

プレゼントNo.17 ヴォーカルレッスン体験

※感染対策を徹底しており今まで感染した方は出ておりません。



美沙都先生 他

「歌う事」=「健康」です！
長く続くマスク生活で口や肺、呼吸器系を動かす事が減少している今、歌う事で口の周りの筋肉が鍛えられ、肺や呼吸器を強化することで、免疫力アップや自律神経の安定にもつながります。

体験レッスンは約30分。腹式呼吸・発声練習の後、ご希望の曲でレッスンいたします♪(クラシックと民謡以外ならOK)
ご予約時に曲目をお伝えください。事前にご用意いたします♪

BURNISH (バーニッシュ) ヴォーカルスクール

http://www.burnish-vocal-school.com/
TEL:0120-39-3740
旭区二俣川2-58 第一清水ハーモニービル301
(二俣川駅南口 西友の道向いのビル3階)

横浜旭ジャズまつり YOKOHAMA SWING EMOTION

【日時】8月27日(日) 開演11:40 (開場11:20)
(雨天決行) 終演20:30 (予定)

【会場】旭区民文化センター(通称大池公園) 野球場
※横浜市旭区大池町65-1
※相鉄線二俣川駅南口より徒歩約15分(路線バスあり)
※お車でのご来場は遠慮ください

【入場料金】前売4,000円 当日5,000円
学割2,000円(当日券のみ・要学生証)

※中学生以下無料(要保護者同伴)

【出演】例年通り、ハツ橋幼稚園マーチングバンドのオープニングアクトに始まり、アマチュアステージは6組。プロステージは、フリースタイルピアノストのけいちゃん、田辺充邦カルテット、若手女性人気ブレイヤーが結集した“あみみくせり”、「かもめが翔んだ日」でおなじみの渡辺真知子の演奏が楽しめます。

【前売券販売所】・相鉄線(三ツ境駅売店ほか)
・旭区役所売店・サンハート・セブンイレブン
・ローソンチケット・ファミリーマートほか

*当店の前売券販売も承ります

【主催・お問合せ】旭ジャズまつり実行委員会
TEL 045-304-9000 (連絡事務所)
http://asahijazznet (詳細は「23横浜旭ジャズまつり」)

23横浜旭ジャズまつりチケット発売中!

横浜市の野外ジャズフェスティバルとしては最大規模で、旭区の夏の風物詩でもある横浜旭ジャズまつり。開催日は、例年は7月の最終日曜日でしたが、今年8月の最終日曜日の27日です。今月のプレゼントコーナーでは、**チケットの前売券も!**
プレゼントに外れた場合でも、**当店のお客さまは** 当店(0120-57-0843)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。(代金引換えになります)
※売り切れの場合にはご容赦ください。

●「万人のための天声人語塾」
7月25日(火) 14時～16時
参加者と一緒に「天声人語」にタイトルを付けあう天声人語塾。
俳句をつくるような楽しさもありませんながら、俳句より簡単に、日本語や時事問題を学べるだけでなく、脳トレにもなり、いいことばかり。なお、105回目となる7月か

今宿サマーフェスタ 8月19日(土)・20日(日)各日10時～

今宿地域ケアプラザ & 今宿地区センター
健康フェア・落語・マジック・南京玉すだれありの盛り山です。楽しい企画が盛りだくさん!ぜひ、お出かけください!
お問い合わせ 今宿地域ケアプラザ地域交流
TEL 045-392-0309

第47回ニュータウン夏祭り

4年ぶりに『夏祭り』を開催します。
日時/7月29日(土)16時～20時20分
場所/中沢小学校校庭 1日だけ開催
14時～16時 防災車両展示
16時～夜店オープン(一部15時オープンあり)
17時30分～旭中学校吹奏楽部演奏
18時10分～みんなで踊ろう

※いろいろな曲を流します!
19時～大抽選会 20時20分終了
焼き鳥・焼きトウモロコシ・玉こんにゃく・かき氷・綿菓子・フランクフルト・ヨーヨー釣り・輪投げなど...他は会場です。

おまつり情報

笹野台地区連合自治会
皆様お誘いあわせの上、多数ご参加ください。
場所/笹野台北公園
日時/7月29日(土)・30日(日)
両日共17時～20時
納涼盆踊り大会
29日(土) 18時00分～フラダンス、子ども盆踊り、春香会と地域の皆さんの踊り
30日(日) 17時30分～春香会と地域の皆さんの踊り、サキソフオン演奏、子ども盆踊りほか

【夜店出店予定】
○焼き鳥○焼きそば
○たこ焼き○ポップコーン
○笹小6年生の出店など
☆16時頃から販売開始
夜店は雨天でも出店予定です。
〓は各自お持ち帰りください。
※小雨程度は実施いたします。



プレゼントコーナー

締切: 7月21日(金)15時
チケットは2枚1組です

No.	プレゼント名 (書籍は著者名/タイトル)	内容説明			
1	あきやま ただし 『たまごねえちゃん』	「パンツぱんくろう」「まめうし」シリーズでも有名な著者の「たまごにいちゃん」シリーズ中の一作。ずっとたまごのままでいたかった「ねえちゃん」が、おとうさんのために遂に…。			
2	文・石黒謙吾/写真・秋元良 『盲導犬クイールの一生』	盲導犬クイールの12年間の生涯を描いた感動作。ドラマ化、映画化もされ、海外でも翻訳多数。犬好きにはオススメ。本書は、小学生でも一人で読めるルビを大幅に増やした改訂版。			
3	村上 春樹 『意味がなければスイングはない』	著者初の本格的音楽エッセイ。シューベルトのピアノ・ソナタから、スタン・ゲッツの“闇の二年間”、B・スプリングスティーン、Jポップのスガシカオまで、愛情をもって語り尽くされる。			
4	柚木 祐子 『暴虎の牙』(著者サイン本)	著者は子どもの頃から男の世界の物語が大好きで、作風にも直結。広島のマル暴刑事の前に現れた最凶の敵。その暴走を止められるのか?『孤狼の血』『凶犬の眼』に続くシリーズ完結編。			
5	司馬 遼太郎 『梟(ふくろう)の城』(文庫)	著者は、産経新聞社の記者時代、1960年に本作で直木賞を受賞。歴史小説に新風を送り、翌年記者を退職し作家生活に入ったまさに画期となった作品。2人の忍者の対照的な生き様を描く。			
6	山口 智子 『手紙の行方』	子ども時代『兼高かある世界の旅』の大ファンだったため、女優業を休業中に、自ら企画した紀行番組のロケハンで、南米チリを南北縦断をしたときの旅行記。チリを知る本としても有益。			
7	斎藤 美奈子 『文章読本さん江』	名だたる名文家が次々ともものする文章読本。大御所たちの思惑から「文章読本界」の抗争、そして国語・作文教育の変遷までをメタ切り。「書評芸人」を自認する著者による小林秀雄賞受賞作。			
8	加藤 陽子 『それでも、日本人は「戦争」を選んだ』	普通のおよき日本人も世界最高の頭脳たちも「もう戦争しかない」と思ったのはなぜか? 学術会議問題でも名前を知られた著者による、5日間に渡る高校生への白熱の講義録。			
9	岸 朝子監修 『日本各地の味を楽しむ食の地図』(大判)	全国の郷土料理などを、都道府県別に、地図に落とし込むとともにカラー写真で紹介。学校教材風でわかりやすく、見ているだけでも、仮想食べ歩きの旅が楽しめる。			
10	小林 弘幸 『「怒らない体」のつくり方』	イライラした瞬間、体はこんなに傷ついている——怒りの危険性と予防法を医学的に初めて明かし、自律神経を整えるイライラ解消プログラムを提唱した著者渾身の一冊。			
	プレゼント名	当選数	期間	最寄駅	内容説明
11	マザー牧場 入場ご招待券	15組	~9/30	君津	初夏から秋には鮮やかなピンク色の「桃色吐息」が山肌を彩ります。夏休みの思い出に。 (注1注2)
12	大昆虫展 in 東京 スカイツリータウン	20組	~9/3	押上	夏休みの大研究! 開場時間10時~18時(金土は20時迄) ※会期中無休/ソラマチ5階「スペース634」 (注1注2)
13	聖徳記念絵画館 入館ご招待券	5組	~9/30	信濃町	明治天皇・昭憲皇太后のご聖徳を永く後世に伝えるために造営された、明治神宮外苑のシンボル。 (注1注2)
14	そごう美術館 魔法の美術館	6組	8/1 ~9/10	横浜駅 東口	光と遊ぶ超体感型ミュージアム。光と影の新感覚アートが勢ぞろい。一歩足を踏み入れると魔法のような空間が… (注1注2)
15	バイスターズ vs 広島/巨人	5組	4日程の うち1日	関内	広島 8/22火. 23水. 24木、巨人 9/1金 各18時~横浜スタジアム/内野指定席C・ウイング席引換券/ いずれか1試合に入場できる引換券 (注1注2)

No	プレゼント名	当選数	最寄駅	期間	内容説明
16	横浜旭ジャズまつり	3組	二俣川	8/27	表面のお知らせを参照ください。
17	ヴォーカルレッスン体験	10名	二俣川	日時 ご相談	BURNISH(バーニッシュ)さん提供。当選者は必ずご予約のうえ、当選券をお店にご提出下さい。



- 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**7月25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。

【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「304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

No.1~10は、各1名様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)。
おおむねキレイですが、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。ご理解ご了承のうえご応募ください。
(注2: 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、ご自身で確認のうえ、お出掛けをお願いいたします。)

● ご提供するチケットは新聞購読者向け用の非売品です。これまでのように通常使用をお願いいたします。行けなくなった場合等でも、転売すると無効になったり、トラブルの原因になります。ご注意ください。

当ホームページ「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**1840本!**

<今月の主な追加更新情報>

7月のキボカフェ◆手作り教室ほか『百花』映画会も
7/25◆遺産と相続と遺言書の話@旭公会堂
8/20◆今宿にぎわい笑(落語・他)7/20より受付
8/27◆おひさまファミリーコンサート@旭公会堂
【読者の声】ナガミヒナゲシの反響ほか計29本を紹介

漢字ぐるぐるパズル 難易度初級

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。

→	入	道	奏							リスト
	霊	現	牙							雲 炎 下 火
	耳	東	景	象	美					画 海 学 間
待		先	喬	用						感 観 気 期
		長	茶		風	生				曲 工 校 子
半	拍				細	情				紙 尺 手 象
		野	案			光				場 色 心 人
天		花	香	平						水 生 線 台
										地 道 内 馬
										麦 八 風 報
										浴

答えは紙面のどこかにあります

→ 夏 至 高 学 年 月 収 入

付	面	積	乱	雲	海	水	印
作	上	昇	志	向	上	着	紙
力	地	念	写	真	心	信	一
動	産	記	日	夏	理	音	重
機	原	日	生	級	学	響	量
号	海	大	物	実	果	効	感
信	受	送	直	地	産	量	無

漢字ぐるぐるパズル
先月号の解答

答え: 不快指数