

さわやかインフォメーション

マスコットキャラ



さわインちゃん

若い家庭の生活講習

家事に関心のある方、子育てに奮闘中の方など、どなたでも大歓迎です!

5月25日(金) } 全4回 10:15~12:15
6月1日(金) }
6月8日(金) }
6月15日(金) }

内容: ・子どもの生活リズム 収納・掃除
・健康をつくる食事
・子どもの衣服の工夫 洗濯
・家計の急所、予算のある暮らし



場所: 横浜友の家 2階ホール
〒240-0067 横浜市保土ヶ谷区常盤台33番地の7
受講料: 4,200円 申込金1,000円
託児: 先着20人、予約制(4回1,200円 お弁当持参)
お申込み・問合せ:
横浜友の家 横浜市保土ヶ谷区常盤台33-7
Tel 045-331-5430 (平日10時~16時)
Fax 045-335-5554 (常時)
ホームページ「横浜友の家」
www.32.ocn.ne.jp/~yokotomo/
講習会係 土井根 045-921-0798
奥山 045-814-1387

主催:横浜友の家 協賛:公益財団法人全国友の会振興財団

本日開催!
12旭ジャズまつり
アマチュアオーディション
4月15日(日)はあなたが審査員です。お時間のある方はぜひ!
【日時】4月15日(日) 12:30開場
13:00開始 17:20終了予定
【場所】旭公会堂(旭区役所4F)
相鉄線鶴ヶ峰駅下車徒歩7分
審査時間中ゲストプロのミニライブもあります。
【審査】
・聴衆選出枠(1グループ)
ご来場の皆様の投票で最多得票を得たグループ。
・審査委員選出枠(数グループ)
審査委員が各種要素およびステージ構成などを考慮して決定。
投票資格は12:30~13:00までに来場された方で小学生以上の方。全アマチュアの演奏をお聴きいただいたうえで投票していただきます。
主催 旭ジャズまつり実行委員会

共催 旭区役所
合同歌声喫茶 2012
歌好きが集まって仲間作り! 歌を通して健康作り!
今年も一緒に!!
【日時】5月30日(水)
午後1時~3時30分
(12時より受付)
【場所】旭公会堂
旭区鶴ヶ峰1-4-12 (旭区役所4階) 鶴ヶ峰駅徒歩7分
【前売券】500円
注:当日券の販売はありません
(一部、東日本大震災被災地への寄付とさせていただきます)
【定員】470名
前売券は旭区のケアプラザで好評発売中!
今週地域ケアプラザの問い合わせ先
392-0309
旭区コーデイネーター連絡会
【運営企画】



ホームページ「さわやかマイタウン」も見てネ! <http://sawa-info.net/>

紙面に載せきれなかった皆さまからのお便りや、イベント情報等、ぞくぞく更新中です!

さしあげます(先着順)

プレゼント応募と一緒に書き下さい
「ドラえもんスクラップブック」
(朝日新聞購読の方のみ)
朝日新聞に毎日掲載の「しつもん!ドラえもん」を切り取って貼ってね。
「君はどの大学を選ぶべきか」2013
大学通信発行/国立大学・短期大受験年鑑。B5判632頁
「2012年プロ野球選手写真名鑑」
オールカラーハンディサイズ177頁。

プレゼントコーナー

今月のプレゼントコーナー
チケットは基本2枚1組です。
今月はスポーツが盛りだくさん!
東京ドイツ村は、4/28~5/6はご利用になれません。ご注意ください。
5月21日は金環日食!太陽の直視は大変危険です。日食メガネのご用意を。期間が赤字のチケットは至急お届けいたします。

どどん
応募してね!



<前号のプレゼント応募倍率>
応募総数は664通(当選数/応募数)
1位:東急系映画チケット(10/105)11倍
2位:品川アクスタ7M(5/35)7倍
3位:「結」の手作り小物(3/18)6倍
4位:センバツボール(3/13)4.33倍
5位:マリノス神戸(7/30)4.29倍
6位:インカ帝国展(10/41)4.1倍

◆ お店・公演・映画・テーマパーク・美術・書籍 ◆

1	東急系映画館 共通鑑賞券	4~5月末迄有効券。109枚収めMM横浜、ムービル等、東急系映画館で1名様1作品に限り有効。	10組
2	横浜海上散歩	~5/31迄。(4/27-5/11利用不可) ピア象の鼻発遊覧船無料乗船券。1日4~5便	15組
3	新横浜 ラーメン博物館	~5/31迄。新横浜駅徒歩5分。入場引換券。 飲食・駐車場代は別途。全国から9店舗が集合!	15組
4	こどもの国	~6/30迄。長津田乗換こどもの国駅入園券 広い遊び場にローラー滑り台やミニSLなども	30組
5	東京ドイツ村	~6/30迄。袖ヶ浦IC右折5分(千葉駅発高速バス有) 1枚で5名又は乗用車1台分(10名迄)有効。1枚で	20組
6	ペット博 2012	5/3~5/6。パシフィコ横浜(みなとみらい駅) ペットファンお待ちかね!楽しいステージイベントも	10組
7	目黒雅叙園	~5/20迄。目黒駅徒歩3分。百段階段にて 「人形師 辻村寿三郎×平清盛」開催中	15組
8	サントリー美術館	~5/27迄。東京ミッドタウン(六本木駅) 「毛利家の至宝」国宝・雪舟筆「山水長巻」公開	15組
9	シャガール展	4/25~5/7。横浜高島屋ギャラリー(8階) 愛をめぐる追想 - 日本未公開作品を中心に -	25組
10	日食グラス	サイズ:16×5cm。材質:紙、フィルム。 5月21日は金環日食を見よう!太陽観測用に。	80名
11	サージカル マスク	不織布三層構造。1袋3枚入り。花粉・風邪に 空気中の微粒子を99%以上カット。	100名
12	朝日クッキング サークル	A5判17頁、毎月発行の小冊子 5月号「コウケンテツのサラダ」	30名
13	美術カタログ (ローランサン展)	1991年日本開催「マリー・ローランサン展」図録。 縦24×横25cm変型サイズ。厚み約1cm(注1)	1名
14	AKB48新聞	日刊スポーツ新聞社。毎月第3金曜発行。3月号 オールカラー32面(注1 定期購読は月300円)	4名

(注1) 経年の傷みや汚れがあります事ご了承ください。
(注2) 満員の際はご入場できない場合があります。お早めにご来場下さい。

◆ 野球・サッカー ◆

15	ベイスターズ VS ヤクルト	5/1(火)18時~、2(水)18時~、3(木)14時~ 横浜スタジアム 内野自由席 いずれか1日(注2)	12組
16	ベイスターズ VS 中日	5/4(金)14時~、5(土)13時~、6(日)13時~ 横浜スタジアム 内野自由席 いずれか1日(注2)	18組
17	ベイスターズ VS 阪神	5/11(金)18時~、12(土)14時~、13(日)13時~ 横浜スタジアム 内野自由席 いずれか1日(注2)	13組
18	ベイスターズ VS 埼玉西武	5/16(水)18時~、17(木)18時~、予備18日 横浜スタジアム 内野自由席 いずれか1日(注2)	13組
19	ベイスターズ VS 千葉ロッテ	5/19(土)14時~、20(日)13時~、予備21日 横浜スタジアム 内野自由席 いずれか1日(注2)	13組
20	ベイスターズ VS オリックス	5/27(日)15時~、28(月)18時~、予備18~21 横浜スタジアム 内野自由席 いずれか1日(注2)	13組
21	横浜F・マリノス VS コンサドーレ札幌	5/6(日)13時キックオフ 日産スタジアム Jリーグテレビジョン1〔第10節〕自由席(注2)	7組
22	横浜F・マリノス VS ガンバ大阪	5/19(土)14時キックオフ 日産スタジアム Jリーグテレビジョン1〔第12節〕自由席(注2)	7組

プレゼントは
終了しています

「震災から一年、私の決めたこと」
余震も続いている昨今、大地震が何時来てもおかしくないとか、メディアでも言われています。どなたかが言われたことかもしれませんが、一日一日を悔いなく生きる。簡単そうですが、なかなか実行には至っていませんが、気持ちの何処かに持ち続けたいと思っています。 頑張れ東北!

(中尾のMさん)
「震災からの、私の変化」
「なる様になる」と思っていた私ですが、今は「震災への備え」などはよく読む様になりました。読むだけでなく三日分の食料の準備として食パンの缶ヅメなども用意しました。出来ることから少しずつやっていくという気持ちに変化しました。宝くじも当たらないと思って買いませんでしたが、寄附だと思って買ってしまったました。(今宿のTさん)
「震災から一年、私の深層・親再・伸才」
「心深く砕かれても、親友との再会を信じ、伸ばす才能を応援します。」(中尾のTさん)

震災から一年経ちましたが、我が家では水を買うようになったくらいで、大きな生活の変わりはないように感じています。
リユース・リサイクルからアジアの女性たちを支援
WEショップ・旭

先月号のWEショップ旭の記事をご覧になった多くの読者の方から反響をいただきました。
近頃の「断舍利」や「捨てるのは、もったいない」の思いから、「こつこつという物で良いのかしら?」と大きな紙袋にたくさんのご寄付の品を持ってきていただいたり、「持ちきれないので、車での引き取りを…」等本当にありがたいと感じました。
皆様の思いをいただいて、活動してききましたWEショップ旭も、今年で、11周年を迎えます。
おかげさまで、2011年度は、フィリピン・カンボジア・バングラディッシュ・イラク・パレスチナ・そして東日本大震災へ、合計で790,404円の支援金を各団体に送金いたしました。の中には、皆様からのご寄付や募金も含まれています。
さて4月18日(水)・21日(土)まで11周年感謝セールを行います。また22日(日)は希望が丘商店会

震災から1年、私の

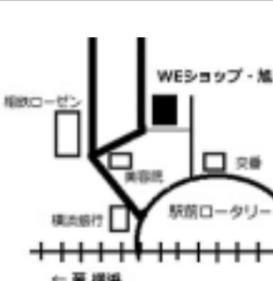
ます。もちろん、防災の意識はあるのですが、さしあたってどう準備していいのか、いまいちピンと来ていないのが実情です。屋外の倉庫にキャンプ用品があり、急場はそれでしのげるかなあと思っております。ただ、一つだけ変えたことは、歩くように心がけるようにはなりました。はじめは、つらい部分もありましたが、最近では気分が乗れば90分ほど歩いております。先日の新聞の記事で野坂昭如さんが、「便利になりすぎるのもいかなるものか」とありました。震災が起これば、まず頼りになるのは、自分の体力です。なれると、色々なものが見えてきたりして、案外面白いものですよ。(今宿のUさん)
「震災から一年、私の募金奮闘」
子どもたちとともに、少しずつ毎月お金をためて、近くのコンビニに行つたときに、募金をするようにしています。「また来てくれてありがとうございます」と声をかけられるほどです。また、私は、「(社)日本アロマ環境協会」の会員ですが、協会では、現地でアロマのイベントやトリートメントのボランティア、寄付を行つていきます。私自身、家族を置いてその場所へ

出向いていきませんが、ボランティアを支える意味も含め、寄付していただきます。自分の賛同できるボランティアに對しての義援金でありましたら、きつと納得した上で募金ができるのではないのでしょうか?
「てつとり早く募金するには?」
とありましたが、意外と行きつけのお店や銀行、公共機関に設置してありますので、ぜひ、皆様もご利用してみてください。このような近場の募金は、家族とともに長続きします。(笹野台のTさん)
震災から一年、私の気がかり
昨年の大震災を受けて、各地の「災害対策の見直し」が盛んに行われています。身近なところでは、東京都が「帰宅困難者対策」を抜本的に変えようとしています。当然、横浜市も行つていっていると思いますが、その「市民への周知徹底」をどう進めようとしているのか、が気がかりです。(中略)

11周年感謝セール

全品半額 (一部除外品あり)
4月18日(水)~21日(土)
キボフェス開催の為、22日(日)も臨時営業!

NPO法人 WE21ジャパン・旭
〒240-0825
旭区中希望が丘101-21
TEL/FAX: 3 64-3 2 7 7
営業時間: 10:30~17:30
(土曜日 13:00~17:00)
定休日: 日曜、休・祝日
ホームページアドレス
<http://www.we21japan.org>



希望が丘商店会フェスティバルの開催期間中は午前10時から午後8時まで、荒天中止。希望ヶ丘駅南口の中を通り、一部歩行者天国になり、加盟店の露店が多数並びます。

みんなのこえ

(続)私のお気に入りのお店
都岡にある「沼津すし之助」という回転寿司屋が気に入っています。娘も好評で「おすし行くよ!」と誘うと嬉々としてついて来ます。3歳ですが10貫位も食べられるほど。帰りの車では満腹のため、たいがい寝入っています。(今宿のUさん)
回覧券 沼津すし之助 横浜店
今宿西町284-1(ズラシア近く)
461-9256(バリアフリー)

二俣川南口に中華の「日高屋」が開店するそうです。最近よくちよくTVでとりあげられており一度行ってみたいと思つていなかったため、ちよく良かつたです。(中沢のTさん)
熱烈中華食堂 日高屋 二俣川南口店
二俣川2-62(みずほ銀行向かい)
364-6651(営業10:30~深夜)
3月22日に開店しました。昼は定食でガッツリ、夜は居酒屋としても。

3/11以来、いろいろな情報からいかに自分が原発について無知であったか思い知らされました。知ろうとしなかつた私達もいけないが、あえてマイナスの情報を知らせようとしなかつた国もいけない。
新聞「プロメテウスの罠」などからいまままでの経緯を知りましたが、地域密着の情報を発してくれる「さわイン」も貴重です。(東希望が丘のOさん)
「プロメテウスの罠 明かされなかつた福島原発事故の真実」は学研パブリッシングから出版されている他、お申込みいただければ朝日デジタルでも読めます。

皆様のおっしゃる通りですね。
来月の特集ですが、「休日の過ごし方」にしたいと思つています。土曜日の別冊「be」に掲載の数独に夢中!とか、雨の日のおでかけはココ!、ゴルフデンウィークはココに行きました等、お待ちしております。(金が谷のNさん)

教えてあげる

美味しい居酒屋
居酒屋ではなくカフェですが、笹野台商店街の「茶香林」、「モンステラカフェ」の夜はお料理もばっちり美味しいです。飲み放題コースもあり、ママ友飲み会御用達のお店です。(今宿のYさん)

手っ取り早い募金
2/8にNHKあさイチでやっていった「ワンコイン募金」はいいと思いましたが、被災者の人が例えばラーメン屋さんをやりたい!と言つて募金額を設定します。賛同した人がワンコインから募金して目標額に達したら始められるというものです。その後報告があつて自分の募金がどう使われているのがわかつていかなど。(中尾のKさん)
出演していた伊勢谷友介さんたちの被災地支援は「元氣プロジェクト」というものです。インターネットで支援参加できます。
ちよつと面倒ですが、ふるさと納税をしています。各県、市町村へ直接申し込み手続きをして送金します。確定申告に寄付金で申請しますと税金が多くなります。またこれは直接です。からたとえ宮城県に申請し復興に使用していただくとすれば、その方面に使用されるようです。(金が谷のSさん)

インターネットの「Yahoo! 公益金支払い」ではクレジットカード(5千円以上)でふるさと納税が可能です。

おでかけスポット

グループホームにいるお母さんを元気づけるため、一時間園内でオスメスポーツや良い温泉、銭湯などを知りたいと言われるWさんのお尋ねに、みなとみらいにある万葉倶楽部はいかがですか。東名町田横濱ICの近くにもありますが、みなとみらいは屋上の足湯に入りながら、観覧車をながめることができます。もちろんお風呂にはいり、海を眺めることも。女性には好きな柄のゆかたを貸し出してもらえます。(中尾のBさん)

開花期間の長い鉢植え
室内で比較的簡単に育てられる開花期間の長い鉢植えの花を教えてください。(今宿のKさん)

ヒヨドリの能力
庭で育てていた青梗菜が、ある朝、全部ヒヨドリに食べつくされてしまいました。そばにはその他、色々植えてあるのに!なぜヒヨドリは青梗菜が識別できたのでしょうか?どなたか教えてください。(東希望が丘のWさん)

サンハートからお知らせ

金環日食先取りイベント
サンハートで宇宙を体験しよう
サンハートに期間限定で移動プラネタリウムが出現?!
首都圏では5月21日に173年ぶりとなる金環日食が観測される予定ですが、その前に金環日食や宇宙の様々な魅力を学びませんか?科学館のプラネタリウム館などで35年以上の経験をつんだベテランの解説者が解説を行います。

モバイルプラネタリウム
【日時】平成24年4月28日(土)、29日(日)
11時~13時~14時~15時~16時~
【会場】サンハートホール(二俣川ライフ5階)
各日5回上映・各回入替制・一回あたり定員40名・上映20分
【入場】無料・要整理券
お申込方法 下記の日時・場所でご来館された方を対象に、先着順で整理券の配布を行います。

受付日時:4月21日(土)10時~18時
21日で定員に満たない場合は、22日(10時~)も配布を行います。
受付場所:サンハート窓口

お1人様2名分までお申込みいただけます。
整理券はご入場の際必要になりますので大切に保管下さい。
定員になり次第、受付は締め切らせていただきますのでご了承ください。
お申込は上記日時にご来館の上受け付けます。お電話やFAX、Eメール等でのお申込は一切お受けできません。
日付および時間指定のものを配布致しますので、指定の回に行かないと無効となりますのでご注意ください。

宇宙に関するCG展

【日時】平成24年4月24日(火)~30日(月)
10時~18時(初日12時~/最終日~16時)
【会場】サンハートホール アートギャラリー
【入場】無料・自由(お申込不要)
【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(9時~21時)
URL: www.sunheart.info
【協力】横浜モバイルプラネタリウム

お申し込み方法
プリンターインク
DELLのオールインワンインクジェットプリンター用MK992(大容量ブラックカートリッジ)、MK993(大容量カラーカートリッジ)。適合機種をお持ちの方さしあげます。(笹野台のUさん)

応募方法
ご応募掲載期間は1カ月です。当店からお申し出者さまにお知らせし(当店の仲介はここまで)お申し出者さまから、ご連絡とお引渡しとなります。ご連絡がない場合は、選考漏れとご解釈ください。
5月休刊日:5月7日(月)
次号発行日:5月20日(日)
(毎月第3日曜の発行)