元気を奏でるピアノマン

○…旧若葉台西中学校の木工室で開かれる「ピアノ と、参加者が歌声を揃える。盛り上げる。「曲のことよりもどんなおしゃべりをしよりプロの音色を奏でる。

千円をこつこつと貯め、ようやく手に入れた18万円のアップライトピアノでさらに腕を磨き、都はるみやフランク永井など時代を彩る

○…若葉台に住む中高年の元気づくりと自身の「ボケ防止」を兼ねて2011年10月から始めた。こだわ

ピアノ伴奏も務めるリーダ

失敗しないための家づくり勉強会

6月22日 参加無料

毎回多くの参加者が集まる

家づくりに失敗した人67%が陥った落とし穴。共通する失敗メカニズムを学び、自分の家づくりに生かしてもらえればと一級建築士の本橋哲幸さんが無料勉強会を6月22日(土)、旭区民文化センター「サンハート」(二俣川ライフ5F)で行う。

勉強会は「建築業者の選び方」「坪単価に潜む罠」「新築VS中古」「建て替えVS全面リフォーム」「絶対に買ってはいけない土地・建物」「家づくりの最新トレンド」など。実務経験豊かな本橋さんが、業界の仕掛ける落とし穴を回避する方法を含め、中立の立場で説明する。

午後2時から4時30分まで。先着15人、子ども同伴可。勉強会後、相談会あり。

■一級建築士事務所「ラクジュ」(住)横浜市港南区芹が谷4の21の22 ☎0120・987・960

火起こしに成功

ジャングル山で疑似体験

鶴ヶ峰ふれあいの樹林・通称「ジャングル山」で6月15日、被災疑似体験をする「ジャングル山の会」が開かれた。

サバイバル体験を通じて自然に触れ合ってもらおうと、鶴ヶ峰ふれあいの樹林愛護会(岡幸也会長)が開催し、約70人が集まった。

子どもたちは弓につけたひもを棒に巻き付け、弓を左右・前後にひきながら棒を回転させる「舞ギリ式火起こし法」に挑戦。雨の後で湿気が多い状態で苦戦するグループもあったが、16人が火起こしに成功した。

また、空き缶の中に牛乳パックを燃料として入れた「空き缶コンロ」による炊飯も行い、参加者は炊きたてのご飯を味わった。

岡会長は「子どもたちが興味を持ってくれていてうれしい。住宅地の中にせっかく残っている自然豊かな森なので、たくさん遊んで楽しんでもらいたい」と話していた。

舞ギリ式火起こしに挑戦する子どもたち

MM地区を一斉清掃

アフリカ会議成功祈る

みなとみらい21地区で5月29日、市道路局や横浜建設業協会などによる一斉清掃活動が行われた。

これは、道路局が6月3日まで開催されたアフリカ開発会議の会場の同地区を清掃し、会議関係者に快適に過ごしてもらおうと、防災・防犯協定を結ぶ団体と協働で行ったもの。

当日は市職員のほか、横建協や県建設業協会横浜支部、市建設コンサルタント協会など250人以上が参加。桜木町駅前の広場で出発式が行われた後、トングとごみ袋を手に担当エリアを清掃して回った。清掃を終えた横建協の土志田領司会長は「会議の成功のため、おもてなしの心で出席者を迎えたい。この清掃がきれいな街、横浜のPRにつながれば」と話した。

桜木町駅前などを清掃した

実行委員長の田近さんと二俣川銀座商店会の目黒会長＝13日

しむもの。昨年2月に藤沢で始まって以来、南林間や大和などでも開かれており、横浜市内では6月26、27日に希望ヶ丘で初開催される。すでに開催した地域では約1700枚の当日券が完売するなどの盛況ぶりを見せており、地域活性事業としても注目されている。

「今できること」を実施

「合掌苑」が継続的被災地支援

住宅型有料老人ホーム・輝の杜を運営する社会福祉法人合掌苑(森一成理事長)では、継続的に東日本大震災の復興支援活動を実施。

刺し子は東北に根差した伝統技術

被災地でのボランティア活動や、被災地の方の雇用機会を創出する「大槌復興刺し子プロジェクト」を支援し、販売に協力している。

また、バザーの開催や南町田駅前での募金活動なども実施。今後とも、様ざまな活動を計画している。

「瀬谷などどこちらにいながらでもできる支援の輪を広げていきたい」と同法人。

台葉SOLA若葉 市民図書館 2年目へ

記念イベント 式典に50人

市民ボランティアによって運営されている若葉台市民図書館「SOLA(そら)」(瀧本総一郎館長)が6月15日、開設1周年を記念したイベントを開催した。

同館はNPO法人若葉台スポーツ・文化クラブ(南宏市朗理事長)が旧若葉台西中学校の図書室を利用して昨年6月3日に開館。1年間で貸出カードの会員は465人となっている(6月14日時点)。

式典で1年の活動を報告する瀧本館長

記念式典には地域住民など50人が参加。瀧本館長から1年間の活動報告がされたほか、文化クラブの生徒によるクラリネット演奏なども披露された。

式典で若葉台連合自治会の山岸弘樹会長は「ここではいつも子どもたちが柔和な良い顔をしている。住民がより多く集う場にしていきたい」とあいさつした。

瀧本館長(72)は「若葉台には1万6千もの世帯もあるので、まだまだ会員を増やしていきたい。高齢者も足を運びやすいよう、地域に協力を求めてコミュニティバスなどの運行もできれば」と展望を話した。

八重樫選手 一日区長に

区民スポーツ祭 開会式で

南希望が丘在住のプロボクサーで、4月に五十嵐俊幸選手を倒しWBC世界フライ級王者となった八重樫東(あずま)選手(30)が6月22日(土)、旭区初の「一日区長」に就任する。

当日、八重樫選手は旭公会堂で行われる「旭区民スポーツ祭」開会式に登場。区長としてあいさつするほか、式典後には握手会・サイン会も行われ、八重樫選手と直接触れ合える機会も。握手会・サイン会の参加は先着100人限定で、整理券が配布される。

開会式は午後1時から(30分前受付開始)で、整理券配布は午後0時半から。イベントについての詳細、問い合わせは旭区地域振興課☎045・954・6097へ。

台葉SOLA若葉 市民図書館 2年目へ

記念イベント 式典に50人

市民ボランティアによって運営されている若葉台市民図書館「SOLA(そら)」(瀧本総一郎館長)が6月15日、開設1周年を記念したイベントを開催した。

同館はNPO法人若葉台スポーツ・文化クラブ(南宏市朗理事長)が旧若葉台西中学校の図書室を利用して昨年6月3日に開館。1年間で貸出カードの会員は465人となっている(6月14日時点)。

記念式典には地域住民など50人が参加。瀧本館長から1年間の活動報告がされたほか、文化クラブの生徒によるクラリネット演奏なども披露された。

式典で若葉台連合自治会の山岸弘樹会長は「ここではいつも子どもたちが柔和な良い顔をしている。住民がより多く集う場にしていきたい」とあいさつした。

瀧本館長(72)は「若葉台には1万6千もの世帯もあるので、まだまだ会員を増やしていきたい。高齢者も足を運びやすいよう、地域に協力を求めてコミュニティバスなどの運行もできれば」と展望を話した。

白根3年連続全国に

4年生以下は都岡V

旭区少年野球

優勝した白根ファイターズ(上)と都岡少年野球クラブ

第74回旭区少年野球春季大会の決勝戦が6月2日、旧若葉台西中学校グラウンドで行われ、小学5、6年生のAブロックでは白根ファイターズが、4年生以下のBブロックでは都岡少年野球クラブがそれぞれ優勝を果たした。

18チームが参加したAブロックの決勝は、白根ファイターズ対左近山ブルーフォアイターズ。白根は同点で迎えた4回表に3点を奪って4対1で勝利し、3年連続3度目の優勝を飾った。

8月9日から西武球場で始まる毎日新聞社主催の全国大会「くりくり少年野球選手権大会」に駒を進める。

佐藤勝監督(68)は「大人も子どもも一丸となって勝ち進んだ。全国大会ではこれまで以上の成績を収めたい」と意気込みを話す。

Bブロック決勝では都岡少年野球クラブが白根台ジャガーズに延長8回で7対6のサヨナラ勝ちを収め、4年前の秋季大会以来の優勝となった。浅井翔(かける)主将(9)は「リードされていた場面で、自分の安打からチームに勢いづけることができたのが嬉しかった」と喜びを語った。

心新たに大祓(おおはらえ)、人形供養

八幡神社で30日

毎年恒例の夏越大祓(なごしのおおはらえ)と人形供養祭が6月30日(日)、八幡神社で行われる。

この日は2mの茅の輪をくぐり、残りの下半期を健やかに過ごせるよう無病息災を祈り、心身をはらい清める。供養祭では人形等のおはらいをして魂を抜き、ねんごろに供養を行う。

夏越大祓の神事は午前11時から11時半。それ以降午後3時までお祓いが受けられる。参拝者にはお神酒やお菓子が振舞われる。人形供養祭は午後3時から。受付は午後1時～午後3時で、直接持参を(ケース、付属品は不可)。雨天決行。

当日都合がつかない場合は事前連絡の上、郵送か持参でも可。

問い合わせは☎045・951・2007八幡神社

(鶴ヶ峰方面から国道16号線「川井本町」交差点を右折、「川井小入口」交差点を開始することが用心です。治療の結果を得られることがあります。

●インプラント

歯が失われた部位の顎の骨にインプラントを埋め込んで、噛み合わせを回復する治療法です。残っている歯の負担を軽くしてあげる効果があります。

近年、歯科医学は発展し、従来は抜歯といわれていた重症の歯も、ハイレベルな根管治療、歯周治療を徹底的に行うことで、抜かないで済む時代となってきています。当院では主として、昔は治らないとされていた歯周病を中心に、科学的根拠(EBM)に基づく最新の技術と考え方で診療にあたっています。

歯茎の病気は気付かないうちに進行するのが特徴です。放っておくと出血や膿が出て、やがて歯がグラグラしてきて噛めなくなり、最後に歯は抜けてしまいます。歯周病は適切な治療を行えば進行は止まり回復します。早期に発見して治療

まず歯周組織の精密検査・診断によって治療の必要性を説明します。これを十分にご理解頂けるかどうかがその後の結果に影響してきます。ここで簡単に歯周病の治療内容をご紹介します。

●歯周病外科手術

歯肉を切り開いて、病変部を直接見ながらきれいにしていきます。この時、骨の形態を修正したり、再生治療などが行われます。

●咬合治療

噛み合わせが悪いと、歯に負担がかかりすぎ、歯周病がより悪化することがあります。検査を行って治療に組み入れています。

歯周病・インプラント専門
かさい歯科クリニック
診療時間:10:00～19:00 休診日:日、祝、木
TEL045-390-3069
http://www.kasaishika.com
横浜市旭区さちが丘52-1-A 無料駐車場完備
二俣川駅北口徒歩5分 かさい歯科クリニック 検索

すでに4500名以上の女性が経験

米国栄養学博士 松本玲子先生

40歳から始める健康ダイエット

「やせて太らない身体作りが特徴」

「最後のダイエット」にと集まった参加者からは、知らないことばかりのダイエット法に「へぇ～、ほぉ～」と驚きの声(写真)

松本先生の「健康ダイエット」は、これまでのダイエットの常識が変わると40歳～75歳の女性に評判。

健康的に体重を落とすことはもちろん、リバウンドしない方法を教えるのが大きな魅力。また健康相談や健康作りの正しい知識を分かりやすく指導してくれる。

横浜地区では、第24期生が始まる。「健康的にダイエットを」と考えている人は、一度聞いてみては。健康ダイエットクラブの上席主任講師の太刀川先生などが教えてくれる。

今回の無料説明会は、各会場5～6名迄の少人数制で実施のため電話予約を。

専任講師 太刀川 佳代子先生

6・7月説明会日程・会場 ※13:30開始16:30迄

6月28日(金)	①旭区民文化センター	[旭区二俣川]
6月28日(金)	②瀬谷スポーツセンター	[瀬谷区南台]
7月 1日(月)	①青葉公会堂	[青葉区市ケ尾町]
7月 1日(月)	②横浜市技能文化会館	[中区万代町]
7月 2日(火)	①さくらプラザ	[戸塚区戸塚町]
7月 2日(火)	②緑スポーツセンター	[緑区中山町]

健康ダイエットクラブ事務局 (受付時間)10:00～17:30
通話無料 0120-78-8140 (日曜・祝日、時間外は留守番電話対応)

結婚 今でしょ

安さと早さ日本一に挑戦中 親の相談もお受けしてますスピード☎921・6253

タウン情報

身近なまちの情報コーナー

FAX045・824・6700

✉asahiku@townnews.co.jp

あさひの朝市

旭区役所1階情報発信コーナーで6月27日(木)午前10時半～午後1時。(問)地域振興課☎954・6099

連載エッセイ vol.115 「がんばらない」

夢見る芽

～ワーキングマザーの子育て・自分育て通信～

あるとき、自分の心を責めているのは自分だということに気づいた。自分に困難なことを課しているのは、ほかの誰でもない自分だということに気づいた。ずっと「がんばろう」「がんばらなきゃ」と思っていた。何をやり遂げても楽にならず、すぐに次のことがやってくる。どこまでやればいいのだろう。どこまで行けばいいのか。それをやり遂げられるのか。その思いは一日のうちにも何度もやってくる。

元気のない数日を過ごし、あるとき、ふと思った。

自分の心持ちが違うのではないかと。がんばりの裏にあるその思いが何かゆがんでいるのではないだろうかと。「がんばらなきゃ」と苦しく思った瞬間、私は自分の心をじっと見た。そこにあったものは、誰かとの比較だった。あるいは誰かの視線だった。背伸びをしていた自分がいた。

「がんばらなくていいよ」。私は自分に言ってみた。そのとき心がすっと軽くなった。軽い気持ちのまま私は進んだ。がんばらなくても充分。私は私のままで一つひとつのことをやり遂げていく。

(chisato)

chisato

旭区在住・詩人・朗読家・エッセイスト。『魂の約束』(サンマーク出版)『恋日和』(PHP)『子どもたちに伝えたい戦争と平和の詩』(たんぽぽ出版)他

＊ホームページ
http://chisato-daigo.jimdo.com/

／旭警察署 生活安全課
6/3～6/9)
間合計 41件
川町、上白根町)
騎が原)
根)
川井町)
反田町)
沢町)
騎が原)
町、二俣川、鶴ヶ峰3件、本宿町)
川井町)
野台)
渓川)
ロック!
61・0110)

日本には遺伝子組み換え食品の場 参義完義員(北列区選出)