



aanajaana (アーナジャーナ)・南印料理
鹿沼市西沢町337-1 / 月～金11:00-14:00

(株)瀬谷新聞店 せやTOWN編集室

〒322-0036 鹿沼市下田町1-1021-20

TEL : 0289-60-2855 FAX : 0289-64-7255 URL : https://www.seyashinbun.com/

この15年の間に、年号は平成から令和の時代になり、世の中は大きく変わりました。色々な出来事もありました。中でも東日本大震災や、台風被害などは記憶の中で色あせることはありません。さらに新型コロナウイルス

今から15年前、瀬谷新聞店は足利市にある瀬谷新聞店の別会社として鹿沼市で旗揚げしました。当時は前社長である父と2人、縁もゆかりも無かった土地に来て無我夢中の日々を送っていました。間もなく病で父が他界し、私が二代目として跡を継ぐことになり今日に至っております。

瀬谷新聞店は2022年4月2日に創業15年を迎えます。今日まで支えてくださったご愛読者の皆様、地域の皆様、ご関係者の皆様、全ての皆様にお礼をさせていただきます。誠に有難うございました。

瀬谷新聞店は

15周年を迎えます



この先も

地域と共に...

この激動の時代に「正しい情報を得る」ということと、今こそ「人と地域との繋がりを大切にすること」ということが重要なことと考えます。弊社の持つ新聞販売の機能は、世の中の様々な問題を解決できる可能性を十分に秘めています。これから先20年、30年後も変わらずに皆様が健康でいられること、そして笑顔でいられるようなサービスを展開し、地域の皆様のお役に立てるよう努めていく所存です。この先も皆様と共に歩んでいきます。今後とも何卒宜しくお願い致します。

イルスの脅威がさることながらロシアのウクライナ侵略による戦争が始まってしまいました。このニュースには皆が心を痛めていることと思えます。一日でも早く平和な世界が訪れることを祈るばかりです。

この激動の時代に「正しい情報を得る」ということと、今こそ「人と地域との繋がりを大切にすること」ということが重要なことと考えます。弊社の持つ新聞販売の機能は、世の中の様々な問題を解決できる可能性を十分に秘めています。これから先20年、30年後も変わらずに皆様が健康でいられること、そして笑顔でいられるようなサービスを展開し、地域の皆様のお役に立てるよう努めていく所存です。この先も皆様と共に歩んでいきます。今後とも何卒宜しくお願い致します。

オトナのせや塾 相続セミナー第1弾*

空き家予備軍 事前に備えて安心相続



平成30年の調査では、全国の空き家は846万戸。住宅総戸数6264万戸の13.6%を占めており、20年後には空き家率が30%を超えるのではと言われています。

空き家問題の現状やデメリットを確認した上で、有効な対策についてお伝えいたします。今お住いの大切な家を今後どうしていくか？一度考えてみませんか？

〈講師〉大原清丈（株式会社ザイアス）



不動産業を経て日本を代表する相続コンサル会社に入社。相続人同士の気持ちの問題や税務の問題を弁護士や税理士などと協力しながら解決。ご依頼があれば全国どこへでも出張するネットワークの良さで、今までに数百件の相続相談に取り組んでいます。

日時 2022年4月16日(土)

午前の部 11時～/午後の部 13:00～

密を避けて各回5名迄(定員になり次第締切)

お申込みは瀬谷新聞店までご連絡ください!

☎0289-60-2855 もちろん無料です!

お気軽にお出かけください!

フレンズ vol. 117

木村 信さん

昭和49年12月29日生 A型



木村さんは、株式会社「グリーン・アルファ」の代表取締役です。前号の石原さんとは「日創研宇都宮経営研究会」で、同じ志のもと毎月共に学び合っています。会社において、幹部は部下の10倍、社長ともなると100倍学ばなくてはならないとのこと。そのように高い志をもった異業種の方々との交流は、自分自身の成長はもちろん、皆で高め合える環境作りにつながっているそうです。そして、学んだことは週に一度の「夕礼」を通して自身の会社の社員に伝えることで還元しています。木村さんはまた、NPO法人「グリーン・クラブ」の理事もされています。緑化支援事業で得た収益を、高齢者やニート問題など、仕事を必要とする方に対して雇用の創出を行っています。「少しずつ積み重ねていくことで大きな変化をもたらしていく」「やるかやらないかではなく“やる”以外はない」。木村さんが育てた芽は、近い将来に大輪の花々を咲かせることでしょう。 ★次回ゲスト 福田 桐子さん

せやマルシェ・春



5月21日(土)

coming soon!

生演奏であなたが主役

さといもバンド

第23回 うたごえ広場

【日時】2022年4月2日(土)

午後2時～4時 ★予約不要★先着130名

【会場】北押原コミュニティセンター

(多目的ホール) 鹿沼市榎山町162-2

【参加費】300円(飲物・歌集つき)

※上履きをご用意ください

※感染予防対策にご協力ください

(状況により中止なる場合があります)

主催: さといもバンドうたごえ広場実行委員会

予約☎: 090-8595-6176 (宇賀神)



▲板金塗装中の様子。平らにする際には、手での感触も重要な決め手です。また、塗料の調色も大切なポイントになります。

「1000%元には戻りません。これが最初にお伝えすることです」そう語るのは、茂呂にある自動車板金塗装専門店『YSAUTOCRAFT(ワイエスオートクラフト)』の代表、伊藤洋介さん。ご自身の名刺には大きく「整美師」と書かれています。その肩書きこそ冒頭の伊藤さんの言葉へと繋がっています。キズ・へこみ直しにおいて、鉄板をハンマーで叩く「ならし板金」を施し、限りなく復元率100%に近づけられるよう、美しく、整えることを日々追及しています。伊藤さんが開業したのは2006年9月9日。8月に前職を退職し、実に3週間弱で開業にこぎつけました。当時の手帳を拝見しましたが、開業までにしたこと・するべきことのリストがびっしりと書かれています。

YS AUTO CRAFT



ワイエスオートクラフト



▲伊藤さんかつての愛車であるアメ車。存在感抜群です!!

鹿沼市茂呂2529-2
☎ 0289-76-4080
FAX0289-76-4086

定休日
日・祝
営業時間
9:00~18:30

<https://www.ysautocraft.com/>

※修理だけでなく、保険の相談や車検も承っています。

いましました。前職に就きながらも、いずれ起業することを目指していたという伊藤さん。開業は、それまで点と点だったことが一気に繋がりました。とはいえず、急に集客に繋がった訳ではなく、セミナーや勉強会に参加して、自身の特性を知ったり、そこで知り合った人とのご縁を深めたりして、技術面以外にも磨いていきました。また、10年ほど前から「板金塗装研究会」を当時の有志6社で発足し、現在も研鑽を積んでいます。入庫から引き渡し完了までを提供するサービスと捉え、一貫して「お客様に喜んでいただく」ことを大切にされています。飽くなき探求心に駆り立てられた伊藤さんは、今日もひたむきに「職」を通して自分自身と向き合い続けています。

地面を覆っていた雪が解け、一気に草花が芽吹く「春」。私たちの身体も同じ状態になります。春は解毒の季節。五行説における「春」に配当される内臓は「肝」で、その働きを担うのが、肝臓や胆のうです。「肝」は血液を浄化・循環する役割があります。肝が弱ると血流が滞り、汚れた血液が体中をめぐることによって細胞レベルでのストレス状態が起きます。そうすると、イライラや自律神経の乱れが促進されることがあります。また、眼精疲労やドライアイなどの「目」の不調にも繋がります。具体的な養生法としては、「緑の野菜」…にら・小松菜・ブロッコリー・春菊などや、よもぎ・ふき・うど・菜の花などの「野草」そして「酸味のあるもの」…梅干し・米酢・柑橘類などを意識して食卓に取り入れると良いです。反対に、油っこいものや砂糖を使用した甘いものは、肝の働きを弱めることがあります。一切禁止するのではなく、少量を美味しくいただくことをお勧めします。(私も甘いお菓子が大好きです(;^_^A))

是非、自然の中に身を置いて、躍動する命のたくましさを感じながら元気に春を過ごしてください。次回、5月は「夏」の養生法です。(なな:ホームケアータルアドバイザー)

はらも、いずれ起業することを目指していたという伊藤さん。開業は、それまで点と点だったことが一気に繋がりました。とはいえず、急に集客に繋がった訳ではなく、セミナーや勉強会に参加して、自身の特性を知ったり、そこで知り合った人とのご縁を深めたりして、技術面以外にも磨いていきました。また、10年ほど前から「板金塗装研究会」を当時の有志6社で発足し、現在も研鑽を積んでいます。入庫から引き渡し完了までを提供するサービスと捉え、一貫して「お客様に喜んでいただく」ことを大切にされています。飽くなき探求心に駆り立てられた伊藤さんは、今日もひたむきに「職」を通して自分自身と向き合い続けています。

はらも、いずれ起業することを目指していたという伊藤さん。開業は、それまで点と点だったことが一気に繋がりました。とはいえず、急に集客に繋がった訳ではなく、セミナーや勉強会に参加して、自身の特性を知ったり、そこで知り合った人とのご縁を深めたりして、技術面以外にも磨いていきました。また、10年ほど前から「板金塗装研究会」を当時の有志6社で発足し、現在も研鑽を積んでいます。入庫から引き渡し完了までを提供するサービスと捉え、一貫して「お客様に喜んでいただく」ことを大切にされています。飽くなき探求心に駆り立てられた伊藤さんは、今日もひたむきに「職」を通して自分自身と向き合い続けています。

暮らしに寄り添う陰陽五行

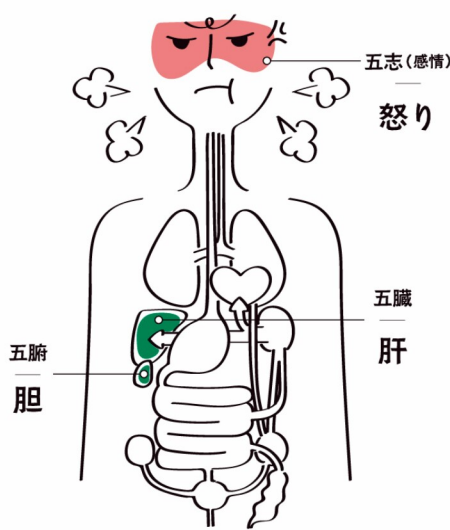
第2回 ~春編~



五行: 木 五色: 青(緑)
五味: 酸味 五官: 目

肝が弱った時の症状
目の疲れ、筋肉や血管、生理のトラブル、停滞感、吐き気、疲れやすい、足がつる突発性の病気、自律神経系のトラブル

肝を良くする食材
緑の野菜や酸味のある食材を食べるにら、小松菜、春野菜、野草など



地面を覆っていた雪が解け、一気に草花が芽吹く「春」。私たちの身体も同じ状態になります。春は解毒の季節。五行説における「春」に配当される内臓は「肝」で、その働きを担うのが、肝臓や胆のうです。「肝」は血液を浄化・循環する役割があります。肝が弱ると血流が滞り、汚れた血液が体中をめぐることによって細胞レベルでのストレス状態が起きます。そうすると、イライラや自律神経の乱れが促進されることがあります。また、眼精疲労やドライアイなどの「目」の不調にも繋がります。具体的な養生法としては、「緑の野菜」…にら・小松菜・ブロッコリー・春菊などや、よもぎ・ふき・うど・菜の花などの「野草」そして「酸味のあるもの」…梅干し・米酢・柑橘類などを意識して食卓に取り入れると良いです。反対に、油っこいものや砂糖を使用した甘いものは、肝の働きを弱めることがあります。一切禁止するのではなく、少量を美味しくいただくことをお勧めします。(私も甘いお菓子が大好きです(;^_^A))

是非、自然の中に身を置いて、躍動する命のたくましさを感じながら元気に春を過ごしてください。次回、5月は「夏」の養生法です。(なな:ホームケアータルアドバイザー)

(なな:ホームケアータルアドバイザー)

読者プレゼント

選ヨ②丁①
31森▼森
名グ永抽永
様ル乳選乳
【ト業3業
By7・名・
瀬本カ様絹
谷(ラ【とう
新1ダByう
聞週強瀬ふ
店間く谷し
【分す新っ
~る聞か
▼の店り
抽む】2



4/2(土)開催
春休み企画
親子で足育 くつえらび講座

午前の部: 10:00~11:30
午後の部: 13:30~15:00
いずれも定員親子4組まで(親子2名1組)

場所: 瀬谷新聞店 2Fスペース
参加費: 親子2名で¥3,000
(お子様複数人でご参加したい場合はご相談ください)

オーダー専門靴ブランド cui guico(キキコ) オーナー 岸直子が、12年の靴づくりと自身の子育てを経て培った足とからだの健康と密接な靴選びの本当をお伝えします。



2022 栃木県警察官募集

【受付期間】
【1】 大学卒業等 3月1日①~4月7日②
【2】 高校卒業等 5月8日③
【受付期間】
【1】 大学卒業等 7月8日④~8月19日⑤
【2】 高校卒業等 9月18日⑥
0120-48-6106
*2024.5.10 栃木県庁第4階411号
HP: <https://www.pref.tochigi.lg.jp/keisatsu/>

鹿沼警察署 ☎ (62) 0110