



せやマルシェ秋で出た売上金11万円を『NPO法人SBハートステーション』に寄付を致しました。皆様のご協力誠に有難うございました。

(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/

11月5日(土)に第7回目となる「せやマルシェ」を開催しました。改めてご来場の皆様、関係者の皆様、誠に有難うございました。

今回は弊社創立15周年を記念して「一日限りの美術館」を同時開催しました。栃木県足利市で遺贈財産などを有したアート普及を進めている「おもい・つむぎ財団」の協力を得たものです。また、通販芸人でお馴染みのペナルティヒデさんにもマルシェに駆けつけ大いに会場を盛り上げてくださいました。人と地域との繋がりには無くてはならない大切なモノです。それは目に見ることはできませんが、弊社はその大切なモノの価値をカタチにすることに今後も挑戦していきます。ま



ご来場いただき
ありがとうございました



た来春にお会いできるのを
楽しみにしています。有難
うございました！



ヒデさんから
コメント頂きました！

『せやマルシェ』には心躍る新たな発見と郷愁にも似た温もりがありました。初めての土地で初めて会う人なのに何処か懐かしい。地域の皆様にとってこのマルシェは楽しみながら情報交換をしあう、コミュニケーションツールのようなものでしょうね。佐藤市長のご訪問の際には初対面にも関わらず、漫才のような快活な掛け合いが生まれたり、地元以外の方とも親しくなれ、そのお陰で1日を笑顔で過ごす事ができました。8世紀には既に存在していた新聞。今回参加してみて思ったのは配達員の皆様が運んでいるのは決して新聞だけでなく『ふれあい』という『真心』なのかも知れないということ。来年『ただいま』とさせてくださいね。ヒデ

ワークショップ IN 瀬谷新聞店 クリスマス フレッシュリース



クリスマスシーズン到来です！
ユニファ-をたっぷり
使った香りの良いリース。

美しいグラデーションを
楽しみましょう(*^-へ^-*)



LINEQR



インスタQR

- 12月3日(土)・12月6日(火) ※2日開催
- 午前の部 ▶ 10:00~11:30
- 午後の部 ▶ 13:00~14:30
- 場所 ▶ 瀬谷新聞店2階 ■ 定員各6名 ■ 持ち物・花鉢(予備有)・持ち帰り袋 ■ 参加費 ▶ ①1,500円(弊社お取引中の方、ご新規の方) ②3,500円(一般の方)
- 申込締切 ▶ 11月30日(水) 定員になり次第終了。
- 申込先 ▶ 瀬谷新聞店 ☎0289-60-2855

フレンズ vol. 125

まるやま あこ
丸山 阿子 さん

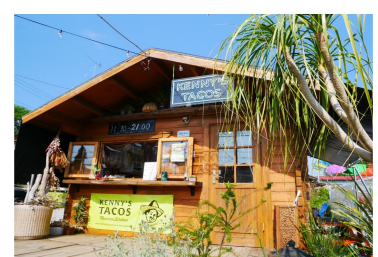
昭和60年9月28日生 AB型



丸山さんは、下南摩にある一軒家サロン「Akoakoa」のオーナーをされています。丸山さんは10代前半、ご自身の病気を機にヨガに出会いました。そして自分の使命を模索した結果、「地域の人々が輝けるステージを整えたい」と社会福祉士の資格を取得しました。更には、大学でボランティアコーディネーターとして行政や地域と学生を繋げ、地域活動の支援を行ってきました。また一方でヨガインストラクターとしても活躍していましたが「アクセスバ-ズ」に出会って以来、新たな道が拓けました。現在サロンには、不調を抱えた人のみならず丸山さんに会いたくて来る人もいほどです。そんな丸山さんですが「サロンでのよもぎ乳酸菌蒸しやアクセスバ-ズを通して、女性が軽やかに自己実現できる健やかな身体と思考を整えるお手伝いがしたい！そして地域活動にも積極的に携わりたい！」と、新時代を切り拓くリーダーは目を輝かせながら語ってくださいました。

★次回ゲスト 丸山和也 さん

▼ご希望の番号を1つと住所、氏名、電話番号、感想等をご記入の上、ハガキ又はFAXでお申し込みください。また、土日祝日を除く10時~17時まではお電話でのお申し込みも可。▼申し込み締め切り11月末日必着▼当選者には担当者からお届けさせていただきます。※当店より新聞をご購読いただいている方の中から1世帯1口での応募が対象となります。



① KENNY'S TACOS
(ケニーズタコス「ハニポテ」)
▼抽選6名様【By瀬谷新聞店】

① 読者プレゼント

今回ご紹介するのは、せやマルシェでも大盛況だった「KENNY'S TACOS (ケニーズタコス)」です。ログハウスや背が高い観葉植物、鮮やかな電飾：まるでメキシコにいるような錯覚に陥る景色が御成橋に広がります。外にイトインスペースがあり、夏はビアガーデンやバーベキューも楽しめます。筆者も看板商品であるタコスを食べました。刻んだレタスがシャキシャキと歯ざわり良く、スパイス香るひき肉と相性抜群！お好みでサルサソースをかける、味変も楽しめます。ヘルシーで美味しく、あつという間に完食です。(ビールを欲する気持ちが分かります！)この空間をプロデュースしたのは、代表の高杉健太郎さん。高杉さんは株式会社KANUMA MIA (ナナムミア) を設立しました。建築士としても活躍している高杉さんは、2024年生まれ育った南摩にリゾ

KENNY'S TACOS
Mexican Kitchen "Que delicioso!"



「いらつしやいませり」
明るいスタッフがお出迎え！



▲タコスは具たくさん！
青空の下大きな口を開けて
かぶりつく瞬間は最高です！

鹿沼市御成橋1-2015-4
☎070-3397-0141

定休日
無休

営業時間
11:30~14:00
17:00~19:00

駐車場
5台

詳細は
Instagram
「kennystacos」

ト地を手掛ける予定で。木工のまち鹿沼、限りある資源を大切に、使われなくなった廃材や引き取り手のない材料を利用して建物を造設し、飲食店やマッサージ店として数店舗が軒を連ねることになっています。この豊かな発想の元となったのは、メキシコにあるトルムというリゾート地です。自然破壊してリゾートを開発するのではなく、元々存在する美しさに過剰な手を加えず魅せる：それは高杉さんの故郷への想いと重なります。高杉さんは、楽しく笑って過ごすこと、また、責任に基づいた自由を得ることを大切にされています。これから新しい企画が目白押し！ 私達も一緒に心を躍らせましょう！

暮らしに寄り添う陰陽五行

第5回 ～冬編～



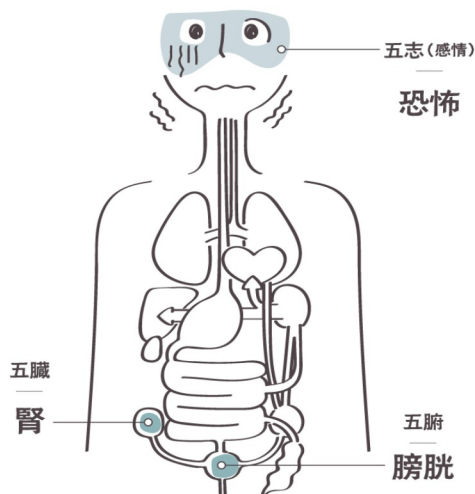
五行：水 五色：黒
五味：鹹味 五官：耳

腎が弱った時の症状

耳のトラブル、腰痛、ひざの痛み、
婦人病、甲状腺機能異常、抜け毛、
骨や歯のトラブル、内分泌系のトラブル

腎を良くする食材

黒色の食材を食べる
昆布、ひじき、黒ごま、黒豆、さくらげなど



冬は五行だと「水」、腎臓や膀胱に当てはまります。腎の働きは、生命エネルギー(精)を蓄えることです。精は、骨や脳の元となる髓になります。そのため髓が不足すると、腰やひざの痛み、物忘れ、歯が抜けるなどの症状が現れます。また、腎は耳との関連も深いので、耳が遠くなったりめまいが起きることもあります。腎が弱り、内分泌機能のバランスが崩れると不妊症・更年期障害・ホルモン系の癌に繋がるなど、腎は成長・発育・生殖において生涯重要な役割を担っています。腎が弱ると「老化」に繋がり、反対に、体に潤いと若さを与えてくれるのが腎なのであります。そこで鍵となるのが、水の状態を整えることです。「水」は色でいうと黒、味でいうと鹹味(自然塩の塩辛さ)になります。また、老化防止の妙薬である亜鉛を摂ることも心がけましょう。ひじき豆や昆布豆、小豆かぼちゃ、また、切り干し大根や干し椎茸などの乾物にも亜鉛が濃縮されています。冬は身体を温めて、しっかりと充電し、春に向けてエネルギーを蓄えておきましょう。1年間、季節ごとにお伝えした「陰陽五行」ですが、今回で最終回です。人間だけが卓越した特殊な存在ではなく、人間もまた自然の一部です。自然に沿った生活が心身共に健やかに過ごせることを、他でもない「自然」が私たちに教えてくれています。皆様の毎日が彩り豊かな日々でありますように…。最後までお読みくださり、ありがとうございました。

ホームケアトータルアドバイザーなな

剣道を
はじめてみたい！

強い心と体を
手に入れたい！

礼儀・作法を
身につけたい！

見学/体験
受付中

少年 少女 剣士募集

きっかけはいろいろ、でもみんなが仲間！

鹿沼市剣友会

HP <https://kanuma-kenyuu.jimdosite.com>

活動場所 鹿沼警察署内 道場

対象 小学生～中学生の男女

活動日 水・土曜日
小学生 19:00～20:00
中学生 20:00～21:00



見学・体験のお申込みは下記の
メールアドレスまたは、
右のQRコードよりLINEにて
お気軽にお問い合わせください。
▼mail
kanuma-kenyuu@outlook.jp



鹿沼警察署からのお知らせ

北朝鮮 絶対に諦めない

人権侵害問題 啓発週間
12月10日～16日

拉致被害者の1日も早い帰国を目指し、
政府は全力で取り組んでまいります。
拉致問題の解決のためには、
私たち一人ひとりの強い思いが必要です。

拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を深めよう

拉致問題対策本部ホームページ <https://www.rachi.go.jp/>

法務省ホームページ <https://www.moj.go.jp/JINKEN/>

政府主催 拉致問題に関する国際シンポジウム

※詳細は、最上県拉致問題対策本部ホームページに掲載されます。政府拉致問題対策本部は随時オンラインで配信予定です。

12月10日(土) 14時～ イノホール(〒100-0011 東京都千代田区千代田2-1-1) (9時)

政府 拉致問題対策本部・法務省 03-3581-8898

鹿沼警察署 ☎(62)0110