



発行 街に、ルネッサンス

UR都市機構 緊急事故受付センター (052)350-2900

UR都市機構 [業務受託者] 日本総合住生活株式会社

水漏れ・排水詰まり・断水・停電などの応急措置を必要とする事故が発生した場合はご連絡ください。

【対象】愛知県・岐阜県・三重県内の住地

編集・制作／山下企画

コソダテUR 子育てタウン・ちょっと自慢 三好ヶ丘・プロムナード三好丘

愛知県みよし市

西三河地域に位置し人口は約6万人。東洋経済の住みやすさランキンギ2014で、長久手市に次ぎ県内2位・全国11位にランクイン。



いつも笑顔で
快適な暮らしの
お手伝いをしたいです

ゆあ～めいとの佐藤美智代さん(右)と
杉山とも子さん(左)

今号の団地紹介

三好ヶ丘
総戸数/80戸



プロムナード三好丘
総戸数/246戸

豊かな自然と利便性が
子育てファミリーに最適
三好ヶ丘緑地を望む「三
好ヶ丘」「プロムナード三
好丘」、名鉄・三好ヶ丘駅
とは歩行者専用の緑道で
結ばれ、桜の名所としても
馳わいます。団地は町並
みの一角を形成するよう
に美しく整備され、自然が
身近な環境は子育て世帯に最適。買い物や教育・医療施設にも恵
まれています。

●三好ヶ丘

【所在地】愛知県みよし市三好丘2-8 【交通】名鉄「三好ヶ丘」駅徒歩3分

●プロムナード三好丘

【所在地】愛知県みよし市三好丘3-1-2 【交通】名鉄「三好ヶ丘」駅徒歩10分

あなたしか知らないUR。みんなに知らせたいUR。

スナップ写真 大募集!

詳しくは下記URLをご覧ください。
http://www.ur-net.go.jp/chubu/photo_bosyu/

ご投稿いただいた写真是
皆さんの写真でつくるUR紹介ページ
「ちょっと拝見!!URのある暮らし」で紹介します!
<http://www.ur-net.go.jp/chubu/kurashi/>

お住まいのみなさまへ
UR都市機構をつなぐ情報誌

からほど近く「ベルニ好幼稚園」で、年長さんたちが剣道のお稽古中。「ありがとうございます!」張りつめた空気の中、きちんと正座して大きな声で挨拶も。でもどうして幼稚園児に剣道? その答を園長の村上先生にお聞きしました。

日本人は美しい文化・習慣・作法を持つています。それを次世代へ継承するには、幼児期に本物と触れさせること大切。だからこそ正式の道具を使い、一流の先生を招いて教える。同時に国際人として異文化を受け入れることも重要。外国人教諭による英語遊びの時間はまるで海外の幼稚園にいる



『ベルニ好幼稚園』
「生きる力」を育てる。



園長の村上芳枝先生

ここも
自慢!

①明るい育児をサポート 「子育てふれあい広場」



サッカーは地区大会優勝の実力!

三好ヶ丘駅前のカリヨンハウスにある「子育てふれあい広場」。休館日(月曜日)を除く午前9時から午後5時まで、子育て中の親子に無料で開放。子育てに関する相談の親子に無料で開放。子育てに関する相談も受け付けています。まだハイハイ姿の赤ちゃんも目立ちはずみがあると、上に何を建てても崩れてしまう。だからこそ私たち、土台をしっかり築いて次のステージへとお渡ししたいんです。

次はあなたの団地に取材にいくかも!
お聞かせください! あなたの
「子育てタウン・ちょっと自慢」



お問い合わせ先: 052-801-1273

4月より火曜日13時~14時に実施
・お問い合わせ先: 052-801-1273
に参加者の輪が広がり、地域の活性化にもつながることがポイント。高齢者センターの指導員の元で、無理なく楽しく安全に続けられることがポイント。高齢者中心に繋がること期待されています。

②健康づくりで地域に貢献 「東海学園大学 健康運動俱楽部」

な満面の笑顔で嬉しそう。「情報交換やりフレッシュの場として毎日でも通いたいほど」とお母さんたちにも大好評です。

東海学園大学三好キャンパスで、毎週金曜日に開催される「健康運動俱楽部」。同大が施設・設備・運営を担い、近隣住民のための健康づくり・仲間づくりをサポートしています。同大を卒業した健康開発支援センターの指導員の元で、無理なく楽しく安全に続けられることがポイント。高齢者中心に繋がること期待されています。

近居促進制度実施中!! 便利で身近な団地のお店

Contents
賃貸住宅の契約解除(退去)の手続き
音に対する心配りを

8 旬の
レジャー情報
読者投稿コーナー

お悩み解消! 家事サポート
おいしさUPのツボ
元金ゼロで健康習慣
住まいに安心・便利をプラス
まちがい探し

7 生活・健康情報
駐車場使用について
お悩み解消! 家事サポート
おいしさUPのツボ
元金ゼロで健康習慣
住まいに安心・便利をプラス

6 駐車場使用について
お悩み解消! 家事サポート
おいしさUPのツボ
元金ゼロで健康習慣
住まいに安心・便利をプラス

5 おでかけ日和
遊歩く記
春だ!
お花に会いに行こう

お花に会いに行こう
春だ!
おでかけ日和
遊歩く記

3 近居促進制度実施中!! 便利で身近な団地のお店

賃貸住宅の契約解除(退去)の手続き
音に対する心配りを

賃貸住宅の契約解除（退去）の手続き

契約解除は14日以上前までに機構までお届けください

① 契約解除（退去）のお届けは14日以上前までに

契約を解除するときには、14日間の予告期間が必要です。退去が決まりましたら、退去する日の14日以上前に「賃貸住宅賃貸借契約解除届」を管理サービス事務所（または管理連絡員）にご提出ください。予告期間が14日に満たない場合には、解除届提出の翌日から起算して14日目が契約解除日となります。なお、契約解除日以前に退去されても、契約解除日までの日割賃料をいただくことになります。契約解除届をご提出いただきますと、機構では次の入居者のあせん手続きに入りますので、契約解除の取り消しや契約解除日の延期はできません。余裕を持って契約解除日を設定してください。

② 修理費用の決定（査定）

退去届を受理いたしますと、機構から住宅の損耗の程度の調査をお伺いいたします。この調査では、居住期間中の住宅の汚損、毀損などをもとに、お客様にご負担いただく修理費用（消費税率は8%で算定）を決定いたします。

③ 鍵の返還

入居時にお渡しした住宅等の鍵は、住宅とともにお客様にお貸ししたものです。退去の際は、当初お渡ししたすべての鍵を管理サービス事務所（または管理連絡員）にお返しください。当初お渡しした鍵を1本でも紛失されている場合は、その費用をお支払いいただきます。なお、複製された鍵は本数に数えません。



④ お客様が設置したものの撤去

退去の際は、住宅や物置等にお客様が設置したものは必ず撤去してください。集合郵便受箱の錠前も忘れずにお撤去してください。

⑤ 敷金の返還

敷金は、お客様にご負担いただく修理費用等（万一、未納の家賃等がある場合はこれを含みます）を控除した上で、精算を行います。精算額については、契約解除日から21日以内に返還されます（銀行口座への返金が基本となります）。ただし、前月分までの家賃等の収納状況の確認が遅れる場合は、精算後の敷金の返還はその期間内に返還されない場合もありますので、ご了承ください。

なお、精算額が敷金を超える場合は、不足分をお支払いいただきます。

⑥ その他

電気・水道・ガス・熱供給等の各事業者に退去の通知をし、退去日までに使用料金の精算を行ってください。新聞等の配達停止と精算もお忘れなくお願いします。

音に対する心配りを

コンクリートは「音」に対して敏感です。集合住宅では「音」がある程度聞こえることは避けられませんが、「音」の種類によっては人に不快感を与えることもあります。不快な「音」が続くと、ストレスなどから体調を崩す場合もあります。お互いに心地よく暮らすために、「音」に対する心配りを大切にしましょう。

生活騒音を減らす具体的な方法を紹介します

跳びはねや足音

- 足音は意外と階下にまで響くので注意しましょう。
- 小さいお子様のいる家庭では、フローリングにカーペットやマット類を敷きましょう。



椅子を引く音

- 椅子の足に市販の防音キャップや厚手の生地（フェルト、毛布がおすすめ）をはかせてみましょう。

洗濯機の音

- 早朝や深夜の時間帯は洗濯機を回さないようにしましょう。
- 振動を防ぐために、防振マット（ゴム）や消音マットを使用しましょう。
- 洗濯物を入れすぎないのも音を小さくするコツです。

扉・窓の開閉音

- 扉や窓は、乱暴な開け閉めをしないように心がけましょう。特に、早朝や深夜の時間帯は気をつけてください。
- 扉には隙間止めテープを貼るなどして、音の発生を少なくする工夫をしてみましょう。



テレビ・ステレオなどの音響機器

- 早朝や深夜の時間帯は音量を小さくするか、ヘッドホンやイヤホンを使いましょう。
- 置き場所や向きは隣の部屋への影響が少ないところを考慮して置くようしましょう。



物が落ちる音

- 台所や食器棚の前など、物を落としやすい場所にウレタンマットなどを敷いてみましょう。

※集合住宅での生活には、お住まいの方同士の相互理解がとても大切です。

生活音に対する相談を受けたら…感情的にならず、相手の話を謙虚に聞き、改善できることは改善しましょう。

相談するときは…感情的に話すのではなく、どのような音が不快に感じるのかを丁寧に説明し、改善をお願いするようにしましょう。

お住まいの皆様へ耳寄りなお知らせです!!

5年間5%割引!

近居促進制度実施中!!

孫の顔が
いつでも見られるし、
万が一の時も
安心♪

子育て・高齢者等世帯と支援する親族の世帯の双方が
同一団地、隣接する団地、概ね半径2キロ圏内の団地
のいずれかに近居することとなった場合
新しくご入居いただく世帯の家賃を
5年間5%^(*)割引します!!

忙しいときに
子供の面倒を見
てもらえて
助かるわ♪



詳しくはお近くのUR営業窓口へ!!

世帯要件

子育て・高齢者等世帯

- ★高齢者(満60歳以上の方)がいる世帯
- ★子ども(同居する20歳未満の子、妊娠中を含む)がいる世帯
- ★障がい者(4級以上の身体障がい又は重度の知的障がい等のある方)がいる世帯

支援世帯

- ★子育て・高齢者等世帯を支援する直系血族
又は現に扶養義務を負っている3親等内の
親族がいる世帯

注意事項

※割引期間は、入居開始可能日から起算して5年間です。入居時には近居が成立すること、親族関係を証明する書類により確認を行います。なお、近居の相手となる世帯の家賃等支払い状況を確認し、家賃を滞納している場合は家賃の割引は適用されません。また、毎年1月1日時点での近居状況を確認し、近居が成立していない場合には、同年3月31日をもって割引を終了します。

※一部対象外となる団地や住戸があります。

UR
テナント
団地のお店

便利で身近な団地のお店

団地にお住まいのみなさまのために、団地内にお店をご用意しています(一部団地)。スーパー・マーケット、お肉屋さん、魚屋さん、パン屋さん、喫茶店、美容院などなど…。いちばん身近にある団地のお店。まだ入ったことのない店舗にも一度入ってみてはいかがでしょうか?



団地でお店を開きたい人を募集しています URがお店をお貸しします!

■URテナントの6大メリット

- ① 権利金・礼金・手数料・更新料不要 資金負担を抑え、開業をサポートします。※敷金(6か月分)が必要です。
- ② 保証人不要 URの申込み資格を有していれば、保証人はいりません。
- ③ 開業前3か月間、賃貸料無料 開業前の3か月間は、すべての店舗が賃貸料無料です。※最大3か月間
- ④ 抜群の集客力 立地は団地の中心部。団地に暮らすたくさんの人々がお客様です。
- ⑤ 子育て支援、高齢者支援施設の賃貸料減額 通常の店舗賃貸料より減額します。
- ⑥ 6か月間賃貸料無料のチャレンジスペース 新たに開業される方なら、開業から6か月間無料で施設を使用できるチャレンジスペースをご利用いただけます(一部団地)。開業前の準備期間(最大3か月)とあわせて、最大9か月間の賃貸料が無料になります。

●詳しい制度・物件紹介はウェブサイトから ➡ <http://www.ur-net.go.jp/tenant/>

URテナント

検索

遊歩記

おでかけ日和



① 花フェスタ記念公園“花フェスタ2015ぎふ” 5月16日(土)～6月21日(日)

開園20周年を迎える世界最大級のバラ園の祭典

1年のうちで最も多くのバラが見られるシーズンの到来です。花フェスタ記念公園では、開園20周年を迎える今年、「花フェスタ2015ぎふ」を開催。約7,000種3万株が咲き誇る世界最大級のバラ園が贈る、美(うつく)し、美味(うまい)し、バラの祭典にご期待ください。人気講師によるガイドツアー・やコンサート、体験教室などのイベントも実施されます。

- 場所／岐阜県可児市瀬田1584-1
- 最寄り駅／JR「可児」駅または名鉄「新可児」駅

緑苑東

「日本ライン うぬまの森」に隣接する、美しい景観が自慢。敷地内に広い公園があり、緑に恵まれた豊かな生活空間を提供しています。ファミリー向けのゆったりした間取りが中心です。

- 場所／岐阜県各務原市緑苑東4-1-1 他
- アクセス／岐阜バス「緑苑東」停より徒歩1分



UR団地のあるエリアで見つけた魅力的なスポットをご紹介。 日常をちょっぴりワクワクさせる、ショートトリップへと出かけましょう! 春だ! お花に会いに行こう

寒さから解放され、待ちに待った春のおでかけ。ポカポカ陽気に誘われて、真っ先に訪れたいのはやっぱりお花の名所ですね。可憐な山野草、香り高いハーブ、優雅なバラ…。見頃を迎えた花々はどれも生命力にあふれ、訪れる人の目と心を癒してくれるでしょう。



③ 余野公園“つつじ”

関西随一のつつじの名勝地

鈴鹿国定公園の特別地域に指定されている余野公園には、約1万5,000本のつつじが自生。その規模は関西随一といわれます。毎年5月第2日曜日には「余野公園つつじ祭」を開催。約2万haの大芝生広場にマーケットテントが立ち並び、多くの人が賑わいます。

- 場所／三重県伊賀市拓殖町
- 最寄り駅／JR「柘植」駅

笹川

丘陵地に広がる明るい南向きの団地。敷地内に保育園・学童保育所・国際共生サロンの他、銀行・郵便局もあります。小中学校やスーパーも至近距離で、生活・教育の両面に恵まれた環境です。

- 所在地／三重県四日市市笹川8-45-1 他
- アクセス／三交バス「公団住宅前」「笹川九丁目」停より徒歩1分



② 天王川公園“藤” 4月下旬～5月上旬

頭上に広がる紫のカーテンが圧巻

尾張津島天王まつりで知られる天王川公園は、季節の花に彩られた市民憩いの場。中でも長さ275m・幅面積5,034m²(たまに3,200畳敷きの広さ)の藤棚といっぱいに、九尺藤を中心とする12種類の藤が咲き誇る様は見事です。期間中は尾張津島藤まつりも開催され、野外ステージでは太鼓やダンスの競演が楽しめます。

- 場所／愛知県津島市宮川町地内
- 最寄り駅／名鉄「津島」駅

津島

津島駅に隣接しているため、通勤・通学に最適。名古屋駅まで名鉄直通で24分という好アクセスです。銀行・郵便局・スーパーなどの各種利便施設が充実しているのは駅前ならでは。

- 所在地／愛知県津島市藤浪町2-1-2 他
- アクセス／名鉄「津島」駅より徒歩1分



⑥ 可垂ゆりの園 5月30日(土)～7月5日(日)

3万坪の敷地で150種を超えるユリの競演

日本庭園を廻る3万坪の敷地に、世界150種以上・約200万輪のユリ園が広がります。林や斜面など自然の地形を利用した園内では、散策路を曲がる度に違う表情・色彩のエリと出会える仕掛けが。売店で各種苗の販売も行っている他、お食事処ではユリの根の天ぷらも味わえます。

- 場所／静岡県袋井市久能2990-1
- 最寄り駅／JR「袋井」駅



⑤ 八橋かきつばた園 4月下旬～5月中旬

伊勢物語の昔から知られる花の名勝地

平安の歌人・在原業平が詠んだとされるカキツバタの名所。慶雲元年(704年)に創建された無量寿寺の回遊式庭園にある16の池に、約3万本のカキツバタが咲き水面を紫に彩ります。開花時期には約60年の歴史を持つ「かきつばたまつり」も開催。撮影会や茶会、俳句会などのイベントも行われ、全国から大勢の人が訪れます。

- 場所／名古屋市港区品川町2-1-1
- 最寄り駅／あおなみ線「荒子川公園」駅



下川原

駿河湾を前に望む自然豊かな環境。休日には家族で楽しめる公園が敷地内にあり、子育てに最適な環境です。徒歩圏内にスーパー・病院・郵便局などの生活利便施設が充実しています。

- 所在地／静岡県静岡市駿河区桃園町19-1 他
- アクセス／静鉄バス「下川原閉地」停より徒歩3分



④ 荒子川公園“ラベンダーフェア” 6月6日(土)～6月14日(日)

癒しの香りが包む愛知県有数のラベンダー園

四季折々の花が楽しめる荒子川公園。中でも約3,000株が植えられたラベンダー園は、愛知県内有数の規模を誇ります。薄紫色の花穂がそよ風に揺れると、ほのかな香りに包まれ癒し効果抜群。館内の喫茶コーナーではラベンダーのケーキセットなども楽しめます。花や緑を見ながら川沿いのウォーキングコースを歩くのもおすすめ。

- 場所／名古屋市港区品川町2-1-1
- 最寄り駅／あおなみ線「荒子川公園」駅



パークハイツ荒子

地下鉄東山線「高畠」駅とあおなみ線「荒子」駅の2つの駅からアクセス良好。荒子駅前や荒子公園にはほど近い、緑豊かな環境です。近くにはスーパー・郵便局、図書館などもあります。

- 所在地／名古屋市中川区吉良町178-10
- アクセス／あおなみ線「荒子」駅より徒歩5分



知立

名古屋・豊田のベッドタウンとしての利便性に恵まれながら、静かな住環境が魅力。小学校や商店街が敷地内にあるなど、生活・教育施設も充実しています。若い家族向けの間取りが主流。

- 所在地／愛知県知立市昭和9-2 他
- アクセス／名鉄「牛田」駅より徒歩10分

アーバニア荒子東

あおなみ線開通で発展を続ける荒子エリアにありながら、静かで落ち着いた住環境が魅力。敷地内にスーパーがあり、郵便局や中川図書館、荒子公園もほど近く、美しい緑に恵まれています。

- 所在地／名古屋市中川区吉良町138-10
- アクセス／あおなみ線「荒子」駅より徒歩3分

- 【作り方】**
- ① ちくわを斜め切りにする
 - ② フライパン(あればテフロン加工)にマヨネーズを入れて熱し、パチパチ音がしてきたら①を入れて軽く炒める。
 - ③ カレー粉を入れてからめ、最後に醤油を加えて全体をさっと混ぜ合わせる。

*マヨネーズをカロリーハーフにするとさらにヘルシーですが、焦げやすくなので火加減に注意しましょう。

cooking! お手軽おつまみ

料理ビギナーでもささっとできる
簡単おいしいレシピ。
お酒のおつまみにもなる
おかずとご飯ものを
交互に紹介していきます。



ちくわのカレーマヨ炒め

3分でできるスピードおかず。油の代わりにマヨネーズで炒めるからカロリーを抑えられます。

- 【材料】**
- ちくわ…1袋(5本)
 - マヨネーズ…大さじ1～1.5
 - カレー粉…小さじ1弱
 - 醤油…小さじ2

住まいセンター だより

電話番号はくぐれもおかげ間違いのないよう
おねがいします。

名古屋住まいセンター
☎(052)332-6711
大曾根住まいセンター
☎(052)723-1711

静岡県のUR窓口

静岡県住宅供給公社 ☎(054)255-4824
静岡県住宅供給公社(西部支所) ☎(053)455-0025
静岡県住宅供給公社(東部支所) ☎(055)920-2271

迷惑駐車は 絶対にやめましょう!

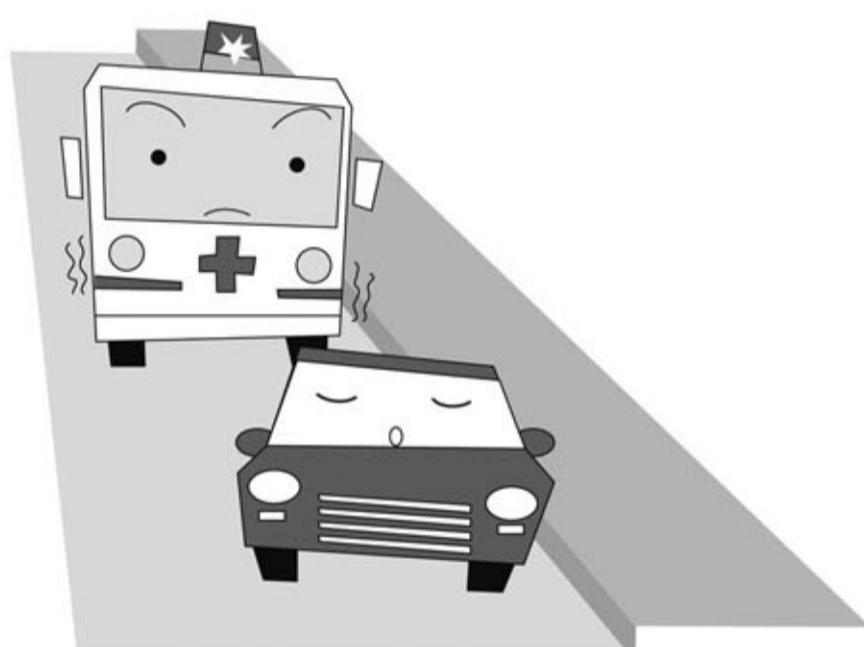
人の入れ替りが激しい新年度には、駐車トラブルが起きやすくなります。
改めてマナーを見直し、正しい駐車場の使用を心がけましょう。

駐車場使用について

団地内では指定の場所以外に駐車することはできません。ところが、「駐車場の契約をしたのに知らない車が止まっている…」との苦情が寄せられるなど、迷惑駐車に多くの方が困っています。使っていないだろうと勝手に判断して駐車すると、契約した車が止められないだけでなく、さまざまなトラブルの原因になります。車は必ず所定の駐車場に止め、契約者以外は駐車しないでください。

また、路上やアプローチなどの迷惑駐車は、緊急車両や作業車両の通行の妨げになり、火災や急病人が出た時に手遅れとなったり、ゴミ収集ができず団地の美観を損ねることになります。

さらに、子どもの飛び出し事故の原因にもなり危険ですので絶対にやめましょう。



集会所は 団地にお住まいの方なら、 どなたでもご利用できます。

集会所をご利用ください

利用料金は部屋の広さや利用形態により異なりますが、1時間あたり220円からと格安です。

<利用例>

- お父さんたちの囲碁や将棋
- お母さんたちの集会（雨の日や暑い・寒い日にお子様の遊び場も兼ねて）や、小さなお子様への読み聞かせ
- 節分の豆まき大会やひな祭りなど

機構は集会所を団地にお住まいの方々の親睦やコミュニティ形成の場として開放しています。みなさんもぜひ一度ご利用ください。※注)特定の政治活動や宗教活動、その他これらに類する行為には利用できません。

利用時間は午前9時～午後10時までです。利用可能な日など、詳しくは管理サービス事務所または住まいセンターにお尋ねください。

家賃等及び駐車場利用料金口座振替について

口座残高・入金の確認をお忘れなく！

家賃等の振替日はカレンダーの通りです。
前日までに入金をお願いします。

※口座振替日は「毎月25日」もしくは「毎月月末」です。
お手持ちの賃貸借契約書等をご確認ください。

○は口座振替日

4月	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	
5	6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18	
19	20	21	22	23	24	25	
26	27	28	29	30			

支払い期日が25日の方…
4月27日(月)に引き落としとなりますので4月24日(金)までに
支払い期日が末日の方…
4月30日(木)に引き落としとなりますので4月28日(火)までに

5月	日	月	火	水	木	金	土
			1	2			
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22	23	
24	25	26	27	28	29	30	
31							

支払い期日が25日の方…
5月25日(月)に引き落としとなりますので5月22日(金)までに
支払い期日が末日の方…
6月1日(月)に引き落としとなりますので5月29日(金)までに

6月 ①

お悩み解消! 家事サポーター

掃除・洗濯・収納・炊事など、暮らしの中の小さな“困った”を解決するヒントをご紹介。これで今日から家事の達人?

お悩み

家の中がゴチャゴチャなのはナゼ?

回答

モノを2割減らしてみましょう!

家事のお悩みで常に上位にあがるのが片付け問題。机の上がすぐ散らかる。収納がパンパン。部屋にモノがあふれて狭く感じる。その理由はなぜだと思いますか? 持っているだけで使わぬものが場所を占めているからです。いらないモノの保管場所を家賃に換算すると、数千円から数万円になるというデータもあるんですよ。

コーディネイトしにくい服、歩くと痛い靴、重たい調理器具…。使わなくなつたものには必ず理由があります。だからこそ本当に必要なものを見極めて仕分けし、まずは持ち物を2割減らすことを目標にしましょう。とておきのワンピース、こだわりのキッチン雑貨など、好きなモノ、使い勝手のいいモノだけに囲まれた生活は快適です。モノが少なければ何がどこにあるか一目瞭然で、探し物に取られる時間も節約できますね。



住まいに安心・便利をプラス

手ごわい汚れは プロの手でスッキリ!

目につきやすく手が届きやすいところは、日頃からキレイにできる。でも家の中には、自力でのお掃除が難しい箇所がけっこうあります。たとえばエアコンや換気扇の内部に潜むカビやホコリ、浴室や洗面のしつこい水垢、キッチンの油汚れや焦げ付きなどなど…。こうした手ごわい汚れにお悩みなら、プロの手を借りるのも一案。専用の洗剤や器具、技術や知識を総動員して徹底的にお掃除してくれます。気になるニオイが解消されたり、エアコンの効きが良くなつて電気代の節約も期待できそう。なんだか気持ちまで晴れやかになりそうですね。



おいしさUPのツボ

同じ食材でも切り方や調理手順などによって味に差が。知つておいと損はないおいしさUPの秘訣をご紹介します。

タマネギの甘味が増す切り方

新タマネギが出回る季節。オニオンスライスやサラダなどにして、生で食べてもおいしいですね。実はタマネギは切り方によって味や食感が変わってきます。繊維に沿つて縦方向に切るよりも、繊維を断ち切るように横方向に切ることで、辛み成分が外に出やすくなるんです。生で食べる場合は、ぜひこの切り方をお試しください。また、ソテーで食べる時にも輪切りにして繊維を立つことで熱が入りやすくなり、やはり甘味が増します。



元金ゼロで健康習慣

誰もが手に入れたい心と体の健康。ジム通いやサプリと無縁で、お金のかからない日常の中のヘルシー習慣を提案します。

口角を上げると脳も幸せを感じる

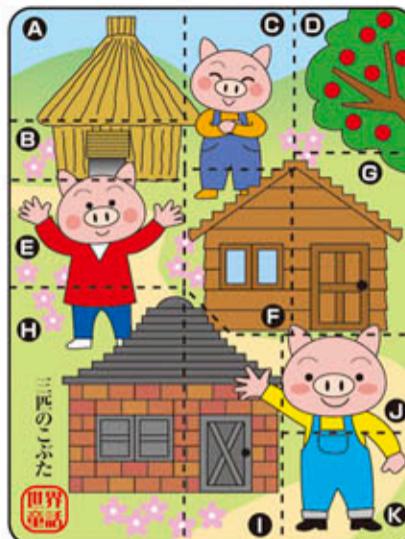
気分が落ち込んだ時に笑えと言われてもツラい。でも、カタチから入るのって重要なんです。無理にでも口角を上げてみると、脳は楽しいんだと理解(誤解?)し、幸せホルモン「セロトニン」の分泌が促されるんだとか。すると不思議なことに、表情が明るくなり心が安定し、不快感やストレスが低下するそう。面談や試験などで緊張する時や、やる気を出したい時にも効果的だと。日頃から口角を上げるクセをつけておけば表情筋が鍛えられ、たるみ防止も期待できそうですね。



読者プレゼント

読者プレゼント クイズ まちがい探し

下の2枚の絵の中に、違っているところが5つあります。さてどこでしょう?



「図書カード(1,000円相当)」が10名様に当たります!

※ 正解の中から抽選で10名様に、「図書カード(1,000円相当)」を差し上げます。
当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

【応募方法】

ハガキに答え(アルファベット)・郵便番号・住所・氏名・年齢・本紙ごだちへのご意見・ご感想をご記入のうえ、下段の応募先「まちがい探し」係までお送りください。

2月号のクイズの答え「B・C・D・F・K」でした。(応募総数97通、内正解者76名)

催事ご案内 読者ご招待

応募の中から抽選で下記の催事にご招待いたします。
①②③④ペア5組様。
希望番号(お一人様一催事)を明記の上、
下段の応募先までハガキでお申し込みください。

つばはえ
①『月映』展

1914年9月、三人の美術学生によって60ページたらずの冊子が世に送り出されました。田中恭吉・藤森静雄・恩地孝四郎、それぞれが刻んだ木版画と彼らの詩をまとめた「詩と版画の雑誌」、「月映(つくはえ)」です。彼ら三人によって生み出された「月映」は近代日本美術史においても希有な珠玉の作品集となりました。この展覧会は、「月映」が刊行されて100年となるのを記念して、その内容と意義をあらためて見直そうとするものです。

恩地孝四郎(望と他) 1914年頃
木版、紙、個人蔵

2015年4月17日(金)
～5月31日(日)

5月4日(月・祝)は開館／5月7日(木)は休館致します
一般／900円 高大生／600円 中学生以下無料
愛知県美術館 ☎052-971-5511 休館日／月曜日

②ボストン美術館 華麗なるジャポニスム展

初期ジャポニスムを代表するクロード・モネの大作《ラ・ジャボネーズ》はじめ、ボストン美術館の所蔵品より厳選された絵画、版画、素描、写真、工芸など148点紹介します。



開催中～5月10日(日)
一般／1,300円
高大生／900円
中学生以下無料
名古屋ボストン美術館
☎052-684-0101
休館日：月曜日(祝・休日の場合は翌日)

クロード・モネ
(ラ・ジャボネーズ(着物をまとったカミーユ・モネ)) 1876年
1951 Purchase Fund 56.147
Photograph © 2015 Museum of Fine Arts, Boston.

③若林奮 飛葉と振動

若林奮(わかばやしいさむ)1936～2003)は20世紀後半の日本を代表する彫刻家です。本展では、彫刻のほか、素描や模型、資料類を交えて、最も重要な主題である「庭」をめぐる作品から作家の生涯にわたる創作の歩みを紹介します。

4月18日(土)～5月24日(日)
一般／1,200円 高大生／800円 小中生／無料
名古屋市美術館
☎052-212-0001



(吉澤和
1980-2000
銅
著者:山本耕)

④特別展 いつだって猫展

今も昔も猫は大人気。ときには美人の魅力をひきたてるマスコットとして、ときには恐ろしい妖怪として、さらには福を招くシンボルとして、猫は変幻自在に江戸の世界を駆けめぐっている。今展では、浮世絵を中心として、江戸後期に巻き起こった「猫ブーム」を紹介。猫好きはもちろん、そうでない人も愛らしくさまざまな顔を見せる江戸猫のとりこになること、請け合い。

4月25日(土)
～6月7日(日)
一般／1,300円
高大生／900円
小中生／400円
名古屋市博物館
☎052-853-2655



読者投稿コーナー

「英字新聞に包まれたデージーの花」
岸本 敏子さん(松富団地)



川柳・俳句・写真・イラスト・絵手紙など、どしどしご応募ください。
掲載された方には、商品券(1,000円)を差し上げます。

俳句

旧姓で呼び合ふ友と つくし摘む

六浦美佐子さん(アーバンラフレ鳴海)

【応募方法】

ハガキまたは封書に郵便番号・住所・氏名(匿名希望の方はペンネームもお書きください)・年齢をご記入のうえ、下記応募先までお送りください。消費税増税前の官製ハガキをご使用の場合は、追加で2円切手をお貼りください。※作品は返却できませんのでご了承ください。複数ご応募いただいた場合でも、景品はおひとつとなります。氏名などの書き漏れがあると採用しかねますのでご注意を。

【応募先】

〒461-0001 名古屋市東区泉一丁目22-35 チサンマンション桜通久屋 212 山下企画 こだち編集部
※宛先の最後に、「まちがい探し係」「読者投稿係」「読者ご招待係」と明記してください。
※締切／平成27年5月20日(必着)

旬のレジャー情報

5月

風流屋形船 開催中～5月6日(水)

金華山を背景にして清流長良川に浮かぶ屋形船。船内では季節の彩りを愛でながら宴会が楽しめます。船は1隻ごとの貸切制で、2万円前後とお値打ち。料理コース(料金別)が用意されますが、持ち込みも可。

●会場：長良川河畔
●交通：岐阜バス「長良橋」停すぐ
●問合せ：岐阜市鵜飼観覧船事務所 ☎058-262-0104

うだつの町家の五月節句 4月中旬～5月6日(水)

うだつのあがる古い町並みが残る岐阜県美濃市で、それぞれの町家に伝わる五月人形や節句飾りを展示し、お祝いが行われます。明治や昭和など、さまざまな時代の節句飾りを楽しみましょう。

●会場：うだつのあがる町並みを中心として美濃市一円
●交通：長良川鉄道「美濃市」駅より徒歩15分
●問合せ：美濃市観光協会 ☎0575-35-3660



青蓮寺湖観光村いちご狩り 開催中～5月31日(日)

自然豊かな青蓮寺湖畔でのいちご狩りです。ビニールハウス栽培のため、早い時期から清潔いちごが食べられ、雨天OKなのもうれしい。旬の美味しい時期に、甘く大粒のいちごを堪能しましょう。

●会場：名張市青蓮寺湖観光村
●交通：近鉄「名張」駅よりタクシーまたはバスで約10分
●問合せ：青蓮寺湖ぶどう組合 いちご部 ☎0593-63-7000

赤崎祭り 6月22日(月)

伊勢神宮(外宮)の末社・赤崎神社の伝統行事で、「赤崎さん」として親しまれています。神宮司庁の神事の他、参道には露店が立ち並び大勢の参詣客で大変な賑わいに。浴衣姿で行き交う人も多く情緒豊かです。

●会場：赤崎神社 ●交通：近鉄「志摩赤崎」駅より徒歩5分
●問合せ：鳥羽市観光課 ☎0599-25-1157



クリエーターズマーケット vol.32 6月20日(土)～21日(日)

ファッション、インテリア、アート、手づくり雑貨などが大集結!プロからアマチュアまで全国約3500人の作家やクリエーターたちによる、オリジナル作品の展示即売会です。つくり手たちとのコミュニケーションもぜひ楽しんで。

●場所：ポートメッセなごや2.3号館
●交通：あおなみ線「金城ふ頭」駅より徒歩5分
●問合せ：有限会社ピータ ☎052-221-0036

有松絞りまつり 6月6日(土)～7日(日)

江戸時代より受け継がれてきた伝統工芸・有松絞りの魅力を堪能できるお祭り。絞りの実演・体験・展示・パレード・町並みツアーや出し飾りなど、盛りだくさんの内容です。古い建物も一見の価値アリ。

●会場：東海道有松地区一帯
●交通：名鉄名古屋本線「有松」駅から徒歩5分
●問合せ：有松・鳴海絞り会館 ☎052-621-0111

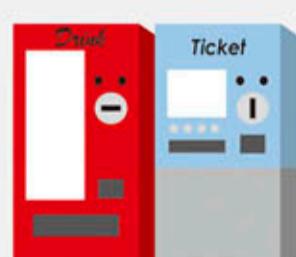


知っトク納トク 雑学手帖

ふだんは気に留めなくても、
知って“なるほど!”と納得できる。
役に立つかはわからないけど、
ちょっとトクした気分になれる。
そんな暮らしの雑学です。

コインの投入口にはヨコ型とタテ型がある

ジュースの自動販売機や駅の切符売場にあるコイン投入口。実はタテ型とヨコ型があるって知ってました? タテ型はコインの落下速度が速いので、混雑する乗車券売場などスピードが要求される場で採用されています。それに対してヨコ型はゆっくり滑り落ちるので時間がかかりますが、タテ型に比べてコインの識別装置を小さくでき、内部スペースを節約できるメリットが。冷却装置や保温装置を内蔵する上、よりたくさん商品を入れたいジュースなどの自動販売機には、ヨコ型が多く取り入れられているのです。



編集後記

新年度がスタートし、気持ちもリフレッシュ! 装いを新たにした「こだち」では、春の訪れを実感できるお花の名所を特集しました。お弁当を持ってのんびりとピクニック気分で出かけるのもいいですね。近所の公園や花壇の見慣れた景色にだって、いつもと違う発見がありそうです。

必ずお読みください。お申し込みをもって、当社の個人情報の取り扱いに同意したものとさせていただきます。

【お預かりした個人情報について】○お預かりした個人情報は、山下企画からのプレゼントの発送、本誌への掲載、アンケートの集計、お知らせなどに利用させていただきます。○ご本人の承認がない限り、登録された個人情報を上記の目的以外に利用したり、第三者に提供したりいたしません。ただし、入力業務などで個人情報を第三者に依頼する場合は、当該委託先及び秘密を保持させるための監督を行います。○個人情報のご提供は任意ではありませんが、ご提供いただけない場合、上記目的を達成できない場合があります。○ご本人が自己的個人情報について、通知・開示・訂正・追加・削除・利用停止・提供停止を希望される場合は左記のお問い合わせ先にご連絡ください。

お問い合わせ先▶山下企画 こだち編集部 TEL 052-972-6581 FAX 052-972-6581