

コソウテUR

子育てタウン・ちよっぴり自慢

朝倉

愛知県知多市

知多半島北西部に位置し、人口は約8万6,000人。沿岸は発電所や製油所などで形成される臨海工業地帯で、内部は農業が盛ん。佐布里池の梅林や海水浴場である新舞子マリンパークなどの観光資源、県内最古級の岡田簡易郵便局をはじめとする文化財に恵まれている。



さまざまな遊びを通して自然に英語と親しむ



2歳児の「英語で遊ぼう」。歌いながら楽しくダンス



経験豊富なスタッフがきめ細かく指導

愛知県知多市にある「UR朝倉団地」は、総戸数1,191戸を擁する広大な団地。その敷地内に、子どもたちの明るい声が絶えない一角があります。年少さんに進む前の0歳から2歳までの未満児を預かる「ゆめ保育園」です。淡いバスTEL調の内装はアットホームな雰囲気、元々銀行だった建物だとは想像もできません。

ここでは絵本・手遊び・歌・踊りなどの英語遊びに力を入れているのが特徴。毎週サイヤ先生の指導で英語に親しむ時間を、園児たちは心待ちにしています。「0歳児から始めるので、りんごより先にアップルが出る子もいます。それもきれいなネイティブの発音で」と園長の渡邊先生は目を細めます。耳が鋭く言語機能が発達するこの時期、週一回でも積み重ねは大きいといいます。

園児は現在28名、少人数ならではの行き届いた保育と、保護者がいつでも気軽に子育て相談ができる開かれた環境が持ち味です。「愛着関係を形成する大切な時期だけに、全職員がご家族と一緒に一人ひとりの健やかな成長をサポートするという共



いつも明るい渡邊まや園長

英語も愛情も0歳から体いっぱい浴びてすくすく

認可保育園 ゆめ保育園
(NPO法人フレマクラブ)

通園を持つています」と渡邊園長。それは保育士さんにとどまりません。「みんな美味しく食べているかな」。給食の時間には、調理師さんたちが園児の顔が見えるところから温かく見守ります。

団地内には公園も多くお散歩に最適。行き交う住民は園児を見かけると、笑顔で声をかけてくれます。地域に支援される理想的な子育て環境が、ここでは健在でした。



0歳～1歳児の「英語で遊ぼう」。膝に抱かれながらも集中力は抜群

ここも自慢!

地域が担う細やかな国際親善

朝倉団地に住む竹内綾さんが代表を務める「ちたビジョンプロジェクト」。平成25年にURの支援を得て、団地の1階店舗内に拠点を開設。外国にルーツを持つ子どもたちやその親を対象に、様々な取り組みを行っています。そのひとつが、学習支援施設「TERAKOYAエスヘランサ」。月・木の週2回、小1～小4の児童を対象に、宿題支援や放課後の居場所づくりを担っています。

元々国際教育に関心があつたという竹内さん。イギリスで専門教育を受けて地域活動の大切さを実感し、このプロジェクト



代表の竹内綾さん(右端)とお母様のあつ子さん(右から3番目)を、退職教員などが力強くサポート

今号の団地紹介

明るい笑顔が
モットーです。

左からゆあ〜メイトの
古山知子さんと西村知美さん



朝倉 総戸数/1,191戸



広々とした敷地内には商店街・郵便局・保育園・デイサービスがあり、幼稚園や小学校も隣接。徒歩圏内に大型ショッピングセンターやスーパー、コンビニも数多く点在し、生活利便性に恵まれています。敷地内のバス亭から「朝倉」駅までは約5分。

●朝倉
【所在地】愛知県知多市つつじが丘1-14 他
【交通】名鉄「朝倉」駅より知多バス「つつじが丘2丁目」停下車1分

を立ち上げました。長く教師を務めたお母様のあつ子さん、頼もしいスタッフとして活躍中。他にも退職教員や大学生などがボランティアでサポート。「皆さんのスキルを活かしながら、地域課題を解決していきたいですね」と竹内さんは語ります。

集まった子どもたちで活気づく室内。真剣に取り組みむ子もいれば、元気が有り余って騒いでしまう子も。集中すべき時には、あつ子先生がビシッと引き締めます。一人ひとりの個性や多様性を尊重しながら、規律や協調性もきちんと教える。子どもたちにもその思いは伝わっているようです。「ここを巣立った子が手伝いに来てくれることもあつて、人材の循環を感じますね」と竹内さん。子どもたちの心に寄り添いながら、団地が担う細やかな国際親善です。

8 旬の
レジャー情報
読者ご招待
読者投稿コーナー
知トク納トク雑学手帖
まちがひ探し



7 お悩み解消!家事サポーター
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 住まいセンターだより
氏名や家族構成の変更は必ず届け出を
水漏れしたら速やかに連絡を

5 4 おでかけ日和
散歩記
食べて遊んで憩える、道の駅・
ハイウェイオアシスへGO!



3 見守りサービスの受付を
はじめました。
電力の小売り全面自由化について
お手軽おつまみ

2 是枝裕和監督作品
「海よりもまだ深く」

Contents

是枝裕和監督作品 『海街diary』『そして父になる』

海よりもまだ深く

原案・監督・脚本・編集：是枝裕和

阿部 寛 真木よう子 小林聡美 リリー・フランキー 池松壮亮 吉澤太陽 / 橋爪 功 樹木希林

配給：ギャガ ©2016 フジテレビジョン パンダイビジュアル AOI Pro. ギャガ

5.21sat
全国ロードショー



監督 是枝裕和

台風の夜に、偶然ひとつ屋根の下に集まった元家族。
夢見た未来と、少しちがう今を生きる大人たちへ贈る感動作。

STORY

笑ってしまうほどのダメ人生を更新中の中年男、良多(阿部寛)。15年前に文学賞を1度とったきりの自称作家で、今は探偵事務所勤めであるが、周囲にも自分にも「小説のための取材」だと言い訳している。元妻の響子(真木よう子)には愛想を尽かされ、息子・真悟の養育費も満足に払えないくせに、彼女に新恋人ができたことにショックを受けている。そんな良多の頼みの綱は、団地で気楽な独り暮らしを送る母の淑子(樹木希林)だ。ある日、たまたま淑子の家に集まった良多と響子と真悟は、台風のため翌朝まで帰れなくなる。こうして、偶然取り戻した、一夜かぎりの家族の時間が始まるが――。

(4月未発刊のUR PRÉSÉNTS「海街diary」より転載)

「本作は、東京都清瀬市の清瀬旭が丘団地を主な舞台にしています。ここは、僕が9歳から28歳まで20年近く住んでいた団地で、実際に暮らしていたのと同じ間取りの3DKの部屋で撮影しました。なぜ団地で撮りたかったのか？ 今、団地はいろいろな形で変化してきていると思います。リノベーションやリニューアルされた団地があり、単身者が多く住むようになっていく。団地もある。さまざまな意味で僕の記憶と変わってきつつあって、いま撮らなければ、僕が子供の頃に観た風景がなくなってしまうという思いがありました。団地は、はたから見るととても人工的に見えるかもしれませんが、思い出される情景はすごく芳醇です。友達と語り合った遊歩道やベンチ、駐輪場や階段の踊り場、ベランダから見える風景……公園の滑り台だけでも、いくつでも語れます。そうして、僕をつくってくれたひとつひとつへの感謝の気持ちを込めて、大切に撮りました。この映画をみていただければ、団地に住んでいる人や、かつて住んだ人は、「そうそう、団地の暮らして、こういう面白さがあったよな」「自分もこんなことしたな」と、それぞれが自分の中にある団地経験を蘇らせてもらえるのではないのでしょうか。また、団地暮らしをしていない人は、自分の故郷に置き換えながら見ることが出来ると思います。そういうエピソードをふんだんに盛り込んだつもりなので、そのへんもぜひ楽しんでいただければうれしいですね。」



本作は、是枝裕和監督が20年近く住んでいた、東京都清瀬市の清瀬旭が丘団地で撮影されました。

UR都市機構パートナー事業者
Tateyama

見守りサービスの受付をはじめました

そっと、見守る

見守りサービス

ひとり暮らしの
高齢者は不安…

誰が見守ってくれる人が
欲しいな…
もしもの時、
誰かに気づいて
もらえるかなあ…

ひとりで大丈夫がしら…
なにかと心配だわ…

誰が見守ってくれる人が
いればいいのに…

離れて暮らしている
家族も不安…

なにかと不安

そんな不安を解消!

安否センサー

お財布にやさしい

外出センサー

ストレスフリー
(気にならない)

操作不要でかんたん

見守りサービスは、コールセンター（UR都市機構パートナー事業者）が安否通報を受信したときに、お客様に電話確認し、必要に応じて緊急連絡先に電話連絡を行うサービスです。詳しくは、UR都市機構の住まいセンターなどでお渡ししています「見守りサービス利用規程」をご覧ください。

センサー機器

安否センサー・外出センサーが
お客様の活動を見守ります。外出
についても自動で判定します。



安否センサー



外出センサー

コールセンター

安否通報を受信したときは、ベテ
ランのスタッフが電話確認などを
行います。



(イメージ)

お客様

安否センサー

コールセンター

①安否通報

②電話確認

③電話連絡

④状況確認

緊急連絡先など

料金
初期料金 6,590円(税別)
利用料金(月額) 900円(税別)

※約3年に1回の電池交換が必要となり、別途料金が必要です。
(2,400円(税別)/3台)

※見守りサービスは、お客様の救助や救命を約束するものではありません。
※見守りサービスは、UR賃貸住宅の借主の方ならどなたでも申し込みできます。
(一部、サービスを提供できない住宅がありますので、ご了承ください。)

電力の小売全面自由化について

平成28年4月より電力小売全面自由化がスタートしました。

これまで、家庭向けの電力の契約は地域ごとの電力会社との契約でしたが、自由化により電力会社や料金メニューを消費者が選択することが可能となります。

皆様がお住まいの住宅における電気につきましても、皆様のライフスタイルや目的に沿った電力会社や料金メニューを皆様自身で選択することが可能となっています。

ここでは、電力小売自由化に関する問い合わせ先などについてご紹介させていただきます。

電力小売自由化について知りたいときは

経済産業省
ウェブサイト

エネ庁 電力小売自由化

検索

http://www.enecho.meti.go.jp/category/electricity_and_gas/electric/electricity_liberalization/

消費者庁
ウェブサイト

消費者庁 電力小売自由化

検索

http://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_research/price_measures/electricity_liberalization.html

電力自由化専用
ナビダイヤル

0570-028-555 電話受付時間 9:00～18:00
(土日祝日、年末年始を除く)

契約トラブルやクーリング・オフ等の相談

消費者ホットライン

説明と契約内容が
違う気がする…

クーリング・オフの
仕方を教えて



い や や
1 8 8

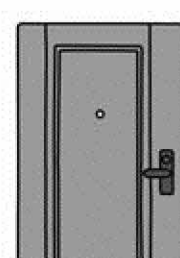
電話番号3桁を押してください。
お近くの自治体の窓口を御案内します。

玄関・集合ポストへの表札掲示のお願い

入居の際にお配りしている「住まいのしおり」でもご案内しているところですが、玄関扉脇に表札を出されていない方は、氏名の入った表札の掲示をお願いいたします。

また、集合郵便受箱に氏名の表示をされていない方は、郵便物が正しく配達されないこともありますので、併せてご確認ください。

表札を掲示することで、ご近所の安心や団地内のコミュニティの充実につながります。実施をされていない方は、ぜひこの機会にご協力いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。



玄関・
集合ポスト
に必ず掲示を

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!



食べて遊んで憩える、道の駅・ハイウェイオアシスへGO!

全国に広がりを見せる道の駅やハイウェイオアシス。東海地区だけでも優に100ヶ所以上を数えます。ご当地グルメに産直市場、絶景の温泉、遊園地とお楽しみの宝庫。今やドライブ中の休憩地点にとどまらず、おでかけの目的地へと存在感を増しています。そんな身近な観光地へ、今度の休日ちょっと足を伸ばしてみませんか。

① 河川環境楽園 オアシスパーク(岐阜/各務原市)

自然豊かなパーク内はグルメに遊具に楽しみ方無限大

一般道からも高速道からも入れるレジャー施設として不動の人気を獲得。美味しい焼き立てパンをはじめ、鶏ちゃん唐揚げ、高山ラーメン、飛騨牛串焼きなどのご当地グルメや、岐阜のおみやげが充実しています。また360度の大パノラマを一望できる大観覧車、冒険心をくすぐるアトラクションなど、大人も子どもも一日中楽しめる施設が満載。これからの季節はバーベキューや水遊びもおおすすめです。

【所在地】岐阜県各務原市川島笠田町1564-1 ☎0586-89-6766

【交通】車:東海北陸自動車道「川島PA」より直接入園、一般道の場合は岐阜市内より国道21号経由で約30分
公共交通機関:JR・名鉄「岐阜」駅からバスで平日は「川島笠田」下車徒歩15分、土日祝は「河川環境楽園」下車
【営業】9:30～22:00 ※季節により異なる
施設点検日は休園(要確認)

10コースの中から好きなミッションに挑戦できる「お宝探偵団」



ランドマークの観覧車が青空に映える



水路や芝生に囲まれた園内は開放感いっぱい



水を使った楽しい仕掛けのある「夏の遊び場」



「あおぞらベーカリー」では焼き立てパン、バスタなどのフードメニュー、スイーツが充実

② 道の駅 立田ふれあいの里(愛知/愛西市)

レンコングルメが自慢の美味しく楽しい道の駅

レンコンの名産地として知られる愛西市で、尾張地方初の道の駅として誕生。地元産の新鮮な農産物を販売する産直施設やパン工房、飲食施設を備え、交流や憩いの場としても人気を呼んでいます。とりわけお弁当・ライスバーガー・パン・麺類・ソフトクリームなど個性豊かなレンコン尽くしのグルメが堪能できるのが魅力。名古屋都心部から車で約30分とアクセスも良好です。
【所在地】愛知県愛西市森川町井桁西27 ☎0567-23-1011
【交通】車:長島ICおよび弥富ICから10分
公共交通機関:名鉄西線「佐屋」駅から徒歩30分
【営業】9:00～18:00 木曜定休



菰野町のメインストリート・湯の山街道(国道477号)沿いに位置



地域の美味しいモノが大集合



産直部会の皆さんが育てた新鮮な野菜や季節の花を販売



地元の観光スポットや道路情報を提供する観光情報室

津島

名鉄「津島」駅に隣接し名古屋駅へ直通24分。銀行・郵便局・スーパーなど駅前ならではの利便性が魅力です。

●所在地/津島市鶴浪町2-1-2 他
●アクセス/名鉄「津島」駅より徒歩1分



レンコン尽くしの「あいさい弁当」はレストラン立田の看板メニュー



衛生的なパン工房で焼かれるレンコンパンは必食



菰野陶芸村で活動する作家の作品も販売



夏場を除き限定販売される草餅ははじめ各種マコモ商品が充実

③ 道の駅 菰野(三重/菰野町)

生産者の顔が見える商品のみを扱うこだわり

麺類・漬物・お茶・味噌・菓子から石灯籠に万古焼き製品まで、町内で生産・製造加工された商品のみを販売。品質の高さで知られる菰野茶や、町名の由来とされるイネ科の多年草マコモの入った特産品が人気です。土日祝に限定営業する「マコモの里」(11:30～16:00)では、マコモを使ったクロquette・麺・カレーなども味わえます。

【所在地】三重県三重郡菰野町菰野2256 ☎059-394-0116

【交通】車:東名阪「四日市」ICより国道477号を湯の山方面へ15分
公共交通機関:近鉄湯の山線「菰野」駅下車3分

【営業】9:00～18:00(4～10月)、9:00～17:00(11～3月)年末年始休み

その昔、僧兵のスタミナ源だった味噌鍋を味わうための「僧兵味噌」

夏場を除き限定販売される草餅ははじめ各種マコモ商品が充実



知立

知立市内の静かな住宅街に位置。小学校や商店街などの生活利便施設が敷地内に充実しています。

●所在地/知立市昭和9-2 他
●アクセス/名鉄「牛田」駅より徒歩10分



④ 刈谷ハイウェイオアシス(愛知/刈谷市)

全国4位の集客力を誇る充実の施設とサービス

話題の遊園地やテーマパークを押さえ、全国4位の入場者数を記録(2014年度/総合ユニコム刊 レジャーランド&レクパーク総覧2016より)。愛知・三重・静岡を結ぶ伊勢湾岸道の「刈谷パーキングエリア」と直結し、高速からも一般道からも利用できます。バラエティ溢れるフードコート、ミネラル豊富な天然温泉、新鮮な野菜や魚介類の直売場、家族連れに人気のアトラクションなど施設の充実ぶりは群を抜き、どれも格安と評判。旅行客にも地元客にも熱く支持されています。

【所在地】愛知県刈谷市東境町吉野55

☎0566-35-0211

【交通】車:高速伊勢湾岸道「刈谷PA」から直結。県道54号線(豊田知立線)すぐ

公共交通機関:JR東海道線・名鉄三河線「刈谷」駅より刈谷市公共施設連絡バス(無料)で「刈谷ハイウェイオアシス」停下車
【営業】施設により異なる



人気メニューの「ふわとろ卵のチキンオムライス」



高さ60mの観覧車では約12分の空中遊覧が楽しめる。夜は7色のイルミネーションが点灯。手前は水遊びができる「ジャブジャブ・ミスト噴水」



「産直市場おあしすファーム」には、地元の採れ立て新鮮野菜や魚介類が並ぶ



「天然温泉かきつばた」では内湯・露天・豊湯など多彩なお風呂が楽しめる



デラックストイレ(女性側)はソファアセットを備えたくつろぎの空間

⑤ 道の駅 瀬戸しなの(愛知/瀬戸市)

焼そばからスイーツまでご当地グルメを堪能

「産直とれたて市場」では地元産の新鮮野菜や、瀬戸豚の加工食品、オリジナルのロールケーキ、もちり食パンなどを販売。せともの器で職人ごはんが味わえる「せとめし食堂」では、瀬戸焼そばや瀬戸豚かつ丼、自然とろろそばなどのご当地グルメを堪能できます。隣接する品野陶磁器センターで、窯元直販の製品を買い求めることも。

【所在地】愛知県瀬戸市品野町1-126-1 ☎0561-41-3900

【交通】車:東海環状道「品野」ICより国道363号を尾張瀬戸駅方面へ5分

公共交通機関:名鉄瀬戸線「尾張瀬戸」駅下車、タクシーで約15分。または品野方面バスで「品野坂上」停より徒歩5分。
【営業】9:00～18:00、食堂は9:00～16:00
年末年始休み



醤油ベースの豚の煮汁で味付けされた瀬戸焼そばは地元の名物



2011年、品野陶磁器センター敷地内に建設された新しい道の駅



周年イベントとして開催される軽トラ市

⑥ どんぐりの里いなぶ(愛知/豊田市)

稲武の山里が育んだ美味しさと出の出会い

施設造成時に発掘された縄文時代の地層の中から、備蓄食料のどんぐりが見つかったことが駅名の由来。愛知・岐阜・長野へもアクセス良好で、休日は多くの人で賑わいます。天然温泉「どんぐりの湯」と、新鮮野菜・焼き立てパン・地元産品などが並ぶ「どんぐり横丁」で構成。稲武産米「みなあさひ」を使ったオリジナル商品が評判です。ぜひ午前中からお目当ての品をゲットしましょう。

【所在地】愛知県豊田市武節町針原22-1 ☎0565-82-3135

【交通】車:国道153号線「豊田勘八」ICから約45分
公共交通機関:名鉄「豊田」駅からおいでんバス「浄水」駅から「足助」経由「どんぐりの湯」下車

【営業】どんぐり横丁/平日:9:00～17:00、土日祝日:9:00～18:00
※4～11月無休、12～3月は水曜定休(祝日の場合は翌日)、6月14・15・16日(設備点検日) どんぐりの湯/平日:10:00～21:00(最終受付20:00)、土日祝日:9:30～21:00(最終受付20:00)
※木曜定休



みなあさひの米粉入りリンはしっとりやさしい食感で、いつでも食べられそう



奥三河の山々を眺めながら天然温泉でゆったり



米粉入り末広うどんと古代米入り山菜おこわの「横丁セット」



特産品ブルーベリーと三河赤鶏の鶏肉を使用した「ブルーベリーカレー」

「みなあさひは甘味があって美味しいですよ」と温泉課長の高木田さん

保見

なだらかな丘陵地に広がる敷地内には幼稚園や診療所も併設。メゾネットはじめ豊富な間取りが特徴です。

●所在地/豊田市保見ヶ丘5-1-1 他
●アクセス/名鉄「浄水」駅下車、とよたおいでんバス8分「東保見」ことも園前」停より徒歩1分



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。



じゃこ入り卵焼き

いわしの稚魚を塩茹でして干したじゃこは、便利な常備菜。丸ごと食べられる魚はビタミンやカルシウムの宝庫です。

【材料】(2人分)

卵…2個 じゃこ…小さじ2
ねぎ…適量 砂糖…小さじ2/3
醤油…小さじ1/2～2/3
ゴマ油…小さじ1

【作り方】

①じゃこをフライパン(できればテフロン加工)で軽く炒める。
②ボールに卵を割りほぐし、①と小口切りにしたねぎ・砂糖・醤油を加えて混ぜ合わせる。
③①のフライパンにゴマ油を熱して②を流し入れ、半熟状になったら大きく混ぜ、巻き込むように片側へ寄せながら焼く。

※卵はかき混ぜすぎるとコシがなくなるので注意。巻き込まず広げて大きく混ぜ、全体に焼き色をつけるだけでもOKです。

住まいセンター だより

電話番号はくれくれもおかけ間違いのないよう
おねがいします。

名古屋住まいセンター
☎(052) 332-6711

大曽根住まいセンター
☎(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

年度の変わり目に再確認を！

氏名や家族構成の変更は必ず届け出を！

家族構成や居住資格などに変更があったら、必要な手続きを行いましょう。
うっかり放置しておくと、不正入居や資格喪失などの問題に発展する場合があります。
ご注意ください。

氏名が変わったら『氏名変更届』を。

契約名義人が結婚したり、養子縁組などにより氏名が変わった時には、『氏名変更届』
が必要となります。この届出がないと、家賃の収納等が滞納とされたり、他人が住んでい
ると誤った通報がなされるおそれもあります。

思わぬトラブルに遭わないためにも、『氏名変更届』に必要書類を添付して、管理サー
ビス事務所または住まいセンターに提出してください。うっかり忘れないうちに、速やか
な手続きをお願いします。

【必要書類】

- 氏名が変更されたことが確認できる書類
(全部事項記載の住民票の写し又は戸籍謄本)
- 賃貸借契約書
- 入居者名簿



家族構成が変わったら『同居届・家族変更届』を。

「郷里の母を呼んで一緒に住みたい」など、入居時に届出のない家族との同居は『同居届』
が必要です。届出がないと同居の認定がされず、名義継承が認められない場合が
あります。そこで、『同居届』に同居者の氏名・同居の理由などを記載し、契約者と同居者
の親族関係が証明できる戸籍謄本等を添付して、管理サービス事務所または住まいセ
ンターに提出してください。

結婚等による家族の転出で家族構成に変更があった場合は、『家族等変更届』が必要
です。転出する家族の氏名・転出の理由などを記載し、管理サービス事務所または住ま
いセンターに提出してください。

【注意すること】

- 同居が認められるのは、親族(配
偶者・6親等内の血族および3親
等内の姻族)に限定。知人・友人な
どは一切不可。



漏水事故にご注意！

水漏れしたら速やかに連絡を

集合住宅での水漏れは、階下などに大きな被害をもたらすことがあります。
住宅内の水の扱いには十分気をつけましょう。

住宅内で防水された場所は浴室だけです。キッチン・洗面所・玄関・バルコニーなどで水を使う際には
十分ご注意ください。漏水の原因で特に多いのが、洗濯時に給水ホースが外れて水があふれるケースです。洗
濯機を使う前に給水ホースと水栓を専用金具でしっかり固定し、外れないことを確認してください。

また、工事や事故での断水時に蛇口を開けたまま忘れてしまい、給水再開時には辺り一面水浸しだっ
たという話も…。普段から確実に蛇口を閉める習慣をつけましょう。不注意で階下に水漏れさせると、謝
罪と同時に補修費や損害賠償負担が生じます。万が一水漏れを起こしたら、速やかに下階の住戸へ連絡
するなど迷惑のかからないようにしましょう。



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25日(月)が振替日
となりますので4月22日(金)までに確認を
支払い期日が末日の方…5月2日(月)が振替日と
なりますので4月28日(木)までに確認を

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(水)が振替日
となりますので5月24日(火)までに確認を
支払い期日が末日の方…5月31日(火)が振替日
となりますので5月30日(月)までに確認を

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します。これで今日から家事の達人?

お悩み

冷蔵庫の中をスッキリさせるには?

回答

7割収納で
モノの指定席を決めましょう

いつの間にかゴチャゴチャになる冷蔵庫。奥のモノを取り出すのにひと苦労していませんか。食品の鮮度を保つためにも節電のためにも、冷蔵庫は7割収納がベスト。セールだからといって買い過ぎは禁物です。また早目に消費したいものはなるべく目につく場所に置きましょう。見やすく取り出しやすくするには、モノの指定席を決めること。ペットボトルなど細長いモノは寝かせて最上段に、常備菜などは中段、料理の入った鍋など重さのあるモノは下段収納がおすすめです。ジャムやバターなど同時に使うものはまとめてカゴに入れば取り出しやすく、そのまま食卓に出せて便利。収納時には、ライトや冷気の吹き出し口を塞がないよう注意しましょう。



おいしさUPのツボ

同じ食材でも切り方や調理手順・保存法などによって味に差が…。知っておいて損はないおいしさUPの秘訣をご紹介します。

煮物の味をしっかりと染み込ませるには

じゅわ〜と味が染みた煮物をつくりたいのに、なぜかいつもぼやけた感じになってしまう…。そんな方はいくつかのコツを知っておくといいかも。まずは切り方。ジャガイモ・ニンジン・ゴボウなど硬めの野菜は繊維を断ち切るよう乱切りに。大根は十字に隠し包丁を。こんにゃくは手でちぎりフォークで数カ所穴を開けます。次に味付け。調味料は以前この欄でも紹介したように、「さしすせそ」の順に。最初に入れるより、ある程度火が通ってからの方が味がよく染みます。最後に火の通し方。材料全体に煮汁が行き渡るようぜひ落とし蓋を。煮物は熱する時より冷える過程で味が染み込むため、前日につくり置きして食べる時に温め直すのも一案です。

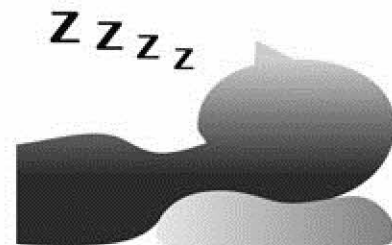


元金ゼロで健康習慣

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。

高枕は二重あごの原因に?

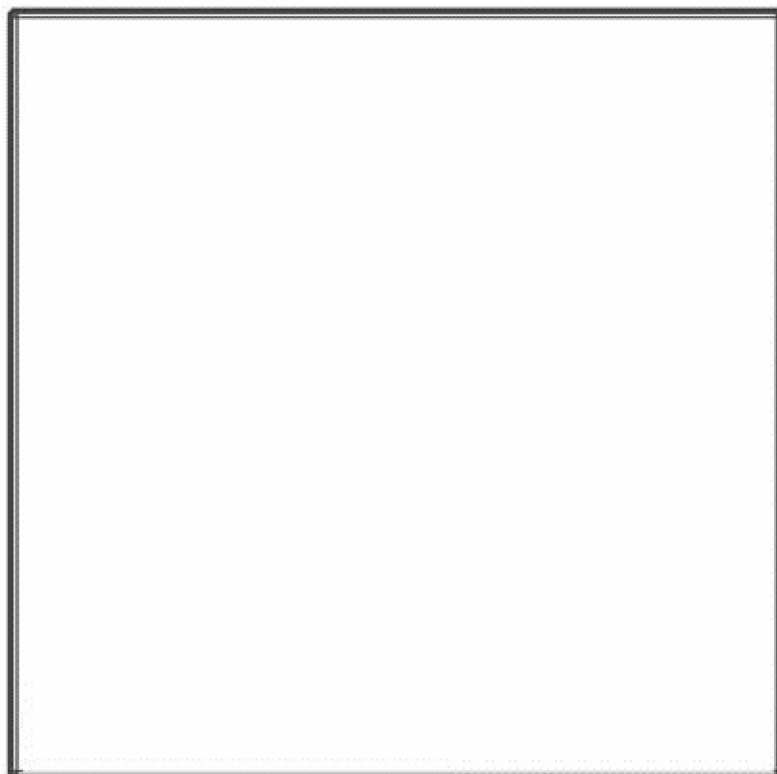
高い枕じゃないと眠れないという人、結構いますよね。でも高過ぎる枕を使用していると、頸椎が圧迫されて頭痛や肩こり、イビキの原因になります。また首に皺が寄ったり二重あごにつながることも。とはいえ低過ぎる枕は、頭部に血流が下がって寝付きが悪くなったり寝違えやすくなります。理想は立っている時の姿勢をそのままキープできる高さ。枕は本来、頭ではなく首を支えるもの。肩口が枕に当たるくらいに深めに頭を乗せ、隙間をつくらずに後頭部・首・肩の3点で支えるようにしましょう。



住まいに安心・便利をプラス

年に一度はプロの手で
完璧クリーニング

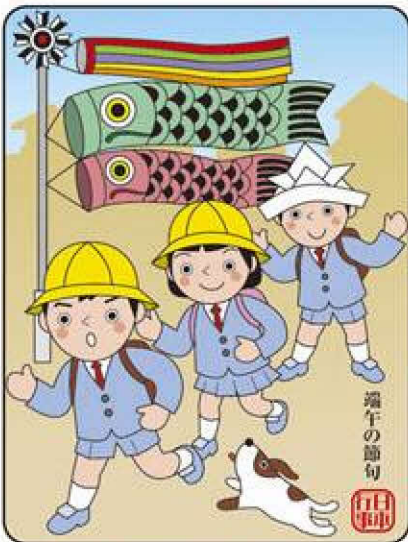
新年度を迎え気分も一新。お部屋の隅々までキレイになったら気持ちいいですね。でも普段のお手入れでは落としにくい手強い汚れもあります。エアコンのカビ、レンジフードの油汚れ、排水口のヌメリ、トイレの黄ばみ、窓ガラスや網戸の水コリ、コンロ周りの焦げ付きなどなど…。溜まり溜まった汚れは年に一度、プロの手でパーフェクトクリーニングしてもらう方法も。専門の器材や薬剤を使い、目に触れない箇所まで徹底的に洗浄してもらえます。これで部屋全体が明るく爽やかな印象になりますよ。



読者プレゼント

読者プレゼント ますがい探しクイズ

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!

※ 正解者の中から抽選で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・本紙こだちへのご意見・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・F・H・J」でした。(応募総数128通、内正解者124名)

催事ご案内 読者ご招待

① 黄金伝説展

本展は、先史から有史にむかうまでの時代、トラキア、エトルリア、ギリシャ、ローマといった、地中海と黒海地域に花開いた古代文明の金製品に焦点をあててご紹介いたします。中でも、今から6,000年以上前に作られ、ブルガリアのヴァルナで出土した世界最古の金製品は、大きな見どころの一つです。発見された出土状態のまま復元展示し、世界でも類のない古代遺跡の一端をご観覧いただけます。



リナキョリシユテ遺跡(紀元前4世紀〜紀元前3世紀)金、ブルガリア、バネキョリシユテ出土・プロヴァディア考古学博物館
Photographs: Regional Archaeological Museum-Ploudiv, Bulgaria

開催中〜5月29日(日)
一般/1,400円
高大生/1,100円
中学生以下/無料
愛知県美術館
☎052-971-5511
休館日/月曜日

② 生誕130年記念 藤田嗣治展 東と西を結ぶ絵画
日本の近代洋画を代表する画家、藤田嗣治の生誕130年を記念する展覧会。日本とフランスの二つの国で活躍し、油絵に日本の技法を取り込むことによって新たな表現を生み出した藤田嗣治の芸術を紹介いたします。



4月29日(金・祝)
〜7月3日(日)
一般/1,400円
高大生/900円
中学生以下/無料
名古屋美術館
☎052-212-0001
休館日/月曜日(5月2日を除く)

④ 恐竜・化石研究所

化石はどのように見つかり、発掘され、研究されるのでしょうか。恐竜をはじめ太古の生物たちが化石になっていく不思議と、化石研究のおもしろさを知っていただくために、意外な(?)化石を多数展示します。



開催中〜6月12日(日)
休館日=毎週月曜日
(5/2は開館)と4/15、5/10、5/20
一般/1,400円
高大生/800円(要・学生証)
小中生/500円
名古屋科学館 ☎052-201-4486

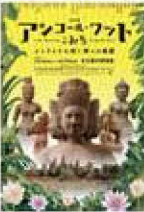
③ ルノワールの時代 近代ヨーロッパの光と影
本展はボストン美術館のコレクションを中心に、油絵、版画、写真の89作品で近代ヨーロッパ生活を紹介します。芸術家たちを惹きつけた風景とそこに暮らす人々の光と影。ルノワール、モネ、ミレー、ドガ、ゴッホらが描く「都市と田園」の魅力をお楽しみください。



開催中〜8月21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(巡回・展替日の場合はその翌日)
ビエール・オーギュスト・ルノワール
(「ダンスのダンス」)1883年
Photograph (c) 2016 Museum of Fine Arts, Boston

⑤ アンコール・ワットへのみち インドシナに咲く神々の楽園

9〜15世紀に東南アジアのインドシナ半島に栄えたアンコール王朝。その文化は、世界遺産アンコール・ワットをはじめとする、密林に埋もれて発見された驚異的な石造寺院と華麗な石造彫刻に代表されています。



4月16日(土)〜6月19日(日)
一般/1,300円 高大生/900円
小中生/500円
名古屋博物館 ☎052-853-2655
休館日/月曜日・第4火曜日(前日の場合翌平日)、5/2(月)は臨時開館します。

読者投稿コーナー

俳句

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

小寒や 独り住まいの 家帰る
横山弘子さん(アクシオス千種)

<編集後記> 春めきたちは春めきたち

【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ください。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

【応募先】

〒461-0001 名古屋市中区泉一丁目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28年5月20日(必着)

旬のレジャー情報

5月

長良川鵜飼開き 5月11日(水)



1300年以上の歴史と伝統を誇る長良川鵜飼。期間は毎年5月11日から10月15日までと定められています。開幕日には恒例のイベントを開催。夕刻から観覧船が次々と漕ぎ出され、踊り、打ち上げ花火などで華やかなムードに。鵜飼の安全と繁栄を祈願する神事も執り行われます。

●場所:岐阜市淡町周辺 ●交通:JR・名鉄「岐阜」駅から岐阜バス「長良橋」下車徒歩1分 ●問合せ:岐阜市鵜飼観覧船事務所 ☎058-262-0104

第37回赤津窯の里めぐり・第27回しの工房めぐり 5月7日(土)・8日(日)9:00~16:00

瀬戸市の中でも代表的なやきものの産地である赤津地区と品野地区で、ものづくりの伝統を今に伝える窯元が、工房やギャラリーを開放して心のこもったおもてなしをします。作り手との会話を楽しみながら、お気に入りの一品を探しに界限を撤廃しましょう。各会場へは無料回遊バス「せとらんぜ号」が利用できます。

●場所:瀬戸市赤津地区・品野地区 ●交通:名鉄瀬戸線「尾張瀬戸駅」よりシャトルバス運行 ●問合せ:瀬戸市まるとミュージアム・観光協会 ☎0561-85-2730



岐阜城パノラマ夜景 4月29日(金・祝)〜5月8日(日)〜21:30



金華山山頂にそびえる岐阜城は、戦国時代に斎藤道三や織田信長の居城として繁栄。現在の城は昭和31年(1956年)に復興され、岐阜市のシンボルとして親しまれてきました。期間限定で夜間営業され、楼上の展望台から360度の夜景が楽しめます。

●場所:岐阜市金華山山頂18 ●交通:JR・名鉄「岐阜」駅から岐阜バス「岐阜公園・歴史博物館前」下車 ●問合せ:岐阜市役所観光コンベンション課 ☎058-265-3984 ※夏季と秋季にも開催。詳細はホームページか上記問合せ先まで。

6月

絵本作家のぶみ先生とせとちゃんとおそぼう!

6月5日(日)10:00~16:00

160冊以上の絵本を出版し、傑作絵本「ママがおぼけになっちゃった!」で話題の「のぶみ」先生による、小さなお子さま向けワークショップイベントとサイン会(当日絵本を購入いただいた方に限る)のぶみ先生が生みの親である愛知県瀬戸市の看板娘「せとちゃん」も登場し、来場者とふれあいます。

●場所:愛知県瀬戸市「瀬戸蔵」4階 多目的ホール ●交通:名鉄瀬戸線「尾張瀬戸駅」下車すぐ ●問合せ:瀬戸市まるとミュージアム・観光協会 ☎0561-85-2730



夏まつり 6月3日(金)〜5日(日)10:00~17:00(催しにより異なる)



その昔、町のあちこちに登場した涼しげな物売りや見世物、大道芸などが伊勢神宮内宮前のおかげ横丁に集結。「夏の楽しみ、なつまつり」を合言葉に、風鈴や下駄などの屋台・絵付け教室・浴衣レンタル着付けなど多彩な催しが行われます。暑さをしのいだ先人の知恵にならい、一足早い夏を楽しみましょう。

●場所:おかげ横丁一帯 ●交通:伊勢市駅より外宮内宮線「内宮前」行きバス20分神宮会館前下車徒歩1分 ●問合せ:おかげ横丁総合案内 ☎0596-23-8838

あじさいの散歩道 6月1日(水)〜7月17日(日)

四季折々の植物が楽しめる都市公園として、市民憩いの場となっている鶴舞公園。6月の上旬からは葛籠池沿いに西洋アジサイ・ガクアジサイ・ベニガクアジサイなど約2,300株が咲き誇り、「あじさいの散歩道」として訪れる人の目を楽しませてくれます。

●場所:鶴舞公園
●交通:JR・地下鉄鶴舞線「鶴舞」駅より徒歩約1分
●問合せ:名古屋緑化センター ☎052-733-8340



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。

それって商品名だったの

私たちが一般名称として使っている単語には、実は固有の商品名(登録商標)が少なくありません。シャープペンシルは家電メーカーであるシャープの登録商標で一般名はメカニカルペンシル、宅急便はヤマト運輸の登録商標で一般名は宅配便です。まだまだありますよ。(カッコ内は一般名)。ホチキス(ステープラー)、ジープ(四輪駆動車)、万歩計(歩数計)、エレクトーン(電子オルガン)、エスカレーター(自動式階段)、クラクション(ホーン警笛)、ジェットコースター(ローラーコースター)、マジックインキ(油性マーカー)、トレーナー(スエットシャツ)、セスナ(小型軽飛行機)…。あなたはいくつ知っていましたか?



編集後記

今年の桜は満開が少々遅めでしたが、みなさまお花見楽しみましたか。おでかけ日和の日帰り温泉特集、おかげさまで好評でした。やっぱり「ニッポン人にはお風呂」ですね。今号で取り上げた道の駅は、どこも個性豊かで地域の魅力を感じさせます。春のおでかけ候補にぜひどうぞ!

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。○ご本人の承諾がない限り、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委託する場合は、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。○個人情報の提供は任意ですが、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。○ご本人が自己の個人情報について、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下記のお問合せ先にご連絡ください。

お問合せ先▶山下企画 こだち編集部 TEL 052-972-6581 FAX 052-972-6581