

お住まいの
みなさまと
UR都市機構を
つなぐ情報誌

こだも

No.216

2017 6月号
平成29年

コソアテUR

すくすくいきいき

UR ライフ アーバンラフレ鳴海

地域に愛される保育園は どんな時も子どもファースト

すくすく

ひしがらおか
名古屋市 東丘保育園



完成した鯉のぼりの前でスマイル! 兜をウロコに見立てる発想が斬新



「端っこをこう合わせて…」先に完成したお友だちが手助けします



みんな工作が大好き



「ミニ赤ちゃんまつり in ありまつ」で保育園の職員さん所属の劇団(りぼん座)が人形劇を上演 (協力:イオンタウン有松)



有松絞りのタペストリーは
年長さんの卒園制作



お話をうかがった
園長の大野徳子先生

いきいき

朝採れ野菜が繋がりに運ぶ
(アーバンラフレ鳴海自治会)

毎月第2・第4日曜日の朝8時から9時、アーバンラフレ鳴海の団地内商店街の一角に朝市が立ちます。売られているのは近くの桶狭間農協組合員が持ち寄る新鮮な朝採れ野菜。生産者からお値打ちに買えるため住民の皆さんも心待ちにしています。毎回好調な売れ行きです。

出張販売の開始から10年以上。今では農家の方ともすっかり顔なじみに。「年齢を重ねると買い物にも苦労しますが、団地内なら安心。室内にこもりがちなお年寄りが外へ出るきっかけにもなる。今日は誰々さん来てないね」と気遣い合う心も生まれます」と自治会長の竹内俊明さん。皆さん購入後も去り難い様子で、買い物袋を下げたままお話に花を咲かせていました。

防犯の啓発活動にも力を入れるアーバンラフレ鳴海の自治会。2ヶ月に1度、青色パトロールカーにメンバーが同乗し、子どもの下校時の安全を見守ったり、鍵かけの徹底を呼びかけています。高齢化などの課題を抱えながらも、地域のつながりを大切に多様な取り組みを続ける皆さんが、いきいき安心して暮らせる団地づくりに貢献しています。



困りごとがあれば
気軽に声をおかけください。

左からゆあ〜メイトの
長岡小百合さん、上村節子さん

Contents

UR賃貸住宅における計画的修繕のご紹介
知っていますか?見守りサービス
高齢者の方が安心して暮らせるためにご利用できる相談窓口 2

毎月の家賃のお支払いで
Pontaポイントがたまる! 3

遊歩〜記 おでかけ図鑑
並んでも食べたい!ご当地グルメ 4・5
カラダ喜ぶ野菜+(7ラズ)

住まいセンターだより
ダニ・カビ退治で快適住環境
夏休みを前に地域ぐるみで子どもの事故防止対策を! 6
音のトラブルに配慮を

生活応援コーナー
すっきり暮らすワンポイントレッスン
この食材がスゴイ!
今日からできるエコライフ
安心・快適なプチリフォーム 7

最旬! イベント通信
催事ご招待/読者投稿コーナー 8
まちがい探し そうだったのか...!! 雑学のトピラ

高齢者に優しい 出張販売



「今日は何かおすすめ?」生産者との会話も楽しみのひとつ

今号の団地紹介



アーバンラフレ鳴海 総戸数/463戸

●アーバンラフレ鳴海
豊かな緑と歴史ある町並みに
恵まれ、名鉄「有松」駅は徒歩
圏内。駅前の大型ショッピング
センターをはじめ、銀行・スー
パー・各種医院・郵便局・コンビ
ニなどの便利施設が充実。子
育て世帯にも暮らしやすい環
境です。



【所在地】名古屋市緑区鳴海町字尾崎山43-6 他
【交通】名鉄「有松」駅 徒歩12分

UR賃貸住宅における計画的修繕のご紹介

UR都市機構では、賃貸住宅の耐用の延伸を図るなどのための必要な修繕について、修繕周期などの基準を定めて計画的に修繕をしています。これを「計画的修繕」といい、その主な項目、内容を以下のとおり定めていますのでご紹介いたします。

※修繕等項目によっては、建設年度や団地により住宅等の状況、部材等が異なり、修繕等の対象にならない住宅もあります
 ※実際の修繕に当たっては、修繕箇所等を調査・確認し、損耗等の状況を勘案のうえ、緊要度の高いものから実施することとなります
 ※詳しくは「住まいのしおり」をご覧ください

修繕等項目	修繕内容
外壁塗装	概ね18年以上経過したもので、モルタル等の浮き、亀裂等の著しい外壁、共用部分を修繕のうえ、棟単位で全面塗装
屋根断熱防水	概ね12年以上経過したもので、防水層の浮き等が著しく、漏水の恐れのある屋根を棟単位で断熱防水
階段室床等の防水 バルコニー床防水	概ね18年以上経過したもので、モルタル等の亀裂等が著しく、漏水の恐れのある階段室床及びバルコニー床等を棟単位で全面塗膜防水
階段手摺の設置	手摺設置後、建築基準法等による有効幅員を確保可能な階段に安全手摺を設置
手摺等鉄部塗装	鋼製手摺等にあつては、概ね3年以上、外回り建具にあつては、概ね6年以上経過した塗装で、発錆等の著しいものを団地単位で全面塗装
給水管取替	屋外管にあつては、概ね18年以上、屋内管にあつては、概ね25年以上経過したもので、赤水等の著しい管を団地または棟単位で取替
雑排水管取替	概ね18年以上経過したもので、管内腐食等により漏水の恐れのある台所流し用排水管を棟単位で取替
照明器具取替	概ね10年以上経過したもので、機能劣化の著しい共用部分、屋外の照明器具を団地または棟単位で取替
道路等修繕	概ね20年以上経過したもので、舗装のひび割れ等が著しい道路・通路の舗装等の修繕及び側溝等の修繕
集会所の内装等修繕	汚損等の著しい集会所(集会室)の室内塗装等内装修繕
エレベーター設備の改良(耐震対策)	建築基準法に基づく耐震対策及び地震時管制運転装置の設置
エレベーター設備修繕	概ね20年以上経過したもので、腐食等劣化の著しいかご及び三方枠をかご単位で取替または塗装
集合郵便受箱A4判化	汚損・破損等が著しい集合郵便受箱をA4判対応型に取替

共用部分に係るもの

修繕等項目	修繕内容
浴室排気孔等新設	シャワー付風呂釜設置等を希望する住宅について、シャワー付風呂釜設置等に必要となる排気孔等新設
ひる石天井修繕	概ね25年以上経過した住宅で、台所及び台所に隣接する居室等(一室)のひる石天井修繕
浴室扉取替	概ね20年以上経過した木製扉で、腐食等の著しいものをアルミ製建具に取替
鋼製物干金物取替	概ね18年以上経過したバルコニー天井付け鋼製物干金物で腐食等が著しいものをアルミ製(伸縮型)に取替
洗濯排水設備の設置	洗濯排水設備未設置住宅のうち、設置可能な住宅に直接または間接による排水設備を実施
洋風便器の便所にコンセント新設	コンセントのない洋風便器の便所にコンセントを新設
風呂釜等機構管理	風呂釜及び浴槽の修理義務がお住まいの方にあるものについて、その修理義務を部品等を除き都市機構に移行
玄関扉の防犯鎖のドアガード化	玄関扉の防犯鎖のドアガード化
火災警報器の設置	消防法による住宅への火災警報器の設置
住戸内40アンペア化の改修 (住戸分電盤等の改修)	共用部分の電幹線の改修(40アンペア化)が完了した住棟で電圧容量が30アンペアまでの住宅について、お住まいの方の要望により実施 併せて、台所に大型機器用コンセントのない住宅について設置

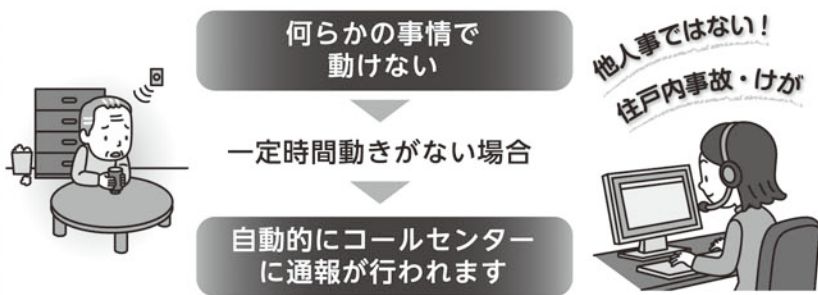
住戸内に係るもの

知っていますか？見守りサービス

見守りサービスは、UR都市機構パートナー事業者：立山科学工業(株)が住宅内に設置する安否センサーからの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。詳しくは住まいセンター等で配布する「見守りサービス利用規程」をご覧ください。

UR「見守りサービス」

見守り機器で日常生活を検知。異常を検知した場合、立山科学工業(株)の「コールセンター」からお客様・緊急連絡先にご連絡をするサービスです。



料金

月額 **900円** (税抜)

・初期費用(事務手数料・機器設置代)として6,590円(税抜)が別途必要です。
 ・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(税抜)/3台)

詳細は、下記住まいセンター等までお問合せください。

高齢者等の方が安心して暮らせるために ご利用できる相談窓口

UR都市機構では、安心して暮らしていくために、下記窓口を設置しています。

住まいセンター等「高齢者等相談員」「生活支援アドバイザー」

住まいセンター等に「高齢者等相談員」を配置し、下記相談等を受付ける他、一部団地では、定期的に団地を巡回し、相談等を受付ける「高齢者等巡回相談業務」を実施しています。また、一部団地管理サービス事務所に同様の案内や相談を受付ける「生活支援アドバイザー」を配置しています。

主な相談内容

- ・UR賃貸住宅の高齢者等世帯を支援する制度の案内・相談
- ・公営住宅窓口の案内
- ・行政の福祉窓口の案内(生活保護・生活困窮者支援相談窓口を含む)
- ・見守りサービスや生活関連情報の提供

【問合せ先】下記住まいセンター等にお問合せください。

営業センター「高齢者相談窓口」

社会福祉士やケアマネジャー等の有資格者を配置しています。

主な相談内容

- ・UR賃貸住宅の高齢者等世帯を支援する制度の案内・相談
- ・UR賃貸住宅周辺の介護・医療・福祉施設やサービスの案内
- ・福祉行政施策等に関する相談
- ・高齢者またはそのご家族の方が抱える不安等に関する相談

【問合せ先】※事前予約制(10:00~12:00、13:00~17:00)

UR八重洲営業センター ☎03-3527-9502 (火・木・土・日)
 UR新宿営業センター ☎03-5990-5820 (火・木・土・日)
 UR梅田営業センター ☎06-6346-3446 (火・木・土・日)
 UR神戸営業センター ☎078-251-4046 (火・土)

お問合せ先はこちら

東京	東京東住まいセンター ☎03-5600-0811	北多摩住まいセンター ☎042-521-1341	東京北住まいセンター ☎03-5954-4611
	南多摩住まいセンター ☎042-373-1711	東京南住まいセンター ☎03-5427-5960	城北住まいセンター ☎03-3842-4611
千葉	千葉住まいセンター ☎043-270-5151	千葉西住まいセンター ☎047-474-1191	千葉北住まいセンター ☎04-7197-5700
神奈川	横浜住まいセンター ☎045-312-1131	神奈川西住まいセンター ☎0466-26-3110	横浜南住まいセンター ☎045-835-0061
埼玉	東埼玉住まいセンター ☎048-941-5311	浦和住まいセンター ☎048-711-7150	西埼玉住宅管理センター ☎049-263-2111
中部 ^注	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	
	千里住まいセンター ☎06-6871-0515	大阪住まいセンター ☎06-6968-4455	泉北住まいセンター ☎072-297-5444
関西 ^注	兵庫住まいセンター ☎078-242-2791	京都住まいセンター ☎075-256-3663	奈良住まいセンター ☎0742-71-2401
	阪神住まいセンター ☎06-6419-4522		
九州 ^注	福岡住まいセンター ☎092-433-8123	北九州住まいセンター ☎093-561-3134	
北海道 ^注	北海道住まいセンター ☎011-261-9277 (営業時間 9:00~17:25)		

●営業時間/月曜日~土曜日(9:15~17:40)
 (北海道住まいセンターを除く)
 ●休業日/日曜日、祝日、12月29日から翌年1月3日まで

※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お申込みできます(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)。
 注・右ページ記載の地域を除く。

毎月の家賃のお支払いで Pontaポイントがたまる!

「URでPonta」



家賃で



ポイントたまる

6/20(火)よりお申込み受付スタート!

- 7月末までに正しくお申込みが完了した場合
→9月分の家賃のお支払いからポイント加算の対象
- 8月以降にお申込みの場合
→正しくお申込みが完了した月の翌々月の家賃のお支払いからポイント加算の対象

家賃500円ごとに
1Pontaポイントがたまる^{※1}

たまったPontaポイントは
Ponta提携店舗でつかえる!^{※2}

家賃のお支払いはこれを機会に便利な口座振替をご利用ください!

「URでPonta(ポンタ)」の詳細またはお申込みはこちら
<https://ponta-ur.jp>



申込書は団地管理サービス事務所、各住まいセンター等でもお渡ししております。

※1 ポイントの加算は口座振替または一時払いによる家賃のお支払いに限ります。
※2 家賃のお支払いなどUR都市機構でPontaポイントのご利用はできません。

北海道	一般財団法人函館市住宅都市施設公社(総合委託) ☎0138-40-3601		
宮 城	宮城県住宅供給公社(総合委託) ☎022-224-0014		
静 岡	静岡県住宅供給公社(総合委託) ☎054-255-4824	静岡県住宅供給公社西部支所(総合委託) ☎053-455-0025	静岡県住宅供給公社東部支所(総合委託) ☎055-920-2271
広 島	広島県住宅供給公社(総合委託) ☎082-248-2272		
和歌山	株式会社ジャーネットシステム・株式会社URリンケージ共同体(鳴滝団地管理事務所)(総合委託) ☎073-455-9500		
岡 山	株式会社ジャーネットシステム・株式会社URリンケージ共同体(総合委託) ☎06-6585-0378		
香 川	株式会社ジャーネットシステム・株式会社URリンケージ共同体(屋島第一団地管理事務所)(総合委託) ☎087-843-2185		
熊 本	株式会社明和不動産管理・株式会社キューネット共同体(総合委託) ☎096-322-5000		
長 崎	長崎県住宅供給公社(総合委託) ☎095-824-1251		
鹿児島	公益財団法人鹿児島県住宅・建築総合センター(総合委託) ☎099-224-4539		

※表中「総合委託」と記載している地域の営業時間・休業日は、委託先によって異なります。
※表中「総合委託」と記載している地域は「見守りサービス」は取り扱っておりません。

遊歩の記 おでかけ図鑑

お住まいの地域からもアクセスしやすい、
魅力的なおでかけスポットをご紹介します。
近場でとことん楽しんじゃおう!

並んでも食べたい! ご当地グルメ

リピーター続出、売り切れで免…東海エリアには、ご当地色満載の美味しいモノがわんさか。食材にも調理方法にもこだわり、胃袋をがっちりつかんで離さない超人気グルメを大公開します。ちょっと遠くても、行列覚悟でも、行く価値大アリですよ!



「瀬戸焼そば」(430円)。独特の食感と甘い味付けが絶妙。持ち帰りOK



フレンドリーな調理スタッフの皆さん



「産直とれたて市場」では新鮮野菜はじめオリジナル加工品、人気のスイーツなどが勢揃い

てきたてを味わってください

注文から5分以内で完成!



瀬戸めし食堂で使われる瀬戸豚の精肉やソーセージ・ハムなどの加工品も評判

地域の獣害対策にモノ役!



フードコート「しらーめん」(780円)もおすす



鹿肉のポロネーゼ、鹿肉焼そば、鹿力レーなど野趣あふれるメニューが自慢



「ジャンボロマンパン」(1,000円)。普通サイズとの差に仰天!



ここでしか買えない50cmの超ロングサイズの「もっくるロール」(1,850~1,980円)。味も話題性もバッチリ!

売店の一番人気!



90cmの「特大五平餅」(2,800円)は1日10本限定(要予約)。なんと普通の五平餅の12本分!

④ 道の駅 潮見坂 静岡県・湖西市

しらす丼 磯の香り漂う遠州灘産のしらすを豪快にON!

太平洋を臨む静岡県最西端の道の駅で味わう絶品グルメ。白いご飯にきざみ海苔を散らし、遠州灘で獲れたしらす干しがたっぷり盛り込まれた「しらす丼」は感動モノです。うずらの卵を絡め、生姜ポン酢をかければさらさらさらさらの味わいに。平日に限り、水揚げ次第では生のしらすが使われる場合もあるとか。他にも軽食からスイーツまで、個性豊かなしらすメニューがいっぱい。

【交通】JR東海道本線「新居町」駅よりタクシーで10分
【駐車場】154台
【時間】レストラン/夏期:8:30~19:00、冬期:8:30~18:00 ※オーダーストップ30分前
本館売店/8:00~19:00(情報コーナー・トイレは24時間オープン) ※無休
【問合せ】☎(053)573-1155



「しらす丼」(830円)。ご飯が見えないほどのしらすに感激!



名物「浜名湖焼き」(360円)にもしらすがたっぷり



「しらすソフト」(350円)。しらすとネギとソフトクリームが意外にも好相性



愛知県豊橋市との境界付近に位置。東海道さびての絶景ポイントでもある



太平洋を眺めながら、太陽熱利用の足湯でのんびり ※夏期(4月~10月)10:00~17:00、冬期(11月~3月)10:00~16:00



子やぎの「潮太郎君」は道の駅のアイドル

⑤ 石松餃子 静岡県・浜松市

浜松餃子 餃子激戦区で不動の実力を誇る老舗

宇都宮を抜いて餃子消費量日本一の浜松。市内では約80店の専門店がしのぎを削っています。中でも昭和28年の創業から60年以上、不動の人気と実力を誇るのが「石松餃子」。厳選された甘味のあるキャベツ、臭みの少ない地元・遠州育ちの豚肉、薄手でモチモチの皮、そして独自に考案された特製酢醤油。コクと旨味がありながらあっさりジューシーな餃子は、ひとつまたひとつと手が伸びる美味しさです。

【交通】遠州鉄道鉄道線「遠州小松」駅より徒歩約15分
【駐車場】60台
【時間】11:00~14:00、16:30~21:00(ラストオーダー20:45) ※水・木曜休み
【問合せ】石松本店 ☎(053)-586-8522



全国区の人気を誇る「石松餃子」(写真は餃子20個1,200円 ※10個は600円)



少し甘めの特製酢醤油が餃子の味を引き立てる



ニンニク控えめなのも嬉しい!

代々引き継がれた秘伝のつなぎがまさかの決め手



50席を有するゆったりした本店店内



大駐車場完備の石松本店。他にも新東名店、JR浜松駅店など計5店舗を展開

① 道の駅 瀬戸しなのせとめし食堂 愛知県・瀬戸市

瀬戸焼そば 瀬戸市民のソウルフードには奥深い定義が!

昭和30年代、深川神社の参道から始まったとされる「瀬戸焼そば」。今では県内外から多くの客を惹きつける人気ご当地グルメです。瀬戸焼そばはアカデミーによると、①味が染みやすい蒸し麺を使用 ②ソースではなく醤油ベースの豚の煮汁で味付け ③具材は豚肉やキャベツ中心 ④瀬戸焼の器で供する、と定義づけられています。いつも活気あふれる「瀬戸めし食堂」(道の駅 瀬戸しなの内)で、シンプルながら奥深い味わいを満喫しましょう。

【交通】名鉄瀬戸線「尾張瀬戸」駅よりタクシーで約15分、または品野方面のバスで「品野坂上」下車徒歩約10分
【駐車場】普通車57台・大型12台・身障者用2台(無料)
【時間】9:00~18:00(食堂は8:30~16:30) ※12/30~1/4休館
【問合せ】☎(0561)41-3900



瀬戸らしさを象徴する大きな煙突とレンガ壁の外観が特徴の「道の駅 瀬戸しなの」。焼き物とガラスをはめ込んだお洒落なトイレも必見



「産直広場ふれあいのMORI」では地元農家から届く新鮮な野菜や果物を販売



8月中旬まではメロン・スイカがずりり!



色とりどりの季節の花であふれる生花コーナー。切花・仏花も種類豊富

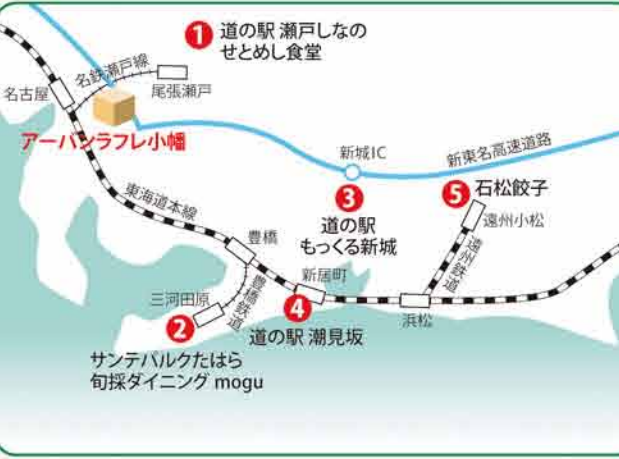
② サンテパルクたはら 旬採ダイニングmogu 愛知県・田原市

旬野菜バイキング ベジ王国が誇る野菜メニューで元気をチャージ

愛知県南端・渥美半島の温暖な気候に恵まれた田原市は、全国1位の農業産出額で知られます。「サンテパルクたはら 旬採ダイニング mogu」は、JA愛知みなみの直営レストラン。JAで取り扱う農畜産物をはじめ、旬の食材を生かした料理をバイキング形式で提供しています。中でもいち押しは、地元・田原産の採り立て野菜を使った料理。不足しがちな栄養をしっかりとチャージできそうです。

【交通】豊橋鉄道渥美線「三河田原」駅下車、伊良湖本線「野田」下車、ぐるりんバス(野田線)で「サンパルク」下車
【駐車場】400台(無料)
【時間】レストラン/平日11:00~15:00(最終入店14:00) 土日祝10:30~11:45、12:00~13:15、13:30~14:45の3部制
その他店舗/9:30~17:00 ※木曜休み(祝日の場合は翌平日)
【問合せ】☎(0531)24-5400

季節によってメニューが変わるバイキング。大人(中学生以上)1,480円・小学生800円・3歳~小学生入学前500円・1歳~3歳未満300円 シルバー(70歳以上・証明できるもの持参)平日1000円・土日祝日1,200円



cooking!

カラダ喜ぶ野菜プラス

健康のためには1日350gの野菜摂取が理想。少ない材料で簡単につくれる野菜メニューを、食卓に1品プラスしましょう。



ニンジンのはちまき

ニンジンに含まれるカロテンは、油と合わせることによって吸収率がアップ。初夏らしいヘルシーメニューです。

【材料】
ニンジン…2本 茹でダコ…お好みの量
調味料 ハチミツ…大さじ1
レモンの搾り汁…大さじ2
オリーブオイル…大さじ2
塩こしょう…適量

【作り方】
① ニンジンをスライサーなどで細く切る。塩(分量外)をもみ込み5~10分置いてから水気を切る。
② 茹でダコを薄切りにする。
③ 調味料の材料を混ぜ合わせる。
④ ③に②を加えて合える。

※茹でダコの変りわりにハムやツナ、クルマシなどお好みの具材を入れても美味しくできます。

エリア圏内のUR団地



アーバンラフレ小幡

南に矢田川の小原橋緑地を臨むリバーサイドに位置。川と緑の眺望が楽しめる絶好のロケーションで、河畔はウォーキングにも人気のスポットです。
●所在地/名古屋市守山区小幡太田3-1他
●アクセス/名鉄「小幡」駅より徒歩13分



住まいセンター だより

電話番号はくれぐ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

ダニ・カビ退治で快適住環境

ダニ

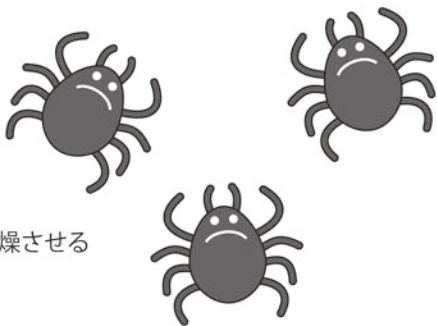
高温多湿を好み、とりわけ梅雨から夏に繁殖。痒み・腫れ・ニキビ・喘息の原因となります。

【発生しやすい条件】

- 室温25～30℃、湿度70～85%
- エサになる埃・食べカス・フケがある
- 潜り込める場所がある

【防止のために】

- 敷物を控え通気性を良く
- 掃除機で埃を吸いダニを捕獲して畳を乾燥させる
- 除湿器で換気・通風



カビ

温度・湿度の条件が揃えばどこでも発生。特に結露のシミや湿気の多い場所は注意しましょう。

【防止のために】

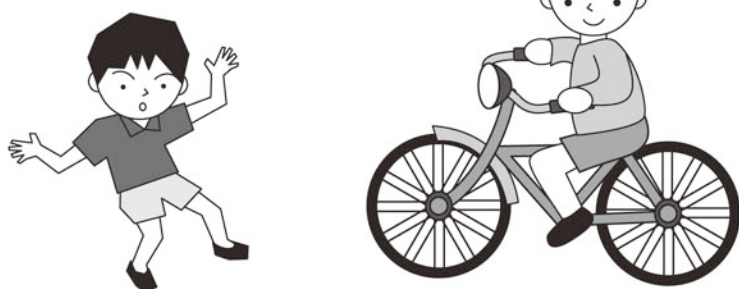
- 窓を開けたり、換気扇をつけたりして、風を通す。
 - 市販のカビ取りや防止剤で早目の対策
- ※塩素系漂白剤と酸性洗剤・洗浄剤の同時使用は有毒ガスが発生して大変危険。製品記載の注意事項をよく読みましょう。



夏休みを前に地域ぐるみで 子どもの事故防止対策を!

遊びにもルールやマナーがある

何かに夢中になっている子どもは、周りが目に入りません。安全そうな場所でも思わぬ事故が起こります。たとえば公園の遊具でも、使い方を誤るとケガにつながります。また、自転車での暴走も事故を招き危険です。遊びにもルールやマナーがあることを、大人がきちんと教えましょう



予期せぬ事故から子どもを守ろう

団地内の立ち入り禁止区域(受水槽や電気設備施設など)や、駐車場内では絶対遊ばせないようにしましょう。子どもたちの行動が危ないと感じたら、すぐに注意をお願いします。大人の思いやりあるひと言が、子どもたちを悲しい事故から守ります。

また、不審者にも要注意です。昼夜問わず、団地内で怪しい人物を見かけたら警察へ通報してください。

音のトラブルに配慮を

コンクリート建物の床や壁は振動音を敏感に伝えます。近隣住宅への気配りをお忘れなく。

【騒音予防のために】

- 室内で飛び跳ねない
- 板床にはカーペットなどを敷く
- ステレオ・テレビ・楽器(ピアノ)などの音量に注意
- 深夜や早朝はドアや窓を静かに開閉



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とおりです。
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

6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・・・6月26日(月)が振替日となりますので6月23日(金)までに確認を
支払い期日が末日の方・・・6月30日(金)が振替日となりますので6月29日(木)までに確認を

7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・・・7月25日(火)が振替日となりますので7月24日(月)までに確認を
支払い期日が末日の方・・・7月31日(月)が振替日となりますので7月28日(金)までに確認を

好きなモノだけに囲まれた居心地のいい部屋づくり、
身近な食材に秘められたパワー、省エネと賢い節約でエコな毎日。
シンプルだけど丁寧な暮らしを実践するヒントをご紹介します。

すっきり暮らす ワンポイントレッスン

朝1分のちょこっと掃除で 洗面台ピカピカ

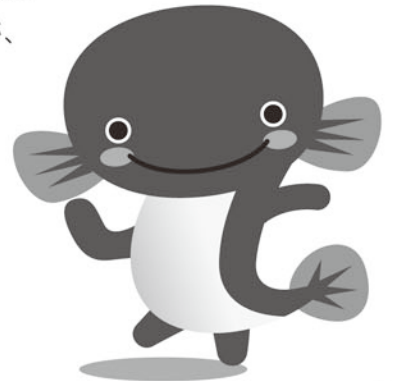
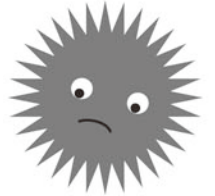
毎日使う洗面台。でも少し気を抜くとあっという間に汚れてしまい、ますます掃除が億劫になるという悪循環に…。あらゆる場所にイェることですが、掃除をラクにするコツは汚れをためないに尽きます。朝起きて顔を洗うついでに、小さなスポンジなどで洗面ボウルをササッと磨きましょう。毎日わずか1分の習慣が、ピカピカの洗面台をキープしてくれます。ボウル周りや鏡の水はねは、その都度拭き取るよう心がけて。週に1度、古い歯ブラシなどで排水口を掃除すれば、水の流れもスムーズになって気持ちいいですよ。



この食材がスゴイ!

猛暑を乗り切るうなぎパワー

昔から夏バテにはうなぎがいいと言われてきました。疲労回復に効果のあるビタミンB1が豊富な上、免疫力向上に役立つビタミンE、血液さらさらの見方とされる脂質DHA・EPA、良質な蛋白質やミネラルなどがバランス良く含まれるからです。これほど優れた栄養価を誇るうなぎですが、近年はニホンウナギの絶滅が危惧され価格もうなぎのぼり…。頻繁に食べることは叶わなくても、せめて夏の土用あたりはうなぎで精をつけたいものです。



安心・快適なプチリフォーム

正しく使って清潔&健康生活

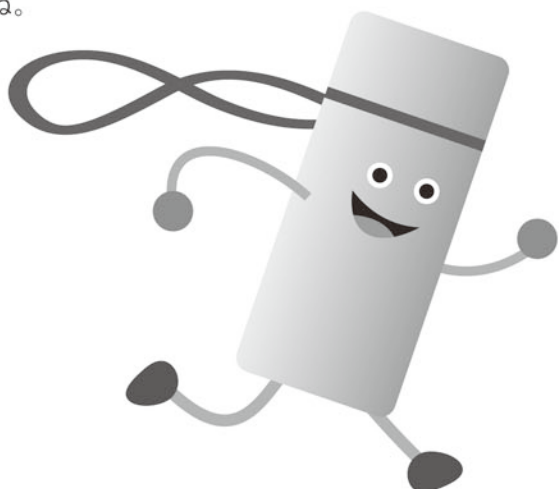
今や日本の家庭の約80%に取り付けられているとされるシャワートイレ。お尻を洗うことは、手や顔を洗うのと同じくらい日常の当たり前になっているようです。気持ちいいだけでなく衛生面でも効果的なシャワートイレですが、洗いすぎにはご注意。強い水圧で長時間当てると皮膚のバリア機能が損なわれ、かえって傷つけてしまう怖れがあります。弱めの水圧で10秒以内を守って、健康的なシャワートイレライフを送ってくださいね。



今日からできるエコライフ

ペットボトルよりマイボトル

気温が上がるにつれ、いっそう重要なのが水分補給。でも毎回ペットボトルを買うのは不経済ですし、喉が渴いた時、近くに自販機やコンビニがないことも。そこでおすすめしたいのがマイボトル。何といても万能なのは水です。日本の水道水はそのままでも飲めますが、カルキ臭が気になる場合は湯冷ましを多めにつくって、冷蔵庫で冷やしておきましょう。出かける時は水筒に入れて携帯すれば、いつでもどこでも水分チャージできます。万が一こぼれてもお水なら安心ですね。



最旬! イベント通信

7月

岩屋堂公園天然プール 7月8日(土)~8月31日(木) ※日没まで

毎年夏、岩屋堂公園内を流れる清流・鳥原川をせき止めてつくられる天然プール。緑に囲まれた深さ30~70cmの川は流れが緩やかで、小さいお子様も安心。真夏でもひんやりした水の中で、じゃぶじゃぶ遊べると大人気です。料金無料も嬉しい!

●場所:愛知高原国定公園 岩屋堂公園 ●交通:名鉄瀬戸線「尾張瀬戸」駅から名鉄バス「品野本町」下車徒歩25分・同駅からタクシーで約20分、駐車場180台有り(一部有料500円/1日) ●問合せ:瀬戸市まるっとミュージアム・観光協会 ☎0561-85-2730



安倍川花火大会 7月29日(土)

大迫力の超特大スターメインや大仕掛け花火など、バラエティ豊かな花火が安倍川の水面を七色に染めます。市民の思いが込められた市民花火など、およそ15,000発が打ち上げられ、量質ともに静岡県内トップクラスの花火大会です。ラストの連続打ち上げは圧巻!

●会場:安倍川橋上流 ●交通:JR「静岡」駅からタクシー約10分 ※静岡県庁南側から有料シャトルバス運行予定 ●問合せ:安倍川花火大会本部 ☎054-221-7199



長良川まつり 7月16日(日)

毎年7月16日に、水難防止と鮎供養を兼ねて行なわれる催事。昔はこの祭が終われば川遊びをしても良いと言われました。神明神社で鶴匠らによる鮎供養が行なわれた後、三重塔・鳥居などをかたどった提灯船が運行。鶴匠終了後の花火打ち上げで幕を閉じます。

●場所:神明神社・長良川畔 ●交通:JR・名鉄「岐阜」駅から岐阜バス「鶴匠屋」下車徒歩1分 ●問合せ:(公財)岐阜観光コンベンション協会 ☎058-266-5588



8月

三島夏まつり 8月15日(火)~17日(木)

三嶋大社の歴史的な神事と共に、市民全体のまつりとして発展した三島市最大のイベントです。郷土芸能農作物・みしまサンパレード・頼朝公旗揚げ行列など様々な催しが行われます。当番町の山車によるシャガリの競り合いも雰囲気盛り上げます。

●会場:三嶋大社および三島広小路までの大通り ●交通:JR「三島」駅から徒歩約10分 ●問合せ:三島市観光協会 ☎055-971-5000

手力の火祭り 8月13日(日)

長良川と金華山を背に繰り広げられる音と火の勇壮な祭り。降り注ぐ火の粉の中、火薬を仕込んだ神輿を担ぐ上半身裸の男達。神輿からも火の粉が吹き上がり迫力満点です。打ち上げ花火を地上で爆発させ、川原に半球状の花火が広がる「地割れ花火」も必見。

●場所:長良橋北詰 長良川公園 ●交通:JR・名鉄「岐阜」駅から岐阜バス「鶴匠屋」下車徒歩3分 ●問合せ:岐阜市観光コンベンション課 ☎058-265-3984



瀬戸蔵ロボットアカデミー夏休みロボットワークショップ 8月5日(土)・6日(日)・19日(土)・20日(日)

※要事前申込 時間・定員・参加費は講座により異なる

ロボ太郎先生と愛工大の学生のみなさんによる楽しいロボットワークショップ。身近な材料を利用した「ぶるぶるロボットをつくる」から、本格的な「永圧式ロボットアーム」まで、年齢別に4講座を開講。初心者でも丁寧に指導してもらえるから安心です。 ●場所:瀬戸蔵 ●交通:名鉄瀬戸線「尾張瀬戸」駅から徒歩5分 ●申込:ハガキまたはホームページにて ●締切:7月20日(木)必着 ※抽選結果は7月31日(月)までに連絡 ●問合せ:瀬戸市まるっとミュージアム・観光協会 ☎0561-85-2730 <http://www.seto-marutto.info>



そうだったのか...!! 雑学のとびら

役に立つか立たないかは置いて、知ってるほどと納得できる雑学をご紹介します。

爪が伸びる速さは指によって違う?

手の爪は1ヶ月でおよそ3mm伸びるといわれます。1日0.1mmの計算ですね。ちなみに足の爪は0.08mm。手の爪の方が頻りに刺激を受けるため、再生を促されるのだとか。中でもよく使われる利き手の爪、人差し指や中指ほど伸びやすいとされます。また大人より子ども、冬より夏、夜より昼と、新陳代謝が活発な時ほど速く伸びる傾向にあるようです。



読者プレゼント

読者プレゼント まちがい探し 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。

4月号のクイズの答え「C・E・F・H・K」でした。(応募総数129通、内正解者121名)

催事ご案内 読者ご招待

応募者の中から抽選で下記の催事にご招待いたします。①③④へA5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。

① 大エルミターージュ美術館展

世界でも類を見ない質と規模を誇るエルミターージュ美術館。1万7,000点におよぶ絵画コレクションの中から、美術館の顔ともいべき85点を紹介。ティツィアーノ、ルーベンス、レンブラントなど、美術史に燦然と輝く巨匠たちの名画をお楽しみください。

7月1日(土)~9月18日(月・祝)
一般/1,600円 高大生/1,300円
中学生以下/無料
愛知県美術館
☎052-588-4466 中京テレビ放送事業局
休館日/毎週月曜日および7月18日(火)
ただし7月17日(月)・8月14日(月)・
9月18日(月)は開館



ルカス・クラナハ「林檎の木の下の子」1530年頃 油彩、カンヴァス © The State Hermitage Museum, St Petersburg, 2017-18

② 改修に伴う臨時休館のお知らせ

期間:平成29年6月27日(火)~10月6日(金)



名古屋市美術館 ☎052-212-0001

③ ボストン美術館「パリエンヌ展 時代を映す女性たち

生き方や装いが多くの女性の憧れの的となるパリエンヌ。18世紀から20世紀の絵画、ドレスや靴などのファッション、写真など約120点で、パリエンヌの魅力をも解きます。

6月10日(土)~10月15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
(祝日・振替休日の場合はその翌日)



ジョン・シンガー・サージント
《チャールズ・メインズ夫人(レイズ・ボモロイ)》1887年
Anonymous gift in memory of Mrs. Charles Inches' daughter,
Louise Brimmer Inches Seton 1991.926
Photograph © 2017 Museum of Fine Arts, Boston

④ ゴジラ展

昭和29年(1954)の登場以来、世代や国境を超えて人々の心を捉える怪獣王「ゴジラ」。本展では特撮の造形やデザイン、映画関連作品約680点を展示。ゴジラ映画の魅力、作り手たちの表現力、ゴジラの歩んできた時代を紹介いたします。

7月15日(土)~9月3日(日)
一般/1,300円
高大生/900円
小中生/500円
名古屋市博物館
☎052-853-2655
休館日/毎週月曜日・第4火曜日、ただし7月17日(月)・8/14日(月)は開館



「ゴジラ スーツ」
映画「ゴジラメカゴジラ」2002年
TM&©TOHO CO., LTD.

【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。平成29年6月1日から通常ハガキが62円となりましたのでご注意ください。※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29年7月10日(必着)

編集後記

「行きたくない街No.1」と揶揄される名古屋ですが、おでかけ図鑑やイベント通信で、このエリアの魅力を再発見したとの声を多くいただき感謝です。その4月号のおでかけ図鑑で、志摩マリンランドのくらの水槽写真にセイウチの説明が入っていました。訂正してお詫言いたします。

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はありますが、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

読者投稿コーナー

川柳・俳句・写真・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。

俳句 光る葉に 心ふるえる エメラルド

ひよさん(アーバンフレスタヶ丘)

<編集部> 真夏の5月の誕生石になぞらえて。

川柳 高いびき かける住居の ありがたさ

大地豊さん(千代が丘団地)

<編集部> 真夏の夜も、聞きたい...