

UR まど

2018 8

No.242 隔月刊



街に、ルネッサンス



UR都市機構

https://www.ur-net.go.jp/

- 団地TOPICS／気になるお店 4・5
- 快適団地LIFE 6
- カンタン体操／暮らしの雑学／読者のひろば 7
- UR アンバサダー／彩りレシピ 8

編集・制作 株式会社高速オフセット

つながる ∞ ひろがる 交流の輪

香里ヶ丘西(香里(D地区))

〈大阪府枚方市〉

ACCESS

◎ 京阪本線「枚方市」駅・「枚方公園」駅・「香里園」駅から京阪バス約8～14分「新香里」又は「香里ヶ丘九丁目」下車徒歩約1分



花を育てながら、 コミュニティを育てる

デゴイチ D51 プロジェクト

2017年に香里ヶ丘西で行われたD51号棟の改修工事。エレベーターが新設されることから「人が交流できる場所」としてエレベーターホールを含む屋外スペースもリニューアルしました。お茶を飲みながらおしゃべりができるよう、組み立て式のテーブルが設置できるスペースをエントランスに設け、周辺のスペースには花壇を設置。この改修をきっかけに、住民の皆さんによるコミュニティ形成を進めるために始まったのがD51プロジェクトです。

「コミュニティはもともとあるものの、そのポテンシャルを発揮できていなかった。コミュニティの主役は住民の皆さんですが、URとしてきっかけ作りの場を提供することは

できる」と話すのは、UR都市機構の片岡さん。花壇づくりの面ですでに「みんなの庭プロジェクト」に取り組んでいた千里青山台の活動が参考になれば、と両団地の架け橋になりました。

花壇は「デゴイチガーデン」と名付けられ、住民有志による「デゴイチキラクラブ」が管理。毎月第4土曜日の活動のほか、メンバー2人1組が週替わりで水やりや草引きなど日々の手入れを行っています。

「ガーデンをきれいにしたい」という同じ目的を共有し、広がる人の輪。これからの活動にますます期待が高まります。



千里青山台からの参加者を迎える歓迎のプラカード。この日のために作った替え歌も全員で歌いました



ということがわかった」といった声が聞かれました。

デゴイチキラクラブのメンバーで香里団地香陽自治会会長の神戸陽子さんは「初めてのイベントで不安もありましたが、団地の皆さんのご協力のおかげでスムーズに進行できました。『住民の力』を結集できたことが一番の成功だと思っています」と話していました。

100人超が参加し盛況に 香陽キララフェスタを開催

5月26日にはデゴイチガーデンのお披露目を兼ねた「香陽キララフェスタ」を開催。団地住民だけでなく、千里青山台団地の「みんなの庭プロジェクト」メンバーも招待し、100人を超える参加者でにぎわいました。

イベントを記念したヒマワリの種の植え付けや、フラダンスショー、手作りカレーと炭火焼のふりまい、スライドショーの上映など盛りだくさんの内容に参加者もにっこり。千里青山台団地の住民からは「ピロティがみんなの集まれる空間になっていることが参考になった。工夫次第でこんなに明るくな



↑参加者全員、花壇を囲んで！



園芸アドバイザーの山田倫子さんがデゴイチガーデンを紹介。参加者の皆さんでヒマワリの種を植えました



↑フラダンスは3曲披露。会場を華やかに彩りました



↑緑の木々が生い茂る中、カレーと炭火焼に舌鼓を打つ参加者の皆さん

←「野外遊びコーナー」ではインストラクター指導の下、木登りやハンモックを楽しむ子どもたちの姿が見られました



美団地

KANSAI

緑のスナップ

美しい団地には、「こだわり」がいっぱい。歴史やデザイン、四季折々の美しい風景を毎号お届けします。



桔梗が丘第1 (三重県名張市)



アルビス寺本 (兵庫県伊丹市)



都島リバーシティ (大阪府都島区)

団地の美を発信しています！



@vidanchi_kansai



@vidanchikansai



vidanchi.jp/kansai



水漏れ・断水・停電などのトラブルがあった場合
24時間緊急事故時の連絡先

緊急事故受付センター TEL.06-6969-2151

孫の顔が
いつでも見られるし、
万が一のときも
安心♪

5年間

5%

減額！

忙しいときに
子供の面倒を
見てもらえて
助かるわ♪

「近居割」実施中！！

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
もしくは、UR都市機構が定めたエリア内の住宅^(※1)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%^(※2)減額します！！

詳しくはお近くの
UR営業窓口へ！！

世帯要件

- ★高齢者（満60歳以上の方）がいる世帯
- ★子ども（同居する18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

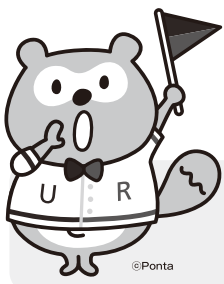
支援世帯

- ★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

- ※1 UR都市機構が定めたエリア内の住宅とは、UR賃貸住宅を含むあらゆる住宅となります。
- ※2 減額期間は、入居開始可能日から起算して5年間です。入居時には近居の成立が必要で、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減額は適用されません。また、毎年1回近居状況を確認し、近居が成立していない場合には、減額を終了します。
- *一部対象外となる団地や住戸があります。

毎月の家賃のお支払いでPontaポイントがたまる！



「URでPonta」お申込み受付中

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。●正しくご登録が完了した月の翌々月の家賃のお支払いからPontaポイント加算の対象となります。●お申込みいただける方は、個人のUR賃貸住宅の借主（契約名義人）です。法人契約は対象外です。

「URでPonta（ポント）」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 Ponta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。敷金、共益費、駐車場利用料など家賃以外のお支払いに対してはPontaポイントは加算されません。 ※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。

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。



何らかの事情で動けない

一定時間動きがない場合

自動的にコールセンターに
通報が行われます

他人事ではない！
住戸内事故・けが



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までお問合せください。

お客様の声

- 他社と比べて安価で、ボタンを押すなどの操作が必要ないため、申し込みました。
- 団地内で救急搬送等を見て、心配になり申し込みました。
- 夫婦二人暮らしですが、妻の体の具合が悪いため自分に万一があった時に第三者に気づいてもらえるよう入っておこうと思いました。
- 風邪で昼11時頃まで寝ていたら、(動きを感知できなかったため)コールセンターから電話があった。こんなにも注意深く状況を確認してくれて大変感激した。友人にも紹介したい。

高齢者等の方が 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ただくために、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、下記相談等を受け付ける他、一部団地では、定期的に団地を巡回し、相談等を受け付ける「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け付ける「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にお問合せください。

お問合せ先

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	☎043-311-1212
	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

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
	西埼玉住まいセンター	☎049-263-2111
	横浜住まいセンター	☎045-312-1131
神奈川	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
	名古屋住まいセンター	☎052-332-6711
中部注	大曽根住まいセンター	☎052-723-1711

関西注	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 平成30年8月13日(月)から ☎072-276-7123
	阪神住まいセンター	☎06-6419-4522
	兵庫住まいセンター	☎078-242-2791
	京都住まいセンター	☎075-256-3663
九州注	奈良住まいセンター	☎0742-71-2401
	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：3ページ記載の地域を除く

エアコンを設置・ご購入される皆さまへ エアコン用コンセントの専用回路化工事の実施について（お知らせ）

UR都市機構では、居室に設置されている「専用回路ではないエアコン用コンセント（写真A）」について、エアコンを設置・購入される皆さまからの申出により、「専用回路のエアコン用コンセント（写真B）」への取替工事を実施することとしました。

「専用回路のエアコン用コンセント（写真B）」への取替工事を希望される場合は、下記住まいセンター等へお問い合わせください。

なお、室外機等の設置スペースがない場合や、居室に「専用回路でないエアコン用コンセント」がない場合は、「専用回路のエアコン用コンセント」を設置することができませんので、ご了承ください。

また、申込み時の混雑状況等により、工事実施までの日数がかかる場合がございますので、予めご了承ください。

※工事対象となるエアコン用コンセントが設置されている団地は限られています。

工事対象（写真Bのものへ取替を行います。）

写真A：専用回路ではないエアコン用コンセント

分電盤の分岐ブレーカーからコンセントまで専用回路となっていないエアコン用のコンセントのことを言います。プレート表面に「エアコン用コンセント」の表示がありません。



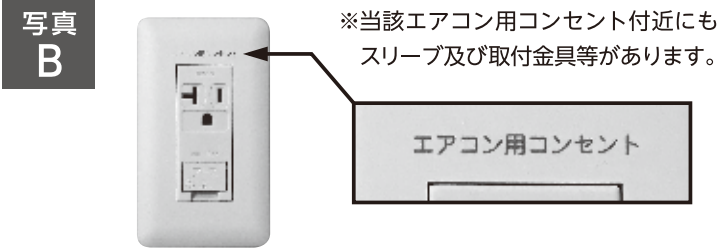
※対象のエアコン用コンセントは、プレート表面に表示がないもので、付近にスリーブ及び取付金具等があります。

専用回路ではないエアコン用コンセント（15A 100V）

現状のままお使いいただけます。

写真B：専用回路のエアコン用コンセント

分電盤の分岐ブレーカーからコンセントまで専用回路となっているエアコン専用のコンセントのことを言います。プレート表面に「エアコン用コンセント」の表示があります。



専用回路のエアコン用コンセント（15・20A 100V）

住戸内安全手摺設置について

便所及び浴室への住戸内安全手摺の設置については、UR賃貸住宅にお住まいの方が60歳以上の高齢者であることなどの設置要件（「従来要件」と言います）を満たしている場合に、要望書をご提出いただいたうえで、機構の負担で設置しているところです。

このたび、原則全ての団地^{*}で従来要件を撤廃し、次のとおりお申込みいただけることになりましたのでお知らせいたします。

※団地再生事業等が予定されているなどの理由により、お申込みできない場合があります。

1 お申込みの対象住戸

便所もしくは浴室に安全手摺が設置されていない住戸

2 お問い合わせ先

お申込みをご希望の方は下記住まいセンター等へお問い合わせください。

3 お申込み方法

対象住戸の契約名義人の方から、安全手摺設置にかかる要望書を住まいセンター等に提出していただきます。

4 受付開始

平成30年8月

5 その他

- (1) 安全手摺設置は、当機構の対応可能な範囲内で計画的に実施させていただくため、次年度以降の施工となる場合がありますので、ご了承ください。
- (2) 安全手摺設置可否の事前調査が必要な場合がありますので、その際はご協力願います。
- (3) 上記(2)の事前調査の結果、設置不可となる場合がありますのでご了承ください。

Q 従来要件とは？

A 契約名義人の方又は同居するご親族の方が次の要件に該当する場合です。

- ① 満60歳以上の高齢者の方
- ② 身体障害者手帳の交付を受けている4級以上の障害のある方
- ③ 介護保険法に基づく要介護認定及び要支援認定を受けている方
- ④ 上記以外の方で住宅管理センター長が設置の必要を認める方

設置例



浴室設置例



便所設置例

※安全手摺の仕様（材質、形状）や設置場所は住戸により異なります。

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） ☎022-263-0322
静 岡	静岡県住宅供給公社（総合委託） ☎054-255-4824
和歌山	株式会社 JNコミュニティ・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 JNコミュニティ・株式会社 URリンケージ共同体（総合委託） ☎06-6585-0378
広 島	広島県住宅供給公社（総合委託） ☎082-248-2272
香 川	株式会社 JNコミュニティ・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
長 崎	長崎県住宅供給公社（総合委託） ☎0957-26-9053
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
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。



団地T PICS

さまざまな団地で行われた
イベント活動をお知らせします。



笑顔はじける

苦勞した分おいしい！

お手軽手打ちさぬきうどん教室を開催

パークタウン西武庫(兵庫県尼崎市)

5月9日、パークタウン西武庫団地で団地内交流のきっかけ作りを目的とした「お手軽手打ちさぬきうどん教室」を開催。2歳から80歳代まで幅広い年齢層の団地住民23人が参加して、講師の香川県大阪事務所スタッフからうどん作りを学びました。

大半の参加者にとってうどん作りは初めて。粉を生地にしていく「水回し」、コシを出す「足踏み」「寝かし」、長細い麺に仕上げていく「延ばし」「麺切り」の各工程を体験しました。中でも、参加者が苦勞していたのが「延ばし」の工程です。「体重をかけて生地を伸ばしてってください」というスタッフの声に後押しされて、威勢よくコロコロと麺棒を前後させる参加者たち。それでも10分近く全力で作業を行うと多くの方がヘトヘトになっており、「手が痛い」「毎日やっている人は大変だね」と麺作り



の大変さを実感されていました。麺を切って、最後は試食タイム。「やっぱりできたてがおいしいね」「いっぱい食べちゃった」と、打ち立てうどんのごしを楽しんでいました。香川県出身の女性は「昔よく親が作っていて、私は食べる専門だった。今日打ったうどんは、夫に食べさせたい」と笑顔で話していました。



1. 麺棒でひたすら生地を伸ばします。ぼく、ちょっと飽きてきた？ 2. 講師が手慣れた様子で各工程を実演してくれました 3. 「打つのは大変やけど、切るのは気持ちええなあ」 4. うどんのおかわりに殺到する子どもたち。麺やつゆを始めとする香川県の特産品コーナーも設けられました 5. うどん作りをきっかけに会話も弾みました



いつもの景色がもっと好きになる

風景画に親しむ絵画教室を開催

武庫川(兵庫県西宮市)

5月29日、8回目となる絵画教室が武庫川団地のお祭り広場で開かれました。室内で野菜など静物を描いた過去7回と異なり、今回のテーマは屋外で描く風景画。心配された雨も降らず、過ごしやすい曇り空の下での開催となりました。

講師の橋弘先生の「こは近くにあるものは太く濃く、遠くにあるものは細く薄く描くこと」とのアドバイスをともに、参加者19人は思い思いの場所を描き始めました。この絵画教室は参加者が自分のペースで風景を描き、創作に詰まったら橋先生がアドバイスするスタイル。武庫川団地の風景塗り絵も準備され、絵が苦手な人も楽しめていたようです。「建物を描く時は下にいくほどだんだん広く」「先に高さがあるものを画面に配置してから全体のバランスを整えて」といった指導を受けながら、参加者



は少しずつイメージを形にしていきました。最後に、集会所で品評会と先生の絵画プレゼントが行われました。「季節の花を描いたり、絵を描いている時に誰かと会話をしたりすると一生忘れない思い出になるので、ぜひ続けてください」との橋先生のお話に、「旅先でも描いてみよう」「もっと習いたい」と多くの方が前向きな気持ちになっていました。



1. あまり暑くなく、絶好のデッサン日和となりました 2. 建物のユニークな輪郭をどう描けばよいか、先生からアドバイスをもらいます 3. 大好きな樹木を夢中で描く参加者の女性 4. 橋先生が各作品のいいところを挙げていくと、皆しきりにうなずいていました 5. 友人の絵を見て「明るい、いいね」



健康作りをきっかけに交流促進を

健康測定会を初実施

花園団地(京都市右京区)

6月2日、花園団地第1・第2集会所で団地と花園学区の住民を対象とした健康測定会が開催されました。主催は、京都市花園地域包括支援センターを中心に、京都市右京区地域介護予防推進センターとURコミュニティ京都住まいセンターの3団体からなる「花園いきいきプロジェクト」。単身高齢世帯を中心に住民の孤立が進む花園団地において、現状把握と地域交流の活性化を目指した初めての試みです。

イベントのメインは測定コーナーです。体組成計や血圧計など多くの機器が並ぶ中、人気は骨密度と脳年齢の測定器。「骨密度が良くなかった」「脳年齢が実年齢より12歳若くてうれしい」など、多くの声が飛び交っていました。結果については、医療専門職のボランティアが日頃生活の中で心がけることをアドバイス。数字に基づいた説得力ある言葉に、参加者はしきりにうなずいていました。



1. 気軽に健康チェックや骨密度・脳年齢測定ができるとあって多くの人でにぎわいました 2. ボランティアスタッフが手引きする。椅子に座ったままできる体操 3. 看護師や作業療法士、管理栄養士、ケアマネジャーといった各分野のプロが、ボランティアとしてさまざまな相談に応じていました 4. 交流の場になっていた休憩コーナーの第2集会所



初めての生活支援アドバイザーイベント

焼き上がりが楽しみ！出張陶芸教室

男山団地(京都府八幡市)

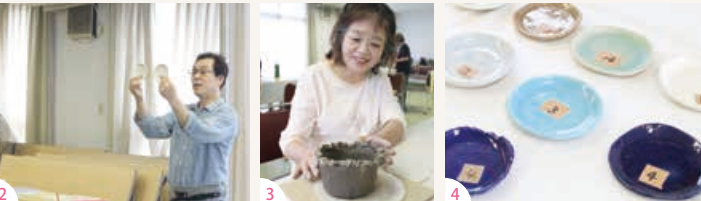
「あんしんコール」やポストの見回りなど、高齢の居住者に対する暮らしのバックアップを担う「生活支援アドバイザー」。昨年からの活動が始まった男山団地で、6月12日に「出張陶芸教室」が開催されました。

60歳以上の皆さんを対象に、当日は25人が参加。アートセラ移動陶芸の三上博司先生を講師に迎え、にぎやかな時間を共有しました。2つずつ用意された丸い粘土は信楽焼の土。手のひらでポンポンとたたきながら平たくしてお皿、指で穴を開けて風鈴にと、まずは先生のデモンストレーションから。「失敗してもやり直せますから気軽に楽しんでください」。各テーブルをまわりながら、アドバイスやちょっとしたコツを伝授してくださいました。

シンプルな平皿や大き目のフリーカップ、おしゃれな鉢カバーや花器など、自由な発想で和気



あいあいと。18種類の色見本の中から好きな色を選ぶのもまた、うれしい体験でした。「焼き上がったらぜひ使ってくださいね」と先生にもっこり。作品は2〜3週間乾燥の後、窯へ。それぞれに釉薬をかけてさらに高温で焼き上げ、完成となります。「2回目、3回目と開催してほしいですね」。約1カ月後の完成を楽しみに、解散となりました。



1. 陶芸はまったく初めてという人も楽しみながら 2. 釉薬の説明をする三上先生 3. 「鉢カバーの焼き上がりが楽しみです！」 4. あざやかな18色の中から選びます



コミュニティニュース

平城第2
(奈良市右京)

お酒を酌み交わして住民交流 ワンコイン居酒屋「輪」

春の集い、夏祭り、防災訓練、餅つきなど年間を通じて自治会活動が盛んな平城第2団地。ここで2017年6月から始まったのがワンコイン居酒屋「輪」です。

現在は2カ月に1回のペースで開催し、ワンセット500円でお酒とおつまみ3品、またはソフトドリンクとおつまみ4品を提供しています。「団地内に独居の高齢男性が増えていることから、一人で食事をするのではなく、お酒を酌み交わしながら住民同士の交流を深めてもらえたら」との思いで始めました」と話すのは自治会長の谷本芳子さん。ウリは手作りのおつまみとサーバーから注ぐ生ビール。「高齢の

方にも喜んでいただけるよう、おつまみのメニューに知恵を絞っています」。居酒屋を始めて1年。徐々に“常連さん”も増え、オープンと同時にほぼ満席になることもあるそうです。ここで知り合った方同士で2次会に行くケースや、子どもを連れて参加する若い家族の姿も見られるそうで「住民交流の場として、手応えを感じています」とのこと。参加者の若い女性が「普段あまり接する機会がない世代の方とお酒を飲みながらざっくばらんに話ができる。毎回、開催を楽しみにしています」と話すように、お酒を介した住民の「輪」は着実に広がっています。



1 常連の方も初めて参加する方も、年齢を超えて交流できるのが魅力です 2 枝豆、肉じゃが、フライドポテトなど、手作りのおつまみが数多く並びます 3 谷本会長自ら調理する焼きそば。ソースのいい香りが部屋いっぱいに広がります

vol.9

団地テナント 気になるお店

男山団地
(京都府八幡市)
株式会社創ing工房

「楽しい！」を創造するデザイン工房

パンフレットや名刺などの印刷物をはじめ、看板や売場のPOP、似顔絵から手作りグッズまで幅広いジャンルを手掛ける「株式会社創ing工房」。今年で創業22年目を迎え、4月から男山中央商店街で新たなスタートを切りました。扉を開けると、出迎えてくれたのはカラフルなシジユカラの「ちっぴー！」たち。八幡市の子育て支援センターからの依頼で誕生したイクキャラ(育みのキャラクター)で、かぶり物は一つ一つ手作りののだそう。「昨年制作した市のPR動画(YouTubeで配信中)でも大活躍したんですよ」と笑う代表の桑原由香子さん。女性スタッフと共にアイデアを出しながら企画・制作を進めてきた「八幡市PR大作戦」は、この街の魅力をたくさんの人に伝えたい

という思いが原動力となりました。新しい地でさらに力を入れていきたいのが、デジタルの似顔絵。還暦や退職、米寿などのプレゼントにも好評で、データとして永久保存できることが強みです。先祖代々の遺彰の作成なども、気軽に相談を。また、チビっ子たちからも親しまれている「ちっぴー！」も団地のイベントなどに積極的に参加できれば、と桑原さん。住民の皆さんと楽しいひとときを共有していきたいですねと語ってくれました。

SHOP DATA

★ 八幡市男山八望 3-1 B50-101 ☎ 075-754-6955

☎ 月～金曜 10:00～18:00 ☎ 土・日曜、祝日

※ 京阪本線「榊原」駅からバス約8分、または「八幡市」駅からバス約11分、またはJR学研都市線「松井山手」駅からバス約20分「中央センター前」駅下車徒歩すぐ



1 八幡市の鳥・シジユカラをモチーフにした「ちっぴー！」たちと 2 オフィスの2階は広々とした作業スペース兼集いの場 3 アイデアと猫愛がギャップと詰まった、オリジナルのサニタリー3点セット

団地に歴史あり

団地とともに歩んだ60年

びわ湖美空(滋賀県大津市)

定年退職を機に、団地でセカンドライフを堪能しています。団地には年代を感じるものも多く、建設当時の日本住宅公団のマークの杭など、その歴史を日々感じています。

(びわ湖美空・中里博司)



懐かしい団地写真を
募集しています！

懐かしい風景、暮らしの一場面など、みなさんがお持ちの思い出の写真をお寄せください。紙面に掲載させていただいた方にはクオカード(3,000円分)を進呈します。※対象は「日本住宅公団」「住宅・都市整備公団」など、UR都市機構の団地に限定させていただきます。詳しい応募方法は7ページをご覧ください。



教えて！

快適団地LIFE



団地生活にまつわる疑問やお困りごとを解決!!
皆さんの暮らしに役立つ情報もご紹介します。

？ 今月のギモン
もうすぐ台風のシーズン。
団地での対策は？



バルコニーを中心に、 強風や大雨対策をしましょう。

台風で一番怖いのは強風です。窓ガラスを破損させるおそれがあるので、風が強くなる前にバルコニーの植木鉢などは室内に取り込むとともに、物干しざおは固定しましょう。窓ガラス破損対策として飛散防止フィルムを貼るのも効果的です。

大雨の影響で、室内に雨水が入ることも考えられます。窓や出入り口のがたつきがないか確認して厳重に戸締まりを行い、すき間があればタオルやぞうきん、ビニールテープなどでふさぎましょう。また、排水溝にごみや落ち葉が詰まると、下の階で雨漏りが起こることもあります。普段見落としがちな場所なので、雨が降る前に掃除しましょう。

台風接近中に屋外に出ることは危険です。いずれも風が強くなる前に対策を立てることが重要で、日頃から万が一を想定して、定期的に備えを見直すようにしましょう。

防災の始まりは、 自分の身を守る備えから。

近年、「ゲリラ豪雨」と呼ばれる局地的な大雨が原因の洪水や土砂崩れが頻発しています。大災害発生時は自治体も対応が追いつきません。支援がなくても数日間過ごせるよう、まずは自分の身は自分で守れる対策を行いましょう。

大切なのは非常持ち出し品の備えです。断水や停電があっても困らないように、飲料水や非常食、懐中電灯、ろうそくなどの準備は忘れないでください。万が一に備えて、避難経路や家族との連絡方法を確認して、ハザードマップでどんな災害が起こりうるかもチェックしておきましょう。



お部屋探しキャンペーン中の URであ——る。

子育て家族にピッタリの
URであ——る。



期間限定の おトクがあるのであ——る。

9/30(日)まで

キャンペーン家賃

今、対象物件なら5年間、家賃がおトクであ——る。

概要：対象住戸に限り、キャンペーン家賃が適用となります。
要件：①キャンペーン期間中に対象住戸にお申込みいただいた方。
②UR賃貸住宅の入居資格要件を満たす方。
適用期間：入居開始可能日から5年間。
その他：①期間終了後は6年目以降家賃が適用。
②期間終了後、キャンペーン家賃適用時に預かりした敷金と6年目以降家賃適用時の敷金との差額をお支払いいただきます。

礼金ナシ

仲介手数料ナシ

更新料ナシ

保証人ナシ



UR賃貸住宅

キャンペーンについてのお問い合わせは下記の各営業センターまで [UR賃貸 関西](#) [検索](#)

居住者の皆様へ

泉北住まいセンターが8月に移転します

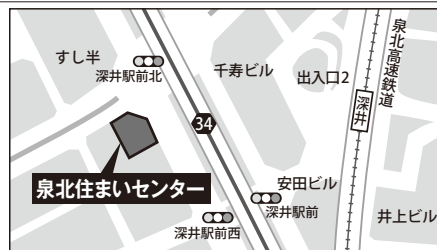
平素は当住まいセンター業務に格別のご高配、ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。
このたび、住まいセンター業務の効率化を図るため、右記のとおり泉北住まいセンターを移転することとなりましたので、お知らせいたします。

移転先

- 所在地 堺市中区深井沢町 3257 番地
- 電話番号 **072-276-7123**

移転先業務開始時期

平成30年8月13日(月)



ご入居中のお問い合わせ先

記載の他、年末年始等の休業日があります。

夜間・休日の緊急連絡先

緊急事故受付センター

☎06-6969-2151

千里 住まいセンター

〒560-0082
大阪府豊中市新千里東町 1-4-2
(千里ライフサイエンスセンタービル9階)
☎ 06-6871-0515
●営業時間／9:15～17:40
●定休日／日・祝日

兵庫 住まいセンター

〒651-0087
兵庫県神戸市中央区御幸通 7-1-15
(三宮ビル南館 4 階)
☎ 078-242-2791
●営業時間／9:15～17:40
●定休日／日・祝日

京都 住まいセンター

〒604-8171
京都府京都市中京区烏丸御池下ル虎屋町 566-1
(井門明治安田生命ビル 4 階)
☎ 075-256-3663
●営業時間／9:15～17:40
●定休日／日・祝日

岡山：株式会社 JN コミュニティ・株式会社 U R リンケージ共同体

〒540-6014
大阪府大阪市中央区城見 1-2-27
☎ 06-6585-0378
●営業時間／9:30～17:00
●定休日／土・日・祝日

大阪 住まいセンター

〒536-8522
大阪府大阪市城東区森之宮 2-9-204
☎ 06-6968-4455
●営業時間／9:15～17:40
●定休日／日・祝日

阪神 住まいセンター

〒660-0881
兵庫県尼崎市昭和通 3-95
(アマックスビル8階)
☎ 06-6419-4522
●営業時間／9:15～17:40
●定休日／日・祝日

和歌山：株式会社 JN コミュニティ・株式会社 U R リンケージ共同体

〒640-8471
和歌山県和歌山市善明寺 642-2
☎ 073-455-9500
●営業時間／9:00～16:30
●定休日／土・日・祝日

香川：株式会社 JN コミュニティ・株式会社 U R リンケージ共同体

〒761-0113
香川県高松市屋島西町 2475-1
☎ 087-843-2185
●営業時間／月・水・金9:30～12:30
●定休日／土・日・祝日

泉北 住まいセンター

〒590-0105
大阪府堺市南区竹城台 1 丁 1
☎ 072-297-5444

8月13日から

〒599-8236
大阪府堺市中区深井沢町 3257 番地
☎ 072-276-7123
●営業時間／9:15～17:40
●定休日／日・祝日

奈良 住まいセンター

〒631-0805
奈良県奈良市右京 1-4
(サンタウンひまわり館2階)
☎ 0742-71-2401
●営業時間／9:00～17:40
●定休日／日・祝日

広島県住宅供給公社

〒730-0051
広島県広島市中区大手町 2-11-15
(新大手町ビル)
☎ 082-248-2272
●営業時間／9:00～17:00
●定休日／土・日・祝日

空室情報のお問い合わせ先

●営業時間／9:30～19:00 ●定休日／12/29～1/3 ●携帯電話からもご利用いただけます。

UR 梅田営業センター

〒530-0001
大阪市北区梅田 2 丁目 2 番 22 号
(ハービスエントオフィスタワー 12階)
☎ 06-6346-3456
●営業時間／9:30～19:00
●定休日／12/29～1/3
●JR[大阪駅]から徒歩約2分
●地下鉄御堂筋線[梅田駅]から徒歩約5分

UR 泉北営業センター

〒590-0115
堺市南区茶山台 1 丁 2 番 3
(南専門店街ビル 1 階)
☎ 072-290-6900
●営業時間／9:30～18:00
●定休日／水・12/29～1/3
●泉北高速鉄道[泉ヶ丘駅]改札を出て東へ徒歩約1分

UR 神戸営業センター

〒651-0096
神戸市中央区雲井通 5 丁目 3 番 1 号
(サンパル 4 階)
☎ 078-251-4075
●営業時間／9:30～18:00
●定休日／水・12/29～1/3
●JR[三ノ宮駅]から東へ徒歩約5分

UR 森之宮営業センター

〒536-8550
大阪府城東区森之宮 1 丁目 6 番 85 号
(都市再生機構西日本支社 1 階)
☎ 06-6968-8298
●営業時間／9:30～17:40
●定休日／12/29～1/3
●JR環状線[森ノ宮駅]から東へ徒歩約4分
●地下鉄[森ノ宮駅]から東へ徒歩約4分

UR 賃貸 関西

UR なんば営業センター

〒542-0076
大阪市中央区難波 4 丁目 1 番 15 号
(近鉄難波ビル 7 階)
☎ 06-6636-2903
●営業時間／9:30～19:00
●定休日／水・12/29～1/3
●地下鉄[なんば駅]、近鉄[大阪難波駅]21号出口からすぐのビル

UR 天王寺営業センター

〒545-0052
大阪市阿倍野区阿倍野筋 1 丁目 3 番 21 号
(岸本ビル5階)
☎ 06-6624-2281
●営業時間／9:30～19:00
●定休日／水・12/29～1/3
●近鉄[大阪阿部野橋駅]西改札口すぐ
●JR[天王寺駅]から徒歩約2分

UR 京都営業センター

〒604-8171
京都市中京区烏丸御池下ル虎屋町 566-1
(井門明治安田生命ビル 1 階)
☎ 075-255-0499
●営業時間／9:30～18:00
●定休日／水・12/29～1/3
●地下鉄[烏丸御池駅]4-1出口から徒歩約1分

UR 高槻営業センター

〒569-0803
高槻市高槻町 9 番 24 号
(スクエアビル 1 階)
☎ 072-686-5533
●営業時間／10:00～19:00
●定休日／水・12/29～1/3
●JR[高槻駅]から徒歩約2分
●阪急[高槻駅]から徒歩約5分

検索

☎0120-23-3456

UR 千里営業センター

〒560-0082
豊中市新千里東町 1 丁目 4 番 2 号
(千里ライフサイエンスセンタービル19階)
☎ 06-6871-0612
●営業時間／9:30～18:00
●定休日／水・12/29～1/3
●北大阪急行[千里中央駅] (北口)から徒歩約2分

UR 奈良営業センター

〒631-0805
奈良市右京 1 丁目 4 番地
(サンタウンプラザひまわり館 2階)
☎ 0742-71-5561
●営業時間／平日9:30～19:00
●定休日／水・12/29～1/3
●近鉄京都線[高の原駅]から西へ徒歩約4分

UR 賃貸プラザ天六

〒530-0041
大阪市北区天神橋 6 丁目 4-20
(大阪市立住まい情報センター4階)
☎ 06-6881-6733
●営業時間／平日9:30～19:00
●定休日／火・祝日の翌日12/29～1/3
●地下鉄[天神橋筋六丁目駅]3号出口から連絡

www.ur-net.go.jp/chintai/kansai/

無理なく元気にカンタン体操

夏バテを解消する



下肢のむくみを取るポーズ

あおむけになり、壁にお尻をつけて足を垂直に立てかけます。手は楽な位置に置き、全身の力を抜いて自然な呼吸でリラックス。この姿勢を2～3分間維持します。



コブラのポーズで食欲増進

①うつぶせになり肩の真下に肘をつきます。手のひらで床を押しながら息を吸って胸を反らし、そのまま2～3回深呼吸をしましょう。
②手足を曲げて1分間リラックス。足と顔の向きを逆にして、さらに1分休みます。



血流を促す背骨のエクササイズ

椅子に座って足を肩幅より広く開き、手を膝の関節に置きます。背中を猫背ぎみに丸め、ゆっくり息を吸いながら体を反らし、息を吐きながら猫背に戻します。この動きを5～10回繰り返しましょう。



★いずれの動作もゆっくり、痛くない範囲で行ってください。

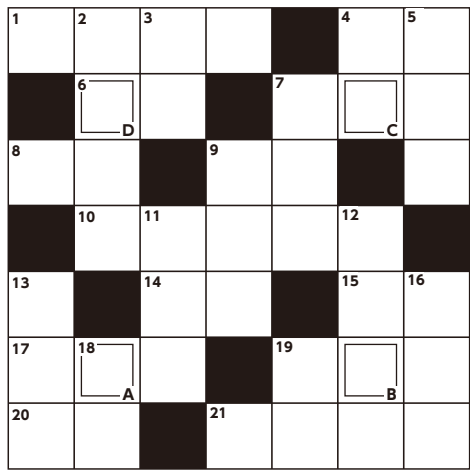
監修:生活ヨガ研究所 70歳からのシニアのヨガクラス(大阪・天満橋)を開講。

生活ヨガ研究所

検索

クロスワードパズル

タテ、ヨコのカギを解いてマス目を埋め、アルファベットのA～Dの順に文字を並べると答えがでます。



二重マスならべると

A	B	C	D
---	---	---	---

19 18 16 13 12 11 9 7 5 4 3 2
刀を手軽な酒のさかな。を収めるつつ。あからさま。〇〇〇な表現。バチでたたいて音を出す。日本一の山。冬に軒下などに垂れ下がる。役割。務め。〇〇〇を果たす。〇〇〇にかけて大切に育てる。新聞に折り込んで配る広告。〇〇夢中で走る。サイコロで3の対面。〇〇だ。ちようどいい時期。交代の〇〇

タテのカギ

ヨコのカギ

- フランスのニースや軽井沢が有名。
- アメと〇〇を使い分ける。
- 〇〇泉。〇〇度。気〇〇。
- 素早い行動で〇〇〇をたてる。
- パズルの答えは「〇〇編集室」宛てに送ってください。
- 実にストローをさしてジュースを飲む、南国に生える木。
- サッカーの試合開始。
- 化粧品に入っているキラキラ光る素材。
- 自分と他人。〇〇ともに認める。
- ユーカリの葉を食べる動物。
- ちょっとした〇〇〇なことでも伝える。
- 方法。手段。〇〇をたどる。
- 力士が食べる料理。



【ウオッチ】
前号の答え

知って 暮らす 雑学

寝苦しい夜は “壁” を冷やそう



心地よい睡眠のためには、空気を冷やすのではなく“壁”を冷やすことがポイントになります。寝る1時間ほど前に寝室のクーラーの温度設定を25℃、風量は「強」に。就寝時には27～28℃設定にし、タイマーで3時間くらいで切れるようにすると、冷えすぎることもなく朝までぐっすり眠ることができ

みんな集まれ！ 読者のひろば

Voice ヴォイス

読者からの声をお届けします

6月に発生した大阪北部地震。京都でも大きく揺れてとてもこわかったです。団地では安全のためとしてエレベーターが止まっただけで済みましたが、電気や水道が止まった時のことを考えると日ごろの備えの大切さを改めて感じました。

(西京極駅前 女性)

今住んでいる団地はシックな照明で、仕事から帰ってくると落ち着いた気持ちになります。6月号の「美団地」を読んで、いろいろな団地で工夫されているのだと思いました。

(サンヴァリエ藤井寺 女性)

目を閉じて音の世界の遠花火

(菅屋浜 高橋八重子)

蓮の花すべて包んだおおかさ

(富雄 池田絹代)

風鈴を見つめる嬰にひとり言

(玉串元町 ハルミ)

【俳句】

夕立晴鳩の逢い引き高層階

(中百舌鳥公園 川西孝子)

行つてきます父の笑顔と子の涙

(南港しらなみ あいこり)

同窓会皆童顔にもどつてる

(すずかけ台 匿名希望)

俳句、短歌、川柳など、皆さまからの投稿をお待ちしています。採用された方には図書カード(500円分)を進呈します。応募のあて先は下記参照



応募あて先

9月20日 消印有効



スマートフォンからも応募可能！

QRコードを撮影すれば簡単アクセス

クロスワードパズル

応募方法

はがきに住所、氏名、年齢、電話番号、お住まいの団地、クロスワードパズルの答えを書いて下記「あて先」へ。

正解者の中から抽選で10人に

図書カード(500円)をプレゼント

応募方法

- 住所・氏名・年齢・電話番号・お住まいの団地
- 写真を撮った(写っている)団地名と撮影した年代
- 被写体に関する思い出(150文字程度)をご記入ください。

※郵送またはパソコン、スマートフォンからご応募ください。
※郵送の場合は輸送中に折れないよう、写真に当て紙などを添えてお送りください。お送りいただいた写真は弊社でデータ化した後返却します。
※掲載は次号以降になることがあります。

あて先

〒530-0001 大阪市北区梅田 3丁目4番5号 毎日新聞ビル6階
(株)高速オフセット内「まど編集室」

■パソコンからの応募は

URまど

検索

<https://www.ur-mado.net/>



アンバサダーが教える vol.2

団地暮らしのいいところ

大阪府下の「URアンバサダー」が団地暮らしのひとコマやその魅力を発信。SNSも要チェックです！

今月の団地は

アルビス旭ヶ丘団地

instagram
@ykk_danchi

アルビス旭ヶ丘団地を担当するURアンバサダーです。団地内外の光景をお届けするのである。

大小の公園に恵まれた、子育て家庭にぴったりの環境。平成7年に建てられた住まいは段差の少ない仕様で、高齢者にも暮らしやすいと評判です。

@ykk_danchiのインスタをCheck!

URアンバサダーの公式アカウントもご覧ください！

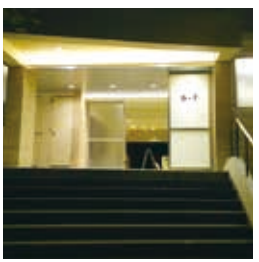
@urambassador

https://www.instagram.com/urambassador/





♡ #六甲山 #団地からの景色



♡ #エントランス #魅せる照明



♡ #ソツジ #出勤前の癒し



♡ #団地と飛行機 #青空

食卓を鮮やかに

彩りレシピ



Recipe: 9

手羽先ととうもろこしのバター醤油煮



調理時間 約35分

エネルギー 407kcal (1人分)

材 料 2人分

鶏肉(手羽先)…………… 6本

濃口醤油…………… 小さじ2

スイートコーン…………… 1本

サラダ油…………… 大さじ1

白ワイン…………… 1/2 カップ

水…………… 1/2 カップ

塩……………少々

バター……………10g

パセリ(みじん切り)……………少々

作り方

- 鶏肉は関節部分から先端を切り落とし、半量の濃口醤油をまぶす。
- コーンは皮をむき、3cm幅の輪切りにする。
- フライパンにサラダ油を熱してコーンを入れる。転がしながら実の部分の色が変わる程度に焼き付け、鍋に移す。
- ③のフライパンに①の鶏肉を入れ、両面をきつね色に焼き付けたらコーンの鍋に入れ、白ワイン・水を入れて煮立てる。煮立ったらアクを取り除いて弱火にし、塩少々で味付けをして、ふたをして約10分煮込む。
- ふたを取って強火にし、鍋をゆずって照りよく煮詰め、仕上げに残りの濃口醤油を加えてひと煮立ちさせる。
- 熱々を器に盛ってバターをのせ、パセリをふれば完成。

すぐに完成・もう一品！モロヘイヤのスープ



調理時間 約8分 **エネルギー** 49kcal (1人分)

材 料 2人分

モロヘイヤ…………… 1袋

A めんつゆ(ストレート) …… 1/2 カップ

水…………… 1 カップ

塩…………… 少々

絹ごし豆腐…………… 60g

作り方

- モロヘイヤは葉をちぎり、熱湯でゆでてザルに上げる。
- ミキサーにAと①を入れ、なめらかに攪拌する。味を見て、塩で味を調える。
- 器に分け入れ、崩した豆腐を加えたら完成。

レシピ提供：エ・キュッヒェ <http://ekuche.web.fc2.com/>



PRESENT

読者プレゼント

アンケートにお答えいただいた方の中から、抽選でご希望の商品をプレゼント！

1. 1名様



エース株式会社
カナナユリリュック

旅の達人・竹内海南江さんがプロデュースした、上品なデザインのリュックサック。コンパクトながらB5サイズ書類も入り、高い収納力を持ちます。2WAYでトートバッグとしても使えるので、友人宅での集まりからアクティブに動きたい旅行まで大活躍。落ち着いたデザインなのでさまざまな服装にマッチします。

<http://www.kananaproject.com/>

2. 5名様



近江兄弟社
メンタームザサン パーフェクトUVエッセンス / パーフェクトUVミルク

トップクラスの紫外線防御力を持つ、日焼け予防の決定版。7種の植物エキスを潤い成分として配合して、長持ちしやすく汗や水に強いべたつきにくいのが特長です。化粧下地にもなるエッセンスタイプと、サラサラ素肌感覚のローションタイプを2点セットでプレゼント。

http://www.omibh.co.jp/items/uv_zasan02.html

3. 3名様



パナソニック株式会社
メンズシェーバー 3枚刃

硬いひげでもスムーズにそれる「30°鋭角ナノエッジ内刃」を採用。丸みを帯びた刃面があごなどの起伏に密着し、そり残りがいない深ざり仕上げを実現します。丸洗い可能な充電式なので、風呂場でもご使用いただけます。

<https://panasonic.jp/shaver/>

プレゼント応募あて先 ※9月20日 消印有効

応募方法 はがきに「**プレゼント希望番号**」をご記入いただき、アンケートにお答えください。

① 住所・氏名・年齢・電話番号・お住まいの団地 ② 今月号で興味を持った記事 ③ 今後掲載してほしい情報 ④ 団地暮らしでのエピソード

あて先 〒530-0001 大阪市北区梅田 3丁目4番5号
毎日新聞ビル6階
(株)高速オフセット内「まど編集室」

■ パソコンからの応募は

<https://www.ur-mado.net/>



スマートフォンからも応募可能！

QRコードを撮影すれば簡単アクセス