

2023
No.269 隔月刊URまど
ひろがる♥つながる
ハートステーション

街に、ルネッサンス

UR都市機構
https://www.ur-net.go.jp/DANCHI TIMES / 気になるお店 4
気ままに団地ナビ / お宅拝見! 5
ぐっすり おや睡眠 / おうちヨガ 6
子育て相談室 / 快適100均ライフ 7
今日もお弁当日和 / プレゼント 8

編集・制作 ㈱高速オフセット

まどの総選挙 /

みんなの団地
Voice vol.12

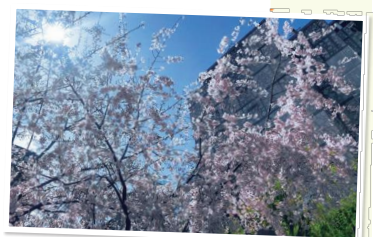
毎回テーマを決めて、「まど」読者からご意見を募るコーナーです。皆さんからの投稿や写真に共感したり、より楽しい団地ライフに向けて、あなたも一緒に考えてみませんか。

春に向けて!

こんな意見がありました♪

Q. この春やりたいことは??

暖かな春に向けて、楽しいなことを募集した今回。やはり皆さんお花見を楽しみにしていっぱいやるようです。個性あふれる過ごし方を投稿の中からまど編集部が選んでお届けします。

「D. その他」と
回答した方の楽しみ方は?この春は陽気に
さそわたいですね。
(香里ヶ丘みずき街 Y.Y.さん)「A. 花見など行楽」と回答し
た方の楽しみ方は!?芝生にレジャーシート
を敷いて、横になって
読書する楽しみを知っ
た秋でした。春に桜を
見ながらゴロゴロした
いです。
(アーベイン東三国
A.N.さん)「C. 掃除や運動など生活
改善」と回答した方は
何をします!?春は岡寺の花が楽しみ。
朝早く起きて車で岡寺
に行き、夫婦で楽しんで
います。岡寺では期有限
で池に花を浮かべてく
れているんです。
(奈良学園前・鶴舞
あずきさん)腰を痛めて、正月寝込んで
いたので、ストレッチや運動し
て体質を改善したい!
(上高丸 S.I.さん)「B. 習い事に挑戦!」
と回答した方は何に
チャレンジする?英会話を習いたいです。台湾
にも旅行に行きたいです。ハ
ワイ旅行もしたい!(玉川橋
8577おばさんさん)息子、サッカーを習い初
め、この春で1年。泣いたり
しながらも頑張る姿を、
母は心から応援する日々
です。写真は1年前にお気
に入りのサッカーボール
を買って喜ぶ息子です!
(白鷺 あきroseさん)桜の開花が楽しみです! 団地
内の桜も近くの公園の桜も大
好きですが、桜を鑑に色んな
ところにお出掛けするのが
楽しみです。今年は1歳にな
る子供と一緒に花見をで
きたらなと思っています。
(芦屋浜 しらっぴさん)フキノトウは春を告げ
る山菜ですが、見たこと
がないと思っていまし
た。でも昨年普段歩い
ているウォーキングコ
ース2カ所で芽を出し
てると初めて気付いま
した。何気なく歩いて
いても、いろいろな変化
があるものです。
(久御山 モレノさん)

コーナーリニューアル予定!

HPでご案内いたします。

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 ☎0570-004-001
(または ☎06-6969-2151)

家賃改定特別措置の令和5年度更新申請手続きはお済みですか？ ～令和4年度に特別措置の適用を受けている方が対象です～

UR都市機構では、家賃改定に伴い家賃が引上げとなった住宅にお住まいの方のうち、一定の要件に該当する高齢者世帯等の方々を対象として、居住の安定を図るため、家賃の上昇を抑制する特別措置を講じています。

この特別措置の適用を受けていただくためには、毎年度、受付期間内に更新申請をしていただく必要があります。

令和4年度に特別措置の適用を受けている方には、令和5年度の更新申請についての案内と更新申請書を送付し、現在、申請を受け付けておりますので、まだお済みでない方はお早めにお手続きいただきますよう、ご案内いたします。

特別措置の適用を受けている生活保護世帯の方につきましては、令和5年度の生活保護に係る住宅扶助限度額の確認が取れ次第、UR都市機構から案内と申請書を送付させていただきます(令和5年3月中旬ごろ)ので、もうしばらくお待ちください。

家賃改定特別措置の令和5年度更新申請手続きについて ※この措置は建替事業に伴う特別措置とは異なりますので、ご注意ください。		
対象者	令和4年度に特別措置の適用を受けている方 ※特別措置の適用を受けていない方は更新申請の対象とはなりません。	
受付期間	高齢者・母子・障がい者・子育て世帯の方 令和5年2月28日(火)まで	生活保護世帯の方 令和5年3月31日(金)まで
受付場所	お住まいの団地を管理している管理サービス事務所又は住まいセンター等	
提出書類	・「家賃改定に伴う特別措置適用申請書」(対象者の方に郵送したもの) ・必要書類(住民票、住民税課税証明書等) ※詳細はお手元の案内をご覧ください。	
お問合せ先	お住まいの団地を管理している住まいセンター等	

障がい者等駐車場利用料金減額措置のご案内

UR都市機構では、駐車場のご契約者様又はご契約者様と同居されている親族の方が、次の【対象となる障がい等の程度】の①～⑤のいずれかに該当し、世帯の中で所得のある方全員の合計の所得月額^(※)が15万8千円以下の場合、日常生活を支援するため、駐車場利用料金(消費税課税前)を10%減額する措置を講じております。

なお、当該措置の適用を受ける場合は、申請手続きが必要となります。

当該措置の詳細及び申請手続きにつきましては、お住まいの団地を管理している住まいセンター等にお問い合わせください。

※所得月額とは、年間収入を一定の方式で所得に換算し、更に控除額を差し引いた金額を12で割った金額のことです。なお、控除額は世帯ごとの収入の種類・世帯構成によって変わります。

【対象となる障がい等の程度】

- ①身体障害者手帳の交付を受けており、障害の程度が1級から4級の方
- ②精神障害者保健福祉手帳の交付を受けており障害の程度が1級もしくは2級の方又は相当の経験がある医師等から障害の程度が1級もしくは2級に相当すると判定されている方で、常時介護が必要な方
- ③児童相談所又は知的障害者更生相談所から②の障害に相当すると判定されている方で常時介護が必要な方
- ④療育手帳の交付を受けており、障害の程度が重度である方で常時介護が必要な方
- ⑤要介護認定を受けており、要介護度が1から5である方

URが賃貸住宅以外の事業を行っているってご存じでしたか？

2022年9月17日(土)、東京ミッドタウン八重洲の地下1、2階に「バスターミナル東京八重洲」第1期エリアが開業しました。

実はこのバスターミナルも、URが関わっているんです。

国際都市東京の玄関口である東京駅周辺(八重洲側)では、バス停が駅前交通広場内に入りきらず、周辺の道路に散在していたため、これまで以下の点のような課題がありました。



バスターミナル東京八重洲位置図



これらの課題を解決するため、東京駅周辺の路上等で発着するバス停を移転し、東京駅前(八重洲口)再開発事業地区の地下にバスターミナルを整備しました。

ただ、東京駅を発着するバス便は膨大です。そのため、隣接する3つの再開発地区の地下部分にまたがるくらい大きなバスターミナルを整備する必要があります。当然、それぞれの地区は事業主やスケジュールが異なります。

そこで、再開発の進捗に合わせてURが段階的に3つの地区のバスターミナル床を取得し、その運営をノウハウ豊富な京王電鉄バスが担うことで、3地区一体のバスターミナル機能を確認します。

今は第1期エリアのみが開業していますが、令和7年度に第2期エリア、令和10年度には第3期エリアが完成予定です。全体が完成すると国内最大級の高速バスターミナルとなります。みなさま、全体開業をお楽しみに！

～社会課題を、超えていく。～

URでは様々な社会課題を解決すべく事業に取り組んでいます。URの各取り組みについては、UR PRESSを始めとした広報活動のホームページで紹介しております。下記URLまたは右記QRコードからぜひご覧ください。

<https://www.ur-net.go.jp/aboutus/action/publicitywork/index.html>



令和4年10月1日から新たな見守りサービスを追加しました

現在、UR賃貸住宅で立山科学(株)が提供している見守りサービスに加え、10月1日から新たにヤマト運輸(株)(全国のUR賃貸住宅対象)・東急セキュリティ(株)(首都圏のUR賃貸住宅対象)の見守りサービス提供が開始されました。この機会に是非加入をご検討ください。詳しいサービス内容等につきましては、下記のご案内をご覧ください。
※一部のUR賃貸住宅はサービス提供の対象外となります。

立山科学(株)

サービス提供地域 全国

サービス概要

3台の人感センサーにて、居室内に一定時間動きを検知しない場合に自動通報。
※ご契約には、固定電話回線が必要です。

料 金(税込)

月額: **990円**

初期費用: **7,249円**

電池交換費用(センサー3台分):
2,640円 ※約3年に1度

特 長

- ・3台の人感センサーで様々な間取りに対応
- ・外出時は自動判定で操作不要
- ・UR賃貸住宅に2016年度から導入され、多くの実績で安心

【問合せ先】

最寄りの住まいセンターまで
お問い合わせください。

TATEYAMA

ヤマト運輸(株)

今回追加

サービス提供地域 全国

サービス概要

IoT電球(口金:E26)を使用して、前日9時から当日8時59分の間に照明スイッチのオン・オフがない場合に自動通報。

料 金(税込)

月額: **1,078円**

初期費用: **0円**

特 長

- 「かんたん!」
電球を交換するだけで利用可能
- 「あんしん!」
ヤマト運輸が設置から代理訪問まで一貫対応
- 「使いやすい」
初期費用も追加費用もなし

【問合せ先】

0120-545-425

営業時間: 9時~18時(年中無休)
※ご連絡の際は、UR賃貸住宅に
居住している旨をお伝えください。

 **ヤマト運輸**

東急セキュリティ(株)

今回追加

サービス提供地域

東京都・千葉県・茨城県・
埼玉県・神奈川県

サービス概要

赤外線センサーを使用し、24時間動作検知ができない場合に自動通報。さらに、非常ボタンを押すことで、いつでも通報ができる。

料 金(税込)

月額: **1,078円**

初期費用: **5,500円**

※WEB申込の場合は、初期費用0円。

特 長

- ・通信回線不要
- ・設置~見守りまで利用者自身が行うので、ストレスがない
- ・警備員による駆け付け対応
(追加契約(別途料金)が必要)

【問合せ先】

0120-109-253

営業時間: 9時~17時(年末年始除く)
※ご連絡の際は、UR賃貸住宅に
居住している旨をお伝えください。

 **東急セキュリティ**

●各サービスは、お客様の救助や救命を約束するものではありません。●各サービスのご契約には、緊急連絡先の登録が必要です。
●各サービスは、UR都市機構が提供するものではなく、各事業者によって提供されます。●各事業者の利用規定・定款等にご納得の上ご契約ください。●一部住戸では、各サービスを提供できない場合があります。

ただいま申込受付中! 毎年お子様が誕生日を迎えるたびにPontaポイントがもらえる!

「URでPonta」
キッズアニバーサリーサービス

お申し込み・詳細はこちら

<https://ponta-ur.jp/kids/>



各戸初回

1,300

Pontaポイントプレゼント!

※各戸、最初にプレゼントするお子様1人分が対象

＼以降も／

12歳まで毎年

各戸最大5人まで

1,000

Pontaポイントプレゼント!

※お子様1人あたり

©Ponta



◎お住まいの団地を管轄する住まいセンター等の情報はこちらからご確認いただけます。

～住宅内設備等が故障等により使用できなくなったときは、速やかにご連絡をお願いします～

URお問合せ先一覧

検索



新型コロナウイルス感染症に便乗した悪徳商法にご注意ください。

DANCHI TIMES

特技を生かした作品をいきいきと展示

アートを楽しむ「大人の健やか文化祭」

奈良学園前・鶴舞(奈良県奈良市)



▲「カレンダーで作ろう！リサイクル袋」のワークショップ。10分ほどで完成し、笑顔の花が咲きました



◀ 20代から90代までの住民による多彩な作品が大集結。「次回も楽しみです！」

11月1日～5日、団地住民によるアート作品の展示会が開催されました。夏まつりの代替行事で、自治会が初の試みとして企画した秋の文化祭。オープンの時刻から多くの方が足を運び、集会所はにぎやかな空気に包まれました。

ゆったりとした室内にディスプレイされたのは、写真、押し花絵や書道から折り紙、生け花まで実に幅広いジャンル。中には90代の作家さんもおられ、「習ってみたいです!」、あちらこちらで感嘆の声があがりました。また、住民が講師をつとめるワークショップも、アットホームな雰囲気で大盛況。おしゃれな紙袋を完成させた参加者は、「家でも作ってみます」と満足気でした。

「皆さんから集まったすてきな作品に助けられました」と語るのは、自治会長の曾木さん。芸術作品に親しむ秋のひとつきは、住民同士の新たな交流の場となりました。

立ち上げから約1年のダーツサークル 地元サークルと白熱の交流試合

鈴蘭台第1(神戸市北区)



▲ カラフルな的に向かって一投!



◀ 休憩中でもフォームの確認は欠かせません

11月13日、立ち上げ1周年を迎えたウエルネスダーツサークル「北五葉ず」が、地元で活動しているサークル「北神戸ダーツダックス」と交流試合を実施しました。ウエルネスダーツは狙う箇所が一般的なダーツよりも大きく分りやすくなっているのが特徴。幅広い世代が楽しめるニュースポーツです。

初めての交流試合に、北五葉ずの皆さんは少し緊張の面持ち。しかし、試合が始まれば、ダーツのコツを教えあったりと、チームを超えて声を掛け合い、自然と和やかな雰囲気。休憩時間は、ダーツだけでなく趣味などの世間話に花が咲き、盛り上がりを見せました。

北神戸ダーツダックスのメンバーからも「試合はやっぱり燃えますね。今後もぜひ一緒に活動したい」と声が上がするなど、ウエルネスダーツを通して楽しいひと時を共有し、団地にとどまらない地域コミュニティ形成のイベントとなったようです。

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。

袋いっぱい、笑顔のプレゼント

保育園児がどんぐり拾い

真美ヶ丘6丁目(奈良県香芝市)



▲ 地面に目を向け、夢中で拾ってくれました



▲ 住民の皆さまと寄付を行いました

11月5日～28日にかけて、真美ヶ丘6丁目で「どんぐり寄付イベント」を開催しました。この活動は団地内の雑木林「どんぐり山」を有効活用するために2018年に始まり、集めたどんぐりを奈良公園内「鹿苑」で保護されている鹿に餌として寄付しています。近隣の真美ヶ丘7丁目、馬見南6丁目からも参加頂いたほか、11月10日には、近隣の保育園の園児らも、どんぐり山で拾い集めてくれました。

園児たちはどんぐり山に到着すると、自分が一番たくさん集めるとばかりに、どんぐり拾いに熱中。ひたすら集める子もいれば、自分が「これ」と認めた大きさや形のものだけを選別する子もあり、思い思いの楽しみ方で拾っていました。30分ほどで段ボール1箱分のどんぐりが集まり、園児たちにオリジナルグッズがプレゼントされました。

最終的に219キログラムのどんぐりが集まり、今回は団地にお住まいの方17名と一緒に「一般財団法人奈良の鹿愛護会」へ訪問し、寄付。鹿たちの貴重なごちそうになりました。

平城・相楽ニュータウンまちびらき50周年 記念イベントは大盛況

高の原エリア(奈良県奈良市・京都府木津川市)



▲ ブースには多くの方が詰めかけました



◀ 可愛らしいりにまねくんは子供たちに大人気!

11月26・27日、近鉄高の原駅前広場で、1972年に誕生した平城・相楽ニュータウンの「まちびらき50周年イベント」が開催され、UR都市機構やURコミュニティ奈良住まいセンターもブースを出展しました。

屋外ステージでは、地元高校の吹奏楽部による演奏や津軽三味線の演奏などが続き、多くの人が活気あふれるパフォーマンスを楽しんでいました。また地元飲食店などが出展する屋台やフードトラックは、バラエティーに富んだフードメニューがずらり。奈良住まいセンターは3市町の地域包括支援センター等と共同で、認知症徘徊者を見つけるアプリ「みまもりあいアプリ」の普及ブースを担当。アプリで発信される情報を頼りに、着ぐるみのキャラクター3体の居場所をめぐるスタンプラリーイベントを行い、親子連れらでにぎわいを見せていました。近隣からも多くの方が集まり、秋の楽しい一日となりました。

住みよい団地を目指して、目を配る日々

膳所公園(滋賀県大津市)

琵琶湖のほとりに位置する同団地は660戸があり、200世帯が自治会に入会しています。自治会は地元神社の祭りでもみこしの巡行の休憩所となる御旅所を設置するなど、地域とのつながりを大切にしてきました。

50年以上、団地に暮らし、自治会長として20年近く活動を続けてきた山本博和さんは、「居住者の皆さんの暮らしやすさ

を常に考えています」と話してくれました。URや地元自治体と話し合いを積極的に進め、ゴミ捨て場のカラス除けネットの設置やコンクリート敷きにする整備などを実現し、団地敷地内の植栽の剪定や植え替え時期にも目を配り、細やかに対応しています。「これからも皆が快適に暮らせる団地を目指して活動が続けていきます」と山本会長は語ってくれました。



▲ 皆が暮らしやすいようにと活動を続ける山本会長

写真で案内します! /

気ままに 団地ナビ

vol.12

「うちの団地のココが好き」を、一緒に歩いて教えてもらいました。

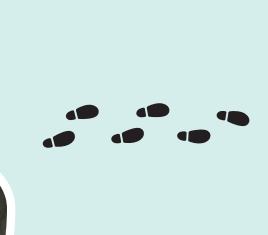
アミティ学園西町在住3年 D.T.さん

Ambassador



アミティ学園西町(神戸市西区)

ACCESS 神戸市営地下鉄西神・山手線「学園都市」駅 徒歩4～9分



団地内のいろんなところに動物たちがいます。みんなぽけーっとして可愛いんですよ!



ベンチ、かと思いきや手遊びや迷路が描いてあるんです。迷路に残ったどんぐりが、今日はどんなことして遊んだのかなと想像させてくれますよね!



木でできたこの子たちも表情がやわらかくて、お気に入り。子どもたちが楽しそうに遊ぶ姿をよく見かけます。



隣のアクティ学園西町にも動物が!

眺めて
楽しい!

お宅拝見!

自慢のわが家を大公開



結婚式で手に持ったウェディングブーケを玄関とリビングに飾っています。リビングにはカラードレスに合わせて華やかに仕上げたリースタイプです。冷暖房調節機が収納されている壁に磁石がつくのでカレンダーをペタペタ。

芦屋浜
(兵庫県芦屋市)
M.I.さん

間取り:2LDK
入居歴:2年5カ月
コンセプト:
シンプルな家具とカラフルなお花と緑、かわいいベビーグッズであたたかいお部屋



◀ 玄関にはコチョコウランを使用したブーケタイプ。たくさん写真を飾って外出前と帰宅後にほっこりしています。



◀ 南向きバルコニーから光がはいりリビングはすっかりベビー仕様に様変わりしました!

心ほっとPark

「まど」編集部に寄せられたお便りから、心温まるエピソードをお届けします。2月号のテーマは「春を感じる瞬間」です。

毎年寒い日々から徐々に暖かくなってくる頃、カーテンの隙間から差し込む朝日とウグイスの鳴き声で「春が来たなあ」と感じます。ウグイスの別名は「春告鳥(はるつげどり)」。春告鳥の鳴き声で目が覚めた日はなんだかうれしくなります。(泉北鴨谷谷三丁 T.S.さん)

1月28日に開催される若草山山焼き。冬の空気が澄む夜空に広がる美しい火花や、山肌を燃やしながら炎が広がるたび歓声があがると寒さを忘れ、いよいよ奈良の春の行事が始まります。(富雄 K.I.さん)

3月半ばでもまだまだ風が冷たい日が多いですが、少しずつ桜のつぼみが膨らんでいるのを見ると、春がやってきているんだと感じてほっこりします。(芦屋浜 M.I.さん)

生活支援アドバイザーを訪ねて

団地暮らしのパートナー

第19回

洛西エリア(京都市西京区)
内藤 有子さん

受け止めて共感することが大切



「イベント告知チラシを配布するのぜひご覧になってください」と内藤さん

洛西エリアの6団地は、郊外の静かなエリアということもあり、お住まいの方も穏やかで静かな方が多い印象です。皆さんとお話する中で気を付けているのは、私の意見を押し付けず、共感を大切にすること。誰にも相談できないと困っている方が多いので、まずは受け止めることを意識しています。お住まいの団地から少し離れたところに事務所があるかもしれませんが、いつでも気軽にお越しいただけたらうれしいです。

団地テナント

気になるお店

J Smile Wash 森之宮団地店(大阪市城東区)

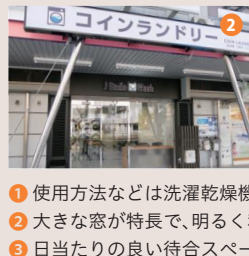
24時間使えるコインランドリーがオープン

大きなまどの都会的な外観 ―。2022年12月に開店した「J Smile Wash 森之宮団地店」は、24時間年中無休で利用できるコインランドリーです。明るく清潔感あふれる店内は深夜帯でも安心して利用できます。洗濯機が1台、洗濯乾燥機が大・中サイズ合わせて3台、乾燥機が6台、スニーカー洗濯機と乾燥機が1台ずつ設置され、日常の衣類の洗濯から、衣替えした際などに寝具の洗濯もできます。

同店を運営する日本総合住生活(JS)の奥村篤志さんは「このたびオープンしたコイン

ランドリーは、以前より団地にお住まいのお客様からご要望をいただいております。皆様のご来店をぜひお待ちしております」と話します。

スマートフォンのアプリと連携した機能もあり、混雑状況の確認や運転終了などのお知らせを受信可能です。さらに、現金払いだけでなくキャッシュレス決済にも対応されています。暮らしやすさに直結するお店の登場で、ますます便利になる森之宮に注目です。



① 使用方法などは洗濯乾燥機上部のモニターに表示
② 大きな窓が特長で、明るく利用しやすい雰囲気
③ 日当たりの良い待合スペースも完備

SHOP
INFO

大阪府大阪市城東区森之宮1-5-103
① 24時間営業 ② 無休 ③ JR大阪環状線「森ノ宮」駅 徒歩5～8分

ぐっすり
...おや睡眠

ストレスの多い現代では「寝付けない」「起きられない」といった悩みを抱えがちです。より良い眠りを取れるように、生活習慣や睡眠環境を見直してみませんか。

第11回 太陽光を浴びて
すっきり目覚めよう

寒い季節はどうしてもすっきり目覚められないもの。朝シャキッと目覚めるには、起きたらまずカーテンを開けて太陽の光を浴びましょう。起床後すぐにカーテンを開け、窓のそばで15秒ほど光を目に入れると、睡眠をつかさどるメラトニンの分泌がストップし、元気の源・セロトニンが分泌されるようになります。セロトニンは体内時計をリセットして、14～15時間後に眠たくなるように調整する働きがあります。朝に太陽を浴びればすっきりと目が覚めて、夜も眠りやすくなるのです。



〈参考文献〉

内山誠 編：睡眠障害の対応と治療ガイドライン 第3版。じほう, 2019

1日5分で体も心も元気！ おうちヨガ

おなかに力を込めて、
首と肩をリフレッシュ

床にあおむけで寝そべり、両足の裏を合わせて膝を開き、両手をおなかの上に置きます。腰と床のすき間を無くするように意識しましょう。息を吐きながら頭を持ち上げて上体を起こします。無理のない範囲まで起こしたら、おなかの力をゆるめてゆっくりと戻します。5回ほど繰り返すと、首と肩のこわばりがゆるんでいきます。



腰で床を押すように上体を起こしましょう

腰回りの柔軟

仰向けになり、両手を横へ伸ばします。両足を揃えて床から浮かせ膝を曲げます。息を吐きながら両ひざを片側へ倒し、お腹と腰を捻ります。息を吸いながら元の位置に戻します。この動きを5回ほど繰り返し、反対側も行います。硬く感じる方があれば2～3回追加で行いましょう。



上側の膝でもう片側の膝を押すように

※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 家での健康を応援する、オンラインヨガクラス開催中

さあ、パークと暮らそう。



新築
賃貸

泉北ニュータウンでUR新築賃貸が新登場

泉北パークヒルズ竹城台

最寄り駅へ
徒歩

4分

※101/104号棟から泉北高速鉄道「泉ヶ丘」駅への徒歩分

102/103号棟からは徒歩3分

令和5年2/18(土)～2/26(日)
現地モデルルーム公開

同時

現地申込受付

予約制

令和5年
予約受付 1/30(月)～2/25(土)
午前10時 午後5時
■郵送・インターネット申込期間
令和5年 2/18(土)～2/27(月)
公開抽選日 令和5年 3/13(日) 午前10時

家賃(月額) **57,500円～106,900円**

1DK 31.25㎡

3DK 66.66㎡

共益費(月額)
3,400円
(家賃の他に必要です)

モデルルーム見学は予約制です。HPまたはお電話にて事前予約をお願いします。

UR新築 竹城台 検索

物件概要 ●名称/ 泉北パークヒルズ竹城台 ●住居表示/ 大阪府堺市南区竹城台一丁目2番〇〇〇号棟・〇〇〇〇号室 ●交通/ 泉北高速鉄道「泉ヶ丘」駅から徒歩4分(101、104号棟) ※102、103号棟は徒歩3分 ●構造・規模/ 101号棟:鉄筋コンクリート構造・地上11階建、102号棟:鉄筋コンクリート構造・地上14階建(一部13階建)、103号棟:鉄筋コンクリート構造・地上14階建、104号棟:鉄筋コンクリート構造・地上14階建 ●建設戸数/ 561戸 ●募集型式/ 1R～3DK ●募集戸数/ 109戸(1R:27戸、1DK:51戸、1LDK:5戸、2DK:23戸、2LDK:2戸、3DK:1戸) ●住宅専用面積/ 31.25㎡～66.66㎡ ●募集家賃(月額)/ 57,500円～106,900円 ●共益費(月額)/ 3,400円(家賃の他に必要です) ●敷金/ 月額家賃の2か月分 ●礼金・更新料・保証人/ 不要 ●駐車場/ 284台 ●駐車場利用料金(税込・月額)/ (軽自動車) 6,820円・7,700円、(普通自動車) 9,130円・10,340円 ●駐車場敷金/ 月額利用料金の2か月分 ●エレベーター/ 住宅用各階停止9人乗り(101号棟・103号棟・104号棟:各1基、102号棟:2基) ●工事完了年月/ 令和5年2月予定 ●入居開始可能日/ 偶数階にご入居される方: 令和5年5月13日(土)、奇数階にご入居される方: 令和5年5月20日(土) 予定 ●貸主/ 独立行政法人都市再生機構 ●取引条件の有効期限/ 令和5年2月27日(月) ※当団地は、UR都市機構の団地再生事業により建設された賃貸住宅です。

■お問い合わせおよび主要なパンフレット配布先 モデルルーム見学の電話事前予約は06-6346-5540へ

独立行政法人都市再生機構 西日本支社 住宅経営部 営業開発課
〒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)5540 営業時間 10:00～12:00、13:00～17:00
定休日 土曜日・日曜日・祝日・12/29～1/3

UR泉北営業センター
〒590-0115 堺市南区茶山台1丁目3番1号(パンジョ2階)
072(290)6900 営業時間 9:30～18:00
定休日 水曜日・12/29～1/3



今回募集棟の一部(103・104号棟) ※写真は令和4年11月撮影

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。

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19階)
☎ 06-6871-0515
●営業時間/ 9:30～17:30
●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/ 9:30～17:30
●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/ 9:30～17:30
●定休日/ 日・祝日

広島:株式会社第一ビルサービス

〒732-0827
広島市南区福南町4-5尾崎ビル4階
☎ 082-568-8177
●営業時間/ 月～金 8:30～17:30
●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/ 9:30～17:30
●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/ 9:30～17:30
●定休日/ 日・祝日

和歌山:日本総合住生活株式会社

〒640-8471
和歌山市善明寺642-2
☎ 073-455-9500
●営業時間/ 月～金 9:00～12:00
13:00～16:30
●定休日/ 土・日・祝日

岡山:株式会社第一ビルサービス

〒700-0975
岡山市北区今4丁目9番23号
第一ビル8階
☎ 086-241-0757
●営業時間/ 月～金 8:30～17:30
●定休日/ 土・日・祝日

泉北 住まいセンター

〒599-8236
大阪府堺市中央区深井沢町3257番地
☎ 072-276-7123
●営業時間/ 9:30～17:30
●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/ 9:30～17:30
●定休日/ 日・祝日

株式会社第一ビルサービス

〒082-244-4824
●営業時間/ 月～金 8:30～17:30
●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「大塚」駅から徒歩2分
●Osaka Metro「梅田」駅から徒歩5分

UR 泉北営業センター

〒590-0115
堺市南区茶山台1丁目3番1号
(パンジョ2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」駅から東へ徒歩3分

UR 枚方営業センター

〒573-0032
枚方市岡東町14-41
☎ 072-861-5355
●営業時間/ 10:00～19:00
●定休日/ 水・12/29～1/3
●京阪本線「枚方市」駅から徒歩2分

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
●Osaka Metro「なんば」駅、近鉄「大塚」駅21号出口からすぐのビル

UR 神戸営業センター

〒650-0001
神戸市中央区加納町4丁目2番1号
(神戸三宮阪急ビル8階)
☎ 078-571-6789
●営業時間/ 9:30～18:00
●定休日/ 水・12/29～1/3
●JR「三ノ宮」駅、阪急「神戸三宮」駅直結

UR 森之宮営業センター

〒536-8550
大阪市城東区森之宮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「森之宮」駅から東へ徒歩4分
●Osaka Metro「森之宮」駅から東へ徒歩4分

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「大阪阿倍野筋」駅西改札口すぐ
●JR「天王寺」駅から徒歩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2分
●阪急「高槻市」駅から徒歩5分

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/ 9:30～18:00
●定休日/ 水・12/29～1/3
●近鉄「高の原」駅から西へ徒歩4分



上記の営業時間等は変更となる場合がございます。また臨時で休業させていただきます場合がございます。

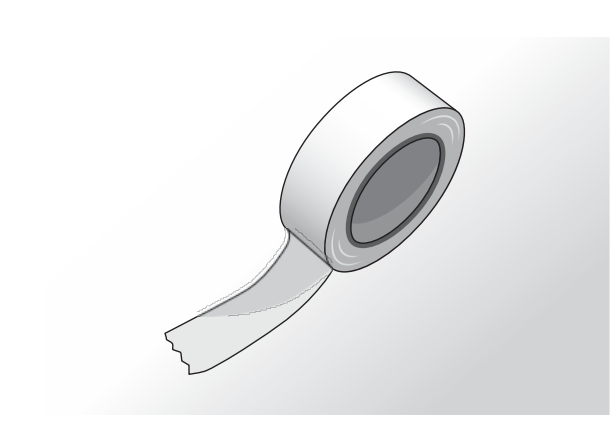
UR 賃貸 関西

検索

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

快適
100均
ライフ

100均マニア歴23年、100均やプチプラ情報に精通したつくもはるさん (@@haru2422) に、暮らしが便利になる100円ショップのグッズを教えてください。



防カビテープで窓枠のほこりをためない

窓枠のサッシはきれいにしてもすぐにホコリがたまりがち…。掃除した後にカビ汚れ防止マスキングテープを貼っておけば、汚れが気になった時にさっと剥がして貼り変えるだけでお手入れ完了するので楽々です。ガムテープのようにのりの跡が残らないので、きれいに剥がすことができます。ホワイトのほかにグレー・ブラックもあるので、窓枠や洗面台やお風呂場など水周りの汚れ防止にも便利。

パパママのお悩み
Q&A

子育て相談室

1歳6カ月の娘が先日高熱を出した際にけいれんを起こしました。すぐに病院に行って検査したのですが、特に問題はないといわれ、再発しないか心配です。もしも、またけいれんを起こしたときは、どのように対応したらよいのでしょうか？（S.I.さん）



小児科医 吉村 健先生のアンサー

再発はまれ。ただし、高熱に十分な注意を

よしむら・けん●よしむらこどもクリニック院長。小児循環器疾患の診療を中心に、どんな症状でも親身になって相談に乗ってくれと評判。

0歳～6歳ごろまでの乳幼児では高熱時に、脳の神経が光や音などの刺激に対して反応しやすくなって、けいれんが起る「熱性けいれん」になることがあります。多くの場合、一度きりのことで再発はまれですので、安心してください。家族に熱性けいれんの経験者がいると、熱性けいれんを引き起こしやすくなると言われています。もし、兄弟・姉妹がいらっしゃるなら、高熱の際は注意した方がよいでしょう。

万が一再発した場合ですが、子どもから目を離さずよく観察をしてください。けいれん時は全身に強く力が入るので、嘔吐する場合があります。横向きに寝かせて嘔吐物で窒息しないようにしてください。けいれんが5分以内で、収まった後に呼びかけに反応する、泣

くなど意識がはっきりしているならあまり心配はありません。けいれん後は眠りに落ちてしまうこともありますが、多くの場合、5～15分ほどで目を覚まします。その際にぼーっとしていないか確認してください。夜間に症状が起こっても、すぐに症状が治まったなら、翌朝の受診で大丈夫です。

ただし、5分以上けいれんが続く、短時間でけいれんを繰り返す、意識がはっきりしないなどの症状がある場合は、すぐに救急車を呼んでください。脳炎や脳症など深刻な病気の可能性があります。また、短時間のけいれんでも、片側の手足だけ、あるいは上半身・下半身だけを動かすような、左右非対称のけいれんの場合も、熱性けいれんではなく、ほかの病気が強く疑われますので、すぐに病院を受診してください。

また、初めてけいれんを起こした場合は、すぐに症状が治まった場合でも、なるべく早く病院を受診し、検査を受けてください。

楽しみながら
頭を活性化！

いきいき脳トレ

漢字詰めクロス

	擬		票		
写		手			報
	文			意	
		級	会		周
	界			算	
典			議		律

投	六	非	学	情	決
果	期	総	説	模	

答え

+ =

ルール

- ①盤面の空のマス目にリストから漢字を選んで意味を持つ言葉になるように埋めてください
- ②二重マスの漢字を組み合わせる答えになる熟語を作ってください

前号の答え

A B
 +

答え
=

軍	備	拡	張		親
	前		力	織	機
沈	水	香		部	
	母		郡	司	召
戒		薬	司		喚
行	平	鍋		鎖	状

応募方法のご案内

はがきや手紙であて先にお送りいただくか、PCまたはスマートフォンからご応募ください。

※応募された写真・写真データは返却できないため、右記のQRコードからの投稿がおすすめです。

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」

URL

パソコンからの応募は

URまど

検索

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

3月20日
消印有効

スマートフォンからも
応募可能！

右記コードを
読み取って簡
単アクセス



いきいき脳トレ



正解者の中から
抽選で10人に
図書カード(500円分)を
プレゼント

必要事項

- ①郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、お住まいの団地
- ②いきいき脳トレの答え
- ③問題の手応え(簡単・普通・難しい)

まど編集室からお知らせ

2月号で「みんなの団地VOICE」「気ままに団地ナビ」「お宅拝見!」「心ほっとPark」「子育て相談室」のコーナーは最終回とさせていただきます。これまで多数のご応募をいただき、誠にありがとうございました。

4月号からはコーナーをリニューアル予定です。決定次第ホームページでお知らせしますので、今後ともご愛読をよろしくお願いいたします。

まどホームページ

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

開けてびっくり、
みんなうれしい！

今日もお弁当 日和

食べ物は人を幸せにしてくれます。玉手箱のようにワクワクするおいしさいっぱいのお弁当で、毎日をもっと楽しきましょう！

総カロリー 766kcal



Main 山菜パスタペペロンチーノ風

459kcal 塩分2.1g 調理時間:約15分

材料 (2人分)

山菜ミックス(水煮) …………… 90g
タマネギ …… 1/4個
ベーコン …… 2枚
スパゲティ ……160g
オリーブ油 大さじ1
トウガラシ(輪切り) …………… 5～6個
めんつゆ(2倍濃縮) …………… 大さじ3
粗びき黒こしょう…少量

作り方

- 山菜は水気を切り、タマネギは薄切りにし、ベーコンは幅1cmに切る。
- スパゲティはゆでてザルに上げ、水気を切る。
- フライパンにオリーブ油・トウガラシを入れて弱火にかけ、香りが出てきたら①を加えて炒める。
- タマネギがしんなりしたらスパゲティを加えて炒め合わせ、めんつゆで味付けする。
- お弁当箱に詰め粗びき黒こしょうを振る。

Side1 ツナ豆腐ボール

206kcal 塩分1.8g 調理時間:約12分

材料 (2人分)

木綿豆腐 …… 1/3丁(100g)
ツナ(缶詰) …… 小1/2缶(35g)
しば漬け …… 30g
塩 …… 小さじ1/3
溶き卵 …… 1/2個分
小麦粉 …… 大さじ1
青のり粉 小さじ1/2
パン粉、揚げ油各 …………… 適量

作り方

- 豆腐はキッチンペーパーを敷いた耐熱皿にのせて電子レンジで1分加熱し、水切りする。しば漬けは細かく刻む。
- 豆腐をボウルに入れてマッシャーなどでつぶし、塩・溶き卵・小麦粉を入れて混ぜ合わせる。
- ツナ・しば漬け・青のり粉も加えて混ぜ合わせ、生地を作る。
- ③をひと口大のボールに丸めパン粉を入れたバットに入れ、パン粉を絡めて中温の油できつね色に揚げる。

Side2 スナップエンドウのチーズ炒め

67kcal 塩分0.2g 調理時間:約5分

材料 (2人分)

スナップエンドウ …………… 8本
塩 …………… 少々
マヨネーズ、粉チーズ …………… 各大さじ1

作り方

- スナップエンドウは筋を取って塩ゆでし、水気を切り1本を三つに切る。
- フライパンにマヨネーズを入れて弱火で熱し、マヨネーズが溶けてきたら①のスナップエンドウを入れて炒め、粉チーズを振りかけて絡める。

Side3 キャロットレーズンサラダ

34kcal 塩分0.9g 調理時間:約5分

保存:冷蔵で約3日

材料 (2人分)

ニンジン …… 1/3本
塩 …… 小さじ1/3
酢、ハチミツ…各小さじ1
レーズン… 大さじ1

●その他
サニーレタス少々

作り方

- ニンジンはピーラーで千切りにし、塩を振って手でもむ。
- レーズンは少量の熱湯を加えて戻し、水気を絞る。
- ニンジンに酢・ハチミツを加えてよく混ぜてからレーズンを加えて混ぜる。

居住者専用 団地内の 賃貸倉庫・トランクルーム 利用者募集中!!

色々な用途に使えて お部屋スッキリ！

- スキー・スノボ用品などレジャーグッズの保管
- 災害時の非常用持ち出し袋や備蓄品の保管
- タイヤなどカー用品の収納
- 使わなくなったベビーベッドや子ども服の保管 などなど…

●賃貸倉庫の一例



南港ひかりの
(大阪市住之江区)



森之宮第二
(大阪府城東区)



中宮第3(大阪府枚方市)



- お問い合わせは各団地の管理サービス事務所まで!!

団地名	管理サービス事務所 電話番号
南港ひかりの	06-6613-5330
森之宮第二	06-6968-2550
中宮第3	072-847-4343

※営業時間 9:30～12:00、13:00～17:00
※休業日 水、日曜・祝日・年末年始

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

倉庫がある団地はこちら▶



プレゼント応募あて先

3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郵便番号・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！

URまど

検索



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.



パナソニック
**ブラシストレートアイロン
イオニティ**

ブラシのようにとかすだけで、ナチュラルなストレートスタイリングができる「ブラシストレートアイロン」を2名様に。ワイドで温度均一なアイロン板が髪にしっかり熱を伝えやすく忙しい時でもデクニックいらずで、サッとカンタンにスタイリングできます。

2
名様

2.



マックマー

T-Go mini

どこでも手軽にお茶やコーヒーが楽しめる水筒です。耐熱素材のクリアボディに300ml入り、持ち運びに便利なサイズ感が人気。両側の口が開くため掃除がしやすく、衛生的にお使いいただけます。

<https://www.macmajapan.com/tfree>

3
名様

3.



貝印

カーブキッチンバサミ

厚みのあるお肉や野菜も難なく切れるキッチンバサミ。刃がカーブしているので食材を挟みやすく、スムーズに切ることができます。持ち手が大きく、握りやすくなっています。

2
名様