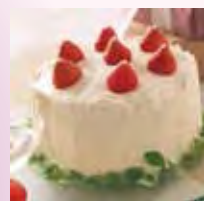


yourらうんじ

2013年
4月号

創刊200号

街に、ルネッサンス
UR都市機構
ホームページ <http://www.ur-net.go.jp/>
編集・制作：株式会社産研
TEL03-3518-2431



フルーツ協奏曲
いちご(苺)。バラ科オランダイチゴ属

●原産地 北アメリ
●リカ地方、南アメ
●多く出回る時期
12月～5月頃
●主な産地 栃木、
福岡、熊本
●子供から大人ま
で人気のイチゴは、
おいしいだけでなく、
ビタミンCが豊富に
含まれていて、その
ままミルクをかけて
食べるほかに、
ジャムやケーキな
どさまざまなに使
われています。

創刊200号。ご愛読ありがとうございます。

本紙「yourらうんじ」は、昭和54年12月に創刊して以来、本号で第200号となりました。UR賃貸住宅にお住まいの方々に、URからのお知らせを掲載する他に、さまざまな暮らしに役立つ情報や話題、団地の近況や読者からのお便りなどを掲載してまいりました。今後もよりよいコミュニティづくりのお手伝いをしてまいりますので、よろしくお願い致します。

4月号の主な記事

UR賃貸住宅の模様替えについて／平成25年国民生活基礎調査——2面

どちらがおトク？ 賃貸派 VS 分譲派——3面

住宅管理センターだより——6面

こちらくらしの探偵社

URは子育て支援にこのように取り組んでいます。まず下をご覧ください。



礼主水探偵

私「くらしの探偵社」所長の亜雅沙です。よろしくお願ひします。子育てのことならお任せください。礼主水探偵とご案内します。



亜雅沙所長



依頼人

こんどこの団地に越してきたんですけど、小さい子がいます。何かとひとりでは大変なものです。どこかご存じないでしょうか？ ええ、幼稚園にはまだ早いです。ほかのママさんとも仲良くなりたいたいし……。

子育ての環境づくりを大切にしてきたUR都市機構

UR賃貸住宅は、子どもたちがのびのびと安全に遊べる公園や広場、子どもを見守るコミュニティ、子育て支援施設、公共公益施設などを備えており、子育てにはもともと適した環境をもっています。

こうした良好なストックを積極的に生かしてこうと、UR都市機構では2010年7月から、子育て支援、高齢者支援に取り組む専門組織(現「ウェルフェア推進チーム」)を設け、暮らしやすい街づくりを推進しています。同時に子育て家族を応援する制度やサービスの充実などにも取り組んでいます。

子育てファミリー応援制度も充実

一部団地では、通常家賃3ヶ月分の敷金を、キャンペーン期間中は2ヶ月分で入居できるようにしたり、子育て支援団体に対して、集会場の使用料を無償化したりしています。

また、住戸の一部では、子育て世帯が使いやすいよう、住戸内外にさまざまなアイデアを取り入れたリフォームを行ったりしています。



▲サンラフレ百合ヶ丘(神奈川)の「子育てサロンゆうゆう」。育児講習をしたり情報交換をしたり、保護者同士の交流をしたりと、人気のサロンです。毎月第2月曜に麻生東第3地区民生委員児童委員協議会が主催しています。

ひろがる子育ての輪～UR賃貸住宅(一例)



▼河田町コンフォガーデン(東京)の「みんなで見守る子育て広場～ミマモカフェ」。これはURが集会場の一部をキッズ集会室として提供。

花見川団地(千葉)の「子育てリラックス館」。月～土曜オープンしている子育てや情報交換の場。千葉市の子育て支援策に基づいています。▶



▼八千代ゆりのき台パークシティ(千葉)の乳幼児と保護者のための「遊びと交流の広場」。毎週木曜(第5木曜除く)ほか開催のUR、八千代市との協力事業です。

情報交換したり、助け合ったりしてるのね。



そのうえ開放的なこの広々とした空間は子どもたちにとってうれしい場所です。詳しくはURのホームページ「コソダテUR」(検索)へ

あと、ハートアイランド新田一～四番街、国立富士見台、鷹尾、みさと団地など多くにひろがっていますよ。

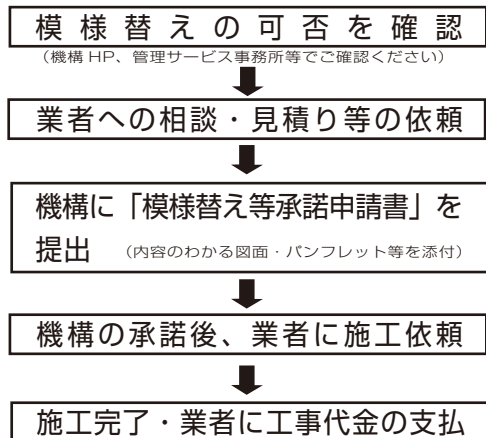
写真はコンフォール鶴瀬(埼玉)

まんがキャラクター：ウノ・カマキリ

UR賃貸住宅の模様替えについて（お知らせ）

UR賃貸住宅では、住戸内設備等の改良（模様替え）を行うことができます！

模様替えの流れ：例



なお一部の模様替え項目については、適切な施工及び維持管理の必要性から、機構指定の業者による施工をお願いすることとなりますので、事前に管理サービス事務所又は住宅管理センターにご確認ください。

機構では、住宅の保全等のため、模様替えに係る仕様、施工方法等の条件を定めており、これに適合するものについて承諾することとなりますので、機構の承諾を得た上で、模様替えを行ってください。

模様替えを行う場合は、内容の分かる図面・パンフレット等を添えて、機構に模様替え承諾申請書（又は簡易模様替え届）を提出していただきます。

模様替えを行う場合の手続

お住まいいただいているお客様の多様なニーズに対応し、サービスの向上を図るため、機構の定める範囲において、お客様が自らの負担により住戸内設備の改良（模様替え）を行うことができます。

代表的な模様替え事例

模様替えが可能な代表的な項目には、

- ・多機能洗浄便座の設置
- ・襖の張替
- ・補助錠の設置

といったものがあります。

また、模様替えには、退去時に原状回復を必要とするものと、そうでないもの（残置可能なもの）があります。

その他の模様替えの可否については、機構ホームページ、管理サービス事務所等でご確認ください。



介護保険を利用した住戸内改修をご存知ですか？

UR賃貸住宅においても、機構の定める範囲において、介護保険を利用した住戸内改修を実施することができます。（機構への模様替え手続が必要です。）

住戸内改修に当たっては、事前に市区町村に申請が必要となりますが、市区町村から、最大で、支給限度基準額20万円の9割（18万円）の給付を受けることができます。

なお、対象となる工事は次のとおりです。

- ① 手すりの取付け
- ② 段差の解消
- ③ 床材の変更
- ④ 扉の取替え
- ⑤ ①～④に伴う必要な工事

※介護保険の詳細は、お住まいの市区町村にご相談ください。

厚生労働省からののお知らせ

平成 25 年国民生活基礎調査にご回答をお願いします

厚生労働省では、「平成 25 年国民生活基礎調査」の世帯票・健康票・介護票調査を 6 月 6 日、所得票・貯蓄票調査を 7 月 11 日にそれぞれ実施いたします。

実施にあたっては、お住まいの地域の都道府県又は市区の地方公務員として任命された調査員が世帯を訪問して調査にあたります。調査員には守秘義務が課せられており、調査票に書かれた内容を他に漏らすことは、「統計法」という法律で厳しく禁じられていますので、安心してご回答をお願いします。

なお、調査員は調査員証を携帯し、以下の日程で直接世帯を訪問しますので、調査対象世帯となられた場合には、よろしくお願いします。（この調査は抽出調査のため、すべての方に実施するものではありません。）

【調査の日程】

① 4 月 19 日頃～

事前に世帯の人数などを確認するために訪問します。

② 6 月 6 日の前後 1 ～ 2 週間程度の間

世帯票・健康票・介護票をお配りし、後日受け取りに伺います。

③ 7 月 11 日の前後 1 ～ 2 週間程度の間

所得票・貯蓄票をお配りし、後日受け取りに伺います。

○調査の目的

国民生活基礎調査は、全国の世帯と世帯員の皆さんを対象にして、保健、医療、福祉、年金、所得等国民生活の基礎的な事項を調査し、厚生労働省が政策の企画及び立案をするために必要な基礎資料を得るとともに、各種の世帯調査の親標本をつくることを目的として毎年行っている厚生労働省による調査です。

◆本調査の詳細は、**厚生労働省 国民生活基礎統計第一係 03-5253-1111（内線：7587）**にお問合わせください。

“家賃並みのローン”で買えるなら、とお思いのみなさま、
賃貸と分譲マンション、ほんとはどちらがおトクか知っておきましょう!



家賃の支払いとローンの返済。
どっちがおトク?

分譲派

賃貸はずっと家賃を支払わなければならないけど、買ってしまえばローン終了後は家賃もいらないでしょ。しかも資産として残るし、分譲がおトクだよ。

賃貸派

分譲マンションの場合、ローンが終わっても、税金や維持費はずっと続くでしょ。物件の場所によって違うけど、3000万円くらいのマンションでも固定資産税で毎年10万円くらいかかるらしいし。管理費とか修繕積立金だってある。しかも修繕積立金では、大規模な修繕には足りないという問題も出ているらしいよ。それから、土地の価格が値下がりしている今、資産価値が続くというのも疑問だな。ローンが払い終わった頃に、払った分だけの価値が無かったら…。

分譲なら内装や間取りを
自由に換えられる?

分譲派

分譲マンションの良さは、内装や間取りを自由に換えられるところだな。自分の好みで自由に換えられる。設備だって好きなものに入れられるし。

賃貸派

自分で内装や間取りを換えられるのは魅力だけど、業者の手配や工事の住まいをどうするとか、いろいろ面倒も多いし、大きさ、設備、面積までは換えられない。賃貸なら、自分の好みに合う間取りや内装の部屋を探すだけでいいんだよね。最近は、入居者の希望で内装を換えられるケースもあるらしいし。分譲は自分で自由に設備を換えられるけど、修理代とかも自分で払わなければならないよね。自由ってことを考えるなら、賃貸のほうが自由度が高いような気がする。



この時代、ローンを組むって
リスクが高いんじゃない?

賃貸派

これからもどんどん給与が上がっていく時代なら、とにかく、先が見えない時代に大きなローンを組むのは少し心配だな。もしローンを支払うのが厳しくなったら…。

分譲派

大丈夫さ、ローンが払えなくなったら売ってしまえばいいんだし。そこが自分の資産として持っている強みだと思うよ。

賃貸派

でもローンをいつまで払ったかによるだろうけど、最初のほうの支払いは金利分がほとんど。元金がほぼ全額残ってしまうなんてこともあるようだよ。ローンが残っているうちは売るに売れないってことも…。

不動産の価格が上がる時代は
分譲がおトク?

賃貸派

分譲マンションも、不動産の価格が上がる時代ならメリットがあったから、僕も買ったと思う。価値が下がってしまう時代にローンを組んで買うのは「？」

分譲派

やっぱり老後のこととかを考えると、自分で持っている住宅があるのは安心だよ。少しリスクがあっても、買っておくのがいいんじゃないかな…。

賃貸派

その老後に、持ち家から賃貸に切り替える人も増えているそうだよ。病院が多くて、しかもショッピングに便利な場所とか、都心に戻る人も。子供が独立したら夫婦水いらずでコンパクトな住宅が良かったり、年代によってライフスタイルも変わるから、やっぱり賃貸でいいのかもね。

特別企画

賃貸派
VS

分譲派

どちらがおトク?

保存版

自由に住み替えできないと
のちのち不自由じゃないの?

賃貸派

やっぱり自由に住み替えられる賃貸のほうがいいと思う。買ったマンションのお隣さんと仲が悪くなってしまったら…。想像するだけでちょっと怖い。

分譲派

確かにご近所に変な人がいたらっていうのはリスクがあるよね。でもどうしてもダメなら、自分のマンションを貸して別のところに住むって方法もあるしね。

賃貸派

意外と知られてないんだけど、住宅ローンが残っているマンションを賃貸にするのはルール違反なんだよ。借り換えたりしなければならぬのが基本。それに他人に貸しても修繕費は自分で支払わなければならないし、やっぱり気楽に住み替えできるほうが、僕はいいな。

分譲派

うーん、あえて賃貸という発想もあるんだな。本当はどちらがおトクなのかはきちんと考える必要があるな。

URは賃貸派を応援します。



西武車両が図書館の団地

東京都東村山市の「グリーンタウン美住一番街」内には、西武車両を利用した「くめがわ電車図書館」があります。開設は1967年。地域の子どものために、絵本のよみかせや紙芝居などを行い、毎年10月の団地まつりにも参加しています。

開館日は水曜(10:00~12:00、14:00~16:30)と土曜(14:00~16:30)です。

※水・土曜が祝祭日の場合は休館。

東京都東村山市・UR賃貸住宅 グリーンタウン美住一番街
東京都東村山市美住町1-4-1 西武新宿線「久米川」駅徒歩10分 総戸数945戸

童謡のプロムナード(童謡の小道)

埼玉県久喜市・UR賃貸住宅 久喜青葉

埼玉県久喜市青葉1
JR宇都宮線(東北線)・東武伊勢崎線「久喜」駅
バス9分徒歩1分
総戸数1550戸



久喜青葉団地中央を南北に走る歩行者・自転車専用道路沿いに、童謡の歌詞を刻んだ石碑が並んでいます。ここを団地では「童謡の小道」と呼んで親しまれています。当団地の建設時の基本理念として「武蔵野のおもかげを残す郷土景観にマッチさせる修景計画によって、ふるりのイメージを造成する」(団地内説明板より)とのコンセプトを掲げ、空堀の小川、開放的な明るい広場やサクラの木々などを周囲に配しています。

童謡歌碑は、「赤とんぼ」(三木露風)、「この道」(北原白秋)、「どんぐりころころ」(青木存義)、「仲よし小道」(三苦やすし)、「七つの子」(野口雨情)、「靴が鳴る」(清水かつら)、「めだかの学校」(茶木滋)、「ふるさと」(高野辰之)の8つで、だれでも知ってる親しみのある歌です。



童謡の歌碑群



▲団地中央にある「童謡の小道」歌碑と小川▶

ジャズのスクエア

横浜市中区・UR賃貸住宅 ベイシティ本牧南

神奈川県横浜市中区本牧原21
みなとみらい線「元町・中華街」駅(バス12分徒歩4分)
JR根岸線「根岸」駅(バス11分徒歩4分)
総戸数572戸



▲ジャズ楽器の絵がある広場

横浜はアメリカ文化をまっ先に取り込んだところで、ジャズ喫茶も横浜で誕生しました。その伝統から、「本牧ジャズプロムナード」が毎年行われており(現在は不定期開催)、ベイシティ本牧南の広場にそれが表されています。



タイトルイラスト：ひらかわしょうごう

哲学のプロムナード

東京都中野区・UR賃貸住宅 哲学堂公園ハイツ

東京都新宿区西落合2-20-1
中野区松が丘1-33-1
西武新宿線「新井薬師前」駅徒歩7分
総戸数163戸



哲学堂公園内の「意識駅」

哲学堂公園ハイツは、その名の由来となった「哲学堂公園」と隣接する団地です。敷地から続く「哲学の庭」には古今東西の聖人の銅像が置かれ、妙正寺川にかかる橋を渡れば「哲学堂公園」で、まさに「哲学のプロムナード」です。



哲理門(てつりもん)【妖怪門】



宇宙館(うちゅうかん)【講堂】

▶ここには東洋の哲人として、日本子、印度の龍樹、中国の荘子、六賢として祀られています。



六賢台(ろくけんだい)



▶四聖堂(しせいどう)・西洋哲学の孔子と釈迦、カントの4大哲学者を祀っています。

アートのプロムナード

茨城県取手市・UR賃貸住宅 取手井野、取手井野第二

茨城県取手市井野団地
茨城県取手市井野2-3-30(第二)
JR常磐線「取手」駅徒歩15分 又はバス5分
徒歩1分。第二は取手駅徒歩15分
総戸数2166戸、110戸(第二)



▲いこいの+Tappino



▲東京芸大などの卒業生たちによる作品展('12年秋)

▶団地内カフェスタッフのエプロンも手作りアートです



団地内にある井野アーティストヴィレッジ

取手市はアートの街です。1999年に、市民、取手市、東京芸術大学の三者共同によりスタートした「取手アートプロジェクト」(TAP)

は、アーティストの活動支援、市民への芸術体験機会の提供を目的に、日常生活の中でアートに触れられる環境づくりをめざしています。TAPが運営している取手井野団地内のカフェ「いこいの+Tappino」では、アーティストたちが通い、住民と一緒に、さまざまな企画や催しを行っているほか、団地内にある東京芸術大学などの卒業生たちのアトリエ「井野アーティストヴィレッジ」でも、作品展、ワークショップ、フリーマーケットなどが、適宜開催されています。

ドン・キホーテのスクエア

千葉県印西市・UR賃貸住宅

千葉ニュータウン
ファーストアベニュー小倉台

千葉県印西市小倉台1-4ほか
北総線「千葉ニュータウン中央」駅徒歩8分
総戸数304戸



ファーストアベニュー小倉台の団地広場にユーモラスな姿でたたずむこの像は、スペインの作家・セルバンテスの「ドン・キホーテ」像です。騎士道物語を読み過ぎて妄想に陥った郷土(下級貴族)の主人公が、自らを伝説の騎士と思い込み、「ドン・キホーテ・デ・ラ・マンチャ」(「ラ・マンチャの騎士・キホーテ卿」)と名乗り、瘦せこけた馬のロシナンテにまたがり、従者サンチョ・パンサを引き連れ遍歴の旅に出かける物語です。

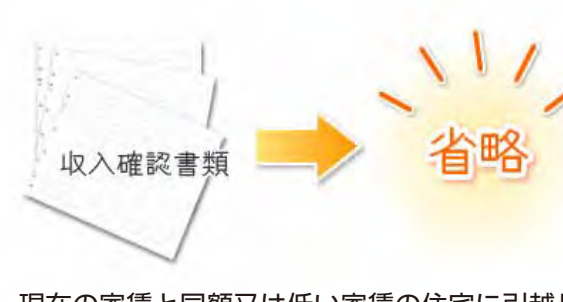
選ぶなら、次もUR!!

URからURへのお引越ならメリットがいっぱい!!
お引越を検討されている方、是非とも次もUR賃貸住宅へ!

UR賃貸住宅に
お住まいの方限定!!



UR賃貸住宅からUR賃貸住宅に住み替える場合には、ご契約までに敷金をご準備いただくことなく、入居される月の日割り家賃と日割り共益費だけで住替えOK。



現在の家賃と同額又は低い家賃の住宅に引越される場合に限り、本来必要な収入額を確認できる書類の提出を省略することができます。

UR賃貸住宅についてのお問合せ先

UR賃貸住宅の空き室状況のお問合せは、フリーダイヤルへ。
午前9時30分~午後6時(定休日:なし/年末年始除く)

☎ 0120-411-363

インターネットでもお申込みができます。
(24時間受付)

UR賃貸 申込み 検索

<http://sumai.ur-net.go.jp/>

快適な居住のために —音・廊下・バルコニーのご注意—

生活音に気配りを

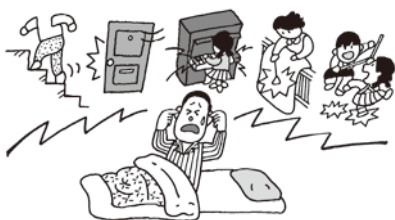
テレビ・ステレオ・ピアノなど音の出るものは壁から少し離して置くように工夫してみてください。同時にフローリングはカーペットを敷く、椅子の足に厚手の生地を覆ったり、フェルトを貼るなどちよつとした気遣いで大

気遣いや工夫を
忘れずに

このような床や壁を通して伝わる音を防ぐことは、なかなかむずかしい。上下階、隣同士のトラブルになることが少なくありません。

コンクリートは音を伝えます。コンクリートの建物の床や壁面は、振動音をかなり敏感に伝えますから「音」によるトラブルが意外にあります。ドアの開閉音、階段の昇降音、子供の飛び跳ねる音、深夜のトイレ・入浴による流水音、そのほかにもテレビ、ステレオ、ピアノなど住宅内には、騒音源はたくさんあります。

分改善されます。テレビ・ステレオなどの深夜の使用は出来るだけ音を小さくしましょう。周囲が静かになると意外と聞こえるものです。不用意に床や壁に衝撃を加えたり、室内で大きな物音をたてたりすることも、生活のルールとして気をつけたいものです。



近所迷惑な響く音))))

お互いに共同生活を営んでいるわけですから、ある程度の生活音は我慢しあうことも必要かと思えます。しかし共同住宅に住むうえで、お互いに近隣の人に迷惑をかけていないかを確認することは重要なことです。

廊下等に物を置かないように

廊下下を置くのは大変危険です



廊下式の住宅では、防火扉、消火栓、避難通路となる廊下、階段、踊り場の付近に物(自転車、植木鉢、ダンボール等)が置かれているケースが見受けられ、消防署の指摘を受けることがあります。

また、バルコニーは緊急時の避難路ですが、隣戸との仕切板付近に物が置かれているケースも同様です。

このようなことは、火災等が発生した場合、防火扉がしまらない、消火栓が使えない、廊下及びバルコニーからの避難に手間取る等、大事に至るおそれがあります。

バルコニー 使用上の ご注意



植木鉢は置かないように



踏み台は危険！

◎バルコニーの手すりのそばに幼児にとつて踏み台となる物を置くことは転落事故につながるものです。故に、絶対におやめください。

◎また、上階のバルコニー床に避難はしごが収納されている場合は、直下上階の方の避難の支障となるような物を置かないでください。◎物干しざおはフックに結んでおくなどしててください。

◎バルコニーは火災などの緊急時には避難路として使用します。特に隣戸との境の間仕切板は、打ち破って隣戸へ避難する避難口となりますので、周辺に物を置かないでください。◎バルコニーの手すり

皆様の日常の心がけで火災等による被害を最小限にいとめることができます。また、不審火を防ぐためにも、廊下や階段等の共用部分に物を置かないようお願いいたします。

怪しい請求行為にご注意を！

都市機構を装った文書・請求書には十分ご注意ください

- ① 家賃または賃貸料の振込先の変更
- ② 防災対策のための管理費の負担請求
- ③ 外壁等補修工事費の一部負担
- ④ 浄水器等の物品販売
- ⑤ 畳、ふすま、網戸等の物品販売
- ⑥ 水道管洗浄費用の負担請求
- ⑦ 地震対策補強器具の設置費用請求
- ⑧ UR都市機構が定めた家賃より廉価な家賃の賃貸物件の入居案内等、都市機構を装った詐欺まがいの文書の投函または葉書等の郵便物が届けられるという事態が発生しています。

これらの文書等は、都市機構とは一切関係のないものです。被害が発生しないよう十分ご注意ください。



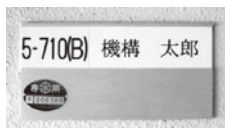
口座振替のお申込みは、金融機関窓口で受付けています。

UR都市機構では、家賃等のお支払いにつきましては、機構の指定する銀行、信用金庫又はゆうちょ銀行の口座振替によりお願いいたしております。まだ手続きをお済みでないお客様は、団地の管理サービス事務所又は住宅管理センター等におたずねください。

預貯金口座の残高確認をお忘れなく！
UR都市機構では、家賃等のお支払いにつきましては、機構の指定する銀行、信用金庫又はゆうちょ銀行の口座振替によりお願いいたしております。

家賃等のお支払いは
便利な口座振替を
ご利用下さい！

表札掲示のお願い



玄関集合ポストに必ず掲示を



玄関扉脇に表札を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、是非この機会にご協力をお願い申し上げます。

住宅管理 センター だより

総合版

住宅管理センター等の連絡先一覧

- 東京東住宅管理センター(東京東エリア経営センター)
☎03-5600-0811(代)
墨田区江東橋 4-26-5 東京トラフィック錦糸町ビル7階
- 城北住宅管理センター
☎03-3842-4611(代)
台東区東上野 5-2-5 下谷ビル4階
- 東京北住宅管理センター
☎03-5954-4611(代)
豊島区西池袋 1-11-1 メトロポリタンプラザ15階
- 東京南住宅管理センター
☎03-5427-5960(代)
港区芝 1-7-17 住友不動産芝ビル3号館1階
- 北多摩住宅管理センター
☎042-521-1341(代)
立川市曙町 2-34-7 ファーレイストビル10階
- 南多摩住宅管理センター
☎042-373-1711(代)
多摩市永山 1-5 ペルプ永山6階601号室
- 千葉住宅管理センター(千葉エリア経営センター)
☎043-270-5151(代)
千葉市美浜区高洲4-5-15
- 千葉西住宅管理センター(移転します)
☎047-474-1191(代)(電話は変わりません)
習志野市谷津 1-16-1 杉7C-802(5月2日まで)
【移転後=5月7日より】
船橋市前原西 2-12-7 津田沼第一生命ビル3F
- 松戸住宅管理センター
☎047-368-3800(代)
松戸市松戸 1307-1 松戸ビル13階
- 千葉西住宅管理センター 茨城分室
☎029-853-1365(代)
茨城県つくば市竹園3-23-2
- 横浜住宅管理センター
☎045-312-1131
横浜市西区北幸 1-1-8 エキニア横浜7階
- 神奈川西住宅管理センター
☎0466-26-3110
藤沢市藤沢 462 日本生命藤沢駅前ビル9階
- 横浜南住宅管理センター
☎045-835-0061
横浜市港南区港南台 3-3-1 港南台214ビル3階
- 東埼玉住宅管理センター
☎048-941-5311(代)
草加市松原 1-1-6 ハーモネスタワー松原3階
- 浦和住宅管理センター
☎048-885-9471(代)
さいたま市南区南浦和 2-41-5 メゾン大東ビル
- 西埼玉住宅管理センター
☎049-263-2111(代)
ふじみ野市霞ヶ丘 1-2-27-301 コナラ福岡二番館3階
- 北海道住宅管理センター
☎011-261-9277
札幌市中央区北3条西 3-1-44
ヒューリック札幌ビル5階
- E・I・M・I・S マネジメントサービス(株)
(北海道函館地区)
☎0138-22-5180
函館市若松町 2-5
明治安田生命函館ビル6階
- 宮城県住宅供給公社
☎022-263-0322
仙台市青葉区上杉 1-1-20 ふるさとビル内
都市機構・公社住宅課、保全課
- 新潟県住宅供給公社
☎025-285-6111
新潟市中央区新光町15番地2
新潟県公社総合ビル

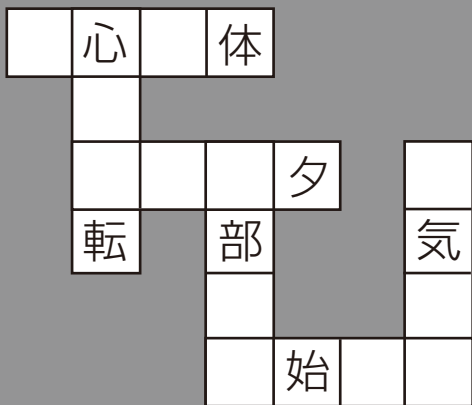
水漏れ・排水詰り・断水・停電などの 緊急事故時の連絡先

- 東京都・千葉県・神奈川県・埼玉県
茨城県にお住まいの方：
日本総合住生活(株)緊急事故受付センター
0570-002-004又は048-839-0901
- 宮城県：総合警備保障(株)
022-213-8750
- 北海道：緊急事故受付センター
011-261-7425
- 北海道(函館地区)：セントラル警備保障株式会社
0138-31-8171
- 新潟県：新潟県住宅供給公社電話代行サービス
025-280-1894

読者プレゼント・パズル

漢字クロスワード

四字熟語



ヒントの文字を生かして四字熟語のクロスワードを完成させてください。

このクロスワードには「**い**」の字が多く入っています。何文字使われているのでしょうか?

これが問題です。

クロスするところは1文字で数えます。マスの数でお答え下さい。

ご応募は、答えと、住所・氏名・年齢・電話番号と、今月号で気に入った記事、取り上げてほしいテーマを書いて、下記投稿募集要項の宛先へお送り下さい(5月15日まで。消印有効)。正解者多数の場合は、抽選で10名様に図書カードを進呈します。

ほたてとトマトのくるみ和え

コクのある「くるみだれ」が、ほたてとトマトのうま味を引き立てる!

【材料】(2人分)

ほたて貝柱(刺身用)… 140g
 トマト …… 1個
 くるみ …… 30g
 A オリーブオイル… 大さじ1/2
 塩・粗挽き黒胡椒… 各少々



エネルギー 215kcal

【作り方】

- (1) くるみはオーブントースターで軽く色づくまで焼き、粗熱が取れたら、すり鉢に入れて粗くすりつぶす。Aを加えて混ぜ、和え衣を作る。
- (2) トマトは湯むきして、へたをとり、1.5cm角に切る。ほたては4つ割りにする。
- (3) (1)と(2)を軽く和える。

豆腐のなめこあんかけ

あたたかい豆腐になめこのトロリとしたあんが合います

エネルギー 164kcal

【材料】(4人分)

木綿豆腐 …… 400g
 だし昆布 …… 8cm
 塩 …… 少々
 なめこ …… 100g
 だし汁 …… 200ml
 醤油・みりん… 各大さじ1+1/2
 ツナフレーク …… 80g
 片栗粉 …… 大さじ1
 青ねぎ(小口切) …… 2本分

【作り方】

- (1) 豆腐は4等分にし鍋に昆布と一緒に入れ、水2カップと塩を加えひと煮立ちさせる。なめこはさっと洗う。

- (2) 鍋にだし汁と醤油、みりんを煮立て、なめことツナを入れる。再び煮立ったら片栗粉を倍量の水で溶いて加え、とろみをつける。
- (3) 豆腐を器に盛り、(2)をかけてねぎを散らす。



出典:「ぱくぱく献立くん」 <http://www.kondatekun.com/>

なるほど情報café

10分で完成!かんたんクッキング

時間がない……そんなときに覚えておくにとっても便利な時短レシピ

白雪汁

大根の辛みが消えてマイルドな味わいに

【材料】(4人分)

大根 …… 200g
 ほうれん草 …… 120g
 油あげ …… 10g
 だし汁 …… 2カップ
 みそ …… 大さじ2
 牛乳 …… 200ml



エネルギー 73kcal

【作り方】

- (1) 大根はすりおろす。ほうれん草はゆでて、2cmの長さに切る。油あげは湯通しして、せん切りにする。
- (2) 鍋にだし汁を入れ、(1)の大根と、油あげを加え、みそをとき入れ、火を止める寸前に牛乳、ほうれん草を入れる。

投稿募集要項

本紙への投稿をお待ちします

- ① お便り = 随想、わが団地、季節の便りなど明るい話題を300字以内で。
- ② わが家のかんたんレシピ = ご家庭の自慢料理をご紹介ください。
- ③ 投稿イラスト、投稿写真 = 題材自由。(匿名希望可。原則として応募原稿は返却いたしません)

- 応募の方は、住所・氏名・年齢・電話番号と、本紙で気に入った記事、取り上げて欲しいテーマを書き添えて、下記へお送りください。

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-7-12 巖松堂ビル
 (株)産研・your らうんじ編集室

- 締切 = 平成25年5月15日
 - 採用された方には薄謝進呈します。
- ※ ご記入いただいた個人情報掲載と薄謝の送付以外使用いたしません。

● 鉢選び
 さまざまな種類の花を寄せ植えできる長方形のプランターが、鉢の片側が平面になっていて壁にぴったりつけて置けるものをおすすめです。限られたスペースを有効に活用するにはハンギング(吊り鉢)を飾るのも便利ですが、強風で鉢が飛ばされたり、下に落ちたりする危険もあるので、しっかりと固定することをお忘れずに。



緑のカーテンで夏の暑さを防ぐ

ゴーヤや朝顔、ベチマなどのつる性植物を窓の外側で育てる「緑のカーテン」は省エネの強い味方。5月中旬から6月上旬には苗を植える。夏には立派なカーテンが出来ます。日差しを遮りながら涼しい風を室内へ通すことで、冷房費も節約出来ます。



● 水やりと手入れ
 植物の水やりは大切。春と秋は毎日、夏は朝晩の2回、冬は週に1〜2回が目安。肥料も植物の種類に応じて適したものを選びましょう。心がけたいのは隣室や階下などに葉や花びらが飛ばないように、まめに掃除をすること。落ち葉や流れた土で排水溝が詰まってしまうこともあるので注意が必要です。こまめにチェックし、気づいたときに除去を。周囲に迷惑をかけないようにベランダガーデニングを楽しみましょう。

● 鉢選び
 さまざまな種類の花を寄せ植えできる長方形のプランターが、鉢の片側が平面になっていて壁にぴったりつけて置けるものをおすすめです。限られたスペースを有効に活用するにはハンギング(吊り鉢)を飾るのも便利ですが、強風で鉢が飛ばされたり、下に落ちたりする危険もあるので、しっかりと固定することをお忘れずに。

おもしろ子どもランド こどもの国 (神奈川県横浜市)



白鳥湖

こどもの国は都心から約 30 キロに位置し、多摩丘陵の雑木林をそのまま生かした自然の遊び場です。広さ約 100ha (約 30 万坪)、雑木林をぬうように散策道路が縦横に通じています。遊具広場、芝生広場、ミニSL、横浜一長いローラー滑り台、湖、ミニアスレチック、せせらぎ、つり橋、サイクリングコース (1.6 キロ) などがあり、湖ではボートやドラム缶いかで遊べます。牧場には乳牛約 40 頭、ヒツジ約 20 頭が放牧され、ウサギなどを抱いてふれあうことの出来る「こども動物園」もあり、ポニー乗馬も楽しめます。搾りたての牛乳を製品化した「特別牛乳サングリーン」やソフトクリームが評判です。(参考: こどもの国ホームページ)

◆運営主体: 社会福祉法人こどもの国協会

◆所在地: 横浜市青葉区奈良町 700

☎045-961-2111

◆開園時間: 9 時 30 分～ 16 時 30 分

(7,8 月は 17 時まで開園)

◆休園日: 毎週水曜日 (水曜が祝日の場合開園)

12 月 31 日・1 月 1 日

◆入園料: 幼児 100 円、小中学生 200 円

高校生～大人 600 円

◆HP: <http://www.kodomonokuni.org/>



モーモードーム



牧場

新座団地 (埼玉県新座市 /3.26)



▲隣接の柳瀬川堤の桜並木

▲広場に集うお花見の人々

高島平 (東京都板橋区 /3.22)



▲団地を縦貫するさくら通りの夕暮れ

▲夜桜もきれいです

シャレール荻窪 (東京都杉並区 /3.26)



▲団地脇を流れる善福寺川緑道の桜並木

霧が丘グリーンタウン (神奈川県横浜市 /3.23)



▲22 街区の桜並木

常盤平 (千葉県松戸市 /3.28)



▲駅前さくら通りの他、団地内にも桜がいっぱい

コンフォール十日市場 (神奈川県横浜市 /3.23)



▲隣接の十日市場西公園と住棟群



各地の桜だより
今年には桜の開花が早く、東京都心で3月14日に開花宣言があったあと、3月下旬には満開となった首都圏・各地の桜風景を紹介します。