

your **らうんしん** 204号

2013年
12月号



本紙は、皆様とUR都市機構とのパイプ役として、よりよいコミュニティづくりをめざしています。

編集・制作：株式会社産研
TEL03-3518-2431



アップルパイ

リンゴに含まれるペクチンが消化を促進し、ケテンは抗酸化作用があり、高血圧や成人病予防、老化予防などに「医者入らずの果物」といわれています。



フルーツ協奏曲

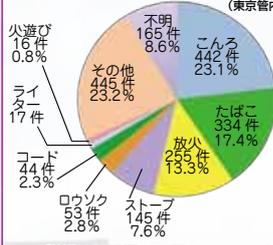
リンゴ(林檎/バラ科リンゴ属)

● 原産地 中央アジア地方
● 多く出回る時期 秋～冬
● 主な産地 青森、長野、岩手
● リンゴは、紀元前6000年頃にはトルコに登場、紀元前1300年にはエジプトで栽培されていました。日本では明治から本格栽培されました。リンゴは成長ホルモンのエチレンを発し、他の果物や野菜の成熟を促してしまいます。冷蔵庫保存時はラップかポリ袋に包むとよいですよ。

12月号の主な記事 八重洲・新宿・梅田のUR営業センターに高齢者相談窓口を開設/エレベーターのご利用について——2面
近居促進制度が始まりました/URにお友達をご紹介ください——3面 住まいセンターだより——6面

こちら **くらしの探偵社** 火災に気をつけましょう!

平成24年の住宅火災出火原因



※詳細は、東京消防庁ホームページ「平成25年秋の火災予防運動」を。
<http://www.tfd.metro.tokyo.jp/>

なお、参考として平成24年中の住宅火災出火原因は次の通りです。

出火原因の上位5位をみると、第1位は放火858件、第2位はたばこ428件、第3位はガスストーブ等209件、第4位は電気ストーブ75件、第5位は大型ガスコンロ49件となっています。建物から出火した火災は1593件で、このうち住宅火災は939件と6割近くを占めています。

火災原因のワースト5

東京消防庁によると、平成25年上半期(1月～6月)に発生した火災は2706件(東京管内)で、前年同期比41件の増加となりました。

冬は暖房など、火を使うことが多く乾燥するため、最も火災が多い時期となっています。そこで火災予防についてレポートします。

▲共用廊下等に燃えやすいものを置くと、放火の原因となります

消防局では、この6つが火災を出さないポイントだとして、奨励しています。

- 1 放火への備えです。「放火されない、放火させない環境づくり」が大切です。
- 2 また、ゴミは決められた日の朝、決められた場所に出すようにすることも放火対策となります。

火の用心ー6つのポイント

- 1 寝たばこや、たばこの投げ捨てはしない!
- 2 子どもには、マッチやライターで遊ばせない!
- 3 火を使う料理中は、その場を離れない!
- 4 共用廊下等に新聞・雑誌等燃えやすいもの、放火の原因になるものは絶対に置かない!
- 5 ふろの空焚きをしない!
- 6 ストーブには燃えやすいものを近づけない!

▲料理中はその場を離れない

▲寝たばこは絶対にやめましょう

▲は、最近特に増えている、たばこによる火災を防ぐためのもので、寝たばこや投げ捨てはしません。吸い殻入れを常に携帯して下さるからね。

火災になったら

- 1 万が一、火事になったら、落ち着いて、次の3つのことを行いましょう。
- 2 ● 早く知らせる
大声で近所に知らせる。すぐ119番通報をする。
- 3 ● 早く消火する
火が天井に燃え広がらないうちに、すばやく消火する。
- 4 ● 早く逃げる
火が天井に回ったら、すぐに避難する。
避難する時は、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を絶つ。
煙の中を逃げる時は、ぬれたタオルなどで口をおおい、できるだけ姿勢を低くする。

消火器を備えておくのもよいですし、設置されている火災警報器は時々、手入れや点検をしておくようにしましょう。

背景写真：みさと団地(埼玉)
まんがキャラクター：ウノ・カマキリ
参考資料：東京消防庁HP、横浜消防局HP
写真提供：ハイレスメイジス(アップルパイ)

八重洲・新宿・梅田のUR営業センターに「高齢者相談窓口」を開設

UR都市機構では、高齢者の方にも安心してUR賃貸住宅をお選び頂けますよう、UR賃貸住宅への入居を希望・検討しているお客様からの高齢期の暮らしや各種福祉制度等のご相談について、次のUR営業センター内で専門スタッフがご対応いたします（ご相談無料）。

ご相談は事前予約制です。
お電話にて、お気軽に
お申し込みください。



※介護支援専門員(ケアマネージャー)、社会福祉士等がご対応いたします。

開設するUR営業センター

営業センター名	所在地	高齢者相談窓口 電話番号	営業センター 営業時間
UR八重洲営業センター	東京都中央区八重洲1-6-6 八重洲センタービル1階	03-3527-9502	9:30~19:00
UR新宿営業センター	東京都新宿区西新宿6-5-1 新宿アイランドタワー2階	03-5990-5820	9:30~18:00
UR梅田営業センター	大阪市北区梅田2-2-22 ハービスエント オフィスタワー12階	06-6346-3446	9:30~19:00

開設日時

火曜日、木曜日、土曜日及び日曜日 午前10時~12時、13時~17時(最終受付は16時)
12月29日から1月3日を除き祝祭日も開設します。 ※ご相談は、高齢者窓口開設日時にお受けいたします。

エレベーターのご利用について

UR が所有する全てのエレベーターは、定期的な点検と年1回の法定点検を、エレベーター製造メーカー又はその系列保守会社とのフルメンテナンス契約により実施し、安心してご利用いただけるよう維持管理に努めております。

なお以下は、エレベーターを安全にご利用頂く際の注意事項について、代表的なものを記述しておりますので、ご一読頂ければ幸いです。

扉にもたれかかったり手をふれたりしていると、扉が開く時手を引き込まれる危険があります。特にお子さまには十分ご注意ください。

ドアの引き込まれに ご注意ください

大きな動きを検知すると安全装置が作動して非常停止する場合があります。場合によっては閉じ込められることもあります。

エレベーター内で あばれると危険です



乱暴な操作はしない

扉をたたくなど乱暴な操作はエレベーターの誤作動、閉じ込めや故障の原因となります。また、不必要なボタンを操作すると他の利用者への迷惑ともなります。

ボタン等はいないに 扱ってください

扉の閉じたエレベーターにかけ込むことは絶対におやめください。挟まれたり転倒したりしてケガを負うことがあります。また、他の方と衝突するなどして思わぬ事故となることもあります。

かけ込みは おやめください



ミゾを詰まらせないで

安全のため、扉が開まらないとエレベーターは動きません。ゴミや小物などを落として敷居のミゾを詰まらせないようにしてください。

扉の敷居への落し物に ご注意ください

マフラー、なわとびなど、長いひも状のものは、注意が必要です。扉に挟まれたままエレベーターが動き出すと、思いもかけない大きな事故につながります。

長いひもに ご注意ください

不注意やイタズラなど、お子さまの行動が思わぬ事故や故障を引き起こすことがあります。また、停電などのアクシデントが発生した場合、お子さま1人では対応が困難になる可能性があります。必ず保護者の方が付き添ってご利用ください。

お子さまの1人乗り は危険です



手の引き込まれに注意

お住まいの皆様へ耳寄りなお知らせです!!

お知らせ ①

平成25年9月1日より **5年間5%割引!**

近居促進制度が始まりました!

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

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%(*)割引します!!

詳しくはお近くのUR営業窓口へ!!

孫の顔がいつでも見られるし、
万が一の時も安心♪



忙しいときに子供の面倒を
見てもらえて助かるわ♪



世帯要件	子育て・高齢者等世帯	支援世帯
	<ul style="list-style-type: none"> ・高齢者(満60歳以上の方)がいる世帯 ・子ども(同居する20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 	<ul style="list-style-type: none"> ・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 ◆
- ※ 割引期間は、入居開始可能日から起算して5年間です。入居時には近居が成立すること、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割引は適用されません。また、毎年1月1日時点での近居状況を確認し、近居が成立していない場合には、同年3月31日をもって割引を終了します。
 - ※ 一部対象外となる団地や住戸があります。

お知らせ ② URにお友達をご紹介ください!!



ご紹介を受けた方が、UR賃貸住宅へ新規契約・ご入居された場合、金券をプレゼントいたします。

- ※ お住まいの地域によってプレゼントの内容や適用条件等が異なる場合がございます。
- 詳細は、お近くのUR営業窓口までお問い合わせください。

おどろ! こんどころき

ハクチョウ 本笠村

千葉県ニュータウングリーン
プラザ滝野から車で約15分
の本笠村の水田に、平成4
年からハクチョウが飛来し
ています。最初は数羽であ
ったのが、順次は成功し
て今では百十頭弱まで増
わっています(羽数は毎年
1000羽以上)

千葉県印西市 UR賃貸住宅
千葉ニュータウン グリーンプラザ滝野
千葉県印西市滝野3-7
北総線「印西牧の原」駅徒歩12分 総戸数100戸

団地の魅力を集めてみました

団地博物誌

＜自然・野鳥編＞

タイトルイラスト：ひさかむしよじろ

自然環境に恵まれた野鳥が見られる団地UR賃貸住宅の団地の多くが、自然環境に恵まれ、団地内には緑が豊富です。団地内に隣接地にも公園緑地あるいは水辺を整備されているところが多く、そこには鳥類が集まって来ます。そこで今回の「団地博物誌」は、「自然・野鳥編」として、野鳥が見られる団地を紹介し、千葉県・谷津パークタウンに隣接する「谷津千潟」は1973年にラムサール条約で認められたところ。また、同じ千葉県の本笠村では毎年、水田に水を張って、渡ってくるハクチョウを保護しているなど、興味深いところを取り上げました。

カワセミ=丸池公園 ツグミなど=御せ内

東京都 UR賃貸住宅 新川・島屋敷通り

三鷹市新川4-25ほか
JR中央線「三鷹」駅より14分徒歩2分
京王線「仙川」駅より8分徒歩2分 総戸数986戸

▲四季折々の緑が豊富な新川・島屋敷通り

武蔵野のおもかげを残す団地内

武蔵野のおもかげが色濃く残った団地、新川・島屋敷通りには、四季折々の樹木や花々が行き交う人々に微笑みかけ、野鳥もまた、静かに語りかけます。冬に咲く野鳥はツグミ、ヒヨドリ、メジロ、春はソウコウカラ、ハクセキレイなどが見られます。

また、仙川沿いの「新川丸池公園」は、みはらしやま、広敷市民参加で復元された湧水の池などがあり、市民の散歩スポットとなっています。丸池には「コサギ、カモ類の他、カワセミがおすずれ、愛らしい姿が観察できるのもあります。

新川丸池公園の丸池

カワセミ

千葉県習志野市 UR賃貸住宅 谷津パークタウン

京成本線「谷津」駅 徒歩6分・10分
JR常葉線「美田沼」駅 徒歩5分徒歩1分
JR京葉線「南船橋」駅 徒歩17分

多種多様な水鳥 谷津千潟

谷津パークタウン 吾妻街 (習志野市谷津3-1 / 593戸)
谷津パークタウン 武蔵街 (習志野市谷津3-1 / 175戸)
谷津パークタウン 参差街 (習志野市谷津3-1 / 864戸)

▲ヒドリガモ ▲デザイン ▲アオサギ

谷津千潟自然観察センター
千葉県習志野市秋津 5-1-1
☎0477-4548416
●開館時間：9:00～17:00
●休館日：月曜 (祝日は翌日)
●年末年始 (12/28～1/1)
●入館料：中学生以上無料、高校生以上360円、65歳以上180円

「谷津千潟」は、1973年にラムサール条約で認められた、水鳥たちの至宝。水鳥たちは千潟の海の中に「ゴカイ、カニ、貝など、水中には魚類などが多く生息しています。これを観察する施設として、1994年に「谷津千潟自然観察センター」がオープン。谷津千潟の保全や野鳥、自然についての講義、小中学校の環境教育の場、自然観察会の場としても活用され、センター主催の観察会やイベントも開催されています。

「谷津千潟」は、1973年にラムサール条約で認められた、水鳥たちの至宝。水鳥たちは千潟の海の中に「ゴカイ、カニ、貝など、水中には魚類などが多く生息しています。これを観察する施設として、1994年に「谷津千潟自然観察センター」がオープン。谷津千潟の保全や野鳥、自然についての講義、小中学校の環境教育の場、自然観察会の場としても活用され、センター主催の観察会やイベントも開催されています。

東京都港区 UR賃貸住宅 シーリアお台場 一番街/三番街/五番街

ゆりかもめ「お台場海浜公園」駅徒歩1分～9分
ゆりかもめ「東区テレポート」駅徒歩5分～13分

シーリアお台場一番街 (東京都港区台場1-1 / 369戸)
シーリアお台場三番街 (東京都港区台場1-3 / 383戸)
シーリアお台場五番街 (東京都港区台場1-5 / 114戸)

ユリカモメ お台場海浜公園

シーリアお台場隣接の「お台場海浜公園」の砂浜で、ユリカモメ(円内も)と遊ぶ子どもたち

「シーリアお台場」は、都心から徒歩圏内に広がるお台場の歴史に近く、新旧各所に恵まれたUR賃貸住宅です。目の前に広がる浜辺は、都民の憩いの場であり、ビーチライフも行われる静かな波打ち際となっています。ここでも新交通システムの名称にもなっているユリカモメがたくましく泳ぎ、訪れる子どもたちと戯れる、ほほえましい姿が見られます。

▲シーリアお台場 一番街

「シーリアお台場」は、都心から徒歩圏内に広がるお台場の歴史に近く、新旧各所に恵まれたUR賃貸住宅です。目の前に広がる浜辺は、都民の憩いの場であり、ビーチライフも行われる静かな波打ち際となっています。ここでも新交通システムの名称にもなっているユリカモメがたくましく泳ぎ、訪れる子どもたちと戯れる、ほほえましい姿が見られます。

埼玉県川口市 UR賃貸住宅 リバビア川口青木

埼玉県川口市青木四丁目21
埼玉高速鉄道「南鳩ヶ谷」駅徒歩10分 総戸数230戸

▲カルガモ ▲オナガガモ

▲リバビア川口青木と、すぐ下を流れる旧芝川水辺に集うカルガモやオナガガモなど

「リバビア川口青木」のすぐ横を流れる旧芝川が、その河川環境を活かして親水公園「リバビア」になっています。秋から冬にかけては、カモ類、特にカルガモ、オナガガモなどが多く見られ、春夏には、花や昆虫が集うすばらしい水辺空間を形成しており、地域の散歩コースにもなっています。

横浜市都筑区 UR賃貸住宅 港北ニュータウン ビュープラザセンター北

横浜市都筑区南山田1-3
横浜市営地下鉄ブルーライン・グリーンライン「センター北」駅徒歩10分 総戸数372戸

▲マカモ ▲マガモ

港北ニュータウンの丘の上に建つビュープラザセンター北

水鳥が群れる徳生公園とビュープラザセンター北の住棟

「ビュープラザセンター北」は、港北ニュータウンの丘の上に建つビュープラザセンター北。水鳥が群れる徳生公園とビュープラザセンター北の住棟。水鳥が群れる徳生公園とビュープラザセンター北の住棟。

自然環境に恵まれた横浜市港北ニュータウンには、大きな公園や緑地が点在し、それらを結ぶ緑道も整備されています。その一つ「徳生公園」は、「ビュープラザセンター北」の直下であり、大きな池が広がっています。水には、マガモ、カルガモ、オナガガモ、ホシハジロ、キンクロハジロなどの水鳥のほか、「コサギ」なども見られます。

▲マカモ ▲マガモ

選ぶなら、次もUR!!

URからURへのお引越しならメリットがいっぱい!!
お引越し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しされる場合に限り、本来必要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。

住まい替えるなら → 次もUR賃貸住宅

UR賃貸 申込み 検索

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

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/年末年始へ)

☎0120-411-363

インターネットでも申込みができます。(24時間受付)

検索

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

年末年始の営業と緊急連絡先

年末年始営業日程	27日(金)	28日(土)	29日(日)~3日(金)	4日(土)	5日(日)
住まいセンター	通常営業	通常営業	休業	通常営業	休業
管理サービス事務所	通常営業	通常営業	休業	通常営業	休業
管理連絡員	通常営業	通常営業	休業	通常営業	休業

上記営業時間外に、断水、漏水、排水管の詰まり、ガス漏れおよびエレベーターの故障等、緊急事故が発生した場合は、下表の緊急連絡先へご連絡をお願いいたします。

(火災等は119番=消防署、人身事故・事件等は110番=警察署へご連絡ください)

なお、この連絡先は、あくまで緊急事故のために設けられたものですので、一般の業務に関するお問合せ等は、ご遠慮願います。

断水・漏水・排水管の詰まり等に関すること		
社名	電話番号	対象団地
日本総合住生活(株) 緊急事故受付センター	0570-002-004または	全団地
	048-839-0901	

ガス漏れ等に関すること			
社名	IP電話・携帯・PHSから		固定電話から
	東京ガス(株) お客様センター	03-3842-0111	
03-3603-0361			
03-5722-0111			
03-5394-7700			
03-5722-3111			
03-3426-1111			
03-3396-1111			
対象団地(所在地)			
江東区・墨田区・台東区・荒川区・文京区			
江戸川区・葛飾区・足立区			
千代田区・中央区・大田区・品川区・港区			
板橋区・北区・豊島区・練馬区			
渋谷区・目黒区・新宿区・中野区			
世田谷区			
杉並区			

停電等電気に関すること		
社名	電話番号	対象団地(所在地)
東京電力(株) 東京カスタマーセンター	0120-995-002	江東区・墨田区・江戸川区・葛飾区・台東区・荒川区・足立区・渋谷区・世田谷区・品川区・目黒区・大田区・港区(台場)
	0120-995-006	千代田区・中央区・新宿区・豊島区・文京区・板橋区・北区・練馬区・杉並区・中野区・港区(台場を除く)

エレベーターの故障に関すること		ご利用のエレベーター会社へご連絡ください
社名	連絡先	
(株)日立ビルシステム	03-5682-1001	
三菱電機ビルテクノサービス(株)	03-3806-1194	
日本オーチス・エレベータ(株)	0120-324-365	
東芝エレベータ(株)	0120-582-433	
日本エレベーター製造(株)	03-3861-3777	
フジテック(株)	0120-700-315	
三精輸送機(株) ※平成26年1月1日以降、三精テクノジーズ(株)へ社名変更いたします	0120-883-613または03-3356-5656	
横浜エレベータ(株)	03-3434-1701	
ダイコー(株)	0120-999-165	
シンドラーエレベータ(株)	0120-622-220	
クマリフト(株)	03-3839-1120	
中央エレベーター工業(株)	03-5818-3444	
守谷輸送機工業(株)	0120-785-233	

給湯暖房に関すること		
社名	電話番号	対象団地
東京熱供給(株) 光が丘支店	総合受付 03-3977-3375 (9:00~17:30) 03-3977-3951 (上記以外の時間帯及び12/29~1/3)	光が丘パークタウン いちよう通り八番街・大通り中央・大通り南・公園南・四季の香式番街・プロムナード十番街・ゆりの木通り北
東京熱供給(株) 八潮支店	総合受付 03-3790-2770 (9:00~17:30) 03-3790-2768 (上記以外の時間帯及び12/28~1/5)	品川八潮パークタウン 潮路南第一ハイツ 潮路北第二ハイツ 潮路中央ハイツ



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まいセンター等におたずねください。

家賃等のお支払いは便利な口座振替をご利用下さい!

(口座振替日は、賃貸借契約に定める支払期日です。支払期日が休日の場合は、翌営業日となります。ただし、その日が3月31日かつ休日の場合は、その前営業日です。)

預貯金口座の残高確認をお忘れなく!

住まいセンターだより

東京23区版

住まいセンターの連絡先一覧
(12月1日より住宅管理センターの名称が変更されました)

- 東京東住まいセンター (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 東京トラフィックビル7階
- 城北住まいセンター
☎03-3842-4611(代)
台東区東上野 5-2-5 下谷ビル4階
- 東京北住まいセンター
☎03-5954-4611(代)
豊島区西池袋 1-11-1 メトロリタナプラザ15階
- 東京南住まいセンター
☎03-5427-5960(代)
港区芝 1-7-17 住友不動産芝ビル3号館1階

年末年始のゴミ収集

年末には、どちらのご家庭でも大掃除や不用品の整理をするため、一度に多量のゴミが出ます。このため、毎年ゴミの集積所には、これだけのゴミが山と積まれたまま年を越すことになり、正月もすがすがしい気分になれません。



収集日は自治体広報等で確認をお願いします

年末年始のゴミ収集スケジュールについては、自治体からのお知らせ(区報)などにより、最終、最初の収集日を確認してください。

収集が行われないうちは、各家庭で保管し、年明けの収集開始日から回かに分けて持ち出すよう、収集作業にご協力をお願いします。

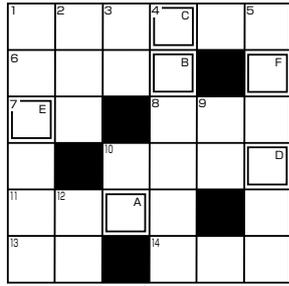
収集期日の厳守を!!
粗大ゴミは各自の責任で!!

滞納家賃等の早期支払いのお願い

皆様が居住されておられる住宅の家賃等はUR都市機構との賃貸借契約に定め、毎月の支払期日までにお支払いいただくことになっておりますが、何らかの事情により滞納されている方は早急にお支払いになるか、またはお支払いの計画について住まいセンター担当窓口にご連絡をされたうえ、家賃等の早期支払いに努められるようお願いいたします。

家賃等を滞納されますと、機構では、たんに督促するだけでなく、場合によっては、契約を解除し、強制執行による財産の差し押さえや住宅の明け渡しを行いますので、十分ご注意ください。

お詫びと訂正・前号「なるほど情報cafe」で紹介した排水口の熱湯での殺菌は、排水管が痛む原因になるとのご指摘をいただきました。熱湯は流さないようお願い致します。ここに訂正しお詫び申し上げます。



読者プレゼント クロスワードパズル

★タテ・ヨコのカギを解いて、二重線をアルファベット順にお答えください。

- ＜ヨコのカギ＞
- ここぞという大切な場面。踏ん張りどころ
 - 百獣の王といわれるほ乳類。ミュージカル「□□□□キング」
 - 徒歩をこう読むことも。または、相手を負かすこと
 - 大きな声でわめいたりどなること。「□□□□立てる」
 - 三次元の空間に時間という概念を加えたもの。時空
 - 今年の夏は暑かった! 極寒の反対語
 - 来年の干支である草食動物。有馬記念で走ります
 - おもに羊の毛を加工した天然繊維。セーターなどの素材
- ＜タテのカギ＞
- 合掌造りの集落が有名で、世界遺産にも登録されている
 - 北海道西部の町。ウイスキーの有名メーカーの蒸溜所もある
 - さかな類の総称。「□□河岸」、星座の「□□座」
 - お世話になった人などに新年のお祝いを伝える書状
 - 二カ国語を流暢に話す人のこと
 - 相撲のきまり手。「うわ手□□」「すくい□□」
 - 干漏などに生える植物でアシともいう。すだれの原料にも
 - 出会うと危険な大型のほ乳類。冬眠する習性がある
- ＜応募方法＞
- 答えと、住所・氏名・年齢・電話番号と今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(1月15日まで。消印有効)。正解者の中から抽選で10名様に図書カードを進呈します。
- ＜前号の答え＞
- 「クリスマス」が正解。ヨコ2はカレーライス、ヨコ3はトボス、タテ1はマカリート、タテ14はリストバンドでした。当選者は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

＊重曹＊

お掃除用の重曹は、油污れや臭いに威力を発揮。研磨作用や消臭効果もあり、キッチンや浴室、リビングと、あらゆるところで使えます。鍋やフライパンの焦げ・内側に焦げが隠れるまで水を入れ、重曹を大さじ2〜3杯入れて10分ほど沸騰させます。火を止めて冷めるまで放置。スポンジなどでこすりましょう。焦げに直接重曹を振りかけてスポンジな

＊クエン酸＊

柑橘類や梅干しなどに含まれているクエン酸。水垢や石鹸垢を溶かし、除菌や消臭効果もあります。ただし、鉄や大理石には使えないので、塩素系洗剤と混ぜると有毒ガスが発生するるので注意が必要です。蛇口・蛇口にこびりついた水垢はクエン酸水で溶かしたクエン酸水(水200ccに小さじ1〜2杯。汚れ具合で調整を)で

暮れの大掃除では、ふだん後回しになりがちなお掃除こそキレイにしたいもの。今年は環境にやさしい2つの安全素材を使い分けながら、気になるポイントをピカピカにしましょう。

環境にやさしい洗剤で大掃除!

どですすつてもOK。茶碗についた茶しぶもこの方法で取れます。ただしアルミ製の器具に重曹を使うと黒ずみの原因になるので避けて。ガスコンロ周り・重曹を振りかけしばらくしてから布などで拭きます。油でベタベタしたゴトクは、重曹を溶いたお湯に入れてしばらく浸けておくと、汚れが取れやすくなります。換気扇・換気扇をはずし、重曹を振りかけて歯ブラシでこすりまわす。こびりついた汚れには、水で溶かしてペースト状にした重曹ペーストを使いましょう。アルミ製の換気扇には使えません。

重曹：弱アルカリ性で、油污れや手垢などを落とす。ソフトな研磨作用や消臭効果もあり。

× アルミには使用不可

クエン酸：酸性で、水中のカルシウム分が固まった水垢や石鹸垢などを落とす。除菌効果も。

× 鉄、大理石には使用不可

除去。蛇口にティッシュやキッチンペーパーを巻き付け、クエン酸水をスプレーします。1時間ほど放置したら紙を取り除き、水で洗い流してから歯ブラシなどで水垢をこすり取ります(長く放置しすぎると表面を痛める原因になるので注意)。電気ポット・内部にたまっていた白い水垢には、ポットにたっぷり水を入れ、大さじ2杯程度のクエン酸を溶かします。電源を切んて約1時間温めたら、しばらく放置。その後、水でゆすぎながらスポンジで軽くこすりまわす。窓ガラスや洗面台の鏡・クエン酸水をスプレーしながら、新聞紙や布で拭きます。

投稿募集要項

本紙への投稿を募集します

- ① ② ③

● 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。(匿名・実名の別を明記。原則的に応募原稿は返却いたしません)

〒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26年1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は掲載と薄謝の送付以外使用いたしません。

とときめく暮らし

東北の地から移り住んで13年になるが、鎌倉は思いのほか魅力的な街だ。歴史や文化の馨りが高く、古都の佇まいが床しい。深い森に抱かれて幾多の寺社が座し、古の念が馳せてくる。また、里山でありながら手つかずのため原生林の様相を呈し、峰々には小径が通り、野鳥の声に耳にして見え隠れする相模湾を眺め、マインスイオンを浴びながらハイキングは誠に爽快である。

そして、何よりもこの団地の住環境が気に入っている。敷地が広く多種類の樹木や花木が植えられ、散歩道もあり快適そのもの。ペランダからは里山や集落が開け、四季折々の移ろいを楽しんでいる。

(神奈川県・レーベンスガルテン山崎・加藤猛・78歳)

散歩道の不思議な鯉

多摩ニュータウンに転居して2年近くの歳月が流れようとしている。引越前は電車がバスなどの交通量が激しすぎる生活だったが、今は騒音から解放され緑豊かな森に包まれて、穏やかな佇まいの中で生活を満喫している。

高齢者が車椅子で通行可能な道路や、舗装された道路や至る所に設置された公園とトイレなど、何の心配もなく安心して散歩できる。公園の中には、野球場やテニスコートなどあり、遠方から家族連れが自家用車を利用して遊びに来ている。私には、自宅を出て約30分の散歩道をめぐり散策する。中で最も不思議に思うことは、小池に泳いでいる数百匹の鯉が、大きな口を開けて、米客に近づいてくるのを、散歩のたびに感動することだ。

(東京都・多摩ニュータウン豊ヶ丘・柿田仁史)

どこからか飛んできた枝豆

大島六丁目団地に入居して8年になります。毎年ゴーヤの苗をもらい、西日のあたる8階のペランダで栽培しています。今年も猛暑で、ゴーヤは次々になるのですが、4〜5cmになるとすぐ黄色になり、食べられませんでした。しかし、グリーンカーテンの役目は、しつかりと果たしてくれました。

11月になっても小さなお実をつけているのですが、そろそろ、取り除こうと足下を見る、なんと枝豆がなっていたのです。そこからか、種類が飛んで来たのか。ひとつだけですが、けなげに実をつけているのです。あまみずも可愛いので、思わず携帯で写真を撮ってしまいました。我が家に来てくれた枝豆がどう!

(東京都・大島六丁目団地・辻後子・68歳)

八潮パークタウン 30周年記念式典 (東京都品川区) 11月23日

UR賃貸住宅「潮路南第一ハイツ」「潮路北第二ハイツ」「潮路中央ハイツ」を含む「八潮パークタウン」が今年で30周年を迎え、11月23日(土)、八潮パークタウン連合自治会等の主催で記念式典が開催されました。会場は小中一貫の八潮学園。役員のごあいさつは袴(かみしも)姿の口上スタイルで、和太鼓演奏、八潮学園生による歌舞伎演技とあいまって、伝統文化色濃いユニークな式典となりました。



▲口上によるあいさつ/和太鼓演奏▶

▶八潮学園生による歌舞伎演技
白濱五人男・稲瀬川勢揃いの場



▲内部は冷暖房完備。奥にモニターも設置され、バスが来るのがひと目でわかる。Wi-Fiスポットとしてネット利用も可能



コミュニティ広場
UR都市機構で初の試みとなる自立型ソーラーバスシェルター(バス待合所)が館ヶ丘団地入口のバス停横に設置され、10日15日より利用が開始されました。屋根に搭載したソーラーパネルで照明や空調をまかなえるほか発電も可能。防災倉庫やかまど付きベンチも併設しています。バスを待つ間に気軽に利用できる待合所として、また災害時に活躍するシェルターとして頼りになる存在です。

館ヶ丘団地 (東京都八王子市)



▲団地タクシーの漕ぎ手(後)はボランティア。話しもはずみ、高齢者の見守りにも役立っています

住棟間をのんびり走る団地タクシー
2800戸を有する大型団地館ヶ丘は、起伏に富んだ地形のため、シニア世代の「買い物難民」が増えていました。その対策のために登場したのが団地タクシーです。これはレトロ風の自転車タクシーで、自治会が主体となり、八王子市シルバーふらっと相談室とURの協力で、5月から運行を開始。買い物を終えた高齢者を住棟まで無料で送るなど、居住者の心強い足として大人気です。利用は登録制。

ふるさとまつり&フリマ開催 田島団地 (埼玉県浦和市) 10月23日



団地自治会主催の「ふるさとまつり」は、中央公園内で開催。フリーマーケットラ(写真左)、よさこいソ(同右)、コーラス・三味線合奏(同上)など、多くの人が楽しめました。

台風18号が去ったあと、団地から見た夕焼けと富士山



東京都・ニューヴェル赤羽台
小坂善男(65歳)

読者の投稿写真

お断り...「おもしろくもランド」は休載します。