



Q 少しずつですが春の到来を感じます。この時期の自然について教えてください。



A 周りの木を見ると日を追うごとに冬芽がふくらんでいくのがわかりますね。春を迎える準備を進めている植物たちの姿を観察してみましょう。

春を待つ冬芽たち

落葉樹や花卉は、秋に葉を落とし再び芽吹くまで、枝先に小さな芽を準備して春が来るのを待っています。これが冬芽です。冬芽には芽鱗（鱗のような外皮）に覆われた「鱗芽」と芽鱗を持たない「裸芽」があります。

個性あふれる冬芽の姿

あなたの周りではどんな冬芽を見つけられるかな？



ハクモクレン

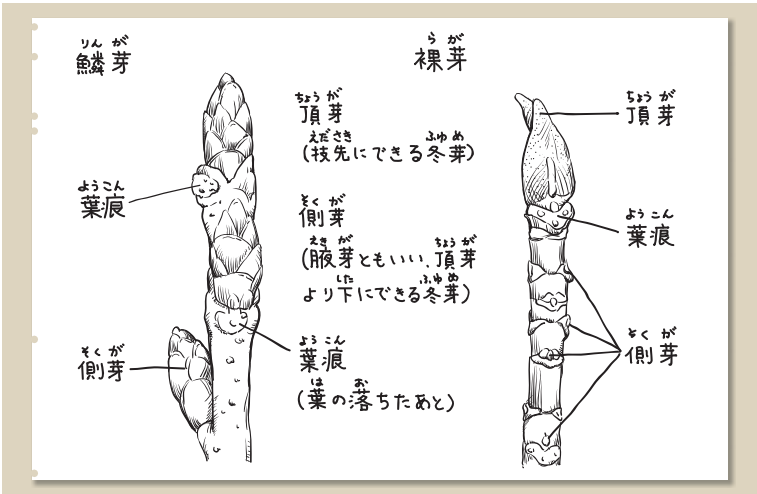


カンヒザクラ
タケノコの皮みたい



アジサイ

冬芽をスケッチしてみよう



ロゼットする植物を探してみよう

地面にへばりつくように葉を平らに広げ、円形になった形状を「ロゼット」と呼びます。葉が重なり合わないよう広げることで効率よく光合成を行い、茎を作らないことでエネルギーの消費を抑えています。タンポポのほか、ハルジオン、ナズナ、セイタカアワダチソウなどがロゼットで冬を越します。



タンポポのロゼット

葉が落ちたこの季節は野鳥観察に最適

樹木は葉を落とし、飛び交う鳥の姿がよく見えるこの時期、あなたの周りにはどんな野鳥が来ているのでしょうか。少し目線を上げて野鳥を探してみましよう。

身近で見られるこんな鳥



メジロ

ウグイス色の小さな体と目の周りのアイリングが特徴。チーチーと高い声で鳴く。甘いものが大好きで、ウメやサクラの花の蜜を吸う姿が見られる。



シジュウカラ

頭と喉が黒く、頬は白。頭と胸から腹にかけてネクタイのような黒い帯がある。ツツピー、ツツピーと高い声で鳴く。群れで生活し動作が活発。



ヒヨドリ

ピーヨ、ピーヨと甲高い声で鳴く。雀の倍くらい大きさがあり、尾が長い。ナンテンなどの実が大好きで、ツバキの蜜なども吸う。



らうんじKitchen

花粉症の症状緩和レシピを紹介します！ あさりとキャベツの酒蒸し

- ◎材料(2人分)
- | | |
|-------------------------|------------------------|
| あさり(殻付き・砂抜きしたもの)・・・小さじ2 | 「オリーブオイル」・・・小さじ2 |
| キャベツ・・・200g(小1/4個) | (A)ニンニク・・・1かけ |
| エリンギ・・・1/2パック(50g) | 「赤唐辛子(輪切り)」・・・適量 |
| | 「白ワイン」・・・大さじ2 ※料理酒でもOK |
| | (B)水・・・大さじ2 |
| | 「塩」・・・少々 |

監修 (株)エミッシュ
管理栄養士 柴田真希さんをはじめプロの料理家たちがそろってエミッシュ。お料理コーナーの番組出演をはじめ、雑誌・WEB媒体など多方面で活躍。

キャベツのビタミンCは皮膚や粘膜を正常に保ち、花粉症の症状緩和に。旬のあさりと合わせてどうぞ♪

◎作り方(調理時間約15分)

- 1 キャベツはざく切り、エリンギは一口大に切る。ニンニクは薄切りにする。
- 2 フライパンに(A)を入れ中火にかけ、香りが立ってきたら、キャベツ、エリンギ、あさり、(B)を加える。
- 3 蓋をして、中火で4～5分程度あさが開くまで蒸し煮にする。

家賃改定特別措置の令和3年度更新申請手続きはお済みですか？

～令和2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2年度に特別措置の適用を受けている方には、令和3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3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3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3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2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3年2月27日(土)まで	生活保護世帯の方 令和3年3月31日(水)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、右記の障がい等の程度に該当し、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なおし、そこから控除額を差し引いた金額を12カ月で割った金額のことです。世帯ごとの収入の種類・世帯構成によって控除額が変わり、所得月額が変わります。

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いる1級から4級の障がいのある方
- ② 精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている1級又は2級の障がいのある方で常時介護を要する方
- ③ 療育手帳の交付を受けている重度の障がいのある方で常時介護を要する方
- ④ 児童相談所、知的障がい者更生相談所、又は精神科医等から重度の知的障がい又はこれと同程度の精神障がいがあると判定されている方で常時介護を要する方
- ⑤ 要介護認定を受けている要介護度が1から5である方

家賃額等の証明が必要なお客様へ

毎年4月に口座振替により家賃等のお支払いをいただいているお客様あてに「家賃等口座振替額のご案内」を圧着はがきによりご送付しており、令和2年4月のご案内の際に今年度で終了する旨お知らせさせていただきました。

今後、お勤め先に提出する等のために家賃額等を記載した書面が必要なお客様がいらっしゃいましたら、お客様の団地を管理しております住まいセンターあてに書面が必要な旨をお申し出いただけましたら、家賃額の証明書を発行させていただきます。

証明書発行のお申込み、またはご不明点等がございましたら、6ページ記載の住まいセンターあてにお気軽にお問合せのほどよろしくお願いいたします。

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

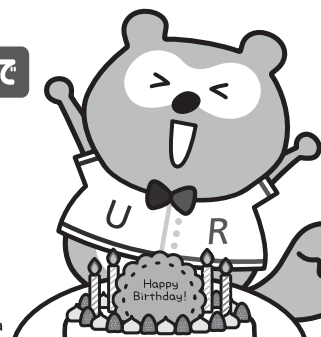
各戸最大5人まで

1,000

Pontaポイントプレゼント!

※お子様1人あたり

©Ponta



新しい生活様式 「おいしい」「便利」でつながりあえる場所

団地店舗へ行こう！

— お買い物は団地のお店へ —



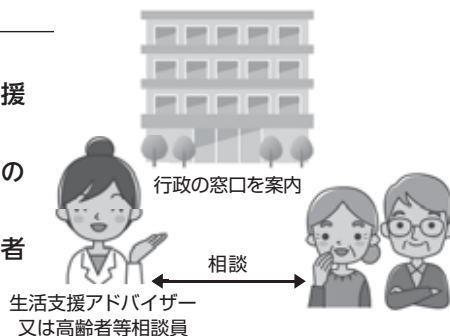
高齢者等の方が ご利用できる相談窓口

「高齢者等相談員」と「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、ご高齢の方からのご相談等を受け付けています（定期的に一部の団地を巡回し、直接ご相談等を受け付けています）。また、一部の団地に「生活支援アドバイザー」を配置し、同様の相談等を受け付けています。

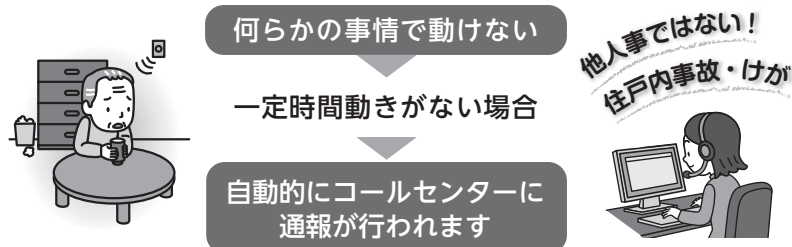
主な相談内容

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



知っていますか？ 見守りサービス

見守りサービスは、URのパートナー事業者：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。



月額料金

990円(税込)

- ・初期費用(事務手数料・機器設置代)として7,249円(税込)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(2,640円(税込)/台)。

【お問合せ先】詳しくは、最寄りの住まいセンターまでお問合せください。

◎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





もしもの備え、できていますか？



東日本
大震災から
10年

3月で東日本大震災から10年を迎えます。ここで改めて日頃からできる「防災」について考えてみましょう。備えあれば憂いなし。普段からの備蓄、もしもの時に用意しておく便利なグッズ、帰宅困難になった時の対策など、知っておいてほしい情報をお届けします。

「日常備蓄」のすすめ

日常のお買い物にちょっとした工夫を！

備蓄というと構えて考えてしまいがちですが、普段食べているもの、使っているものを少し多めに買っておくことで備蓄ができます。これを日常備蓄といいます。大規模な災害が発生した時にライフラインや物流が一時的に機能しなくなった場合でも、多めに買っておいもので活用できるという考え方です。



ワンポイント！

災害時にしか使わない非常食や災害グッズを用意するよりも、普段使っているものなら無駄なく使い回すことができますね。これなら私も続きそう！

食品・飲料

食べ慣れたもの、好きな食べ物を少し多めに買ってストックします。賞味期限が古いものから使い、減った分を補充します。水、無洗米、レトルト食品、缶詰、乾麺など、まずは3日分の食料を目安に。

定期購入を上手に使う

お米や飲料水などの重い買い物は、定期的に自宅に届く定期購入サービスを利用すると便利です。買い忘れも防ぐことができます。

例えば、水は1人1日3リットルを目安に



なくなる前に
買う

古いものから
使う

ストック
する

生活用品

ラップ、ポリ袋、ゴミ袋（黒色は中の物が見えないのでと便利）などは避難生活でさまざまな使い方ができるので便利です。

いざという時の味方



衛生用品

トイレトーパーやティッシュペーパーは、安売りの時に1つ多めに買ってみたいががでしょう。ウェットティッシュや石けん、手指消毒スプレー、生理用品などもストックして。

お買い得の時に狙って



帰宅困難になったら

地震で帰宅できなくなってしまった…

災害が発生すると交通機関の運行がストップし、すぐには自宅に帰れなくなってしまう可能性もあります。そうした場合はむやみに行動せず、会社や学校など安全な場所にとどまるのが基本です。また家族との連絡手段などは、日頃から話し合っておくことが「もしも」の時のためには大切です。



ワンポイント！

もしも移動中に地震などの災害に遭ってしまった場合は、「一時滞在施設」に待機しよう。通勤や通学途中のどこに一時滞在施設があるか、自治体のホームページなどで確認しておく目安だね。また、家族と会えるための連絡方法は具体的に決めておこう！

大地震が発生した時など、帰宅困難者を受け入れる「一時滞在施設」が開設されます。休憩場所のほか、可能な範囲でトイレ、水、情報の提供が実施されます。



いざという時のために～覚えておきたい防災知識

徒歩で帰宅する人たちのために「災害時帰宅支援ステーション」が開設されます

このステッカーが目印！



コンビニエンスストアやファミリーレストラン、ガソリンスタンドなどの店舗が「災害時帰宅支援ステーション」となり、トイレや水道水、道路交通情報の提供など、可能な範囲で歩いて帰宅する人を支援します。

集合場所と時間は具体的に決めておく

家族と離れた場所で被災した場合に備え、自宅以外での待ち合わせ場所を話し合っておきましょう。「〇〇公園の噴水の前で」「午前10時と午後4時に10分間待つ」など、具体的に決めておくことがポイントです。



安否確認の方法は複数持っていよう

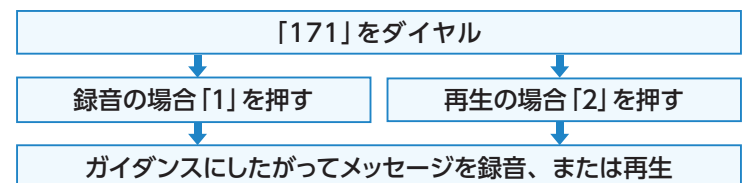
電話が通じない場合も想定して、複数の連絡手段を用意しておきましょう。

- ・SNSやショートメッセージで家族や友人に安否を伝える
- ・災害用伝言ダイヤルの使い方を覚えておく

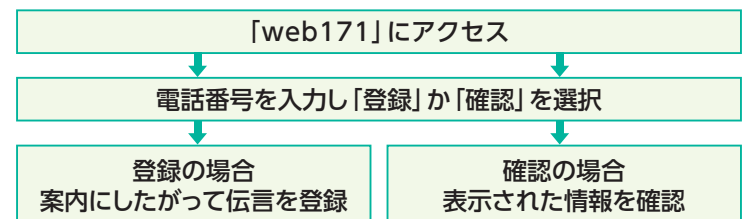
【災害用伝言ダイヤル、伝言板の使い方】

※体験できる日（毎月1・15日、防災週間など）もあります。また通信キャリア各社でも災害用伝言板を用意しています。

●災害用伝言ダイヤル（171）



●災害用伝言板（web171）



参考文献／『東京くらし防災』（東京都発行）

もしもの時、あると便利なモノたち

日常使っているモノがいざというときに心強い味方になります。

カセットコンロとガスボンベ

電気やガスが止まってしまっても温かいものが食べられます。



鍋や深めのフライパン

ご飯も炊けるなどひとつで何役にも活用できて便利。



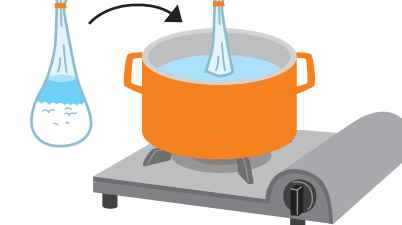
ピーラーとキッチンバサミ

雑菌がつきやすいまな板を使わずに調理できるので衛生的です。



高密度ポリエチレン（ポリ袋）

ご飯を炊けたり、袋の中に食材を入れて調理したりできます。食器や鍋を汚すこともありません。



ラップ

食器の上にラップをかぶせて料理を盛れば、食器を洗う水を節水できます。



入居ご希望の方をご紹介ください！

東日本のUR賃貸住宅を対象に実施中!!

UR賃貸住宅にお住まいの方が、新たにUR賃貸住宅に入居をご希望される方をご紹介していただくと…
なんと！その後ご入居いただいた場合、ご紹介者様、ご契約者様それぞれにQUOカード10,000円分をプレゼントいたします。

お申込み方法

所定のご紹介シートに必要事項をご記入の上、新たにUR賃貸住宅にお申込みの方から、契約窓口にご提出ください。ご紹介者様から直接お申込みいただくことはできません。また、ご紹介シートは必ずお部屋のご契約時までにご提出ください。契約後にご提出されてもお受けいたしません。

お友達紹介制度の流れ



ぜひこの機会にUR賃貸住宅をご友人、ご親族様にご紹介ください！

※当制度における対象住宅（ご紹介者様のお住まいの住宅、入居ご希望者様のお申込み住宅）は、首都圏、北海道、宮城県のUR賃貸住宅です。※次の場合は対象外となります。

- 新築物件への入居 ●抽選により入居者を決定する物件への入居 ●高齢者向け優良賃貸住宅への入居
- 健康寿命サポート住宅への入居 ●法人・個人への切替 ●定期借家再契約 ●宅建あっせんによるお申込み
- 特別募集住宅への入居 ●複数戸貸し・セカンドハウス契約の本人紹介
- ご紹介者様の住宅と新規ご契約者様の住宅が同一法人名義の場合
- 入居開始可能日から1か月未満で今回の賃貸借契約を終了された場合
- UR賃貸住宅からの住替え（世帯分離を除く）
- UR賃貸住宅に新規ご契約者様の現住宅の賃貸借契約を終了された場合は対象外
- ※世帯分離の場合、入居開始可能日から1か月未満で新規ご契約者様の現住宅の賃貸借契約を終了された場合は対象外
- URとの賃貸借契約に違反していることが判明した場合 ●お申込み内容について虚偽が判明した場合

■UR賃貸住宅の空き室状況のお問い合わせは

0120-411-363
午前9時30分～午後6時（定休日／年末年始のみ）

詳しくはこちら





住まいセンターだより

総合版



賃貸住宅の契約解除(退去)の手続き

契約解除は14日以上前までにお届けください

1 契約解除(退去)のお届けは14日以上前までに

契約を解除するときには、14日以上予告期間が必要です。退去が決まりましたら、退去する日の14日以上前に「賃貸住宅賃貸借契約解除届」を管理サービス事務所(または管理連絡員)にご提出ください。予告期間が14日に満たない場合には、契約解除届提出の翌日から起算して14日目が契約解除日となります。なお、契約解除日以前に退去されても、契約解除日までの日割家賃及び共益費をいただくことになります。契約解除届をご提出いただきますと、次の入居者のあっせん手続きに入りますので、契約解除の取り消しや契約解除日の延期はできません。余裕を持って契約解除日を設定してください。

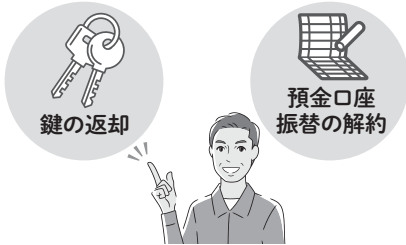


2 修理費用の決定(査定)

契約解除届を受理いたしますと、住宅の損耗の程度の調査にお伺いいたします。この調査では、居住期間中の住宅の汚損、毀損^{きそん}などをもとに、お客様にご負担いただく修理費用(消費税率は10%で算定)を決定いたします。

3 鍵の返還

入居時にお渡しした住宅等の鍵は、住宅とともにお客様にお貸ししたものです。退去の際は、当初お渡ししたすべての鍵を管理サービス事務所(または管理連絡員)にお返しください。当初お



渡しした鍵を1本でも紛失されている場合は、その費用をお支払いいただきます。なお、複製された鍵は本数に数えません。

4 お客様が設置したものの撤去

退去の際は、住宅や物置等にお客様が設置したものは必ず撤去してください。集合郵便受箱の錠前も忘れずに撤去してください。網戸につきましては、状態の悪いものはお客様に撤去していただきます。

5 敷金の返還

敷金は、お客様にご負担いただく修理費用、契約解除日までの家賃及び共益費(滞納家賃等がある場合はその遅延利息も含む)を控除した残りの金額を、契約解除日から21日以内または30日以内(期間は契約時期により異なりますのでお手元の賃貸借契約書でご確認ください)に返還します。返還金送金依頼書記載の銀行口座への返金が基本となります。移転先等への現金書留による返金を希望される場合は郵送料も敷金から控除します。

なお、控除額が敷金額を超える場合は、不足分をお支払いいただきます。

6 その他

電気・水道・ガス・熱供給等の各事業者に退去の通知をし、退去日までに使用料金の精算を行ってください。新聞等の配達停止と精算もお忘れなくお願いします。



電気



水道



ガス



新聞……など

住まいセンター等の連絡先一覧

東京東住まいセンター ☎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	千葉住まいセンター ☎043-311-1212 (代) 千葉市美浜区中瀬2-6-1 ワールドビジネスガーデンマリブイースト10階	東埼玉住まいセンター ☎048-941-5311 (代) 草加市松原1-1-6 ハーモネスタワー松原3階
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	千葉北住まいセンター ☎04-7197-5700 (代) 柏市柏四丁目8番1号 柏東口金子ビル5階	浦和住まいセンター ☎048-711-7150 (代) さいたま市南区沼影1-10-1 ラムザタワー5階
東京北住まいセンター ☎03-5954-4611 (代) 豊島区東池袋1-10-1 住友池袋駅前ビル7階	千葉北住まいセンター 茨城分室 ☎029-853-1365 茨城県つくば市竹園1-12-2 第3・ISSEIビル2階	西埼玉住まいセンター ☎049-263-2111 (代) ふじみ野市霞ヶ丘1-2-27-301 ココネ上福岡二番館3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	横浜住まいセンター ☎045-312-1131 (代) 横浜市西区北幸1-1-8 エキニア横浜7階	〈令和2年11月24日(火)から移転しました〉 北海道住まいセンター ☎011-261-9277 (代) ※変更ありません 札幌市中央区北3条西3丁目1番地 札幌北三条ビル2階
北多摩住まいセンター ☎042-521-1341 (代) 立川市曙町2-34-7 ファーレイーストビル10階	神奈川西住まいセンター ☎0466-26-3110 (代) 藤沢市藤沢462 日本生命藤沢駅前ビル9階	函館市住宅都市施設公社 ☎0138-40-3601 函館市美原1-26-8
南多摩住まいセンター ☎042-373-1711 (代) 多摩市永山1-5 ペルブ永山6階	〈令和2年6月1日(月)から移転しました〉 横浜南住まいセンター ☎045-835-0061 (代) ※変更ありません 横浜市港南区港南台3-3-1 港南台214ビル5階	宮城県住宅供給公社 ☎022-261-6164 仙台市青葉区上杉1-1-20 ふるさとビル
千葉西住まいセンター ☎047-474-1191 (代) 船橋市前原西2-12-7 津田沼第一生命ビル3階		

水漏れ・排水詰り・断水・停電などの
緊急事故時の連絡先



お電話はおかけ間違いのないよう、番号をよくご確認ください。特に、夜間にご注意いただくようお願いします。

東京都・千葉県・神奈川県・埼玉県・茨城県：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(函館地区)	団地名	建築関係	電気関係
北海道(函館市を除く)：緊急事故受付センター ☎011-261-7425	函館赤川通		(有)マルエイ菅原建設 ☎0138-26-3925	三洋電工(株) ☎090-3774-3228
			(株)中野組 ☎090-7059-2028	(株)大原電気工業 ☎090-3779-4457
				給排水関係
				(有)関口設備 ☎090-3774-6758 (株)大協設備工業 ☎090-8272-5522 (株)矢幅設備 ☎090-3774-1336

家賃等のお支払いは 便利な口座振替を ご利用下さい！

UR都市機構では、家賃等のお支払いにつきましては、UR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。

まだ手続きが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。

口座振替のお申込みは、金融機関窓口で受付けています。



預貯金口座の残高確認を お忘れなく！

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。

団地内の共用灯の球切れについては、管理サービス事務所・住まいセンター等へご連絡ください

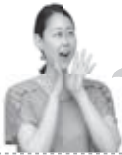
やさしいヨガ

初級編

Vol. 24

続けるほどに心と体にゆったりと効いてくる
ヨガは健康促進にぴったり！

股関節を伸ばす ▶▶ 骨盤周りを柔軟に 目安は毎日1セットずつ



寒い時期は特に体が硬くなり腰痛もつらくなりやすいですね。脚を上げる時は無理せずできる範囲で股関節を伸ばしていきましょう。

効果

股関節の柔軟性が高まります。骨盤周りの筋肉をほぐすことで、お尻のコリを解消する効果が期待できます。

改善・予防 腰痛予防・改善／体のゆがみ改善

これはNG×



背中が曲がってしまうとうまく筋肉が伸びず効果が得られません。まっすぐな背中をキープすることがポイント。



1
背筋はまっすぐ
息を吸う
手は楽なところに置く
右脚を持ち上げたら足首を左の太ももの上に乗せる。乗せた足首はなるべく体から離してひざ側へ。

※人工関節を入れている方は、かかりつけの医師と相談してから行ってください。



2
目を閉じて吸う←→吐くを3～5回
背筋はピンと伸ばしたまま
ゆっくり吐く
息を吐きながらゆっくりと上半身を倒していく。目を閉じて3～5回呼吸したら反対側の脚も同様に。

難しい人には

脚を乗せるのがつらい場合は、低い台などを前に置いてその上に脚を置いて試してみましょう。



監修

山田いずみ

シニアヨガインストラクター・トレーナー、ヨガインストラクター。

シニアヨガの第一人者。介護予防のためのシニアヨガクラスの開催など、各地で行う。

健康 Q&A

Q 大人も風しんにかかるの？

妊娠中の人は要注意。
予防接種が
まだの家族は
ぜひ予防接種を



風しんは軽症で済む人が多いですが、妊娠中に感染すると赤ちゃんに障害が出る場合があります。妊娠中の人が検診の抗体検査で予防接種が必要とされた場合は、なるべく外出を避け、疑わしい症状があればすぐ医療機関に連絡をとってください。予防接種は出産後に早めに受けることをおすすめします。また、妊娠中に家族で予防接種がまだの人がいれば、予防接種を検討してもらいましょう。

ここも大事！

昭和37～53年度生まれの男性は風しんの公的予防接種を受けていない世代です。2022(令和4)年3月まで原則無料の抗体検査と予防接種クーポン券が配布されているので、お住まいの市区町村に問い合わせ活用してみてください。

参照：政府広報オンライン：https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201406/3.html



読者からのレター

東京都・大谷田一丁目団地
きなこあんこさん

UR団地に引っ越してきて7年となります。7年前、義理の両親との同居のため、広い間取りの部屋を選びました。結果、親は大丈夫!!と言って同居とはなりませんでした。

いつ同居となってもいいようにそのまま住んでいます、「近居割」を使って、気疲れしない暮らしもい

のかなと思っています。

東京都・館ヶ丘団地
ビノキオさん

秋頃引っ越しをしました。入居者の半数以上が高齢者とのこと。都心まで距離はありますが、リモートワークが増えたので、子育て世代ももっと増えるのでは？と思っています。緑が多くとても良い環境です。

埼玉県・みさと団地
伊藤 勢津子さん

コロナ禍でうち時間が増えてい

るので、「やさしいヨガ」を見てヨガを積極的に行っています。そんなに難しくないのが楽しく毎日できていいですね。

今後いろいろなヨガを紹介していただけると良いです。

神奈川県・飯島団地
けんけんさん

自分は生まれた頃からURにずっと住んでいます。閑静、^{のどか}長閑で窓を開けると子供たちが元気にハシャいでいる声がきこえて、自分が子供だった頃を思い出し、時代を感

じます。

仕事の関係で単身でURを出ていきますが、またいつか、思い出深いURに戻ってきたいと思います。

千葉県・さつきが丘団地
中村 保さん

私は毎朝、団地の中を散歩しています。赤い帽子のボランティアさんに倣って、ゴミひろいを始めました。小さなコンビニ袋に、タバコのポイ捨てを中心に拾います。

今はゴミのない団地に喜びを感じています。



URニュース 団地のにぎわいに注目！



南永田団地（神奈川県）

12月12日（土）
つながり祭

偶数月に催される「つながり祭」は、団地や商店街周辺の活性化を目指し、“赤ちゃんからお年寄りまでみんなが繋がる”をコンセプトに企画されたイベントで、今年で5年になります。最初は商店街の空き店舗を借りての子どもたちの発表会やバザーなどから始まり、だんだんと出し物が増え

てにぎやかな催しとなったそうです。「つながり祭」という名前も、団地に隣接する小学校の児童による命名だとか。「むしろ大人より子どもが主役かもしれないね」とほほ笑むのはイベントを主催するNPO法人の渡邊さん。運営側も参加者も一丸となって盛り上げようという熱い意気込みに、小学校の先生方も協力し、演奏会なども開くそうです。昨年は新型コロナウイルス感染拡大や台風の影響で中止になった月も何度かありました。12月に行われた催しでは、ワッフルなどのテイクアウト

販売やフリーマーケット、子どもくじといった出店が並び、冬の寒さにもかかわらずにぎわいを見せていました。

URの若手職員の任意活動である「ABC-Project」では、新しい生活様式を意識した企画として、子ども向けにクリアファイルで作るマスクケースと紙コップで作る糸電話のワークショップを開催しました。それぞれにデコレーションしたオリジナルの作品を仕上げた子どもたちのうれしそうな声が聞こえてきました。



[1] 新型コロナウイルス感染症や天候の影響で、12月の「つながり祭」は半年ぶりの開催 [2] 出来立てホヤホヤのワッフル [3] 団地内の学童クラブによるフリーマーケット



「[4]「ABC-Project」メンバー職員がマスクケースと糸電話の作り方をレクチャー [5] クリアファイルで作るマスクケースにマジックやシールで思い思いにデコレーション [6] 糸電話の糸の太さを変えて聞こえ方の違いも体験

団地と地域の皆さんのために「住んでいいな」と思ってもらえるアイデアを出していきます！



ABC-Project 神奈川エリア経営部 企画課 小野 美瑞季さん

毎回、楽しんでもらえる内容を考えています。今後もいろんな催しをやっていきたいですね。



NPO法人 「永田みなみ台ほっとサライ」 渡邊 乃志男さん

PRESENT

【読者プレゼントクイズ】

漢字ばらばらクイズ

前号の答え

距離

※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。