

272号

Your らうんじ

2025年4月号

街に、ルネサンス
UR都市機構
<https://www.ur-net.go.jp>

編集・制作 株式会社文化工房

らうんじ インタビュー

洗濯家

中村祐一

「洗濯王子」の愛称でNHK『あさイチ』やEテレの講師、日経新聞での連載など、各種メディアに出演多数。クリーニング師の仲間とともに災害時の洗濯支援活動や、衣類と人の関係を問い直す講座などを行い、洗濯を通して暮らしと社会を見つめ直す活動を続けている。

よりよく着るために、洗濯にも意識を

洗濯に関するアドバイスをする活動を始めて20年近くになります。活動を始めたきっかけが、家庭の洗濯はプロから見るとおかしな点が多いなと思ったからです。ほとんどの人は、衣服を洗濯機に入れて洗いさえすればいいと思っているのですが、今の洗濯機は節水のために水が少なすぎたり、洗剤のすすぎ回数を減らしたことで、プロから見るとそれではきれいに洗えないと思うことが多いんです。きれいになる洗い方や、服に適した洗い方になっていなかったりすることで、衣服はすぐにダメになるものだと思ってしまう、この部分が最近とても加速してしまっているように思います。

春が訪れて、冬物をしまう時期になりましたが、皆さんはどのように冬物の衣服を洗濯していますか？ 汚れを落とすことはもちろん大事ですが、汚れだけにフォーカスして洗濯してしまうと、服を傷めたり、縮んだり、色が落ちたり、ヨレヨレになったり……。次のシーズンが来ないで着る時に気持ちよく着られなくなってしまうことが多々あります。



プロの洗濯では必ず「服の素材」に合わせて洗います。例えばウールであれば、着ている人が汗をかいて湿度が上がると表面のキューティクルが自然に開いて湿気を放出する機能を持っています。これによって着るときに蒸れたりせずに快適に着られるのですが、洗うときにはこの特性に注意して洗わないといけません。ウールは水で洗うときに揉んでしまうと、この開いたキューティクルが絡まりフェルト化を起こして縮んでしまうので注意しないといけません。

このように水の影響を受けやすい素材のものは、クリーニング店の「ドライクリーニング」がおすすめです。ドライクリーニングは形をそのまま保って洗えます。ティッシュペーパーだって形を保って洗えるほど。元の形、風合い、色合いなどを崩れさせたくないアイテムはドライクリーニングに出せば、その時のコストはかかるかもしれませんが長く着ることができるので、買い替えることを思えばむしろコスト安と言えます。きちんと素材に合わせて洗濯ができていれば、機能を保ったまま一生着続けることだってできる服も多いんです。

能登半島の地震を機に、災害時の洗濯支援チームをクリーニング仲間と組んで、現在も活動をしています。その時にも思ったのですが、衣服はどんな状況でも生活に欠かせない大切なものということ。だからこそ、「何をどう着るか？」を改めて考えて、よりよく着るために、洗濯やクリーニングにも意識を向けてほしいと思います。

私のChill時間

暮らしにまつわること全般が好きで、洗濯はもちろんのこと、畑仕事をして食べるものを育てることなど、生きるための活動を丁寧にやりたいタイプです。その中でも特に心が落ち着くのは、アイロンをかける時間でしょうか。マインドフルネスになっていいですよ。

『Yourらうんじ』が
新しくなりました

4月号から企画を一新しました。新しい『Yourらうんじ』をよろしくお願いいたします。

目次

2面 フォトコンテスト作品募集中／UR賃貸住宅の修繕負担区分／エレベーターのご利用について

3面 「第10回共同花壇コンクール2024」結果発表／ご家族とつながる見守りサービス

6面 住まいセンターだより

作品募集中!

UR都市機構

フォトコンテスト2025



UR都市機構 フォト コンテスト 2025

くらしがある、笑顔がある。

UR都市機構は、東日本大震災からの復興支援の一環として東北の「今」を伝える写真、並びに人々が生き生きと輝いて日本全国のUR団地にくらす人々の「今」を伝える写真を募集いたします。「くらしの中での思ふかいや、人々の想い」の詰まった一枚をお待ちしております。



UR都市機構は、東日本大震災からの復興と団地をテーマとした写真のコンテストを実施しています。

応募期間

2025年5月23日(金)まで

賞

大賞2点、優秀賞6点、入賞16点
(復興・団地各部門12点程度)

賞品

- 大賞……商品券10万円相当分
- 優秀賞…商品券5万円相当分
- 入賞……商品券1万円相当分

詳しくは、以下の二次元コードを読み込みフォトコンテストHPまたはUR公式インスタグラムをご覧ください。

たくさんのご応募お待ちしております！

HP



インスタグラム



UR賃貸住宅の修繕負担区分について

UR賃貸住宅において、お客様の居住中に修繕が必要になった場合の負担区分(誰が負担するのか)については、契約時にお渡しした「修理細目通知書」によって定められていますが、平成31年1月31日見直し後のお客様負担の項目は下表のとおりとなっております。

① 障子紙の張替え	⑥ 蛇口のパッキン・コマの取替え(シングルレバー混合水栓のパッキン類を除く)
② ふすま紙の張替え	⑦ 風呂場等のゴム栓・鎖(洗面器、掃除用流し等を含む)の取替え
③ 畳表の取替え又は裏返し	⑧ 台所流し等排水口のゴム蓋・目皿・ごみ受け(浴室の目皿を含む)の取替え
④ 畳縁の取替え	⑨ グリル皿及び焼網の取替え
⑤ 備品(タオル掛け、ペーパーホルダー、帽子掛け、カーテンランナー)の取替え	⑩ 電球・蛍光灯(LED電球、点灯管等を含む)の取替え
⑪ その他軽微な修繕(電池、網戸の網、各種エアフィルター、スイッチひも等の取替え)	

※UR都市機構に費用負担区分がある項目についても、お客様の故意・過失・善管注意義務違反によるもの、住宅の使用に耐えるもの、お客様が設置した設備機器等の損耗については修繕等の実施ができかねますのであらかじめご了承ください。また、日常的な手入れ(簡単な手入れ、ビス・ネジ締め、油差し、清掃等)はお客様負担になります。

※平成31年1月31日より前に契約手続された方の損耗の著しい「畳床」、「ふすま骨組み(縁・骨)」、「クロス」に関する修繕については、長くお住まいの方から順次ご案内し、お申出に応じて対応しております。

居室・設備等ごとに具体的な修繕負担区分を図示した「修理細目のしおり」を、住まいセンターや管理サービス事務所等に配備しております。また、機構ホームページにも掲載しております。

二次元コード
はこちら➡



エレベーターのご利用について

UR都市機構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管理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、エレベーターを安全にご利用いただ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、ご一読いただければ幸いです。

扉の敷居への落とし物に ご注意ください

安全のため、扉が閉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溝を詰まらせないようにしてください。

長いひもにご注意ください

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。

エレベーター内で あばれると危険です

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。



ボタン等はいないに 扱ってください

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。

ドアの引き込まれにご注意ください

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。

かけ込みはおやめください

扉の閉じかけ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。

お子さまの1人乗りは危険です

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。



URコミュニティ

「第10回共同花壇コンクール2024」結果発表

～ 花壇・花談・花団 ～

URコミュニティでは、コミュニティ形成等支援活動の一環として、共同花壇の利用に関するコンクールを開催しています。昨年は節目となる第10回目の開催となりました。昨年ご応募いただいた49団体のうち、「一般部門」35団体と「殿堂入り部門」5団体の作品及びコミュニティ形成等支援活動の審査の結果、以下の団体が受賞されました。ご応募いただいた作品の一部をご紹介します。たくさんのご応募ありがとうございました。

【審査結果】（ ）内は管轄住まいセンター名

最優秀賞



保見（名古屋） 保見ヶ丘6区自治会園芸部



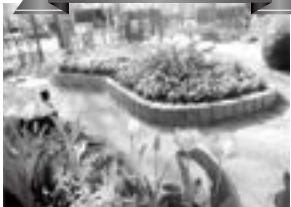
審査員特別賞



アーベインルネス友泉（福岡） 友泉団地自治会 友泉花クラブ



審査員特別賞



徳力（北九州） 徳力団地自治会園芸部



審査員特別賞



金沢シーサイドタウン並木一丁目第一（横浜南） 並木フラワークラブ



殿堂入り大賞



豊四季台（千葉北） 四季の会



URコミュニティ社員賞



習志野台（千葉西） 習志野台団地 花愛好会



ご家族とつながる見守りサービスをご存じですか？

ご高齢の方やおひとり住まいの方のご不安を解消するため、URでは、民間事業者が提供する「見守りサービス」（緊急時にご家族等へ連絡するサービス）をご紹介します。詳しくは下記記載の問い合わせ先までお問い合わせください。

全国のUR賃貸住宅対象

TATEYAMA

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。

問い合わせ先

最寄りの住まいセンターまでお問い合わせください。



ヤマト運輸

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。

問い合わせ先

0120-86-2220

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。



首都圏のUR賃貸住宅対象



東急セキュリティ

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。

問い合わせ先

0120-109-253

営業時間：9時～17時（年末年始を除く）

※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。



※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ので、あらかじめご了承ください。

◎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



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

いつもの暮らしをちょっと面白く! **サイエンス**STUDY
01

美しい空の秘密

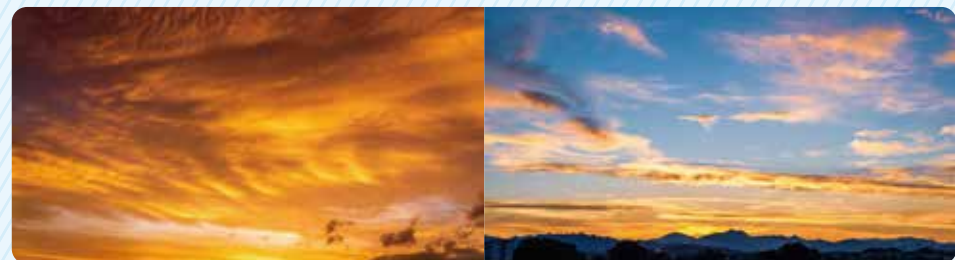
早朝や夕暮れ時、色彩が刻々と変化する美しい空を見上げた経験が、皆さんも一度はあるのではないのでしょうか。このような日の出前と日の入り後、太陽が地平線の下にあっても空が明るい時間のことを薄明^{はくめい}といいます。

マジックアワーとも呼ばれるこの空の現象ですが、実は地平線と太陽の位置関係によって、その美しく輝く空の色彩はさまざまに変わります。「薄明の空」の秘密をひもといてみましょう。

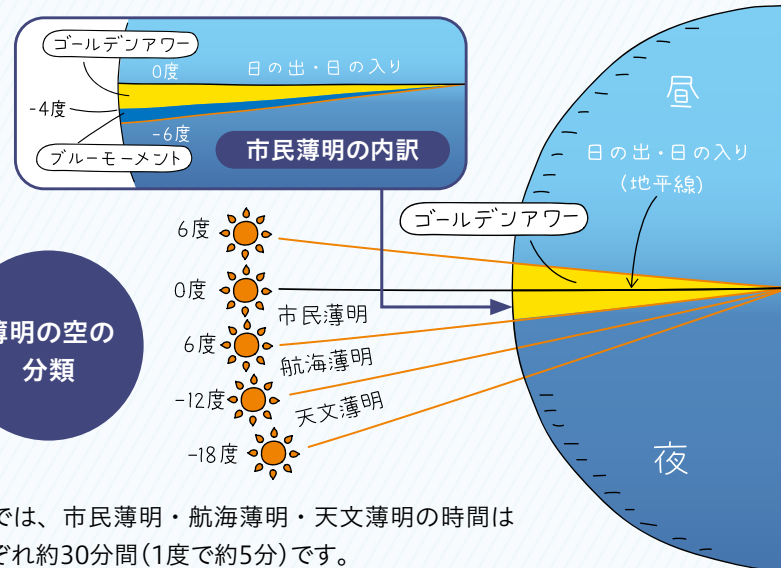
ブルーモーメント

太陽と雲しだいでグラデーションは変幻自在

薄明は、太陽が地平線の下にあっても、太陽光が大気中の粒子によって散乱され、空を照らすために起こる現象です。太陽の高度角(地平線と太陽の角度)によって分類があり、私たち(市民)が明かりなしで屋外で活動できる「市民薄明」、海面と空の境界が見分けられる明るさの「航海薄明」、空が星明かりよりも明るい「天文薄明」の3つの段階に分けられます。



ゴールデンアワーと呼ばれる時間帯の空



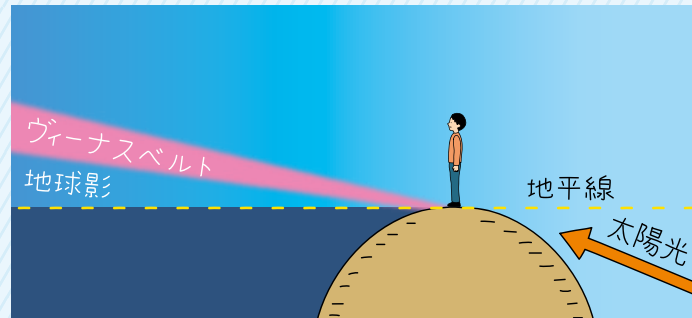
日本では、市民薄明・航海薄明・天文薄明の時間はそれぞれ約30分間(1度で約5分)です。

太陽とは反対側の空にも注目!

晴れた日の市民薄明の時間帯に太陽と反対側の地平線付近を見ると、帯のようなピンク色の空が見られます。この美しい色彩の現象は、美の女神にちなんで「ヴィーナスベルト」と呼ばれています。大気が澄んだ日に見えやすく、ピンクの帯の下に地球の影によって暗い青色の帯が見えることがあります。



ヴィーナスベルト



魔法の時間を体験しよう

薄明の空は、晴れていれば1日に2回も出会うことができます。魔法のような美しい色彩の空と出たい方は、日の出・日の入りの時間を調べて空を見上げてみましょう。

参考文献／『すごすぎる天気図鑑』『最高にすごすぎる天気図鑑』(著者／荒木健太郎、発行／KADOKAWA)



監修：(株)エミッシュ

らうんじキッチン

季節を問わず安定価格で手に入るエノキダケを使ったチヂミです♪

少ない食材で節約レシピ! えのきだけチーズチヂミ

材料 (3〜4人分)

メイン食材

エノキダケ …… 大1袋(200g)

たまご …… 1個
小麦粉・片栗粉・水 …… 各大さじ3
鶏がらスープの素(顆粒) …… 小さじ1
ピザ用チーズ …… 50g
ごま油 …… 大さじ1

作り方 調理時間: 20分

- ① エノキダケを1cm幅に切る(石づきの部分もぎりぎりまで使って、手でほぐす)。
 - ② ボウルにAを入れ、粉っぽさがなくなるまでよく混ぜる。
 - ③ ②に①のエノキダケを加えてさらに混ぜる。
 - ④ フライパンにごま油を入れて中火にかけ、③を12等分にして入れ、片面2〜3分ずつ焼く。
- ※お好みでコチュジャンや酢きょうゆなどをつけてお召し上がりください。
※12等分せず、フライパンに全量投入して1枚にし、焼きあがってから切り分けても!

URから広がる 笑顔の輪

DANCHI Caravan in 町田山崎

@町田山崎団地(東京都町田市)

人とつながろう、地域でつながろう!

今年で10周年の節目の年を迎えるDANCHI Caravanが3月8日(土)、9日(日)の2日間で開催されました。DANCHI Caravanは、防災を切り口に人とのつながりを築いていこうというユニークなイベントで、2014年から開催しています。毎回異なるコンセプトを設定していますが、今年は「わたしの備え、もしものために。」がテーマ。町田山崎団地の豊かな屋外空間を活かし、被災時に役立つ知識を学ぶワークショップ、町田市にゆかりのあるアーティストによる音楽パフォーマンス、町田市産の野菜の販売など、地域とのつながりを深める内容となっています。

また、10周年を祝うセレモニーも用意され、関係者による鏡開きがあり日本酒もふるまわれました。町田山崎団地以外から参加されている方たちも多く、初日はあいにくのお天気でしたが、充実した屋外イベントとなりました。



収穫したわらを使った「わらぼうきづくり」など、ワークショップも充実

イベント参加者にこの街のイイところを聞きました!

URと暮らしの交差点

団地内の公園で子どもをよく遊ばせています。その間に団地のお店で買い物をするのが楽しみです。おいしいお店がそろっています。



みんなが「シロヤマ公園」と呼んでいる2街区にある公園は、ブランコや砂場、ジャングルジムなどの遊具が充実していて、子どもが大好きな公園です。

ABC-Project事務局
望月さん

DANCHI Caravanは、UR都市機構の若手を中心とした有志からなるABC-Projectが企画・運営を担っています。昨年の7月から準備を進め、たくさんの方たちの協力を得て、こうして形になったことに感激しています。仕事では出会えない方たちと関わり、多くの刺激と学びがあり、参加してよかったと心から思っています。



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付いたしません。

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(に紹介者様のお住まいの住宅、入居ご希望者様の申込み住宅)は、首都圏、北海道、宮城県、UR賃貸住宅です。
※UR都市機構が実施する他の特典及びプレゼント等と併用できない場合があります。詳しくはURの営業窓口にお問い合わせください。
※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・セカンダリ入居契約 ●お申込み内容について虚偽が判明した場合
●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した場合
●UR賃貸住宅からの住替え(世帯分離を除く)
●UR賃貸住宅に、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



UR都市機構への「届出」について



UR都市機構では皆さまに団地生活を快適に過ごしていただくため、また、住宅の適正な管理の必要上、「届出」の制度を設けています。

届出の主なもの

① 氏名変更届

契約名義人が結婚または養子縁組などにより氏名が変わったときは、速やかに管理サービス事務所または管理連絡員に届け出てください。この届出が出ていないと、UR都市機構からのお知らせ等が届かなかったり、家賃等の収納等の手続きでトラブルの原因ともなりかねません。

② 不在届

家族全員が海外旅行、長期出張などで、引き続き1か月以上、住宅に居住しなくなるときは、あらかじめ管理サービス事務所または管理連絡員に届け出てください。

不在届を提出しなかったために、無断退去としてUR都市機構が契約を解除することもありますので、必ず提出するようにしてください。

③ 同居届

入居の時に届出のあった家族以外の方を同居させようとするときは、あらかじめ管理サービス事務所または管理連絡員に届け出てください。

同居が認められるのは親族（配偶者、6親等以内の血族および3親等内の姻族）に限られます。知人、友人などの同居は一切認められません。

また、同居親族の方が住宅を退去されたときなど家族に変更があった場合は「家族等変更届」を提出してください。

④ 入居者名簿の記載内容の変更届

入居の時に提出いただく入居者名簿については、おおむね5年ごとに書き換えをお願いしていますが、緊急連絡先等の記載内容に変更があったときにはその都度必ず、速やかに管理サービス事務所または管理連絡員に届け出てください。

また、緊急時の連絡先については、できる限り、連絡の取りやすい方やお近くにお住まいの方を記載してください。

◎共働きのお宅や留守がちのお宅では、万一、火災や水漏れ事故が発生した場合、管理サービス事務所または管理連絡員に届けている連絡先や勤務先が変わっていてその変更手続きがなされていないと、緊急の連絡ができなくなります。

届出の受付先はすべて管理サービス事務所または住まいセンター等で行っており、所定の用紙も用意してあります。

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 墨田区江東橋4-26-5 東京トラフィック錦糸町ビル本館7階	千葉西住まいセンター ☎047-474-1191 船橋市前原西2-12-7 津田沼第一生命ビル3階	横浜南住まいセンター ☎045-835-0061 横浜市港南区港南台3-3-1 港南台214ビル5階
城北住まいセンター ☎03-3842-4611 台東区東上野5-2-5 下谷ビル4階	千葉住まいセンター ☎043-311-1212 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 草加市松原1-1-6 ハーモネスタワー松原A棟3階
東京北住まいセンター ☎03-5954-4611 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 ☎04-7197-5700 柏市柏4-8-1 柏東口金子ビル5階	浦和住まいセンター ☎048-711-7150 さいたま市南区沼影1-10-1 ラムザタワーA棟5階
東京南住まいセンター ☎03-5427-5960 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 ☎045-872-1131 横浜市神奈川区金港町1-4 横浜イーストスクエア8階	西埼玉住まいセンター ☎049-263-2111 ふじみ野市霞ヶ丘1-2-27-301 ココネ上福岡二番館3階
北多摩住まいセンター ☎042-521-1341 立川市曙町2-34-7 ファーレーイーストビル10階	神奈川西住まいセンター ☎0466-26-3110 藤沢市藤沢462 日本生命藤沢駅前ビル9階	北海道住まいセンター ☎011-261-9277 札幌市中央区北三条西3-1 札幌北三条ビル2階
南多摩住まいセンター ☎042-373-1711 多摩市永山1-5 ベルブ永山6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

水漏れ・排水管詰り・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。

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 または ☎048-839-0901

宮城県：総合警備保障(株) ☎022-213-8750

北海道：北光営繕(株) ☎011-261-7425

家賃等のお支払いは 便利な口座振替を ご利用ください！

家賃等のお支払いは、手数料がかからずPontaポイントがたまる口座振替のご利用が便利です。

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、UR指定の金融機関（ゆうちょ銀行を含む）窓口で受け付けています。

預貯金口座の残高確認を お忘れなく！

口座振替日は、賃貸借契約書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

UR住人の日常

まさかな正体 漫画：てぶくろ星人



●元ネタエピソード 一人暮らしのおばあさんに、住人みんながあいさつしてる所を見て心が和みました。
高洲第二(千葉県) / たかちゃんさん

ぐっすり! 快眠ストレッチ

なかなか寝つけない、何度も起きてしまう…。そんな悩みとは今日でおさらば!

第12回
タオルとボールで
手軽にマッサージ

姿勢改善にも効果的!

1

後頭部に平たく折ったタオルをピッタッと当てて、深呼吸しながらその部分をやさしく擦ります。さすると、密着させているタオルで筋肉をゆらして緩めるように。



2

同じ動きで背中も行います。腕が疲れたら休憩しながら、首筋から腰まで行いましょう。



3

椅子に浅く腰掛けて、腿の裏側も同様に。



4

足の裏全体をゴルフボールで3~5分ほどかき回して満遍なくマッサージします。



ここがポイント

タオルを使うと手の届かない背中や腰の筋肉の緊張をとることができ、肩こり、腰痛、姿勢改善の効果が期待できます。ゴルフボールでのマッサージは、足の状態を整えるので歩行が安定したり膝の痛みの予防にも効果的です。

【監修者紹介】山田いずみ氏
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。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。

読者投稿の応募方法

①②で採用された方には
クオカード(500円分)をプレゼント!

- ①UR住人の日常[7面] 日常生活のちょっとしたエピソード
- ②暮らしのこだわり自慢[8面] 自宅の中の工夫やこだわりが詰まったモノや空間のお写真と、その説明
- ③絵探しクイズ[8面]

●WEBからのご応募はこちら

<https://form.run/@yourlounge>

スマートフォンからは、こちらの二次元コードからも応募ができます。→



※応募内容は①~③のいずれか1つのみでも可。
※応募された写真などは返却ができないため、WEBフォームからの投稿をお勧めします。
※ご記入いただいた個人情報は掲載見本と商品の送付以外には使用いたしません。

●郵送でのご応募はこちら

投稿コーナーのほか、住所・団地名・氏名・ペンネーム(記載のない方はイニシャルで掲載)・年齢・電話番号・本誌に対するご意見などをご記入の上、下記までお送りください。

〒106-0032
東京都港区六本木5-10-31 矢口ビル4F
(株)文化工房「Yourらうんじ」編集室

工夫をのぞき見!

暮らしのこだわり自慢

編集部I

リビングにある棚の上に、いろんな種類の観葉植物を置いています。
部屋の中に緑があると、心地の良い空間になりますし、心が明るくなる気がします! 植物の力は偉大ですね。これからも大切に育てていこうと思います。



編集部K

リラックスしたいときに、よくアロマを焚いています。
香りやキャンドルの光には、とても癒やされます...!
最近のお気に入りの香りはローズマリーですが、きっと知らない香りがまだまだあるので、もっといろんな香りを見つけていきたいです。



自慢の写真大募集!!

自宅の中の工夫やこだわりが詰まったモノや空間のお写真をお送りください。
WEBまたは郵送(7面「読者投稿の応募方法」参照)で、お写真とコメントを記載の上、投稿ください。

今回は編集部が撮影してきました!



※過度の画像加工をしたもの、他のコンテスト等へ応募等されたものについては投稿いただけません。※個人の居宅が特定される可能性のあることをご留意ください。※投稿者がすべての著作権を有している写真に限ります。※投稿作品について第三者から権利侵害や損害賠償等の異議申し立て、苦情などがあった場合、投稿者がすべて対処するものとします。※撮影の際のトラブルについて、UR都市機構及び編集部は一切の責任を負いません。※いただいたコメントは掲載の都合上、編集させていただく場合がございます。

読者プレゼントクイズ

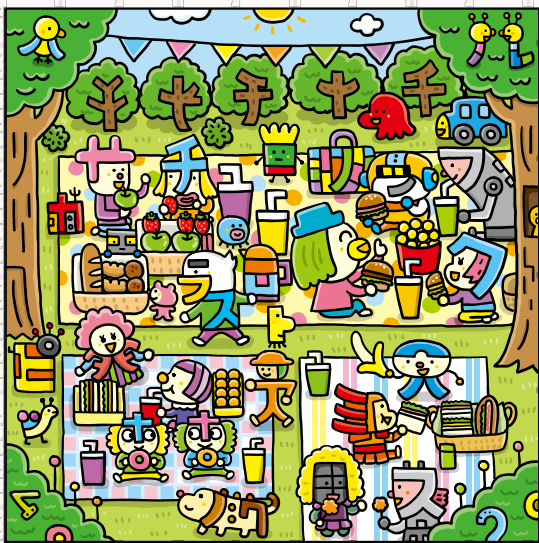
文字探しクイズ

右の絵の中に花の名前がカタカナで隠れています。何が隠れているか探してください。
正解者には、抽選でご当地グルメをプレゼント!



前号(2月号)の答えは「ブロッコリー」です

ヒント 春の花です



©森のくじら

今回のプレゼントは【広島県】のご当地グルメ



『鳥皮みそ煮』
(3食入り)
(ヤマトフーズ株式会社)

5名様

WEBまたは郵送(7面「読者投稿の応募方法」参照)で、「クイズの答え」を記載の上、ご応募ください。

プレゼント応募の締切 5月15日(消印有効)

※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。