

素敵なシティライフのために

月刊 マンション生活情報紙

ウェンディ

編集・発行 ウェンディ企画株式会社  
広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル  
〒730-0035 ☎082(247)7487(代)

第228号

# Wendy

www.wendy-net.com

**工事は低価・品質・保証**

小工事から大規模修繕工事まで  
合人社エンジニアリング  
東京本店 ☎03-5201-3380  
大阪本店 ☎06-6260-5345  
(支店)札幌 仙台 さいたま 横浜 船橋 名古屋 岡山 広島 北九州 福岡 熊本 (休刊)広島



Ms Wendy in this month

## 音楽は「魔法」。クラシックの面白さが分かったら、ハマッてしまふと思います(笑)。

ピアニスト 仲道 郁代 さん

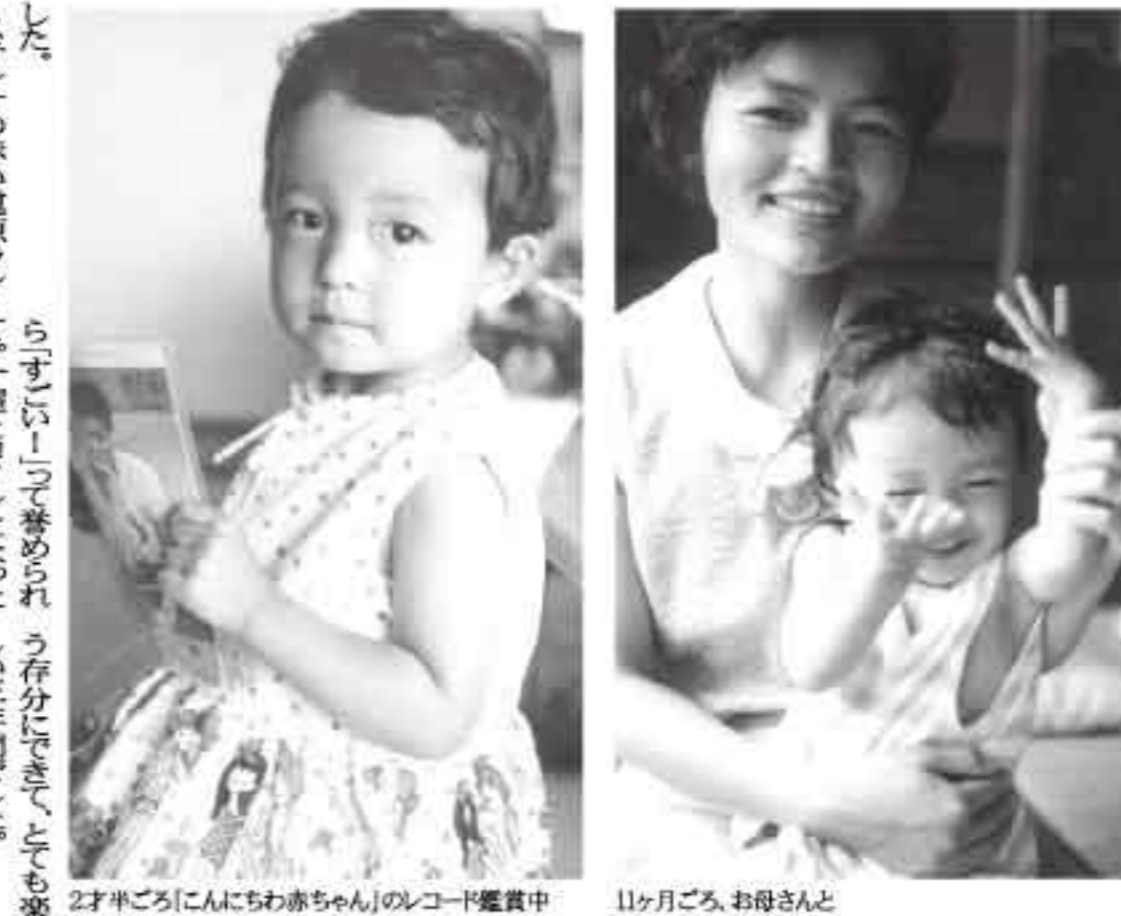
◆ピアノの音色に  
魅せられた子ども時代  
私が初めてピアノに触れたのは、四才のときでした。実はつい最近知ったのですが、音楽好きな両親は、私が生まれたときからピアノ貯金をしていて、四才の誕生日に、ピアノが家に届くことになっていたらしいです。

幼稚園から帰ると部屋に黒く光るピアノがあつて……。ものすごくうれしくて、その日は今でもはっきり覚えてます。その半年ほど前からオルガン教室で習っていたので、早速弾いてみました。でも、いつもレコードで聞いているようなきれいな音が出ない。それがすくなくショックで、「早くうまくなりたい」と思いました。それ以来、一日何時間でも飽きずにピアノの練習をしていました。

楽器会社に勤めていた父の影響で、家の中ではいつもクラシック音楽が流れていました。何しろ、まだ胎教という言葉も一般的ではない時代でしたが、母は私がおなかの中にいるころはグリーグのピアノ曲を聴き、授乳のときの音楽はいつもモーツァルトの「アイネクライネ・ナハト・ムジーク」。父は、ピアノのルービンシュタインの大ファンで、レコードもたくさん持っていました。そのせいか、私もルービンシュタインの演奏が大好き。子どものころからの刷り込みです。

◆ピアノの憧れからプロの道へ  
小学五年生のときに、私専用のステレオを買ってもらいました。当時ですから、大きな木の箱のステレオ。そのステレオで、毎晩寝る前にショパンの「ポロネーズ」を聴くのが、一つの儀式のようになっていました。

学校に行っても周りには日本人は一人もいなかった。そのころは、言葉も分からず、最初は本当に大変でした。でも、あるとき音楽の先生に「ピアノを弾いてこらんないか」と言われて、教室で弾いたらみんななか



2才半ごろ「こんにちわ赤ちゃん」のレコード鑑賞中 11ヶ月ごろ、お母さんと

**本号の記事**

ニューススポット  
中古マンション価格  
首都圏・近畿圏下落傾向 中部圏は横ばいから上昇に……3

ちよっと拝見  
サンパーク中井……………4

私の体験  
懐かしくて新しいセルロイド人形……5

設備について  
消防用ホースなどの耐圧性能点検……10

**頭の体操**  
16

本号のエンタメ  
タケカワユキヒデ……7

「いいこち(居心地)」が文脈を変える  
「創るもの」は再び  
「享けるもの」の声を聴けよ……8

一杯の紅茶で至福のひとつときを過ごす……10

お答えします・身体のキモン  
睡眠薬について……14

マンション管理組合質疑応答  
理事会での取り組み・大規模修繕工事に向けて……11

読者の広場……12

15

**信頼がマンションの TOMEN 資産価値を守ります**

リフォーム 不動産売却 マンテナンス

トーメン西建物管理株式会社  
〒541-0053 大阪市中央区本町2-3-8 三甲大坂本町ビル TEL.(06)6260-6246 (代)

トーメン東建物管理株式会社  
〒103-0022 東京都中央区日本橋區町4-3-16 新豊大洋ビルディング TEL.(03)5201-1288 (代)



photo Kazuya Akita © WENDY

仲道 郁代 / ピアニスト

仙台市で生まれ静岡県浜松市で育つ。桐朋学園大学1年在学中に第51回日本音楽コンクール第1位を受賞し注目を集めた。...

◆音楽の意識を知った
ドイツ留学が転機に
「二才のときに...

◆クラシック音楽で
自分を育てる
作曲家にとって、ピアノの演奏の仕方...

◆クラシック音楽
クラシックの
種をまきたい
この頃は、クラシック音楽が危惧されて...

◆クラシック音楽
自分を育てる
作曲家にとって、ピアノの演奏の仕方...

◆クラシック音楽
自分を育てる
作曲家にとって、ピアノの演奏の仕方...

◆クラシック音楽
自分を育てる
作曲家にとって、ピアノの演奏の仕方...



1998年 1才半の娘とコンサートの後で



1990年 イチノにに住んでいた家族と



ウィーンのカールス教会の前で(ドイツ留学前 妹と)



昭和46年6月13日 金沢美津子門下生ピアノ発表会

Advertisement for 'Manshon Renaissance' (マンション再生) featuring a large illustration of a building and text about management services, including a Q&A booklet and a free trial of 'Wendy' magazine.

# ニューズスポット

## 中古マンション価格

首都圏近畿圏下落傾向  
 中部圏は横ばいから上昇  
 東京圏は横ばいから上昇  
 三大都市圏の中古マンションと連動して、グループのマンション価格も上昇傾向にある。近畿圏は二〇〇七年一月以降下落傾向が続く。中部圏では二月までの横ばい傾向から上昇への推移が見られる。

## 不動産経済研究所

不動産経済研究所は、二〇〇八年以降に完成予定の二〇階建て以上の調査開始以来、最低と高層マンションが三月末時点まで一五棟一五万八〇〇〇戸以上の調査結果をまとめた。高層マンションの人気の高まり、二〇〇七年三月末に比べ一四二棟増加、地域別に見ると、首都圏が一棟で最も多く、大阪市など近畿圏が一〇六棟と続いた。

## 首都圏新築マンション

再び郊外化傾向  
 都心の価格高騰が影響  
 リクルートが行った首都圏の新築マンション契約者動向調査によると、二〇〇七年の契約者のうち、東京23区の割合は二四・三%と、二〇〇六年に比べ一・七%ポイント低下した。一方で、圏外では二〇〇七年の契約者のうち、圏外に購入した人が増加。都心回帰の傾向が弱まる。二〇〇七年三月末に比べ一四二棟増加、地域別に見ると、首都圏が一棟で最も多く、大阪市など近畿圏が一〇六棟と続いた。

## 日本郵政

マンション分譲事業に進出  
 住宅地利用  
 民間の不動産開発会社と連携して、グループの郵便局舎がマンション分譲事業に進出する。都心では二二六七万円、心なごにある優良不動産と前月比一・六%上昇の住宅地を利用し、マンションの建設、販売を始める。都心では賃貸マンションも検討している。

## 改正建築基準法

新耐震建築物の増設  
 国土交通省は四月一七日付で「全体計画認定に係るガイドラインの一部改正について」と題する文書を都道府県等に宛てて通知した。二〇〇七年六月施行の改正建築基準法による増設の増進を図る。改築手続きの円滑化を図る。借り手は二〇〇五年三月、市内の賃貸マンションを借りる契約を結び、定額補修分担保金として一六万円を支払った。国土交通省は「最近の建築確認申請数」として、三月の建築確認申請件数は、前年同月比一四・八%減少した。二〇〇七年の建築確認申請件数は、前年同月比一四・八%減少した。二〇〇七年の建築確認申請件数は、前年同月比一四・八%減少した。

## 住宅ローン

住宅ローン金利引き上げ  
 三菱東京UFJ、みずほ、三井住友の大手銀行一〇〇棟のうち、九都道一七団地の二四棟を



**RICOH**  
 約1,000万画素  
 光学7.1倍ズーム  
 デジタルカメラ R8  
 www.ricoh.co.jp/dc/

**月額200円でお得情報**

モード発信中  
 特選タイガース  
 特選格闘技  
 デイリー馬三郎

**デイリースポーツ**

# 紫外線の多くなる季節こそ「キレイ」のケアを

# コラーゲンだけでいいですか？

この時期から夏にかけては私たちの「キレイ」の天敵、紫外線からのダメージは欠かすことができません。紫外線は、肌を乾燥させ、シミやそばかすの原因になります。また、肌の弾力を失わせ、たるみの原因にもなります。紫外線を浴び続けると、肌の真皮層にダメージを与え、コラーゲンやヒアルロン酸の減少を引き起こします。これにより、肌のハリや弾力が失われ、肌質が悪化してしまいます。

**コラーゲンの生成を助ける**

コラーゲンは私たちの「キレイ」の天敵、紫外線からのダメージは欠かすことができません。紫外線は、肌を乾燥させ、シミやそばかすの原因になります。また、肌の弾力を失わせ、たるみの原因にもなります。紫外線を浴び続けると、肌の真皮層にダメージを与え、コラーゲンやヒアルロン酸の減少を引き起こします。これにより、肌のハリや弾力が失われ、肌質が悪化してしまいます。

**コラーゲンの生成を助ける**

コラーゲンは私たちの「キレイ」の天敵、紫外線からのダメージは欠かすことができません。紫外線は、肌を乾燥させ、シミやそばかすの原因になります。また、肌の弾力を失わせ、たるみの原因にもなります。紫外線を浴び続けると、肌の真皮層にダメージを与え、コラーゲンやヒアルロン酸の減少を引き起こします。これにより、肌のハリや弾力が失われ、肌質が悪化してしまいます。

**コラーゲン+ヒアルロン酸**

そして「植物の力」と「乳酸菌」

うるおいを目標めさせるサプリメント。うるおい潤花 EX(エクス)コラーゲン 3,990円

まずはお試しセットから違いを感じる14日間

うるおい潤花 EXコラーゲン 2週間お試しセット

先着500名様限定  
 お試し特別価格  
**1,500円** (税込)  
 送料無料

14日分(14包)

0120-17-3333

0120-78-3333

7708-0390

〒7708-0390 岡山県津山市小原22-5 (株)ミコー



エントランス

サンパーク中井  
建設概要  
平成17年9月竣工  
鉄筋コンクリート造  
地上14階建  
総戸数 52戸  
福岡県北九州市小倉北区中井2-17-45  
事業主 大英産業



銘板。植込みの前に置かれている



マンションの正面玄関に続くスロープ



マンションの正面玄関に続く階段

# ちよよとと拝見

## サンパーク中井 (福岡県北九州市)

# 理事長さんに聞きました

## 理事長さんのプロフィール

某印刷会社に勤務していた。妻と娘二人の四人暮らし。趣味は釣り、野球観戦など、休日にはほとんど家族と過ごす。また、マンション内で仲良くなった人とのために飲みに行ったりもしている。



末弘 宜之さん(30)

■管理会社変更時のお重なる結果、合人社計画前管理会社に不安を感じ、研究所に管理を委託するに決まりました。合人社計画研究所を選んだ理由としては、①北九州市に支店があること、②支店長の人が良かったこと、③管理委託料が安かったこと、④独立系の管理会社で、マンションの対応が一年前より良かったこと、⑤フロントマンの働きが悪い、役員の負担が大きい、⑥理事長になられたときのお話をお聞かせください。

■管理組合が発足して二年で理事長に就任しました。最初の総会で監事になり、今年理事長になりました。役員決めで、みんななかなか理事長をやりたい人がいなかった。そのうち、お話を聞かされたとき、下の階に聞こえない構造となっていて、と聞かされたのですが、しっかり下の住民に聞こえていた。照明の見直しです。そして、小倉中心部へもバス一本で行ける便利の良いところでした。

■これまで解決したこと、や現在マンションで取り組んでいることを教えてください。

■マンション近辺の環境、紹介をお願いします。

■このマンションの管理費は、前職は不動産の営業を5年ほどしていましたが、マンションの管理業では、明らかにいい仕事を心がけています。居住者の方から接する機会があり、それら信頼していただけるように心がけています。管理員でありたいと思っています。

■趣味はスノーボードで、清潔であるよう、日々の清掃にも気を配っています。また、二月に待望の第一子が生まれ、四月から一子で住んでいるので、一緒に住んでいるので、普段なかなか相手ができない分、休日には一緒に過ごしたり、ギターで弾き語りをしたりしています。

■管理組合の役員は、上川 知子さん(50)です。趣味は音楽鑑賞です。特にカラオケで歌ったり、ギターで弾き語りをしたりしています。

■マンション購入時のお話を聞かせたい。マンションを見て回ったのは、サンパーク中井を含めて二件です。価格と立地がちょうど良いところを探していました。購入の決め手となったのは、床の構造ですが、これは失敗しました。営業マンに足音(子ども)の足音などは、下の階に聞こえない構造となっていて、と聞かされたのですが、しっかり下の住民に聞こえていた。照明の見直しです。そして、小倉中心部へもバス一本で行ける便利の良いところでした。

■このマンションの管理費は、前職は不動産の営業を5年ほどしていましたが、マンションの管理業では、明らかにいい仕事を心がけています。居住者の方から接する機会があり、それら信頼していただけるように心がけています。管理員でありたいと思っています。

■趣味はスノーボードで、清潔であるよう、日々の清掃にも気を配っています。また、二月に待望の第一子が生まれ、四月から一子で住んでいるので、一緒に住んでいるので、普段なかなか相手ができない分、休日には一緒に過ごしたり、ギターで弾き語りをしたりしています。

■管理組合の役員は、上川 知子さん(50)です。趣味は音楽鑑賞です。特にカラオケで歌ったり、ギターで弾き語りをしたりしています。

## お任せください 担当スタッフ紹介

管理会社 合人社計画研究所  
フロント担当 北九州支店 管理員 末弘 宜之さん(30)



坂本 博紀さん(29)



上村 達朗さん(54)

## 大規模修繕工事 監理編

美装工事 下地補修が完了すると、美装工事に入ります。マンションの外観イメージを大きく左右することになる美装工事だけに、入居者の関心も高まります。一方、個人の色、柄の好みもさまざまなので、一例として工事監理会社は次のような方法で、仕上げ色の決定の手助けをしています。

①工事監理会社が全体のバランスを考慮して床、壁、天井の仕上げ色の組み合わせを三組ほど提案します。

②その後、撥水剤を全面的に塗布すると、長期的に建物汚れから守ることも可能です。

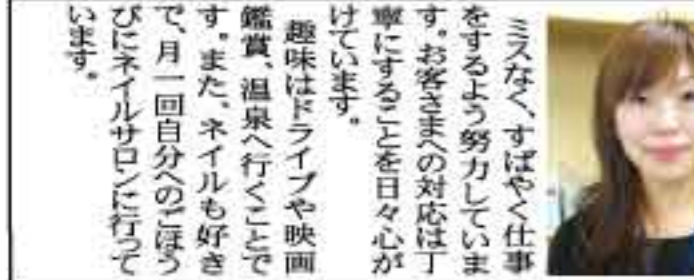
③吹付けタイルは劣化すると、チヨクのように、具体的に劣化箇所を指し示すような工事が行われます。

④屋根 屋根については美装というよりは防水の機能の回復を目的とした工事が主となります。

⑤経年した防水層には、躯体の動き、気象条件、それ自体の動きにより硬化、膨れ、よじれ、破断といった現象が現れます。こうした状態の防水層を補修し、かつ新たな防水層を施工する工法が現在の主流です。

⑥床 最近の技術開発により、耐候性の高いものや汚れにくい塗料の選択も可能となっています。

⑦廊下やバルコニーの床面



上川 知子さん(50)



施工前 施工後

①下地劣化状況の調査報告  
②部位ごとの仕上り状況の報告、その後の工程予定  
③管理組合および施工会社双方からの要望、お願いなどの調整  
以上のような内容の報告会を行い、入居者・施工会社が連絡を密にして工事をすすめていくことが望まれます。

小工事から大規模修繕工事まで  
**合人社エンジニアリング**  
東京本店 ☎03-5201-3380 大阪本店 ☎06-6260-5345  
（空室）札幌 仙台 さいたま 横浜 新潟 名古屋 岡山 同産 高松 北九州 福岡 熊本（本社）広島

# 懐かしくて新しい

## セルロイド人形

私の体験

平井 英一 (61)



懐かしくて新しいセルロイド人形。一つ切り離してバリを取ると、父と一緒になる。長い間、父と一緒にセルロイド人形の仕事を続けてきた。五、六人形の色を塗ったが、その父も数年前に亡くなり、今ではセルロイド人形を作るのは私一人だけになりました。

セルロイド人形の製造方法  
セルロイド人形は吹きレクターの北原照久さんから戦前に作られたセルロイドのミッキーマウスと、一人形の金型が残っている。セルロイドのシートをミニーマウス複製の依頼から汚れた金型を持ってきました。

セルロイド人形の復活  
一九九八年、おもちやもりを感じて感動しました。父にその感動を話すと、父は喜んでくれました。父は亡くなりましたが、父が作ったセルロイド人形に温もりを感じて感動しました。父にその感動を話すと、父は喜んでくれました。父は亡くなりましたが、父が作ったセルロイド人形に温もりを感じて感動しました。

セルロイド人形の思い出  
セルロイド人形は、父が作った。父は亡くなりましたが、父が作ったセルロイド人形に温もりを感じて感動しました。父にその感動を話すと、父は喜んでくれました。父は亡くなりましたが、父が作ったセルロイド人形に温もりを感じて感動しました。



ミッキーとミニー



私が作ったミニー

セルロイド人形は、父が作った。父は亡くなりましたが、父が作ったセルロイド人形に温もりを感じて感動しました。父にその感動を話すと、父は喜んでくれました。父は亡くなりましたが、父が作ったセルロイド人形に温もりを感じて感動しました。



父が作った最初のミニー

革靴の手入れ  
靴が汚れては仕方がありません。毎日の手入れ次第で、靴は長く持ちます。革靴の手入れは、靴の寿命を延ばすことに繋がります。革靴の手入れは、靴の寿命を延ばすことに繋がります。

革靴の手入れ  
靴が汚れては仕方がありません。毎日の手入れ次第で、靴は長く持ちます。革靴の手入れは、靴の寿命を延ばすことに繋がります。革靴の手入れは、靴の寿命を延ばすことに繋がります。

車の管理組合  
車の管理組合は、車の管理を目的としています。車の管理組合は、車の管理を目的としています。車の管理組合は、車の管理を目的としています。

車の管理組合  
車の管理組合は、車の管理を目的としています。車の管理組合は、車の管理を目的としています。車の管理組合は、車の管理を目的としています。

お召し上がり方  
1日2回(朝夕1回ずつ)を目安にそのまま、または水、ぬるま湯とともに召し上がりください。またお好みに応じてヨーグルトや紅茶に入れて召し上がります。

1箱60包入り(1日2回)  
定価 6,000円(税込)

プロビタC愛用者の声

- ・お菓子みたいで飲みやすい
- ・貧血気味が治った
- ・歯茎から出血しなくなった
- ・コレステロール値が下がった
- ・肌がキレイになったと言われた
- ・カゼを引かなくなった
- ・肌が白くなった
- ・疲れにくくなった

ウエンディ 特別価格  
5,800円(税込)  
5,600円(税込)  
5,400円(税込)

世界初  
安心・安全・安定の三拍子揃った  
ビタミンCサプリメント  
プロビタC

ビタミンCはアンチエイジングの要です。シミやそばかすの原因となるメラニンの抑制、血管や骨、肌などを構成するコラーゲンの生成、タバコやアルコールの無毒化、抗酸化ストレス作用、免疫力を高めるなど、さまざまな効果があることが科学的に知られています。

◆大学の研究者が  
安定・持続型ビタミンCを生み出した

タミナ学会学芸賞、東久し賞、理由はここにあり。理由はここにあり。理由はここにあり。

この人に注目

# バードカービングを楽しむ

野鳥彫刻家

みずかみ せいいち  
水上 清一 さん



水上 清一 / 野鳥彫刻家

1956年生まれ、日本バードカービング協会副会長、国内外でのコンクール入賞多数、東京を中心に20ヶ所の教室でバードカービング指導中。

ホームページ <http://homepage2.nifty.com/BIRD/>  
問い合わせ先 [mizukami.s@nifty.com](mailto:mizukami.s@nifty.com)

を大量に浮かべ、それが安全な場所だと野生の力毛を誘います。そして、安心して舞い降りた力毛を狙うという方法の鴨猟をしていました。

このデコイが二〇世紀中ごろ、リアルな野鳥の姿が彫刻されるようになり、バードカービングと呼ばれる芸術作品として評価されるようになりました。

「どの作品もコンクール出品作品ですか」との申し出がスタッフにあり、奥さんが「お二人で桜を眺めていた。奥さんが、お二人で桜を眺めていた。奥さんが、お二人で桜を眺めていた。」



桃にスズメ



菜花にホオジロ



桜にシジュウカラ



アメリカホシハジロ



ノブドウにジョウビタキ



コノハズク

フクロウ

## 生活歳時記

### 父の日

六月の第三日曜日は「父の日」です。母の日ができたことを、母の日ができたことを、母の日ができたことを...



父の日がいつの日か、父の日がいつの日か、父の日がいつの日か...

## 野菜の上手な保存方法

野菜を買いすぎたり、いただいたりして、一度に使いきれなくて困った経験はありませんか？

ホウレンソウなどの葉物 大きじ一ほど入れて二〇洗って水気を取った葉の野菜は、まず短時間でゆでる...



上手に保存して、無駄に捨てないよう、気を付けましょう。

合人社エンジニアリング 小工事から大規模修繕工事まで 東京本店 ☎03-5201-3380 大阪本店 ☎06-6260-5345

本音のエッセイ

娘の一人暮らし

音楽家 タケカワユキヒデ



タケカワユキヒデ / 音楽家

娘が一人暮らししている。NHKのプロデューサーにむと、その数週間後には、中国語ができるように、その話をしたところ、彼の娘を連れて台湾まで彼に会いに行きた。

僕は、娘が五人いるが、今までは一人暮らしをさせた娘は一人もいなかった。しかも、彼女はまだ二〇才、二〇才の女の子を、しかも外国で一人暮らしをさせるという、父親としては、針のむしろに座るような展開になった。

1952年埼玉県生まれ。1975年東京外語大在学中にプロデューサー、翌76年にゴダイゴを結成。ヴォーカルと作曲を担当し、『ガンダーラ』『モンキー・マジック』『銀河鉄道999』『デュエティール・ネーム』など数々のヒットソングを生む。現在は音楽活動の他、執筆活動にテレビ・ラジオの出演や講演、コンサート活動と幅広く活躍中。最近作はBEATLESへのトリビュートCDアルバム『CHRONICLE1&2』。

防火管理者について

防火管理者の業務内容
防火管理者の業務内容は、防火計画の作成(各マシンの形や建物構造・設備などの状況を加味して書面化した防火計画)などである。

防火管理者とは
防火管理者とは、共同防火管理の対象となる店舗、事務所、住宅などの防火管理上必要と認められる者である。

集合住宅のような一つの建物に多くの人々が生活する状況で、火災などの被害は拡大しやすく、防火対策は不可欠とされている。防火管理者は、防火計画の作成や防火訓練の実施などを行う。

防火管理者の業務内容
防火管理者の業務内容は、防火計画の作成(各マシンの形や建物構造・設備などの状況を加味して書面化した防火計画)などである。

美容業界でも注目される「プラセンタ」の美肌力! シワ・シミ・乾燥・たるみ・くすみ... オススメ! シワやタルミが気になる方、シミがある方、肌がくすんで見える方、更年期障害が気になる方

ビタミンB2の知識 ビタミンB2は、成長に欠かせない水溶性のビタミンで、化学名がリボフラビンです。皮膚や粘膜のビタミン(「エネルギー代謝のビタミン」と呼ばれ、甲状腺や皮膚、爪、頭髪などの健康維持に必要です。)

究極の美容サプリで理想の美しさを! プルプル・ツヤツヤ7年前のキレイを目指して 理想の美しさを! 特許取得美容成分 マリンプラセンタ シミ、シワ、たるみ等の悩み... あなたは老いのせいだと諦めていませんか? 実はそんな様々な悩みを抱える女性からプルプルになれた「本当にスゴイ」と話題になっていく究極の美容サプリがあります。

女性を内側から美しく... 究極の美容サプリ ついに誕生! 特許取得美容食品 海のプラセンタ (1袋90粒入り) 3~6粒目安 4,935円 (税込) 2袋以上送料無料で! ※送料でお得な定期コースもございます。

まずは1週間...この違いを感じてください!! 20代に見られることも! 最近では毎日スッピンです! 30代後半位から老けたねと指摘されるねと苦悶することが増え、一生懸命若作りしていたんですけど、でもこれを飲み始めてから毎日潤ってプルプルだし、顔全体が明るい印象になってきたんです。改めて内側からのケアの大切さを痛感しました。

プルプル・ツヤツヤ7年前のキレイを目指して 究極の美容サプリで理想の美しさを! 一匹の鮭からごく微量しか抽出されないという大変貴重なものなのです。 その中にはコラーゲンやヒアルロン酸等30種類もの美容成分がたっぷり凝縮されているだけでなく、エラスチンや核酸などの特有成分も含まれています。このマリリンプラセンタ特有の栄養バランスが理想の美しさへと導いてくれるのです。

団地再生を考える

「いじり」(居心地)「が文脈を変える」  
「創るもの」は再び「享けるもの」の声を聴けよ

居心地研究者/居心地評論家

安原 喜秀



安原 喜秀(やすはら よしひで) 東京生まれ、1992年に居心地を研究する初の「居心地研究所」を設立。東海大学大学院客員教授。

「住まいへの思いから...」  
「いじり」(居心地)は、  
「創るもの」は再び「享けるもの」の声を聴けよ



建物の外観に居心地はあるのだろうか?



人は居心地のいいところを求めて集う

「いじり」(居心地)は、  
「創るもの」は再び「享けるもの」の声を聴けよ

「いじり」(居心地)は、  
「創るもの」は再び「享けるもの」の声を聴けよ

「いじり」(居心地)は、  
「創るもの」は再び「享けるもの」の声を聴けよ

「いじり」(居心地)は、  
「創るもの」は再び「享けるもの」の声を聴けよ



ノーベル賞詩人・サイファルトがよよく愛したブラハ・ベッシーン丘

団地再生  
住みやすさ、暮らしやすさ、環境を大切にする。団地再生の新しいカタチ。

マンションにお住いの方 管理組合役員の皆様  
新開発の工法は耐久性が違います!!  
配管替えの1/2の費用で2重管に再生!!  
新開発 FRPライニング層に さらにウレタンホースを貼り付け加工。  
強度と信頼性に、安心をプラス。P-C-Gは完璧を追求しています。  
ライニングなのに耐震補強 P-C-G 耐震 ライニング  
4層構造でさらに強度がアップ! 全国に施工代理店があります。  
創業昭和39年 <P-C-G協会工法開発元> 株式会社 P-C-Gテクニカ  
本社/名古屋市中区白鳥1丁目120番地(P-C-Gビル) 東京/東京都品川区北品川5丁目7番14-405号  
フリーダイヤル 0120-014834  
http://www.pcgtxas.co.jp



# 黄色い汁、カルコンの不思議

### 冷えや疲れ...

## むくみはからだのサイン そのままにしていまませんか？

夕方になると脚がパンパンに張って、そのたるさに夜も寝つけない。お酒を飲んだ翌朝、鏡を見てびっくりした。そんな経験はないだろうか？ 冷えや運動不足から、肥満にもつながるといって、むくみは、からだに溜まった老廃物が原因。一方で、むくみをとると翌朝が驚くほど変わるというから、放置しておく訳にはいかない。そんな中、特に女性に支持されているという明日葉を取材した。「八丈島」



注目の成分カルコンが豊富に含まれているという黄色い汁。鮮やかな濃い黄色に含まれる特有成分が、からだの巡りを促進し、老廃物をスッキリおそうしてくれるという。

### からだに溜め込んだ老廃物が原因

一般に軽く考えがちなかむくみだが、からだの流れが滞った部分には不純物や老廃物が蓄積され、水あかのように体内の脂肪細胞に付着。どんどん巨大化してしまうという。腕や太もものいわゆるセルライトも、むくみに溜まった老廃物などが一因だといわれる。まさにむくみはからだの危険なサインといえる。果たして、このような不要な老廃物を体内に溜め込んだままではいけないだろうか。そんな中、昨今のデトックス(毒出し)ブームともあい

まっけて注目を集めている日本固有の緑黄色野菜がある。今日摘んでも、明日には芽を出す。知る人ぞ知る長寿の島、八丈島が原産の明日葉である。

摘み取っても、摘み取っても、面白いように新しい芽が生えてくるこの八丈島の明日葉。登壇した空気の中、火山質の土壌からたっぷりと吸い上げた栄養素は、普段の食卓には見られないほど豊富。特に食物繊維、ビタミンB群が多く、老廃物の排出を助けてくれるカリウムなどは群を抜いている。

しかし、この明日葉が毒出しブームに乗って人気を集めると、明日葉の茎を指

めているのは他にも理由があるというのだ。『カルコン』が注目の成分。明日葉の根や茎を折ると、その切り口からじみ出てくるネバネバした黄色い汁。これが明日葉独特の色素成分「カルコン」だ。この植物由来栄養素には、植物が日照りや害虫、そして外敵といった厳しい自然環境の中でも逞しく生き抜くために作り出した不思議なパワーが秘められている。この不思議なカルコンが体内の巡りをスムーズに促進し、老廃物をスッキリ洗い流してくれるという重要な存在のようだ。

八丈島には明日葉と健康に関する言い伝えも多いというが、なるほど、島民の生活とは切っても切り離せない重要な存在のようだ。

八丈島には明日葉と健康に関する言い伝えも多いというが、なるほど、島民の生活とは切っても切り離せない重要な存在のようだ。

実際に、八丈島で40年以上も明日葉を作っている高橋農園の高橋千代子(80歳)さんに話を伺った。「この黄色い汁が体にとっても良いんだ」と、明日葉の茎を指



高橋農園の皆さん。別名を八丈草ともいう明日葉は、八丈富士のふもとの水はけの良い土地で、たっぷりのミネラルを吸い上げて育ちます。

## 驚きのスッキリ体験 明日葉ってすごい!

「二人目の子供を産んだ頃から、急に体がむくみ始めてね」  
福島県小島桂子さん(31歳)は、冷たく凍ったふんばらに凍りついてしまうような感覚を感じはじめてたという。このまま放置はできない



福島県在住 小島桂子さん(31歳)

## 鏡に映った自分にびっくり 気になっていた目元がスッキリ

「あれほどパンパンだった足が、今じゃあの頃みたいにはっそり。思わず主人に『見て！まるで若い頃に戻ったみたいでしょ。キツくて何年も履けなかったブーツが、スッキリはける！』って何度も見せつけたくらいなんです(笑)」

### 青汁の原料として一般的なケールと比較しても明日葉の栄養は群を抜いている。



**厳選健康食品**

ステイック1包で1日分の明日葉

**美容に！健康に！**

**女性にうれしい青汁**

国内産原料使用

**3.800円(税込3,990円)**

毎日着実に！続けやすい1箱30包入り

商品10%割引

2箱以上で送料500円無料!

0120-188-188

FAX 03-3539-1863

〒105-0003 東京都港区西新橋1-9-8 (有)マイケア「ウェンディ」係

http://www.ashitaba-aojiru.com

**寝つけないほど重かった足...**

**まるで別人のようにほっそり**

「若かったころは軽くすればスッキリ元に戻ってくれたんですけど、この話した高橋美さん。仕事から運動不足がたり、季節を問わずむくみに悩まされていたという。

「夜なんて、パンパンに張った足がつらくなってなかなか寝付けないこともありましたね」

「こまめにマッサージしたり、湯舟に長めにつかってみたりと色々試してみたという高橋さんが、朝のむくれ顔に、夕方はくっ下の気

「飲み始めてすぐに気づいたのは便通だったんですよ。驚くほどきれいなのが毎朝ドッサリ出始めたんです。これは期待できるかもって続けたんです。そうしたら、今まであんなに重かった足がまるで別人のように軽くなって、朝から晩まで一日中、絶好調。この『ふるさと青汁』はあっさりしていて美味しいから続けられるのよ」

「生むくんだままなのかな...」そんな諦め半分の高橋さんが出合ったのが、八丈島産明日葉の青汁。そして、高橋さんの体は意外にも早くカルコンの働きを感じ取るようになる。

「飲み始めてすぐに気づいたのは便通だったんですよ。驚くほどきれいなのが毎朝ドッサリ出始めたんです。これは期待できるかもって続けたんです。そうしたら、今まであんなに重かった足がまるで別人のように軽くなって、朝から晩まで一日中、絶好調。この『ふるさと青汁』はあっさりしていて美味しいから続けられるのよ」



東京都在住 高橋美さん(42歳)







# Wendy-net

www.wendy-net.com

大好評のホームページ“Wendy-net”に届いたお便りの紹介です。皆さんもどんどんアクセスしてください。

管理組合の役員活動の参考にしています。内容が盛りだくさんで、とてもためになります。

(神奈川県川崎市)

来期役員の順番が回ってくるので、参考にしています。

(神戸市)

マンション管理上のいろいろな問題とその解決策を興味深く読みました。

(東京都小平市)

今回初めて拝見しました。役員を務めている私には非常に心強いホームページです。

(札幌市)

マンション管理についていろいろと知ることができます。

(山口県宇部市)

初めてマンションに住むことになりました。分からないことが多いので、参考にしようと思います。近所の方にもすすめてみようと思います。

(埼玉県川越市)

大規模修繕工事のコーナーを興味深く見ました。これから参考にしようと思います。

(仙台市)

私のマンションは特に問題もなく、快適に暮らしています。しかしいざ問題が起こったときのために、ホームページで勉強しています。

(東京都江戸川区)

「ちょっと拝見」のコーナーは、たくさんの理事長さんのお話を読むことができて面白い。

(新潟市)

大好物のオレンジピールを作ってみました。友達にプレゼントしてみました。先日バ...

家族で、ウソ、をよくやります。大才相手でもなかなか勝てません。なぜか勝負がつかない。勝つ人が次の強し。というところから、ゲームのカードを準備することになっているので、楽しんでください。

孫娘のひな祭り。お花見の時期が終わる、ゴールデンウィーク。名物の長崎船まつりで、各国から素晴らしい帆船が集結。



仲良し3人組、保育園を卒業しました。小学校でもがんばるぞ。



息子が「一緒に寝る？お風呂に入る？」と一人言。風船が友達に变身！



息子が、口笛の真似をするようになりました。



息子が、口笛の真似をするようになりました。



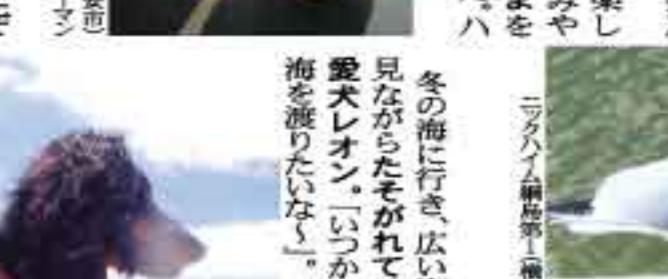
息子が、口笛の真似をするようになりました。



息子が「一緒に寝る？お風呂に入る？」と一人言。風船が友達に变身！



息子が、口笛の真似をするようになりました。



息子が、口笛の真似をするようになりました。



息子が、口笛の真似をするようになりました。



息子が、口笛の真似をするようになりました。



息子が「一緒に寝る？お風呂に入る？」と一人言。風船が友達に变身！



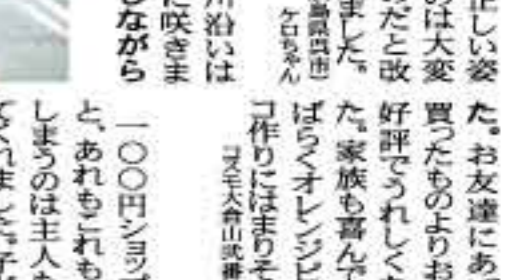
息子が、口笛の真似をするようになりました。



息子が、口笛の真似をするようになりました。



息子が、口笛の真似をするようになりました。



息子が、口笛の真似をするようになりました。

## 総合人事計画研究所 幹部候補社員募集

分譲マンション総合管理業トップクラスの実績を誇るリーディングカンパニー

◆ 総合職幹部候補社員 ◆

- 事業内容: 分譲マンション総合管理業、建築コンサルタント
- 業務内容: 営業・企画・SE・人事・法務・財務・賃貸管理・管理組合運営補助・リフォーム工事監理・建築設計など
- 給与: 当社規定により優遇
- 勤務地: 東京、名古屋、大阪、福岡(勤務地希望可)
- 応募資格: 大卒以上38歳位まで
- 参考関連資格: マンション管理士・管理業務主任者、宅地建物取引主任者、ビル管理主任者、一級建築士・建築施工管理士等(入社後取得可)
- 応募方法: 履歴書を送付してください。

[送付先] 〒103-0022 東京都中央区日本橋町4-3-16 (柳屋大洋ビルディング6階) 総合人事計画研究所 採用担当まで

■ お問い合わせ: 総合人事計画研究所 採用担当  
TEL03-5201-3383 FAX03-5201-3384  
ホームページ www.gojin.co.jp

## Wendyは91万円

分譲マンション入居者中心

都道府県	戸数
Wendy全国(除却)	883,350部
Wendy関西	120,000部
Wendy広島	100,000部

0120-47-7487  
「Wendy広告担当」まで

Wendyは日本でも唯一の分譲マンション向けフリーペーパーです。

Wendy-Net  
マンション情報誌サイト  
www.wendy-net.com



おばあちゃんと一緒に... 一人よがりの意見や感情... 小田原市(神奈川県)小田原市でお花見。お城と桜のコントラストがとて美しく、思わず写真も撮りました。



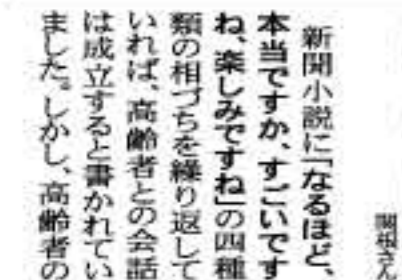
幼稚園年中組の娘のゆきあが、お花見の準備がはかまらず、お城と桜のコントラストがとて美しく、思わず写真も撮りました。



登山者がミカンを切つて小枝に刺しておくと、近くにはスジロがすぐ飛んで来て、おいしそうにつつまります。



中国深圳の中国民族文藝村「パチリ」は日本の春の花といえは桜ですね。



新聞小説に「なるほど、本当ですか、すいいですね、楽しみにすね」の四種... 宝塚以上のスケール。四五〇円で鑑賞できます。



一人よがりの意見や感情... 小田原市(神奈川県)小田原市でお花見。お城と桜のコントラストがとて美しく、思わず写真も撮りました。



登山者がミカンを切つて小枝に刺しておくと、近くにはスジロがすぐ飛んで来て、おいしそうにつつまります。



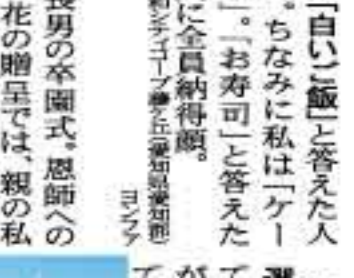
中国深圳の中国民族文藝村「パチリ」は日本の春の花といえは桜ですね。



新聞小説に「なるほど、本当ですか、すいいですね、楽しみにすね」の四種... 宝塚以上のスケール。四五〇円で鑑賞できます。



新聞小説に「なるほど、本当ですか、すいいですね、楽しみにすね」の四種... 宝塚以上のスケール。四五〇円で鑑賞できます。



このキリンすこいと思いませんか? 高校の建築科の学生が木で作ったもの。重量一〇〇kgまで耐えられるそう。



長男の卒園式。恩師へのお花の贈呈では、親の私も感謝の気持ちでいっぱいになりました。



娘と息子が卒業した中学校で妻とお花見。幹にも花が咲いているのを見つけて、生命力の強さに感動しました。



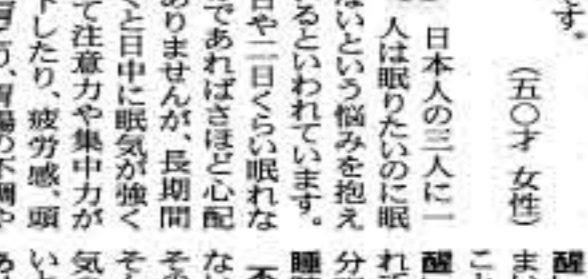
毛布の上は暖かいなあ。くせになりそう...



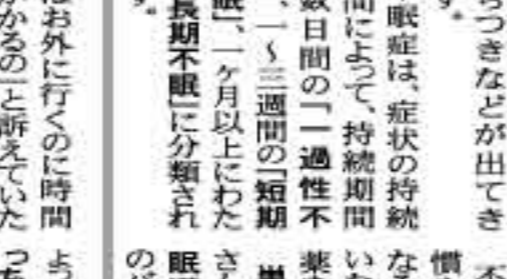
友達とおしゃべりしていたときのこと。「死ぬ前に最後に食べたいものは何?」と二人が質問した



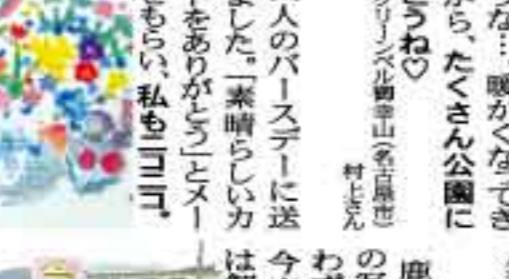
洞爺湖サミット会場に選ばれたホテルに泊まってきました。ポプリの香りが深い、清潔感があふれています。



子どもの初節句に静岡県賀茂郡の雛のつるし飾りまつり。とてもきれいなつるし飾り。



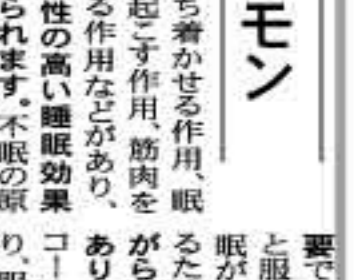
桜文鳥のピーちゃん。胸の模様が桜の花びらを思わせるそうです。



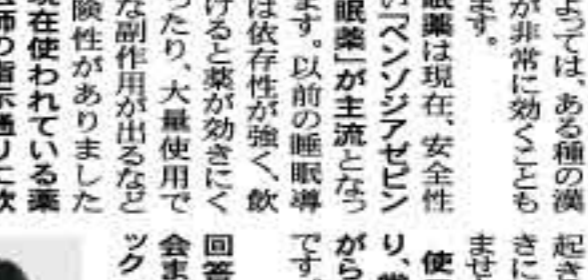
三月下旬の札幌時計台。関東で桜の開花宣言が出た時期に雪が残っており、日本列島の南北の距離を実感。



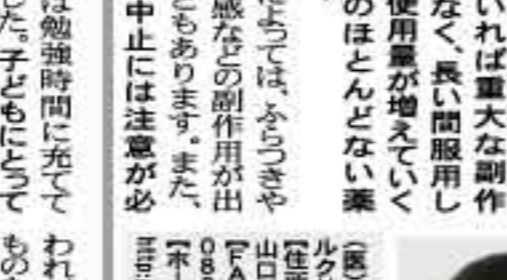
じいちゃんのお家の庭で遊ぶのが大好きな息子。は、じいちゃんに「マンショ



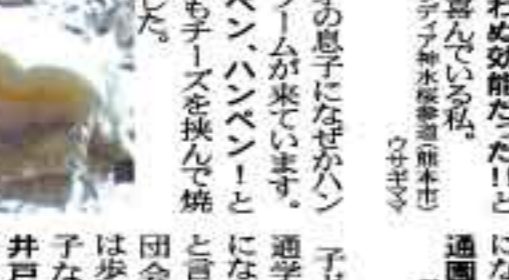
すつと欲しかった万年筆を購入。使い心地も良いと空いてしまいました。私は読書時間を増やし、子



毎日の日課だったパソコンが壊れました。保育園で飯を食べるの



わ、一ヶ月かけて嫌いなものも早く食べられるようになった。元気よく通園してね。



子どもがかわいくて仕方ありません。ねだられると何でも買ってしまいたいママに怒られるかな。



子どもがかわいくて仕方ありません。ねだられると何でも買ってしまいたいママに怒られるかな。



お申し込み先... 東京都台東区日本橋本町四三... 一六柳屋本洋ビルディング... 合人社計画研究所



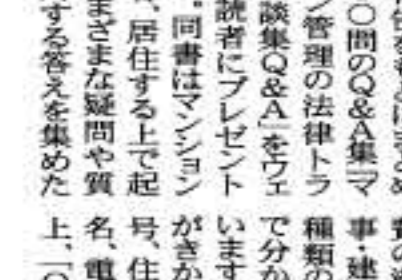
お申し込み先... 東京都台東区日本橋本町四三... 一六柳屋本洋ビルディング... 合人社計画研究所



お申し込み先... 東京都台東区日本橋本町四三... 一六柳屋本洋ビルディング... 合人社計画研究所



お申し込み先... 東京都台東区日本橋本町四三... 一六柳屋本洋ビルディング... 合人社計画研究所



お申し込み先... 東京都台東区日本橋本町四三... 一六柳屋本洋ビルディング... 合人社計画研究所

お答えします・身体のギモン... 最近、ぐっすり眠れないため病院で薬を出してもらおうと思...

心 行動 敏速... お問い合わせ 0120-83-1171... 今メンテナンスで本当に満足ですか?

『マンション管理の法律トラブル相談集Q&A』プレゼント... 合人社計画研究所

合人社計画研究所... 東京都台東区日本橋本町四三... 一六柳屋本洋ビルディング

合人社計画研究所... 東京都台東区日本橋本町四三... 一六柳屋本洋ビルディング

幼稚園最後の保育参観。成長を感じた一時期もずつとマンション住まい。これで参観も最後なのかな。寂しい気持ちにもなりました。

結婚以来、住所は変わりましたが、マンションに住まいた。かっこいいボース。集合住宅の良さを改めて感じています。

いろいろなものが値上がりしています。子どもたちも育ち盛りなので、これ以上で以上やりくりが大変。つらいな。

いとこけんかしちゃったけど、夢の中で仲直りしました。

はじめての参観。朝一ヶ所に、デカ盛りパンが。まいました。わづかに電話番号があったので連絡。頭を一発たたいて、来てはダメ、と放しての。かわいそうだけど、そうしました。ごめんねえ。それ以来、来ていません。

信号を待っているとき、目の前の電柱に夕方のノスリが舞い降りました。迫力十分で、思わず震えました。

花粉症デビューしちゃいました。マスクをしているほとんどの友人が「目玉を取り出して水で洗いたいくらいだ」と同感!!

先日、名古屋に住むいとこ。二〇〇三年ぶりに会いました。歳は重ねていても、一目会った瞬間すぐに分かり、打ち解けました。血縁とは思えないもの。

久しぶりに夫と散歩。桃は満開で、新緑がとも鮮やかでした。五、六年前まではあたり一面桃畑でしたが、住宅に変わってしまっていました。

ベランダで育てたバジルから種がとれたので、プランターにまいてみました。大きく育てばいいなあ。

昨年咲かせた雪割草が、今年も花を咲かせました。うれしくてうれしくて、愛らしい小さな花。

近所の高校の正門の桜が、新入生の入学を祝福するかの様に満開。

大阪プロレスの会場にて、松山勘十郎選手率いるカブキブラザーズと記念撮影。あまりの迫力に押しきれず。

近所の高校の正門の桜が、新入生の入学を祝福するかの様に満開。

大阪プロレスの会場にて、松山勘十郎選手率いるカブキブラザーズと記念撮影。あまりの迫力に押しきれず。

近所の高校の正門の桜が、新入生の入学を祝福するかの様に満開。

大阪プロレスの会場にて、松山勘十郎選手率いるカブキブラザーズと記念撮影。あまりの迫力に押しきれず。

近所の高校の正門の桜が、新入生の入学を祝福するかの様に満開。

大阪プロレスの会場にて、松山勘十郎選手率いるカブキブラザーズと記念撮影。あまりの迫力に押しきれず。

マンション前の公園が改修され、ベンチも増設されました。今はスイセンがきれい。風情があります。

五月三日、ミツエおばあさん、九一才の誕生日おめでとう。自分のことが得意で、その上みんなのことまで心配してくれてありがとう。楽しい思い出がいっぱい作らうね。

五月三日、ミツエおばあさん、九一才の誕生日おめでとう。自分のことが得意で、その上みんなのことまで心配してくれてありがとう。楽しい思い出がいっぱい作らうね。

福岡県北九州市にある到津の森公園へ行きまして、ソウの形に手入れされた。ソウの形に手入れされた。ソウの形に手入れされた。

開花直前のオキザリス。パーシカルカラーはマープル模様がとてもきれいで、冬の心を温かくしてくれます。

新幹線、電車、トーマス。みんな大好き。

近所にある島西臨海公園(東京都江戸川区)の鳥類園の池。そこで昼寝をしているシラサギがいました。

小学生の息子が学校から進級祝いにかスタラをいたいてきて大喜び。ケーキやおまんじゅうの学校もあるみたいですよ。

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

桜の季節、近くで見ると、少し離れた場所で見ると、白の中にピンクが見えるのが一段と良い。

マンション前の公園が改修され、ベンチも増設されました。今はスイセンがきれい。風情があります。

五月三日、ミツエおばあさん、九一才の誕生日おめでとう。自分のことが得意で、その上みんなのことまで心配してくれてありがとう。楽しい思い出がいっぱい作らうね。

福岡県北九州市にある到津の森公園へ行きまして、ソウの形に手入れされた。ソウの形に手入れされた。ソウの形に手入れされた。

開花直前のオキザリス。パーシカルカラーはマープル模様がとてもきれいで、冬の心を温かくしてくれます。

新幹線、電車、トーマス。みんな大好き。

近所にある島西臨海公園(東京都江戸川区)の鳥類園の池。そこで昼寝をしているシラサギがいました。

小学生の息子が学校から進級祝いにかスタラをいたいてきて大喜び。ケーキやおまんじゅうの学校もあるみたいですよ。

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

桜の季節、近くで見ると、少し離れた場所で見ると、白の中にピンクが見えるのが一段と良い。

マンション前の公園が改修され、ベンチも増設されました。今はスイセンがきれい。風情があります。

五月三日、ミツエおばあさん、九一才の誕生日おめでとう。自分のことが得意で、その上みんなのことまで心配してくれてありがとう。楽しい思い出がいっぱい作らうね。

福岡県北九州市にある到津の森公園へ行きまして、ソウの形に手入れされた。ソウの形に手入れされた。ソウの形に手入れされた。

開花直前のオキザリス。パーシカルカラーはマープル模様がとてもきれいで、冬の心を温かくしてくれます。

新幹線、電車、トーマス。みんな大好き。

近所にある島西臨海公園(東京都江戸川区)の鳥類園の池。そこで昼寝をしているシラサギがいました。

小学生の息子が学校から進級祝いにかスタラをいたいてきて大喜び。ケーキやおまんじゅうの学校もあるみたいですよ。

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

桜の季節、近くで見ると、少し離れた場所で見ると、白の中にピンクが見えるのが一段と良い。

マンション前の公園が改修され、ベンチも増設されました。今はスイセンがきれい。風情があります。

五月三日、ミツエおばあさん、九一才の誕生日おめでとう。自分のことが得意で、その上みんなのことまで心配してくれてありがとう。楽しい思い出がいっぱい作らうね。

福岡県北九州市にある到津の森公園へ行きまして、ソウの形に手入れされた。ソウの形に手入れされた。ソウの形に手入れされた。

開花直前のオキザリス。パーシカルカラーはマープル模様がとてもきれいで、冬の心を温かくしてくれます。

新幹線、電車、トーマス。みんな大好き。

近所にある島西臨海公園(東京都江戸川区)の鳥類園の池。そこで昼寝をしているシラサギがいました。

小学生の息子が学校から進級祝いにかスタラをいたいてきて大喜び。ケーキやおまんじゅうの学校もあるみたいですよ。

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

今年、感謝の気持ちを込めて、応援に行きます。

夫婦でナンプレにはまっています。朝起きてすぐに鉛筆を片手に机に向かう様子はまるで受験生!

「読んでおいてよかった」  
「視野が広がった」など  
感謝の声も続々...

情報選びが人生を変える  
「がんと向き合う後悔なき選択」

無料進呈  
「がんと向き合う後悔なき選択」

情報選びが人生を変える

情報選びが人生を変える  
「がんと向き合う後悔なき選択」

特別附録「C型肝炎完全撃退への道」  
※先着順のお届けとなります。  
なくなり次第終了とさせていただきます。  
無料レポートをご希望の方はお電話・ハガキ・ファックスでお申込みください。

お電話 (レポート受付専用ダイヤル)  
0120-919-688  
(通話料無料 [年中無休・24時間自動受付])

ハガキ・ファックス  
〒住所、氏名(ふりがな)・生年月日・電話番号・雑誌コード7012・レポートご希望の理由を明記の上、下記までお申込みください。  
〒541-0045 大阪市中央区道修町2丁目1番10号 創建道修町ビル3F  
統合医療と健康を考える会 A7012係

FAX 0120-115-593 (通話料無料)  
(年中無休・24時間受付)

http://www.daitai.net

頭の体操

A-Hをつないで書かしてください。

40x40 grid with letters A-H placed in specific cells for a word search puzzle.

アナタデキマスか? ムリカナ? ショウブシマセンカ!
磁器に比べ、一般に焼成温度は低い32名前などをローマ字や欧文で書いた場合の最初の文字36スパゲッティ、マカロニ、ラザニア、ラビオリなど37「巻」をける、「北風」をきたかぜと読みます39フランスの画家、フォービスマの代表的画家として活躍。代表作は「ダンス」など40悪いことをすると当たる?

タテのキー
1 コシカワリ、ササニキ、ひとめぼれ、あきたこまちなどの品種があります2 形だけ似せること4世話・保護・介護・看護など、医療的・心理的援助を含むサービス5 物の表面から出るしじりとした光6 音楽に合わせてダンスを奏しむ店、レコードを流すことが多くこのことから名がついたといわれています8 人間や動物は発声器官を使うりと認めること34 一九世羽などを使って出します10 香料をアルコールに溶かしたもの、身体・衣服などにふりかけて、香りを残します11 すしに添える甘酢しょうが、食べる時音からこの名前が付けられたといわれています12 ハワイ語で「ようこそ」

ヨコのキー
1 山谷などで起る音「3R」廃棄物の発生抑制はリデュース、再資源化はリサイクル、再使用は3R粘土を焼成して作った素焼きの器物、陶器。

【応募要項】
頭の体操では、毎回正解者の中から抽選で200名様に景品を送付させていただきます。解答・住所・マシヨンの名も含む。氏名・電話番号・Eメール・第二ノルマで良かつた記事または広告を記載の上、ウェンディ編集部まで封書はがき、メル、六月五日の消印有効。空きスペースを利用して記事にも応募可。の場合「記事」と「頭の体操」のダブルチャンス。写真付のもの、封書またはメル、応募は一世帯につき一通までです。

【応募先】
〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1
ウェンディ編集部
TEL:03-5561-1111

サニックスは建築設備診断から建物に合わせたコスト削減、修繕積立金見直し、グレードアップ改修工事で建物・配管(ライフライン)を守り続けます。

給水設備配管の劣化診断
1. お客様の声・ご意見
2. 建物設備劣化診断
3. 修繕積立金見直し
4. 省エネ・コスト削減ご提案
給水設備配管の劣化診断
高圧水栓・目視・水質
屋外・露出管・目視
主幹・一般管
主幹・枝管・設備調査
給水器具・目視・枝管・内視鏡
内視鏡・計測調査
屋外・埋設管・目視
受水栓・目視・水質
ポンプ・目視・駆動・騒音
屋外配管調査
給水管内部劣化ビニルライニング調査
配管 コア内蔵
給水管内部劣化ビニルライニング調査
配管 コア内蔵
埋設管調査
埋設管調査

株式会社サニックス
(無料相談お問い合わせ先は...)
九州地区...092-542-9820 中国地区...082-276-3780
関西・四国地区...06-6451-2551 中京地区...052-533-6680
関東地区...03-5501-7001 ホームページ...http://www.sanix.co.jp

「ポイツとくん」一番知りたいQ&A
Q 取り付けて簡単にできるの?
A ほとんど換気扇に付いている金網を取り外し、「ポイツとくん」を付けた専用枠を取り付けます。あとはフィルターのみ定期的に交換するだけなので、手間を取らせません。
Q どうやってサイズを測るの?
A まず、もともと換気扇についている金網をお手元に取り外します。次に、金網の縦・横・厚みを備から両手でミリ単位で測ってお知らせください。(プロペラ式の方はプロペラの直径を測ってお知らせください。)サイズに合わせてご用意させていただきます。
Q 引っこ差しやリフォームでサイズが変わるときはどうすればよいの?
A 初回にお求めいただいた専用枠の同等分につきましては無料交換させていただきます。また、交換用フィルターも1パック単位から交換させていただきます。(ただし、フィルターのサイズによっては差額が生じる場合もありますのでご了承ください。)
☆欲しい・知りたいと思ったらフリーダイヤルへお電話ください。
☎ 0120-66-7789

Wendyを御覧の皆様へ特別価格でお届け致します 第2弾!
食中毒の怖いこの時期だからこそまな板にこだわってみませんか?
アサヒクッキングカット
●サイズは5種類●
M (380x210x13mm/1.1kg) 4,620円 → 3,675円(税込)
L (400x230x13mm/1.25kg) 5,250円 → 4,200円(税込)
LL (420x250x13mm/1.4kg) 6,090円 → 4,830円(税込)
3L (450x250x15mm/1.9kg) 7,350円 → 5,880円(税込)
シェフ (500x250x15mm/2.3kg) 8,400円 → 6,720円(税込)
自然の木肌の感触でも合成ゴム製だから...
●キズがつきにくいので 雑菌に強い!
●吸水性がないので乾きが早くカビにも強い!
●耐熱温度が高いので 熱湯消毒もOK!
●適度な弾力で刃あたりやわらか。
●無味無臭でゴムのにおいもありません。
今なら専用まな板削りをプレゼント
キズや汚れが目立ってきたらこれで表面をこすって下さい。

換気扇フィルター「ポイツとくん」のご注文・お問い合わせはこちらへ
株式会社 住宅サービス
0120-66-7789 http://www.j-s.jp