

素敵なお生活のために

月刊 マンション生活情報紙

ウェンディ

第218号

# Wendy

www.wendy-net.com

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 0036 ☎ 082(247)7487代

**工事は低価・品質・保証**

小工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 横浜 新潟 名古屋 岡山 福岡 高松 北九州 福岡 熊本 (本社) 広島



photo Yukizaka Seki WENDY

## Ms Wendy in this month

ヴァーナプラスタ  
「林住期」からは力を抜いて生きること。  
それが最高のキーですね。

作家  
桐島 洋子さん

### 本号の記事

ニューススポット	マンション耐震化マニュアル作成 国土交通省…3
ちよつと拝見	ファミリー豊平公園II …4
私の体験	美しき古代への知的探検 (謎を秘めた古代ビーズ再現) …5
本誌のエッセイ	小説家 島田 雅彦 …7 マンション評論家 神園レポート! おしゃれな防犯「割れ窓理論」…10
団地再生を考える	ドイツ・ケルンの 文化財農家に皆で住む …8
マンション管理組合奮闘記	管理組合の立ち上げ …9
マンションの設備について	エレベーターロープ …9
読者の広場	お著之しまあゆみのヤモン 貧血の原因について …13
頭の体操	…16



上海にて、ご両親と

私の人生最初の記憶は上海に向かう船の中。ほとんどの船客が船酔いでダウンしている大揺れをものともせず、元気に甲板で遊んでいたのが、船長さんから「男の子なら長さんになれたのに」と言われたのを覚えています。

私が三才のころ、生まれて育った東京から一家で上海に渡りました。父は画家志望の夢を財界の重鎮だった祖父に許されず、東大から一流会社へという後継ぎコースにはめ込まれていたので、祖父が亡くなった途端、これで親孝行は終わりだといふ会社を辞め、財産を持って上海に新天地を求めたわけですが、父は新聞社を作り、絵を描いたり、亡命芸術家たちを支援したり優雅な生活でした。上海に渡った翌年太平洋戦争が始まり、どうせ死ぬなら日本に帰ろうと私が小学一年生のときに帰国。一時は葉山の別荘に住みましたが、敵前上陸に備えて、一番海から遠い、木曾の妻籠に疎開しようといふ父が言い出して、親しい友達を引き連れて、桐島村を作ったわけ。今は博物館になっている由緒ある旧家を借りたのはいいけれど、荒地を開墾



文藝春秋に勤務していたころ

間もなく、あつげなく戦争は終わり、葉山の別荘に戻りました。昔は大勢のお手伝いさんがいた大きな家に、家族だけで暮らすのは大変でした。庭を畑にしたり、海山を駆け回ったのを覚えています。巡って魚貝や山菜を探し、自給自足の生活で暮らして、自給自足の生活でも、そのおかげで七〇才を過ぎた今でもほとんど病気がない健康体です。でも、父は病弱でしたから、母が働き、着物や骨董を売って何とか生活していました。もともと下町の病院長の娘で明るい性格だった母は、桐島家に嫁いでからというもの、家の格式を守ることに一生を賭けていた祖母から嫁いびりをされ、大変な苦労をしたようです。だから上海ですべてから解放された母は、とても輝いて見えました。華やかな社交生活から、敗戦して一家を支えて働く逞しい女性に変身していった母。その人生は、両親ともに大ファンだった映画「風と共に去りぬ」のスカレットそのものだった気がします。

◆風のよな恋をして音楽好きな両親は私をプリマドンナにするのが夢でしたが、私は全く興味なし。その代わり、絵にはすごい才能を発揮してくるかと父を驚かせたけれど、学校で写生ばかりさせられるようになって絵が嫌いになりました。作文に方向転換しました。小さいころから親の蔵書を読みふけり、文藝春秋「おとぎ話」を真似て、自分で「子ども春秋」を作っていたほど。その憧れの文藝春秋に入社できたのは、筆まめだったおかげです。

入社しても、高卒だしすぐ編集者になれるわけではなく、はじめは雑用ばかり。それでも、本を運ぶのは美容体操、宛名書きはお習字の勉強とボジティブに考えて、一生懸命頑張りました。全国から届く読者の手紙への対応も大仕事でしたが、私は一人一人にきちんと返事を書き、それがとても評判が良かったんです。後に物書きとして名前が知られるようになって「あのとき懇切丁寧なお返事を頂いた桐島さんですか?」と、あちこちからお手紙を頂きました。いい仕事をしておくものだなとうれしかったですね。そのうち才能を認められ、やっと念願の編集部に配属。私は水を得た魚のようにバリバリと仕事をこなしていました。

いつかは文藝春秋の編集長になろうと思っていたのに、あるとき、嵐のように恋をして…。彼はスキャンダルビンの草分けで世界記録も作った米海軍の退役中佐。文春は結婚退社の規定があるし、彼もアメリカの妻と離婚係争中。とりあえず結婚は棚上げだけど、子どもを産むには「定年」がある焦った末に私が選んだのは、例の悪名高い秘密出産(笑)。

**TERAL**

水と空気ですべてを創る

株式会社テラルキョクトウ

http://www.teral.co.jp

**信頼がマンションの** **TOMEN** **資産価値を守ります**

トーメン西建物管理株式会社 | トーメン東建物管理株式会社

〒541-0063 大阪市中央区本町2-3-8 三甲大坂本町ビル TEL.(06)6260-5246 (代) | 〒103-0022 東京都中央区日本橋室町4-3-16 藤屋大洋ビルディング TEL.(03)5201-1288 (代)



# ニューズスポット

## マンション耐震化

### マニュアル作成

国土交通省は六月二二日、マンション耐震化マニュアルを作成した。合意形成の円滑化と耐震改修などの促進を図る目的で、耐震診断の進め方や費用負担のルール、耐震診断・改修についての補助制度などが掲載されている。

国土交通省は六月二二日、マンション耐震化マニュアルを作成した。合意形成の円滑化と耐震改修などの促進を図る目的で、耐震診断の進め方や費用負担のルール、耐震診断・改修についての補助制度などが掲載されている。

社に対する全国一斉立ち入り検査の結果、任意に抽出した六二社中三五社に、マンション耐震化マニュアルを作成した。合意形成の円滑化と耐震改修などの促進を図る目的で、耐震診断の進め方や費用負担のルール、耐震診断・改修についての補助制度などが掲載されている。

調査結果を発表した。それによると、個人向け住宅ローン全体の新規貸出額の実績のうち、固定期間一〇年超の割合が、一六・六％から二二・四％へと上昇した。ほかの住宅ローンからの借換え実績のうち、固定期間一〇年超の割合が一四・〇％とされており、個人には分りにくいといわれてきた不動産の適正価格を判断しやすくなるのが狙い。

調査結果を発表した。それによると、個人向け住宅ローン全体の新規貸出額の実績のうち、固定期間一〇年超の割合が、一六・六％から二二・四％へと上昇した。ほかの住宅ローンからの借換え実績のうち、固定期間一〇年超の割合が一四・〇％とされており、個人には分りにくいといわれてきた不動産の適正価格を判断しやすくなるのが狙い。

調査結果を発表した。それによると、個人向け住宅ローン全体の新規貸出額の実績のうち、固定期間一〇年超の割合が、一六・六％から二二・四％へと上昇した。ほかの住宅ローンからの借換え実績のうち、固定期間一〇年超の割合が一四・〇％とされており、個人には分りにくいといわれてきた不動産の適正価格を判断しやすくなるのが狙い。

調査結果を発表した。それによると、個人向け住宅ローン全体の新規貸出額の実績のうち、固定期間一〇年超の割合が、一六・六％から二二・四％へと上昇した。ほかの住宅ローンからの借換え実績のうち、固定期間一〇年超の割合が一四・〇％とされており、個人には分りにくいといわれてきた不動産の適正価格を判断しやすくなるのが狙い。

## 耐震強度偽装に関与の建築士四〇人を懲戒処分

国土交通省は六月一九日、耐震強度不足の物件を設計していたなどとして、一級建築士七人の免許取り消しを含む四〇人の懲戒処分を発表した。(一〇・四％)で診断した水落元一級建築士や札幌市内のマンションなどで耐震偽装が発覚した建築士など。

国土交通省は六月一九日、耐震強度不足の物件を設計していたなどとして、一級建築士七人の免許取り消しを含む四〇人の懲戒処分を発表した。(一〇・四％)で診断した水落元一級建築士や札幌市内のマンションなどで耐震偽装が発覚した建築士など。

国土交通省は六月一九日、耐震強度不足の物件を設計していたなどとして、一級建築士七人の免許取り消しを含む四〇人の懲戒処分を発表した。(一〇・四％)で診断した水落元一級建築士や札幌市内のマンションなどで耐震偽装が発覚した建築士など。

国土交通省は六月一九日、耐震強度不足の物件を設計していたなどとして、一級建築士七人の免許取り消しを含む四〇人の懲戒処分を発表した。(一〇・四％)で診断した水落元一級建築士や札幌市内のマンションなどで耐震偽装が発覚した建築士など。

国土交通省は六月一九日、耐震強度不足の物件を設計していたなどとして、一級建築士七人の免許取り消しを含む四〇人の懲戒処分を発表した。(一〇・四％)で診断した水落元一級建築士や札幌市内のマンションなどで耐震偽装が発覚した建築士など。

国土交通省は六月一九日、耐震強度不足の物件を設計していたなどとして、一級建築士七人の免許取り消しを含む四〇人の懲戒処分を発表した。(一〇・四％)で診断した水落元一級建築士や札幌市内のマンションなどで耐震偽装が発覚した建築士など。

## 全国一斉立ち入り検査

国土交通省は二〇〇六年度のマンション管理会社三五社に是正指導

国土交通省は二〇〇六年度のマンション管理会社三五社に是正指導

国土交通省は二〇〇六年度のマンション管理会社三五社に是正指導

国土交通省は二〇〇六年度のマンション管理会社三五社に是正指導

国土交通省は二〇〇六年度のマンション管理会社三五社に是正指導

国土交通省は二〇〇六年度のマンション管理会社三五社に是正指導

## 新築住宅着工戸数

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

## 住宅金融

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

国土交通省は六月二二日に発表した五月の新築住宅着工戸数は前年同月比一〇・七％減の九万七〇七六戸で、二ヶ月連続で前年同月を下回った。

に委任するものから指定構造計算適合性判定機関に委託する業務に係るものを除くこととする。(三)この政令は、一部の規定を除き、公布の日から施行する、としている。

住宅ローン金利引き上げ一〇年物で〇・二五％、大手三銀行、三菱東京UFJ、みずほ、三井住友の三銀行は六月二九日、七月からの金利固定型住宅ローンの基準金利を変更すると発表した。当初の一〇年を固定する型の金利は三行とも〇・二五％幅引き上げ、三菱東京UFJが年四・二％、みずほが同四・一五％、三井住友が同四・〇五％となる。当初三年固定型では、各行〇・一五〇・二五％幅の引き上げで、三菱東京UFJが年三・五％、みずほが同三・四％、三井住友が同三・五％となる。

定期借家制度認知度調査結果を公表した。国土交通省が七月三日に発表した定期借家制度認知度調査結果によると、事業者の九二・二％が詳しい内容または基本的な内容を知っていると回答したが、入居者の三三・〇％は同制度について全く知らないと回答した。

定期借家制度認知度調査結果を公表した。国土交通省が七月三日に発表した定期借家制度認知度調査結果によると、事業者の九二・二％が詳しい内容または基本的な内容を知っていると回答したが、入居者の三三・〇％は同制度について全く知らないと回答した。

定期借家制度認知度調査結果を公表した。国土交通省が七月三日に発表した定期借家制度認知度調査結果によると、事業者の九二・二％が詳しい内容または基本的な内容を知っていると回答したが、入居者の三三・〇％は同制度について全く知らないと回答した。

定期借家制度認知度調査結果を公表した。国土交通省が七月三日に発表した定期借家制度認知度調査結果によると、事業者の九二・二％が詳しい内容または基本的な内容を知っていると回答したが、入居者の三三・〇％は同制度について全く知らないと回答した。

定期借家制度認知度調査結果を公表した。国土交通省が七月三日に発表した定期借家制度認知度調査結果によると、事業者の九二・二％が詳しい内容または基本的な内容を知っていると回答したが、入居者の三三・〇％は同制度について全く知らないと回答した。

定期借家制度認知度調査結果を公表した。国土交通省が七月三日に発表した定期借家制度認知度調査結果によると、事業者の九二・二％が詳しい内容または基本的な内容を知っていると回答したが、入居者の三三・〇％は同制度について全く知らないと回答した。

定期借家制度認知度調査結果を公表した。国土交通省が七月三日に発表した定期借家制度認知度調査結果によると、事業者の九二・二％が詳しい内容または基本的な内容を知っていると回答したが、入居者の三三・〇％は同制度について全く知らないと回答した。

定期借家制度認知度調査結果を公表した。国土交通省が七月三日に発表した定期借家制度認知度調査結果によると、事業者の九二・二％が詳しい内容または基本的な内容を知っていると回答したが、入居者の三三・〇％は同制度について全く知らないと回答した。

## 耳寄り情報

### 屋上緑化で緑のある環境にやさしい生活を



今回事業所長は、(株)テラルテクノサービス 首都圏営業技術部長の菊地さん。屋上緑化について、教えてもらいました。

マンションにお住みの皆さん、菜園など緑のある暮らしを送りたいと思いませんか？写真は、広島市にあるマンションの屋上です。このようにマンションの屋上を緑化することにより、住民の方々のコミュニティ広場として活用されています。また、水浄化作用も優れており、水の腐敗や根腐り防止をすため、連作障害を防ぐことができます。そのほか、保持した水分をゆっくり放出する特性も持っている優れたものです。

詳しくは、テラルテクノサービスまでお問い合わせください。TEL: 03-3818-0700



屋上に設けられた家庭菜園スペース、花壇スペース



住民の方々がコミュニティ広場として活用

竹炭は、保水力が強く、木炭・ヤシガラ炭と比較すると二倍にもなります。また、水浄化作用も優れています。

詳しくは、テラルテクノサービスまでお問い合わせください。TEL: 03-3818-0700

詳しくは、テラルテクノサービスまでお問い合わせください。TEL: 03-3818-0700

詳しくは、テラルテクノサービスまでお問い合わせください。TEL: 03-3818-0700

詳しくは、テラルテクノサービスまでお問い合わせください。TEL: 03-3818-0700

詳しくは、テラルテクノサービスまでお問い合わせください。TEL: 03-3818-0700

**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**

**RICOH Caplio R6**

スリムなボディに光学7.1倍ズーム搭載。

広角 28mm 望遠 200mm 有効画素数 724万画素

**排水管ライニングはどれも同じだと思いませんか？**

**P・C・G 耐震 ライニングは耐久性が違います!!**

配管替えの1/2の費用で老朽管を再生し配管補強と耐震更生!

鉄より強い 補強芯材入り 耐震ライニング後

管理組合様 管理会社様

全国のP・C・G協会会員でも施工を承っております。

フリーダイヤル も おいしゃさんよ **0120-014834**

株式会社 P・C・G テクニカ

本社/名古屋市天白区原1丁目1204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

http://www.pcgtxas.co.jp E-mail: info@pcgtxas.co.jp

札幌・室蘭・秋田・仙台・山形・新潟・群馬・埼玉・千葉・東京・横浜・静岡・豊田・名古屋・岐阜・大阪・姫路・岡山・福山・福岡・鹿児島



私の体験

# 美しき古代への知的探検 (謎を秘めた古代ビーズ再現)

吉備国際大学教授

白井 洋輔 (64)



## ■古代人の対話

古代の女性たちが初めてビーズを身につけたそのとき、歡喜をこのように表現したのである。...



多孔土盤で再現したビーズ



偶然と悪戦苦闘の結果生まれた再現ビーズ



多孔土盤とビーズ孔を作るための心棒装着(古都クマシにて)

【謎を秘めた古代ビーズ再現】  
「謎を秘めた古代ビーズ再現」  
白井洋輔著、白井洋輔監修、白井洋輔編  
吉備国際大学出版部  
定価 1,800円(税別) 1,800円(税別)  
TEL: 086-284-4829

## ■五つの偶然

今回の謎解きの旅は多岐にわたる。一年後、西アフリカで...

どのようにして作られたのか謎のままであったりすると、もう一つも立ってはいられない。...

この偶然が重なった。偶々Gの活動をして帰った知人が五つも重なれば、それが見せてくれた中の一枚の写真に、日本の多孔土盤と全く同じものが写っている。...



ガーナのビーズマーケット(ゆでダコではありません)



美しい輝きの再現ビーズ



Birthdays section with photos and names of children and their parents. Includes a 'HAPPY BIRTHDAY 8月' graphic.

Advertisements for Toshiba Finance (Renewal Loan) and large-scale renovation work.







マンション管理組合奮闘記

管理組合の立ち上げ

湘南台駅前共同ビル住宅一部(神奈川県藤沢市)

理事長 西 恵子さん(66)



西 恵子(にし けいこ)さん

昨年4月、会社勤めを無事卒業。現在は専業主婦。

五年の間われわれの組織 活動に対し活動費、交通は自治会だけでした。二 費の実費支給を決め、そ



湘南台駅前共同ビル外観

当ビルは、昭和四六年 一〇階は全二〇戸の住 新築、住宅金融公庫(現 宅専用)の、俗にいう下

布、そして九月一四日、変動されました。一九 住宅一部管理組合の法人

マンションリフォーム

機能性クロスのご紹介①

マンションの住戸の内 っていない場合もありま の汚れは硬くしぼった布

- ①汚れが落ちやすい
②抗菌性が高く、清潔さをキープできます
③クロス表面に抗菌性

メイクも素肌も革命する 驚異のファンデ



本紙記者も納得!! 話題の化粧品情報

一日中くずれない

皮膚呼吸をさまたげない 超微細な網の目状シリコンが

驚異のカバー力

小じわや毛穴の開きは もちろん、シミやニキビ跡

メイクのプロも絶賛

ハイビジョン放送を皮切りに、テレビ局

女優さん・モデルさん・ 女医さんも愛用!!

シリコンパリアファンデーション

各25g 5,250円

SPF30PA++相当

101 ヲト

1201 アッシュ

1301 オール

TV局水戸局でも正式購入

肌にヒタツと吸い付く感 機能成分「高濃度セラミ

塗り、かなり薄くしかドや潤い保持の「ヒアルロ

シミもクビ跡もきれいに隠 「コラーゲン」、美白の「ビタ

成分がズラリ。しかもこの 足でなければ全額返金

「超微細のモイストメツ 使っているためお肌の奥深

すこいカバー力と長時間 の。美容クリニックや皮膚

科のカウンセラーを中心 した開発チームが1万

人の肌トラブルを聞いて研 究するうちに、ここまで

いたかな配合になったのだ とか。香料・着色料・パラ

ン不使用という安心感も 女優さんが愛用する理由

なんでしょう。

「でも、私の肌はかなり 敏感だから」と不安な

「化粧品のサンプル付き!! 全額返金キャンペーン」

全国120ヶ所以上の 肌の専門家たちが 認めたファンデ!!

プロレベルのケアを自宅で バリアファンデーションと

レビ局のメイク室などでも 確かめてみよう、お客様

のフリをして注文。早速 使ってみました。

いつものカバー用下地 がありました。それは、驚

きのカバー力だけでなく、 全額返金キャンペーン

「でも、私の肌はかなり 敏感だから」と不安な

「化粧品のサンプル付き!! 全額返金キャンペーン」

「でも、私の肌はかなり 敏感だから」と不安な

メイクアップはオシャレ のために。少々お肌

に負担をかけても仕方がな 女優さんの愛用品として

紹介されている「シリコン コスメ」はさすがに

「10年前の素肌」と 思うほど自然な仕上がり

「10年前の素肌」と 思うほど自然な仕上がり

「10年前の素肌」と 思うほど自然な仕上がり

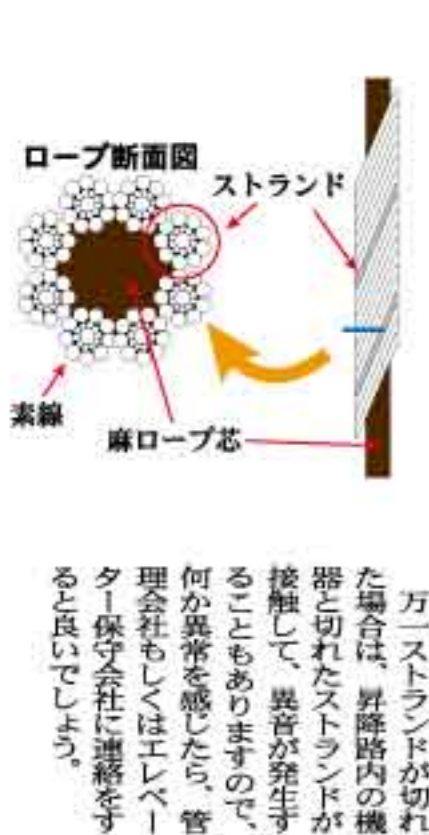
「10年前の素肌」と 思うほど自然な仕上がり

「10年前の素肌」と 思うほど自然な仕上がり

「10年前の素肌」と 思うほど自然な仕上がり

「10年前の素肌」と 思うほど自然な仕上がり

「10年前の素肌」と 思うほど自然な仕上がり



エレベーターを吊るし 素線に磨耗による亀裂が

エレベーターロープ

エレベーターを吊るし 素線に磨耗による亀裂が

マンション評論家 神園レポート!

おしゃやれな防犯 “割れ窓理論”

マンションの防犯に対する関心が高まっています。マンションにおける防犯のモデル(方法)というところ、まず防犯カメラを思い浮かべます。防犯カメラは有効ですが、維持・管理が大変な面も。一方、防犯パトロールなどの人海戦術はお金がかからないものの、面倒で長続きしにくい。そこで、もっと手軽な防犯モデルとして、“割れ窓理論”をご紹介します。



神園 良輔 (かみぞのりょうすけ) 法学博士、防犯評論家。著書『マンション防犯の常識』など。

事件に対して、その美観と防犯は密接な関係があります。その美観と防犯は密接な関係があります。その美観と防犯は密接な関係があります。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。落とした窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。



【写真1】一新した集合郵便受け (Dマンション)



【写真2】美しい【マンション】の植栽



【写真3】玄関ロビーに飾ってある生け花 (Dマンション)



【写真4】玄関ロビーに飾られたクリスマスツリー (Mマンション)



【写真5】駐輪許可証 (Mマンション)

「割れ窓理論」とは、二回も下見をしたそう。落とした窓を放置している。割れた窓を放置している。



Advertisement for Yumen (ゆめん) food products. Features images of various noodle dishes and promotional text for a special price campaign. Includes contact information for Janga Tech Co., Ltd.

# 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。

マンションのいろんなことが分かって面白いです。リフォームの参考にさせていただきます。  
(兵庫県加古郡)

管理会社変更事例などが載っており、大変参考になります。今後も参考にさせていただきます。  
(鹿児島市)

見やすく、いい情報がたくさんありますね。できるだけ、定期的に見るようにしてみます。  
(兵庫県加古川市)

とても充実したホームページだと思います。今後も利用させていただきます。  
(広島市)

初めて閲覧しました。大変見やすいと思いました。また、いろんな情報が盛りだくさんなのも見ごたえがあっていいですね。  
(名古屋)

マンションに関する内容を参考にさせていただきます。  
(鳥取市)

理事の役が回ってきました。初めてのことで、分からないことも多く不安です。ホームページを参考にさせていただきますながら、1年間頑張ろうと思います。  
(東京都中央区)

わがマンションは、これから大規模修繕工事にとりかかります。大仕事なので、不安なこともあります。修繕委員会を立ち上げるなどしています。ホームページも参考にさせていただきます。  
(横浜市)

## 読者の広場



バラ園 Photo Katsue Kishimoto

今人気の日帰りバスツアーに参加してきました。岡山市瀬川にあるRSKバラ園で、一万五〇〇株のバラに心癒され、岡山山内もみ井御膳の昼食とメロン、チエリー食べ放題、コーヒーとケーキのおみやげ、メロン一玉、おみやげ、ほかにもまだまだ盛りだくさんの内容で、心も体(胃袋)も大満足の日。  
岸本さん

水仙の花がきれいに咲きました。  
日田さん

一ネーションを買ってくれました。どんな花束にも負けない一輪の花に、胸が熱くなりました。  
Y.H

見に行きました。滋賀県甲賀市の甲賀の里へ行き、忍び体験。忍者にはまった息子。  
江崎さん

知人にももらった、球根から咲くスミレが満開。  
山田さん

以前から興味があった株と、投資信託の勉強を始めた。難しいですが、面白そう。もっと前から勉強すれば良かったと後悔。  
伊藤さん

北海道富良野へ、「北の国から」で有名な五郎の石の家も見学。  
伊藤さん

愛知県知多半島の河和口で潮干狩り。ここ数年、毎年行っていますが、今年は大活躍のアサリが採れました。これから数日は、アサリづくしになりそう。うれしい海の幸。  
岸本さん

カナダからやって来たシリアン。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

周りの出産ラッシュ。喜ばしい話題が多く、うれしくなります。私ももう少し若ければ、もう一人頑張れたかも。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

おわら風の盆で有名な富山市の八尾へ。町並みが素敵でした。  
岸本さん

おなかの子の出産予定日間近。産婦人科の先生いわく、手足が長いからスタイルがキレイと羨しみ。  
岸本さん

祖母の正絹の古い着物。母の日に「お花欲しい」と聞く小学六年生の息子に「欲しいヨ」と答えたら、ピンクの力。  
岸本さん

東京都新宿区の明治神宮野球場へ六大学野球を見に行きました。  
岸本さん

五月二日は結婚記念日。昭和三年に結婚。金婚式も過ぎました。三人の息子にも恵まれ、人生にはいろいろなことがありましたが、今となってはすべて良き思い出。  
岸本さん

毎週末、道の駅に野菜や花を買いに行っています。キャベツ、レタス、きゅうり、ルッコラ、クササキ。  
岸本さん

近頃の川へ魚と魚とりに出かけました。魚の逃走経路と予想される場所にタモ網を置き、私が入り込んでいく方法で頑張ったのですが、結局オイカワの幼魚が五匹とれただけ。今は水槽で元気に泳いでいます。  
岸本さん

マンシヨンの廊下の広さはどれくらい以上ではないといけないかと決まっています。  
岸本さん

マンシヨンの前の公園から子どもの声が聞こえると、ホッとします。少しでも子どもが増え、この後の社会が良くなりますように。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

おわら風の盆で有名な富山市の八尾へ。町並みが素敵でした。  
岸本さん

おなかの子の出産予定日間近。産婦人科の先生いわく、手足が長いからスタイルがキレイと羨しみ。  
岸本さん

祖母の正絹の古い着物。母の日に「お花欲しい」と聞く小学六年生の息子に「欲しいヨ」と答えたら、ピンクの力。  
岸本さん

東京都新宿区の明治神宮野球場へ六大学野球を見に行きました。  
岸本さん

五月二日は結婚記念日。昭和三年に結婚。金婚式も過ぎました。三人の息子にも恵まれ、人生にはいろいろなことがありましたが、今となってはすべて良き思い出。  
岸本さん

毎週末、道の駅に野菜や花を買いに行っています。キャベツ、レタス、きゅうり、ルッコラ、クササキ。  
岸本さん

近頃の川へ魚と魚とりに出かけました。魚の逃走経路と予想される場所にタモ網を置き、私が入り込んでいく方法で頑張ったのですが、結局オイカワの幼魚が五匹とれただけ。今は水槽で元気に泳いでいます。  
岸本さん

マンシヨンの前の公園から子どもの声が聞こえると、ホッとします。少しでも子どもが増え、この後の社会が良くなりますように。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

仙台市の作並温泉の隣。うれしくなりました。天風呂。二週間連続で行っちゃいました。  
岸本さん

東宮デイズ二ランドで、トイストーリーのウッディ。  
岸本さん

茨城県牛久市にある牛久大仏の大きさに目をみはりました。  
岸本さん

鹿角島県川辺郡の知覚特攻平和会館で、平和をかみしめています。  
岸本さん

お天気が誘われて、京都へ。写真は平安神宮。  
岸本さん

三重県志摩市の志摩スベイン村へ。オレ!  
岸本さん

初月給をもらった息子から、初めて母の日にカーネーションの鉢植えを贈られ感謝。枯らさないよう気を遣っています。  
岸本さん

サクラソボの季節。  
岸本さん

カナダからやって来たシリアン。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

おわら風の盆で有名な富山市の八尾へ。町並みが素敵でした。  
岸本さん

おなかの子の出産予定日間近。産婦人科の先生いわく、手足が長いからスタイルがキレイと羨しみ。  
岸本さん

祖母の正絹の古い着物。母の日に「お花欲しい」と聞く小学六年生の息子に「欲しいヨ」と答えたら、ピンクの力。  
岸本さん

東京都新宿区の明治神宮野球場へ六大学野球を見に行きました。  
岸本さん

五月二日は結婚記念日。昭和三年に結婚。金婚式も過ぎました。三人の息子にも恵まれ、人生にはいろいろなことがありましたが、今となってはすべて良き思い出。  
岸本さん

毎週末、道の駅に野菜や花を買いに行っています。キャベツ、レタス、きゅうり、ルッコラ、クササキ。  
岸本さん

近頃の川へ魚と魚とりに出かけました。魚の逃走経路と予想される場所にタモ網を置き、私が入り込んでいく方法で頑張ったのですが、結局オイカワの幼魚が五匹とれただけ。今は水槽で元気に泳いでいます。  
岸本さん

マンシヨンの前の公園から子どもの声が聞こえると、ホッとします。少しでも子どもが増え、この後の社会が良くなりますように。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

曼風に誘われて、神奈川県立近代美術館(三浦郡葉山町)と神奈川県立文学館(横浜市)へ。深い感動を受けました。  
岸本さん

### 暮しのイベント

## 暑中お見舞い

夏の盛り相手の安否をお見舞いとして、八月末を過ぎ、自分の様子をまでに便りを出します。

「暑中お見舞い」や「残暑お見舞い」は、お盆に親元や知人などを訪問し、贈り物をする風習が簡略化したものです。目上の方には「暑中お見舞い」といって、お盆に先方の安否を気遣う言葉、自分の近況報告、先方の自愛を祈る言葉を添えて書きます。日付は「〇年盛夏」としておきます。

立秋の前日までに暑中お見舞いは、暦の小暑(七月七日ごろ)から大暑(七月二十三日ごろ)までに出されるのが多いようです。それ以降は、残暑

立秋の前日までに暑中お見舞いは、暦の小暑(七月七日ごろ)から大暑(七月二十三日ごろ)までに出されるのが多いようです。それ以降は、残暑

立秋の前日までに暑中お見舞いは、暦の小暑(七月七日ごろ)から大暑(七月二十三日ごろ)までに出されるのが多いようです。それ以降は、残暑

## 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

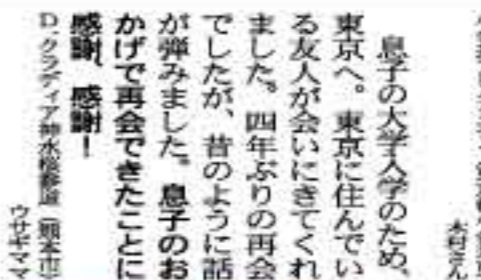
東京本店 ☎03-5201-3380 大阪本店 ☎06-6260-5345

(支店) 札幌 仙台 横浜 沼津 名古屋 岡山 高松 高松 北九州 福岡 熊本 (本社) 広島

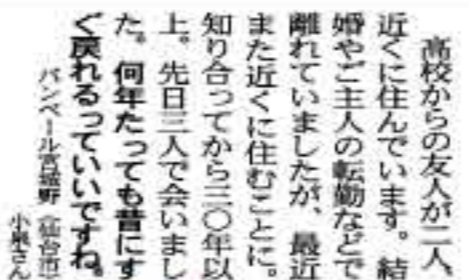


友達が引越して、仲良くしてあげてあげると、また遊ぼうね!

友達が引越して、仲良くしてあげてあげると、また遊ぼうね!



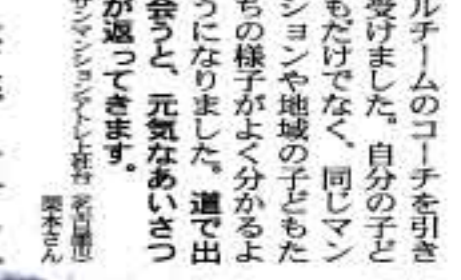
高専からの友人が、入居して住んでいます。結婚や主人の転勤などで離れていましたが、最近また近くに引っ越すことになり、先日から三〇年以上、何年たっても昔にすぐ戻れる感じがして、感謝、感謝!



長崎県佐世保市のハウステンボスへ、オランダに遊びに行きました。



生後一週間の子牛。今年はお家のピフがたぐささん実りました。おかげでいっぱいおしゃべりして、おしゃべりが大好きです。



大きなピカチュウを見つけて、記念撮影!!



今さらながら、モヒカンカットにしました! 冷感もできます。



五月月中旬から六月中旬ごろに破竹という細いタケノコを探りに行きます。



アサガオの種五個を植えてみたところ、三個芽を出しました。



朝咲いて、夕方散る一日花のナガミヒナゲシ。



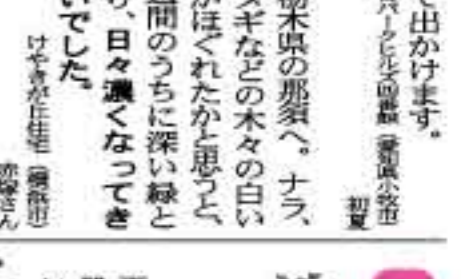
丸いズッキーニ。食べたら性格も丸くなりそう。



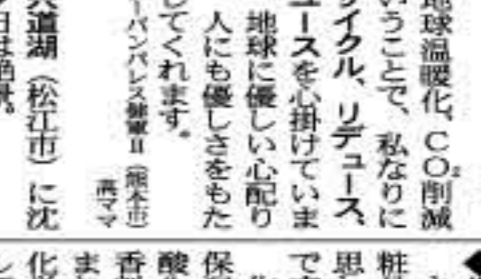
水戸市の借家園へ。息子はお姉さんに夢中。



五月月中旬から六月中旬ごろに破竹という細いタケノコを探りに行きます。



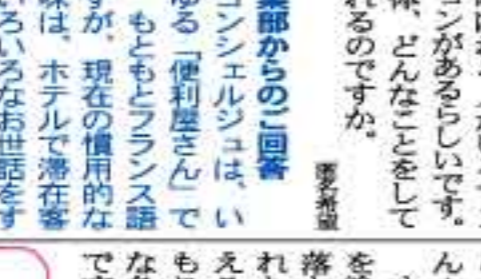
久しぶりに一緒に外出で楽しかった。



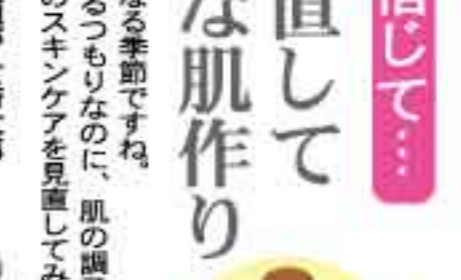
地球温暖化、CO2削減という事で、私なりにリサイクル、リデュースを心がけています。



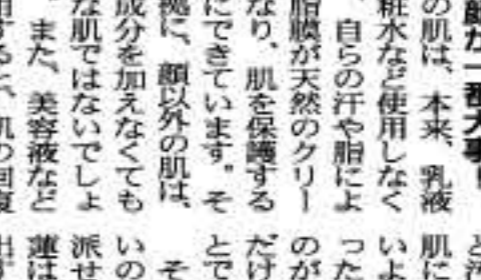
最近、コンシェルジュと呼ばれる人がいる。コンシェルジュは、いろいろなお話をしてくれる。



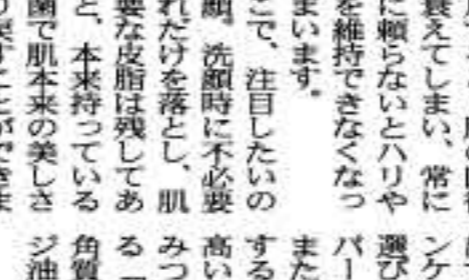
大きな病室から生還した友人が、おしゃべりが大好きです。



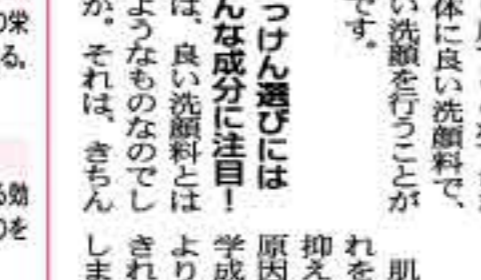
洗顔をみ直して、キレイな肌作り。



化粧品の落とし穴。洗顔を一番大事! と汚れを落とすながらも、肌のケアはきちんとしているつもりなのに、肌の調子がイマイチ...



最近、コンシェルジュと呼ばれる人がいる。コンシェルジュは、いろいろなお話をしてくれる。



大きな病室から生還した友人が、おしゃべりが大好きです。

今年はお家のピフがたぐささん実りました。おかげでいっぱいおしゃべりして、おしゃべりが大好きです。

五月月中旬から六月中旬ごろに破竹という細いタケノコを探りに行きます。

アサガオの種五個を植えてみたところ、三個芽を出しました。

朝咲いて、夕方散る一日花のナガミヒナゲシ。

丸いズッキーニ。食べたら性格も丸くなりそう。

水戸市の借家園へ。息子はお姉さんに夢中。

五月月中旬から六月中旬ごろに破竹という細いタケノコを探りに行きます。

久しぶりに一緒に外出で楽しかった。

地球温暖化、CO2削減という事で、私なりにリサイクル、リデュースを心がけています。

最近、コンシェルジュと呼ばれる人がいる。コンシェルジュは、いろいろなお話をしてくれる。

大きな病室から生還した友人が、おしゃべりが大好きです。

洗顔をみ直して、キレイな肌作り。

化粧品の落とし穴。洗顔を一番大事!

実践してよかった! 洗顔だけの美容法!

「無添加・天然・自然化粧品」の好きなあなたへ!!

必要なのは、肌本来の力を取り戻すことだけです。

究極の自然派ケア! 美容液は不要です!!

「乗蓮」は、肌本来の「美しくなる力」を導きだすためにつくられたスキンケアソープ。スキンケアという成分、成分たっぷりの美容液やクリームに目がいきがちですが、フェミンは「自分の肌から生まれる水分や皮脂が一番の天然クリーム」と考えます。つまり美しく健康的な肌を作るためには、不必要な汚れや脂を洗い流すだけで充分で、「乗蓮」はその自然派ケアを手助けするために生まれました。

洗顔だけでOKだった! 肌は自分でキレイになる!!

一時的なハリ、ツヤ、白さを手に入れる従来の美容製品は、同時に化学物質によるダメージを受けるというリスクも伴ってしまいます。

「乗蓮」のケアは、独自開発された泡立ちの良い天然バームを始め、ベントナイト、甘草エキス、ハチミツ、オレングリッドといった天然成分が、キメ細やかな弾力の泡を作り出し肌の再生を助けます。それ以上であってはならないのが自然派ケアの秘訣でもあります。

ご注文は通話料無料のフリーダイヤルで (年中無休24時間受付) 0120-620-888

1個 約3カ月分(100g) 2,800円 (送料別) 2個以上なら 送料無料で プレゼント!

フェミン 株式会社フェミン 〒810-0073福岡市中央区南橋本3-1-10

「乗蓮」は、肌本来の「美しくなる力」を導きだすためにつくられたスキンケアソープ。スキンケアという成分、成分たっぷりの美容液やクリームに目がいきがちですが、フェミンは「自分の肌から生まれる水分や皮脂が一番の天然クリーム」と考えます。つまり美しく健康的な肌を作るためには、不必要な汚れや脂を洗い流すだけで充分で、「乗蓮」はその自然派ケアを手助けするために生まれました。

洗顔だけでOKだった! 肌は自分でキレイになる!!

一時的なハリ、ツヤ、白さを手に入れる従来の美容製品は、同時に化学物質によるダメージを受けるというリスクも伴ってしまいます。

「乗蓮」のケアは、独自開発された泡立ちの良い天然バームを始め、ベントナイト、甘草エキス、ハチミツ、オレングリッドといった天然成分が、キメ細やかな弾力の泡を作り出し肌の再生を助けます。それ以上であってはならないのが自然派ケアの秘訣でもあります。

「乗蓮」は、肌本来の「美しくなる力」を導きだすためにつくられたスキンケアソープ。スキンケアという成分、成分たっぷりの美容液やクリームに目がいきがちですが、フェミンは「自分の肌から生まれる水分や皮脂が一番の天然クリーム」と考えます。つまり美しく健康的な肌を作るためには、不必要な汚れや脂を洗い流すだけで充分で、「乗蓮」はその自然派ケアを手助けするために生まれました。

洗顔だけでOKだった! 肌は自分でキレイになる!!

一時的なハリ、ツヤ、白さを手に入れる従来の美容製品は、同時に化学物質によるダメージを受けるというリスクも伴ってしまいます。

「乗蓮」のケアは、独自開発された泡立ちの良い天然バームを始め、ベントナイト、甘草エキス、ハチミツ、オレングリッドといった天然成分が、キメ細やかな弾力の泡を作り出し肌の再生を助けます。それ以上であってはならないのが自然派ケアの秘訣でもあります。

「乗蓮」は、肌本来の「美しくなる力」を導きだすためにつくられたスキンケアソープ。スキンケアという成分、成分たっぷりの美容液やクリームに目がいきがちですが、フェミンは「自分の肌から生まれる水分や皮脂が一番の天然クリーム」と考えます。つまり美しく健康的な肌を作るためには、不必要な汚れや脂を洗い流すだけで充分で、「乗蓮」はその自然派ケアを手助けするために生まれました。

洗顔だけでOKだった! 肌は自分でキレイになる!!

一時的なハリ、ツヤ、白さを手に入れる従来の美容製品は、同時に化学物質によるダメージを受けるというリスクも伴ってしまいます。

「乗蓮」のケアは、独自開発された泡立ちの良い天然バームを始め、ベントナイト、甘草エキス、ハチミツ、オレングリッドといった天然成分が、キメ細やかな弾力の泡を作り出し肌の再生を助けます。それ以上であってはならないのが自然派ケアの秘訣でもあります。



三才の息子に「幼稚園から帰ったら一緒にお買い物に行こうね」と言ったら「いい、いい。お母さん一人で行って来て」と早くも親離れ男の子なので、高校生くらいになったら無理だろうと思っていたけれど、年少でなんてちよつとどころかともてお寂しい。



お習字習ってないのに、書初めで金賞、うれしかつたよ!!

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

今年初めて母の日に、ネットワークとカーネーションの花束をプレゼントしました。花好きの母はとっても喜んでくれて、早速父と一緒に花瓶に生けてくれました。微笑ましく父の姿に、両親は大切にし、且その感謝の気持ちを形に表していきたいと思えました。

現在三人目を妊娠中。娘たちに「生まれたばかりの赤ちゃんってかわいいう?」と聞かれました。私は「もちろんかわいいよ」と答えましたが、夫は「サルみたい」と答え

ていました。今から生まれるときのことを考えるのとキドキしています。この子たちが「かわいい」と言ってくれることを期待しています。

五才の娘がデコレーションした、お父さんの誕生日ケーキ!



時がたてばすべて思い出に変わるといふけれど、いつまでも思い出にならない、忘れられない出来事もありますよ。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

娘たちに「生まれたばかりの赤ちゃんってかわいいう?」と聞かれました。私は「もちろんかわいいよ」と答えましたが、夫は「サルみたい」と答え



友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

娘たちに「生まれたばかりの赤ちゃんってかわいいう?」と聞かれました。私は「もちろんかわいいよ」と答えましたが、夫は「サルみたい」と答え



友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

娘たちに「生まれたばかりの赤ちゃんってかわいいう?」と聞かれました。私は「もちろんかわいいよ」と答えましたが、夫は「サルみたい」と答え



友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

娘たちに「生まれたばかりの赤ちゃんってかわいいう?」と聞かれました。私は「もちろんかわいいよ」と答えましたが、夫は「サルみたい」と答え



友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

娘たちに「生まれたばかりの赤ちゃんってかわいいう?」と聞かれました。私は「もちろんかわいいよ」と答えましたが、夫は「サルみたい」と答え



友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

娘たちに「生まれたばかりの赤ちゃんってかわいいう?」と聞かれました。私は「もちろんかわいいよ」と答えましたが、夫は「サルみたい」と答え



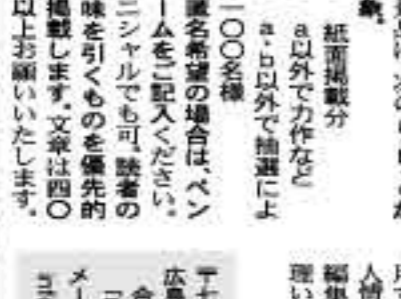
友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

娘たちに「生まれたばかりの赤ちゃんってかわいいう?」と聞かれました。私は「もちろんかわいいよ」と答えましたが、夫は「サルみたい」と答え



友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

娘たちに「生まれたばかりの赤ちゃんってかわいいう?」と聞かれました。私は「もちろんかわいいよ」と答えましたが、夫は「サルみたい」と答え



友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

友人の出演する「三〇代・四〇代・五〇代のフオークコンサート」へ行ってきました。五〇オオヤジ三人組が、アコースティックギターでオフコースの曲を優しく歌っているのには驚きました。

### 驚きのドッサリ感! 喜びのスッキリ感!

**快掃丹** トライアルボックス 限定300名様

「毎朝スッキリできていない人って結構多いわよね。私は「快掃丹」で毎日快掃!」とは、長年の愛用者であり、テレビ通販番組で「快掃丹」をご案内している健康アドバイザー・瀬川都紀子さん。

デリケートな人は、すぐにいろんな影響を受けて、出にくくなったり、張ってくるのよね。「快掃丹」を試すと、びっくりするわよ〜。必ずトイレで振り返りたくなるくらいたくさん出てくれるから! 出すことの快感を味わってもらいたいわ。毎日見ると臭いや色が少しずつ変わってくるのがわかるのよ。「ああ私の中の汚れが落ちて」って実感するわよ。「快掃丹」は自然成分を選び抜いてつくってるから安心よ。

**快掃丹 (かいそうたん) 限定300名様**  
トライアルボックス お1人様1箱限り  
**1,000円** (送料別)

あなたは大丈夫? 毎日はスッキリ!

今までのメンテナンスで本当に満足ですか?

TVCM放映中!

メンテナンス費用節減 24時間・365日緊急対応

0120-83-1171

世界のエレベーター全機種をメンテナンス&リニューアル

**FOOTWORK DEFENSE SPEED**

- ▶ 24時間、365日の万全体制
- ▶ 大幅コストダウンの実現
- ▶ 全機種、全メーカー対応

SECエレベーター株式会社 http://www.secev.co.jp

本社: 東京都台東区台東3-18-3 ☎(03)3833-1171

北海道・東北・宇都宮・埼玉・新潟・立川・横浜・千葉・名古屋・関西・九州・沖縄 ※上記支社を含め全国140拠点のネットワークでサービスを提供しています。

# むくみ足でもう悩まない!

朝の目元、夕方の足元、  
パンパンのむくみを  
放っておいていませんか?

うわさの  
むくみスッキリ  
青汁を体感



福島県在住 小島桂子さん(31歳)

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。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われるむくみは、からだに溜まった老廃物が原因といわれるだけに、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青汁を取材した。

「お前、足が丸太みたいだな」

「二人目の子供を産んだ頃から、急に体がむくみ始めてね」福島県の小島桂子さん(31歳)は、冷たく張ったあぐらは、どうしようもないたるさを感じはじめたという。

「夏だったから冷房のせいかな」と思っていたんだけど、秋になったら以前にも増してパンパンに…。主人からは「お前の足はまるで丸太みたい」なんて言われちゃったのよ。今だから笑って話せますけど、あの時はさすがにショックでしたね」

このままむくみを放置する訳にはいかない。そう思いつつも、やはり二児のお母さん。家事や子供の世話などに忙殺される日々が続く、体のケアまで手が回らない日々が続いた。

「明日葉が健康にいいのは以前から知っていたんです。だから毎日飲み続けていたら、ある日の朝いつもはれぼったかった目もとが、自分でもびっくりするくらいスッキリしていたんです」

「当時の喜びを振り返る小島さん。だが、嬉しかったのはそれだけではないという。

「あれほどパンパンだった足が、今じゃ別人みたいにスッキリ、ほっそり。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から(笑)」

## 寝つけないほど重かった足 まるで別人のようにスッキリ。

「生むくんだままかな? っつて諦め半分だったんです」

「若かったころは重くすればスッキリ元に戻ってくれたんですけど…」

こう話したしたのは東京都住の高橋琴美さん(42歳)。仕事から運動不足がたたり、季節を問わずむくみに悩まされていたという。

「夜なんてほんとうにひどいもの。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、朝のむくみ顔に、夕方の窮乏な靴は相変わらず。『生むくんだままのかな…』」

そんな諦め半分の高橋さんが出会ったのが、八丈島産明日葉の青汁。

「あっさりしてとっても美味しかった」

高橋さんが明日葉青汁を初めて口にした時の感想だ。そして、意外にも早く高橋さんの体は明日葉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秘だったんです。美味しかった」

「あんなに重かった足がまるで別人のように、あっさりしてとっても美味しかった」

高橋さんが明日葉青汁を初めて口にした時の感想だ。そして、意外にも早く高橋さんの体は明日葉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秘だったんです。美味しかった」

「あんなに重かった足がまるで別人のように、あっさりしてとっても美味しかった」



東京都住 高橋琴美さん(42歳)

# むくみはからだの毒だまり

軽く考えがちむくみだが、冷えや運動不足が大きく影響しているという。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、水あかのよろに体内の脂肪細胞に付着してどんどん巨大化してしまう。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というから、まさにむくみはからだの毒溜まりといえる。

そんななか、昨今のデトックス(毒出し)ブームともあいまって注目を集めている日本古来の緑黄色野菜がある。今日摘んでも、明日には芽を出す



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。これがからだの毒溜まりを促進し、老廃物をおそうしてくれるという。

## にじみ出る黄色い汁がからだをおそうじ

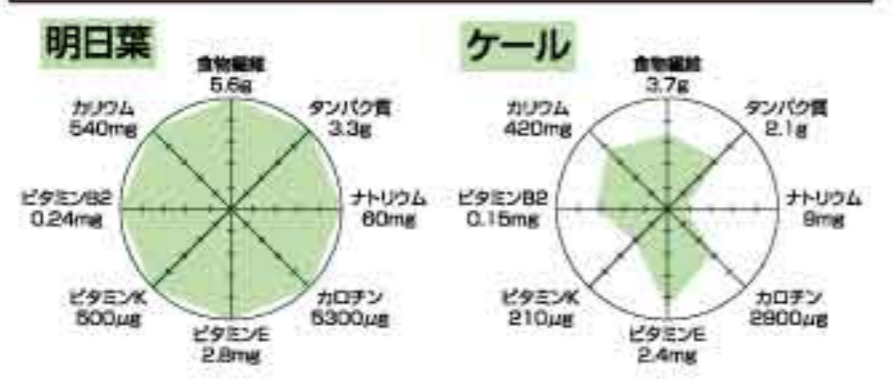
八丈島産の明日葉。澄んだ空気の中、火山質の土壌からたっぷりと吸い上げた栄養素は、普段の食卓には見られないほど豊富。特に食物繊維、ビタミンB群が多く、老廃物の排出を促してくれるカリウムなどは群を抜いている。しかし、この明日葉が毒出しブームに乗って人気を集めているのは他に理由があるのだという。

明日葉の根や茎を折ると、その切り口からにじみ出てくるネバネバした黄色い汁。この明日葉独特の色素成分、カルコンが体内の巡りを促進し、老廃物をスムーズに洗い流してくれると人気を集めているのだ。

## こんな方におススメ

- 長時間同じ姿勢で過ごす方
- 塩分・アルコールの摂取量が多い方
- 足が重く、パンパンに張りやすい方
- 冷えや疲れが気になる方
- お腹が毎日スッキリしない方

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。 ※可食部100グラムあたりの栄養比較



## 美容に! 健康に! 女性にうれしい青汁

マイケアの「ふるさと青汁」は八丈島産明日葉の葉、茎に加え、滋養たっぷりの根を贅沢に使用しました。そのほか、同じく伊豆諸島大島産の明日葉、熊本県産の大葉若菜、福島県産の桑の葉をバランスよく配合。いずれもその土地その土地の農家が丹精込めて育てた、栄養たっぷりの素材。健康のため、そして美容のため、皆様の食卓に是非、加えてみてください。

安心の国産原料使用

- 八丈島産 明日葉
- 熊本県産 大葉若菜
- 福島県産 桑の葉

ふると青汁 3g×30スティック入り 3,800円(税3,990円)

2箱以上で送料<sup>500円</sup>無料! とくくとく便なら<sup>10%</sup>割引

商品のお求め・お問い合わせ

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

0120-60-1320

【受付時間 9:00~21:00/年中無休】

FAX 03-3539-1863 [24時間受付]

http://www.ashitaba-aojiru.com

頭の体操

3x3x3 Magic Square grid with numbers and letters A-E.

「ヒポボタマス」... キリシヤ語で馬を意味するhipposと川を意味するpotamosを語源として...

タテのキー 1結婚の媒酌をする人 2ウーとも呼ばれる。業...

世界初 安心・安全・安定の三拍子揃った プロビタCサプリメント. Includes image of Provit C box and detailed text about its benefits.

「ポイツとくん」一番知りたいQ&A. Includes images of the air purifier and answers to common questions.

ウェンディ限定 キャンペーン期間 8月末まで. お掃除ラクラク! 換気扇ピカピカ! ポイツとくん. Includes images of the air purifier and promotional offers.