

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 合人社グループ 出版局
広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル
〒730-0036 ☎082(247)7479

第389号

Wendy

www.wendy-net.com

FUYO LEASE

芙蓉総合リース株式会社

本号の記事

ニコースポット マンションの管理・建替え改正法 二〇二二年四月全面施行 …… 3	この人に注目 著く豊かな湖を子どもたちの未来へ… 11	読者の広場 …… 16	世界遺産探訪 …… 13
マンションへ管理組合を… 3	全面広告「合人社」の提言 日本のマンション管理は、さらに変わる… 12	頭の体操 …… 19	私の体験 琉球ガラスは謎だらけ 沖縄ガラス工芸の歴史… 19
ちよつと拝見 上二万ハイツ …… 4	地域再生を考える 町民が持ち寄った材料でつくる参加型の町づくり ゼロ・ウェイストの町らしい建築を目指して… 6	Yoshie, Lady 番長 みるく …… 10	

Ms Wendy in this month

農家に生まれ、高校中退し上京 流行りに乗らず、ナオコ流“で

歌手、タレント

研^{けん} ナオコさん



photo Yasakuro Kazumoto ©WENDY

◆小さい頃から
「人は人、自分は自分」
物心ついたころからず
つと「私は私」。みんな
がやっているから自分
も、というのはいけな
い。みんながやらない
た。みんながやらない
らやろうと。要はへそ曲
がりなものです。同じ年頃
の子どもたちと遊ぶのも
面白くなくて、表で「な
おこちゃん、遊びまし
よ」という声があると、
「いっしょ」と返事を
して、一人で遊んでいま
した。

田舎の大きな樽風呂を
締める鉄製の輪っか(タ
ガ)をフライングにして
くるくる回したり、あせ
道で風呂敷マントを風に
なびかせながら走ってス
ーパーマンになりきった
り。遠くにおいしそうな
柿やみかんを見つ
けると、木に登って実
を取って食べるのも
遊びの一つでした。

あるとき、細い枝の
先まで登ると、その
枝が突然折れ、ボ
キッと折れて、下
畑だったので何と
ありませんでした
が、それから高所恐
怖症に。パチが当た
ったのです。今も家
の二階から下を見る
のが怖いんです。ス
テ

◆どうしても上京して
歌手になる！
そんな私が歌手を目指
したのは、小学生のと
ころです。



2歳のころ、左端で母に抱っこされているのが私。築100年以上経っていた自宅の縁側での家族写真。これが私の原点

き、のど自慢大会に飛び
入りで歌ったことがき
っかけです。

小さいころから歌が好
きで、歌手には憧れがあ
りました。テレビの歌番
組を見ると、みんなきれ
いなお洋服を着て、思
いまでもそうですが、思
い立つとすぐ行動に移し
てしまいます。せっかく
入った高校を中退し、上
京しました。その後、宝
塚劇場の照明をやった
叔父から「映画会社の
東宝がレコード会社をつ
くらしいから、オーディ
ションを受けてみない
か？」と言われて、父親
と一緒に会社を訪ね。そ
こで無事合格し、レコー
ド会社が決まりました。

TERAL
水と空気で未来を創る
ポンプ 送風機 給水装置 ろ過装置 生ごみ処理システム
テラル株式会社 www.teral.net

として、バスガイドや美
容師、幼稚園の先生を思
い描いていました。そこ
ろがそのど自慢大会で

◆無名の歌手が
苦悶するのは当たり前
一七歳のとき「大都会
のやさぐれ女」で念願の
デビュー。ところがレコ
ードがなかなか売れませ
ん。あの当時、無名の歌
手がラジオやテレビ番組
に出るには、オーディシ
ョンに受からなくては
いけません。オーディ
ション仲間には野口五
郎さんがいて、いつも一
緒に落ちています。
「今日もダメだったけ
ど、次はがんばろうね」
とお互いに励ましあっ
たんです。

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

【宝島】 仙台 東京中央 東京西 立川 さいたま 船橋 横浜 名古屋 京都 大阪 神戸 岡山 広島 福岡 高松 北九州 福岡 熊本 鹿児島 沖縄 (本社) 広島

現発行部数1,100,000部 (月刊ウェンディ (全国版) 1,000,000部・389号) / (ウェンディ広島100,000部・239号)



photo Yasuhiro Yasuzuma ©WENDY

研 ナオコ / 歌手、タレント
1963年群馬県生まれ。歌手になるため高校を中退し16歳で上京。71年「大都会のやさぐれ女」でデビュー...



「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと

一方、オーディションを受けずに番組に出る人もいます。「この美人しか撮らない」...

愛川欽也さんと共演したカメラのCM「僕は美人しか撮らない」...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

ザミ嬢のララバイが毎日でしたが二〇代は遊ぶことも一生懸命...



2017年5月、小椋佳さんとのライブにて。大腸骨骨折後、復帰初のステージ。また10月からコンサート公演も始まります！

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

「愚図」をリリースしたころ。宇崎竜童さんと...

お客様からの声 — 喜びの声が続々と寄せられています。

岡山市・女性
プロビタを飲んで
痛みが16日ほど続いた...

香川県・53歳・女性
プロビタを飲んで
風邪をひいたのでお風呂に入らなくて...

岡山県・70代・女性
自分もプロビタを何年も飲んでいますが...

広島県・50代・女性
プロビタを飲んで
風邪をひいたのでお風呂に入らなくて...

世界初 大学の研究者が生み出した 安定・持続型ビタミンC プロビタC
従来のビタミンCに満足できなかった人のための「プロビタC誘導体サプリメント」

岡山県・70代・女性
自分もプロビタを何年も飲んでいますが...

広島県・50代・女性
プロビタを飲んで
風邪をひいたのでお風呂に入らなくて...

岡山県・70代・女性
自分もプロビタを何年も飲んでいますが...

広島県・50代・女性
プロビタを飲んで
風邪をひいたのでお風呂に入らなくて...

ウェンディ読者 特別価格 送料無料
PROVITA 1箱60包入り(182日) 定価 6,480円(税込)
9,970円(税込)
1回5箱以上購入の方は 9,970円(税込)

ちよつと拝見 管理組合に聞きましました

自主管理の限界が見えた。管理者方式で安心な生活へ

上一万ハイツ



上一万ハイツ 建築概要 1994年4月竣工 鉄骨鉄筋コンクリート造 地上13階建 総戸数 33戸 松山市中一万町5-3 事業主 特殊法人日本勤労者住宅協会



エントランス



屋上からの景色 (道後方面)



道後温泉



松山城



第27期理事長 吉川 秀紀さん (73) 日本労働組合総連合会愛媛県連合会の事務局長を務めていたことがある。趣味は読書で、主に経済書を読む。

■マンション購入に ついた。夫婦二人で過ごすにはちょうど良い。自主管理で運営してき... 連合愛媛の事務局長 徒歩圏内には、松山赤十字病院や銀行、スーパーマーケットなどが... 長に勧められ、一度内見をしてみました。マリアだと感じます。電... 重視していた私は、道の便も良いです。後温泉に近いこともあり購入を決めました。

■管理方式に変更し... 理事方式との違い... 何より、役員としての負担がなくなったこと... 吉川様にお会いした時、「懐の深さ」が印象的でした。当マンションの管理が始まって間もない頃、「対応が早い」とお言葉を頂きました。いつまでも「初心忘るべからず」を合言葉に、マンションの資産価値の向上と居住者の快適な生活を守っていきたくと考えております。

■今後、合人社に期待することをお聞かせください。管理のプロとして、「迅速的確な判断」を期待しています。その一方で安心して管理を任せられていますので、これからも当マンションの資産価値維持に向け、よろしくお願ひします。

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 管理員 フロント担当 中山 雅彦さん (64) 吉岡 敏雄さん (60)

マンション+くすりばこ TEIEMU GIKEN 日々のメンテナンスから長期修繕計画までお客様の立場にたったきめ細やかなご提案をいたします。テイム技建はマンション大規模修繕工事のスペシャリストです。 株式会社 ティエム技建 〒578-0904 大阪府東大阪市吉原2-9-17 TEL.03-6453-8333

SPICY DICTIONARY マンション管理委員会 Q&A Q マンションの駐車場利用者が減り、駐車場に空きが目立つようになりま... A 第三者との駐車場の賃貸借契約による収入は、本来、土地・建物の所有者である各区分所有者に帰属します。規約に特段の定めがあるか、総会議決で区分所有者の総意で了承しない限り、この場

旬の食材 アボカド 年間を通して出回りますが、その多くが不飽和脂肪酸、悪玉コレステロールを減らす効果があるといわれています。日本で栽培されているのは、秋ごろの収穫が始まり、E、ビタミンB、葉酸、鉄、マグネシウム、食物繊維などを豊富に含んでおり、栄養価の高皮の色が濃い緑で黒い果物です。皮の色が濃くなるにつれて、果肉が熟してきます。黒い果物は、果実が傷んでいない可能性がありますので、注意しましょう。実が固く、皮の色が緑色の場合は、追熟させましょう。

地域再生を考える 第32回

町民が持ち寄った建材でつくる、参加型の町づくり
ゼロ・ウェイストの町らしい建築を目指して

NAP建築設計事務所 代表

中村 拓志



中村 拓志

1974年東京生まれ。99年明治大学大学院で建築学修士を修めた後、隈研吾建築都市設計事務所を経て2002年NAP建築設計事務所設立。自然現象や人々のふるまい、心の動きに寄りそった「徹視的設計」による、「建築・自然・身体」の有機的関係の構築を信条としている。2021年日本建築学会賞(作品)受賞。

■ゼロ・ウェイストのは、豊かな自然や暮らしを守るために、持続可能な循環型社会を目指すこと。町の再資源化率は八割を超えて

はれている、小さな日ごとを覚えて、用品の量り売りやブル建設業は全産業の中一バブ(クラフトビル)で、廃棄物量、最終処分を削減する「醸造所」の店である。クライアメントは「上勝町でもいまだに焼却・埋め立てせざるを得ないごみがある。それらをなくすためには、生産や輸送のロ・ウェイストを削減し、変革が不可欠だ」と語り、ここで自ら創業して生産から販売まで一貫気通しで行うこと

■小さな店から始めたこの町で最初「RISE & WIN」と呼ぶことに、身が引き締まった

「この町で最初「RISE & WIN」と呼ぶことに、身が引き締まった



町民の協力のもとつくられた公共建築。人口1500人の町で700枚の建具や廃材が集まった



RISE & WIN外観。坂下の町から見えるように高さ8mとした



オフィス/ラボラトリー前よりゼロ・ウェイスト体験型ホテルを見る。客室はメゾネット形式の4室が円環上に配置されている



リユースショップでは町民が不要となった物を持ち込むことができ、町内外の誰でも無料で持ち帰る。さまざまな廃材を創造的に再利用した内装



者の目を避けていたおじいちゃんも「これは私の家の窓だった、あれは中学校の机だよ」と気さくに話しかけてくれる。皆がごみの資源化とは創造的な行為だと、ゼロ・ウェイストの取り組みを誇らしく感じているようだ。センター内に使われている思い出の品々について語る町民の姿を見ると、これは新しい

「RISE & WIN」と呼ぶことに、身が引き締まった

「この町で最初「RISE & WIN」と呼ぶことに、身が引き締まった

「この町で最初「RISE & WIN」と呼ぶことに、身が引き締まった

「この町で最初「RISE & WIN」と呼ぶことに、身が引き締まった

「この町で最初「RISE & WIN」と呼ぶことに、身が引き締まった

「この町で最初「RISE & WIN」と呼ぶことに、身が引き締まった

全国13路線を紹介 / 走らなかつた鉄道 未成線を追う 松村真人

神戸新聞総合出版センターが、自費出版のお手伝いをいたします。

化粧水

- ・肌にうるおいを与え、キメを整える
- ・乳液のなじみがよくなる
- ・皮脂の分泌を抑える

乳液

- ・油分を補いうるおいを閉じ込める
- ・硬くなった角質層を柔らかくする
- ・肌をなめらかに整え、乾燥や外部刺激を防ぐ

●乾燥の原因
乾燥の主な原因は、肌の「バリア機能」の低下です。肌の外側にある角質層は、角層細胞が隙間なく並ぶことで肌の「バリア機能」が働き、肌内部から水分が蒸散するのを防いでいます。しかし、次のような要因がある

乾燥が気になる季節。きちんと保湿ケアをしているはずなのに、肌がつっぱったり、メイクがきれいにのらなかったりなどさまざまな肌の悩みを感じることがないでしょうか。
今回は乾燥を防ぐ、正しい保湿ケアを資生堂ジャパン(株)広島支店の村上優美子さんに紹介してもらいました。

と「バリア機能」が低下し、水分が逃げやすい状態となり乾燥を引き起こします。

液は適量を使用することで効果を発揮します。化粧水、乳液ともに適量を守り使用することが大切です。

保湿ケアの基本は「化粧水」と「乳液」です。この二つを正しく使用することで肌のバリア機能を正常に保つことができます。

●保湿効果がアップする
化粧水、乳液の正しい塗り方は「コットン」または「手」を使って顔全体にうるおいを届けることが大切です。手を使用した場合、肌の感触を直接確かめ、温めながらなじませることが出来ます。コットンを使うと、顔のすみずみまで丁寧になじませることが出来ます。お好みの方法で正しく肌を保湿しましょう。うるおった肌はさまざまなトラブルから守ってくれます。

意外と知らない 保湿ケアの基本！



効果的な保湿ケア 以下の3つを意識するとしっかり保湿できます。

方向
血流に沿って、中心から外、下から上へ
乾燥しやすい頬から始め、頬、目周り、鼻筋、口元、フェイスライン、首の順に。血流に沿って、顔の中心から外側に、下から上に向かってなじませる。

圧力
軽い圧をかけ、すべらせるように
心地よいと感じるくらいが目安。やさしく肌表面をすべらせながら、軽く引き上げるように行う。

速度
脈拍に近いゆっくりとしたテンポで
いつもより少しゆっくりとしたリズムを意識するだけで、スキンケアの時間が心地よい時間に！肌の感触を確かめながらなじませる。また、肌が敏感な時は肌を包み込むようにやさしくなじませると効果的。



みんなが気になる保湿ケア Q&A

〈取材協力〉
資生堂ジャパン(株)広島支店
「ワタシプラス by SHISEIDO」
化粧品や美容についてさまざま
な情報が掲載されています。

Q. 乾燥肌です。スキンケアで大事なものは？

A. とにかく保湿！
特に秋冬の空気が乾燥する季節は、角質層から水分が蒸散しやすいので、念入りな保湿ケアが必要です。化粧水や乳液でうるおいバランスを整えたらうえて、うるおいを持続させる保湿クリームを取り入れるのがおすすめ。

Q. オールインワンと化粧水・乳液を使うのはどっちがいい？

A. ライフスタイルに合わせて選ぶと◎
オールインワン化粧品は化粧水・乳液の効果を兼ね備えているものが多く、忙しい時に簡単に保湿ケアすることができます。最近では高機能のオールインワン化粧品も販売されており、保湿ケアの時短は「ずぼら」ではなく時間を有効に効率的に使える美容法です。ライフスタイルに合わせて、その時々で、お手入れのアイテムを選ぶとよいでしょう。

Q. 朝と夜でスキンケア方法を変えた方がいい？

A. 朝は紫外線予防、夜は肌の悩みに合わせて
紫外線は年中降り注いでいます。しみ・しわ・たるみなどにつながりやすいので、朝は保湿しながら紫外線から肌を守る効果のあるアイテムを、夜は、乾燥しやすい目元専用の美容液など、肌の悩みに合わせたアイテムをプラスしましょう。

Q. 乳液とクリームは併用してもいい？

A. 乾燥しやすい時期は併用で
乳液は、油分を補ってうるおいを閉じ込め、さらに肌をなめらかに整えて乾燥などの外部刺激を防ぐ役割があります。クリームは、深いうるおいで肌を整えるのはもちろん、肌になじませる時のマッサージ効果による血行促進も期待できます。気温・湿度が低下して乾燥しやすい秋冬は、併用をおすすめします。

Q. 保湿ケアは同じブランドの同じラインを使った方がいい？

A. 同じラインを使うと効果が出やすい！
自分がなりたい肌になづくためには、同じラインを使用すると肌への相乗効果が出やすくより効果的です。

大音のチャンネル

YouTubeがぶつかると壁

YouTube,ライター

番長 みるく

YouTubeで、赤ちゃんと私とヤンネルを開設して早くも一年半。当初はこんなに長く続くとは思っていませんでした。きっかけは、YouTubeのチャンネル登録者数が1000人を超えたことでした。最初は「あー、とほほ」とか「うー」とか、一人目の子どもが生まれた後、話し相手がいなくなるのが、意味のある大人の会話がない時間があった。夫は仕事で、日中は家にいない。つまり家の愚痴や育児の大変さ

を共感できたかもしれない。しかし育児と家事と仕事をこなす中で、YouTubeは私に新たな世界を開いてくれた。仲良しの母親に電話していても、似たような話になる。悩んだ結果、YouTubeを始めることにした。もしかしたら私に興味を持つ人

がいてくれるかもしれない。さらにうまくいけばYouTubeで食っていきけるかもしれないという淡い希望を抱いて。そんな期待があった。YouTubeは、収益化がようやく始まった。初めての振込金を見たときの感動。動画を作る努力に、人気がYouTube

は合わない。雀の涙程度の収益額だった。YouTubeのマネージャーや同じ劇団の後輩Youtuberのマネージャーに話を聞いた。正解は、収益化がようやく始まった。初めての振込金を見たときの感動。動画を作る努力に、人気がYouTube



番長 みるく / YouTuber,ライター

大阪出身、ドイツ育ち、劇団四季の舞台俳優として6年間在籍し、ウィキッド・ネッサローズ役で初舞台に立つ。退団後、ライザップの大会で関東優勝、全国優勝を果たす。現在はライターとYouTube「番長みるく」で演劇や芸事について配信している。

趣味程度に始めた動画配信を独学で続け、チャンネル登録者数10万人を突破。YouTube内でも人気のチャンネルに成長した。動画を通じて私を知りたい人、街中で私を見つけてくれる人も出てきた。YouTube界ではまだ無名に等しいが、続けてみようと思った。その先には、まだ私が知らない楽しさがある。そう、世界が広がっているのだと信じて。

多くのマンション管理組合は共用部分で「従量電灯」と「低圧電力」の二種類の電気契約を結んでいます。「従量電灯」は電灯や家電など小型の電子機器を稼働させるための電力。「低圧電力」はエレベーターや給水ポンプ、機械式駐車場などを稼働させるための電力です。新築時に「低圧電力」については「負荷設備契約」を締結しているケースが多くあります。「負荷設備契約」は、建物に設置されている機械のモーター容量の総合計を契約電力として算出する方法です。契約電力によって基本料金が決まります。全ての機械を同時に稼働させたときの最大値となるため、基本料金が高額になる傾向があります。

しかし、低い定格電流の電子ブレーカーだとしても、停電しやすくなるのではないかと懸念される方もいらっしゃるかもしれません。電子ブレーカーは、実際に流れている電流値と時間をブレーカー内で測定しており、JIS規格の許容範囲最大まで使用できるようなプログラムが組み込まれています。JIS規格に定められた範囲であれば、電子ブレーカーの導入には設置工事など費用が掛かります。基本料金の削減額と設置費用の比較が必要です。

マンションによっては消防設備の電力が「低圧電力」と同じ回路で供給されていることがあり、消防の許可が下りない場合があります。マンションによって状況は異なります。導入には専門的な知識が必要です。まずは管理会社に相談しましょう。

管理費と修繕積立金について

管理費

区分所有者は、敷地及び共用部分等の管理に要する費用に充てるため、管理費・修繕積立金(以下「管理費等」といふ)を管理組合に納入しなければなりません。なお、各区分所有者が負担する管理費等の額については、共用部分の使用頻度等は勘案せず、共用部分の共有持分に応じて算出します。

管理費は、通常の管理に要する経費として、次の事項に充てられます。

- ① 公租公課
- ② 共用設備の保守維持費及び運搬費
- ③ 備品費、通信費その他の事務費
- ④ 共用部分等に係る火災保険料、地震保険料その他の損害保険料
- ⑤ 経常的な修繕費
- ⑥ 清掃費、消毒費及びごみ処理費
- ⑦ 委託業務費
- ⑧ 専門的知識を有する者の活用に関する費用

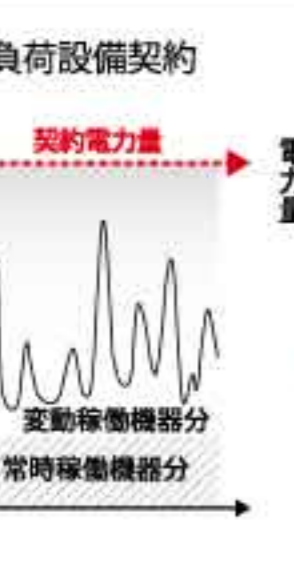
修繕積立金は、長期修繕計画に基づく大規模修繕工事など、次の①～⑤に掲げる特別の管理に要する経費に充てる場合に限り、取り崩すことができます。

- ① 一定年数の経過した外壁、屋根、防水工事
- ② 不測の事故その他特別の事由により必要となる修繕
- ③ 敷地及び共用部分の変更
- ④ 建物の建替え及びマンション敷地売却に係る合意形成に必要な事項の調査
- ⑤ その他敷地及び共用部分等の管理に関する事項



家事代行のペアーズ! 0120-552-445

区分所有者は、敷地及び共用部分等の管理に要する費用に充てるため、管理費・修繕積立金(以下「管理費等」といふ)を管理組合に納入しなければなりません。なお、各区分所有者が負担する管理費等の額については、共用部分の使用頻度等は勘案せず、共用部分の共有持分に応じて算出します。



「電子ブレーカー」を導入すると、停電しやすくなるのではないかと懸念される方もいらっしゃるかもしれません。電子ブレーカーは、実際に流れている電流値と時間をブレーカー内で測定しており、JIS規格の許容範囲最大まで使用できるようなプログラムが組み込まれています。JIS規格に定められた範囲であれば、電子ブレーカーの導入には設置工事など費用が掛かります。基本料金の削減額と設置費用の比較が必要です。

マンション設備 電子ブレーカーによる電気料金削減

多くのマンション管理組合は共用部分で「従量電灯」と「低圧電力」の二種類の電気契約を結んでいます。「従量電灯」は電灯や家電など小型の電子機器を稼働させるための電力。「低圧電力」はエレベーターや給水ポンプ、機械式駐車場などを稼働させるための電力です。新築時に「低圧電力」については「負荷設備契約」を締結しているケースが多くあります。「負荷設備契約」は、建物に設置されている機械のモーター容量の総合計を契約電力として算出する方法です。契約電力によって基本料金が決まります。全ての機械を同時に稼働させたときの最大値となるため、基本料金が高額になる傾向があります。

広島平和記念公園対岸、元安福たもとのオープンカフェ

Caffè Ponte
カフェ・ポント

モバイル会員登録
お食事をする時、ご利用金額に応じてポイントプレゼント。次回のお食事にご利用いただけます。

広島市中区大手町1丁目8-21
☎ 082-247-7471

水を飲む、料理をつくる、お風呂にはいる、髪を洗う、洗顔、うがい、ウォシュレット、ペットの水、花壇への水、日々、いろいろなど使っている水。キッチンで使う水は、その中のごく一部だと気付きます。ご提案するのは、オール浄水。生活に必要な水全てのことを考えたシステムです。

低コスト 月額¥2,980

高品質 安全でおいしい 低塩素 低TDS

実績 30,000件以上

安心 アフターサービス 充実

コンパクト 水道管の規格に設置

料理がとっても美味しく作れます

洗濯物もふんわり色あせも防止

歯磨きや洗顔・洗髪も安全な水で

ペットや花壇にも清潔な水を

お風呂のお湯も安心 お肌や髪にも優しい

宅外に設置するためスペースを取りません

家全体をまるごと浄水! カンタン施工!

月々 ¥2,980 (税込 ¥3,278) で

詳しくはホームページにて ミネラルバンク 検索

http://kaiteki-seikatsu.net/

使用料以外の費用は一切いただきません

初期工事費 無料 取付約30分

定期メンテナンス 無料

フィルター交換 無料

お申し込み・お問い合わせ

AQUA STAND 株式会社アクアスタンド ☎ 0120-55-4213

広島市中区上八丁坂4-1 アーバンビューグランドタワー11F 対応可能時間: 平日9:00-18:00

日本のマンション管理は、さらさらに変わる

● 真に所有者のために
— コストカットにより将来の修繕資金を確保

● 技術者・専門家集団「合人社」の提言

第1の提案 — 管理仕様を見直し、支出を抑える「新合人社方式」

■分譲マンションの歴史（「特別な住まい」から「普通の住まい」へ）

我が国の分譲マンションの歴史は1950年代に遡ります。当初、「特別な存在」であった分譲マンションは、いまや全国に約731万戸（2020年12月現在）。約7世帯に1世帯が分譲マンションに住んでおり、この割合は増加し続けています。分譲マンションに住むことは、いまや「特別な住まい方」ではなく、「普通の住まい方」となりました。

■従来、ときに過剰な管理仕様も

「特別な存在」であった分譲マンションの管理は、「特別なもの」でなければなりません。したがって、マンションデベロッパー各社が競って発売する分譲マンションの管理内容は盛りだくさんのサービスをお客に訴求する傾向がありました。なかには必要のないものまで含まれた、いわば過剰な仕様が「よい管理」とされた面は否めません。

■「新合人社」方式の提案

建築物や建築設備の性能や施工精度は、分譲マンションの歴史がスタートした頃と比べて目を見張るほど向上を遂げて、従来の耐用年数に対する考え方や、それに伴う機器等の点検頻度も大幅に見直すことができます。私たちは、日常の管理業務はかつての「過剰仕様」ではなく、本当に必要な管理項目だけに支出を絞り込むことを提案（「新合人社方式」）します。そのことは、管理組合会計に直接的に好影響を及ぼし、将来の修繕資金を確保し、資産価値を向上させることに繋がります。

第2の提案 — 組員・役員の拘束（人的参加の義務）を軽減する

■マンション管理組合は「コミュニティ」ではないこと

ここで、いま一度「マンション管理組合とは何か」ということをはっきりさせておきたいと思えます。簡単に言えば、「管理組合とは、マンションの敷地・建物の性能の長期的な管理・保存を唯一の目的とした、区分所有者全員で構成する機関」です。マンション管理組合はいわゆる「コミュニティ（地縁社会）」ではありません。町内会や各種親睦団体とは別の概念です。組員は管理費等の支払義務はありますが、それ以上の「人的参加」の義務はありません。

■管理組合の自治 — 共同体（コミュニティ）の幻想？

理事会や総会の運営は現居住者であるボランティアの区分所有者が「共同体の結束」と「すべての構成員が無欲でルールを守る善人」であることを前提とした、濃密な人間関係を形成しながら行うことが余儀なくされています。しかし、近年この前提が当てはまらない事例が多く報告されるようになってきました。

■総会・理事会の在り方 — 「しあわせのシステム」に

当グループでは、土日等の休日に長時間をかけて開催されていた対面で行う理事会や総会の在り方の見直しも提言しています。このような時間と場所と人数を拘束する「組合活動」は役員や組員の負担が大きく、「誰もしあわせにならないシステム」になっているのが現実です。また、居住組員の減少（転居）、組員の高齢化、無関心化と相まって、組合役員の成り手不足が大きな問題となっています。

最終提案 — 第三者に管理者を委託、自由なマンションライフを楽しむ

■求められるマンションの住まい方（生活スタイル）の変化

時代は大きく変化しました。技術革新が大きく進み、無駄を省いたシンプルさ、スマートさが強く求められるようになりました。また、個の尊重、多様性、持続可能性などといった価値観が重視される一方で、コロナ禍を機に人と人の関わりかたも「形式的なもの」から「本質的なもの」へと意識が変わってきました。

■目指すべきは「高級賃貸マンションの住み心地」

そのような時代に求められるマンション管理の在り方は、ボランティア役員をとりまく人的しがらみから解放された、あたたかみ、「高級賃貸マンション」に住んでいるかのような、プライバシーを重視した、自由で洗練された住み心地を目指すべきものと考えられるようになってきました。

■理想の管理方式である「管理者方式」

さらに、当グループが提案しているニューノーマルの最終形態が、「理想の管理方式」といわれている管理会社を組合の管理者とする「管理者方式（第三者管理方式）」です。区分所有者をマンション管理の煩わしさから徹底的に解放し、権利と資産を確実に守り続けるため、「プロ」である「マンション管理会社を管理者とする方式」です。この方式は、近年大手デベロッパーでも特定の高級分譲マンションで採用されはじめています。

当グループは既にこの方式に10年以上の実績を有し、グループの管理マンションのうち、すでに約20%の組合（2021年9月末現在849組合）がその方式を採用され、その割合は日を追って増大しています。また、当社がリプレイス（管理会社の変更）などによって新たに管理を開始した管理組合の約半数が管理者方式を選択、さらに増加する傾向にあります。

今、日本のマンション管理は確実に大きく変化しているのです。



合人社グループ 代表取締役会長 兼 CEO
合人社計画研究所 代表取締役所長

福井 滋

京都大学工学部卒業、同大学院修士課程修了（環境工学）。関西電力建設部技師、広島工業大学助教授を経て、現在（株）合人社計画研究所代表取締役。土木学会・日本建築学会会員。著書：「環境アセスメントの実施手法」（共著、日刊工業新聞社）、「地域農業と資源を考える」（日本農業新聞連載）ほか。

合人社グループ

<https://www.gojin.co.jp>



分譲マンション総合管理業、産業コンサルタント、PPP・PFI事業 株式会社 合人社計画研究所 合人社グループの基幹企業	分譲マンション総合管理業 パナソニックホームズ・合人社コミュニティ 株式会社 パナソニック ホームズ(株)と資本業務提携	分譲マンション総合管理業 メイツ合人社コミュニティ 株式会社 名鉄不動産(株)と資本業務提携	分譲マンション総合管理業 セキスイ合人社タウスマネジメント 株式会社 積水化学工業(株)と資本業務提携
分譲マンション総合管理業 株式会社 ダイイチ合人社建物管理 第一交通産業(株)と資本業務提携	分譲マンション総合管理業 ハウズイング合人社沖繩 株式会社 日本ハウズイング(株)と資本業務提携	分譲マンション総合管理業 株式会社 GHマネジメントサービス (株)フージャースホールディングスと資本業務提携	分譲マンション総合管理業 株式会社 G&G Community (株)グローバル・リンク・マネジメントと資本業務提携
分譲マンション総合管理業 トーマン建物管理 株式会社 合人社グループ連結子会社	大規模修繕・設備工事・設備管理 合人社エンジニアリング 株式会社 特定建設業	建築設備設計・建築設計・設備システム設計 株式会社 エネ・グリーン 一般建築士事務所	クラウドアプリ FlexCRM 発売中 ノイアンドコンピューティング 株式会社 ソフトウェア開発・システム設計

世界遺産探訪


文化が融合した建築物と
自然に囲まれた古都

シントラの文化的景観



標高529メートルの山頂にそびえるペーナ宮殿 写真提供: (広島市) OI

基本情報

国名 ポルトガル
国旗 
通貨 ユーロ
1ユーロ=約128.9円 (10月7日現在)
時差 -8時間 ※サマータイムを考慮



ペーナ宮殿

元は修道院だった建物を、フェルナンド2世が理想の宮殿をつくるため改築。フェルナンド2世の死後、1885年に完成した。



写真提供: レイディアントシティ横濱カルティエ (横浜市) Lea

レガレイラ宮殿

もともとは王族の別荘。19世紀の終わりごろ、イタリアの建築家によって改修された宮殿。庭園にある井戸の中には、迷路のような洞窟が広がっている。



写真提供: レイディアントシティ横濱カルティエ (横浜市) Lea

トリトンの門



門の上部には、海の守護神であるトリトンの装飾が施されている。(写真撮影年: 2003年) (広島市) OI

ムーアの城跡

ムーア人が標高450メートルの山頂に築いた城。アフォンソ1世によって破壊されたが、修復されて現在は城壁のみが残っている。シントラの町を一望できる。

シントラはポルトガルの首都リスボンの西にある都市です。七〜八世紀はイスラム教徒であるムーア人が城や町を築き、支配していましたが、レコンキスタ(国土回復運動)が起こり、一四七七年に初代ポルトガル王のアフォンソ一世によって奪還され、ポルトガルに併合されました。

シントラには複数の様式でつくられた建築物がいくつ也存在しています。町を代表するシントラ宮殿は、歴代の王が趣向を凝らして増改築を繰り返したため、ゴシック、マヌエル、ムデハル、ルネサンス様式が融合しているといわれています。外観は白くシンプルですが、宮殿内はさまざまなテーマの部屋があります。「紋章の間」は宮殿内で最も豪華な部屋で、ドーム型の天井に王家や貴族の紋章が描かれています。宮殿内最大の部屋である「白鳥の間」の天井には、二七羽の白鳥が描かれています。



写真提供: グリーンコーポダ洋版 (横浜市) 杉山さん



写真提供: グリーンコーポダ洋版 (横浜市) 杉山さん

ポルトガル王マヌエル1世や貴族の紋章が描かれています。(写真撮影年: 2017年) グリーンコーポダ洋版 (横浜市) 杉山さん

シントラ宮殿

宮殿内の部屋は、アズレージョと呼ばれるポルトガル・スペイン名産のタイルで装飾されている。



写真提供: グリーンコーポダ洋版 (横浜市) 杉山さん



写真提供: グリーンコーポダ洋版 (横浜市) 杉山さん

写真募集

※写真には、エピソードを添え、撮影年を記載ください。編集の際に一部加工することがありますので、ご了承ください。

- 古代都市ウシュマル(メキシコ)
- ハンザ同盟都市リューベック(ドイツ)
- アラブ・ノルマン様式のパレルモおよびチェファルとモンレアーレの大聖堂(イタリア)
- スオメンリンナの要塞群(フィンランド)
- コトルの自然と文化・歴史地域(モンテネグロ)

応募先 締切:11月5日必着

〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル7階 ウェンディ編集部「世界遺産」係

【応募フォーム】 <https://syuppan.f-form.com/sekai>



【メール】info-01@wendy-net.com

写真提供ありがとうございました。



冷蔵庫の収納術 ~食品の賞味期限切れを回避しよう~

冷蔵庫の奥に眠っていたものが賞味期限切れで使えない…。どこに入れたか分からなくなってしまうものを買ってしまった…。なんて経験はありませんか？冷蔵庫収納に関するポイントをご紹介します。

■冷蔵庫の中身を把握しよう

冷蔵庫は、食品を安全においしく食べるために一時的に保管する食品庫です。食品を入れるときに、収納を工夫して、取り出しやすく使いやすい仕組みにしておくことで食品管理ができるようになります。

どの食品が、どこに、どれだけあるかをしっかりと認識することで食品の回転がよくなり、賞味期限切れをなくすことができます。すっきりした冷蔵庫は使いやすく、料理の短やフードロスの削減にもなります。

■冷蔵庫の中の忘れ物をしつめない

とにかく死角をつくらないことが重要。冷蔵庫は奥行きがあり、高さがない食品が奥に入っていると見えないことも。かごやトレイを使用する、手前には低いもの、奥には高いものを置いて食品を「見える化」します。

■メーカーにより機能や温度が違う

冷蔵庫によってさまざまな機能があるので、上手に活用を、取扱説明書やカタログを確認してみると知らなかった機能や、部屋の特徴が見つかるかもしれません。

例えば、チルドルームは加工食品、乳製品、発酵食品などの保管に、パシシャルルームは肉、魚、作り置きものの保管に適しています。クイック冷凍という機能は、素早く、時短で冷凍できます。

■賞味期限切れの食品をなくそう

賞味期限切れをなくすためには、①いつもの場所を決める ②取り出しやすい工夫をする ③室に合った容器・袋を使用するという三つのポイントが重要。冷蔵庫・野菜室・冷凍室の部屋ごとにポイントを紹介しましょう。

教えてくれた人



時短家事コーディネーター Expert

西村 仍里さん

https://www.cherishsya.com

冷蔵室 -すぐ使うものの保存- fridge

日常的によく使う食品を保存します。回転率を良くするために、ぎゅうぎゅうに詰めるのではなく、余裕を持たせます。ゆとりのある収納は、食品の使い忘れがなくなります。

下段

- ・粉物はまとめることで汚れ防止にも
- ・朝食食品(パンやチーズなど)はまとめる
- ・ラベリングで分かりやすく



上段

- ・目の高さの位置にはすぐに消費する食品を
- ・トレイにはよく使う食品をストック
- ・奥行きのあるプラスチックケースで種類別にまとめる
- ・中身が見える容器で保存

ドアポケット



- ・調味料などはドアポケットに
- ・ドア壁面で吊るす収納

① 場所

食品はカテゴライズして収納場所を決めます。種類別にまとめた食品はいつも同じ場所に、今晚や明日のお弁当のおかず、賞味期限の短い食品は目の高さのよく見える位置に収納。ストック食品の場所も確保。空いているからといって、ほかのものを入れてしまうと、入れる場所がなくなります。

② 工夫

一緒に使う食品や同じ種類の食品は、まとめて収納しラベリング。例えば、ジャムやご飯のお供は一緒にケースなどにまとめます。形がバラバラの瓶などの場合は、見た目もスッキリするため特におすすめ！ ドアポケットは自分流にアレンジ。ポケットの奥の方は取り出しにくく、使い忘れの食品が多くなります。ドアポケットを外して、取り外し可能なフックを取り付けるなどの工夫をして、奥の方の食品を取り出しやすく、使い勝手の良い収納に。

③ 容器

透明の容器は中身が分かりやすく、すぐに消費する調理済食品を保存するのにおすすめ。中身が見えると消費忘れもなくなります。奥行きがあるプラスチックケースでグループ収納します。冷蔵庫は奥のものが取り出しにくいですが、トレイやケースを使用すると奥の食品も取り出しやすく、使いやすくなります。

野菜室 -野菜や果物の保存- vegetable compartment

野菜や果物を保存する部屋です。上段・下段でエリアを決めて、見つけやすい収納にすることで、野菜を使い切ることができます。

上段



- ・下処理した野菜は、鮮度が保持できる容器・袋で保存
- ・ふたを下にして中身が見える収納

下段



- ・下段には大きい野菜を
- ・手前には大きいポトル類、野菜を立てる

① 場所

下処理済み・小物・中物・大物とエリアを決めておきます。野菜を見つかりやすくするために詰め込みすぎないように。

② 工夫

できるだけ野菜は洗ってから収納する、下処理してから収納するなど、すぐに使える工夫を。使い切れそうにない野菜は早めに冷凍室へ移動します。

③ 容器

鮮度保持効果のある容器や袋などを使用します。野菜は2~3日以内に消費するのが理想ですが、大物野菜だと使い切るのに日にちがかかってしまいます。野菜を新鮮に保ってくれるグッズをうまく利用して野菜を長持ちさせましょう。

冷凍室 -長期保存- freezer

食品を長期保存できます。冷凍された食品があると、いざというときに慌てなくて済みます。時短に欠かせない冷凍食品を分かりやすく収納しましょう。

上段



- ・上段には調理済の食品をフリージング用の袋で収納
- ・袋には食品名や日付を記入

下段



- ・下段には冷凍食品や肉、魚を収納
- ・透明の保存容器で乾物などを収納

① 場所

調理済み・冷凍食品などと種類別にエリアを決めておきます。

② 工夫

調理済食品は小分けにして袋で収納。袋には食品名と調理した日付を記入するなど、何が入っているか一目で分かる収納に。下段の食品は立てて収納するとよいでしょう。

③ 容器

立てても中身が見える透明の容器を使います。容器にラベリングをしなくても中身が見え、残量も分かります。

PR

産学官が結集して研究 1g約3,000万円もした夢の成分がついに実用化!

実験 お餅に塗って、
表面の乾き具合で比較!!



「プロテオグリカン」と「ヒアルロン酸」の溶液をお餅に塗り、同じ環境のもとで3時間放置し表面の乾き具合を比べてみました。



あきらめていた
登山を再開!

妻も
驚いています

80歳

萬濃 健様

「年齢だから仕方ない、とあきらめていたのに…本当にびっくり!」「人生を変えてくれた」…全国から、毎日感動のお声が寄せられている「ダイドードリンコの「ロコモプロ」」。今までにない実感の秘密は、研究者たちも注目する期待の新軟骨成分「プロテオグリカン」です。抽出が非常に難しく、以前はとて高価でしたが、弘前大学の研究により量産抽出に成功。ヒアルロン酸以上の高い保水力に、グルコサミンを凌ぐほどのパワーを持つことが実証されました。

画期的なこの成分に、渡り鳥の胸の筋肉に豊富に含まれる筋肉成分「イミダゾールジペプチド」の組み合わせを、実感力にこだわったサプリメント。力強い歩みを応援する成分配合に、1日2粒(目安)と手軽に毎日続けられる粒数も、人気の秘密です。数週間で驚きの実感! 気づいたら普通に歩いていました!

愛用者である80歳の萬濃様は、「ある日、階段で、ギクツ!」と違和感を覚え、趣味の登山どころか日常生活にも苦勞するほどでした。このころから解放されるなら…と半信半疑で飲み始めたんです。違いを感じたのは数週間後くらい。ほんとかかな?と思うくらい調子が良くて、いつの間にか普通に歩いているし、階段も平気。ついに



正座がでなくて
引退も考えました

老舗温泉旅館、不老死温泉の女将西崎様は「お客様の前に出る時は正座が一番多いんです。立つたり座ったり、お膳運びや布団を持ち上げたりと、とにかく曲げ伸ばしが多い仕事で…。脂肪が出るほどぎゅぎゅ引退も考えた頃「ロコモプロ」に出会いました。しばらくすると階段を上る時にトントンと、軽く感じて、難なく正座ができた時には本当に驚きました!」と感動体験を語ってくださいました。

登山も再開しました。横で見ていた妻が、私も飲みたい!と言いついて、今では一緒に飲んでいますよ!とうれしそうに語ります。

新軟骨成分^{#1} × 筋肉成分^{#2}
プロテオグリカン × イミダゾールジペプチド

『ロコモプロ』
 約15日分 通常 2,970円(税込)が
初めての お客様限定 980円(税込)
送料無料

※1世帯1個限り
 ※食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

少量でたしかな実感に
医学博士・阿部氏も注目

実は、よく聞くグルコサミンやコンドロイチンは軟骨成分の「素材」に過ぎません。「プロテオグリカン」は私たちの軟骨にもともと存在する「軟骨成分そのもの」だから、少量でもたしか実感期待できると専門家も注目しています。

「プロテオグリカン」は文部科学省の採択を経て弘前大学で研究が進められた。グルコサミンを凌ぐほどのパワーに、高い保水力、やわらかな力。と、その驚くべきパワーが次々と明らかになる、すばらしい成分です。

※個人の見解です。

三 青森県地域イノベーション戦略支援プログラム プロジェクトディレクター
阿部 馨 医学博士

軟骨の構成成分(水分60%)

プロテオグリカン	12~20%
ヒアルロン酸	4%
II型コラーゲン	68~90%
その他	

※グルコサミン研究4、エド出版、東京、BB-100,2008

お申し込みはコチラ! ▶お電話でお申し込みの方は、キャンペーン番号をお申し付けください。

通話料 無料 **0120-808-363** **5866** 24時間受付

FAX **0120-672-664** **ハガキ** 〒850-0944 青森県青森市中央区水道町8-6 朝日生命ビルNT内
 ダイドードリンコ注文専用センター行

Web 24時間受付

●ご注文から7日前後にお届け。●振込用紙払い(商品到着後14日以内にコンビニ・郵便局にてお支払い)、クレジットカード(発行、WEBのみ)●返品・交換は商品到着後10日以内に0120-606-909まで。お客様理由による返品・交換は商品未開封の場合に限り送料お客様負担にてお受けします。●お客様の個人情報、商品のお届け、決済業務、関連するアフターサービス、商品情報のご案内、及び個人を特定しない形で統計的情報として利用。

ダイドードリンコ株式会社
 注文専用センター
 青森県青森市中央区水道町8-6 朝日生命ビルNT内

DyDo



暑い夏の日、水が嫌いなのにプールに入ってたわが家のワンコ。足が震えていました。

仲良く音合わせ、国営昭和記念公園(東京都立川市)にて。



南州和太(ハク)の演奏会。南州和太(ハク)の演奏会。南州和太(ハク)の演奏会。

焼きナス。IHコンロにしたため直火はできなくなりましたが、秘密兵器の調理用ガスバーナーを導入。



焼きナス。IHコンロにしたため直火はできなくなりましたが、秘密兵器の調理用ガスバーナーを導入。

豊平神社(札幌市)の花手水。水に浮かんでいる色とりどりの花が涼しげ。



豊平神社(札幌市)の花手水。水に浮かんでいる色とりどりの花が涼しげ。



遺産の登録を目指しているらしい。

登戸駅(神奈川県川崎市)構内のどこでも、どこでもドアで出掛けられたらいい。



登戸駅(神奈川県川崎市)構内のどこでも、どこでもドアで出掛けられたらいい。

フォトスタジオでの撮影会に参加。黄色いドレスを着て気分はすっきりお姫さま。



フォトスタジオでの撮影会に参加。黄色いドレスを着て気分はすっきりお姫さま。

自宅のベランダでキウリを作っています。形はへんてこでも、なつてくれたことの感謝でいっぱい。



自宅のベランダでキウリを作っています。形はへんてこでも、なつてくれたことの感謝でいっぱい。

材や日用品の他に、モディで少し明るい気分になりました。



兵庫県佐用郡の古民家カフェに飾ってあったガラス。家もいろいろ感じました。

都井岬(宮崎県串間市)へ。野生の馬がたぐささんで、間近で見ることができました。



都井岬(宮崎県串間市)へ。野生の馬がたぐささんで、間近で見ることができました。

お寺の庭先に咲いていたハスの花。



お寺の庭先に咲いていたハスの花。

夕日がきれいだったので、弟といっしょにトボース。



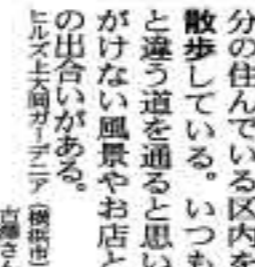
夕日がきれいだったので、弟といっしょにトボース。

九七才の父、マンション購入を勧められてくれた福の神。お陰で良い生活環境を得て日々を楽しんでいる。



九七才の父、マンション購入を勧められてくれた福の神。お陰で良い生活環境を得て日々を楽しんでいる。

家族全員フクチン接種が済んだので、伊豆(静岡県)に日帰り旅行。新鮮な海鮮丼で元氣チャージ!!



家族全員フクチン接種が済んだので、伊豆(静岡県)に日帰り旅行。新鮮な海鮮丼で元氣チャージ!!

出かけることが難しくなってきたので、自分の住んでいる区内を散歩している。いつもと違う道を通ると思いがけない風景やお店の出合いがある。



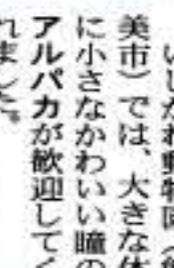
出かけることが難しくなってきたので、自分の住んでいる区内を散歩している。いつもと違う道を通ると思いがけない風景やお店の出合いがある。

友達にももらったサツマイモ。水栽培で元気に成長しました。



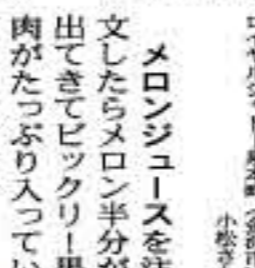
友達にももらったサツマイモ。水栽培で元気に成長しました。

レゼントの100ピースのパズルを完成させました。



レゼントの100ピースのパズルを完成させました。

初めてホットプレートで餃子を焼きました。ぱりぱりに焼けておいしい。いつまでも温かくて良かった。



初めてホットプレートで餃子を焼きました。ぱりぱりに焼けておいしい。いつまでも温かくて良かった。

いろいろ山賊(山口県岩国市)というレストランへ。お祭り雰囲気の中、爽快なメニューが食べられます。



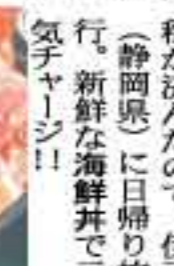
いろいろ山賊(山口県岩国市)というレストランへ。お祭り雰囲気の中、爽快なメニューが食べられます。

二見興玉神社(三重県伊勢市)を参拝してきました。



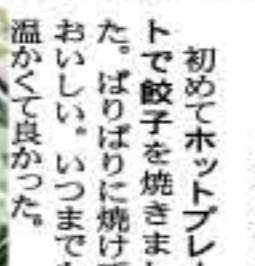
二見興玉神社(三重県伊勢市)を参拝してきました。

家族全員フクチン接種が済んだので、伊豆(静岡県)に日帰り旅行。新鮮な海鮮丼で元氣チャージ!!



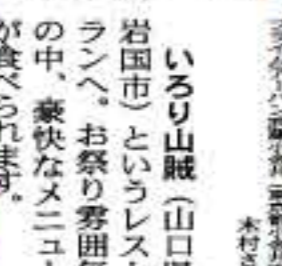
家族全員フクチン接種が済んだので、伊豆(静岡県)に日帰り旅行。新鮮な海鮮丼で元氣チャージ!!

初めてホットプレートで餃子を焼きました。ぱりぱりに焼けておいしい。いつまでも温かくて良かった。



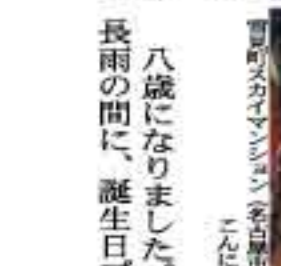
初めてホットプレートで餃子を焼きました。ぱりぱりに焼けておいしい。いつまでも温かくて良かった。

いろいろ山賊(山口県岩国市)というレストランへ。お祭り雰囲気の中、爽快なメニューが食べられます。



いろいろ山賊(山口県岩国市)というレストランへ。お祭り雰囲気の中、爽快なメニューが食べられます。

二見興玉神社(三重県伊勢市)を参拝してきました。



二見興玉神社(三重県伊勢市)を参拝してきました。

緑がいっぱいの、マインの完成品。



緑がいっぱいの、マインの完成品。

スイカを作ってみました。上出来。



スイカを作ってみました。上出来。

かわいさ世界。



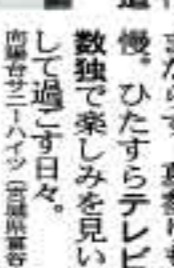
かわいさ世界。

御嶽山麓(長野県)の木曾馬親子。おっとりしていてかわいい。



御嶽山麓(長野県)の木曾馬親子。おっとりしていてかわいい。

近所の海岸でハートの石を見つけました。



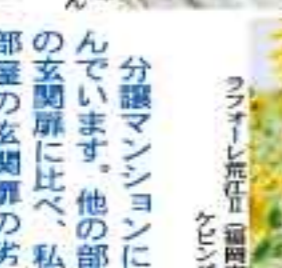
近所の海岸でハートの石を見つけました。

今年も暑かった!! ひまわり三兄弟。



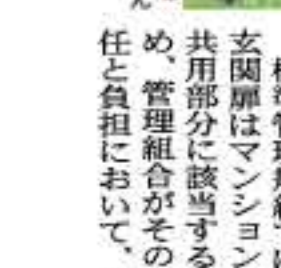
今年も暑かった!! ひまわり三兄弟。

分譲マンションに住んでいます。他の部屋の玄関扉に比べ、私の部屋の玄関扉の劣化が目立ちます。修繕を行いたのですが、費用を付けることはありますか。



分譲マンションに住んでいます。他の部屋の玄関扉に比べ、私の部屋の玄関扉の劣化が目立ちます。修繕を行いたのですが、費用を付けることはありますか。

標準管理規約では、玄関扉はマンションの共用部分に該当するため、管理組合がその責任と負担において、修繕を実施することと定められており、原則、各区分所有者で修繕することはできません。



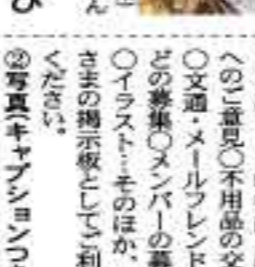
標準管理規約では、玄関扉はマンションの共用部分に該当するため、管理組合がその責任と負担において、修繕を実施することと定められており、原則、各区分所有者で修繕することはできません。

記事募集



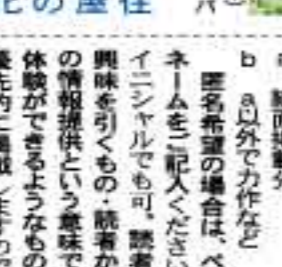
記事募集

記事募集



記事募集

記事募集



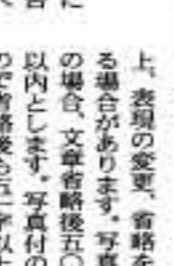
記事募集

記事募集



記事募集

記事募集



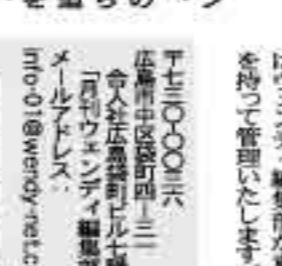
記事募集

記事募集



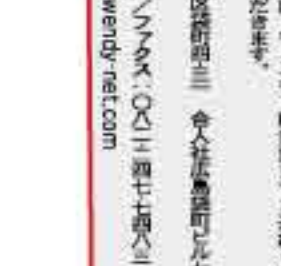
記事募集

記事募集



記事募集

記事募集



記事募集

Advertisement for Viewic Cosmetics featuring 'CCホワイトセラム' and '化粧水・クリームセット' with a 30% discount. Includes contact information and a QR code.

ソワソワ モジモジ つら～い悩み が ピタッ!?

全国から よろこびの声が!

※発売前モニター調査 (回答数175)

しっかり出しきる!



1回にチョロっとしか出せず、残っているイヤな感じが続いて…。電車やバスの中で**何度も真っ青**になりました。でも「南国牡丹」を飲んだらしっかり出しきれるように。大好きなコーヒーも気にせず飲みちゃうのよ!

大阪府 前住世子さん(69歳)

何度も行かずにすんだ!

夜中に5回も6回も駆けこんでいたのが、いまはたった**1回**。ほんとうにビックリです。こんなにからだに合うとは思わなかったね。

千葉県 79歳 男性

1日たった1粒!

ノコギリヤシもカボチャ種子も試したけど、この「南国牡丹」は**ちがいました**。1粒でいいから飲むのも楽です。

静岡県 88歳 女性



安心して出かけられます

東京都 79歳 女性

男性も女性も!

以前は間に合わないこともありましたが、夫婦そろって**回数が減った**んです。おかげでバスツアーや温泉も楽しんでいます! 人生得した気分です。

大阪府 66歳 女性

100歳、夜中に起きません

歳とともに回数が増えて仕方がないとあきらめていましたが、飲んだらビックリ。すぐに追加注文しました(笑)。いまでは**夜中、一度も起きずにぐっすり休めて朝から元気**。大変助かっております。

広島県 100歳 男性

からだが若返ったみたいだよ!

福井県 65歳 男性

驚異のスピード実感



北海道 斉藤芳雄さん(78歳)

2時間おきにソワソワして、夜はベッドから何度も起きて…。それが**何粒も飲まないうちに、ちがいを感じた**んだ。もう夜もぐっすり、車での移動だって怖くないよ。粒が小さくて1粒でいいし、何より安いのがうれしいね。

キレ 漏れ 回数 もうだいじょうぶ!

主原料は屋久島原産の野草「ボタンボウフウ」。豊富に含まれるイソサミジンというスッキリ成分を、飲みやすい小さなソフトカプセルに凝縮しました。

380万袋突破!



1日目安: 1~2粒

スッキリ野草 なんごくぼたん
南国牡丹

(30粒入り/約1ヵ月分) 通常価格 2,160円(税込)

とくとくコースなら

初回からずっと**10%OFF!**

1,944円(税込)

とくとくコースで3袋ご注文なら **5,832円!**

送料 無料

ここが新しい! 4つのポイント

男女兼用 **1**

スピード実感 **2**

1日たったの1粒(目安) **3**

お手ごろ価格 **4**

※1日2粒コースは、毎月、あるいは2~3ヵ月ごとに一度、ご利用ペースに合わせて定期的にお届けするサービスです。●1つでも変更・休止が可能です。1日2粒コースは続けてご利用の際は必ずご指定ください。

【送料について】希少な原料を使用するため数に限りがございます。今回は、お一人様3袋までとさせていただきます。

樹齢3000年を超える縄文杉、太古の美しい自然で知られる屋久島。独自の生態系を守ってきたため、他の地域では見られない不思議な野草が数多く生息。その多様さから「東洋のガラパゴス」とも呼ばれている。

海沿いの岩場にひっそりと自生するのがスッキリ野草「ボタンボウフウ」だ。あまり馴染みのない野草だが、一躍脚光を浴びたのは数年前。産が育んだ、不思議な力を助けてくれることが近年、明らかになった。世界遺産が育んだ、不思議な力を持つ野草なのだ。



▲屋久島の象徴「縄文杉」。この原生林は特別天然記念物にも指定されている

屋久島探訪

世界遺産が育んだ
不思議なスッキリ野草とは

▼もうひとりで悩まないで! 「南国牡丹」のご注文はコチラ▼

0120-37-8353

FAX 0120-37-8354 [24時間受付]

インターネット <https://www.yasoukouso.com/>
〒070-0031 北海道旭川市一条通8-108 9F
有限会社 野草酵素CS「ウェンディ」係

FAXはがきでお申し込みの場合、商品名・数量・ご希望のコース(定期お届け、または1回限り)・お届け用期(定期お届けのみ)・住所・氏名・電話番号をご記入の「ウェンディ」を明記の上ご返信ください。

●送料は全国一律250円。●お支払いは郵便局コンビニで利用できる振込用紙で7日以内に。●お届けはご注文から1週間前後でポストにお届けします。●返品は未開封に限り商品到着後8日以内。(手数料お客様負担)※取付したお客様の個人情報、商品発送および関連情報のご案内のためだけに利用いたします。〒150-0002 東京都渋谷区渋谷2-1-6 (有) 野草酵素