

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442号

Wendy

www.wendy-net.com

FUYO LEASE

芙蓉総合リース株式会社

本号の記事

| | |
|--|----|
| ニコススポット 新築マンション価格七・八%上昇 過去最高六五五六万円 | 4 |
| マンション管理組合奮闘記 未来を見据え、 管理体制のアップデート | 4 |
| ちよつと拝見 グランドハレス南大分 | 5 |
| 私の体験 透かしブロックの旅 日本からオーストラリアまで、 失われゆく模様を追いかけて | 6 |
| 地域再生を考える 若者がいないまちに若者を取り戻す 富山市のまちなか学生シェアハウス「T1」 | 7 |
| 世界遺産探訪 | 8 |
| この人に注目 温泉の力で地域をつなぐ アナウンサーの経験を生かした旅館再生 | 11 |
| 読者の広場 | 15 |
| カフェ・ポんテが 公開するレシピ | 10 |
| 頭の体操 | 18 |

Ms Wendy
in
this month

「俺の原稿を女に読ませるな」 TBS初女性キャスター、報道最前線へ

フリーアナウンサー・キャスター

吉川 美代子さん



吉川美代子さん (吉川美代子/©WENDY)

◆音楽のある家庭で育ち、きれいな言葉に憧れた私は昭和二十九年、横浜で生まれました。父は中学校の音楽教師、母は当時まだ珍しかったピアノ教室を自宅で開いていました。

きょうだいはなく、一人っ子です。だからといって一人で寂しい思いをすることもなく、本を読むのが好きで、子どもの頃からたくさん本を読んでいた。しつこく関しては両親とも厳しく、甘やかされた記憶がありません。子どもながらにきちんと礼儀正しく、勉強も好きで、学校では常に優等生、親から見れば手のかからない子どもだったと思います。

アナウンサーという職業を認識したのは小学生のときです。昭和三〇年代はテレビよりラジオが娯楽の中心。音楽番組、インタビュ番組もあり、司会も今のようにタレントさんがやるのではなく、きれいな標準語を話すアナウンサーが担当していました。「私もこんな人になりたいな」と思いつつ、誰に聞かせるでもなく朗読に励んでいたことを思い出します。

◆私の人生を決めた山本アナのひと言
中学校では迷わず放送部へ入部し、部長になりました。そんなある日、憧れが目標に変わる出来事がありました。TBSラジオで昭和二十八年から現在にわたって放送している「こども音楽コンクール」にわが校の吹奏楽部が出演することになり、私が部の紹介役を務めることになったのです。

◆女性初のキャスター
しかし風当たりは強くアナウンサーになったからには、やはりニュースを伝えたい。報道番組を担当したいと思っていました。しかし、当時の放送局は完全に男性社会。女性アナウンサーが担当していたのは、ラジオの子ども向け番組の司会やワイドショーのアシスタント、テレビは天気予報くらいで、報道はすべて男性の仕事でした。

私は山本さんから引き継いだ「こども音楽コンクール」の司会の傍ら、大沢悠里さんがパーソナリティーのラジオ番組のアシスタントをしていました。もちろんやりがいのある仕事でしたが、「報道をやりたい」という思いは隠さず、周囲にも伝えていました。

◆音楽のある家庭で育ち、きれいな言葉に憧れた私は昭和二十九年、横浜で生まれました。父は中学校の音楽教師、母は当時まだ珍しかったピアノ教室を自宅で開いていました。

きょうだいはなく、一人っ子です。だからといって一人で寂しい思いをすることもなく、本を読むのが好きで、子どもの頃からたくさん本を読んでいた。しつこく関しては両親とも厳しく、甘やかされた記憶がありません。子どもながらにきちんと礼儀正しく、勉強も好きで、学校では常に優等生、親から見れば手のかからない子どもだったと思います。

アナウンサーという職業を認識したのは小学生のときです。昭和三〇年代はテレビよりラジオが娯楽の中心。音楽番組、インタビュ番組もあり、司会も今のようにタレントさんがやるのではなく、きれいな標準語を話すアナウンサーが担当していました。「私もこんな人になりたいな」と思いつつ、誰に聞かせるでもなく朗読に励んでいたことを思い出します。

◆私の人生を決めた山本アナのひと言
中学校では迷わず放送部へ入部し、部長になりました。そんなある日、憧れが目標に変わる出来事がありました。TBSラジオで昭和二十八年から現在にわたって放送している「こども音楽コンクール」にわが校の吹奏楽部が出演することになり、私が部の紹介役を務めることになったのです。

◆女性初のキャスター
しかし風当たりは強くアナウンサーになったからには、やはりニュースを伝えたい。報道番組を担当したいと思っていました。しかし、当時の放送局は完全に男性社会。女性アナウンサーが担当していたのは、ラジオの子ども向け番組の司会やワイドショーのアシスタント、テレビは天気予報くらいで、報道はすべて男性の仕事でした。

私は山本さんから引き継いだ「こども音楽コンクール」の司会の傍ら、大沢悠里さんがパーソナリティーのラジオ番組のアシスタントをしていました。もちろんやりがいのある仕事でしたが、「報道をやりたい」という思いは隠さず、周囲にも伝えていました。



5歳の頃、両親と

日本のマンション管理は **変わる**

合人社グループ www.gojin.co.jp

合人社計画研究所、パナソニックホームズ・合人社コミュニティ、セキスイ合人社タウンマネジメント、オープンハウス合人社コミュニティ、ダイイチ合人社建物管理、メイツ合人社コミュニティ、ハウズイング合人社沖縄、ハウズイング合人社北海道、トーメン建物管理、K.L合人社、沖縄合人社、ワークス合人社、デュアルトップ合人社ビルマネジメント、STAR合人社、レイシヤス合人社、シンエイ合人社建物管理、GHマネジメントサービス、琉球くるる合人社、G&G Community、9GATES合人社、RENOSY合人社、PG Building Management

現発行部数1,100,000部 (月刊ウェンディ (全国版) 1,000,000部・442号) / (ウェンディ広島100,000部・292号)

バイセル

テレビCMでおなじみ!
ハナハナハナ
買取はバイセル 878787~



着物・帯

高価買取します!

出張料・査定料 **無料**

1点からOK

お断りOK

現金即払い



3月抽選対象
3月1日~3月31日
のご成約で!

抽選で 買取金額 **5倍**



※本キャンペーンは毎月実施する常設のキャンペーンです。※対象の毎月1日~末日にご成約された方のお買取額にて一律に5,000円以上ご成約の方を毎月抽選を行い、ご成約された方の中から最大25名様に買取金額を含めて5倍の金額を還元いたします。※1回の当せんにつき、10万円を還元額の上限といたします。※当せん者には郵送にてお知らせいたします。※クーリング・オフを申請された方は対象外となります。※ご訪問日は混雑状況によりご希望の日曜に添えない場合がございます。※本キャンペーンは予告なく変更・終了となる場合がございます。

買取実績



以前着ていた辻が花など数点で
165,000円

着物・帯・小物

153,600円

東京都 葛飾区 / 80代 / 女性

帯

90,000円

宮城県 仙台市 / 80代 / 女性

着物・テレカ・ブランド品など

61,000円

埼玉県 春日部市 / 70代 / 女性

着物・帯

60,400円

長野県 長野市 / 70代 / 女性

着物・帯

42,000円

兵庫県 西宮市 / 50代 / 男性

着物・帯・反物・ブランド品

40,000円

福岡県 北九州市 / 50代 / 女性

着物・帯

28,000円

熊本県 熊本市 / 60代 / 男性

帯・時計・カメラなど

12,000円

千葉県 千葉市 / 50代 / 男性

着物・レコード・宝飾品など

12,000円

群馬県 宇都宮市 / 50代 / 女性

着物・帯

9,500円

石川県 金沢市 / 60代 / 男性

他社で断られても諦めないでください!
バイセルなら買い取れるかもしれません!



上記のようなお品物もお気軽にご相談ください。

お客様のうれしい声

捨てるのも忍びないなって話したら
引き取ってくれたので本当にありがた
かったし助かりました。最初から好印象で
したし、心配なことがなくなって早く電話
すればよかったなって思いました。

千葉県 / 70代 / 女性

丁寧にみてくださって金額にも納得でき
ました。遠方まで来ていただいてありが
たかったです!
価格についても1つずつ丁寧に説明
してくれました。

岡山県 / 60代 / 男性

サービスの質で選ぶなら…バイセル!

3つの安心宣言

- ① ご家族のご同席を積極的に推奨しております。
- ② 玄関での査定も可能です。
- ③ 査定額にご納得いただければ、お断りいただいても構いません。

キャンペーン対象商材例 **着物 毛皮 レコード 切手 古銭 金券 お酒 ブランド品 時計 貴金属 骨董品**

※買取実績はあくまで一例です。状態によっては、ご希望の金額に添えないものや、お値段が付かないものもございます。※買取実績画像は商品の一部です。※未成年者からの買取はできません。(成年の方でも20歳未満の方からの酒類の買取はできません)※買取をご希望される場合、法に基づき「委託免許証」「マイナンバーカード」などのご本人確認書類を査定士にご提示ください。※お支払いは内容によって振込対応となる場合もございます。※掲載しているお客様の声の内容は個人の感想です。※季節事情または地域により出張査定や即日での対応が難しい場合もございます。※内容により宅配査定・店舗査定をご案内する場合がございます。



抽選で買取金額5倍の3月抽選は
3月31日までの成約が対象です!
こちらの番号へお電話ください

【月刊Wendy専用フリーダイヤル】

0120-638-499

お断りいただいた後のご質問・ご相談をはじめ、クーリング・オフに関するお問い合わせはこちら【お客様相談室】0120-915-164 受付時間 9:00-18:00 (土日祝日も受け付けております)※当社が定める年末年始休暇を除きます。※運営：株式会社BuySell Technologies 〒160-0004 東京都新宿区四谷4-28-8 PALTビル【東京都公安委員会】古物商許可番号：第301041408603号

※当社査定士は、毎朝の検温・マスク着用・手指消毒など感染症対策を実施しております。※査定環境により、マスクの着用をご相談させていただく場合がございます。

【ウェンディ50】

ちよよと拝見

管理組合に聞きました

「役員選出の負担から解放されました」

管理の新しいかたちたち管理者方式

グランドパレス南大分



グランドパレス南大分 建築概要 2002年2月竣工 鉄骨鉄筋コンクリート造 地上8階建 総戸数 33戸 大分市畑中3-2-38 事業主 第一交通産業



エントランス



マンション南側。公園が隣接しているため、日当たりが良好



マンションからの景色

中、不動産会社から紹介された現在のマンションを借りておりました。そうした状況の中、「管理者方式」を管理会社である合人社計画研究所(以下、合人社)からの提案をききつけに初めて知り、役員を選出する必要がなくなったため、選出に関係する手間や時間が大幅に削減されました。理事を削減されたため、管理組合の運営が楽になりました。理事を削減されたため、管理組合の運営が楽になりました。理事を削減されたため、管理組合の運営が楽になりました。

マンション購入までのお話をお聞かせください。マンション購入を検討し始め、二つほど物件を見ましたが、どちらも決め手に欠けていました。そんなとき、友人から「管理方式が重要だ」という話を聞きました。友人は、友人から「管理方式が重要だ」という話を聞きました。友人は、友人から「管理方式が重要だ」という話を聞きました。



第22期理事長 紺田 優子さん 公務員、趣味は読書や映画鑑賞、推し活も楽しんでおり、遠方へ足を延ばすことも、最近ではタロット占いも始め、趣味の幅が広がった。(写真は管理方式移行時の担当である河野フロント)



フロント担当 佐伯 奈津江さん(40) 管理会社 合人社計画研究所 担当スタッフ紹介

「分譲マンション管理」 対策は万全ですか? 合人社グループ 合人社計画研究所 www.gojin.co.jp

今日は何の日? 3月24日 連子鯛の日 3月27日 さくらの日 4月3日 日本橋開通記念日 4月6日 城の日 4月8日 ヴィオラスの日

給湯器の設備 マンションの設備 ガスと電気を上手に生かし 効率的にお湯を沸かす「ハイブリッド型」もあります。

給湯器の設備 マンションの設備 ガスと電気を上手に生かし 効率的にお湯を沸かす「ハイブリッド型」もあります。最新の給湯器は、お湯を沸かすだけでなく、お湯を貯めておくこともできます。また、お湯を沸かすだけでなく、お湯を貯めておくこともできます。

基本情報

国名 **アイスランド** 国旗 
 通貨 **アイスランド・クローナ**
 100アイスランド・クローナ
 =125.7円(3月6日現在)
 時差 **-9時間**



世界遺産探訪
火山と氷河が
織りなす奇跡

ヴァトナヨークトル国立公園

ヨーロッパ最大のヴァトナヨークトル氷河。アイスランド語で「湖の水河」の意。水河の下には火山があり、周辺には水河湖がある

景観を堪能するアクティビティ

スノーモービル



小型雪上車で水河を駆け回ることができる。免許が必要。

写真提供：ライオンズマンション春日井駅前(埼玉県春日井市) えみりん

クルージング

クルーズ船から氷塊が浮かぶ風景を眺めることができる。



氷河クルーズへ。(写真撮影年：2017年) 観音堂地(愛知県瀬戸市)の浅野さん

氷の洞窟ツアー

氷河の中や氷河の下にできた洞窟。雪の圧力を受けてできた内部の氷は非常に密度が高く、太陽光の青い光のみを通すため、内部は輝くように青い。



辺り一面、空も地面も真っ白で、GPSを頼りにドライバーさんがジープを運転して連れて行ってくれました。氷の洞窟はそんな白とは対照的な透き通る美しいブルーがとても印象的でした。(写真撮影年：2019年) ライオンズマンション鎌倉(神奈川県鎌倉市)の山田さん

■火山を抱く水河
北大西洋に浮かぶ島国、アイスランド。国土の約14%を占めるのがヴァトナヨークトル国立公園です。「火と氷の国」と呼ばれるアイスランドを象徴する場所です。公園には、その名の由来となったヴァトナヨークトル氷河があります。面積は広島県よりやや小さい約81,000km²で、ヨーロッパ最大の氷河です。氷河は最も厚いところで約1kmあるといわれています。公園内には10座の火山があり、そのうち8座は氷河の下に存在し、2座は現在も活発な活火山です。

■変わりゆく景観
氷河が拡大したのは一八世紀末までで、その後は地球温暖化の影響で減少の一途をたどっています。現在、ヨークルスアウルクン氷河湖には氷の塊が浮かぶ光景が見られますが、これは氷河が溶けて湖へと崩れ落ちているためです。100年前には見ることのできなかった景観だといわれています。

ヨークルスアウルクン氷河湖

ヴァトナヨークトル氷河から崩れ落ちた巨大な氷塊が水面に浮かぶ姿は「アイスランドの至宝」とも呼ばれる。



旅行仲間5人でレンタカーを借りてアイスランド一周。(写真撮影年：2015年) 東峰マンション(東京都東大塚区)のTraveling Freeman

フィヤトルスアウルクン氷河湖

ヴァトナヨークトル氷河の末端に位置している。



写真提供：東峰マンション(東京都東大塚区)のTraveling Freeman

黒砂海岸

氷河湖から流れた氷塊が打ち上げられる黒い砂浜は細かく砕かれた火山岩。



黒い砂浜に水色の氷河の塊。白くない砂浜がとても不思議。(写真撮影年：2019年) ライオンズマンション鎌倉(神奈川県鎌倉市)の山田さん

クバンナダールス山

標高2109mのアイスランドの最高峰。大部分を氷河に覆われている。氷河トレッキングなどが人気。



写真提供：東峰マンション(東京都東大塚区)のTraveling Freeman

「分譲マンション管理」
対策は万全ですか？
 理事会は！専任！専任！専任！専任！
 管理会社は！委託料の値上げ！撤退！
 組合会計は！赤字！積立金不足！
 大規模修繕！工事の備えは！？
「合人社」は提案します

合人社グループ
合人社計画研究所
www.gojin.co.jp

写真募集

- 古都ビガン(フィリピン)
- リオデジャネイロ:山と海の間のカリオッカの景観(ブラジル)
- ルクセンブルク市:その古い街並みと要塞群(ルクセンブルク)
- ジェノヴァ:レストラテ・ヌオーヴェとバラツィ・ディ・ロリ制度(イタリア)
- 古代都市テーベとその墓地遺跡(エジプト)
- アヴィニョン歴史地区:法王庁宮殿、司教官運送地帯群及びアヴィニョン橋(フランス)

※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。

応募先 締切:4月6日消印有効
〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル6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/sekal>

【メール】 info-01@wendy-net.com

写真提供ありがとうございました。



暮らしにプラスするヒント

いつものレシピに「混ぜるだけ」

ハンバーグのタネにひじきを混ぜたり、ポテトサラダにあおさを加えたりと、いつものメニューに「藻」を少し足すだけで、食物繊維やミネラルなどの栄養価がぐんとアップ!



「ちょい足し」を定番に

卓上に青海苔、刻み海苔を常備して、納豆、うどん、パスタにバラリと掛けるだけ。味噌汁に、乾燥わかめをポンと入れるのも。



忙しい時や外食には「お守り」を

「今日は野菜が足りないな」「外食続きで栄養が偏っているかも」という時は、クロレナやユーグレナの微細藻類のサプリメントを活用して。カバンにしのばせておけば、まさにポータブルサラダ! 忙しい毎日の心強い「栄養のお守り」になってくれます。



藻活プロジェクト
「藻」の魅力を広める取り組みが会社の柱を起す。「藻類」に関わる企業や人々と連携する「藻活プロジェクト」へと発展。藻類の魅力を伝え、もっと食卓に取り入れてもらうことを目的とし、多業種が一体となり活動している。



食卓に海の恵みをプラス

藻が、つくる、わたしの整う毎日

日本は藻類パラダイス

藻類とは、海中などに生息し、光合成を行う生物の総称です。主に「大型藻類」と「微細藻類」に分けられます。それぞれ異なる栄養素や働きを持っています。

《大型藻類》

「わかめ」「昆布」「もずく」など、肉眼で見ることが出来る海藻類。日本では縄文時代から食べられていた身近な食材。

《微細藻類》

「マイクロメートル」〜「ミリメートル」ほどの非常に小さな藻類。「ユーグレナ」「クロレナ」など、健康食品として利用されることが多い。

藻類は、私たち日本人の暮らしに深くなじんでいます。西田さんは「近所のスーパーに行くだけで、〇種類以上の藻類に出会えます」と話します。普段から食卓にのぼる「わかめ」「昆布」「海苔」「ひじき」はもちろん、パックで手軽に食べられる「もずく」「めかぶ」、香り豊かな「あおさ」「青のり」、さらにデザートに使われる「寒天」も藻類の仲間です。サプリメント「コーナ」に目を向ければ、「クロレナ」や「ユーグレナ」を配合した商品も並んでいます。「意識して見てみると、その種類の多さにきつと驚かすぞ」と西田さん。

食物繊維が豊富で低カロリー!

藻類は、種類ごとに異なる栄養や健康効果を持っています。なかでも

共通しているのは、食物繊維が豊富であること。さらに、鉄やカルシウム、マグネシウムなどのミネラルも多く含まれています。加えて、低カロリーでヘルシーな点も人気の理由の一つです。

頭張りすぎず今の暮らしにプラスする

古来より食卓にのぼってきた身近な藻類の価値が、いま改めて見直されています。藻類を食べて健康的な生活を目指す「藻活」という言葉も生まれました。藻活と聞くと、何か特別なことを

始めなければと身構えてしまいがちですが、西田さんは「毎日少しずつ、いろいろな種類の藻類を少しずつほしい」と話します。体に良いものでも、それだけに偏らず、藻類を上手に取り入れたバランスの良い食生活が大切なのだそうです。

近年の研究では、日本人の腸内細菌には藻を分解する特殊な酵素を持つものがあることも分かっています。「日本人にとって藻類は相性がよく、いわば理想的な腸活ともいえます。古来の知恵を生かし、自分や大切な人の健康を守ってほしいですね」と西田さん。無理をせず、今の暮らしに少しプラスする。それが藻で健康的に暮らし第一歩です。



| | | |
|-----------|---|--|
| 大型藻類 (海藻) | わかめ 食後の脂質や血糖値の上昇を抑え、腸内環境を整えてくれる強い味方! | 昆布 豊富な食物繊維でおなかすっきりカリウムがむくみ予防に役立つ。 |
| | もずく アコイタンによる免疫力UP、血栓防止やコレステロール低下へ期待。 | 海苔 鉄分や葉酸で貧血を予防。ごはん以外の相性も抜群! |
| | 寒天 低GIで血糖値の上昇を抑え、豊富な食物繊維で腹持ちもばっちり! | |
| 微細藻類 | ユーグレナ 59種類の栄養とパラミロンで、栄養バランスや睡眠の質を整える。 | クロレナ 必須アミノ酸で栄養を補いつつ、重金属などのデトックスを促進。 |
| | スピルリナ アミノ酸バランスに優れ、抗酸化作用で若々しさをキープ! | オーランチオキトリウム 豊富なDHAで血液サラサラ! 鮮やかな色が特徴。 |

※ 藻活® は(株)ユーグレナの登録商標です。

ねばとろアカモク納豆和えサラダ

調理時間5分

アカモクと納豆のねばねば食感が楽しい! アカモクと納豆のネバネバ成分には食物繊維が含まれ、毎日のスッキリ感や健やかな食生活をサポート♪



材料(2人分)

納豆(小粒)タレつき…2パック(45g×2)、アカモク…80g、ごはん(炊飯したもの)…お茶碗2杯分(150g×2)、刻みねぎ(お好みで)…適量、ドレッシング(和風しょうゆ)…大さじ2

- ① ボウルに納豆と添付のタレを入れてスプーンでよく混ぜ、粘りがでたら、アカモク、ドレッシングを加え、混ぜ合わせる。
- ② 器に温かいごはんを盛り、その上に①を乗せたらお好みで刻みねぎをトッピングする。

わかめの白あえ たっぶり海苔のせ

調理時間15分

ミネラルを含む海藻を使った日々の食卓に取り入れやすい一品です。



材料(2人分)

絹豆腐…150g、乾燥わかめ…3g、にんじん…15g、焼海苔…1/2枚、ドレッシング(和風しょうゆ)…大さじ2

- ① 豆腐をホイッパーで滑らかにつぶし、乾燥わかめを加え10分置く。にんじんは細切りにする。
- ② ①にドレッシングを加えて和え、器に盛りつけ、ちぎった海苔のをせる。

塩昆布とクロレナごはん

調理時間15分(+炊飯時間)

昆布のミネラルとクロレナに含まれるビタミンやミネラルといった多様な栄養素を組み合わせた、風味豊かな一品。



材料(2人分)

米…1合、クロレナパウダー…小さじ1/4、卵…1個、塩昆布…10g、ドレッシング(和風しょうゆ)…大さじ2

- ① 米を洗い、通常の白米よりも水をやや少なめにして炊飯する。
- ② ドレッシングにクロレナパウダーを加えよく混ぜておく。
- ③ 卵を溶き、炒り卵を作る。
- ④ 炊き上がったごはんに、②、塩昆布を加えよく混ぜ、③を入れ、おにぎりを作る。

海のミネラルとりんごのさわやかサラダ

調理時間15分(+冷却時間)

海藻ミックスに含まれるミネラルとりんごのポリフェノールやビタミンCは毎日のきれいづくりをサポートしてくれる組み合わせです。



材料(2人分)

りんご(ふじ)…1/4個(70g)、海藻ミックス(乾燥)…8g(水戻し後60g)、ドレッシング(和風しょうゆ)…大さじ2

- ① りんごはくし形切りにした後、そのくし形をさらに厚さ5mmほどのいちよう切りにして電子レンジで加熱する。(目安:600Wで1分)加熱後冷蔵庫で冷やしておく。(目安:1時間)
- ② 海藻ミックスは水(氷水がおすすめ!)で戻してからキッチンペーパーで水気をよく切る。
- ③ ボウルに①、②とドレッシングを加えてよく混ぜ合わせる。
- ④ 器に③を盛り付ける。

黒と紫のビューティーサラダ

調理時間15分

和風ドレッシングでさっぱり仕上げ、シャキシャキのキャベツとひじきの食感が楽しい一品。ひじきは鉄分が多く、毎日の食生活にも取り入れやすいのでおすすめ♪



材料(2人分)

紫キャベツ…40g、塩…ひとつまみ、ひじき(ポイル)…70g、ドレッシング(和風しょうゆ)…大さじ2、フライドオニオンやナッツ(お好みで)…適量

- ① 紫キャベツは3mm幅の細切りにし、塩をふって軽くもんで水分をだす。(目安:5分)軽くさっと洗って、キッチンペーパーで水気をよく切っておく。
 - ② ボウルに①、ひじき、ドレッシングを加えよく混ぜ合わせる。
 - ③ 器に②を盛りつけ、お好みでフライドオニオンやナッツをトッピングする。
- 作り置きにもぴったり!

この人に注目

温泉の力で地域をつなぐ アナウンサーの経験を生かした旅館再生

温泉ジャーナリスト・ホテル旅館コンサルタント

植竹 深雪さん



植竹 深雪 温泉ジャーナリスト・ホテル旅館コンサルタント
温泉の持つ魅力や美肌力等に魅せられ、国内外3,950箇所以上1,600泊以上ほぼ自費で宿泊する大の温泉好き。現地に何度も足を運び、温泉全般、旅館、ご当地グルメなどにおいて温泉施設や旅館経営者へ綿密な取材のうえメディアに発信。情報番組のコメンテーター、雑誌連載において利用者目線のわかりやすい解説は、各業界からの信頼も厚い。著書に『おとなひとり温泉旅』のススメ(三笠書房)ほか。https://uetakemiyuki-onsen.com

■自分の言葉で伝える
という点
温泉ジャーナリストとして、旅館再生コンサルタントとして、私前に立ち、視聴者に直ぐに自分の言葉で伝えてきました。あの頃に磨いた「自分の言葉で、足を運んで自分の目で取材して、原稿を作成。その後、アナウンサーとしてカメラの体を癒やし、人を元気づけ、さらに地域をつなぐ」ということを実感しながら仕事をしています。

私の今のスタイルの原点は、岩手の放送局でアナウンサー兼記者として勤務したことから始まりました。地元テレビ局で、事件取材から地域ニュースまで、休みのたびに湯巡りして、自分の言葉で、足を運んで自分の目で取材して、原稿を作成。その後、アナウンサーとしてカメラの体を癒やし、人を元気づけ、さらに地域をつなぐ」ということを実感しながら仕事をしています。

■温泉好きがコンサルへの道を開く
転機は二〇二一年の東日本大震災でした。当時、私はすでにフリーアナウンサーとして活動していましたが、

震災の影響で一時的に仕事がストップ。そんな中、縁があって、温泉好きが高じて知り合った方から「旅館の再生を手伝ってほしい」と依頼されました。最初は「温泉が好きだから」といって、業務委託の依頼が来ました。その時、地元の純粋な気持ちで引き受けたのが、コンサルタントとしての第一歩。隠れた名湯を紹介するときは、「この湯に浸かると、肩の力が抜けて、日常の疲れが溶けていく感覚」や「付度なしで本当に感動した温泉」など具体的に伝えることを心がけています。

■現場に赴くというところが重要
マーケティングの面では、観光地の魅力を伝えることを心がけています。

外部の目で新鮮に引き出すお手伝いをしています。SNSを活用したキャンペーンやブラッシュアップ支援で、地域では集客が倍近くなりました。最初は「温泉が好きだから」といって、業務委託の依頼が来ました。その時、地元の純粋な気持ちで引き受けたのが、コンサルタントとしての第一歩。隠れた名湯を紹介するときは、「この湯に浸かると、肩の力が抜けて、日常の疲れが溶けていく感覚」や「付度なしで本当に感動した温泉」など具体的に伝えることを心がけています。



TOKYO FMの「SUNDAY'S POST」に出演。温泉の話題はもちろん、今の活動の原点である岩手への感謝をつづった手紙を読んだ。



土湯温泉 はるみや旅館 (福島市) の雪見露天風呂



湯宿温泉 太陽館 (群馬県みなかみ町) の貸切風呂



飯坂温泉 福住旅館 (福島市) の年末年始限定りんど風呂

今も、集客アップを目指した温泉地を支援するため、オンラインセミナーを開いたり、デジタルPRの手法を指導したりしています。忙しい毎日の合間に、心をリセットできる場所を、もっと身近に感じてほしいという気持ち。温泉の力で、地域を、そして人々を元気にしていく。それが私のライフワークです。

お菓子の豆知識 フレンチトースト



たバゲットなどを指し、それらを再びおいしく食べるための知恵から生まれた料理です。バゲットやブリオッシュが使われることが多いのも特徴です。イタリアではチーズを挟んで卵液を付けて焼くものもあり、スペインでは卵液にシナモンやオレンジの皮、時に白ワインなどを加え、オリーブオイルで揚げた作りのスターの定番料理です。香港では揚げ焼きした、バターをのせて食べるスタイルが一般的で、ピーナッツバターなどを挟んだものもあるそうです。アメリカではシロップをたっぷりかけ、ベーコンなどをのせて食べる朝食として人気です。



香港のフレンチトースト

浄水器はキッチンだけだと思いませんか?

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、いろいろなところで使っている水。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。

- 料理がとっても美味しく作れます
お米やお茶、コーヒー、赤ちゃんのミルクにも安心。食器洗いの時の手荒れも気にならなくなります。
- 歯磨きや洗顔・洗髪も安全な水で
清潔な水だから、直接水に触れる毎日の習慣も安心に。
- お風呂のお湯も安心 お肌や髪にも優しい
「肌の劣化」や「肌の老化」を早める元凶である塩素を抑えるのでお肌や髪に優しいお湯になります。
- 洗濯物もふんわり色あせも防止
繊維の色あせの原因となる塩素を抑えるので、衣類を長く大切に使うことができます。
- ペットや花壇にも清潔な水を
家族の一員である可愛いペットにも安心・安全な水を、植物も浄水された水で生き生きと成長します。
- 宅外に設置するためスペースを取りません
水道管の元栓に設置するので、邪魔にならないです。また、重い水の持ち運びも必要なく、ボトルのゴミも出ません。

使用料以外の費用は一切いただきません

初期工事費 (取付約30分) **無料** | 定期メンテナンス **無料** | フィルター交換 **無料**

詳しくはホームページにて **アクアスタンド** <https://aquastand.jp>

安心・安全に使おう リチウムイオン電池

最近ニュースでよく見かける、リチウムイオン電池に関する事故。身近な電化製品に使用されているリチウムイオン電池は私たちの生活になくてはならないもの。安全に取り扱うための注意点を広島市消防局の中村さんと川口さんに聞きました。



取材協力
広島市消防局 予防部予防課調査係
川口 健太郎さん(左)・中村 勇大さん(右)

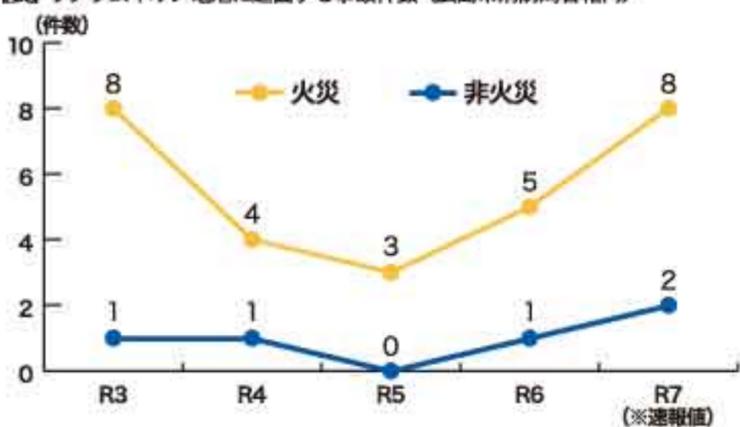
リチウムイオン電池とは

正極と負極の間をリチウムイオンが移動することで充電や放電を行う電池のことをリチウムイオン電池といいます。高容量、高出力、軽量という特徴があり、小型で大量の電力を必要とする製品に使用されています。「充電できる製品」や「電源につながらなくても動く・光る製品」にはリチウムイオン電池が使用されている可能性があります。

リチウムイオン電池が使用された製品



【表】リチウムイオン電池に起因する事故件数 (広島市消防局管内)

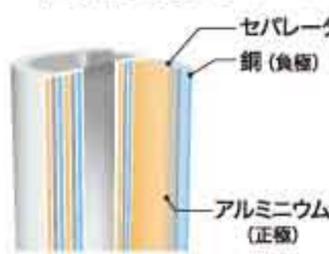


事故の実例

- 広島市消防局管内では、年間三〇〇件ほどリチウムイオン電池に起因する事故(火災以外に発煙のみを含む)が起っています。「表」(※令和七年の件数は速報値)。
- 実際に次のような事故が起っています。
- リチウムイオン電池が使用された製品を充電していると、電池内部で短絡(ショート)して出火した。
- 製品内部のリチウムイオン電池を取り外そうとしたら発火した。
- リチウムイオン電池を内蔵した製品を、塵芥車(ごみ収集車)が回転板で押しつぶしたら内部短絡して出火した。
- リコール情報が発表されている製品を使用していたら、リチウムイオン電池が短絡して出火した。

なぜ発火する?

正極の集電体であるアルミニウムと、負極の集電体である銅の間にあるセパレータという絶縁膜は、リチウムイオンのみを通し、アルミニウムと銅の接触を防いでいます。しかし、落下などによって衝撃を受けると、セパレータが破れ、アルミニウムと銅が直接接触し、発火してしまうという仕組みです。



事故の原因

事故につながる原因は下記の通りです。

- 落下などによる衝撃や破損
- 高温・低温環境などでの使用や保管
- 異常がある状態での使用継続
- 充電器の使用誤りや安全装置の故障による過充電
- 製造時の製品の不具合
- 不適切な廃棄



サインには要注意

熱くなる

膨張する

異臭がする

これらの異常を感じた場合は、直ちに使用を中止してください

使用時には、次の点にも注意が必要です。

- 使用前に取扱説明書をよく確認する
- 衝撃を与えないよう適切に取り扱う
- むやみに分解しない
- 高温の車内やストーブ周辺、こたつの中へ放置しない

※消費者庁の「リコール情報サイト」では、リコール対象製品を公開しています。お手持ちの製品が対象になっていないか確認してみてください。

リチウムイオン電池をより安全に使用するために!



Q. もし発火してしまったら何をすべきですか?

A. 自力で火を消そうとしないでください。製品によって使用しているリチウムイオン電池の個数は異なり、電池の数だけ爆発する危険性があります。1回爆発したから終わりではなく、2回目、3回目と続けて爆発してしまうことも。発火時の煙も有害なので、吸い込まない、目に入らないように。安全な場所まで逃げたら消防局に通報してください。まずは命を守ることが大切です。

Q. 充電時に気を付けることはありますか?

A. 就寝中や外出中に充電することは避けましょう。目の届く範囲で行うことが大事です。過充電は劣化の進行も招きます。充電する際は、布団などの燃えやすい素材が近くにないかなども気を付けるべきポイントです。また、専用の充電器を使用するようにしてください。適切ではない充電器を使用すると、電圧が合わず故障の原因になることも。

Q. リチウムイオン電池が使用された製品はどうやって処分するのでしょうか?

A. 有害ごみとして処分、専用ボックスでの回収など、各自治体によって処分方法は異なります。自治体のホームページなどを確認してみてください。回収ボックスを設置している家電量販店もあります。自治体によっては、回収イベントなどが実施されることもありますので、ぜひ活用してみてください。



Q. リチウムイオン電池が使用された製品を購入する時のポイントはありますか?

A. 電気用品安全法の基準を満たした電化製品に付けられるPSEマークや、回収・リサイクルが必要であることを示すスリーアローマークに「Li-ion」の文字が記載された製品を選びましょう。純正品かどうかも大事なポイントです。製造・販売元や型式が明示されていない商品や、仕様が不明確な商品を購入することは避けてください。



シニア
ゴルフ
研究所



東京・丸の内
シニアの声から
生まれたクラブ
イージーパワー

品質をして語
らしむ

選びぬかれた素材と確かな技術が
生み出す世界の名品たち。品質を追い
求める、そのこだわりをこらへて紹介します。

シニアゴルフ研究所開発

EZY
POWER

イージーパワー
ストロング
UTアイアン

気がつくとも若い頃より飛んでいた

いつまでも年齢と仲良くゴルフを愉しみたい

安心のロングセラーアイアンEZY(イージー)シリーズは、そんなアナタの頼れる味方です。

今回、シニアゴルファーの為に開発されたストロングヘッドはアイアンの構えやすさとウツの強さを兼ね備え、爽快なインパクトでボールをさらに飛ばします。

また専用設計のしなやかシャフトがボールを高く上げ、驚くほどグリーンでボールが止まります。

シニアゴルファーが「やさしく飛ばせる」コンセプトがEZYPOWERの原点です。

そして、気が付くと若い頃より飛んでいた…



番手別飛距離イメージ

| 6番 | 7番 | 8番 | 9番 | P | PA |
|--------------------|-----------------|-----------|--------------|------------------|-------------|
| ロングアイアンの代わりに150Y以上 | 軽く振っても150Yナイスオン | 安心安定の140Y | やさしく振っても130Y | 余裕の100Y ぴったりキャリー | 100Y以内の便利ギア |
| 長さ(インチ) | | | | | |
| 39 | 38.5 | 38 | 37.5 | 37 | 36.5 |
| ロフト角(°) | | | | | |
| 22° | 23.5° | 27.5° | 31° | 34° | 37.5° |
| 総重量(g) | | | | | |
| 328 | 332 | 338 | 344 | 351 | 359 |

シャフトフレックス:R2 (しなやかシャフト・男女兼用)

ストロング各番手(1本)

商品番号IW-033W
27,000円(本体価格24,546円)

<共通>●ヘッド素材/スーパーステンレス●ヘッドの色/ブラック●シャフト素材/カーボングラファイト●シャフトフレックス/R2(しなやかシャフト・男女兼用)

ストロング4本お好みセット

(お好きな番手4本)

商品番号IW-038W
97,000円(本体価格88,182円)

ストロング6本セット(セット価格)

商品番号IW-034W
144,000円(本体価格130,910円)

商品提供:株式会社イワタヤ

本物だけを。価値のある物だけを。



T107-0051 東京都港区元赤坂1丁目2-7 赤坂Kタワー11階 (株)日本経済社

お客様からご提供いただいた個人情報に基づき、商品提供会社、または(株)日本経済社より新商品等のご案内を差し上げる場合がございます。

商品の発送元、お支払先は商品提供会社となります。

●弊社はお客様の個人情報保護を実施しています。詳しい内容はホームページ(<https://www.tsuhan-saijiki.jp/info/privacy>)をご覧ください。

ご注文はこちら

お電話での受付時間は
9時~20時です。
土・日曜日・祝日も受け付けて
おります。

☎0120-314-914 (電話)
※携帯電話からもご利用できます。

☎0120-314-947 (FAX)

代金のお支払い方法

一括代引きのみとさせていただきます。
お届け時に商品と引き換えに現金またはクレジットカード
でお支払いください。

- ※商品のお届けは、通常10日前後です。
- ※送料は一律税込1,100円です。
- ※交換・返品は商品到着後、7日以内にお願いたします。
- ※ご使用後の交換・返品はご容赦ください。
- ※お客様のご都合による交換・返品の場合の送料はお客様
のご負担となりますので、ご了承ください。
- ※商品のお届け先は日本国内に限らせていただきます。
(一部離島を除く)
- ※万一品切れの場合はご容赦願います。

●FAXのご注文例

日経社通販歳時記宛 注文書

- 〒住所
- 氏名(ふりがな)
- 電話番号
- 商品名 商品番号 番手 数量

インターネットでも注文できます。

通販歳時記

検索

栄養のプロが教える サプリメントと日々の健康習慣

忙しい毎日の中で、つい食事がおろそかになってしまっていることはありませんか。そんな時に心強い味方となるのがサプリメント。しかし種類が多く、どれを選べばいいのか迷ってしまう方も多いため、選び方や取り入れ方によっては、サプリメントを十分に生かせないこともあります。サプリメントを選ぶポイントや管理栄養士、分子整合栄養アドバイザーの廣川 益子さんに教えていただきました。

細胞を支える栄養とサプリメント

人間の体に存在する約37兆個の細胞は、日々の食事から摂取する栄養素をもとに構成されています。その一つ一つの細胞が正常に働くためには、タンパク質、ビタミン、ミネラルなど、さまざまな栄養素が欠かせません。さらに、体内で働くホルモンや酵素の多くも、栄養素を材料として合成されています。つまり、私たちの体は、日々取り入れる栄養素によって支えられているといえます。

摂取タイミングは「食後」

胃酸が出てくるタイミングは、一般的に成分が吸収されやすいとされています。そのため、サプリメントは「食後」に摂取する方法を基本の目安にするとよいでしょう。一日分をまとめて飲むのではなく、食事のタイミングなどに合わせて、分けて摂取する方法がおすすです。食物繊維は、栄養素の吸収をゆるやかにする働きがあるといわれている成分で、食前に取り入れる方法が広く知られています。

また、リラックスしている時の方が栄養素の取り込みがスムーズに行われやすいとされています。そのため、サプリメントもできるだけ落ち着いたタイミングで取り入れる方が望ましいです。



サプリメント選びの基本

GMPと品質を見極める

サプリメントは体内に取り入れるものだから、品質管理体制などを確認して選ぶことが大切です。選ぶ目安の一つとして、「健康食品GMP認定工場」で製造されているかどうかを挙げられます。GMPとは、原材料の受け入れから製造、出荷までのすべての工程において、品質と安全性を確保するための基準のことです。製品情報や認定団体(例:公益財団法人日本健康・栄養食品協会)のホームページなどで、「健康食品GMP認定工場」で製造されているかチェックするとよいでしょう。



体内での吸収・利用を考えた設計が確認

製品の設計面にも目を向けてみましょう。配合成分だけでなく、体内で消化吸収され、効率よく代謝できることを想定して作られているかを確認することも、サプリメント選びの参考ポイントです。不明な点がある場合は、メーカーに問い合わせる情報を確認するのもよい方法です。



信頼できる情報を探す

「国民生活センター」などの公的機関が公表している注意喚起情報を参考にすることがおすすです。各機関のホームページでは、健康食品やサプリメントに関連する

表示情報を読み取る

原材料の表示は、一般的には配合量が多い順に表示されています。目的とする成分が上位に記載されているかを確認しましょう。一方で、糖類や添加物などが上位に記載されている場合は、摂取量によっては余分な糖分を取り過ぎてしまうこともあります。不要な成分が多く含まれていないかなどを確認することで、より安心して選ぶことができます。

| 名称 | 栄養補助食品 | 栄養成分表示(10g) |
|------|--|--------------------------------|
| 原材料名 | 〇〇(国内製造)、△△粉、□□エキスを、ブドウ糖、セルロース、ステアリン酸Ca、微細二酸化ケイ素 ※原材料の一部は〇〇を含む | エネルギー: たんぱく質: 脂質: 炭水化物: 食塩相当量: |
| 内容量 | 〇〇g(〇〇ml) | Ca: 〇〇mg |
| 賞味期限 | 〇月〇日 | |
| 保存方法 | 直射日光、高温多湿を避けてください | |
| 販売者 | 株式会社〇〇 東京都〇〇区〇〇〇〇 〇〇〇号 | |

体になじむ「天然の形」を知る

サプリメントの成分には、天然由来と合成によるものがあります。「天然由来の前駆体」は生体内物質と同じ形であるため、体への親和性が高く、効率よく吸収・利用されるのが大きなメリットです。一方で、価格が抑えやすい合成ビタミンは本来の栄養素とは形が異なり、体にとっては少しなじみにくい性質を持っています。特定の成分のみを精製したものより、天然に近い配合バランスである「ワールド(複合体)」を意識してみよう。無理のない範囲で、自分の体がスムーズに栄養として受け入れられる形を選ぶことが、上手な活用のコツです。

毎日の食事に栄養をプラス!

ライフスタイルや体調、悩みによって、意識して取り入れたい栄養素は少しずつ異なります。取り入れたい成分の目安をまとめました。

アルコールをよく飲む方に

アミノ酸 ビタミンB群

疲れやストレスが気になる時に

アミノ酸 ビタミンB群 ビタミンC

肌荒れが気になる時に

アミノ酸 ビタミンB群 ビタミンC 鉄

脳を活性化させたい時に

アミノ酸 ビタミンB群

鉄分が不足しがちな女性に

アミノ酸 ビタミンB群 鉄



教えてくれたのは

株式会社 グリーンリーフ 代表取締役 管理栄養士、分子整合栄養アドバイザー

廣川 益子さん



管理栄養士としての実務経験と、分子整合栄養学の考え方を土台に、栄養コンサルタントとして活動。血液データなどの見える情報をヒントにしなが、栄養相談や保健指導などを行っている。

豆知識

「入学祝い」のマナー

■渡すタイミング
入学祝いとは、合格や入学が決まった後から、入学式の二〜三週間前までに渡すのが一般的です。時期を逃してしまつた場合でも、四月中であれば失礼にはあたりません。「お祝いが遅くなりました」と一言添えれば、気持ちちはきちんと伝わります。

■最近のお祝い事情
最近では現金に添えて文房具や通学用品、図書カードなどを贈るケースも見られます。遠方で手渡しできない場合は、現金書留にお祝いの手紙を同封すると丁寧な印象になります。なお、親しい間柄であれば、スマートフォンや送金サービスなどを利用する例も増えています。お祝いの言葉を別に伝えるなど、気持ちが伝わる配慮を心がけたらよいでしょう。

■金額の目安
金額の目安は、祖母から孫へは小・中学校で一万〜三万円、高校では三万〜五万円、大学では五万円以上とするケースが多いようです。親戚の場合は五千円〜三万円程度が一般的とされています。ただし、地域や家ごとの慣習もありますので、まずは相手の心遣いを大切にしたいです。

■のし袋の選び方
のし袋は紅白の蝶結び(水引が何度でも結び直せる形)を選び、表書きは「御入学御祝」または「祝御入学」がよいとされています。

新しい一歩を踏み出す春。形式にとらわれず、相手への思いを大切にしたいです。

「分譲マンション管理」対策は万全ですか？



大規模修繕工事の備えは？

マンション管理会社

「合入社」は提案します

合入社グループ 合入社計画研究所 www.gojin.co.jp

城山ホテル鹿兒島より、錦江湾に浮かぶ桜島の雄姿を眺望。



七才になるわが家のセキセイインコ、長生きしてね!



建長寺(神奈川県鎌倉市)。「半僧坊」のおみくじで妻が大吉を引いた直後、紛失した指輪を冷蔵庫で見発見。



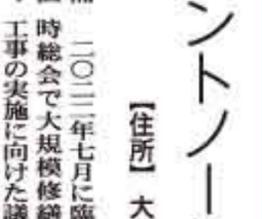
白くてかわいい花が咲いていた。フヨウカクタミというそう。



お風呂上がりに包まれた赤ちゃん。いつもは嫌がるのに珍しく心地よさそうでした。



どら。山形空港(東根市)で入手できます。



ハウステンボス(長崎県佐世保市)で光と噴水のナイトショー!



近所の郵便ポストがお巡りさんで面白い。



愛娘の成人式



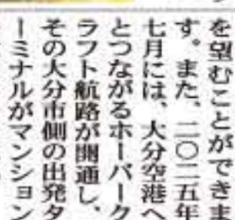
大根カレーを試してみました。あっさりしてておいしかった。



純米蔵 富久の直営店 ぶく蔵(兵庫県加西市)で金柑とクリームチーズのパフェをいただきました。



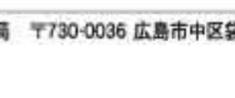
今年千支のようかとモチ袋でお年玉をあげたよ。



戸田(静岡県沼津市)で天然塩作りを見学しました。



愛知県の常滑駅近くの巨大招き猫、見守り猫「こにゃん」。



皇居(東京都千代田区)を散策しました。写真は二重橋。



大根カレーを試してみました。あっさりしてておいしかった。



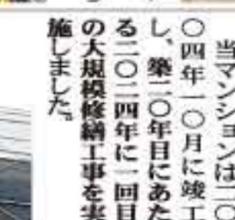
純米蔵 富久の直営店 ぶく蔵(兵庫県加西市)で金柑とクリームチーズのパフェをいただきました。



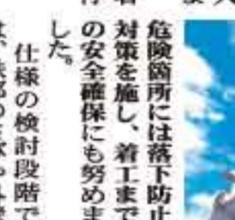
今年千支のようかとモチ袋でお年玉をあげたよ。



戸田(静岡県沼津市)で天然塩作りを見学しました。



愛知県の常滑駅近くの巨大招き猫、見守り猫「こにゃん」。



ニンジンを取って、お味噌汁を作りました。



大根カレーを試してみました。あっさりしてておいしかった。



純米蔵 富久の直営店 ぶく蔵(兵庫県加西市)で金柑とクリームチーズのパフェをいただきました。



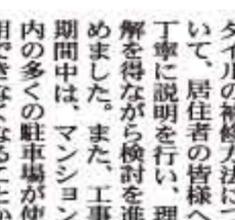
今年千支のようかとモチ袋でお年玉をあげたよ。



戸田(静岡県沼津市)で天然塩作りを見学しました。



愛知県の常滑駅近くの巨大招き猫、見守り猫「こにゃん」。



バスツアーで道後温泉(松山市)に行きました。亡き夫と行った時のことを思い出して、少し感傷的。



「半・分解展」の型紙で作った、19世紀イギリスのヨークケーキ。かわいかったです。



大きな鬼と一緒に、お茶の淹れ。



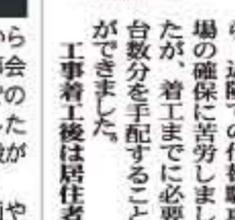
全部チョココレクト。食べたらずもろたね。



鹿嶋神社(兵庫県高砂市)にて。私と同じ丙午の孫が誕生予定。母子ともに元気に会えるのが楽しみ。



孫の初エプロンは、百円のパンダに古いハギレのポケットを付けた手作り。



浦上天主堂(長崎市)は蔵かて立派。



「分譲マンション管理」対策は万全ですか? 理事会は「車庫」成り手不足、機能不全。管理会社は「委託料の値上げ」撤退。組合会計は「赤字」積立金不足。大規模修繕工事の備えは...?



「合人社」は提案します



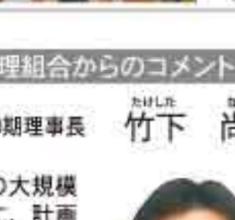
「合人社」は提案します



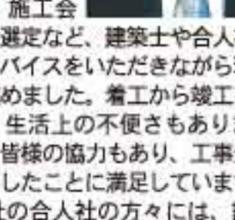
「合人社」は提案します



「合人社」は提案します



「合人社」は提案します



「合人社」は提案します



大規模修繕工事の現場から

サントノーレ春日浦

【住所】大分市大字勢家字春日浦 【戸数】70戸



サントノーレ春日浦(二〇二二年七月に臨は大分市西部に位置。時給会で大規模修繕し、別府湾が近く、マ工場の実施に向けた議案が承認され、理事会を望むことができた。また、二〇二五年た説明会を行い、合意する。七月には、大分空港へ形成を進めました。今とつながらるホパーク回の工事では合人社エラフト航路が開通し、ンジニアリングが元請となり、コンサルタンミナルがマンショント業務から施工、アフター保証までを包括的に「特命競争入札方式」が採用され、二〇二四年一月に竣工した。大規模修繕工事の着工前に外壁タイルの浮きが確認されたため、危険箇所には落下防止対策を施し、着工まで安全確保にも努めました。仕様の検討段階では、鉄部のさびや外壁タイルの補修方法について、居住者の皆様へといった言葉をかけて丁寧な説明を行い、理解を得ながら検討を進めました。また、工事期間中は、マンション内の多くの駐車場が使用できなくなることから、近隣の代替駐車場の確保に苦勞しましたが、着工までに必要台数分を手配することができました。



大規模修繕工事中

【合人社エンジニアリング 大分営業所 小名川博信】



管理組合からのコメント

第19期・20期理事長 竹下 尚孝



初めての大规模修繕工事に、計画から竣工まで理事長として関わる事ができ、大変貴重な経験になりました。建物調査や補修箇所を検討、施工内容の決定、資金計画、施工会社の入札・選定など、建築士や合人社から説明やアドバイスをいただきながら理事会で議論を進めました。着工から竣工までの約半年間、生活上の不便さもありましたが、住民の皆様の協力もあり、工事全般が無事に終了したことに満足しています。管理会社の合人社の方々には、計画や事前の準備に加え、定例・臨時理事会の実施、住民アンケートやクレーム対応、施工時の各業者との調整管理など、細かな支援をいただき、大変感謝しております。今後も住民の皆様と協力し合い、良好な住居環境を築いていければと思います。



和歌山県新宮市を旅してきました。徐福伝説が伝わる徐福公園。呼ばれる、学びの森。ロムナード(岐阜県各務原市)のイルミネーションがきれい。



金沢市湯涌町にて。見事なつら！
ホテルオークラJRハウステンボス(長崎県佐世保市)。ヨーロッパにきたみたい。



孫が初めてさつまいも掘りに行って来た。とてもおいしかった。



お食い初め！
UMAMIYA FARM
ベトナム戦争遺跡のベトナムヘルツツアーに参加しました。



冬に富士山が見たくて山中湖(山梨県)へ。ホテルから見える富士山の朝焼けはとても素晴らしい感動。



愛知県美術館(名古屋市)で開催されている「ゴッホ展」イマーシブ体験ができます。



初めて晩白柚を食べました。とてもジューシー。皮はお風呂に入れて楽しみました。



フランスの一月の祭りになつて毎年食べるガレット・デ・ロワ。



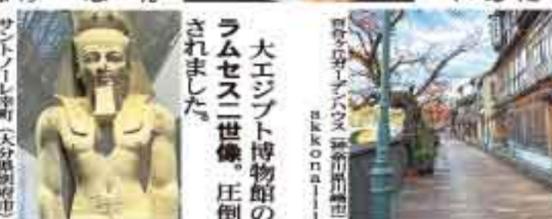
足つぼスリッパ。猫背がまっすぐ。冬でも足がぽかぽかに。高さが三四と五四では効果がずいぶん違う。



朝の六時半頃、子どもと一緒に走っています。朝日がきれい。



おばあちゃんの誕生日に大好きなオレンジのお花と和菓子。



魚の棚商店街(兵庫県明石市)にある魚の焼物を正月に食べました。とても大きくて大変めでたい鯛！



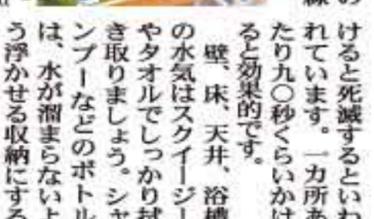
ニンテンドーミュージアム(京都府宇治市)にあるピカチュウのマンホール。



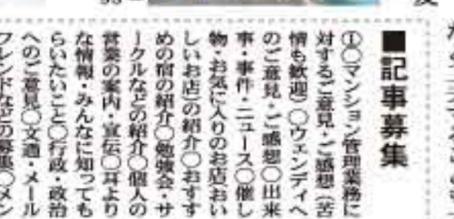
高知県の友達から立派な文旦が届きました。毎年ありがたう。爽やかな香りに春の訪れを感じます。



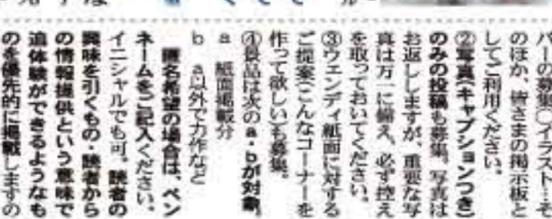
鳥羽水族館(三重県)のゴマンアザラシ。器用に立ち泳ぎして、かわいかった。



浴室のカビはなぜできるのですか？毎日できる予防法を教えてください。



編纂部からの「回答」カビが発生する主な原因は、湿度が20〜30℃、湿度が60%以上、そしてほこりや汚れ、石けんやシャンプーの残りカスなどのカビの栄養分があることです。



「記事募集」①マンション管理業務に詳しい方、②マンションの歴史や文化について詳しい方、③マンションの設計や建築について詳しい方、④マンションの法律や規制について詳しい方、⑤マンションの環境や生活について詳しい方、⑥マンションの歴史や文化について詳しい方、⑦マンションの設計や建築について詳しい方、⑧マンションの法律や規制について詳しい方、⑨マンションの環境や生活について詳しい方、⑩マンションの歴史や文化について詳しい方、⑪マンションの設計や建築について詳しい方、⑫マンションの法律や規制について詳しい方、⑬マンションの環境や生活について詳しい方、⑭マンションの歴史や文化について詳しい方、⑮マンションの設計や建築について詳しい方、⑯マンションの法律や規制について詳しい方、⑰マンションの環境や生活について詳しい方、⑱マンションの歴史や文化について詳しい方、⑲マンションの設計や建築について詳しい方、⑳マンションの法律や規制について詳しい方、㉑マンションの環境や生活について詳しい方、㉒マンションの歴史や文化について詳しい方、㉓マンションの設計や建築について詳しい方、㉔マンションの法律や規制について詳しい方、㉕マンションの環境や生活について詳しい方、㉖マンションの歴史や文化について詳しい方、㉗マンションの設計や建築について詳しい方、㉘マンションの法律や規制について詳しい方、㉙マンションの環境や生活について詳しい方、㉚マンションの歴史や文化について詳しい方、㉛マンションの設計や建築について詳しい方、㉜マンションの法律や規制について詳しい方、㉝マンションの環境や生活について詳しい方、㉞マンションの歴史や文化について詳しい方、㉟マンションの設計や建築について詳しい方、㊱マンションの法律や規制について詳しい方、㊲マンションの環境や生活について詳しい方、㊳マンションの歴史や文化について詳しい方、㊴マンションの設計や建築について詳しい方、㊵マンションの法律や規制について詳しい方、㊶マンションの環境や生活について詳しい方、㊷マンションの歴史や文化について詳しい方、㊸マンションの設計や建築について詳しい方、㊹マンションの法律や規制について詳しい方、㊺マンションの環境や生活について詳しい方、㊻マンションの歴史や文化について詳しい方、㊼マンションの設計や建築について詳しい方、㊽マンションの法律や規制について詳しい方、㊾マンションの環境や生活について詳しい方、㊿マンションの歴史や文化について詳しい方、

あなたの「大切」を、セコムする。セコム HOMEセキュリティ セコム株式会社 ☎0120-756-892

70th ANNIVERSARY 建築仕上塗材 国内シェアNo.1 エスケー化研株式会社 SKKAKEN 社：大阪府茨木市中穂橋 3-5-25 ☎072-621-7733

頭の体操

アナタデキマスか? ムリカナ? ショウブシマセンカ!

クロスワード

crossword puzzle grid with numbers 1-30 and letters G, F, E, C, D, A, B.

ナンプレ

9x9 sudoku grid with numbers and letters A, B, C, D.

頭の体操 クロスワード ナンプレ 解答欄 with QR code and URL: https://syuppan.f-form.com/wendy

タテのキー 1 女性を表すアルファベット2文字と魚介類などを組み合わせた和食3内閣総理大臣の紋章として使われている花4 捕まえずすくおいらしいことから、だまされやすい人の例えに使われる鳥5 頭取れば七浦にきわむといわれた動物7 英語では毛皮のアザラシと呼ばれる動物... 9 「G線上のアリア」の作曲者10 虚数の対義語12 歯磨き粉に含まれる歯を強くする働きがある元素13 花合わせ、八八、六百間など属する動物... 14 ヨコのキー... 17 キー... 18 キー... 19 キー... 20 キー... 21 キー... 22 キー... 23 キー... 24 キー... 25 キー... 26 キー... 27 キー... 28 キー... 29 キー... 30 キー...

限界に近づく 「分譲マンション管理」 対策は万全ですか? 理事会は! 専任! 成り手不足! 機能不全! 管理会社は! 委託料の値上げ! 撤退! 組合会計は! 赤字! 積立金不足! 大規模修繕! 工事の備えは! マンション管理会社 「合入社」は提案します 合入社グループ 合入社計画研究所 www.gojin.co.jp

季節の花



アンズ 中国原産のバラ科の花。開花時期は三月末から四月にかけて。花は白く、中心が赤く、桃の香りがする。...



タンポポ キク科の多年草。五月に黄色い花を咲かせ、その後、風で種子を飛ばす。...

ここはどこ?



先月の答 ①大阪市役所 ②キャナルシティ博多(福岡市) ③瀬戸大橋(香川県・岡山県) ④うみべの広場(宮城県南三陸町) ⑤登別温泉(北海道) 応募方法 ①~⑤の答、住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス・今月号で良かった記事または広告を記入の上、封書、はがき、メール、応募フォームにてご応募ください。...

タンタン、ありがとう 神戸とパンダの記録 神戸新聞社・編 神戸市立王子動物園・協力 多くの人に愛された、神戸市立王子動物園のジャイアントパンダ、タンタン。多くの写真とともに、タンタンが過ごした日々や神戸とパンダの関わりを、神戸新聞の記事を再編集してまとめました。 定価1,760円(税込) ISBN 978-4-343-01237-1 保存版

オリーブ美容3品が

はじめての方限定 送料無料

各1,100円 (税込)

しあわせを、ふつうに。

DHC

一番搾りより貴重な“搾らない”オイル

1795年創業の名門オリーブ農家を作る「フロール・デアセイト(バージンオイルの精製)」を使用...



世界品質を追求したオリーブスキンケア

VOCE 月間ランキング 2025年5月度 クレンジング部門

第1位



オイルなのにベトベトせずさらっとして心地よいです

オリーブバージンオイル 使用感満足度 98.7%

スキンケアの最後にプラス。1滴なのに本当にすごいです!!

保湿オイル 一滴でうるおう! 天然成分100%オイル



クレンジングオイル

メイクくすみをオフして透明感アップ!

使い心地がよくて大満足です。香りも気に入ってます。

使用感は軽く、サラッとした付け心地。使った後のつっぱり感もなく、顔が明るく見えるのも嬉しい!!

はじめての方限定 一世帯様1本限り DHCオリーブバージンオイル 30ml 6/30(火)まで 1,100円 (税込) 72% OFF

はじめての方限定 一世帯様1回限り・2本まで DHC薬用ディープクレンジングオイル リニューアル 200ml (医薬部外品) 6/30(火)まで 1,100円 (税込) 59% OFF

角層深くまでしっとり潤う!

あわせ使いに! オリーブバージンオイルと相性抜群!



薬用化粧水 オリーブ発酵液配合!

はじめての方限定 一世帯様1回限り・2本まで DHC薬用マイルドローション 180ml 6/30(火)まで 1,100円 (税込) 69% OFF

最強レベル! 日焼け止めで紫外線を鉄壁ガード!

スーッとびてべたつかない“うるさら”仕上げ 美容保湿成分配合 スキンケア設計

SPF50+ PA++++ UV耐性特★

こちらもお得!



はじめての方限定 一世帯様1回限り・2本まで DHCパーフェクトUVジェル 80g 6/30(火)まで 990円 (税込) 55% OFF

はじめての方限定 キャンペーンのご注意... ※1 保湿成分 ※2 商品をご愛用のメルマガ会員にWEBアンケートを実施...

オペレータ 応答ダイヤル 9:00~18:00 (土・日・祝日 9:00~17:00) 通話料 無料 0120-333-906

会社グループ 会社グループ(グループ代表:株式会社)、会社グループ(株式会社)、パナソニックホームズ(株式会社)...

MADE IN GERMANY

ESCHENBACH

ルーペメーカーが提供する逸品

LEDワイドライトルーペ



専用スタンド付き



reddot design award winner 2011

選ばれた素材と確かな技術が生み出す世界の名品たち。品質を追い求める、そのこだわりをご紹介します。

エッセンバッチの売上ナンバーワン・ルーペシリーズ。確かな技術により開発された、高倍率、大型レンズのライト付き非球面ルーペです。握りやすいグリップで手持ち式として満足にお使いいただけますが、専用スタンドを使うことで置き型、スタンド式としても使用可能。1台で3通りの使い方ができる便利なルーペです。新聞や書籍、スマートフォンの拡大、工作や修理など日常のさまざまなシーンで活躍するだけでなく、会議の手元資料の確認や、名刺の小さい文字の拡大など、仕事上の文字の見えづらさもスマートに解決します。より細密なものを見たい方には4倍もご用意しております。

こんなシーンに最適です

| 手持ち式 | 置き型 | スタンド式 |
|--|---|--|
| 軽量設計で疲れにくい | 置くだけで焦点が合う | 両手が使えて便利 |
| | | |
| <ul style="list-style-type: none"> スマホを拡大して楽々 会議で手元の資料が大きく見やすい | <ul style="list-style-type: none"> 新聞の1段を丸ごと拡大するから読みやすい 名刺の小さい文字を確認 | <ul style="list-style-type: none"> プラモデル等工作や手芸、修理に両手が使えて便利 安全に爪切りができます |

価値ある1台 4つのポイント

- 高倍率かつ大型レンズ
ゆがみの少ない部分を効率的に切り取った角型ルーペ
- 拡大範囲の隅々までまんべんなく照らす
高照度LEDライト付き
- 世界的に権威あるデザイン賞
red-dotを受賞した洗練されたフォルム
- 専用スタンドで
手持ち・スタンド式・置き型
3通りの使い方が可能

- LEDワイドライトルーペ<3倍>**
 商品番号ES-225W **22,000円**(本体価格20,000円)
 サイズ(約):縦68 x 横204 x 厚さ28mm 重さ(約):180g(電池含む)
- LEDワイドライトルーペ<4倍>**
 商品番号ES-226W **23,760円**(本体価格21,600円)
 サイズ(約):縦63 x 横188 x 厚さ27mm 重さ(約):138g(電池含む)

エッセンバッチとは
 1913年ドイツ創業の光学メーカー。300種類の品揃えを誇るルーペのリーディングカンパニーです。

●共通 専用スタンド サイズ(約):縦62 x 横12 x 高さ73mm 重さ(約)52g 材質:本体・専用スタンド=ABS樹脂、レンズ=PXM光学樹脂/連続点灯時間(約)70時間(アルカリ電池使用)/付属品:専用スタンド、輝度調整キャップ、レンズカバー、単三電池2本(動作確認用)/1年間保証/ドイツ製(スタンドは中国製)

商品提供:株式会社エッセンバッチ光学ジャパン

本物だけを、価値のある物だけを。

日経社
通販歳時記

〒107-0051 東京都港区元赤坂1丁目2-7 赤坂Kタワー11階(株)日本経済社

お客様からご提供いただいた個人情報に基づき、商品提供会社、または(株)日本経済社より新商品等のご案内を差し上げる場合がございます。

商品の発送元、お支払先は商品提供会社となります。

●弊社はお客様の個人情報保護を実施しています。詳しい内容はホームページ(<https://www.tsuhan-saijiki.jp/info/privacy>)をご覧ください。

ご注文はこちら

お電話での受付時間は
 9時~20時です。
 土・日曜日・祝日も受け付けて
 おります。

☎ **0120-314-914** (電話)
 ※携帯電話からもご利用できます。

☎ **0120-314-947** (FAX)

代金のお支払い方法
 一括代引きのみとさせていただきます。
 お届け時に商品と引き換えに現金またはクレジットカード
 でお支払いください。

※商品のお届けは、通常5日前後です。
 ※送料は一律税込880円です。
 ※交換・返品は商品到着後、7日以内にお願いたします。
 ※お客様のご都合による交換・返品の場合の送料はお客様
 のご負担となりますので、ご了承ください。
 ※ご使用後の交換・返品はご容赦ください。
 ※商品のお届け先は日本国内に限らせていただきます。
 (一部離島を除く)

●FAXのご注文例

日経社通販歳時記宛 注文書

1. 干住所
 2. 氏名(ふりがな)
 3. 電話番号
 4. 商品名 商品番号 数量

インターネットでも注文できます。
通販歳時記 **検索**