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417号

Wendy

www.wendy-net.com

FUYO LEASE
芙蓉総合リース株式会社

photo Nobuyuki Yoshikawa ©WENDY

Ms Wendy in this month

東大卒の父、旧家出身の母…十八で夜の銀座へ、一流クラブのママに

クラブ由美オーナーママ　伊藤（いとう） 由美（ゆみ）さん

本号の記事

ニューススポット
老朽マンション建替え促進へ 合意決議の要件緩和 ……3
選んで良かった 第三者管理方式 子育て世代も安心のマンション管理 ……3
ちょっと拝見 ロイヤルガーデン野田 ……5
この人に注目
"ナゾ"を作る仕事。～謎解き・脱出ゲーム～ ……6
地域再生を考える 人口減少に挑む小規模自治体の取り組み ～人の取り合いから地域経済を強くする戦略へ～ ……8
本音のエッセイ 科学ジャーナリスト 山本 智之 ……10
カフェ・ポンテが公開するレシピ ……11
世界遺産探訪 ……14
読者の広場 ……16～18
頭の体操 ……19
私の体験 東京スカイツリーと私 ～建設着工から今日まで毎日写真に残す～ ……19

◆カフェーの女給に憧れ 人生を変えた一本の電話

少女時代の私は、いわゆる世間知らずでした。父は東大を卒業後、新聞社から昭文社（道路地図や旅行ガイドブックの会社）の専務取締役を務め、母は薩摩藩家老・中原家の出で、何不自由なく育てられ、一般的な人生を歩むことをみじんも疑っていませんでした。

ところが、作家・林芙美子の『放浪記』を読んだ後、人生観が大きく変わりました。主人公が生活のためにカフェーの女給、今でいうホステスに身を落とすシーンが強く印象に残り、自分もカフェーの女給になりたいと思うようになったのです。

そんな矢先、美容院で手にした女性週刊誌に「銀座のクラブで働く女性たち」の特集記事を見つけ、さらに心引かれていきました。

それから数日後、父の書斎で偶然、銀座のクラブのマッチを見つけた私は、そのマッチの『紅い花』というお店に衝動的に電話をかけ、「そちらのお店で働きたいのですが…」と切り出していました。自分でもなぜあんなに大胆な行動ができたのか、今でも不思議です。しかし、この電話が、自分で選んだ人生を生きてみたいという自立への一歩になったことは間違いありません。

小学生の頃。兄、妹と。真ん中が本人

『紅い花』の面接の約束を取り付けた私は、両親に「探さないでください」と置き手紙を残し、名古屋から東京行きの夜行バスに乗りました。そのとき一七歳。高校三年生の夏休みでした。

◆一年でナンバーワン、五年で自分の店を持つ

幸運にも『紅い花』での採用が決まり、運良く先輩ホステスさんの部屋に居候させていただけ、上京当日から働くことになりました。地方の女子高校生にとって、夜の銀座は見るもの、聞くこと、出会う人、すべてが刺激的でした。右も左もわかりませんでしたが、やさしい先輩たちに囲まれ、何の不安もありませんでした。

ところが、この銀座生活は一週間であっけなく終わりを告げることに。先輩たちのすすめで母に居場所を連絡したところ、即、強制送還となったからです。しかし、人生を自分で切り拓く面白みを知ってしまった私は、もう元の生活には戻れませんでした。

親に猛反対されながらも、自分の意思を貫くことを決め、高校の卒業式当日、再上京。そして、再び銀座を目指した日、私はまず三つの目標を掲げました。「一年でナンバーワンになる。三年で有名クラブの雇われママになる。五年で自分の店を持つ」。それは本当の意味で、自分の人生が始まった瞬間でした。

◆二二歳、銀座で一番若い雇われママが誕生

そうはいっても高校を卒業したばかりの小娘です。それに対して、クラブにお見えになるお客様は、政界、財界、芸能界など、普段ならまずお会いする機会のないお歴々ばかり。ただ、お席でも会話の中で堂々と目標を公言していたところ、逆に面白がられ、「そこまで言い切るなら、君は銀座で一番になれるし、オーナーママになれるよ」「その若さで大した度胸だ。がんばれ」と応援してくださる方が大勢いらっしゃったのです。

その三カ月後には、名門といわれていた『くらぶ宮田』に引き抜かれ、その後初めてナンバーワンのタイトルを手にしました。まだ一九歳、銀座に出てきてわずか一年足らずのことでした。

それから三年後、二二歳のとき、俳優の勝新太郎さんが経営する有名クラブ『修』の雇われママにスカウトされ、"銀座で二番若いママ"として、ちょっとした話題にもなりました。

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
（全国）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 周南 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・417号）／（ウェンディ広島100,000部・267号）

伊藤　由美／クラブ由美オーナーママ

1959年東京生まれ。名古屋育ち。18歳で上京。有名クラブで活躍後、83年4月、23歳でオーナーママとして『クラブ由美』を開店。昨年春、開店満40周年を迎えた。2015年11月シャンパーニュ騎士団より叙勲。オフィシエ・ドヌール（名誉将校）を叙任。著書に『「運と不運」には理由があります』『銀座の矜持』（ワニブックス）など。17年、21年に『徹子の部屋』出演。銀座社交料飲協会（GSK）理事。動物環境・福祉協会Evaの理事も務め、動物愛護活動をライフワークとする。

上京当時。19歳のころ

19歳。ナンバーワンタイトルを手にしたころ

1985年、両親と。『クラブ由美』にて

1983年、クラブ『修』のママ時代。この3カ月後に『クラブ由美』が誕生する

◆大きな試練を超えて一三歳でオーナーママに

この当時の私は、順風に帆を掲げられ、物事がすべて思い通りに運んでいたかのように思います。ですが私自身、いい気になり慢心していました。そのまま過信しすぎていたままなら、どこかで足を引っ張られ、銀座から姿を消していたかもしれません。でも**神様は愚かな勘違いを正しい方向へと導き、自分の力で強く生き抜いていくための試練をくださいました。**

"雇われママ"を務めていた『修』が、経営者の不祥事で閉店を余儀なくされたのです。それだけではありません。お店に多額の出資をしていた高利貸し業者が、私に対して売掛金一五〇〇万円の一括返済を要求してきたのです。実際にはママといっても"雇われママ"に過ぎず、入金サイト前（当時は発生から六〇日）の返済義務はないはずですが、若い身空のうえ経験不足もあり、毎日追い込みをかけられ続けました。

ですがそれが発奮材料となり、逆に燃えてきたのです。**ママを引き受けたのも自分。だったら腹をくくって、売掛金を早めに返済して自由になろうと考えました。**というのも、高利貸し業者は、お金を回収するために、私をどこかの他のクラブに勤めさせようとしていたのです。当時の銀座には、他のクラブへ移籍の際には、お金を前借りできる上に、一年ごとに売上に準じた契約金を支払うというシステムがありました。しかし、そのオファーを受けてしまえば、また自分の人生を他人に左右されることになります。それでは「五年で銀座のオーナーママ」という本来の目的はかなわず、不本意だと思ったのです。それゆえ、自分自身で、直接売掛金を回収し返済する選択を選び、お店を開くことにしました。

今から約四一年前の一九八三年四月一一日、二三歳のとき、こうして『クラブ由美』は始まりました。最初はわずか一三坪の小さなお店でした。そして、お店をどうにか軌道に乗せ、約二年半後、別の場所へ移転。お店の規模も大きく拡大したのです。

◆三〇〇〇人のお客様の名前と電話番号を暗記

「着物は私の戦闘服」

「次にお会いしたら、前回の話の続きから」これは四一年前から私が言い続けている言葉です。

私にとって着物は戦闘服ですから、全身に気合いを入れ全力投球で挑みます。お客様は眼識のある方が多いので、着物に関して金に糸目はつけず、華やかさと高級感を醸し出すよう心がけています。

また、お客様が次にお見えになられたとき、それが半年後、一年後だったとしても、前回の会話の続きからのお話しができると、とても喜んでいただけます。そのためにも、まずお顔とお名前、会社や肩書、電話番号まで覚えます。方法としては名刺をいただいた際、シャッターを切るように自分の脳の記憶の中に入れるのです。「三〇〇〇人のお客様のお名前とお電話番号を覚えています」というのが、かつてキャッチフレーズだったこともあります（笑）。

実はそれがきっかけで、NHKの情報番組で行われた"記憶力王の大会"に抜擢されたこともあります。メモは取らない、名前は二度聞かない、名刺はもらわないというルールのもと、五〇人の名前と顔を順に覚えていき、一時間後に全員の名前をフルネームで言い当てるという厳しい戦い（笑）でした。私はエア筆記で書いた映像を記憶に残しながら、大会にチャレンジ。参加した五人の"記憶名人"の中でチャンピオンになり、面目躍如を果たすことができました。

◆経営哲学と銀座への思い

自分の城を持ってから毎朝欠かさずやっているのは、SNSチェックです。夜の仕事をしていると、朝が遅いイメージを持たれると思いますが、実は毎朝七時ぐらいには起きて、ブログやインスタグラムの更新、写真の整理、メールの返信。さらにお客様一人一人のお顔を思い浮かべながら、直筆でお礼のお手紙を書くことを習慣にしています。

そのような毎日で私が心からうれしいと感じるのは、「また来ていただきたい」と思う方にお手紙を差し上げ、その思いが伝わった瞬間です。ていねいな返信をいただいたり、突然お店にお見えになられたりすると、本当にうれしくて。まさにこの仕事の醍醐味ですね。そこはある意味恋愛と一緒だと思います。

銀座の"一流クラブ"を自負する以上、お客様も一流であってほしいと願うのは当然のこと。**私が考える一流のお客様とは、お店や店の女性を大事にしてくださり、なおかつ銀座を愛している方。**銀座のクラブは大人の社交場であり、文化。遊び方も粋に、節度を持って振る舞っていただきたいのです。

確かにそれを「説教ください」「堅苦しい」とおっしゃる方もいます。でも、そこで生まれる人脈もあり、私はそのサロン的な部分を大事にしたいのです。それが銀座の文化を守ることにもつながると信じています。ですから「この方は」と思えば応援し、いろいろな方にご紹介させていただいています。それゆえ、お客様も本当にいい方を紹介してくださいます。「由美ママのところなら安心だから」と、ご家族や親子代々で使ってくださるお客様もいます。「息子に品のいい銀座の遊び方を教えてやってくれ」とおっしゃる方も（笑）。そんなすてきなお客様でいつもお店をいっぱいにしたいと思っています。

2023年冬、茨城県常総市の水海道ゴルフクラブにて

◆大好きな人を応援 動物愛護活動家の顔も

プライベートでは、俳優の杉本彩さんと一緒に、もう一〇年以上、動物愛護活動に取り組んでいます。お金のために命を売られ、人間の身勝手な都合でゴミのように捨てられる…。そんな弱者である動物たちを守りたいという彩さんの思いに共感したのです。今では私のライフワークになっています。

生体販売のルールの厳格化のほかにも、たとえば、大震災や台風などによる災害に備えて、動物のための避難場所をつくってもらおうと陳情に伺ったり、伝統と称して動物虐待につながりかねない全国の行事に異議を申し立てたり、時間が許す限り動いています。

動物に対してだけでなく、人に対しても、「やさしさと思いやりがすべて」だと思います。私は今、母と暮らしているのでよくわかりますが、正直、ケンカもします。でも「ケンカをする相手がいるだけでも幸せ」と思うのです。人生は一度限り。いずれはみんな年を取っていきます。**最後は笑って死ねるためにも、過去のことをいつまでも恨み悔やむより、目の前の相手を大事に思って過ごしたい。**これからも前向きに、自分の人生を生きていくつもりです。

（東京都銀座「クラブ由美」にて取材）

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、コーヒーあ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。

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、衣類を長く大切に保つことができます。

歯磨きや洗顔・洗髪も安全な水で
清潔な水だから、素肌に触れる毎日の習慣も安心に。

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。

お風呂のお湯も安心 お肌や髪にも優しい
「細胞の劣化」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水になります。

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、邪魔にならずすっきり。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 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
広島市中区上八丁堀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
対応エリア
青森・岩手・宮城・秋田・山形・福島・茨城・栃木・群馬・埼玉・千葉・東京・神奈川・山梨・長野・新潟・富山・石川・福井・三重・岐阜・静岡・愛知・滋賀・京都・大阪・兵庫・奈良・和歌山・鳥取・島根・岡山・広島・山口・徳島・香川・愛媛・高知・福岡・佐賀・長崎・熊本・大分・宮崎・鹿児島

ニュース スポット

老朽マンション 建替え促進へ
合意決議の要件緩和

法制審議会の区分所有法制部会は、老朽化した分譲マンションの建替えを促進する制度見直しの要綱案を取りまとめた。

国土交通省などによると、築四〇年以上のマンションは二〇二二年末時点で約一二六万戸存在し、四二年末には四四五万戸に増えると推計されている。また災害などによる倒壊を防ぐため、建替えやすくする合意要件の緩和が必要だとの声が上がっていた。

本案では、①耐震性不足②火災への安全性不足③外壁剥落などの恐れ④給排水管腐食など衛生上の問題⑤バリアフリー基準に不適合のいずれかに該当すれば、「区分所有者及び議決権の各五分の四以上の合意」を求める現行の多数決割合を、「区分所有者及び議決権の各四分の三以上」に引き下げるとした。

ヒートショック対策
実施者は三五・三%

パナソニック ホームズは、「室内温度と健康に関する意識調査」の結果を発表。

ヒートショック対策を「している」と答えた人は三五・三%。具体的には、「入浴前に浴室を暖める」（五二・四%）がトップに。また、対策をしている回答者のうち、「リビング以外の非居室（洗面脱衣所・トイレ・廊下など）も暖房する」と回答したのは一八・九%にとどまり、適切なヒートショック対策ができている人は、回答者全体の六・七%だった。ヒートショック対策をしない理由では、「正しい対策の仕方が分からないから」（三九・三%）、「自分に対策は必要ないと感じているから」（三〇%）が多く、適切な対策方法や必要性に対する認知の低さがうかがえた。

住宅ローン金利
先高観がやや強まる

住宅金融支援機構は、住宅ローン利用者調査（二〇二三年一〇月調査）の結果を発表。

利用した金利タイプは変動型は七四・五%（二三年四月調査七二・三%）、固定期間選択型は一八・三%（同一八・三%）、全期間固定型は七・二%（同九・三%）。変動型の利用割合は「中古マンション」が最も多かった。

今後一年間の住宅ローン金利の見通しについて聞いたところ、「ほとんど変わらない」が四六・三%（同四九・九%）に。「現状よりも上昇する」は、四二・三%（同三八・四%）となり、やや金利先高観が強まっている。

賃貸マンション募集家賃
八エリアが全面積帯上昇

アットホームは、「全国主要都市の『賃貸マンション・アパート』募集家賃動向」（二〇二三年一二月）を発表。

賃貸マンションの平均募集家賃は東京23区・東京都下・埼玉県・千葉県・仙台市・名古屋市・大阪市・福岡市の八エリアが全面積帯で前年同月を上回った。

選んで良かった

第三者管理方式
子育て世代も安心のマンション管理
ハイムスイート西千葉（千葉市）

組合員　髙尾　幹汰さん（27）

髙尾　幹汰（たかお　かんた）さん

公務員（高校教師）。趣味はスポーツ観戦。妻、長女（3歳）、長男（0歳）と暮らす。勤務する高校のクラブ活動（野球）の指導に携わっており、明るい人柄で部員から慕われている。写真はご家族と。

■一目ぼれのマンション

ハイムスイート西千葉は二〇二三年に竣工したばかりのマンションです。緑豊かな文教エリアにあり、ファミリー世帯の方が多く住まわれています。

マンションを購入するにあたり、重視したポイントは、私たち夫婦の互いの両親の住まいに近いことや土地勘があることです。妻は千葉市内で、販売担当者からは「最初の購入者ですね」と言われました。

■暮らしやすい環境

マンションの周辺には、保育園、小学校、駅があり、商業施設も近く便利で暮らしやすいです。バルコニーが広く、日当たりが良いのも気に入っています。収納スペースも多く、使い勝手が良いですね。

■大満足の共用部分

共用施設が充実しているのも満足しています。友人などを招いてパーティーなどを開くことができるコミュニティスペース、オンライン会議や勉強などに利用できる個別の作業スペース、防音仕様となっているスタジオと多彩です。

■役員不要の管理方式

当マンションは「管理者方式（第三者管理方式）」を採用しているのも特筆すべき点です。私の両親は理事会方式のマンションに住んでおり、役員を務めるのは時間も取られ、責任もあり大変だと聞いていました。

しかし、購入前に、当マンションは理事長や理事会が実務をするのではなく、専門家である管理会社（セキスイ合人社タウンマネジメント、以下合人社）が実務を担う管理者方式を採用するという説明を受けました。管理組合の役員を務める必要がないのであれば、プライベートの時間を確保でき、仕事や家族のためにより多くの時間を使え、良い方法だと感じました。

■管理会社への期待

合人社はしっかり管理を行ってくれ、信頼しています。今後も居住者のニーズに応えていただきたいです。居住者がより快適に過ごせるよう、共用施設をはじめ、マンションの管理をよろしくお願いいたします。

外観

コミュニティスペース「スイートラウンジ」

建築仕上塗材 国内シェアNo.1
※2018年日本建築仕上材工業会調べ
建築仕上材の総合メーカー
エスケー化研株式会社
SK KAKEN 本社：大阪府茨木市中穂積 3-5-25　☎072-621-7733

SPICY DICTIONARY マンション法研究会報告 Q&A

Q　理事会では、給排水管の老朽化により、水漏れ等の不具合が続いていたため、共用部分の給排水管と合わせて専有部分の配管も合わせて更新する工事の実施を検討しています。

当マンションの管理規約はマンション標準管理規約（以下「規約」という）に準じており、**共用部分と専有部分を一体として工事はできると聞いたことがありますが、問題ないでしょうか。**

A　マンション標準管理規約第二条（敷地及び共用部分等の管理）第二項に、管理組合の管理行為として、本件のような「共用部分と専有部分の設備を一体として工事を行うことができる」と規定していますので、管理組合は本件工事を発注することができます。

しかし、規約第二八条（修繕積立金）第一項には、「修繕積立金は敷地及び共用部分等の特別の管理に要する場合に限って取り崩すことができる」と規定しており、その二号（不測の事故等特別の事由により必要な修繕）に該当しない懸念もありますので、専有部分の工事費に修繕積立金を充当できないおそれがあります。

そこで、**本件の工事費全額を修繕積立金で充当するために、規約第二八条第一項六号に、「一体として工事を行うことができる場合、その費用について修繕積立金を充当することができる」旨の規定を加えるのが良いと考えます。**

したがって、工事実施を審議する総会の議案に、規約改正の議案を提案して、決議をするのが良いでしょう。

編集／合人社計画研究所法務室
監修／柱・本田法律事務所
本田非凡弁護士

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…重圧…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

元安橋たもとのオープンカフェ
本格イタリアンが味わえる店
Caffè Ponte
カフェ・ポンテ
[住　所]広島市中区大手町1丁目9-21
[予約専用電話]082-247-7471

マンションの設備

LED照明

LEDとは「Light Emitting Diode」の略で、発光ダイオード（光を発する半導体発光素子）のことです。

照明として電気を使用するようになったのは、エジソンが白熱電球の実用化を成功させた一八〇〇年代後半のことです。以降ナトリウムランプ、水銀ランプ、蛍光灯と進化していき、二〇〇〇年代にはLED照明が普及しました。

白熱電球はフィラメントに電気を流し、それが熱を持って発光します。そのため、明かりのもとは電気による発熱です。蛍光灯はガラス管の中にガスが閉じ込められており、電気を流すと発生する電子とガスの原子が衝突することによって起こる放電が利用されています。熱は副次的にしか発生せず、主な明かりのもとは放電です。LED照明は内部の発光ダイオードに電圧を加えると電気を光に変換するため、明かりのもとは電気そのものです。

このような発光の原理の違いにより、LED照明は従来の照明よりも電気エネルギーの変換効率が良く、消費電力が半分以下で済みます。寿命は六～七倍長く、交換回数が少なくなり、製造などにかかるCO2が削減されます。このようなメリットは広く知られていますが、デメリットもあります。

①熱に弱い

発熱が少ない分、高温に弱い構造になっています。使用の際は高温になる環境かどうか配置の検討が必要です。

②光が広がりにくい

指向性が高く、三六〇度に広がる白熱電球や蛍光灯に比べ、場所によって照度が変わるといわれます。器具の選定や配置に注意する必要があります。

③価格が高い

同等の性能をもつ白熱電球や蛍光灯と比べると高価です。

機能的な部分は日々の技術開発で向上されています。価格的な部分は広く普及するほど低価格帯へ移行しやすくなるため、電気料金を考慮し、長い目でみればコストダウンにつながります。まだLED照明への切替をされていない方は、ぜひご検討ください。

エレベーターメンテナンスも、エレベーターリニューアルも。
創業56年のSECにお任せください！
メンテナンス　契約台数約6万台の安心と信頼
リニューアル　新設にも対応する最新のリニューアル技術
エレベーター製造許可
新サービス SPEED RENEWAL「スピードリニューアル」プランなら最短1日の工期を可能にします
お問い合わせ・ご相談はフリーダイヤル 0120-83-1171（平日 9:00～17:30）

SEC エス・イー・シーエレベーター株式会社　https://secev.co.jp
〒101-0044東京都千代田区鍛冶町2-3-3

あなたの「大切」を、セコムする。
SECOM セコム ホームセキュリティ
お問い合わせ 資料請求は　セコム株式会社 0120-756-892

いいもの、つづくもの。
BUY SELL

TVCMでおなじみのバイセル！
大切なお着物、新しい価値に。私たちが丁寧に引き継ぎます。

それ、バイセルなら買い取れます！

汚れ・べたつきのある
ブランド品

シミ・シワのある
着物

破れのある
毛皮

©S.P/N.A

☑ **高価**買取
☑ 出張・査定料**無料**
☑ **1点から**お受けします
☑ 現金**即払い**

査定士：高橋

バイセルなら買い取れるかもしれません。
お気軽にご相談ください。

家紋付き

柄や色が古い

ネーム刺繍

破損や目立つ傷

角擦れ

買取実績

以前着ていた辻が花など数点で
165,000円

着物・帯・反物	着物・帯	着物・ブランドバッグなど	着物・帯	着物・帯・反物
200,000円	130,000円	87,000円	79,000円	60,000円
買取日：2023年10月16日 宮城県 / 50代 / 女性	買取日：2023年10月12日 栃木県 / 50代 / 女性	買取日：2023年11月1日 広島県 / 70代 / 女性	買取日：2023年10月8日 北海道 / 60代 / 男性	買取日：2023年9月6日 兵庫県 / 70代 / 女性

着物・ブランド品など	着物・帯	着物・時計など	着物	着物・毛皮・ブランドバッグ
55,000円	32,000円	25,000円	12,000円	8,000円
買取日：2023年11月2日 愛知県 / 60代 / 女性	買取日：2023年10月10日 岐阜県 / 40代 / 男性	買取日：2023年11月5日 千葉県 / 50代 / 男性	買取日：2023年10月19日 茨城県 / 60代 / 男性	買取日：2023年10月30日 埼玉県 / 60代 / 女性

＼抽選で／
買取金額2倍

2/29の成約まで

※対象：①2024年2月1日～29日にご成約の方②出張・店頭買取にて一度に5,000円以上ご成約の方 ※後日抽選を行い、50名様に買取金額と同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程に添えない場合がございます。

＼ 買取金額2倍キャンペーン当せん実績 ／

着物・ブランド品など
51,000円 → 当せんで！ **102,000円**
買取日：2023年10月21日
高知県 / 50代 / 女性

うれしいです。家族のために使いたいです。思い出の品を売ったので、このキャンペーンで高額になって良かったです。

反物・帯留品・切手など
17,500円 → 当せんで！ **35,000円**
買取日：2023年10月14日
東京都 / 40代 / 男性

結婚記念日の食事で使います。今後も利用させて頂きます。

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。※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「運転免許証」「マイナンバーカード」「健康保険証」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。

サービスの質で選ぶなら…バイセル！
3つの安心宣言

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

キャンペーンは2月29日の成約まで！
こちらの番号からお問い合わせください

0120-638-499

お売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）
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、マスクの着脱をご相談させていただく場合がございます。　【ウェンディ26】

JPX 東証上場

ちょっと拝見　管理組合に聞きました

管理者方式を採用して良かった。

”理事会のために無理に仕事を終わらせる必要はない“

ロイヤルガーデン野田

マンション入り口

ロイヤルガーデン野田
建築概要
2012年8月竣工
鉄筋コンクリート造
地上11階建
総戸数　31戸
岡山市北区野田2-9-15
事業主　和田コーポレーション

美しいガラス窓と植栽

宗忠神社

■マンション購入までのお話をお聞かせください。

当マンションを購入するまでは、賃貸マンションに住んでいました。マンションの購入を検討し始め、マンションギャラリーをいくつか回ろうと思っていましたが、一件目に訪れたギャラリーで担当してくれた販売員のトークのうまさにのせられ、そこで当マンションに決めました。

■実際に暮らしてみていかがでしょうか。

マンションが竣工した二〇一二年八月から入居しています。4LDKの部屋で、新築なだけあってきれいで使いやすいと感じました。気づけばもう一〇年以上暮らしています。

■管理方式を管理者方式に変更したそうですね。経緯をお聞かせください。

二〇二二年一月の理事会で合人社計画研究所（以下、合人社）のフロント担当より管理者方式の説明があり、二〇二二年一二月より採用しました。当マンションの戸数は三一戸で、役員数は監事を含め四名、任期が一年であるため、八年弱に一回は役員の順番が回ってくる状態でした。大切な役割とはいえ、やはり精神的な負担を感じる上、理事会があるたびに開催時間に合わせて仕事の時間を調整しなければならないなどの面倒もありました。

これまで理事長を管理者として理事会で実務を担当していたところを、管理者方式では管理会社である合人社が管理者となり実務を担当します。説明を聞いた時には素直に「いいんじゃない」と感じました。

組合員の総意を確認するため、管理者方式についてのアンケートを実施したところ、約六五%の組合員が賛成の回答で、以下のような疑問が挙がりました。

「工事にかかる金額は明確にしてもらえるのか。小さな工事でも積み上げれば金額も大きくなる。組合員の目に見えるシステムはあるのか」については、「工事はその年度の予算額を上限として行う。工事内容については総会で必ず報告する」という回答でした。

「町内会の集まりは理事が参加していたが、合人社が参加するようになるのか」については、「町内会は地域コミュニティであるため、管理会社ではなくマンションにお住まいの方の参加になる」という回答でした。

「別途委託料が発生するのではないか」については、「当社では理事会方式から管理者方式への変更で管理組合のコスト負担がかさむことはない」との回答でした。

意見の交換を行い検討していった結果、やはり組合員の負担がなくなる点が決め手となり、賛成多数で管理者方式の採用が決定しました。

■理事会方式との違いや管理者方式にして良かった点を教えてください。

理事会の役員をやらなければならないという負担がなく、気持ちが楽になりました。仕事を調整して無理に早く終わらせる負担もなく、会議室で理事が集まってさまざまな問題の解決策を協議し決定するといったプレッシャーもなくなりました。

■マンション周辺の環境についてはいかがでしょうか。

JR宇野線・瀬戸大橋線の大元駅まで徒歩一五分で、コンビニやスーパーも近い環境です。最近は全国区であるドラッグストアもでき、非常に便利になりました。近くには宗忠神社もあり、年末年始はにぎやかでした。

■今後、合人社に期待することは何でしょうか。

当マンションの管理者として、私たちと同じ目線で実務を行い、管理組合運営の手助けをお願いしたいと思っています。

元理事長　長山（ながやま）　淳（じゅん）さん（47）

医療関係の仕事をしている。休日は趣味のサバイバルゲームに出掛けることもある。二人暮らし。

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　廣田（ひろた）　政幸（まさゆき）さん（63）

お客様に提案する際は「どのように説明すれば分かりやすいか？予想される疑問は？」という点について考え、事前準備を怠らないことがモットーです。また、お客様の負担が少なく済むことについても常に考えています。

理事会方式では、理事会で承認された議案を総会に上程しますが、総会で役員から疑問が挙がることも多々あります。初めて管理者方式の採用についての議案を上程した総会においては、役員と共に「管理者方式のメリット」を説明することができ、多数の賛成を得られました。今後もどう説明すれば議案について容易に理解いただけるかを考え、管理組合運営のお手伝いをしたいと思います。

趣味は東宝の特撮映画の鑑賞です。最近は『ゴジラ　-1・0』を公開初日の一回目の上映を見に行き、感動しました。野球も好きなため、プロ野球解説が得意です。日々の晩酌も楽しみで、お供は麦焼酎のいいちこです。休日は家でゆっくりYouTube鑑賞をしています。

管理員　本原（もとはら）　孝也（たかや）さん（67）

入居者の皆様が快適に過ごせるよう、清掃に力を入れています。問題が発生した場合は早期に解決できるよう行動しています。

当マンションの管理員となって三年目です。これまでトラブルなくやってこれたのは入居者の皆様が温かく見守ってくださったからであると感謝しています。皆様に信頼され、必要とされる管理員でありたいです。

趣味は低山登山や旅行です。

経理チェッカー　柴野（しばの）　佳那子（かなこ）さん（29）

業務の優先順位を考えながら、一つ一つ確実に処理することを心掛けています。正しく会計処理をするために、こまめにフロント担当に予算の使用状況や仕訳について確認・報告しています。

通勤時間はもちろん休日も利用して、資格取得を目指して勉強しています。入社して二種類の国家資格を取得しました。

合人社グループ　合人社グループ（グループ代表・持株会社）、合人社計画研究所（基幹会社）、合人社エンジニアリング、合人社シティサービス、合人社FGL、トーメン建物管理、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ、メイツ合人社コミュニティ、ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄、KL合人社、沖縄合人社、リークス合人社、デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道、コクバ合人社ファシリティーズ、STAR合人社、レイシャス合人社、シンエイ合人社管理、ボルテックス合人社建物管理、GHマネジメントサービス、琉球くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント、G&G Community、オープンハウス合人社コミュニティ、9GATES合人社、エネ・グリーン、G.FLEX、えもぼま

この人に注目

”ナゾ“を作る仕事。～謎解き・脱出ゲーム～

謎解きクリエイター　海野（うんの）　名津紀（なつき）さん

海野　名津紀／謎解きクリエイター

静岡県出身。あだ名は「けんぴ。」。東京大学謎解き制作集団AnotherVisionのOG。早稲田大学謎解き企画algo代表を経験。学生時代にフジテレビ『今夜はナゾトレ』、NHK『Rの法則』などに出演、謎解き企画制作を担当。最近の主な活動は『ジャンプフェスタ2024』謎解き企画、『暗号学園のいろは』暗号学園模擬試験制作協力など。
X(旧Twitter)アカウント：@circle20_0275
https://kempi-nazo.com

謎解きストーリーに関わった「ジャンプフェスタ2024謎解きラリー」の様子。2日間で8000人近くが参加した

■私と謎解きの出合い

間違いなくフジテレビ『脳内エステ IQサプリ』との出合いがキッカケです。食卓で家族であーだこーだ言いながら見るあの番組が好きでした。知識のない小学生の私でも大人と対等に意見交換できる、あの謎解きの時間が大好きでした。

でも、静岡には謎解きに関する施設なんてものは、当時何もなかったんです。「雰囲気謎」というサイトに落ちている高難度謎解きにチャレンジしてみたり、逆にネットで拙いながらも謎解き問題を出題してみたり試行錯誤の日々でした。

私が高校二年生になったタイミングで、なんと静岡に「たぬき探偵ジェリー」という謎解きカフェができて、受験そっちのけで通いつめました。

さらにフラッと立ち寄った早稲田祭にて、「早稲田大学謎解き企画algo」という謎解きサークルとの出合いがありました。学生が作った六〇分制限のリアル謎解き公演…どんな感じだろうかと行ってみましたが、コテンパンにされました（笑）。

手も足も出ませんでした。でも、だからこそ、私に足りない何かを教えてくれる予感がして、ここに入りたいと強く思いました。今思えば、早稲田大学を第一志望にしたキッカケは完全に「謎解き」でしたね。

■学生時代

二〇一七年、気合いで無事早稲田大学に受かり、三年生になる頃にはなんと憧れのalgoの代表に抜擢されました。

また、とある方の勧めで「東京大学謎解き制作集団AnotherVision」がインカレサークルだということも知り入団。先輩である松丸亮吾さんの活躍もあり、テレビ番組制作やアニメ・Pコラボ謎制作など、学生ながらに本当に多くのことを経験させてもらいました。

そうこうしているうちに謎解きの制作依頼が私個人にも来るようになり、気がついたら「職業：謎解きクリエイター」になっていました。一応、教師を目指すつもりで教員免許まで取得していたので、この進路には両親も驚いていました（笑）。

■そして現在

今、フリーランスの謎解きクリエイターとして活動していますが、この選択をして心から良かったと思っています。フリーランスならではの苦しさももちろんありますが、自分の行動次第でいろいろなプロジェクトに関わることができる点においてやりがいを感じます。また、”縁”というものを強く感じる瞬間が多くなりました。

特に、昔はネット越しに見ていた憧れの作家さんとタッグを組んで企画を進行していることや、大好きな『週刊少年ジャンプ』の謎解き企画に多く関われていることは、今でも夢じゃないかと思っています（笑）。

私は、今の私を九九％形作っている「謎解き」と出合えたことを幸福だと思っています。だからこそ、この奥深さを、面白さを、これからも多くの人に伝えていきたい。そして国規模の謎解きイベントを仕掛けて、日本中を驚きと感動の渦に巻き込むのが私の夢です！

「体験型脱出ゲーム『左ききのエレン』迫りくる納期からの脱出」制作指揮を担当

リアル謎解き公演の様子（会場：体験型脱出ゲームFar&Near南新宿店）

最後に、謎解きクイズです。

Wとyの間

答えは３文字。

ヒント：この制作集団の名前を連想しましょう。上の方に同じような「W」「y」はないでしょうか。答えは最後にふさわしい英単語です。答えはこのページのどこかにあります。

大規模修繕工事の現場から

今月のマンション

J,City松山南

【住所】松山市朝生田町　【戸数】53戸

当マンションは、愛媛県松山市の中心部より南方向に車で五分ほどの場所にあります。近くには学校や医療機関、商業施設などがあり、とても利便性が高い地域です。

A棟・B棟の二棟が連結し、エレベーターが二基、機械式駐車場も設置されているため、将来的に比較的修繕費が高くなる傾向は否めません。そこで、数年かけて長期修繕計画を検討し、将来の修繕費も考慮し、修繕積立金の改定などを行ってきました。

今回は第一回目の大規模修繕工事で、管理会社の合人社計画研究所のグループ会社、合人社エンジニアリングがコンサルタント業務から工事保証までを包括的に行う「特命競争入札方式」を採用していただき、実施しました。

実施にあたり、理事会等で工事の予算や建物劣化診断等の報告を行い、工事範囲についても説明会を幾度となく重ねました。所有者・居住者の皆様に工事内容に納得していただいたうえで、施工に至りました。

管理組合による工事の工程ごとの検査では、役員の皆様に分かりやすい資料で説明することに力を入れました。皆様からのご意見や要望もできる限り取り入れて、工事に生かしました。

今回の大規模修繕工事が問題なくスムーズに竣工できたことは、所有者・居住者の皆様の多大なご協力のおかげです。感謝いたします。また、工事期間中、外部駐車場へ移動してくださった居住者様におかれましては、ご不便をおかけしました。ご協力ありがとうございました。

今後もマンション管理を通じて、末長いおつきあいをお願いいたします。

（記：合人社エンジニアリング　松山営業所　中村尚道）

大規模修繕工事中

竣工後

管理組合からのコメント

第17期理事長　近藤（こんどう）　恭史（やすふみ）さん

大規模修繕工事の検討は当初2016年からスタートしましたが、将来の修繕費の資金計画を考えた場合、資金不足が予想されることから、数年をかけて長期修繕計画や修繕積立金改定などの検討を重ねました。区分所有者の承認を得て、今回第1回目大規模修繕工事の実施に至り、2021年6月に竣工となりました。

工事中は問題もなくスムーズに竣工できました。今後もマンションの資産価値向上のため、合人社と二人三脚で取り組んでいきたいと考えています。

季節の花

デイジー（雛菊）

暑さに弱い植物で、原産地であるヨーロッパなどではキク科の多年草とされていますが、日本では夏の暑い気候に耐えられず枯れてしまうことが多いため、一年草として扱われています。花弁の形は二種類あり、平たい形をしたリグローサ種と筒状になっているフィストゥローサ種があります。

日本には明治時代初期に伝わり、小さく、かわいらしい菊のような見た目から「雛菊」と名付けられました。開花時期は一二～五月。長い間花が咲き続けることから、「延命菊」や「長命菊」などとも呼ばれています。

花言葉は「純潔」「美人」「平和」「希望」。二月一五日、三月六日の誕生花です。

業務管理のオールマイティ
FlexCRM
合人社グループ クラウドサービス　株式会社 G.FLEX

高血圧の方、カテーテル治療を受けた方もお気軽にご相談下さい！もしもに備える等身大の保険
“もしもの時に安心をお届けする”
もしあん少額短期保険の ご葬儀保険
3月末までにご加入いただいた方全員に金粉入りスパークリングワインをプレゼント！
Point-1 高齢の方でも加入できます！
40歳～84歳まで新規加入ができ、保障は1年毎更新により最長95歳まで継続できます。
Point-2 健康に不安があっても加入できます！
持病のある方や、現在通院中でも服薬中でも当社規定の5つの告知項目に該当しなければ加入ができます（告知項目はパンフレット・ホームページ等でご確認ください）。
保険料は月額 2,000円・3,000円・4,000円・5,000円の4パターンから選択できます！
例①／64歳男性 月額保険料2,000円 ➡ 保険金1,012,200円
例②／74歳女性 月額保険料3,000円 ➡ 保険金1,435,500円
※その他、84歳まで新規加入可能な「介護一時金付定期保険」もございます！
資料請求お問い合わせ TEL 0463・22・2953　もしあん少額短期保険　検索
※詳細は資料・ホームページで確認ください。
東証スタンダード上場「サン・ライフホールディングス」グループ　関東財務局長（少額短期保険）第50号
株式会社もしあん少額短期保険　〒254-0024 神奈川県平塚市真土北町13-2

東証プライム上場企業のグループ会社です Vitabrid C12

健康対策はこれだけ！
これ1つで8つの健康対策ができます。

記憶力 睡眠 血圧 血中中性脂肪
目覚め 活力 ストレス 肌弾力

日本初※1、日本最多※2！8つの機能性を持つDHAサプリが誕生。脳にも血液※3にもいい！

プレミアムDHAは、青魚のサラサラ成分DHAとEPAを業界トップクラスに配合、さらに癒し系アミノ酸GABAと自然由来の健康成分を16種類配合しました。

業界トップクラスの高配合！

- 青魚のサラサラ成分 DHA 480mg
- オメガ3脂肪酸 EPA 100mg
- 大麦乳酸発酵液 GABA 100mg

日本で唯一※1 脳にも血液※3にも働く最新のDHAサプリ！

DHAによる機能 記憶力※5・判断力※6をサポート

うっかりなどの認知機能対策に！

【試験内容】試験デザイン：二重盲検並行群間試験　摂取期間：6ヵ月間　対象者：軽度認知障害を有する男女　試験方法：1日当たりDHA 480mg、EPA 720mgを含むカプセルまたはプラセボを6ヵ月間摂取した後、知覚速度に関する試験を行い、判断力の変化を測定　プラセボ群 n=42、DHA+EPAあり[アクティブ]n=44　出典：Bo Y, et al.Nutrients, 9(1):54(2017)

※研究レビュー採用論文のうち、代表的なものを掲示しており、本製品を用いた臨床試験ではありません。

※5.数に関する情報を記憶し、思い出す力　※6.言・ことばに関する情報の判断や読み書きをする力

GABAによる機能 摂取後12週間で血圧の上昇抑制※

血圧130超えたら要注意。12週間で血圧対策

【試験内容】試験デザイン：プラセボ対照無作為化二重盲検並行群間比較試験　摂取期間：12週間　対象者：血圧が高めの健常成人男女41名　試験方法：1日当たりGABA20mgを含有する飲料またはプラセボを12週間摂取し、血圧を測定　GABAなし[プラセボ]n=21、GABAあり[アクティブ]n=20　出典：健康・栄養食品研究, 10(1) : 21-35(2007)

※研究レビュー採用論文のうち、代表的なものを掲示しており、本製品を用いた臨床試験ではありません。

※血圧が高めの方の

たっぷり19種類の健康成分配合

脳と血液※3に働くDHA・EPAとストレスを和らげる※4GABAを高配合。

＆その他8種類

お急ぎください！数量300個限定の大特価！

定期価格 ~~4,546円~~（税込）

3,566円お得！

送料無料

※2回目以降は110円（税込）

定期コース初回限定 約15回分

980円（税込）

1回だけでもOK！　定期便は解約回数のお約束なし！2回目以降は、約30日分1袋が通常価格7,480円（税込）のところ20%割引の5,960円（税込）でご継続いただけます。※初回スターター定期の解約は7日前までにお電話ください。

サプリメントケース プレゼント！
※2回目以降は付いておりません。
デザインは変更になる場合があります。

キャンペーン期間 2024年3月31日まで

発売前に飲んでいただきました！

アナウンサー
吉川美代子さん（69）

DHAはアメリカ時代に勧められた。色んな健康対策が出来るのがとてもいい。

元フリースタイルスキー・モーグル日本代表
上村愛子さん（44）

現役時代からDHAを摂取していたので、とっても信頼しています。

宇宙飛行士・大学教授
野口聡一さん（58）

自分の健康は自分で守らなきゃね。青魚パワーには大いに期待しています。

※個人の感想であり効能効果を保証するものではございません。

※1：血中中性脂肪、血糖値等を含む8つの機能性の組み合わせが日本初、唯一（2023年5月TPCマーケティングリサーチ調べ）　※2：GABAおよびDHA・EPAのみを関与成分とした商品の中で、機能性表示の数が日本で最も多い（2023年5月TPCマーケティングリサーチ調べ）　※3：血中中性脂肪減少　※4：一時的な

このDHAサプリの売上の一部は、自然環境保護のために寄付されます。

お電話 0120-525-909

［通話料無料］24時間受付（年中無休）　※スマートフォン・携帯電話からもご利用いただけます。
※よりお得なコースもご案内しております。注文後のお問い合わせは、すべてお客様窓口 0120-987-861にて承ります。※なおこちらの番号では受付できませんのでご了承ください。

お申込番号 JP012b とお知らせください
※初めてご購入の方、1世帯1個まで

1分でお申込 スマホはこちら

【商品のお届け】通常、お申込みから1週間程度でお届け、2回目以降は30日間隔でお届けいたします。【送料】本広告で定期購入お申込みの場合、初回無料、定期2回目以降は割引送料の110円（税込）。【お支払い】代金引換または後払い決済（TEL）の場合、クレジットカード払い可）※後払いは、商品に同梱されている請求書で期日（請求書発行日から14日以内）までにお支払いください。※後払いの与信審査結果により、代金引換でのお届けになる場合がございますのでご了承ください。2回目以降は5,960円（税込）、送料110円（税込）【返品】未開封に限り、商品到着日から7日以内にお客様窓口までご連絡ください。万一、破損、汚損、あるいはお申込みの商品と異なるといった場合には、送料は弊社負担で交換または返品をお受けいたします。※お客様都合による返品送料はお客様負担となります。【定期コース】定期コースは、解約のご連絡を頂くまで「自動更新」となります。2回目のお届けは初回のお届けから約14日後、それ以降のお届けについては30日間隔でお届けいたします。仮に1年間継続（定期12回継続）の場合は支払総額67,750円（税・送料込）となり、購入回数の縛りはありません。【定期お届け変更・解約】2回目のお届けは7日前まで、3回目以降は10日前までにお客様窓口（0120-987-861）までご連絡ください。定期お届け変更・解約期限（2回目お届け分の7日前まで、3回目以降お届け分は10日前まで）を過ぎた場合は翌回分より変更・解約となります。【個人情報に関するお取り扱い】株式会社ビタブリッドジャパンはお客様から頂いた名前、住所、電話番号、その他お客様個人に関わる情報を、ご注文いただいた商品の発送、代金決済、弊社からのご案内のほか、個人を特定しない統計情報として利用させていただきます。【商品が届かない場合】ご注文より10日以内に弊社までご連絡ください。10日を経過したご連絡の場合、配送に関する紛失・破損の対応が難しい場合がございます。●初回限定キャンペーン商品は、1世帯様1回限りです。複数のお申込みと判断した場合は、初回キャンペーンを適用できず、キャンセルとなってしまう場合がございますのでご了承ください。

機能性表示食品 届出番号：H1258　本品にはDHA、EPA、GABAが含まれます。DHAには、中高年の認知機能の一部である、日常生活における数に関する情報の記憶と数・ことばに関する情報の判断や読み書きをサポートする機能があることが報告されています。DHA・EPAには血中の中性脂肪を減らす機能があることが報告されています。GABAには、血圧が高めの方の血圧を低下させる機能、仕事や家事、勉強などによる一時的な疲労感やストレスを和らげる機能、一時的に落ち込んだ気分を前向きにする（積極的な気分にする、生き生きとした気分にする、やる気にするなどの）機能、睡眠の質（眠りの深さ）の向上に役立つ機能、すっきりとした目覚めをサポートする機能、肌の乾燥が気になる方の肌の弾力を維持し、肌の健康を守るのを助ける機能があることが報告されています。

○本品は「ゼラチン」が含まれます。食物アレルギーの心配がある方はご確認の上、お召し上がりください。

食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。本品は特定保健用食品と異なり消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。
本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。

株式会社ビタブリッドジャパン
東京都港区赤坂5丁目3-1

合人社グループ　合人社グループ（グループ代表・持株会社）、合人社計画研究所（基幹会社）、合人社エンジニアリング、合人社シティサービス、合人社FGL、トーメン商業管理、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ、メイツ合人社コミュニティ、ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄、KL合人社、沖縄合人社、ワークス合人社、デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道、コクバ合人社ファシリティーズ、STAR合人社、レイシャス合人社、シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理、GHマネジメントサービス、琉球くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント、O&G Community、オープンハウス合人社コミュニティ、9GATES合人社、エネ・グリーン、G.FLEX、えもぼま

地域再生を考える 第60回

人口減少に挑む小規模自治体の取り組み

～人の取り合いから地域経済を強くする戦略へ～

株式会社ローカルファースト研究所　代表取締役　関（せき） 幸子（さちこ）

関　幸子
三重市役所にて27年間地方行政に携わる。2010年ローカルファースト研究所を設立。代表取締役に就任し、地方自治体の支援を行う。東洋大学大学院経済学研究科客員教授、経済産業省産業構造審議会地域経済産業分科会委員、内閣府自治体SDGs推進評価・調査検討会委員等を務める。

【鳥取県江府町】官民連携で整備した賃貸住宅「佐川第2団地」。写真上は3LDKのファミリー向け、写真下は3LDKの車いす対応の戸建て住宅（右）と1LDKの単身者用の集合住宅（左）

■進む人口減少。政府や自治体の取り組み

コロナ後日本の出生数が激減していることをご存じでしょうか。団塊ジュニアが生まれた一九七一年の出生数は、約二〇〇万人でしたが、二〇二二年には約七七万人、二三年は約七三万人となり、一九七一年と比較すると六四％も減少しています。今のままでいくと二一〇〇年には、日本の人口は約六〇〇〇万人にまで縮小します。

こうした、人口構造の大きな変化に対応するために、日本政府は二〇一四年に「まち・ひと・しごと創生法」を制定して、①地域に仕事をつくる②地方へ人の流れをつくる③若い世代の結婚・出産・子育ての希望をかなえる④人が集う、安心して暮らす魅力的な地域をつくるという四つの目標を掲げ、全国の地方自治体では、地方版「総合戦略」を策定し、地方創生に取り組んできました。

これまでの戦略は、人口が集中する都心から、人口を移転させる「人口増加作戦」でしたが、少子化の動きが速いこともあって、昨年からは都心から奪い取るという作戦から「自らが強くなる」戦略に方向転換し始めています。

一方で全国にある約一七二〇の自治体のうち、人口一万人未満の小規模自治体が五二二もあり、このまま人口減少が続くと、地域が消滅するという危機的な状況にあります。

私は現在、地方創生推進事務局の地方創生アドバイザーとして、こうした小規模自治体と並走しながら、具体的な事業を創り出すお手伝いをしてきました。そのなかで、人口減少に真正面から挑んでいる小さい町と村をご紹介しましょう。

■「鳥取県江府（こうふ）町」の官民連携によるまちづくり

人口最少県の鳥取県で最も人口が少ない町が鳥取県江府町です。霊山（りょうせん）「大山（だいせん）」の南麓と岡山県との県境にあり、ブナ原生林、水資源が豊富で、サントリーの「水」の西日本地区の水源となっています。

今年の一月の人口は、二四〇六人となり一九九五年のピーク時の人口四三一六人の半減となってしまいました。特に、若者や子育てファミリー層の流出が多く、その要因は、町内に生鮮三品を購入できる商業店舗がないことや、空き家が一〇〇軒以上あるにも関わらず子育て世帯向けの良好な住宅を提供できないことにありました。

そこで、白石祐治町長は、移住定住者向け住宅と商業機能、コミュニティ交流機能等を持つ総合的な地域整備を進めてきました。佐川地区に五〇〇〇㎡の土地を求め、PPP（Public Private Partnership）手法にて、公募で決定した合人社グループと共に、国土交通省の地域優良賃貸住宅制度を活用してオール電化住宅一二戸を整備。すでに八割の入居者が決定しています。商業施設等は、内閣府の地方創生推進交付金を活用して、この三月に生鮮三品も販売するコンビニがオープン予定です。

この拠点整備によって、人口流出から一気に人口流入へと流れが変わり、子育てするなら江府町というイメージが地域に広まりました。今後も江府町は、民間企業と連携して、住宅整備を進め、人の流れをさらに大きくする予定です。

■「岡山県新庄村」村民一家族による自立をめざす

岡山県は「晴れの国」というイメージがありますが、県北にある新庄村は、毛無山を主峰とした一〇〇〇m級の美しい連山に囲まれ、平均気温は一一℃と低く、降雪期は一二月から三月まで続く寒村です。古くは山陰と山陽をつなぐ出雲街道の宿場町として栄え、現在もそこで人々の生活が営まれながらも当時の面影を残しています。

新庄村の人口は、一九八〇年の一三五七人をピークに減少を続け、二〇二三年は七四五人で、二〇六五年には四一二人にまで落ち込むと推計されています。

二〇一四年の地方創生が動き出してから、小倉博俊村長が、「小さくても自主自立をめざす新庄村」宣言を行い、「村民一家族」を旗頭に据え、村民全員でのまちづくり、子どもを見守り育てていく決意を表明しました。

最初の事業として、二〇一五年に古民家を改造してコワーキングスペースを整備しました。雪で閉ざされた時期が長いので、農家や主婦の副業を促進するためのオフィスです。ITスキル研修の実施と、岡山県津山市や東京のIT企業から仕事を受注して、複数の収入源を確保しています。現在テレワーカーの方々は三〇代、四〇代の女性がメインで三〇人が育ってきました。

加えて、築一〇〇年の医者が住んでいた古民家を、大きな梁や大黒柱を生かしながら、水回りを最新設備にするなど、モダンな宿に再生しました。その名は「須貝邸」。以前の医者の名前をそのまま生かして名づけられました。一日限定二組という小さな宿で、特徴は、何といっても新庄村出身の若き料理長の三鴨裕太氏が作る料理。地元新庄村の食材にこだわった献立は、リピーターのお客様が続出するほどのおいしさです。旅館の予約サイトでも、一泊（二名）で約六万円ですが、予約が取れない宿として有名になっています。皆様もぜひ一度ご訪問いただき、一〇〇〇人の村を応援ください。

「地域再生を考える」編集委員会

【岡山県新庄村】古民家を改造した「咲蔵家」。コワーキングスペースを整備

【岡山県新庄村】医者が住んでいた築100年の古民家を再生した宿「須貝邸」と「須貝邸」の若き料理長 三鴨裕太氏

団地再生まちづくり 4
造むサステナブルな団地・まちづくり
編著／団地再生支援協会
NPO団地再生研究会
合人社計画研究所
定価2,090円(税込)／水曜社

団地再生まちづくり 5
日本のサステナブル社会のカギは「団地再生」にある
編著／団地再生支援協会
合人社計画研究所
定価2,750円(税込)／水曜社

楽々お取り寄せ
Easily Backorder
― 話題のサプリ ―

1日わずか1粒※1で お通じを「改善」

【機能性表示食品】
善玉菌のチカラ
■フジッコ

お通じを改善し、排便回数を増やす、フジッコの機能性表示食品「善玉菌のチカラ」

数ある乳酸菌商品の中でも、フジッコ㈱（神戸市中央区）の乳酸菌サプリメント「善玉菌のチカラ」が「スゴイ！」と話題になっている。

同社独自の乳酸菌を配合し、その〝ねばり強い〟チカラでお通じを改善。摂取すると排便回数が〝増える〟ことが、ヒト試験で確認された機能性表示食品。

飲みやすい小さなカプセルタイプで、摂取量はわずか1日1粒（目安）。「お通じの回数が増えました」「ハリ感が気にならなくなり、スッキリ！」「スルッと出ます」と、喜ばれている。

排便回数が増加、「スッキリして嬉しい」

「お通じが増えて、スッキリ！」という喜びの声がたくさん寄せられている、フジッコの乳酸菌サプリメント「善玉菌のチカラ」。お通じの悩みを改善する機能性表示食品だ。

フジッコは、「健康は、腸から作られる」という考えのもと、今でいう「腸活」に良い商品を創業時から作っている。

同社の人気商品「カスピ海ヨーグルト」にも含まれている独自の乳酸菌を配合

ヨーグルトなどの発酵食品や、食物繊維が豊富な昆布・ナタデココがまさにそう。発酵や乳酸菌についても長年研究をしている〝スッキリ〟のスペシャリストなのだ。

1日1粒※1で「スルッと出ます」

「フジッコ独自の乳酸菌『カスピ海乳酸菌※2』は、フジッコが販売している『カスピ海ヨーグルト』に含まれる、非常に強い〝ねばり〟を生む乳酸菌です。生きて腸まで届いて働き、お通じを改善することが研究で確認されています」と話すのは、同社ウェルネス倶楽部代表の平岡健治さん。

ダブルで発揮〝ねばねば〟パワー

この乳酸菌の働きを凝縮したサプリメントを作るため、同社は『カスピ海乳酸菌※2』を生きた状態で粉末化。

一般的な乳酸菌（右）と比べると、『カスピ海乳酸菌※2』（左）は、糸のような〝ねばり〟を出してる

さらに、昆布など海藻の表面を覆っている〝ねばねば〟の元になる成分「アルギン酸カリウム」も20ミリグラム加えた。ダブルの〝ねばねば〟パワーで、スッキリをより強化している。また、現代人に不足しがちなカルシウムも70ミリグラム配合。

海藻由来の〝ねばねば〟成分を配合

「長年のお通じの悩みから解放されたい」「続けるからには、しっかり実感したい」そんな人にこそ、おすすめできる自信作だ。

※1 目安量
※2 クレモリス菌FC株

注文&問い合わせ

【機能性表示食品】
善玉菌のチカラ

1袋（400ミリグラム×31粒）通常価格2,550円のところ、特別価格1,950円（送料別途200円）で。1家族2袋まで。電話申込による「お得な定期コース」（1袋初回1,550円、2回目以降2,350円で毎月お届け。送料無料）あり。初回購入者限定、すべて税込。定期コースの解約は、次回お届け予定日の10日前までに連絡。申込は、3月15日まで。

■フジッコ㈱ ウェルネス倶楽部受注センター　係名：2085係
〒870-8790 大分県大分市王子北町1-10 DMGC
☎0120-55-2425（9時～21時受付）
FAX 0120-86-2425（24時間受付）
FAX・ハガキからの申込は、①〒住所②氏名③電話番号④数量⑤2085係を必ず明記。商品は1週間前後でメール便で直接ポストにお届け。支払いは商品到着後15日以内に振込（郵便局・コンビニ）またはクレジットカード。なお、申込み時に支払い方法について指定がなかった場合は、振込にて商品を手配。それ以外を希望の場合は電話申込にて。返品は商品到着後8日以内。ただし、購入者都合による返品の場合は未開封に限る（返送料自己負担）。個人情報は厳重に管理し、商品発送やご連絡等に利用。詳細URL：https://www.shop-fujicco.com/info/privacy/
本社所在地：神戸市中央区港島中町6-13-4　※パッケージ表示は予告なく変更になる場合がございます。

機能性表示食品【届出番号：C308】本品には独自の生きた乳酸菌クレモリス菌FC株（L.lactis subsp. cremoris FC）が含まれます。クレモリス菌FC株（L.lactis subsp. cremoris FC）は、お通じを改善します。本品は、事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁長官に届出されたものです。ただし、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

※アレルギー物質（28品目中）：ゼラチン

合人社グループ　合人社グループ（グループ代表・持株会社）、合人社計画研究所（基幹会社）、合人社エンジニアリング、合人社シティサービス、合人社FGL、トーメン建物管理、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ、メイワ合人社コミュニティ、ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄、KL合人社、沖縄合人社、ワークス合人社、デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道、コクバ合人社ファシリティーズ、STAR合人社、レイシャス合人社、シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理、GHマネジメントサービス、琉球くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント、G&G Community、オープンハウス合人社コミュニティ、9GATES合人社、エネ・グリーン、G.FLEX、えもぼま

本音のエッセイ

サケが食べられなくなる!?

科学ジャーナリスト　山本（やまもと） 智之（ともゆき）

山本　智之／科学ジャーナリスト

国内外で潜水取材を実施。「海洋」と「環境」をテーマに執筆や講演を続けている。朝日新聞社科学医療部次長、朝日学生新聞社編集委員などを歴任。近著は『温暖化で日本の海に何が起こるのか』（講談社ブルーバックス）。X（旧ツイッター）は@yamamoto92

南北に長い日本列島には、地域ごとに独自の「魚食文化」がある。たとえば、北海道の「めふん」（サケの腎臓の塩辛）、沖縄県の「スクガラス」（アイゴ類の稚魚の塩蔵品）といった珍味がそうだ。

いまの世の中では、新幹線や飛行機で人々が大量に、ものすごいスピードで移動している。これほど人やモノの往来が盛んなら、食文化も全国的に均一化しそうなものだ。だが実際には、各地域の独自性が色濃く残っている。食の習慣というのは意外に「保守的」なものらしい。おかげで旅行をするたびに、その地方の名物料理を楽しむことができる。

ただ、そんな日本の魚食文化にいま危機が迫っている。各地で食用に親しまれてきた魚たちが近年、だんだん取れなくなっているのだ。その大きな原因が「海の温暖化」だ。日本をとりまく海の平均水温は、この一〇〇年で一・二四度高くなった。海中で暮らす魚たちにとって、平均水温が一度上がるというのは、とても大きな変化だ。実際、水温の上昇に伴って、日本の魚の分布は大きく変わり、漁業にも影を落とし始めている。

サケの主産地の北海道では、海から生まれ故郷の川へと戻ってくるサケの数が、二〇〇〇年代後半から急速に減り始めた。近年はピーク時の半分だ。その原因として、温暖化による水温上昇が指摘されている。一方で、これまで北海道ではなじみの薄かったブリは、一九九〇年代に比べて漁獲量が約二〇倍に増えた。ブリの食文化がほとんどなかった北海道ではいま、せっかく取れたブリの消費をどう増やすかが課題になっている。

「東のサケ、西のブリ」という言葉がある。サケは東日本、ブリは西日本の魚食文化を代表する魚、という意味だ。だが、そうした食文化の地図が、温暖化によって塗り替えられつつある。伝統的な日本の魚食文化を守るためには、温室効果ガスの排出削減を進め、温暖化にブレーキをかけることが欠かせない。ただ、率直な見通しをいえば、このままでは温暖化はかなりのレベルまで進むことが避けられないだろう。

暖かい海に多いアイゴ類は、温暖化で日本列島を北上し、藻場を食い荒らして「磯焼け」を広げると予測されている。藻場を守るためには、アイゴ類を食用にする習慣があまりなかった東日本でも、積極的に漁獲して食べる取り組みが大切になってくる。

このように、今後は消費者になじみのなかった南方系の魚がたくさん店頭に並ぶ機会が増えていくはずだ。そうした魚を「見たことがない」「知らない」と毛嫌いせずに、食生活に積極的に取り入れ、新たな魚食文化をつくっていく―。これからの時代は、そんな心構えが必要ではないかと思う。

旬の食材

ハマグリ

旬は二～四月。産卵に向けて栄養を蓄える春先がおいしいとされていますが、産地によって旬が異なるものもあります。国内の産地に茨城県、千葉県、三重県、熊本県などが挙げられますが、国内に流通しているハマグリの九割が海外からの輸入品です。

対の貝殻以外はぴったり合うことがないという特徴が良縁の象徴とされ、三月三日のひな祭りや結婚式に食べられます。平安時代には「貝合わせ」という遊びに使われていました。

鉄分やタウリン、ビタミンB12などが豊富に含まれており、貧血予防や肝機能を高める効果が期待できます。

せり

春の七草であるせりの旬は一一～四月。アジア一帯を原産地とし、数少ない日本原産の野菜の一つです。日本では古くから食されており、『古事記』や『万葉集』などに登場しています。

寒さに強い野菜で、宮城県や茨城県が主な生産地です。宮城県で生産されているせりの約八割は名取市で生産されており、「仙台せり」として知られています。

独特の風味とシャキシャキとした食感が特徴です。同じセリ科であるみつばと見た目や味がよく似ています。秋田県の郷土料理である「きりたんぽ鍋」などに使われます。

今日は何の日？

二月二四日　月光仮面登場の日

一九五八年のこの日、ラジオ東京（現TBS）で連続テレビ映画『月光仮面』のテレビ放送がスタートしました。

三月二日　遠山の金さんの日

遠山の金さんこと、遠山左衛門尉景元が、一八四〇年のこの日に北町奉行に任命されました。

三月八日　ミツバチの日

全日本はちみつ協同組合と日本養蜂はちみつ協会（現日本養蜂協会）が制定しました。日にちは、「ミツ（三）バチ（八）」の語呂合わせから。

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…重圧…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

マンション管理の常識

地震に対する建物の構造について

地震に対する建物の構造は、主に「耐震構造」「制震構造」「免震構造」の三つがあります。それぞれの特徴について説明します。

■耐震構造

耐震構造は、建物自体の強度を高めることで、地震による建物の倒壊を防ぐ構造です。骨組みの中に筋交いを入れたり、耐力壁を効率よく配置したりするなどして強度を高めます。集合住宅では最も一般的な構造で、多くのマンションで採用されています。ただし、地震の揺れが建物に直接伝わるため、上の階ほど揺れが大きくなり、大きな地震の場合は家具の転倒などの危険性があります。

■制震構造

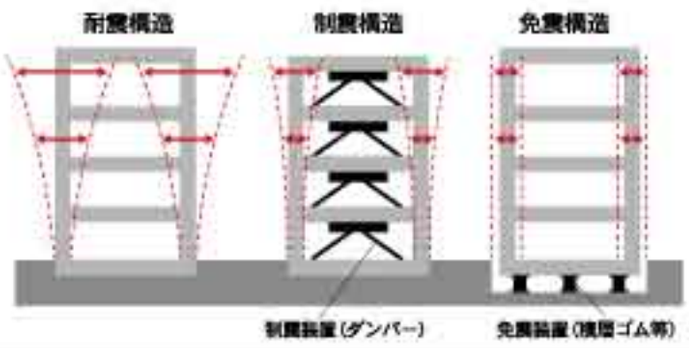
制震構造は、建物の骨組みに設置したダンパー等の制震装置が地震エネルギーを吸収し、建物の揺れを抑える構造です。しなりながら揺れを軽減し、耐震構造に比べると揺れ幅が少ないとされています。また、地震だけでなく、風揺れにも効果を発揮します。

■免震構造

免震構造は、建物の基礎と上部構造との間に積層ゴム等の免震装置を設け、免震層が設けられている構造です。免震層の柔らかいバネ特性により、地震発生時は免震装置が水平に動き、建物の揺れを緩和します。建物は大きくゆっくり揺れますが、上の階でも揺れ方は変わらず、家具の転倒なども起こりにくくなります。

ただし、縦揺れの場合は、横揺れほどの効果は発揮できません。また、免震装置の定期的なメンテナンスも必要です。

なお、既存のマンションでも、構造によっては、改修工事を行い、耐震、制震、免震の性能を持たせることができます。



PROVITA C® GRANULES

従来のビタミンCに満足できなかった方へ

特許を取得した
ビタミンC誘導体「AA-2G」配合

PROVITA C®
GRANULES
プロビタC顆粒

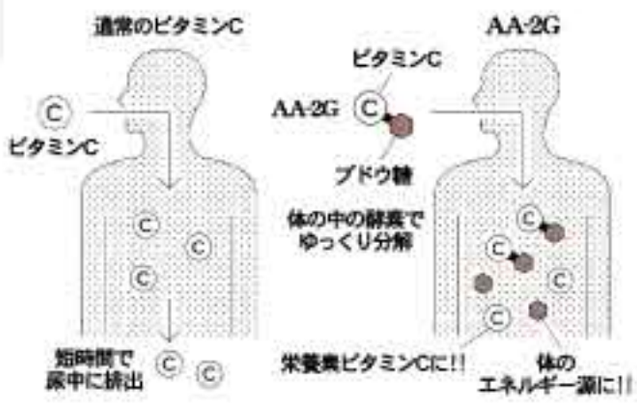
身体のことを大切に思う人のための
安定・安全・持続型のビタミンC

ビタミンCは私たちの身体には欠かせない大切な栄養素ですが、熱や光、空気に触れると壊れやすく、たくさん摂取しても2～3時間後には尿と一緒に体外へ排出される欠点があります。

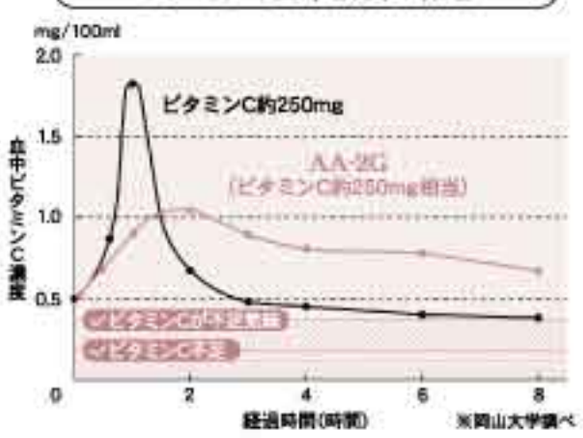
そこで開発されたのが、水溶液中でも安定するビタミンC誘導体「AA-2G」。通常のビタミンCの酸素と反応しやすい部分にブドウ糖を結合させ、壊れやすさを解消。さらに体内に入るとビタミンCとブドウ糖にゆっくりと分解されるので、通常のビタミンCに比べ約3～6倍の長時間にわたって体内のビタミンC濃度を高く維持。それぞれ栄養素として、本来の作用を十分に発揮します。

従来のビタミンCに満足できなかった方、その違いを体感してください。

ビタミンC誘導体「AA-2G」の特徴



ビタミンC血中濃度の推移



〈お召し上がり方〉
栄養機能食品として1日2包（朝夕1包ずつ）を目安に、そのまま、またはぬるま湯とともにお召し上がりください。

1箱60包入り（1日2包）
定価6,480円（税込）

ウェンディ読者特別価格

1箱　6,270円（税込）
1回で2～4箱購入の方は
1箱あたり　6,070円（税込）
1回で5箱以上購入の方は
1箱あたり　5,670円（税込）

2箱以上（1万円以上）購入で 送料無料

※地域により送料が異なります。詳しくはホームページまたは電話にてご確認ください。

ご注文　ウェンディ事業部
①お電話にて　0120-47-7487（定休日…土日祝）
②FAXにて　0800-100-2627
③おハガキにて　〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル「ウェンディ事業部」宛

※名前・電話番号・住所・注文個数をご記入ください。
※お支払いは代金引換となります。商品のお受け取り時にお支払いください。
※ご記入いただいた個人情報はウェンディ事業部からのご案内に使用することがあります。個人情報については、弊社が責任をもって管理いたします。

【商品に関するお問い合わせ】
（株）アスコルバイオ研究所
〒701-1221 岡山市北区芳賀5303 ORIC内
TEL086-201-0325　FAX086-286-9880　https://ascorbio.co.jp
※（株）アスコルバイオ研究所は、岡山大学発のベンチャー企業です。

サルサヴェルデは「緑のソース」を意味するイタリア語。一般的にはイタリアンパセリが使われますが、今回は旬の菜の花を使い、春を感じる一品に。刺身などの魚料理にも合います。

豚肉のソテー 菜の花のサルサヴェルデ

カフェ・ポンテが公開するレシピ

材料（1人分）
豚ロース肉…200g、菜の花…1束、ニンニク…1/2片、ケッパー…大さじ1、アンチョビ…5〜6本、塩…適量、白ワインビネガー…大さじ3、オリーブオイル…大さじ3

① 豚ロース肉の筋に切れ目を入れ、両面に塩をふる。

Check!
切れ目を入れることで、焼いた時に肉が縮んだり、反り返るのを防ぎます。

② 豚ロース肉をフライパンで焼く。片面に焼き目がしっかりと付いたら、ひっくり返して焼く。

Check!
脂身が多い部分は火が入りにくいため、気になるようなら肉を細かく切って焼く。

③ 鍋に水を入れ、沸騰したら、塩を入れる。菜の花を根元からゆでる。少ししたら穂先の部分も入れ、ゆでる。

Check!
菜の花はゆでる前に水にさらしておくと、水分を吸い、シャキッとした食感に。

④ ゆでた菜の花を氷水にさらし、色止めする。水気を切って、適当な大きさに切る。

⑤ 深めの容器にスライスしたニンニク、ケッパー、アンチョビ、菜の花を入れ、ブレンダーでかき混ぜる。ミキサーなどでも可。

⑥ ピューレ状になったら、白ワインビネガーを入れ、かき混ぜる。塩で味を調え、オリーブオイルを加え、さらにかき混ぜる。

⑦ 皿に豚ロース肉を盛り付け、⑥のサルサヴェルデを添えたら完成。お好みで塩コショウ（分量外）をふっても。

Caffè Ponte　カフェ・ポンテ　広島平和記念公園対岸 元安橋東詰

オープンカフェ『カフェ・ポンテ』。「ポンテ」はイタリア語で「橋」という意味。「来訪者に憩いや交流の場を提供し、潤いと安らぎのある川辺の風景を創り出す」ことがコンセプト。旬の食材にこだわった本格イタリア料理のお店。

【住所】広島市中区大手町1丁目9番21号
【予約専用電話】082−247−7471

モバイル会員募集
お得なモバイル会員を募集しています。いつでも会員登録できます。お食事をすると、ご利用金額に応じてポイントをプレゼント。次回のお食事にご利用いただけます。来店時登録可。
QRコードを読み取って空メールを送信（またはcaffe@caffeponte.comへ空メールを送信）。メールが届くので、そこから会員登録してください。※受信拒否設定をされている方は、caffeponte.comからのメールを受信できるようにしてください。

家でもできる冷え性対策

「温活」のすすめ

寒い冬、冷え性の方にはつらい季節ですが、最近は冬だけでなく、夏の冷房などでも体が冷えてしまう方が増えています。体を温めて冷え性を改善する温活は、家庭で簡単に行えるものがたくさんあります。日常の生活に温活をプラスして、冷え性とおさらばしましょう！

取材協力：全国冷え症研究所

ー体操編ー　急激に温度を上昇させる！

おじぎ体操

両足を肩幅に開き、気をつけの姿勢から10～15回ほど体を深く曲げ、おじぎをします。腹圧が上昇し、体幹に集まった血液が下肢や上肢に流れ出して、末端の温度を上昇させます。

足指体操

椅子などに座り、足の指でグー、チョキ、パーのジャンケンをします。左右別々に10回ずつ、両足一緒に10回。ゆっくり、足先を意識しながら、左右3～5回行います。

ー就寝編ー　適温で快眠しましょう

布団乾燥機と湯たんぽで暖かく

布団の中が寒くて眠れない人は、寝る前に布団乾燥機で布団を暖めるか、湯たんぽを使用しましょう。中でも、陶器の湯たんぽは温度変化の曲線がなだらかで、朝まで温もりが持続し、適度な湿度も保ってくれます。

暑い夏には氷枕を

暑い夏、クーラーを使い続けて冷房病になる人は少なくありません。特に寝ているときのクーラーは要注意。暑い夜には、首の後ろ、うなじの部分に氷枕を当てるだけで、体温は下がります。温度を下げるスイッチがあるからです。また、脇の下を冷たいタオルで拭くのも効果的です。

シーツの素材はムートンに

夏場は綿や麻、冬はムートンのシーツを使ってみてください。ムートンのシーツは湯たんぽとの相性もよいです。敷布団は100％ムートンのものを使用しましょう。化学繊維でできたものは静電気を起こすため、効果的ではありません。掛け布団は、天然素材の羽毛布団がよいでしょう。

ー食事編ー　体の中から温めよう

体を温める食材と冷やす食材

体を温める食材は、地下にできる根菜類。ニンジン、ゴボウ、レンコン、いも類などには温める力が備わっています。逆に体を冷やす食材は、生野菜や果物類です。

冷たい食べ物の後は温かいものを

夏場は冷たいものをとる機会が増えます。体をいくら外から温めても、中から冷やしてしまっては意味がありません。体を冷やすものをとったときは、逆に温めるものを意識的にとるように心がけましょう。

ショウガみそ汁でホカホカに

具はお好みのものでかまいません。ゴボウ、レンコン、ニンジンなど根菜類を入れてもよいでしょう。みそ汁を椀に注ぎ、すりおろしたショウガ約10gを加えます。ショウガの風味が強すぎると感じる場合は半分くらいの量でもよいです。

ー入浴編ー　お風呂タイムはリラックスしながら楽しもう

半身浴

半身浴は、通常の入浴よりも体をよく温めることができます。発汗作用にすぐれ、全身の血行をよくしてくれるので、冷え性の方には効果的な入浴法です。半身浴タイムには、気に入った本を読んだり、好きな音楽を流したりするなど、リラックスできる演出をすれば、楽しみな時間が増えるはずです。

お湯の量

体に対しての水圧を減らし、温度の低い下半身の血液をよく温めて、その血液を全身に巡らせるため、みぞおちより下の量になるくらいにします。

お湯の温度

自分の心地よい温度（37～40℃）に設定するのがよいでしょう。最低でも20分以上、頭の上から汗が落ちてくるまで、ゆっくりと漬かってください。そしてできるだけ頭上の換気をよくするようにしてください。特に貧血ぎみの人は注意が必要です。

汗を出すために

30分ほど汗が出ないこともありますが、しだいに短時間でもよく汗が出るようになります。汗の出が悪い人は、湯の中に塩大さじ1～2杯（15～30g程度）を入れると、汗が出やすくなります。

＼入浴のポイント／

備長炭の使用

遠赤外線効果があるので、湯船の中に1～2kg入れるとよいでしょう。

足湯は要注意

冷たい足先を熱いお湯に浸すと気持ちがよいものです。ところが、足湯は冷え性の人にとって要注意。足湯をしてしばらくたつと、実は足先はお湯に浸す前より冷たくなってしまうのです。足湯直後に靴下を履くなどの対策をしましょう。

高温のお風呂は要注意

高温のお風呂を好む人もいますが、熱すぎるお湯は体表面の温度を上げるだけにとどまり、体の中まで温まる前にお風呂を出ることになるので、湯冷めをしやすくなります。

ー服装編ー　素材に気を付けてお腹・首・足先を温める

放湿性がよいシルク

シルクは吸水性がよく、湿気を吐き出す力もあります。タイツやストッキングを選ぶときは、シルクの入ったものにしてみましょう。

マフラーで首元を温める

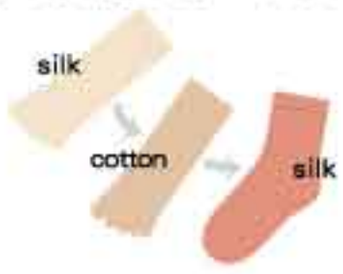
冷房病の対策には、うなじを冷やさないことが大切です。また、就寝時に冷えを感じる場合も、薄手のマフラーを使用するとよく温まります。素材はシルクかウールにしましょう。

お腹は腹巻き・毛糸のパンツを

冷えを感じると血液は内臓器官や脳に集まります。この血液をもう一度手先や足先に流すには、第一に腹部を温めることが大切です。腹巻きや毛糸のパンツは腹部の温めに効果的。化学繊維は静電気が起こりやすいので、天然素材のものを使いましょう。

5本指やシルク靴下のすすめ

靴下の効果を出すためには、まずお腹を冷やさないようにしましょう。靴下の重ね履きをする場合は、5本指シルク靴下、5本指綿の靴下、シルク靴下の順に履くとよいでしょう。きつく締めつけられないルーズなものを選んでください。夜間は重ね履きを控え、ルーズなタイプのナイトソックスを。また、ストッキングを履いていて、指先が冷える人は指先だけのソックスを試してみてください。一番温度の低い部分を温めることができるので、効果的です。



締めつけには要注意

寒い日に少しでも体を温めようと、コルセットやガードルをつけたり、何枚も重ね着をしてしまったりする人がいますが、基本的に体を締めつけるものは血行を悪くするので、避けなければなりません。靴下も、シルク・綿・シルクの順にゆったり重ね履きするのはいいのですが、足首の締まったものは血行を悪くする原因になりますので、気を付けましょう。

月刊 ウェンディ　編集・発行 合人社グループ 出版局　〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル　☎082（247）7479

広告

〈特集〉女性の天敵“シミ※1”の悩みは、なぜ美白※3しても尽きないのか？

一生、シミ※1に悩み続けますか？それとも…

葡萄（ぶどう）の樹液を活用した、世界で初めての美白※3

葡萄樹液が持つ美肌力に着目。有効成分をサポートし、パワフルな美白に。

女性の天敵、シミ。美白化粧品を顔に塗りながら、「このシミはいつまで顔にあるの？」と、ため息をつく人も多いはず。そんな女性のために、世界初（※2）の葡萄樹液を配合したオールインワン美白美容液が誕生した。無くならないシミの事を考え、天然成分と有効成分の相互作用に着目。なんとこれ一つ塗るだけで、顔中に沈着しそうなシミを丸ごとケアするという。これまで悩んでいた女性からも「シミが増えない」という声が。その秘密とは。

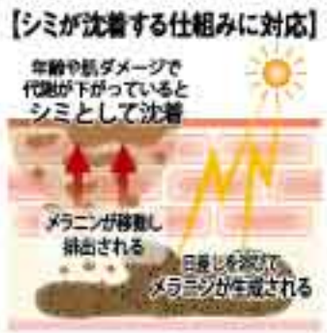
葡萄の木の枝からポタポタと滴る葡萄樹液を、そのまま手の甲に塗ると、肌に全て吸い込まれてスベスベに。

【塗るだけで明るい印象に】

美白の盲点 点ではダメ。面で攻めねば

尽きることないシミの悩み。それは美白化粧品が、有効成分をたった一つ、少しでも配合すれば、「シミを防ぐ」とされるせいかもしれない。しかし本来、シミが出来る仕組みは複雑。肌全体に総攻撃をかけないと食い止めづらいのに、少しの有効成分で足りるのか…。そこで、肌のなかのシミを丸ごとケアするために生まれたのが、世界初の（※2）葡萄樹液を配合したオールインワン美白美容液「薬用 葡萄樹液ジェル」。「シミが目立つ一箇所だけでなく、肌全体にアプローチしないと、シミの原因は肌の中でくすぶっている」と考え、新たな

【シミが沈着する仕組みに対応】



メラニン生成抑制	有効成分アルブチン
メラニンを運ばない	タイムエキス(1)
メラニンを溜めない	エイジツエキス
健やかで若々しい肌に	葡萄樹液・その他

【年間2週間だけ流る樹液】

別名「幻の美肌水」とも呼ばれる。

突破口となった葡萄樹液がシミの元を40%抑制※4

ユニークな開発がスタートした。

ところが問題が起こった。どんなに優秀な有効成分でも、紫外線で美肌力の落ちた肌には働きにくかったのだ。その突破口を開いたのが葡萄樹液。10年かけて開発された世界初（※2）の化粧品成分だ。余談だが葡萄樹液が最初に注目されたのは、ハリが出て若々しい肌を実感できる所だった。

しかし、定期的に葡萄園を訪れていた研究者が、「葡萄樹液を塗る女性は、日差しを浴びて農作業してもシミがない」と研究を追加すると、なんとメラニンまで40%も抑制していたのだ。また分析では、天然のアミノ酸やミネラルなど、美肌成分もたっぷり含有している事が判明。これが糸口となり、シミケアをサポートする葡萄樹液に、メラニンの生成を抑制する美白有効成分アルブチンを合わせ、さらにメラニンの表面化を防いだり、紫外線による肌ダメージを溜め込ませないようにする植物エキスを含む15種類の美容成分を配合。シミが無くならない原因に徹底的に対応する配合が完成した。濃厚な天然成分と有効成分が相互に働き、シミを出来にくくするパワフルなオールインワン美白美容液なのだ。

世界初（※2）の化粧品原料「葡萄樹液」を高濃度に配合したことで、有効成分がより効果的に肌に働きかけるオールインワン美白美容液の「薬用 葡萄樹液ジェル」。

頬やコメカミも！顔全体に塗り込んでシミ悩みすっきり！

お手入れは洗顔後このジェルを顔全体に塗るだけ。茶ぐすみした部分も透明感が出てツルン、肌色スッキリ。小さなシミが目立って心配な部分に塗り込んでいると「使い始めてから新しいシミが増えていない」「シミ隠しの厚化粧をせずに済む」との声も。最初はハリのなさに悩む人に注目されていたにも関わらず、シミへの反響が大きかったという実力派。パラベン、アルコール、香料は不使用。今回は、この「薬用 葡萄樹液ジェル」が割引特典で、先着200本に限り10%OFF。通常5205円（税込）を4680円（税込）（120g／朝晩約2カ月分）。さらに60日間の返金保証付きのため安心して試すことができる。気になる方は下記（株）ハーベリィアースストーリーまで。

【シミのない肌】【シミのある肌】

シミがあると、こんなにイメージが違う

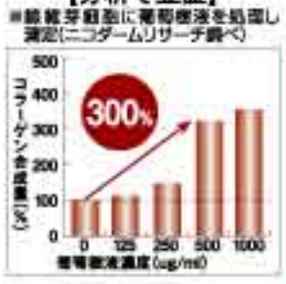
＼知ってラッキーTOPICS／

シミケアなのに顔がプリッ！コラーゲンも3倍に

シミはもちろん、ハリ不足も気になって…とお悩みの方は多いのでは？とはいえあれこれ化粧品を使うのは大変。しかし実は「薬用 葡萄樹液ジェル」なら、1本でプリッとしたハリまで出てくると話題だ。葡萄樹液は、コラーゲンを3倍にする力も注目されていて、しっとりするだけの化粧品とは違い、塗っているうちにどんどんコラーゲンを増やしてくれる「塗るコラーゲンマシン」のような珍しい力を持っているのだ。実際に美白ケアのために使っていた人からも「明るさもハリも出た」「プリッとして若く見られた」と様々な美容への声が。お手入れにお金も時間もかけられないという人は、シミもハリも対応する葡萄樹液に頼ってみては？

【分析で立証】

※線維芽細胞に葡萄樹液を処置し測定（ニコダームリサーチ調べ）



※1 紫外線による ※2 PCPC（米国化粧品工業会）で世界で初めて登録されました（コード番号19902） ※3 メラニンの生成を抑え、シミ・そばかすを防ぐこと ※4 ニコダームリサーチ調べ ※5 アラビノガラクタンプロテインを含む活活で採取した葡萄樹液を配合したオールインワンは日本で唯一

本商品は、SDGs視点で製品を評価する「サスティナブルコスメアワード」および、持続可能な社会の実現を目的とする「ソーシャルプロダクツアワード」において賞を頂戴しました。

シミ※1でお悩みの方に!!

葡萄樹液高配合 ＋ 美白有効成分アルブチン ＋ 植物エキスなど美容成分15種

この配合は、日本でこの商品だけ！※5

8つの成分が無添加
●パラベン ●合成香料 ●合成着色料 ●アルコール ●石油系界面活性剤 ●動物性原料 ●鉱物油（ミネラルオイル） ●シリコン

洗顔後はこれ一つでOK！ 化粧水・乳液・美容液の3役 オールインワン美容液

薬用 葡萄樹液ジェル［モン サン ブルール パーフェクトジェルb］医薬部外品（120mL／朝晩約2ヵ月分）

60日間全額返金保証

2024年3月31日(日)まで 限定200本

商品をお試しいただきご満足頂けなかった場合は、商品到着後60日間は、ご使用後でも代金を全てお返し致します（返品商品が弊社に到着後、全額返金いたします。事前にご連絡ください）※本商品を初めて購入の方に限ります。

通常価格 ~~5,205円~~（税込） ▶ 10%OFF 送料無料 特別価格 ＼たっぷり2カ月分！／ 4,680円（税込） 1カ月あたり 2,340円

●本品をサポートするシリーズ商品もございます（すべて葡萄樹液配合） 便利でお得な「定期便」もございます ※代金引換の場合は、注文金額税込5,000円未満は手数料税込330円がかかります。

電話 0120-482-210 通話料無料 受付時間：8時～20時／年末年始を除く

FAX 24時間受付 0120-555-878

ハガキ 〒810-0004 福岡市中央区渡辺通5-23-8 サンライトビル4階 ㈱ハーベリィアースストーリー まで

注文番号を注文時に必ずお伝えください お伝えいただいた方のみ本特典の対象となります。 注文番号 01-199

●FAX・ハガキでの注文は、❶注文番号❷品名❸数量❹支払方法（代金引換かクレジットカード）❺電話番号❻〒住所❼氏名（フリガナ）を明記のこと※ハガキ注文の支払方法は代金引換のみ●FAX注文でのクレジットカード払いは、❽カード会社❾カード番号❿有効期限を明記のこと

※受付は本人名義カードのみ（定期便をご希望の方は、お電話またはインターネットからご注文ください）

パソコン・スマホはこちらから 必ず注文番号を注文フォーム最下部の備考欄に入力してください。 葡萄樹液ジェル 検索

●お届け…注文確認後1週間前後で佐川急便にて（年末年始や配送事情等で遅れる場合があります）●送料無料●お支払方法…代金引換（注文金額5,000円未満は手数料330円、定期便は手数料無料）かクレジットカード支払（VISA、マスター、JCB、アメックス、ダイナース／手数料無料、1回払い、本人名義に限る）●本商品を初めてご注文の方に限り、商品に満足いただけなかった場合、商品到着後60日以内は使用済みでも返送料含め全額返金します（事前連絡のうえ、商品をご返送ください。返金は返品商品到着後※プレゼントをお付けしている場合は、一緒に返送ください）●お客様の個人情報は、商品の発送・各種案内以外は使用いたしません。

株式会社 ハーベリィアースストーリー 〒810-0004 福岡市中央区渡辺通5-23-8-4階

合人社グループ 合人社グループ（グループ代表・持株会社）、合人社計画研究所（基幹会社）、合人社エンジニアリング、合人社シティサービス、合人社FGL、トーメン建物管理、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ、メイワ合人社コミュニティ、ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄、KL合人社、沖縄合人社、ワークス合人社、デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道、コクバ合人社ファシリティーズ、STAR合人社、レイシャス合人社、シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理、GHマネジメントサービス、琉球くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント、G&G Community、オープンハウス合人社コミュニティ、9GATES合人社、エネ・グリーン、G.FI.EX、えんぽま

世界遺産探訪

仏歯が祭られている シンハラ王朝最後の都

聖地キャンディ

2017年の新年をスリランカの古都キャンディで迎えた。
（写真撮影年：2017年）
東峰マンション博多駅東（福岡市）Traveling Freeman

仏歯寺。赤い屋根の建物は八角堂と呼ばれ、もともとは王の休憩所。現在は図書館として使われている

基本情報

国名　スリランカ　国旗
通貨　スリランカ・ルピー
1スリランカ・ルピー＝約0.47円（2月5日現在）
時差　－3時間30分

■文化三角地帯の一角を担う古都

スリランカ中心部に位置する古都キャンディ。スリランカの「文化三角地帯」の一角を担っています。アヌラーダプラ、ポロンナルワ、キャンディの三都市を結んだ三角形を指し、シギリヤ、ダンブッラ石窟寺院などの世界遺産をはじめとした多くの古代遺跡が集中して存在しています。キャンディにも歴史ある建物が多くあることから、一九八八年に町全体が世界文化遺産に登録されました。

■仏陀の犬歯をあがめる信仰の地

キャンディは周囲を囲む山地を天然の要塞として、一九世紀にイギリスの植民地となるまで、二〇〇〇年以上続いたシンハラ王朝の最後の都です。仏陀の犬歯を祭る仏歯寺があることから仏教の聖地とされています。仏歯は四世紀にインドからシンハラ王に嫁いできた王女の髪に隠されていたものといわれ、非常に貴重なものです。王権の象徴とされ、歴代の王族は他国の侵攻を逃れ何度も遷都をしましたが、都を捨てても仏歯は捨てなかったといわれています。

仏歯は、仏教王国であるスリランカで今でも信仰の対象で、七重になった黄金の舎利容器の中で大切に保管されています。毎日三度行われる礼拝の儀式の後に、参拝客も垣間見ることができます。一年に一回、仏歯を乗せた象が列を成して歩くエサラ・ペラヘラ祭が開かれ、アジア最大の仏教の祭典といわれ、仏教徒をはじめ多くの人でにぎわいます。

仏歯寺

お堂の2階に仏歯が祭られている。歴代の王が増改築を繰り返し、広大な敷地に立つ絢爛な建物は宮殿に近い雰囲気を持つ。中には象が通れる大きさのトンネルがある。

写真提供：アンジュール西東竹（山口県下関市）はるちゃん

上座部仏教の聖地「仏歯寺」の展示室にある仏像群です。場内は参拝客で大混雑のため1時間待ちでした。
（写真撮影年：2016年）
ラフォーレ花江Ⅱ（福岡市）ケビンパパ

壁にはエサラ・ペラヘラ祭の様子が描かれている

写真提供：（広島市）白うさぎ

エサラ・ペラヘラ祭

エサラ月（7月～8月）に行われる仏への敬意を払い、秋の豊穣を願う祭り。仏歯を舎利容器ごと乗せた象を中心に、スリランカ中から選ばれた象約100頭や100人以上の踊り手が列を成す。

写真提供：ラフォーレ倉洞（静岡県浜松市）石田かな

クイーンズホテル

コロニアル調のホテル。王の屋敷、イギリス総督邸、軍隊の宿舎など増改築を繰り返して使用されてきた建物。エサラ・ペラヘラ祭の行列を見るのに適した場所としても知られている。

ペラヘラ祭が目の前で見られるという名門ホテル。1年前から予約が埋まっていて、なかなか宿泊できないそう。
（写真撮影年：2016年）
第2名東アイリス（名古屋市）平峰さん

キャンディアンダンス

もともとは王宮内で踊られた踊りに、さまざまな地域の踊りの要素が組み込まれていった。種類が多く、躍動感あるもの、華やかなもの、火を扱うものなど多彩。

写真提供：東峰マンション博多駅東（福岡市）Traveling Freeman

キャンディ湖

19世紀初めに造られた人工の湖。中央には島が浮かんでおり、王のハーレムがあったとされている。王宮からトンネルで行くことができたそう。

写真提供：栄原町パークハウス（名古屋市）ふみちゃんぱぁぱ

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。

- ●デロス島（ギリシャ）
- ●シュトラールズント及びヴィスマルの歴史地区（ドイツ）
- ●ポルト歴史地区、ルイス1世橋およびセラ・ド・ピラール修道院（ポルトガル）
- ●モスタル旧市街の古橋地区（ボスニア・ヘルツェゴビナ）
- ●パドヴァの14世紀フレスコ作品群（イタリア）
- ●タラゴーナの遺跡群（スペイン）

応募先	締切：3月5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。

ACCESS

（ACCESSは例です。乗り継ぎ時間は含まれていません。）

成田国際空港 → 飛行機で 約9時間40分 → バンダラナイケ国際空港（スリランカ）

福岡空港 → 飛行機で 約1時間30分 → 仁川国際空港（韓国） → 飛行機で 約8時間30分 → バンダラナイケ国際空港（スリランカ）

バンダラナイケ国際空港（スリランカ） → バスで 約1時間 → コロンボ・セントラル・バススタンド → バスで 約3時間40分 → ACバススタンド → 徒歩で 約15分 → 仏歯寺

バンダラナイケ国際空港（スリランカ） → バスで 約1時間 → コロンボ・フォート駅 → 鉄道で 約2時間30分 → キャンディ駅 → 徒歩で 約20分 → 仏歯寺

自然を楽しみ海の幸を味わう

ようこそ糸島（福岡県）へ

福岡県北西部の海沿いの町、糸島。福岡の都心である博多から電車で約40分の場所に位置します。豊かな自然に囲まれた糸島の観光スポットと名物の新鮮な海の幸をご紹介します。

取材協力：糸島市

幻想的な夕日が沈む **桜井二見ヶ浦**

所在地：糸島市志摩桜井

櫻井神社の社地にある夕日の名所。海中に立つ白い大鳥居と海岸から約150m沖に浮かぶ夫婦岩が人気のスポットです。夫婦岩の向かって右は男性の神様（伊邪那岐命（いざなぎのみこと））、左は女性の神様（伊邪那美命（いざなみのみこと））が宿り、しめ縄が掛けられている御神体岩です。夏至には夫婦岩の中央に夕日が沈む、幻想的な光景が見られます。

清涼感あふれる **白糸の滝**

所在地：糸島市白糸460-6

福岡県指定の名勝。標高900mの羽金山の中腹に位置し、約24mの落差があります。滝とその周りを彩る花や紅葉、積雪など春夏秋冬楽しめるスポット。空気が澄んでいる冬は、山から糸島の美しい風景を望むことができます。また、春～夏にかけて、ヤマメ釣りや、そうめん流しもできます。

雄大で神秘的な奇岩 **芥屋（けや）の大門（おおと）**

所在地：糸島市志摩芥屋

玄海国定公園の名勝奇岩として知られる、日本最大（高さ64m、奥行き90m、間口10m）の玄武岩洞。六角形や八角形の玄武岩柱状節理は国の天然記念物にも指定されています。3月中旬～11月は、観光遊覧船に乗って、迫力ある雄大な姿を間近で楽しむことができます。

糸島の絶景を見渡す **立石山**

所在地：糸島市志摩芥屋

標高210m、登山口から山頂まで約30分と、登山初心者にもやさしい低山。山頂にたどり着くまでのルートからも絶景が見られます。山頂付近からは360度景色を楽しむことができ、北は玄界灘や芥屋が、西は姫島や佐賀県の唐津市まで見渡せます。

～糸島グルメを味わおう～

海のミルク **糸島カキ**

特許庁の地域団体商標に登録された「糸島カキ」は、新鮮、安全、大きいに加えて値段もお手頃。10月上旬～3月下旬頃にかけて、漁港などでカキ小屋が複数店舗開業。焼いたカキにレモンやカボスなどを搾って食べるのがおすすめ。

百魚の王 **天然真鯛**

起伏に富んだ地形の糸島北部の海域は真鯛の産卵場所に適しており、糸島の天然真鯛の漁獲量は全国トップクラス。新鮮な真鯛を使った料理を味わうのもよし、真鯛のだしをとったスープなどの加工品をお土産にするのもよし。

貴重な国産 **天然ハマグリ**

一時期は乱獲により激減しましたが、水質改善と地元漁業者の懸命な清掃活動によって再びとれるように。甘みとうまみを引き出すアミノ酸を多く含み、濃厚で上品な味わい。旬の秋から春は、焼きハマグリ、酒蒸し、和え物、汁の実などがおすすめ。

2023年7月1日に開園しました！

糸島市運動公園

所在地：糸島市蔵持686-1　電話：092-321-1755
アクセス：JR筑肥線筑前前原駅からコミュニティバス（雷山線、曽根線）で約10分

「人とまちを豊かにする施設」として、すべてのお客様が安全かつ快適にご利用いただけるユニバーサルデザインの施設づくりに取り組んでいます。

バスケ、バレーなどができるメインアリーナのほか、フットサルやテニス用の屋外コート、剣道、柔道、空手などに利用できる武道場などをそなえたスポーツ施設のほか、健康遊具や足つぼロードがある芝生広場、子どもの年齢層に合わせて遊べる砂場や複合遊具を設置した遊具広場などの公園施設があります。

小学生から大人まで誰でもスポーツを楽しめるよう、ダンスやピラティスなどさまざまな講座も開催しています。ぜひご利用ください。

「人」が資本の会社

合人社でプロフェッショナルとして働きませんか？

総合職幹部候補社員募集

◆業務内容　営業・企画・SE・人事・法務・財務・賃貸管理・管理組合運営補助など

◆応募職種　総合職、地域限定総合職

◆応募資格　大卒以上45歳まで（60歳後定年延長制度あり）

◆資格者優遇　管理業務主任者・マンション管理士、宅地建物取引士、ビル管理主任者、一級建築士、1級建築施工管理技士（入社後取得可）

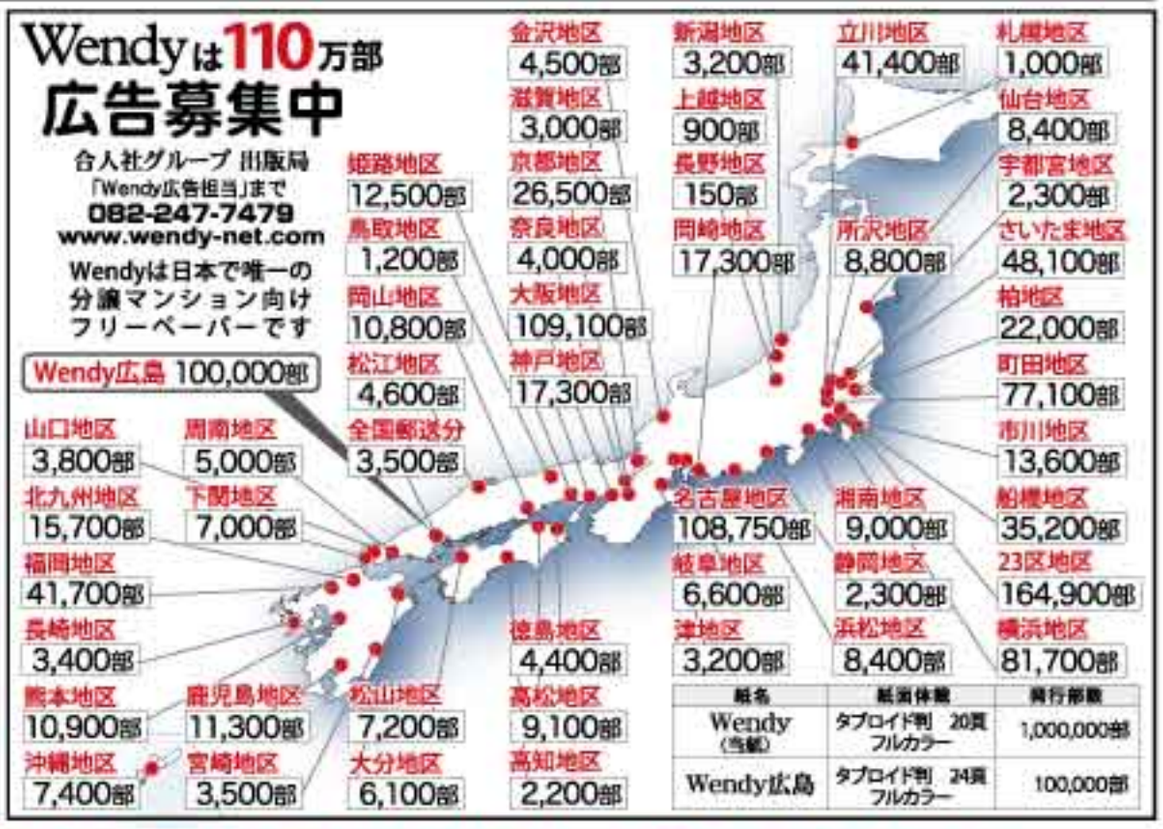
◆応募方法　ホームページより応募ください。
公式採用サイト
https://gojinsyakeikaku-saiyo.jp/-/top/

◆お問い合わせ　合人社計画研究所　採用担当
TEL082-247-7414

Wendyは110万部
広告募集中

合人社グループ 出版局
「Wendy広告担当」まで
082-247-7479
www.wendy-net.com

Wendyは日本で唯一の分譲マンション向けフリーペーパーです



紙名	紙面体裁	発行部数
Wendy（当紙）	タブロイド判　20頁 フルカラー	1,000,000部
Wendy広島	タブロイド判　24頁 フルカラー	100,000部

一定の期間ごとに配布先を変更することがあります。配布されなくなり、送付をご希望の場合は、右記まで連絡ください。→

読者の広場

瀬戸川　Photo Masatoshi Fukuda

高山（岐阜県）の奥座敷といわれる飛騨古川へ。白壁土蔵や寺の石垣を背景に色とりどりのコイが泳ぐ瀬戸川は風情がある景色でした。
ライオンズマンション二子新町（愛知県春日井市）　福田さん

ワンズシティ（神奈川県相模原市）　街中きらきら

みなとみらい21（横浜市）で行われたヨルノヨで出合った、**光り輝く大きなキリン**。

アーバンタワー藤里元町（山口県萩市）　岸本さん

友人とタコパ。

新鶴戸中央パークハウス（千葉県松戸市）　亜光寺さん

一〇月から始め、二〇〇枚仕上げた**木版画の年賀はがき**。知人・友人が良い一年になりますように。

グランシャリ秋葉台ルミナスコート（東京都武蔵村山市）　まるっくす

りまんじゅうに。食べるのを迷ったがおいしくいただいた（笑）。

ライオンズシティ二子新町（愛知県春日井市）　マコル

虹を観察していたらみるみるうちに**半円**に。不思議な光景。

ライオンズマンション二子新町（愛知県春日井市）　ラッキー父さん

箱入り息子一三歳。

珈琲館で食べた**冬限定ホットケーキ**。生地が見えないほど分厚い

ウディエンス金沢文庫天神前（横浜市）　すみ

チョコレートソースがリッチでした！

エヌ・グランデ万泉（岡山市）　ちいちゃん

ハローキティ新幹線で一人旅。内装もかわいくてワクワク！

イトーピア恵庭マンション（東京都台東区）　K.M

高尾山薬王院（東京都八王子市）のお坊さんたちが、祈祷のために**ほら貝を吹きながら行進**していた。

オーヴィジョン大竜（鹿児島市）　ちらととわ

雲仙（長崎県）に行ってきた。

シエルテ鳥山（東京都世田谷区）　からす

品川駅（東京都港区）構内にあるパルマルシェ コダマの**モーニング**。このボリュームで五〇〇円。

アドバンスフルート新下関駅前（山口県下関市）　下関のパパチン

豪華客船の旅で知り合った友人に、大好きな**豆柴の絵**を描いていただいた。かわいさにうっとり。

鶴洲シーサイドマンション（鹿児島市）　みいたん

大粒のキンカン！

ダイエットのためにプロテインを飲んでいる。味の素から出ているスープタイプを発見！冬の朝、温かいスープでたんぱく質が取れるなんてうれしい。寒い時でも安心してたんぱく質が取れるようになりました。
マルウメマンション（東京都大田区）　りんご

アービング谷町高津公園（大阪市）　みっしぇる

フランスのシャブリで狩りの途中に見つけた**シャンピニオン（きのこ）**。香り高く、ジビエによく合う。

ロイヤルシャトー手稲前（北海道札幌市）　ゆずママ

念願のポケモンドーナツ。かわいい！

大阪公園パークホームズ（福岡市）　おじさん

福岡モビリティショーのかっこいい車を見てきました。

サンワプラザ太子（兵庫県太子町）　イカ焼き

神崎農村公園ヨーデルの森（兵庫県神河町）に行きました。

いちごの里（栃木県小山市）で食べた**極上いちごクレープ**。大きくてびっくり！

ベリスタタワー春日部（埼玉県春日部市）　よこ

エマリンクスタイル・DKS金沢（福岡市）　GKしゅんちゃん

のじりこびあ（宮崎県小林市）に行ってきました。**カエル**がいっぱい出迎えてくれる。

ライオンズマンション上之森（福岡市）　はる

スシロー系列の居酒屋、**鮨酒肴 杉玉**はどれも安くておいしい!!

クレセント東菖宮（埼玉県久喜市）　火の玉ボーイ

妻の実家から昭和三〇年頃の薬箱をもらってきた。中にはこんな**ポップな薬**が。

パークホームズ新宮ステーションシーズン（福岡市）　りゅうた

食らいつく孫。

メイツ緑風（東京都葛飾区）　岡村さん

東京大学（文京区）の**安田講堂**。正式には大講堂というそう。

オーベル横浜鶴見（横浜市）　花♡花

お餅は上に**しょうゆを少し付けて焼くだけ**で下にくっつかないらしい。ストレスなしなので試してみて。

グランドメゾン西川寺南（東京都練馬区）　akkona

みなとみらい21（横浜市）の**美しいイルミネーション**。

スタンプラボ・子育て応援ステーション（千葉県松戸市）　ひろちゃん

玄関に**正月用の花**をアレンジしてみた。

友人に連れられて初めて**カフェ グラ**（神奈川県鎌倉市）へ。わらび餅、お抹茶、チーズケーキとどれもおいしく、大満足！
コンフォール平塚（神奈川県平塚市）　宝さん

近所の公園の池で**カメ**が一列に並んで日なたぼっこをしていた。

朝倉団地（愛知県知多市）　渡野さん

きれいな空き箱に合わせて色画用紙で作った**ツバキの花**。

コミュニティ和泉ヴェルテックス（きいた市）　近藤さん

町田薬師池公園 四季彩の杜（東京都）へ。

つきみ野ガーデニア（神奈川県大和市）　熊本さん

ファーストシューズを購入。靴を履いて歩く練習、頑張ろうね！

フレスト岐阜西（岐阜市）　ゆゆゆ

母の友人がとてもかわいい**龍の置き物**を作ってくれました！

リベール姫路飾磨（兵庫県姫路市）　しいな

阪神甲子園球場（兵庫県西宮市）に初めて行きました。歴史館も楽しかった。

シティオ笠寺公園（名古屋市）　ベックベック

シャル横浜にあるオーバカナル ラスールの**クリスマス限定クッキー缶**。孫と一緒に楽しみながら食べた。

ハイテラス金沢文庫（横浜市）　クッキー大好き

編み物が得意な義母に娘が大好きな**チューリップ**をおねだり。一足先に春が来ました！

ライオンズ北ガーデンシティ（北海道札幌市）　とし

夜の**平等院鳳凰堂**（京都府宇治市）は荘厳でした。

アーバンパレス和歌パークビュー（福岡市）　たかさん

ミッドランドスクエア（名古屋市）南側にある**「30億年のゼロ」**という直径二・五mの大きなオブジェ。

第2金子（名古屋市）　山崎

沖縄美ら海水族館（本部町）へ。**ジンベエザメ**は大きかった。

コンヒール三好ヶ丘（愛知県みよし市）　きなこ

神奈川県庁本庁舎（横浜市）、別名**キングの塔**。無料で登れる屋上からみなとみらいエリアを一望できる。

シティ横浜青葉つどいの家（横浜市）　くにたこ

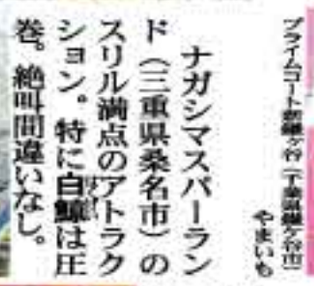
試験合格のお祝いに**すてきな花束**を頂いた。大好きな青色！

プレサンス ロジェ 和歌山（和歌山市）　あお

テレビで体に良いと紹介された**えごま油**を試してみた。サラダやみそ汁にかけて食べていたら肌の調子が良くなり、疲れも取れた。
ルイシャトル川崎（神奈川県川崎市）　メロディ

アルファステイツ旭駅前（高知市）　マルマル

高知大丸五階のアロハ食堂で**ポキ丼**を食べて、ちょっぴりハワイ旅行気分♪マグロがたっぷりでおいしい！



プライムコート都筑ヶ谷（千葉県鎌ケ谷市）　やまいも

一〇〇円均一で作った**リース**。バラはフェルトを丸めてまち針で刺すだけ！

ロイヤルガーデン新林公園前（高松市）　けんりょう

ナガシマスパーランド（三重県桑名市）のスリル満点のアトラクション。特に**白鯨**は圧巻。絶叫間違いなし。

ハウベストマンション平成（熊本市）　ヘンリーおじさん

土鍋ごはんを炊いたので、旅館の朝ご飯みたいな夕食に。

小石川後楽園（東京都文京区）。素晴らしい日本庭園の奥にある、東京ドームの存在感がすごい！

ブラウド新小岩（東京都葛飾区）　A.N

エスケスタジオ大学本館（神奈川県厚木市）　ちゅま

宮ヶ瀬ダム（神奈川県）の**クリスマスイルミネーション♪**寒くても元気（笑）。

鶴舞センチュリーマンション（名古屋市）　まるまる

愛知県一宮市にオープンしたラー麺ずんどう屋のこってり**ラーメン**がおいしかった。

保険料・税金・電気代・物価が上がり、今度は郵便料金も大幅値上げするらしいので、財布の中身は**大寒波**。
エバーライフ新山口駅前（山口市）　大岡さん

シエリア知多鷹取（神戸市）　まろみざと

息子、二歳のお誕生日おめでとう！これからも大きくなってね♪

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）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 周南 高松 北九州 福岡 熊本 鹿児島 沖縄（本社）広島

月刊ウェンディ　編集・発行 合人社グループ 出版局　〒730-0036 広島市中区袋町4-31 合人社広島袋町ビル　☎082(247)7479

名古屋港水族館。**ラブラブ**なカップルのペンギンがいました。

中富住宅（名古屋市）　福田さん

丸の内オアゾ（東京都千代田区）にいた**ディズニーキャラクターとクリスマスツリー**。

高島平団地（東京都板橋区）　村松さん

松山三越にある薄墨羊羹の**松山城最中**。みかん餡がおいしい。

フローレンス味乃ランドマーク（松山市）　なでしこ

兵庫県から愛知県愛西市にやってきた**コウノトリ**のこっちーくんを撮影。とても優雅。

レインボー第2公園（愛知県一宮市）　春日井さん

クリスマスツリー。**北欧仕様♪**

ソアラ☆河安城（愛知県安城市）　よっさ

ジェイアール名古屋タカシマヤにて。**書道家・龍玄さんの作品**も門松も迫力満点！

グリーンハイツ庄内通（名古屋市）　チャチャ

愛媛県のサービスエリアで自分で蛇口をひねって注ぐ**みかんジュース**を買いました。

ロクラディア本厚木（神奈川県厚木市）　子供の夢

手作りの**門松**。初めてで難しかったけど、楽しかった。

桃花台パークヒルズ（愛知県小牧市）　冬の稲妻

ちょうちん！見た目のインパクトはあるが、おいしかった♪

ベニーレーン大倉山（横浜市）　サンタさん

松山観光港にあった**真珠のカプセルトイ**。

ピスタグランデ舞子（神戸市）　たこはち

折り紙で**クリスマスリース**を作った。一枚の折り紙を一六等分して一パーツ。三〇〇パーツ使用しました。

小杉御殿団地（神奈川県川崎市）　糸賀さん

湯滝の宿 西屋 白布温泉（山形県米沢市）。かやぶき屋根、御影石の湯船、米沢牛、全て良い！

ベルドゥール京加茂公園（埼玉県入間市）　RK

イオンモール伊丹（兵庫県）で**サンタクロース**にプレゼントをもらい、写真も撮ってもらいました！

プレサンス ロジェ 伊丹駅前（兵庫県伊丹市）　わかたろう

ハウステンボス（長崎県佐世保市）に行ってきました。イルミネーションがきれい。

アーバンパレス熊平II（熊本市）　きっちゃん

マスターズに初挑戦しました。

クレッセント泉しがらきレジデンス（豊橋市）　まこ

二歳の孫のクリスマスプレート。苦戦したかいがあって素晴らしい出来栄え！

桂茶鶴園（名古屋市）　ヒロ

四歳の孫のブーム**「ピクミン」**。「ばあたん、折り紙で作ってよ！」とのリクエストで、トライ！

新高レックスマンション（大阪市）　たいちゃんばあたん

カキオコ（カキ入りのお好み焼き）を食べに岡山県瀬戸内市へ。カキも多く入っていて、うまい！

グランドパレス姫路駅前II（兵庫県姫路市）　ノリダー

今年三月に営業終了となる**ANAクラウンプラザホテル宇部**（山口県）。最後のイルミネーションと一緒に。

アーバンパレス博多ウィオン（山口県宇部市）　バニラカスタード

軽井沢（長野県）の星野エリア。林道の地面が**バレット**のよう。

エステハイツ金沢文庫（横浜市）　キオのジー

二二月の晴れた日、富士山（静岡県・山梨県）を訪れ、**笠雲**が見れました。翌日は雨。

ビッグアクスウエスト（神奈川県相模原市）　daddy

埼玉県のBリーグチーム、**越谷アルファーズ**の試合を見てきました。勝利で終わり、フィーバー。

ワコーレ武里2号館（埼玉県越谷市）　愛瀬さん

寒くても、早朝や日没後に夜光タスキやライトを身に付け、ウオーキングやランニングをする人の姿が。**自分から動かねば**と教えられる思い。

ロイヤルガーデン白鷺町（岡山県倉敷市）　少しずつ

ジャルジャルのライブに行ってきました！テレビで見ないネタばかりで面白かった。

プレスト岐阜二番館（岐阜市）　M・M

五箇山（富山県南砺市）の**合掌造り**。歴史を感じました！

八潮伊草団地（埼玉県八潮市）　ちゃぶりんごリンゴ

田んぼにつながれていた**ヤギ**。日なたぼっこをしていました。

スカイハイツ春日（福岡県春日市）　かこん

京都の甘春堂へ。**季節に応じたお菓子作り体験**ができます。

つどう高槻ノースコート（大阪府高槻市）　新野さん

六歳の誕生日プレゼントは**一輪車**。たくさん練習して、乗れるようになるからね！

パーク・ハイム金沢文庫（横浜市）　まゆう

ジェイアール名古屋タカシマヤの**ディスプレイ**。きれいでした。

小幡パーク・ホームズ（名古屋市）　のあん

昨年訪れた氷見（富山県）名物の**白エビ**の天ぷら。早い復興を祈っています！

クエストコート上田（山口県下関市）　まろり

パーソナルカラー診断を受けた。似合う色が分かって楽しい！

ダイアパレス四日市エスタジオ三重（大阪府堺市）　近江さん

最近のブームは顔に**シール**を貼ること！

ウエリス宝塚（兵庫県宝塚市）　わんぱく

一歳の娘のために作ったものの、**のりを貼り忘れてしまい目が…**（笑）。ちゃんと分かってくれました♪

プレサンスロジェ鶴舞ガーデン（名古屋市）　アンパンマン大好き

倉敷デニムストリート（岡山県）へ。デニムの青色が映える商品がたくさんあり、見て回るのが楽しかった。

グランドパレス上新庄（小松・大阪市）　たこ

スーパーで見つけた紅ズワイガニで豪華な**カニすき鍋**！

プレサンス ロジェ 和歌山（和歌山市）　ぽーちゃん

庭で咲いた鮮やかな**ピンクの菊**。枝の強さをそのまま生かした。

オーベル小山レジデンス（東京都東村山市）　ころころ

近所の中学校の吹奏楽部が私の住む団地で演奏。ベランダから**迫力ある演奏**が聴けて元気になりました。

小島町一丁目団地（東京都江戸川区）　加藤さん

クリスマス仕様にかわいくラッピングされた**ミニ胡蝶蘭**。甘い香りで癒やされる♪

セゾン城崎（大分市）　キラキラ

五年ぶりの**東京スカイツリー**（墨田区）。イルミネーションが気分を盛り上げます。

ダンデライオンスクエア上田（上田市）　竹内さん

交通児童遊園（愛知県春日井市）に展示してあるSL。近くで見ると迫力あります。

ライオンズガーデン春日井（愛知県春日井市）　ほけきんぐ

ベランダのアロエに花が咲きました。

ケーパークサーウィンドオート（神奈川県横浜市）　はっちゃん

冬至の日に**ゆず湯**を。浮かべたゆずは掃除に使えるとのこと。

パークホームズ横浜中川（横浜市）　N・S

道の駅 宮地岳かかしの里（熊本県天草市）にて。**かかしたちの授業参観**。くまモン親子もいます。

アーバンパレス熊平II（熊本市）　岡田さん

子どもと一緒に**金華山**（岐阜市）に登りました。娘も頂上まで頑張りました。

セザール細畑（岐阜市）　ドテママ

皇居（東京都千代田区）の一般参観。**信任状捧呈式**があり、大使は送迎方法を馬車か車かを選択できるそう。

駅前シティホームズ名古屋本通（名古屋市）　山田さん

ユーカリ交通公園（千葉県松戸市）。信号機、交通標識とゴーカートのある交通ルールを学べる公園。

ライオンズガーデン豊柏（千葉県柏市）　ミント

習っているデザイン書道で**「龍」**を描く。

コーポ二南区南野馬の船（名古屋市）　トシゾー

理事長をしています。管理会社が行う管理に関する重要事項の説明は、重要事項説明書に記名された管理業務主任者以外の管理業務主任者が説明しても問題ないのでしょうか。

匿名希望

編集部からのご回答

重要事項説明書の記名者と異なる管理業務主任者が説明をしても、ただちにマンションの管理の適正化の推進に関する法律に違反するわけではありません。

ただし、重要事項説明書に記名のある管理業務主任者は、重要事項についての内容を十分に調査検討し、それらの事項の誤り及び記載漏れがないか等を確認した者であることから、重要事項説明会等において説明する管理業務主任者は、事故等社会通念上やむを得ない場合を除き、原則として重要事項説明書に記名の管理業務主任者が説明を行うことが望ましいと考えられます。

マンションリフォーム 壁紙でアレルギー対策

花粉症やアトピー性皮膚炎などのアレルギーで悩まれている方は多いと思います。部屋の壁紙を「抗アレルゲンの壁紙」に変更することでできるアレルギー対策を紹介します。検討してみてはいかがでしょうか。

アレルゲンはアレルギーの原因となる物質で、スギ・ヒノキなどの花粉や、ダニの死骸・フンなどのハウスダストに含まれています。花粉やダニは室内に浮遊し、床に落ちているため、人の歩行やドアの開閉などで生じた空気の流れで壁紙の表面に付着します。壁紙に付着した花粉などは空気の流れで再び室内に拡散します。特にフローリングはカーペットに比べて舞い上がりやすいです。

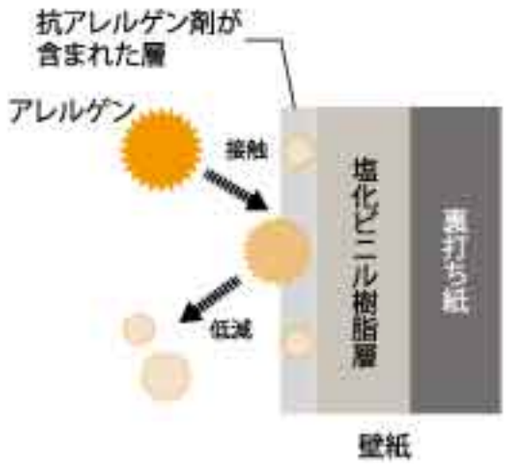
「抗アレルゲンの壁紙」は壁紙の表面に抗アレルゲン剤が加工されたものです。花粉などが付着すると、壁紙の表面にある水分によってアレルゲンが染み込むかたちで、壁紙の中へ入り込みます。一度、壁紙に取り込まれたアレルゲンは再び室内に拡散することはありません。アレルゲンを約六〇％～約八〇％低減することができますが、全てのアレルゲンを吸着できるものではないため、こまめな清掃を心掛けましょう。

花粉などが侵入しやすい玄関や長時間過ごす寝室などに採用すると効果的です。室内環境や壁紙の種類によって異なりますが、効果は一〇年程度は持続するといわれています。

標準管理規約によると室内の壁紙は専有部分に当たるため個人でのリフォームが可能ですが、事前に管理会社や管理規約を確認してから行いましょう。

お問い合わせ
ウェンディ編集部
☎082・247・7479

「抗アレルゲン」の壁紙のイメージ



合人社グループ　合人社グループ（グループ代表・持株会社）、合人社計画研究所（基幹会社）、合人社エンジニアリング、合人社シティサービス、合人社FGL、トーメン建物管理、パナソニック ホームズ・合人社コミュニティ、メイツ合人社コミュニティ、ダイイチ合人社建物管理、ハウズイング合人社沖縄、KL合人社、沖縄合人社、ワークス合人社、デュアルタップ合人社ビルマネジメント、ハウズイング合人社北海道、コクバ合人社ファシリティーズ、STAR合人社、レイシャス合人社、シンエイ合人社管理、ポルテックス合人社建物管理、GHマネジメントサービス、琉球くくる合人社、セキスイ合人社タウンマネジメント、G&G Community、オープンハウス合人社コミュニティ、9GATES合人社、エネ・グリーン、G.F.I.EX、えんぽぽ

ニューライフ小松原（福岡市）　鷹摩ちこしょ

孫が**「福が来るように」**とガラス細工でフグを作ってくれた。

クローバーハイツ上野芝（大阪府堺市）　トマトランルイ

生石高原（和歌山県紀美野町・有田川町）は**ススキ**がきれい。天気が良く、前撮りのカップルが十数組も。

コアマンション駅南（熊本市）　小島さん

寂心さんの樟（熊本市）は樹齢約八〇〇年の巨木で、まるで森のよう。神秘的。

ロイヤルシャトー新本町（金沢市）　S・N

埼玉県滑川町と熊谷市にまたがる国営武蔵丘陵森林公園にて。約五〇〇本の**カエデのライトアップ**。

クローバーハイツ南花台（大阪府四条畷市）　マー吉

エーから。**琵琶湖**の景色が最高。

ライオンズマンション新田公園（岡山市）　古川さん

バレンタインのチョコレート。

ロイヤルシャトー新本町（金沢市）　小松さん

いしかわ動物園（能美市）の**カピバラ**。「いい湯だな～」。

フォレストレイクひばり台（東京都西東市）　ヤッスー

東京都福生市のキャラクター・**たっけー☆**。みんなの人気者。

ロイヤルシャトー新本町（金沢市）　アイビー

ちりめんで作ったツバキの額。

高島平第二住宅（東京都板橋区）　中西さん

孫がクリスマスマーケットで買ってきてくれたサンタさん。**辰を抱っこ**しています。

ネオシティ大和高田（奈良県大和高田市）　まあ

お正月飾りを作ってみました。

ガーデンフラッグシティ（東京都江東区）　シャンティ

京都の紅葉は枝から離れて地に落ちても、なお美しさを放つ。

コアマンション駅東（熊本市）　ともとも

消しゴムスタンプ。今年の干支である辰を彫りました。

コスモ大倉山（横浜市）　アドベントカレンダーです

毎日一個ずつ増えるフェルトで作った**クリスマスタペストリー**。

Nintendo KYOTOの屋上。**スーパーマリオの世界に入ったみたいで子どもたちが喜んでいた**。

ルイシャトレ下鴨本通（京都市）　田嶋さん

息子三人と静岡市の遊覧船に。富士山の頭に雲がかかって残念だったが、**カモメの餌やり体験**は楽しかった。

フレスト左京山（名古屋市）　まゆみ

東武鉄道の新型特急「スペーシアX」の**コックピットラウンジ**。座席ゆったりで乗り心地ナイス。

ライオンズマンション新横浜（横浜市港北区）　えみりん

ロイヤルガーデン大元駅北（岡山市）　PANDA

応援しているJ2アジアーノ岡山のキャラクター・**ファジ丸とユニフォームを着たぬいぐるみ**。

レクセルプラザ村上（千葉県八千代市）　カツオ

山中湖（山梨県）からの**富士山**。裾野まできれいに見えた。

ラフォーレ荒江II（福岡市）　ケビンパパ

石川県出身の三力士。金沢旅行の一コマ。

ですが、マンションのどなたかが除雪してくれたみたい。ありがとうございました。

エクセランコート千秋（新潟県長岡市）　渡辺さん

雪が降り、車の屋根などの**除雪作業**をしなければと思っていたのですが、マンションのどなたかが除雪してくれたみたい。ありがとうございました。

エクセランコート千秋（新潟県長岡市）　渡辺さん

室内履きスリッパの洗い方を教えてください。

編集部からのご回答

洗濯表示で「洗濯機の使用可」または「手洗い可」のマークがあるスリッパは、自宅で洗濯することが可能です。

まず、スリッパに付いている目に見えるゴミやホコリをガムテープなどで取り除き、汚れがひどい箇所を部分洗いしましょう。洗濯機で洗う場合は、洗濯ネットを使用します。洗剤は水に溶けやすい液体洗剤を使用し、手洗いコースなどで優しく洗いましょう。脱水は長時間かけると型崩れの原因になるため、一分ほどにします。

手洗いする場合は、バケツなどの容器にぬるま湯を張り、液体洗剤を溶かしたら、スリッパを入れてブラシでこすり洗いします。力を入れすぎると生地を傷めてしまう可能性があるため、優しく洗いましょう。洗い終えたら流水でよくすすぎ、洗剤と汚れを落とします。

スリッパを乾かすときは形を整え、風通しの良い場所で陰干ししましょう。

汚れたままのスリッパをそのまま使い続けると、雑菌が繁殖して足のトラブルを引き起こしたり、床を汚したりする可能性があるため、こまめに洗いましょう。

■記事募集

①〇マンション管理業務に対するご意見・ご感想（苦情も歓迎）〇ウエンディへのご意見・ご感想〇出来事・事件・ニュース〇催し物・お気に入りのお店（おいしいお店）の紹介〇おすすめの宿の紹介〇勉強会・サークルなどの紹介〇個人の営業の案内・宣伝〇耳よりな情報・みんなに知ってもらいたいこと〇行政・政治へのご意見〇文通・メールフレンドなどの募集〇メンバーの募集〇イラスト…そのほか、皆さまの掲示板としてご利用ください。

②**写真（キャプションつき）のみの投稿**も募集。写真はお返ししますが、重要な写真は万一に備え、必ず控えを取っておいてください。

③ウエンディ紙面に対するご提案（こんなコーナーを作って欲しいも募集。

④景品は次のa・bが対象。

a　紙面掲載分

b　a以外で力作など

匿名希望の場合は、ペンネームをご記入ください。イニシャルでも可。**読者の興味を引くもの・読者からの情報提供という意味で追体験ができるようなものを優先的に掲載**しますので、投稿内容については、**地名・店名・商品名などの詳細をご記入ください。**文章は**四〇字以上お願いいたします。**ただし、編集の都合上、表現の変更、省略をする場合があります。写真付の場合、文章省略後五〇字以内とします。写真付のもので省略後も五一字以上のものは、二重に景品をさしあげます。住所・マンション名・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ご記入の上、左記の宛先まで、確実に景品をお届けするため、住所はマンション名や〇〇様方なども省略せず、正しくご記入ください。**三月五日**消印有効。なお、応募は一世帯につき、一通までです。

メールアドレスは、編集部からの連絡や、月一回のメールマガジンの配信に使用します。配信を希望されない場合は**「メールマガジン不要」**とご記入ください。

ご記入いただいた個人情報（住所・氏名・電話番号・メールアドレス）は、メールマガジンの配信、合人社グループ各企業からのご案内などに使用することがあります。個人情報については**ウエンディ編集部が責任**を持って管理いたします。

〒七三〇〇〇三六
広島市中区袋町四―三一
合人社広島袋町ビル七階
「月刊ウェンディ編集部」
メールアドレス：
info-01@wendy-net.com

応募フォーム
https://syupan.f-form.com/wendy

■配布エリア変更のお知らせ
ウエンディは配布エリアを変更することがあります。配布されなくなった場合でウエンディをご希望の方は、ウエンディ編集部までご連絡ください。一年間無料で送付させていただきます。
【一年間無料進呈申し込み先】
〒七三〇〇〇三六　広島市中区袋町四―三一
「月刊ウエンディ編集部」
電話：〇八二―二四七―七四七九／ファクス：〇八二―二四七―七四八三
メールアドレス：info-01@wendy-net.com

広告

副鼻腔炎に効く 毎食間の1包で…！

富山の製薬会社から発売中の日本唯一[※1]の配合商品の秘密に迫る

つらい副鼻腔炎がなぜ毎日飲むだけで…？

家族から衝撃のひと言！「くしゃみ、ひどい！」…

鼻水だらだら、ぐじゅぐじゅで息苦しい、頭もぼぅ～と…。自分だけ我慢すればと放置していると、家族から「くしゃみがひどい！」と言われ、初めて深刻に考える方も。実は周りに嫌な顔されていたのかもと気になりだすと次第に家族や友人との会話がイヤになってきて…。放っておくと、鼻の不調から頭痛まで併発したり、ひどい副鼻腔炎になると、手術まで必要なこともある。

開発を重ねて生み出した独自処方の秘密とは…？

そこでお鼻のくすりのご紹介。もとは蘭室秘臓という名医著に記載された漢方医学をもとに研究を重ね日本唯一の独自処方に改良し開発したもの。実は数ある鼻の対策の中でも、これは体の内側から全体に働きかけてくれるとか。なによりじっくりとなじむので「鼻水・鼻づまり」だけでなく「ぶりかえす副鼻腔炎」にも効く！知る人ぞ知る薬なのだ。しかし、なぜ副鼻腔炎が…？

「鼻の奥がすっきりしない」そんな悩みに、体の内側から効く理由…？それはなんと「日本唯一」の処方にあった！

原因はいろいろと考えられるが、漢方では「鼻や喉」の不調は、空気の通り道である「肺」に問題があると考えられている。

また、胃腸が弱いなど、お薬の継続的な服用に不安を感じる方も。そこは、この独自処方！人参・白朮（ビャクジュツ）を加え、強い成分を抑えることで、胃腸にも気を使った日本唯一処方なのだ！

さらに、なんと「副鼻腔炎」だけでなく、「アレルギー性鼻炎」「鼻腔炎」まで緩和！つまり1つで3つもおいしい、お鼻の様々な悩みが軽減される日本唯一の考え抜かれた処方なわけだ！

初回限定40％OFF！30日間全額返金保証つき

そんなお鼻のくすり「鼻療」がなんと！創業75年を超える富山の製薬会社から発売、通常価格3300円（税込）のところ、特別割引コース初回40％OFFの1980円（税込）（お一人様3箱までOK）で発売中。しかも！30日間の全額返金保証までついている。支払いもコンビニ後払いでOK。ただし、先着100名様限定の特別企画。この機会にぜひお試しを！

11種類の生薬を配合した[※1] 日本唯一の処方！

「生薬をバランスよく配合した、[※1]日本唯一の処方です」

繰り返す症状は放っておかずに早めの対処が肝心です。大人だけではなく4歳以上からご使用できますので、お子様の鼻水やアレルギー性鼻炎で長年お悩みの方にも、ぜひ喜んでいただきたいです。

商品開発部 長谷部美

※1 医薬品医療機器総合機構のデータベースによる(2023年5月調べ)

先着100名様限定　30日間返金保証つき

副鼻腔炎に飲んで効く！

鼻療(顆粒) 30包入(10日分) 第2類医薬品　特別割引コース[※2]なら初回限定価格（お一人様3箱まで）

通常価格 ~~3,300円~~(税込) ▶ 1,980円(税込)　送料無料

※2「特別割引コース」は1ヵ月に1回ずつお届けする特別プラン。自動更新。40％OFFは初回のみ。2回目以降は税込（1箱20％OFF2640円）、2箱25％OFF4950円、3箱30％OFF8930円）。3箱コースで3ヵ月継続した場合、総額税込19800円。送料無料。1箱からでもお電話にて解約可能。発送予定日の10日前までにお電話にてご連絡ください。

■効能・効果：アレルギー性鼻炎、鼻つまり、鼻水、鼻よりくる頭痛及び頭重、鼻腔炎、蓄膿症、肥厚性鼻炎　■用法・用量：食間に水又はお湯にて服用。1日3回/1回あたり成人1包、14歳以下7歳まで1/2包、6歳以下4歳まで1/3包、4歳未満は服用しないでください。※用法・用量を守って正しくお使いください。

▼お申し込みはお電話かFAX・ハガキで！
フリコール 通話料無料　※定員になり次第締切
0120-108-087
<受付>9:00～21:00（年中無休）ケータイでもOK
優待番号 B40213
FAX 0766-56-6198 <受付時間>24時間受付 年中無休
FAX・ハガキの場合は、【お鼻のくすり申込み】【優待番号】【箱数】【名前(フリガナ)】【郵便番号】【ご住所】【電話番号】【生年月日】をご記入ください。
送り先：〒939-0311 富山県射水市黒河新2643 源平製薬 行

●お支払/NP後払いwiz（コンビニ・銀行・LINE Payで支払可能）。商品発送後14日以内。後払いのご請求には、株式会社ネットプロテクションズの後払いサービスが適用され、同社へ代金債権を譲渡します。ご利用限度額は累計残高で55,000円（税込）迄です）。クレジット決済、代金引換（商品代引）●送料・支払手数料/特別割引定期コース・購入金額税込5,500円以上は無料。但し代金引換の場合は別途支払手数料300円（税込）。単品の場合は別途送料550円（税込）。●お届け/お申込後1週間程度●30日間返金保証/特別割引コース初回購入者限り。ご利用は商品到着後30日以内でお電話に限ります。（返送料・返金手数料はお客様負担）●お客様のご都合による返品不可●個人情報の取扱/お客様の個人情報は商品・DMやカタログの発送・お問い合わせ等の為に利用いたします。

〒939-0311 富山県射水市黒河新2643 源平製薬株式会社

【医薬品販売にあたっての表示義務の記載】

【管理及び運営に関する事項について（許可の内容等）】■許可区分/店舗販売業■管理者許可証記載事項/【開設者名】源平製薬株式会社【店舗名】源平製薬【店舗所在地】富山県射水市黒河新２６４３【許可番号】第小店0033号【許可期間】2020年12月17日から2026年12月16日【店舗管理者名/及び勤務する登録販売者】鮒谷奈美/竹渕英泰・竹渕秀美・木本由紀子・杉本聖・野間麻美・本間めぐみ・駒瀬美由紀【相談業務】医薬管理業務・相談業務【取扱う要指導医薬品及び一般用医薬品の区分】第2類医薬品、第3類医薬品■店舗に勤務する者の区別：登録販売者は氏名・資格の入った名札、白衣を着用■営業時間：月～金（祝日除く）8時30分～17時【営業時間外で相談できる時間】営業時間外での相談はお受けしておりません。■営業時間外の医薬品購入申込時間/電話（9時～21時）、FAX（24時間）●相談等、緊急時の連絡先：0120-108-093【要指導医薬品及び一般用医薬品の販売に関する制度に関する事項】医薬品は医師による処方箋が必要な「医療用医薬品」のほか、「要指導医薬品」及び「一般用医薬品」に区分されます。【所管自治体】高岡厚生センター

要指導医薬品	販売開始から承認を受けてから一定期間を経過していない医薬品及び毒薬、劇薬
一般用医薬品 第1類医薬品	一般用医薬としての使用実績が少ないものや、副作用、相互作用などの観点で安全性上、特に注意を要するもの。薬剤師、登録販売者による対面での販売が義務。
第2類医薬品	薬剤師、登録販売者による対面で安全性上、注意を要するもの。ただしOTC「登録販売者」は対面で注意を要するもの。※「してはいけないこと」を確認を行い、説明について、説明書や情報提供者へご相談ください。
第3類医薬品	薬剤師、登録販売者による対面で安全性上、多少注意を要するもの。

【医薬品のリスク区分の表示】医薬品パッケージ及び添付文書にリスク区分を表示しています。

要指導医薬品 | 第1類医薬品 | 第2類医薬品 | 第3類医薬品
指定第2類医薬品は 指定第2類医薬品 または 指定第[2]類医薬品

【医薬品のリスク区分の情報提供方法についての説明】

区分	対応する専門家	情報提供	相談があった場合の対応
要指導医薬品	薬剤師	対面、文書での情報提供（義務）	義務
第1類医薬品		文書での情報提供（義務）	
第2類医薬品	薬剤師または登録販売者	努力義務	
第3類医薬品	登録販売者	店内上の表示等。	

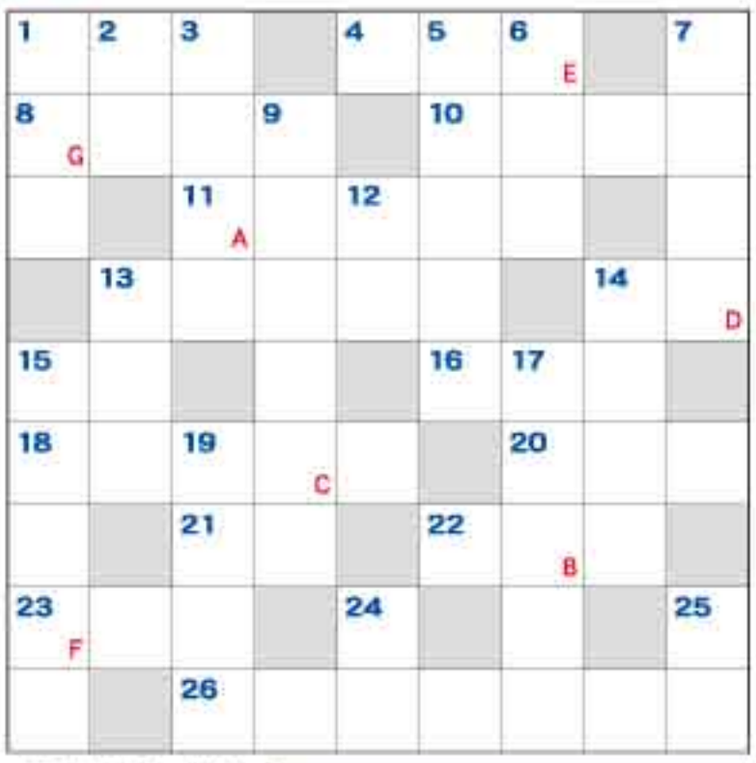
【医療用医薬品・一般用医薬品の販売の解説】
・医療用医薬品および第1類医薬品の販売：薬剤師よりお対面で説明情報提供を受けて購入されるために、お客様が直接手に触れない場所に陳列。・指定第2類医薬品の販売：専門家が対面する情報提供カウンターより7m以内に陳列。第2類医薬品、第3類医薬品の販売：許可を受けた医薬品販売業に陳列
【指定第2類医薬品に関する保管事項】
・指定第2類医薬品を購入する場合は薬剤師等をご相談ください。・指定第2類医薬品を使用する場合は説明書及び添付書類等をご熟読されることを勧めます。
【苦情相談窓口】富山県薬事衛生課：0120-149-931
【苦情相談窓口】源平製薬株式会社　0120-108-093
【個人情報の取扱いについて】
知り得た情報は個人情報保護法で定められた管理方法に従い厳密な管理を行います。
【取扱販売している登録販売者】「店舗管理者名及び勤務する登録販売者」参照
【相談時間及び情報提供を行う時間】09:30分～17時（土・日・祝日、年末年始を除く月曜から金曜）
【対応動作を行う一般用医薬品の使用時期】
指定で保管用期限が切り月以上ある医薬品を販売しています。

頭の体操

アナタデキマスカ？ ムリカナ？ ショウブシマセンカ！

クロスワード

A～Gの順につないで答を出してください。



タテのキー

1両足に細長い板を装着して雪の上を滑るスポーツ2ガリレオ＝ガリレイの出身地で、塔の上から落下実験を行ったイタリアの都市3楽曲の伴奏のみを再生したものに合わせて歌うこと5過去に人気があった作品などが再度注目されること6物質の質量を体積で割って求められるのは7世界遺産に登録された反射炉がある静岡県伊豆の国市の地名9結婚二五周年を祝うこと12山中などで集落をなしている所13本性を隠す時には被り、現す時には脱ぐもので、ペルソナとも14英語で女性。複数形だとウィミン15陰口を言う時に指すのは17年度末などに商品や材料の在庫を確認する作業19パレンシア語でフライパンを意味するスペイン料理24鬼の頭に生えている突起物25つじつまが合わないという意味の故事成語に使われている漢字で、防御するための武具

ヨコのキー

1真珠星ともいわれるおとめ座のα星4ちくわやかまぼこなどの原料で、魚肉を加工したもの8旧暦の二月10ポルトガル語で小舟を意味する大阪の郷土料理の押し寿司11サッカーやラグビーでプレーをしても反則にならない区域13「あき風に山の木の葉の うつろへば 人の心もいかがとぞ思ふ」という歌の「あき」に使われている修辞法14フェラーリやポルシエのエンブレムになっている動物15八四円の普通切手に描かれている花16一六世紀、九十五箇条の意見書をきっかけに宗教改革を始めた人物18共感や同情20如拙の『瓢鮎図』で男が瓢箪で捕らえようとしているのは21旅客の乗降や貨物の積み降ろしを行う場所22光る看板などに用いられる原子番号一〇の元素23関わりやつながりがあること26日本三景は宮城の松島、広島の厳島、京都の

■先月の答 ゴダイナッコ

トス	カー	ナ		ダイ	ク			
ソ	ツ	シ	オリ		サ			
	コケシ		クツ	セ	ツ			
エマ	オ	ベラ		キ				
ドー	ハ	スイ	キ	ユ	ウ			
シ	ンメ	トリ	ー		ブ			
シヤ	ダンキ		ル	イ	ゴ			
ハル	トン	ポ		ナ	エ			
ツ	プリ	ケ	ン	カ				

ナンプレ

ABCDの順に並んだ4ケタの数字を答えてください。

9列9段のマス目が3列3段のブロック（合計9ブロック）に分かれています。列・段・ブロックのそれぞれに1から9までの数字を重複しないように入れてください。

		3		2	A	4	1	
6			1			9	5	8
	B	1		4				
			3	1	2		8	9
1					9	2	C	4
2		9	4	5				6
	6							3
	1	7	2			6		
8			5	D		7	4	1

■先月の答 2－3－1

5	6	8	9	4	1	3	2	7
4	2	1	3	8	7	5	9	6
9	3	7	5	2	6	8	1	4
7	4	5	2	1	8	6	3	9
6	8	2	4	9	3	7	5	1
3	1	9	7	6	5	4	8	2
2	7	4	8	3	9	1	6	5
1	9	3	6	5	4	2	7	8
8	5	6	1	7	2	9	4	3

■「頭の体操（クロスワード・ナンプレ）」募集要項

「クロスワード」「ナンプレ」いずれかの正解者の中から抽選で延べ三〇〇名様に景品を発送（発表にかえます）。両方に応募いただいた場合はダブルチャンス。解答・住所・氏名・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載の上、ウェンディ編集部まで封書、はがき、応募フォーム、メールで。確実に景品をお届けするため、住所はマンション名や〇〇様方なども省略せず、正しくご記入ください。三月五日消印有効。空きスペースを利用して記事にも応募可。この場合、「記事」と「頭の体操」のマルチチャンス、応募は一世帯につき、一通までです。

ご記入いただいた個人情報（住所・氏名・電話番号・メールアドレス）は、メールマガジンの配信、合人社グループ各企業からのご案内などに使用することがあります。個人情報については、ウェンディ編集部が責任をもって管理いたします。

応募フォーム

https://syuppan.f-form.com/wendy

〒七三二〇〇〇三六
広島市中区袋町四－三一
合人社広島袋町ビル七階
「月刊ウェンディ 編集部」
メールアドレス：
info-01@wendy-net.com

人と人とを
つなぐ。
それが、
わたしたちのしごとです。
<あらゆるメディアの企画立案から制作・実施まで>
株式会社 神戸新聞総合印刷
[神戸新聞総合出版センター]
http://www.kobenp-printing.co.jp/

私の体験

東京スカイツリーと私 ～建設着工から今日まで毎日写真に残す～

写真家 新湯（しんゆ） 哲生（てつお）

■スカイツリーの写真を撮るきっかけ

会社員時代、もともと写真が趣味で、休日は上野動物園で動物を撮ったり、浅草の街並みなどを撮ったりしていました。

二〇〇六年春、自宅から一kmのところにスカイツリーが建つことが決定し、当時は特に気に留めませんでした。しかし、三年後の二〇〇九年春、家から建設用のクレーンが見えたので現地に様子を見に行ったところ、巨大なタワークレーンが三基立てられており、今まで見たことのない建設風景を目にしました。

「世界一の電波塔がこの場所に建つのかあ」と、興味を持ち、スカイツリーが二〇〇mを超えた頃から、成長していく姿を写真で記録しておこうと思い、毎日撮るようになりました。

上空から見た建設中のスカイツリー

三基のタワークレーン。建設当初の様子

■ヘリコプターをチャーターして空撮

スカイツリーが高くなるにつれ、上部で行われている最先端の工事の様子が見られなくなってきました。「上の方はどのような作業が行われているのか見てみたい！ヘリで上空から見るしかない！」と思い立つも、どこに問い合わせればよいのか分からない。いろいろ調べたところ、個人チャーター（五人で一五分七万円）できるヘリ会社を見つけ、仲間を募って割り勘でフライトしました。私はヘリも空撮も初めてだったので、いろいろな興奮が混ざり合い、あっという間の一五分で撮れ高も良くなかったですが…。私に限っては、この時からヘリ空撮にハマってしまい、パイロット含め二人乗りヘリ（一五分三万五〇〇〇円）を利用するようになり、建設期間中に三三回空撮を実施。回を重ねるごとに空撮テクニックが上達し、パイロットさんとの呼吸（これは大事）も合ってきて、思い通りの貴重な空撮写真を残すことができました。

金環日食とスカイツリー

■スカイツリーの魅力

スカイツリーは、朝焼け、夕焼け、虹、入道雲、雷、月、太陽、星空、富士山、桜、飛行機、電車、船、ビル、街並み、お祭り…。何と一緒に撮っても「絵」になる被写体です。対象物によって、レンズ・露出・シャッタースピード・構図などが異なるため、撮っているうちに撮影スキルが身についていくのも楽しいですね。

例えば「金環日食をスカイツリーのてっぺんに重ねて撮る」。そもそも太陽を撮ったことがないうえに、その瞬間をスカイツリーに重ねて撮るという超高難度なミッション。

まずは太陽撮影用のフィルターを購入し、太陽撮影の勉強から始めました。太陽が金環日食になる瞬間の場所を調べ、一週間ロケハン（事前下見）とテスト撮影をしました。ところが当日の天気予報は曇り。郊外に撮りに行くことも考えましたが、晴れることを信じて前日からスタンバイ。当日は予報通り曇っていましたが、その瞬間が迫るにつれ、雲間から太陽が見え隠れし始め、何とか一枚だけ撮ることに成功。歓喜の瞬間でした。

建設中のスカイツリーを撮影する筆者。完成した今でもほぼ毎日、いろいろな場所や角度から撮影している

■今後の展望

スカイツリーを関東近郊の山頂から撮ってみたいですね。富士山、高尾山、筑波山、武甲山など、各山頂から見えることは分かっているので、いつか挑戦してみたいです。

そして、ライティング撮影の継続です。スカイツリーは二〇一二年の開業以来、約二四〇種類のライティングを発表、点灯してきましたが、今のところ漏れなく全て撮影しており、これからも撮り続けていきたいです。

最後に、写真仲間と一年間の「撮れ高」の発表の場として、毎年春～夏にギャラリーを借りて「東京スカイツリー定点観測写真展」を開催しています。二〇二四年も開催予定ですので、ぜひ見に来てください。

「粋」「雅」「桃」「白色」のレギュラーライティング

■お問い合わせ先
【東京スカイツリー成長記録写真ブログ】
https://ameblo.jp/tokyo-skytree-blog/
【X（旧ツイッター）アカウント】
@tetsu_skytree
【インスタグラムアカウント】
@tetsushin634

MADE IN GERMANY

ESCHENBACH

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だす世界の名品たち。品質を追い求める、そのこだわりをご紹介します。

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

エッシェンバッハ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、仕事中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
軽量設計で疲れにくい

- 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

置き型
置くだけで焦点が合う

- 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

スタンド式
両手が使えて便利

- 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

エッシェンバッハとは
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)

Ⓐ

LEDワイドライトルーペ＜3倍＞
商品番号ES-211W **18,590円**(本体価格16,900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-212W **20,020円**(本体価格18,200円)
サイズ(約)：縦63 x 横188 x 厚さ27mm重さ(約)：138g(電池含む)

商品提供:株式会社エッシェンバッハ光学ジャパン

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。

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・PHS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.〒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

●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(http://www.tsuhan-saijiki.jp/info/privacy)をご覧ください。