

水で世界に“waku-waku”を

Cleانسui

三菱ケミカル・クリンスイ株式会社

管理組合が創る快適情報紙

アムニティ

集合住宅管理新聞

発行所
アムニティ編集室
(株式会社・東京プランニング)
〒103-0025 東京都中央区日本橋
茅場町2-4-10 大成ビル
TEL (03) 3666-1973
FAX (03) 3667-1808
年間@3,700円・郵便振替 00120
-2-59596 © 禁無断転載・複製

第439号*

2019年(平成31年)

4月5日(金)

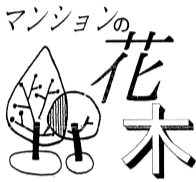
www.mansion.co.jp/



ユキヤナギ(雪柳)

バラ科

中国原産の落葉低木で、春の初めに柳のように細くて長い枝が伸びて、白い小さな花が枝いっぱい開花します。



団地・マンションの廊下、玄関、外灯などの照明がここ数年、LEDの普及で、大きく変わってきた。

蛍光灯など昼光色が主流だったが、LEDの球色系を採用するところが大幅に増えた。昼光色と電球色がリモコンで切り替えられるタイプもある。専有部での導入も価格が安くなり一挙に増えてきた。住民も明かりの変化を楽しむ。

年間で20万円節約
厚木市のユニハイム本厚木(82戸)では2016年〜2018年と外壁塗装など第3回の大規模修繕工事を実施した。2017年にエントランス、廊下など共用部の蛍光灯106灯をLEDに交換した。管理組合では、エントランスは安全を優先して昼光色にしたが、開放廊下は温かみを強調して電球色を採用した。住民にも好評だ。

管理組合によるとLED導入に200万円を投じたが、2017年は20万円の節約ができた、という。今後10年間で200万円節約できる計算になり、10年で元が取れる計算だ。「こんなに節約できるとは思っていなかった」と導入を決めた清野敏廣理事長は驚く。

38年ぶりの団地照明設備変更
2018年9月から19年4月末にかけて、外壁改修など3回の大規模修繕工事を実施中の築38年のすすき野第3住宅(横浜市青葉区、136戸)は、今回、1200万円をかけた、階段室の照明、庭園灯、団地入口の外灯、集会所の照明などをほぼすべて、LEDに更新した。団地内に19基ある庭園灯の交換では、昨年12月、電球色を試験的に導入したが、団地内の舗道を歩くのには暗い、という住民と電球色の方が優しいとする住民の意見が分かれたが、安全を優先して、昼光色を最終的に採用した。

18の階段室の上裏(天井)の照明は、蛍光灯だったが、丸みのある器具を採用した。

LED照明に詳しい牧野電設㈱(東京都練馬区)の長谷川大祐執行役員は、「LEDは、値段も安くなり10年間、4万時間持つとされ、マンションに急速に普及してきた。共用部分だけでなく、専有部でも昼光色と電球色をリモコンで切り替えられるタイプのものや、青や黄色など数色に切り替えられるタイプなども出てきた」と話す。ただ、団地で階段ごとに昼光色と電球色が交互になると、外からはバラバラで不自然に見えるから要注意などと注文をつける。

来年から国内では、蛍光灯の製造が打ち切られるなど、LED時代になる。LED器具に替えた階段室玄関の照明

マンション照明様変わり



階段室などにLED照明を導入し、夜間の景観も変わった=横浜市青葉区のすすき野第三住宅で

を採用、電球色に替えた。90基が優しい照明に替わった。玄関部分等は明るさが向上した、と高年齢の多い住民は歓迎だ。

管理事務所の集会所は、蛍光灯4本の吊り下げ照明器具2基を独立した4本のLEDに替えた。理事会などの会議で資料を読むことが多いことから昼光色とした。

また、川沿いで桜など高木群が主体の団地西側に4基のポール灯を新設・改修した。住民と車の出入りする道路沿いの東側のポール灯3基、2カ所の駐車場の外灯2基を改修、いずれもLEDの電球色に替えた。

団地全体の照明設計を手掛けたトム設備設計の足立陽市さんは、「今回活を築き、家庭も心えってきた」と話す。ただ、団地で階段ごとに昼光色と電球色が交互になると、外からはバラバラで不自然に見えるから要注意などと注文をつける。

〈主な記事〉

- ◆マンションの肖像
- ◆大規模修繕工事事例
- ◆省エネ改修補助金等
- ◆メンテナンス企業ガイド
- ◆日住協催し案内
- ◆論議・マ2040年問題
- ◆マンションの肖像
- ◆災害関連死ゼロ社会を目指す
- ◆タエコさんの生活エッセイ
- ◆大人と子供の楽しい算数
- ◆オリールオイルを旅する
- ◆読者のリフォーム体験談



LED照明に詳しい牧野電設㈱(東京都練馬区)の長谷川大祐執行役員は、「LEDは、値段も安くなり10年間、4万時間持つとされ、マンションに急速に普及してきた。共用部分だけでなく、専有部でも昼光色と電球色をリモコンで切り替えられるタイプのものや、青や黄色など数色に切り替えられるタイプなども出てきた」と話す。ただ、団地で階段ごとに昼光色と電球色が交互になると、外からはバラバラで不自然に見えるから要注意などと注文をつける。

硯滴

弊所秘書の不幸に
より大変ご不快なお気持ちにさせて
誠にさ

マンション関連の動き

- ・「高圧受電方式」変更の総会決議の効力は専有部分には及ばないと判断/最高裁
- ・空き家対策本「東京空き家ガイドブック」を作成/東京都
- ・住宅宿泊事業法施行要領(ガイドライン)改正で住宅宿泊事業者への規制強化/国土省

特許工法 大変お待たせ致しました!!これまで不可能だった集合管とソベント継手をFRP更生!

失敗しない賢い選択

昭和の建物は、**排水管更生が必要**です!

配管を内部から強靱にする**排水管更生技術**

ビル・マンションの古くなった排水管、それも修繕周期を過ぎた穴の開いた老朽管も、敷設したままで再生できる方法なんて、あるわけないと思いませんか?

P-C-G
...それができるんです!

管工事業界と管更生業界に革命を起こすP-C-G テクニカです。

今、最も脚光を浴びている企業です!

様々な分野で活躍、奮闘する人物のターニングポイントにスポットを当てビジネスや成功の裏側に迫っていく番組等多数のテレビ番組で取り上げられています。

ホームページ、YouTube でもご覧いただけます!

マンションの肖像

これまでの30年、これからの30年

(12)

明治学院大学法学部兼任講師・本紙客員編集委員 竹田智志

commonの再活用

読者の皆さんは、『総合的団地環境整備事業(略称:総合団地)』という言葉を覚えていますか。83年昭58頃からURの賃貸住宅で展開されたものである。高齢化の対処として敷地内の段差解消、スロープ、階段手すりの設置等を行うことや、緑地面積の減少を押しさえ、駐車場スペースを広げる。遊具等の整備、プレイロットの改修等と様々な整備を図るといったもので、時代のニーズに応えようとする屋外リニューアルの展開であった。こういった事業の展開を受け、住宅団地でもその導入を全般的に或いは一部で行ったところがある。

筆者の考える前提は、少子高齢化による急速な人口減現象が、郊外に広がった住宅団地にとってどのような課題を投げかけているかを踏まえ、その対応を模索したいのである。既存の管理組合に利用できる手立ては何か。もちろん、組合と企業とのJVといったことは当然として、先ずその一つ目として浮上したのが『カーシェアリング』という考え方だ。もはや自動車は個人(区分所有者)が所有せず団体(管理組合)に帰属させ、区分所有者は専ら、それを利用するという方向にあるのではないかと、既存の駐車場は、利用者が減るわけだから、利用の仕方を変える必要が出てくる。駐車場はE-Commonの再利用を考えると、時期が到来するのではないかだろうかということ。

津波のような大波に耐えてきた管理組合は多数に及ぶが、記者を連れて駐車場増設問題を振り返ったとき、ふと思いついたプランが2点ほどあった。この場で紹介しておこうと思う。マンション学会等で今後の管理組合の活動に向けた報告を耳にするにはあるが、自治会と組合の分離を推進すべきとした主張があったかと思つと、『コミュニケーション』という考え方は、集団型・賃貸型の

を駐車場にしたのだ。その駐車場を郊外型の農園と結びつけたとしても決して可笑しくはない。実はURは3年ほど前から、福岡県の宗像市(むなかた)にある日の里(ひのさと)団地(71/86年入居、1533戸)で農業と住まいが一体となった日の里ファーム事業に取組んでおり、その活動を展開中だ。

市民農園という意味らしいが(ブリタニカ国際大百科事典)、ドイツを発祥地として、2000年以上の歴史を持つものと思われる。国内でも若干見当たるとはなってきた。郊外の住宅団地は、そもそも敷地が広く、建物の容積も抑えられていて、そこに40年ほど前、モーターゼーションの風が吹き荒れ、その影響が建物と住民を農業が活性化してくれるのであらうグリーンベルトと公園



松本 恭治氏

ダ・ピンチ先生さようなら

3月2日、松本恭治先生(75歳)が突然、逝かれてしまった。昨年の春ごろ「糖分の取過ぎか、目が見えない。手術で治るが、暫くアメニティのシリーズを代わってくれ」と電話があった。確かに承知をし、先生の代役を引き受けた。2月末には、「数本の原稿が出来つつあるが、いざグラフを直すとなるとPCが見えづらい」と話されたので、こちらを早々に締めにかかった。近く解放されるなと思いつつ、その矢先、突然の訃報。心筋梗塞だった。先生の最初の勤務先は公衆衛生院で終日、話し込んだ。マンション学会では国際シンポの席上、怒鳴られた。10年ぐらいい前からは、週一、二度長い電話があった。先生の研究会のメンバーになった。グラフの数値の意味を聞くと、長い長い説明があった。「もっと先生はマンション学のレオナルド・ダ・ピンチ。もっと、もっと話したかったよ。もっと、もっと教えて欲しかったよ。」

長い間弊紙の「新マンション事情」を担当されておられました松本恭治氏が3月に逝去されました。ここに謹んでお悔やみ申し上げます。編集室一同つきましては、新マンション事情は終了いたします。

工事事例

秀和材木町レジデンス 第二回大規模修繕工事

住居意と公的資金活用のもとで成功したグレードアップ

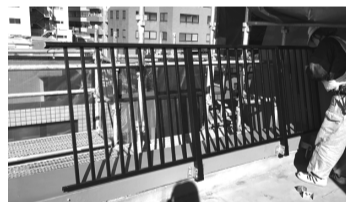
一級建築士事務所 鈴木理巳建築計画所

マンションの概要

秀和材木町レジデンスは六本木毛利庭園に隣接した閑静な住宅地に建築40年のマンションです。23戸の小規模マンションとは言葉周環境にマッチした改修内容という点を意識し管理組合も同じベクトルを共有しながら進めた大規模修繕工事です。



外壁塗装



手すりの交換

シートなどにより機能性、美観性の向上を図りました。最大可能な資金調達以下の補助金及び融資を受けた。

であるものの平成13年の第一回大規模修繕以降、新築、色もシルバーからブロンズ色にすることでイメージアップを図りました。玄関扉更新(全住戸の玄関扉更新と併せ鍵もオートロックのノンタッチキーと兼用としました。バルコニー手摺及び窓面格子交換(全住戸の手摺と面格子を鋼製からアルミ製に交換しました。)

具体的改修工事内容
サッシの更新(全住戸のサッシをかぶせ工法により高断熱ガスを充填してまいりました。)

集合玄関子機と連動する宅配ロッカー(ノック)導入
住居者が集合玄関子機にキーをかざすことで宅配ロッカーへの配送荷物の有無を知らせるシステムを導入しました。

サッシ・手摺の更新(交換に合わせて外装色を一新し周辺環境に相応しい今風の建物へのイメージチェンジを図りました。)

その他(屋上防水塗装の高反射率塗料の採用、バルコニー床の長尺塩ビ



↑アフター
↑ビフォー

秀和材木町レジデンス 第二回大規模修繕工事

[設計・監理]

一級建築士事務所

鈴木理巳建築計画所

東京都港区六本木7-13-1立原ビル6階

電話03-3408-8441

メール ap@suzuki-archi.jp

http://www.suzuki-archi.jp/



秀和材木町レジデンス

[施工]

株式会社 大和

東京支店

東京都港区芝浦1-14-15芝浦TYビル2F

電話03-5730-3950

http://www.daiwa-co.com/

情報INDEX

★老朽マンション、住民高齢化で建て替え進まず 全国の約644万戸のうち築30年以上が約185万戸と約3割を占める。国交省によると、これまで建て替えに至ったのは準備中を含めわずか274件(平成30年4月時点)にとどまる。防災面や防犯面での悪影響を懸念し、独自に対策を進める自治体もある。(2/23産経)

★専有部分の電気契約解除義務は無効 管理組合の総会決議・最高裁 マンションの管理組合が総会で、低額の電気供給サービスを一括導入するために、個別の電気契約を解除するよう全住民に義務付けた決議の有効性が争われた訴訟の上告審判決で、最高裁第3小法廷は5日、決議は共用部分の変更や管理にしか認められず専有部分には及ばないとして「無効」との判断を示した。(3/6毎日他各紙)

★セブンの移動販売、光が丘の都営住宅団地で 東京都と練馬区はセブンイレブン・ジャパンと組んで、同区光が丘の都営住宅団地でコンビニエンスストアの移動販売を始める。(3/7日本経済)

★新宿区が防災対策品を支給、マンション防災組織に 新宿区は2019年度にマンション住人の自主防災組織へ組立てトイレや担架などの防災用品を無料で配る。5階建て以上戸数20戸以上のマンションが対象。用品提供を通じ組織内の結束を促す。(3/11日本経済)

★感震ブレーカー無料支給 西多摩郡の瑞穂町、高齢者に 大地震の際に自動的に電気を止める「感震ブレーカー」の無料支給制度を導入するのは多摩地域の自治体では3番目。(3/15読売)

★高齢者ゴミ出し支援、環境省が支援 自宅のゴミを集積場まで運ぶのが難しい高齢者をサポートするため、環境省は、自治体向けにガイドラインを作成。(3/18読売)

★新宿に3200戸集合住宅、区が都市計画決定 野村不動産などが東京都新宿区に計画している大規模マンションが同区から都市計画決定の告示を受けた。最高階数65階の大型物件で、2029年度の完成を目指す。(3/20日本経済)

窓サッシ改修等の補助金 新年度、省庁・自治体の事業概要明らかに

先月成立した今年度の政府予算は、一般会計総額が101兆4571億円と過去最大の規模となり、その中には、マンション管理組合にも関連の深い事業も含まれている。そこで今回は、政府予算等から、マンションの窓改修等の工事に充当できる補助事業について確認したい。

国土交通省

窓改修等のリフォームに最大30万ポイント発行(予算約1300億円)

次世代住宅ポイント

は、今年10月に予定される消費税率引上げに備え、断熱改修による省エネ性能の向上を伴ったリフォームを行う者に、様々な商品等と交換できるポイントを発行する。所有者等が施工者に工事を発注(工事請負契約)して実施するリフォームが対象となり、マンション管理組合も対象。開口部(窓・玄関)、外壁、屋根の断熱改修等に

環境省

高性能窓への改修に戸当たり最大15万円補助(予算97億円の内訳)

高性能建材による住宅の断熱リフォーム支援事業は、管理組合が玄関以外のガラス窓すべてを改修した場合、戸当たり最

表1 国土交通省の事業

Table with 2 columns: 対象住宅, 対象期間, ポイント対象工事等, ポイント数, ポイント申請期間, 交換商品. Content includes details of the Next-Generation Housing Point System.

表2 環境省の事業

Table with 2 columns: 対象者, 対象期間, 補助内容, 補助要件, 補助対象製品. Content includes details of the High-Performance Building Materials Support Project.

表3 東京都の事業

Table with 2 columns: 助成対象者, 申請期間, 助成対象製品, 助成率, 助成要件. Content includes details of the High-Performance Window Introduction Promotion Project in Tokyo.

経済産業省

窓改修の補助事業は経産省も行ってきたが、環境省との連携事業となっていない。現在公表されている事業概要をまとめる。より詳細な内容は今業を参照。

東京都

高断熱窓導入に戸当たり最大50万円助成(予算24・75億円) 東京都は、「既存住宅における高断熱窓導入促進事業」で、都内の既存住宅で高断熱窓を設置した都民等に、その費用を最大戸当たり50万円まで助成する事業を実施している。同事業では、条件を満たせば国の補助事業との併用も可能。2018年度から今年度までの3か年事業で、事業期間中、概ね約33000件の申請が見込まれている。なお、2019年3月末時点の申請件数を都に確認したが、未公表とのことであった。事業の概要は表3を参照。【問い合わせ先】公益財団法人東京都環境公社 東京都地球温暖化

ぶっくがいと

「マンションにおける共同利益背反行為への対応 区分所有法57条・58条・59条・60条の実務」

関口康晴、町田裕紀、小川敦司、田村裕樹、川口洗太郎著 日本加除出版発行

本書は区分所有法第57条～60条を徹底的に掘り下げた実務書。マンション紛争の解決に携わってきた弁護士たちが実際の豊富な裁判例を基にQ&Aで、どのような行為が共同利益背反行為に該当するか解説、対処法を紹介。管理組合役員必携書。定価2700円(税込)



確かな技術と安価な工事費

Advertisement for Marunaka drainage pipe renovation services, including a diagram of the lining process and contact information for Marunaka Co., Ltd.

建物診断から

設計・監理まで

豊富な実績を誇るグループです

マンション・ユニオン 保全設計協同組合

(本部) 〒130-0002 東京都墨田区業平 3-8-12-201 電話 03-5819-2266 f a x 03-5819-2267

管理組合の法律問題お任せ下さい

管理費滞納 総会運営 工事妨害 規約改正 迷惑居住者 建替え etc.

本紙「マンションの法律Q&A」執筆の弁護士が対応いたします。初回相談(30分程度)無料 管理組合の顧問も承ります(顧問実績多数)

コンパサーレ法律事務所

千葉県中央区本千葉町1-1 日土地千葉中央ビル5階 電話 043-202-2336 FAX 043-202-2337 弁護士 石川貴康



★ 保存版 ★



ここに掲載した会社は、特にNPO日住協をはじめ諸団体、各管理組合において実績があり、実質的な評価を得ている企業です。施工技術、アフターケア、製品等につき大きなトラブルや問題をおこしている企業は掲載を見合わせておりますので、一応の安心の目安としてご利用下さい。各企業に関する質問等は本紙までお寄せ下さい。

ここに掲載した会社は、特にNPO日住協をはじめ諸団体、各管理組合において実績があり、実質的な評価を得ている企業です。施工技術、アフターケア、製品等につき大きなトラブルや問題をおこしている企業は掲載を見合わせておりますので、一応の安心の目安としてご利用下さい。各企業に関する質問等は本紙までお寄せ下さい。

●管理組合の実績と評価に基づいた……

メンテナンス企業ガイド

Table with 4 columns: 企業名, 所在地/電話, 主な技術・工事・業務内容. Includes categories like 防水・塗装・大規模修繕工事 (専業大手), 耐震, 給・排水設備 (赤水対策他).

Table with 4 columns: 企業名, 所在地/電話, 主な技術・工事・業務内容. Includes categories like 耐震, 給・排水設備 (赤水対策他), 会管社, エレベーター, 手サツ摺シ.

〈お問い合わせ〉

アメニティ編集室

☎03-3666-1973

各社の実績資料等は管理組合の閲覧用として編集室にファイルしてありますのでご利用下さい。

インターネットホームページでもご覧になれます。

マンション・メンテのホームページ

http://www.mansion.co.jp/

NPO日住協の催し案内

お問い合わせ ☎03・5256・1241

<各種相談会>

NPO日住協では毎月定期的に各種相談会を開催しています。相談員は一級建築士、弁護士、マンション管理士などそれぞれの分野でマンション管理に精通した一流の専門家です。

相談場所＝日住協本部4階(神田)
会員管理組合＝無料
一般管理組合＝5千円

1 管理組合 1 時間
※日住協へ電話予約してください。

●法律相談会

4月17日(水)、5月8日(水)、5月15日(水) 17時から
マンション運営上の法律相談、区分所有法・管理規約・細則についての相談

●建物・設備相談会

4月12日(金)、5月17日(金) 17時から
マンションの修繕(維持管理)、長期修繕計画、大規模修繕、給排水設備、配管、電気・ガス設備維持管理・改修相談など

●管理組合運営相談会

月～金の10時30分～16時(事前予約制)
管理組合の運営、理事会、総会運営についての相談。規約・細則のチェック、経費節減、管理委託契約についての相談、管理会社とのトラブルについての相談



NPO日本住宅管理組合協議会
(略称/NPO日住協)

156管理組合(約4万5千戸)等が加盟している民間の管理組合団体で昭和44年(1969年)創立以来49年間、管理組合を支援しています。
住所 〒101-0041 東京都千代田区神田須田町1-20 製麵会館3階
電話 03-5256-1241
FAX 03-5256-1243
http://www.mansion-kanrikumiai.or.jp
eメール info@mansion-kanrikumiai.or.jp

① 工事受注者は工事部位の建材にアスベストが含有しているかを調べ、調査結果を発注者に説明し、公衆に見やすいように掲示する。
② 発注者は上記調査費用の負担や必要な措置へ理する。
③ 撤去した石綿含有建材は「石綿含有産業廃棄物」として所定の梱包・区分・経路・処理場で処理する。

マンションの2040年問題

マンション管理フェア2019開催される
3月5日から8日にかけて、東京国際展示場にて日経「建築・建材展2019」の開催にあわせ、「マンション管理フェア2019」が開催された。開催中は、日住協ブースを始め、各社ブースに多くの人が訪れ、質疑応答が繰り返された。展示会全体では、期日の前半は天気に恵まれて、東京国際展示場にて日経「建築・建材展2019」の開催にあわせ、「マンション管理フェア2019」が開催された。開催中は、日住協ブースを始め、各社ブースに多くの人が訪れ、質疑応答が繰り返された。



「8歳になる、健康な若い世代に比べて、団地も70歳と超高齢になる。大規模修繕を繰り返すための積立金は順調に集まるだろうか」と表情を曇らせる参加者もいた。

第17回通常総会を開催
特定非営利活動法人日住協は、上地理事長が第一号本住宅管理組合協議会(略称:NPO日住協)川上湛水会長は、3月31日、豊洲文化センターにて、第17回通常総会を開催した。

出席。前野町ハイツの橋爪理事長が議長に選出され、上地理事長が第一号本住宅管理組合協議会(略称:NPO日住協)川上湛水会長は、3月31日、豊洲文化センターにて、第17回通常総会を開催した。



「マンションの建物Q&A」
「建物相談会」から



Q マンションで住戸の内装リフォームをしていますが、内装業者からお風呂や洗面室の天井板がアスベスト含有建材であるので、解体撤去の追加費用が掛かるといわれました。西暦1990年に建設されたマンションですが、その頃にはまだアスベスト含有建材が使われていたのでしょうか? また、アスベスト含有建材の処理はどのようにすれば良いのでしょうか?

【回答者】

NPO日住協協力技術者
一級建築士 山田 俊二

A 建物に使われている建材には、アスベストを含有しているものが多数確認されています。住戸の内装材も例外ではありません。アスベストを含有している内装材は、ボード類、天井吹付仕上材、ビニル系床材が主です。

住戸内のアスベスト含有建材の処理方法

① 天井吹付仕上材は吹付けの石別名バミキユライト(無数の凹凸があり手で触るとポロポロはがれ落ちてくる天井吹付材)があります。
② ビニル系床材はクッションフロア(エンボス模様のある長尺シート)やPタイル(30cm角の固いビニル系床材)と一般に言われている合成樹脂床材があります。
③ これらの建材にアスベストを含有していた年代はスレートボードが2004年まで、石膏ボードは1986年まで、ケイ酸カルシウム板が2004年まで、ロックウール吸音板が1987年まで、吹付けの石が1988年まで、クッションフロアは1990年まで、Pタイルは1987年まで、メーカーにより年代や含有の有無に差異がありますので、国土交通省・経済産業省が公表している石綿含有建材データベース(http://www.agbstos-database.jp/)を参照してください。
④ 撤去作業は保護具・保護着を着用し、作業場所はシートなどを敷いたり囲ったりし養生する。
⑤ 石綿含有建材使用部に設置されている設備機器を取り外す。
⑥ 石綿含有建材の湿潤化(「粉塵飛散防止」)。
⑦ ボードは水または湿潤剤を噴霧し湿潤化する。
⑧ ビニル系床材は湿潤剤を噴霧又はHEPAフィルター付真空掃除機で吸引(場合により作業場を隔離し負圧排気装置が必要)。
⑨ 石綿含有建材の除去。
⑩ ボードは原型のまま割らないように手ばらしする。
⑪ 吹付材は湿潤状態を保持しながら、スクレーパーなどで吹付材を除去し、除去面の残留物は浸透性固化材を塗布し固化する。HEPAフィルター付真空掃除機で吸引する。



戦後世代のもっとも大きな人口の塊といわれる団塊の世代が2025年には全員75歳になり、2040年には高齢者の数が4000万人になる。そのころ、日本の人口は、1億人を切るという予測だか、合運営の参加は減る。高齢者

年を迎えた団地が5組合ほどを数える。建物もつたが、住民の高齢化で、80歳を超えた低金利時代で買いやすくなったこと旧世代の団地、窓組みたい。(NPO日住協論説委員会)

それでも、80歳を超える住戸に管理運営の中軸バッテリーとして活躍してもらおうのは酷い。しかし、得意な分野では生き生きとして活躍する高齢住民は確実に存在する。気になるのは、特に団地で息子娘世代が、団地に見向きもせず、新築マンションをきつと購入して、団地におさらばするケースが一般化したことだ。親の世代にあり得なかった低金利時代で買いやすくなったこと旧世代の団地、窓組みたい。(NPO日住協論説委員会)

災害関連死ゼロの社会を目指す

<4>

●大地震発生後は水や洗濯機などの転倒による漏水を原因とした紛争や訴訟が発生しており、

「トイレの問題」です。「トイレの問題」です。断水することでトイレを流すことができないのに加えて、排水管の破損による漏水の恐れから、一定以上の強い揺れ(例えば震度6弱以上)があった場合には水を流さないことが基本です。余談ですが、東日本大震災や熊本地震などの過去の災害では、給排水管の破損だけでなく、電気温水器

●在宅避難生活でのトイレの考え方
それでは、集合住宅内に留まって生活し続ける「在宅避難生活」では、トイレをどのように考えたらよいのでしょうか。基本的な考え方は「自宅のトイレを使い続けるため

●トイレに行きたくななるのが「除菌、消臭性があるトイレ凝固剤を使うこと」です。そのま



生活し続けることは非常にストレスがたまる原因になります。「トイレに行きたくない」→「トイレの回数を減らそう」→「脱水状態の発生やエコノミッククラス症候群の発症」→「災害関連死の発生」につながるという

- 一般社団法人地域防災支援協会
http://www.boushikyo.jp
- 一般社団法人日本環境保健機構
http://jeho.or.jp

Mrs.タエコのマンション物語

タエコの悩み

桜満開の季節です。鮮やかなピンクの花々を見ると気持ちが高揚して、何でも出来る気持ちになっちゃいます。私だけでしょうか。進級、新入学、新入社等で新しい世界に飛び込んで、今までと違う新しい自分を発見する。あまり好きでなかった自分を捨て、新しい自分に出会える。期待と希望に満ちたそんな頃です。



春です！私も新しい自分に二重險にする化粧品を購入やはり、ありのままがいい

程。化粧映える訳でもなく、せめて化粧映えでもすれば、長身で足だけはジーンズ屋で長いですねと褒められるので、お金も必要だし痛いのは嫌です。そんな時、週一回頼んでいる個別宅配のカタログ

映く桜を見ながら考え続けていたのです。そこでまず思い付いたのが二重險にする事です。凹凸のないのべりとした顔に、小さい一重の目、写真写りの悪いことしたら自慢出来る程。化粧映える訳でもなく、せめて化粧映えでもすれば、長身で足だけはジーンズ屋で長いですねと褒められるので、お金も必要だし痛いのは嫌です。そんな時、週一回頼んでいる個別宅配のカタログ

に、瞼の上に塗って専用の器具で持ち上げるように押すだけ。二重險が手に入るといって化粧品が掲載されました。価格も千円程度、これで夢の二重險が手に入ると早速注文しました。期待で胸がいっぱいでした。

脳トレ 大人の楽しい算数

《44》 出題・松

＜きまりの数＞

□□□□	…1
□□□□	…2
□□□□	…4
□□□□	…10
□□□□	…7(?)

【問題】あるきまりの数を表す。アはいくつを表していますか。

※答えは7面

その電話、「アポ電」かも

知らない番号からの電話に出るのは慎重に

家族構成や資産状況などを聞きだしたりする「アポ電」に関する相談が国民生活センター等に寄せられており、同センターでは注意を呼び掛けている。

【事例1】テレビの制限「はい」と答えてしまった。何の用か」と聞くが、「お金のことに」と言われたが、消防署がその確認をしようとした。高年齢者には日頃から家族等の見守りが大切。

④警察相談専用電話番号「#9110」や消費者ホットライン「1888」に電話や、周囲に相談を

桜餅(道明寺粉)

桜の季節に道明寺を作って見てはいかがでしょう？

↑ラップの上に2食の生地を重ねて棒状にまとめる

(道明寺桜餅の生地配合)
道明寺粉100g、熱湯150CC、砂糖大さじ2(20g)、食紅極少量(つくり方)
耐熱容器に熱湯、道明寺粉と砂糖を入れてよく混ぜ、15分蒸らす。ラップをしてレンジで2分程度加熱し、冷めるまで置いておく。生地を半分食紅を少量混ぜ、上新粉を薄く引いたラップの上に2食の生地を重ねて棒状にまとめる。好きな大きさに切り分ける。道明寺粉は、もち米を蒸してから乾燥させ、目の粗い石臼ですり潰したものです。今回はあっさりお餅のみですが、お好みであんこを中に入れるなど簡単にアレンジできます。

本紙「マンションの法律Q&A」執筆の弁護士

管理組合の法律顧問、承ります

管理組合にまつわる多様な法律相談に迅速な対応が可能です

やまとばし法律事務所

千葉市中央区中央4-8-8 日進ビル502
電話 043-307-9470 FAX 043-307-9471
弁護士・マンション管理士 内藤 太郎
(平成29年9月にコンパサーレ法律事務所より独立しました)

むつこの料理教室

長尾睦子
3人の子供を持つ料理研究家。大自然の全ての物に感謝する気持ちを、食育を通じて子ども達に伝える活動をしています。今日食べた物が明日の私達がつくれます。

老後の新生活情報

老後は誰にでもやって来る。老後にどんな境遇が待っているか、そこに自分なりの希望と目標を持つことによって、輝いて生きていくことが出来る。

本稿から、老後の新しい生活を見つけるための諸情報をシリーズでお届けする。

身体を動かそう①

「老後」はどのくらい続くのでしょうか。昨年厚労省は、日本人の平均寿命を男性約81歳、女性約87歳と発表しました。60代以降を老後とする、少なくとも老後は20年以上あることになりま



ノルディックウォーキング

ここに取り上げた以外にも、自分で出来ること、つなぐこと、やってみて、地帯のリーダーとなり活躍してはいますか。

そのためには自分で意識的に身体を動かす、あるいはスポーツサークル等に参加して、仲間と一緒に身体を動かして健康を維持するという方法もあります。しかし、自分で身体を動かすことも、その地域のリーダーとなり、高齢者が身体を動かす手助けすることを、老後の生きがいとするという生き方もあるのではないのでしょうか。

今回は、そんな地域リーダー養成にも力を入れている団体を紹介しましょう。

■ノルディックウォーキング
ポールを両手にして歩く

791

「ウォーキングサッカー」走らないウォーキングサッカーは、すべての人がボールに触れ、楽しめる。

■ウォーキングサッカー
走らないウォーキングサッカーは、すべての人がボールに触れ、楽しめる。

このシリーズの本文に関連したことや、「相続、介護、転居、リフォーム、その他の心配事」などの相談は左記へ(専門的なことは専門家窓口を紹介いたします)。

〒103-0025
東京都中央区日本橋茅場町2-4-10大成ビル5階、(株)東京プランニング内アメニティ編集室まで。

集合郵便箱

過去の管理人さん

5月が近づくと過去の管理人さんのことを思い出してしまふ。

「こんな行動許されま

りついたのである！

「あら、このハンドクリーム安くなった。このハンドクリームいいのよ」と言っている3本から「そんなんですか。じゃあ、私もそれにしようかな」と言っている手に取った。

「今度は、30代くらいの子育て中と思われる女性

「投稿先」
皆さんの身のまわりで起きた出来事、住まい方に関する提案など投稿をお寄せください。掲載された方には千円相当の図書カードをお送りします。住所・氏名のご記入を省略していただいても構いません。また、匿名希望の場合はその旨、記入ください。

女の情報力

乾燥続きで、手がカサカサ。ドラッグストアでハンドクリームを選んで話したんだ。

オリーブオイルを旅する

アドリア海の女王と例えられるヴェネツィアから北に約30km、ここに今日の舞台「トレビス」という、人口約8万3千人の都市があります。

このじいさんとした街があのパレルメーカ「ベネトン」や、有名な「コーヒーミン」などを世界に送り出している電機メーカー「デロンギ」の本拠地と、あまり知られてはいません。そこに今日の主役トレビスは、生まれました。

「トレビス」を「ご存じですか？」

「トレビスはイタリアではもっぱら、秋から冬に食べられている野菜ですが、トレビスとトレビス、どこか似かよってはいませんか？もうお気づきかもしれませんが、そうなんです、トレビスはフランス語なんです。赤紫と白のコントラストが鮮やかなこの野菜は形状によって呼び名も変わるようです。日本のデパトなどで見かけるようになりました。



トレビスとパンチェッタのオリーブオイルソテー

「トレビス」を「ご存じですか？」

「トレビスはイタリアではもっぱら、秋から冬に食べられている野菜ですが、トレビスとトレビス、どこか似かよってはいませんか？もうお気づきかもしれませんが、そうなんです、トレビスはフランス語なんです。赤紫と白のコントラストが鮮やかなこの野菜は形状によって呼び名も変わるようです。日本のデパトなどで見かけるようになりました。

<大人と子供の楽しい算数・解答>
答え=12
それぞれのマスが表す数は次のようになっているので、アが表す数は、8+4=12となります。

8	4	2	1
---	---	---	---

エル・アルカサル西日暮里
大規模修繕工事見積参加会社募集

所在地 荒川区西日暮里6-29-11
建物概要 RC造、6階建て、その他附属施設、総住戸数73戸(他に管理員室1戸)、1979年竣工
設計監理 (有)鈴木哲夫設計事務所
工事内容 仮設、躯体改修、外壁・鉄部等塗装、シーリング、防水、雑改修、及びその他付帯する工事
工事予定 2019年11月～2020年4月
見積参加概要(参加条件等の詳細は、問合せ先にて資料を入手)
①資本金5千万円以上②創業15年以上③直前年間工事高=完成工事高10億円以上、分譲マンション大規模修繕工事高5億円以上④過去5年間に分譲マンション大規模修繕工事(関東圏内)1現場5千万円以上が5現場以上
参加要領資料配付 3月25日(月)から(有)鈴木哲夫設計事務所にて配付(日時を設定しますので、必ず事前に下記まで電話連絡してください)
提出期限 5月8日(水)午前中必着
※郵送か宅配のみ受付
問い合わせ・資料提出先
〒162-0041東京都新宿区早稲田鶴巻町5-4小西ビル3A
(有)鈴木哲夫設計事務所エル・アルカサル西日暮里管理組合担当(宛)
TEL.03-3204-1530 担当:井口

どうぞご利用ください

施工会社募集の掲載は無料です

なお、本紙ホームページにも見積参加会社募集の案内を掲載しています。
<http://www.mansion.co.jp>

(問い合わせ先)
集合住宅管理新聞
「アメニティ」編集室
TEL 03-3666-1973
FAX 03-3667-1808

建装工業株式会社
首都圏マンションリニューアル事業部
〒105-0003 東京都港区西新橋 3-11-1
TEL 03-3433-0503 FAX 03-3433-0535
URL : <http://WWW.KENSO.CO.JP>

北海道支店 東北支店 横浜支店 中部支店 関西支店 九州支店

～ Totalでご提案します～
◇大規模修繕工事 ◇給排水設備工事
◇各種防水工事 ◇防音工事
◇内装工事 ◇建物・設備診断

快適な暮らしを求めて

アメニティ

☆「アメニティ」とは快適さのことです。本紙は分譲集合住宅の快適な生活をめざして管理組合と居住者の皆さんが参加して手作りする新聞です。☆本紙はNPO日住協との共同編集により発行しています。

今月の紙面	
1面	マンション照明、様変わり
2面	マンションの肖像、工事事例
3面	情報INDEX、ブックガイド他
4面	メンテナンス企業ガイド
5面	論談、建物Q&A、催し案内
6面	タエコ物語、料理教室、算数
7面	老後の新生活情報、オリヴ

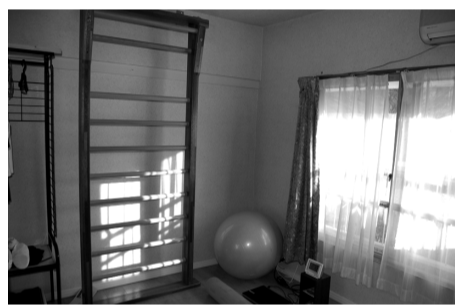
読者投稿 私のリフォーム体験談 物置部屋が「家ジム」に変身



遊びに来るお孫さんも壁面に設置されたボルダリングがお気に入り

腰痛も解消して 体内年齢も若返る

70歳頃から腰痛が再発し、何かしなければと思いついた矢先、貴社アメニティの「家ジムで健康を延ばそう」という記事が目にとまりました。記事が目に留まりました。と化して、この身をくまなく動

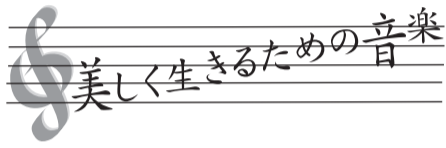


設置した肋木(ろくぼく)

をリフォームし、畳を撤去しフローリングに、壁の両側にボルダリングと肋木(ろくぼく)を設置しキャスト付きの鏡も購入し「家ジム」が完成しました。それからと言つもの毎朝、ボルダリングと肋木でウォーミングアップした後、ウォーキング、ヨガ、ピラティス等を適度に織り交せて1時間程度トレーニング。「家ジム」のおかげで腰痛は解消し、いつの間にか足の静脈瘤が消え、筋肉量が増えました。今年の健診で体内年齢が48歳と表示された事にはさすがに驚きました。人間は動物であり、動物はその名の通り全身をくまなく動

音楽は心のリハビリにぴったり

看護師さんの手を借りての散歩が始まりました。何メートルも歩いていないのですが、とても疲れた様子だったので、患者やその家族が面会をするなどのサロンがあり、その椅子に座るよう促されました。看護師さんは座っているだけでもリハビリになります。と。身体は苦しいけれど、「今、できること」を考えて行動する。ベッドに横たわっているのではない、できる可能性を自ら見つけてリハビリをするきっかけになります。



104

筆者を反面教師とする。さて、このリハビリをどうしようかと思いついたのが、iPhoneにJazzとClassicalが聴けるアプリを入れました。朝の寝起きの時は、ヴィバルディ、ヘンデル、モーツァルト、そしてベートーヴェンを入れてくれました。ジャズではボサノバなどを聴きました。夜の寝る準備として、心を鎮める穏やかな美しい旋律を聴く。チャイコフスキーの「白鳥の湖」、ショパンの「ワルツ7番」、モーツァルトは朝夜を問わず相応しい曲がたくさんあります。入院中はリハビリや回診、シャワー、食事(時間がかかりました)などけっこう忙しく、音楽を聴く時間は僅かでしたが、励まされ、癒されるなど、心のリハビリに最適でした。読者の皆さんは健康診断をしっかり受けていてと思いますが、もし手抜きをしていたら、すぐに健診しませんか? 筆者を反面教師として。(服部 伸一 エッセイスト・写真家)

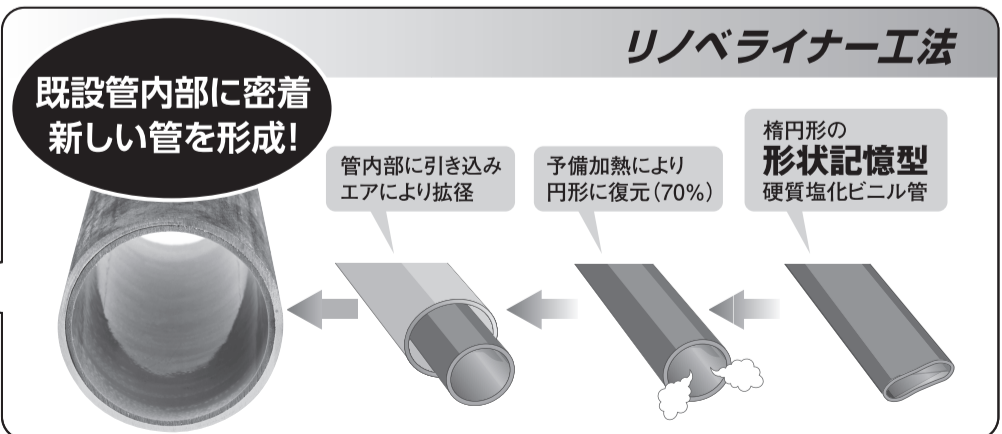
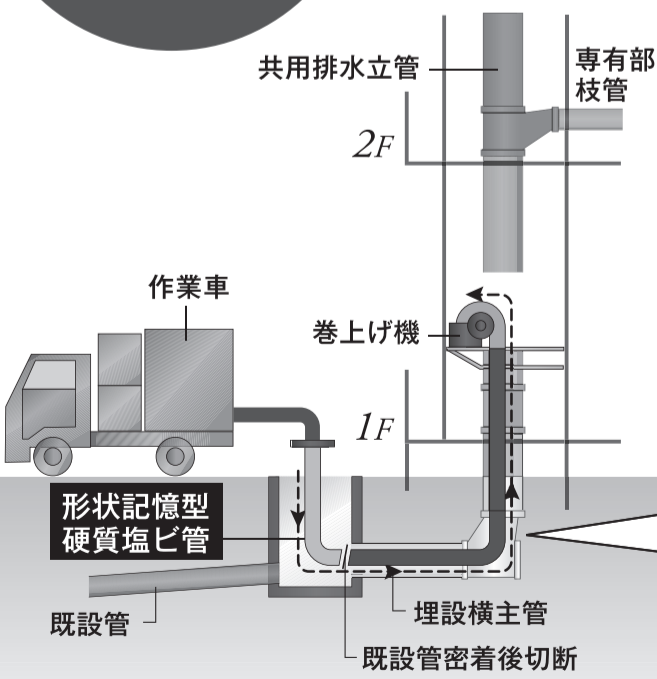
積水化学工業 SEKISUI との共同開発

私たちの
排水管更生工事の
特長はズバリ
これです!

地面を掘り返さないから

High quality 高品質・高耐久

1day 工期短縮 & 円 コスト削減



人・街・未来へ

いずみテクノ株式会社

住宅設備機器総合商社 (株)小泉 グループ

本社：〒167-0043 東京都杉並区上荻2-19-17
 横浜営業所：〒226-0021 横浜市緑区北八朔町1103-1
 埼玉営業所：〒350-1105 埼玉県川越市今成2-41-1
 千葉営業所：〒264-0016 千葉県千葉市若葉区大宮町2176-1

お気軽にご相談ください

03-5335-7601

(FAX. 03-5335-7611)

URL: <http://www.izumitechnos.co.jp>

いずみテクノ 検索