

ライフネクスト info

人・街・暮らしを元気にする生活情報誌

ライフネクストクラブ会員さま限定
夏のプレゼントキャンペーン開催!!
詳しくは20ページをご覧ください。



デジタルカメラ



ビールアワー



電動本格
ふわふわ氷かき器



「ポイントブラシ&
スリムスキー」セット



アイスジェルパッド



QUOカード

info 暮らしの特集

正しく捨てて、かきこくしまう リバウンドしない 片づけ術のススメ

ライフスタイル・エッセンス

「浴室掃除の簡単ポイント!!」

「マンションの防災・減災は
“助け合い”が大切」

リフォーム事例レポート

夏の長期不在 ここをチェック!

すぐに役立つ熱中症対策

簡単! オススメ夏レシピ

ショールームをいっぱい楽しもう!

ハウスクリーニングのご案内

資産としての住まいの話

Life Next Information
2014 夏号

vol.
18



正しく捨てて、かしくくしまろう

リバウンドしない

片づけ術のススメ

あんなに捨てたのに
もう散らかった!

箱に詰め込んだら、
出すのが面倒...



「徹底的に処分」した後、
リバウンドしていませんか?

片づけのために「捨てること」を肯定するムードが世の中に広まっています。色々なモノを思い切つて処分した経験がある方も多いのではないのでしょうか。でも、その反動や安心感からたくさん買物したり、捨てたモノを買い直したりするケースを耳にします。また、部屋をすっきりさせるために、とりあえず目に見えないところにモノを押し込んだ結果、いざ使うときに探し回るといふケースもあるようです。

乱雑な部屋を一気に片づけたとしても、その状態をキープできるのはせいぜい数日。片づけは、一気に痩せるとリバウンドしやすいダイエットとよく似ており、ただ単純に捨てるだけでは解決しません。大切なのは、捨てるモノと残すモノを見極めること。よく考えて十分に納得した後で捨て、残したモノには、定位置を与えてあげましょう。そして、散らかさない習慣やモノを増やさないライフスタイルを身につけるのが、家の中をずっとスッキリ保てるコツです。



監修
すはら ひろこ / 住生活デザイナー
一級建築士、インテリアコーディネーター、整理収納アドバイザーなどの資格と経験を活かし、整理収納と片づけの専門家として執筆・レッスン・講演を行う他、商品企画・開発、集合住宅のデザイン監修にも参画。新刊「風通しのいい片づけ」他著書多数。株式会社アビタ・クエスト代表。

「風通しのいい片づけ」(エクスナレッジ)
「40代から始める。暮らしをリセットするための片づけ」がテーマ。自分らしく心地よく暮らすヒントが詰まっています。



リバウンド防止策 その1
使うときのことを考え、よく使うモノは片づけすぎない

片づけた後のことを考えず、とにかく部屋からモノをなくすのに夢中になっていませんか? 必需品を手の届かないところに入れたり、箱の中や押し入れの奥に詰め込んだりすると、出し入れが不便になり、散らかった状態に戻ってしまいます。「使いやすい場所にしなう」「よく使うモノは片づけすぎない」がリバウンドを防ぐポイントです。

詰め込みすぎはNG!

収納スペースに空きがあると、ぎつしり詰めたくなるかもしれません。そんなときは、数量を減らす努力をしてから収納しましょう。隙



ほどよい隙間を残すのがカギ

リバウンド防止策 その2
厳しすぎない「ゆる片づけ」で一気にやらず少しずつ!

間なく詰め込んでしまうと、もう一度しまうのが面倒になるため、使いつばなしや出さばなしの原因に。空いたスペースをもったいないと思わないようにしましょう。

あえて「しまわない」方法も

日常的に使うモノは、戸棚や引き出しの奥にしまい込まずに「出しておく」という選択肢も考えましょう。出しておく場合は、トレイやカゴを活用してまとめるとスッキリします。



同じタイミングで使うモノは一緒に「グループング収納」を

少ない動作で戻せる場所にしまおう

やることはいっぱいあるときに、使い終わったモノを不便な場所に戻さないといけないのは誰にとつても面倒です。よく使うものほど、できるだけ少ない動作で戻せる場所、少ない歩数で到達できる場所に収納しましょう。

急な来客は こうして乗り切る

片づけ習慣を日々実践していても、来客時には一気に片づきたいもの。そこで、ココを押さえておけば簡単にキレイに見えるという効率のよい方法をご紹介します。また、片づけや準備に慌たたくなりがちでも、一輪の花を飾る心の余裕を大切に、気持ちよくお客さまを迎えたいですね。

玄関の三和土(たたき)に靴を置かない

最初に来客の目につく玄関に靴が並んでいると、雑然とした印象を与えます。

床・ソファ・テーブルをチェック!

リビングやダイニングの床に直置きしているモノをなくすだけでスッキリ。ソファにはクッションだけを置き、テーブルの上には何も置かないようにしましょう。

来客の目線でチェック

玄関から入って廊下を歩き、リビングでおしゃべりする…。そんな来客の目線になって部屋を見渡してみましょう。

水回りは「新品に交換」が近道

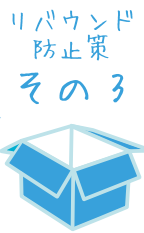
トイレなどのタオルやスリッパを新品にするのは来客時に。



入れたモノが見えるように収納すると無駄ににくい

困ったら食品から手をつける

何から手をつけたらよいかわからない場合は、食品を整理。賞味期限が切れたモノ、開封したまま忘れていたモノから処分しましょう。



暮らしの中でたまるモノを3層に分類すると
捨てる・残すの後悔が少ない

人生の年月を重ねるにつれて、私たちが所有するモノは増えていく一方。例えば水の入ったコップの中に、砂などを入れて層になった状態をイメージしてください。

コップの一番下にある沈殿層にたまっているのは、大切な「思い出のモノ」。処分するのが難しいアイテムがほとんどです。中間層にあるのは、今はほとんど使っていないけれどかつては思い入れがあったモノや趣味のモノが中心です。一番上のうわすみ層は、チラシやレシート、雑誌や文具といった日々の生活で増えていくモノが多く、毎日の掃除のついでに比較的簡単に整理整頓できます。

このように、思い入れの強さや所有している期間がそれぞれの層によって違うため、捨てる決心のつけ方や、片づけ方法も少しずつ異なります。いわゆる「片づけ本」の多くがテーマにしているのはうわすみ層の部分がほとんどで、日常のゆる片づけを習慣にすればスッキリします。その反面、中間層と沈殿層のモノは、どれを残すかの選択や、捨てるための心の準備が必要です。「整理整頓はしているのにモヤモヤする」「モノは捨てているのにスッキリしない」という人は、中間層と沈殿層のモノにテコ入れすると、心までスッキリできるかもしれません。



下のちの
“重ーい”モノほど
捨てにくい

うわすみ層

日常的な散らかり

レシートや雑誌、クーポン券、通販カタログ、ショップや雑誌のオマケなど、日々の生活で増えていくモノ。部屋を雑然とさせる大きな原因だが、比較的片づけやすい。



中間層

捨てそびれているモノ

使っていない鍋や電気製品、かつて集めていたバッグ、靴、本やCD、趣味のグッズなど。「高かったから」「また使うかもしれない」という思いから、今は使っていないのに捨てづらいアイテム。



沈殿層

思い出のモノ

日記、手紙、写真など、思い入れの深いモノや、単に使わないモノ。引き出しや押し入れの奥にしまっていることが多く、処分する決心がしづらい。



うわすみ層の片づけ

日々たまっていくモノは
捨てる・残すを
素早く判断

片づけようと思ったときに真っ先に手をつけやすいのが、日々たまっていくうわすみ層のモノ。捨てるかどうかは素早く判断し、残したモノは出し入れしやすい定位置に収納しましょう。

雑誌はルールを設定

雑誌類は、「新しい号が出たら捨てる」といったルールを設定し、捨てたくない場合は切り抜いて保管します。



キッチン事務用品を活用

いい食器はどんどん活躍させ、好みに合わなくなった食器はリサイクルショップへ。キッチン用品の収納には、ブックエンドやファイルボックスなどの事務用品が役立ちます。



衣類は見渡せるように収納

「スーツの片割れ」「1年以上着なかった服」「いつか着るつもり」の服も、冠婚葬祭用以外は潔く処分。手持ちの服を一目で見渡せるようにするのが衣類収納のコツです。



郵便物は玄関で仕分け

郵便物は玄関で仕分けし、必要なモノだけ家中へ。玄関にハサミなどを用意しておくとう便利です。つい取っておくレシートは封筒やポーチにためておき、定期的に処分。クーポンや会員カードは専用のクリアファイルやカードファイルに入れて管理します。



※個人情報消すスタンプを常備しておくとう処分がスムーズに。

傘はそれぞれ1本ずつ

長傘・折り畳み傘・日傘は一人1本ずつと決め、ビニール傘は予備として1本だけ残します。折り畳み傘は下駄箱の扉の内側などにフックを付けて吊り下げます。

大切にモノは再利用

大切にモノだからこそ、やみくもに捨てるのではなく、「飾って楽しむ」「譲って喜んでもらう」「リフォームして使う」「寄付して役立てる」などの選択肢も検討しましょう。



使わないなら処分

奮発して買った「マッサージ器」などの電気製品は、まぜりサイクルショップやフリーマーケットへ。そこでダメなら捨てましょう。

思い出コーナーをつくる

思い出のモノ、コレクション、好きなことをするために持っているモノは、慎重に判断。これからも持ち続けるなら、リビングの棚の一角を「思い出コーナー」にして、飾って楽しむという方法もあります。



年賀状は2年分、アルバムはページ数を決める

年賀状は住所録用に2年分のみをファイリングし、思い出用は別に保存。手紙は何度も読み返すものだけ宝箱へ。写真は「1つの旅行でアルバム2ページ分まで」などの目安を。確定申告しているなら過去5年間分の通帳や領収書は保管します。



中間層・沈殿層の片づけ

捨てそびれているモノや
大切なモノは
きちんと向き合ってから決定

目に見える場所は片づいていても、リビングボードにしまった昔のビデオ、使わない電気製品、写真や手紙など、捨てそびれているモノがありませんか？ かつて大切にモノは、きちんと向き合ってから処分を決めます。

「ありがとう」も大切

「片づけなさい」と言うだけでなく、「この箱に入れる」「あの棚に戻す」というふうに具体的に。また、ゲーム機を出しっぱなしにする場合なら、「コードを抜いて箱に入れるまで遊び」だと伝えて覚えてもらいましょう。

きちんと片づけたら「キレイにしてくれてありがとう」と言うと、うれしくなって習慣に。一緒に片づけるのも効果的です。

夏休みは身につけよう！
子ども向け
ラカカ片づけ術



「何度言っても子どもが片づけない…」とお悩みの方は、夏休みを機にお子さまの片づけ習慣や子ども部屋の収納について見直しをしましょう。お子さまの目線に合わせて収納を考えるのが、片づけ上手に変身するコツです。

種類別の入れ物を用意

おもちゃ、ゲーム、本などを種類別に収納するボックスなどを用意。しまう場所を決めてあげましょう。



片づけられない理由を聞く

叱るだけではなく、どうして出来ないのかを聞いてみましょう。手が届きにくい収納所だったり、扉やフタがあることで開けにくい場所だったりすることもあります。

片づけるのも遊びのうち

「片づけなさい」と言うだけでなく、「この箱に入れる」「あの棚に戻す」というふうに具体的に。また、ゲーム機を出しっぱなしにする場合なら、「コードを抜いて箱に入れるまで遊び」だと伝えて覚えてもらいましょう。

すはらひろこさんが解決 子ども部屋収納の「困った！」



Q 絵や工作、賞状が捨てられなくて…

A とっておきのモノは、用意した宝箱へ。捨てる時は子どもの気持ちを確認しながら決定します。子どもの絵をアート作品に仕上げてくれるサービスを利用したり、デジタル化して保存したりする方法もあります。

Q 子ども部屋からリビングに持ち込んだモノをそのままにするクセが直りません。

A リビングでゲームや宿題をするのが習慣になっているようなら、リビングの棚の一角を子ども用に割り当てます。ただし何でもそこに収納するのではなく、子ども部屋にしまうモノとの区別を教えましょう。

マンションの防災・減災は 助け合いが大切

「もしも」の場合の備えは万全ですか？ 各ご家庭での準備はもろろですが、マンションではお互いに協力する必要があります。それが集合住宅の強みでもあります。個人とマンション、2つの視点で暮らしの安全を守りましょう。

1 各ご家庭での 防災対策を再確認

防災・減災のカギは備えにあるといわれています。「水も食料も用意してあるから大丈夫」という方も、9月1日の防災の日を機会に、消費期限が過ぎていないかを確認してみましょう。同時に、ラジオや懐中電灯といった電気製品が正常に作動するか、乾電池の使用推奨期限が過ぎていないかなどもチェックすると安心です。

備品の確認の他に、各元栓やブレーカーの場所、避難経路、緊急連絡先などは家族みんなで改めて確認を。いざというときに一人でも冷静に行動できるよう、一度シミュレーションしましょう。またマンション独自の防災マニュアルがあれば再読しましょう。

2 マンション全体の 防災力を高める

防災の基本は「自助」「公助」「共助」の3つです。自分の身を守る「自助」。国や自治体による救助や物資の支援が「公助」。そして住民同士が力を合わせて助け合うのが「共助」です。集合住宅であるマンションでは、この「共助」が大きな強みになります。

「公助」は到着までに時間がかかり、例えば救助は交通や周辺の状況によりすぐに来るとは限りません。救援物資は災害発生から2〜3日かかることが多いといわれています。つまり一刻を争う場面では、住民同士の「共助」が大きな力になるのです。

また、各自治体の避難所には限りがあるため、木造住宅に比べて倒壊の可能性が低いマンションにお住まいの方は、ライフラインが復旧する前でも自宅でも過ごすケースが多く見られます。そんなときのために、住民分の水や食料、夜間の照明や通信機器、体の不自由な方の移動具など、共有できる防災用品を管理組合で備えておけば、より安心感が高まります。

マンションで「共助」の力（結束力や対応力）を高めるには、平時からの準備が不可欠です。この機会にマンション全体で話し合い、名簿の整理や防災訓練の実施、備品の確認をしておきましょう。大勢の大切な命と財産を守るにつながります。

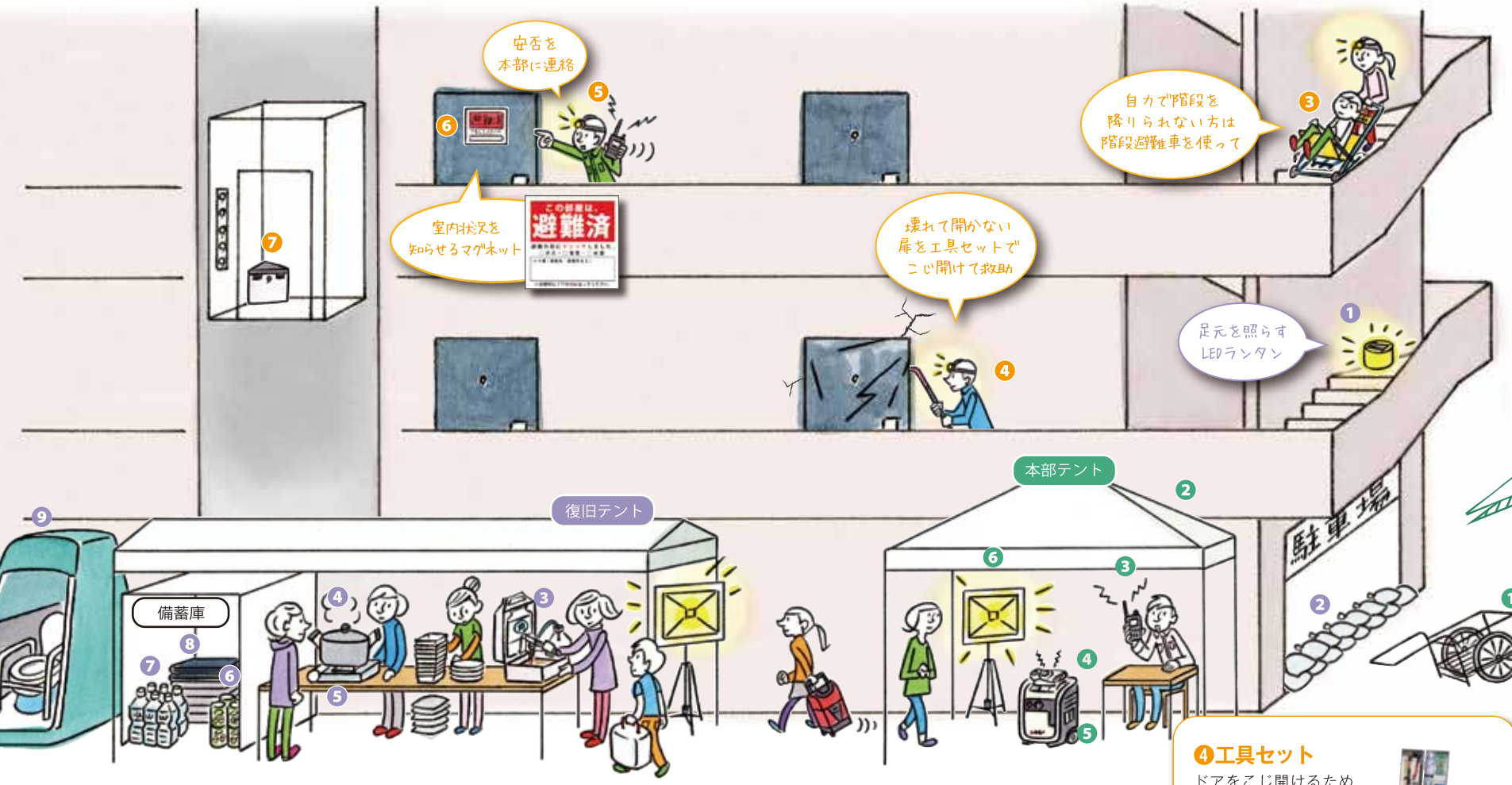
毎年9月1日の「防災の日」に向けて！
震災だけでなく、台風や火災などの災害も想定しましょう！



個人で備えるもの

- ・トイレ**
既存の便器で使用できる、排便袋と凝固剤のセット。
- ・消火器**
初期消火には家庭用の簡易消火器を。
- ・食料、水**
災害直後の3日分を目安に家族分をそろえましょう。
- ・避難セット**
防災用品がセットになったものを用意しておくことで速やかに持ち出せます。

個人向け防災用品は同封のチラシでもご紹介しています。



4 大鍋 5 カセットコンロ
お湯を沸かしたり炊き出しのときに必要。

6 かんばん 7 水
調理器具を使わずに食べられるものも大切。

8 毛布
防災用はコンパクトに収納でき、大量に保管可能。

9 簡易トイレ
下水用マンホールに設置できる簡易トイレもあります。

復旧

ライフライン復旧や支援物資到着までの避難生活にも備えましょう

- 1 LEDランタン**
非常階段や廊下、野外の照明として。
- 2 土壌**
勾配のあるマンションや地下駐車場の浸水防止に。
- 3 造水機**
雨水や風呂の水から安全な飲料水を造ります。

- 4 多機能ラジオ**
電池不要で携帯電話の充電ができるものもあります。
- 5 発電機**
投光機、携帯電話、扇風機などの電源に。
- 6 LED投光機**
省エネでも広範囲を照らせます。

本部運営

中心的役割を果たす本部を管理組合で設置できるようにしましょう

- 1 リヤカー**
ガレキの撤去やケガ人の搬送に。
- 2 テント**
ワンタッチ式で設置できるものが◎。
- 3 トランシーバー**
近距離の通信に役立ちます。(免許不要)

- 4 工具セット**
ドアをこじ開けるためのバルやジャッキ類。
- 5 ヘッドライト**
頭に装着すれば暗がりの中でも両手が使えます。
- 6 シールマグネット**
居住者の無事をドアに貼って伝えられます。
- 7 エレベーターチェア**
閉じ込められた際、トイレとしても使えます。

救助

いざというときの救出や脱出をスムーズにする道具をそろえましょう

- 1 ヘルメット**
折りたたんで収納できるタイプもあります。
- 2 担架**
特殊紙製なので、保管も持ち運びも簡単です。
- 3 階段避難車**
人を乗せて階段を搬送できます。(降車専用)

大和ライフネクストでは、個人向け防災用品の他、管理組合さま向けの商品もご用意しております。商品の詳細は右記窓口にお問い合わせください。

お申し込み お問い合わせ 大和ライフネクスト 生活関連サービス お申し込み窓口 受付時間9:00~17:40 (土日祝・年末年始を除く) **0120-37-0341**

パソコンから www.e-lifenext.jp

スタートは「快適な寝室を造ること」。 広いLDKや、風通しの良いキッチン、 趣味の茶道を楽しむモダンな和室も実現。

リフォームを成功させるためには、オーナーさまとリフォーム会社との相性も大切です。今回は、複数のリフォーム会社との打ち合わせを経た上でオーダーを決定し、結果的にさまざまな希望をかなえて理想の空間を完成された事例をご紹介します。



今の生活スタイルに合わせて 全ての部屋にこだわりがたくさん。



2 和室：玄関を入ってすぐ目に入る洋室を、茶室に使える和室に変更。格子柄の壁紙を張ったふすまや半畳たたみで人気の「和モダン」スタイル。



3 キッチン：リビングからの風が通り抜ける配置に変更。掃除しやすい換気扇が決め手で選んだ255cm幅のシステムキッチンには、鍋も洗える食洗器を導入。背面収納棚も設置しました。



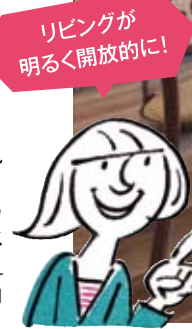
4 寝室：奥行きを広げた寝室に2台のベッドを並べています。2面の大きな窓には断熱内窓を設置し、壁にも断熱材を入れたことで、「暖かい上、静かになった」とのこと。



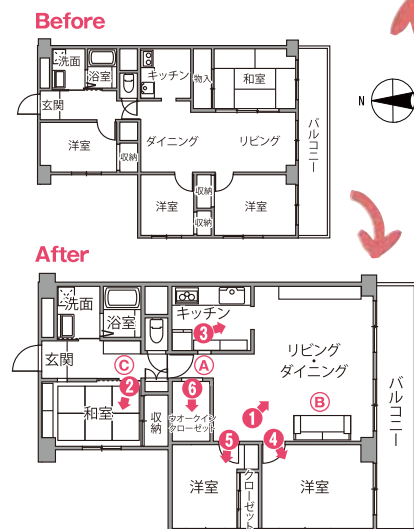
5 洋室：壁一面を収納スペースにした娘さんの個室。窓際に造り付けたカウンターは脚がないのですっきりとした印象。「以前より部屋が片づくようになった」と喜ばれているそうです。



6 クローゼット：リビングの一角にウォークインクローゼットを新設し、家族の衣類をまとめて収納。姿見も置いて着替えもできる空間です。



リビングが明るく開放的に！



1 リビング：寝室として使っていた和室と一体化させて広々とした空間に。壁面には大容量のシステム収納棚を設置し、フローリングとも一体感のあるモダンな空間になりました。

DATA

東京都江東区 Sさま

- 間取り:約81.45㎡/3LDK+ウォークインクローゼット
- 築年数:33年
- 費用:約1,100万円
- 家族構成:ご夫妻、お子さま1人
- 工事内容:全面改装(間取り変更、天井・壁クロス、段差解消+フローリング、ウォークインクローゼット・和室造作、キッチン・ユニットバス・トイレ、断熱工事、他)
- 工事期間:約1ヵ月半

白をベースに、建具や家具はシックなブラウンで。



キッチンと廊下を仕切る壁に開口部を設けて、買い物袋などを帰宅してさっと置けるように。風の通り道もできた上、廊下を通るご家族が声をかけることも増えました。

当初はレンガを張ってアクセントにしたいと考えていたリビングの壁面には、調湿・消臭効果にすぐれたエコカラットをあしらいました。陰影が出て雰囲気のあるステキな壁になりました。

ドアや玄関収納などの建具とフローリングの色調を合わせ、各部屋の壁紙は白でまとめました。住まい全体に統一感が出て、高級感のある落ち着いた印象に仕上がりました。

相性の良いリフォーム会社と出会えたからこそ完成した、憧れとこだわりを形にした空間。

以前はリビング横の和室を寝室にしていたSさまご夫妻。布団の上げ下ろしが面倒になってきたこと、独立した息子さんの部屋が、納戸化していたことなどから、60歳になったことを機に住まい全体のリフォームを決断されました。

寝室だった和室は撤去してリビングを拡張。リビング横の洋室を広げ、断熱内窓と壁断熱材を設置して、暖かく快適な寝室にしました。「風通しが悪かった」というキッチンは、リビングからの風が通るように配置を変更。また、元の和室をなくした代わりに、玄関に近い洋室を、趣味の茶道を楽しむ和室へと変更しました。

さらに、リビングの壁に小さな棚を設けたり、「延長コードのない家」との思いからコンセントを増設するなど、の工夫を随所に取り入れ、使い勝手の良い空間が完成しました。実は一度、別のリフォーム会社に相談して断念しかけた経緯もあり、「最終的に希望に対して前向きに提案してくれるリフォーム会社に出会えたこと」が成功のカギに。工事前から完成が楽しみになり「空間の全てがお気に入り」とおっしゃるほど満足度の高いリフォームになりました。

※このページでは弊社の提携会社(有)ニュージーピーエスの施工事例をご紹介します。

増税前の工事は 早めのご相談を！

2014年4月から消費税率が8%になりました。増税直前はお申し込みが混み合い、増税前に工事ができなかったお客さまや、建材や作業人員の不足から通常時よりお見積りが割高になってしまい、結局見送ったケースも見受けられました。2015年10月の増税は未確定ではありますが、大きな工事をご検討の場合は早めのご相談をお勧めします。

リフォームのご相談は 大和ライフネクストへ

管理会社だからできるサービスがあります。

POINT 1 お住まいのマンションの規約を知っているから
ルールを守り、近隣への配慮も安心です。

POINT 2 お住まいの建物をよく知っているから
話がスムーズな上、工事の注意箇所も知っています。

POINT 3 普段からお付き合いがある身近な存在だから
工事中はもちろん、工事後のサポートまで安心です。

年間実績 **10,000** 件以上
※2013年度 リフォーム、設備交換、修繕実績

WEBサイト更新中！

リフォーム事例も続々追加！
WEBサイト「eライフネクスト」のリフォームページを随時更新しています。リフォームの基礎知識やリフォーム事例、管理会社に依頼するメリットなどを掲載しておりますので、ぜひご覧ください。



www.e-lifnext.jp/reform/
eライフネクスト リフォーム 検索

現地訪問なしで概算見積り可能な「かんたん見積りサービス」が人気！

お問い合わせ・ご相談 (お電話・WEB) 大和ライフネクスト/提携会社より連絡 提携会社によるお部屋の確認(土日可) 提携会社による見積り提示 提携会社への正式申し込み

1 2 3 4 5

リフォーム・設備交換のお問い合わせ・ご相談

大和ライフネクスト リフォーム・修繕 ご相談窓口
0120-43-2233 受付時間9:00~17:40 (土日祝・年末年始を除く)

パソコンから eライフネクスト リフォーム 検索
www.e-lifnext.jp/reform/

お申し込みまでの流れ

網戸・障子・畳 編

Q 破れにくい網戸や障子紙はありますか。

A ございます。網戸ではステンレス製のネットがあり、障子ではワロン紙という樹脂製の障子紙があります。小さなお子さまがいるご家庭やペットを飼われているご家庭にオススメの商品です。

Q 網戸の張り替えをお願いしたいので、流れを教えてください。

A 大まかには、「網戸の引き取り⇒工場での張り替え⇒納品」となります。網戸の引き取りから2〜3日で張り替えが完了しますが、繁忙期などはもう少しかかる場合があります。

当社費用目安 1枚2,160円(税込)〜

Q 網戸がスムーズに開閉しませんが、修理方法はある？

A 網戸の開閉がスムーズでない場合、網戸のレールにホコリや砂がたまっていることがあります。網戸を取り外し、レール回りの掃除をすることで改善される場合があります。
※レール部分にシリコンスプレーを噴射することもオススメです。

Q 畳の表替えて、どのくらいの頻度が必要？

A 一般的には5年程度といわれていますが、使用状況によっては、長くお使いいただけます。交換の目安としては、畳表が劣化し、靴下などに付くようになったら交換を検討しましょう。なお、最近では樹脂製の畳表も出ており、日射による日焼けを防いだり、水をこぼした際の処理がラクだったり、人気があります。
※畳の種類により表替できない場合もあります。
当社費用目安 畳張り替え:1枚3,888円(税込)〜

網戸・障子・畳の張り替え費用は同封チラシ「すまナビ」にも掲載しています。

体感

音や温度、水流など、機能性を
楽しみながら体感できます。

節水や防音など、カタログで見るだけでは実感しづらい機能の数々を、楽しく体感できるコーナーが盛りだくさん。毎日の暮らしに大切な機能だからこそ、目で見て触れて、体感しましょう！



内窓の防音効果や断熱効果も体験



天井材の防音効果をカスタネットを確認



トイレの節水効果をチェック



フローリングの強度を比較



サービス

展示スペース以外でも
うれしい配慮がたくさん。

じっくり相談できるカウンセリングコーナーはもちろん、キッズコーナーも各階に計4カ所あります。歩き疲れたらドリンクコーナー(無料)で一休みも。また、車いすやベビーカーが必要な場合は7F総合受付まで。(台数に限りがあるので、お電話での事前予約をお勧めします)



Q&A ショールームについての
疑問にお答えします!

Q 行く前に予約は必要ですか？

A 予約なしでも訪問できます。ただし、商品の説明や相談などアドバイザーによる案内をご希望の場合は、事前にその旨を伝えて予約しましょう。

Q 契約させられるのでは…と心配です。

A ショールームは商品を知っていただくための場所です。商品の良いところをたくさん説明してもらえますが、購入や工事の営業をされたり、契約を勧められたりすることはありませんのでご安心ください。

※今回ご紹介した「東京コラボレーションショールーム」以外にも各メーカーのショールームは基本的に「リフォームの営業」ではなく「商品の説明」をしてくれる場所です。メーカーや立地で調べて、気軽に問い合わせしてみましょう。

ただ見るだけじゃない！
楽しい体験型の一大空間

「ショールームで住宅設備の機能や色合いを確かめてみたいけど、すぐにリフォームするわけじゃないし、まだ具体的なプランもない」「色々なショールームを回るの面倒」。こんなふうに、ショールームに興味はあるものの少し敬遠しているという方にぜひ注目していただきたいのが、TOTO、DAIKEN、YKK APの3社による「東京コラボレーション」

「ショールーム」です。3社共同のショールームなので、水回り設備・床材・壁材・窓などをまとめて効率的に見られるのが最大の特長。2フロア合計約3,700㎡のスペースに、商品の展示だけに終わらない楽しい仕掛けもいっぱい、まるでちょっとしたテーマパークのような空間になっています。ちょっとしたぞいてみたいという方から、詳細なプランを相談したい方まで、気になる方は気軽に訪問してみてください。キッズコーナーもあるのご家族連れでも安心です。



大和ライフネクスト株式会社
リフォームサポート課 磯部

この夏は家族でお出かけ♪
ショールームを
めいっぱい楽しもう!!

ショールーム情報

TOTO DAIKEN YKK AP
東京コラボレーションショールーム
東京都渋谷区代々木 2-1-5 JR 南新宿ビル 7F-8F
(JR 南新宿駅「南口」より徒歩5分)

営業時間/10:00 ~ 17:00
休館日 / 水曜日(祝日の場合は開館)
夏季休暇・年末年始
TEL / TOTO : 0120-43-1010 (水回り設備)
DAIKEN : 03-5358-4515 (床材、壁材)
YKK AP : 03-5302-1434 (窓回り)



シミュレーション

色も質感もサイズも一度にチェック!
組み合わせのシミュレーションもできます。

豊富なバリエーションを一度に見られるのはショールームならではの。デザインだけでなく、色の組み合わせやサイズ、開けたり閉じたりといった使い心地も確認しましょう。

キッチンの吊り戸棚の高さをチェック



ミニチュア模型でシミュレーション



トイレや浴室を模した空間で、
自宅のスペースと比較



自宅のトイレの広さをイメージ



食欲そそる / あっさりスタミナメニュー

暑さに負けて食が細くなったり、麺類だけで済ませたりすると、栄養が不足して夏バテに。肉や魚をしっかりとって、体力や免疫力をつけましょう！あっさり爽やかな味つけで食べられるメニューをご紹介します。



爽やかな酸味が暑い日にピッタリ

アジのカンタン南蛮漬け [4人分]

- ① Aをよく混ぜる。(お使いのぼん酢により、酢と砂糖の量は調整してください。お酒が気になる方は沸騰させてアルコールを飛ばします)
- ② 野菜を薄切り、千切りにして半分を保存容器に入れ、①の半分をかける。
- ③ おろしたアジを一口大に切り、塩こしょうを振り、小麦粉をまぶして揚げる。(フライ用など、開いてあるアジを買っておくと時短になります)



ノンオイルフライヤーを使う場合
180℃で約12分
(大きさなどにより調整)

最初に③をセットしてしまえば、調理中に①②を行えるので時間短縮に！小麦粉(衣)はごく少量にするのがポイント。衣をしっかりとつけた場合は、小麦粉を適量まぶしたあと、少量の油を吹きかけると上手にできます。

- ④ 揚げたアジを②の上に乗せ、残りの野菜も乗せる。
- ⑤ 残りの漬け汁を全体にかけ、時々混ぜながら半日以上漬ける。

材料

- ・アジ…3尾
- ・玉ねぎ…1個(薄切り)
- ・にんじん…1/3本
- ・パプリカ(赤・黄)…1/4個
- ・ピーマン…1個
- ・小麦粉…適宜
- ・塩こしょう…少々
- ・A 漬け汁
- ・ぼん酢…80cc
- ・だし汁…30cc
- ・酢…適宜
- ・砂糖…大さじ1
- ・酒…50cc
- ・赤唐辛子…1本



夏バテ解消に！

夏のサッパリ洋風とんかつ [4人分]

- ① 大根をすりおろす。
- ② Aをよく混ぜる。
- ③ 豚肉に塩こしょうを振り、衣をつけて揚げる。



ノンオイルフライヤーを使う場合
200℃で約12分
(大きさなどにより調整)

最初に③をセットして、調理中に①②やつけ合わせの野菜の調理を行えるので時間短縮！洗い物まで済ませられれば、キッチンがキレイな状態でアツアツを食卓に！通常の大きさであれば2枚同時に調理できます。

- ④ ③に①を乗せ、②をかけるだけで出来上がり。つけ合わせのお野菜はお好みで。

材料

- ・豚肉…とんかつ用4枚
- ・塩こしょう…少々
- ・小麦粉・溶き卵・パン粉(衣用)…適量
- ・大根おろし…適量
- ・A たれ
- ・バルサミコ酢…大さじ1
- ・しょうゆ…大さじ1
- ・砂糖…小さじ1
- ・塩こしょう…少々



ノンオイルフライヤーはこんな方に好評！

- 揚げ物は油がハネるのが嫌
- カロリーを気にしている
- 揚げ物が苦手
- 子どもから目が離せないの
- 最近油っこい料理に
- 廃油の処理が面倒
- 揚げ物はちょっと…
- 箸がのびない



大和ライフネクストでもお買い求めいただけます！

お申し込み お問い合わせ 大和ライフネクスト 生活関連サービス お申し込み窓口
0120-37-0341 受付時間9:00~17:40 (土日祝・年末年始を除く)

詳しくは同封のチラシをご覧ください



夏の健康とラク家事を応援！

暑さに負けない 簡単！オススメ夏レシピ

お子さまも大人も しっかりと食べて夏バテ防止！

「毎日暑くて家事が大変」「火を使う料理はしたくない」という方が増える夏。頑張って料理の腕をふるっても、みんなの箸が進まず、「夏バテ気味で食欲がない」「もっとあっさりした料理がいい」と言われることも。とはいえ、そうめんや酢の物ばかりでは、かえって夏バテしてしまいます。

そこで今回は、夏休みのお子さまが喜ぶ「元氣もりもりメニュー」と、夏バテ気味の大人にうれしい「あっさりスタミナメニュー」をご紹介します！しっかりと食べて、元氣に楽しい夏を過ごしましょう！

また、「ノンオイルフライヤー」の活用方法も併せてご紹介しますので、お持ちの方はぜひ参考にしてみてください。



お子さまに人気 / 元氣もりもりメニュー

お子さまと過ごす時間が増え、お友達と遊ぶ機会も多い夏。お子さまに人気の、スナック感覚で楽しめる栄養たっぷりメニューをご紹介します。おかずや軽食としてはもちろん、皆が集まったときのおやつにもぴったり。お好みで具材をアレンジすれば、バリエーションも広がります。



冷蔵庫の残り物を使ってOK！

餃子ピザ [6枚分]

材料

- ・餃子の皮…6枚
- ・ツナ缶 80g…1/2
- ・玉ねぎ…1/8個
- ・サラミ…3枚
- ・ピザ用チーズ…40g
- ・コーン…適量
- ・トマトケチャップ…適量
- ・ハーブ…少々

- ① 餃子の皮にトマトケチャップを塗り、その上に薄く切った玉ねぎとサラミ、ツナ、コーン、チーズの順に乗せる。お好みでパプリカを乗せてもOK。
- ② トースターやオーブンで焼く。
- ③ ハーブを散らして完成。



ノンオイルフライヤーを使う場合
200℃で約6分
(大きさなどにより調整)

食事しながら食卓でセットすればアツアツをそのまま取り出して食べられ、お子さまも楽しめます。取り出す際はヤケドにご注意を。



お弁当にも人気のボリュームメニュー

ミートパン [4個分]

材料

- ・サンドイッチ用食パン…4枚
- ・溶き卵…1個分
- ・パン粉…適量
- ・合いびき肉…70g
- ・玉ねぎ…1/8個
- ・ニンニク…1/4個
- ・ケチャップ…大さじ3
- ・塩こしょう…少々
- ・パジル…少々

- ① みじん切りにした玉ねぎ、ニンニクを炒め、玉ねぎがしんなりしてきたら、合いびき肉を入れる。肉の色が変わったらケチャップ、塩こしょう、パジルを加え、あら熱をとる。
- ② 食パンの中央に①を乗せて半分に折り、食パンのまわりに水をつけ、フォークで押さえる。さらに指先でつまむようにし、端をしっかりと留める。
- ③ 溶き卵につけて、パン粉をまぶす。
- ④ 油で揚げる。



ノンオイルフライヤーを使う場合
200℃で約13分
(大きさなどにより調整)

手で持って食べられるのでお弁当にもおすすめのメニューです。お出かけ前の忙しいとき、セットしたまま身支度できるのがノンオイルフライヤーの嬉しいポイント。

使ってみよう！話題のノンオイルフライヤー



できるだけ火を使いたくない暑い夏の料理。今回は、ノンオイルフライヤーを活用した場合の調理方法も併せてご紹介します！

湿気の季節の
快適清掃術

カビ・ヌメリ・カルキ汚れをスツキリ!!
浴室掃除の簡単ポイント!!

浴室の汚れが特に気になるこの季節。マンションの浴室は窓がない場合も多く、湿気と熱気がこもってカビやヌメリが発生しやすいご家庭も多いのではないのでしょうか。

そこで今回は浴室掃除のちょっとしたポイントをご紹介します。しっかりと汚れを落とすお掃除を基本に、効率のよいお掃除を取り入れて、浴室を清潔に保ちましょう。



浴室を快適に保つ
キレイの心がけ

浴室掃除は、「予防」と「早めの処置」が大事。頑固な汚れになってからでは掃除に手間がかかり、取り残したカビは再び増殖します。キレイのキープは、ちょっとした心がけから始まります!

★汚れたらすぐ掃除

そのままにしておく頑固な汚れに成長するので、「見つけたらすぐ」が基本です。

★シャワーは「熱→冷」の順で

熱めのシャワーで汚れを落とし、最後に冷たいシャワーで浴室を冷やしてカビを防ぎます。

★換気扇を回すだけで安心しない

汚れや水気が残った状態で換気扇を回すと、こびりつきやカルキ汚れの原因に。最後にと、水気を拭き取るところまでをお掃除と考えるましょう。

入浴時の「小掃除」と
物の置き方の工夫

小さな汚れなら「湯船につかりながら」半身浴の合間「シャワーの合間」などの時間を利用して「小掃除」で、ササッと落としてしましましょう。

加えて、最後に入浴した人が汚れやすい箇所を軽く掃除したり、椅子や洗面器をサッと洗ったりする習慣をつけられれば、毎日のお掃除がラクになります。

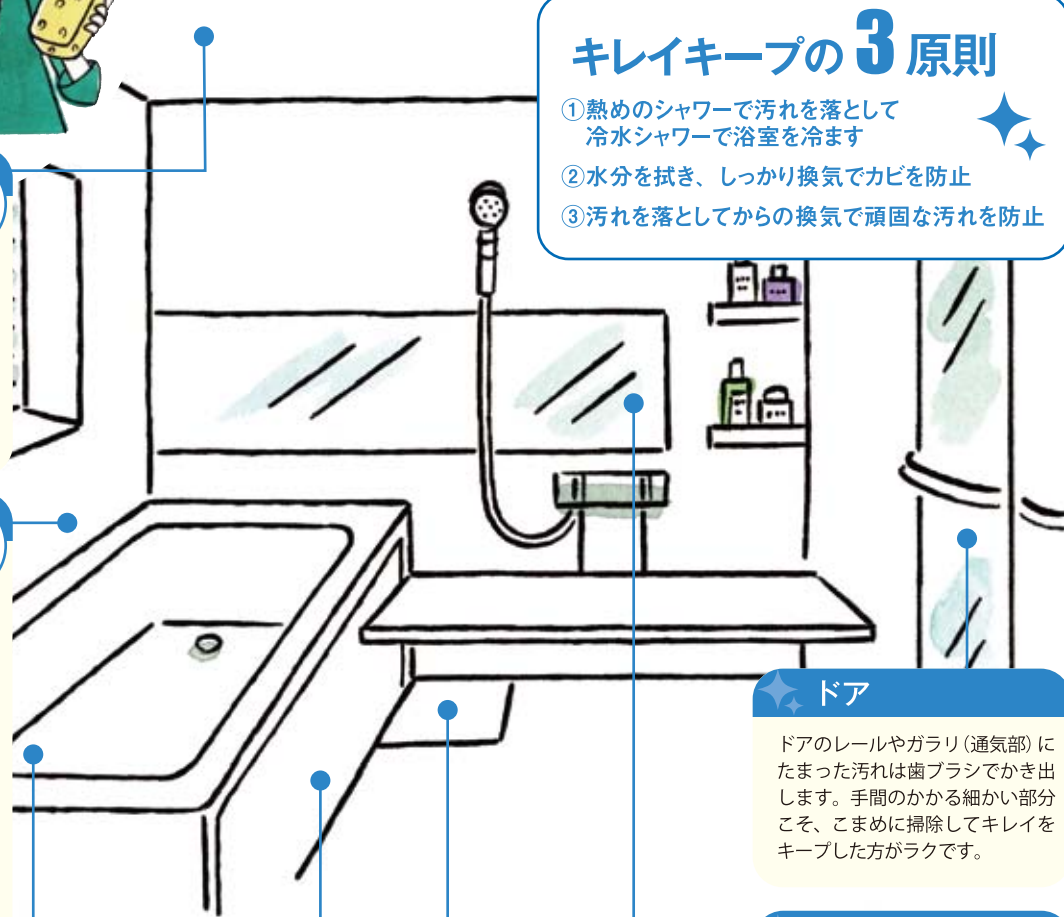
また、浴室に置く物の選び方や置き方を考えるだけで掃除の手間が省けることもあります。例えば、床や棚の上に直に物を置くと汚れがたまりやすく、水はけも悪くなるので、壁に吸盤式のラックを取り付けてシャンプー類を置けばヌメリ防止に。置き型のラックならプラスチック製よりもステンレス製のほうがカビが付きにくいとされています。他にも湯船の上につばり棒を渡して椅子やおもちゃを乗せたり、タオルかけにフックをかけて物をつるすなども便利な方法です。

※つるす際は、耐荷重量にご注意ください。

上手なお手入れで、
毎日のお風呂を気持ちよく!

キレイキープの3原則

- ①熱めのシャワーで汚れを落として冷水シャワーで浴室を冷ます
- ②水分を拭き、しっかり換気でカビを防止
- ③汚れを落としてからの換気で頑固な汚れを防止



天井
ホコリ
たまにでよいので
柄の長いパーマモップなどに柔らかい布を巻き、中性洗剤をつけてこすり落とします。水拭きした後、さらにから拭きします。放置しがちな箇所ですが、湯気が当たり、意外にカビや細菌が繁殖するので注意。

床・壁
黒カビ、
ピンク色の汚れ
(カビの一種)
すぐに
対処
少しでも見つけたら中性洗剤で落としましょう。頑固な汚れには弱アルカリ性洗剤をつけて約30分放置してから水洗いします。
ニゴが小掃除ポイント
発生しやすい箇所は入浴時に軽く洗って予防する。(水洗いでも効果アリ)

ドア
ドアのレールやガラリ(通気部)にたまった汚れは歯ブラシでかき出します。手間のかかる細かい部分こそ、こまめに掃除してキレイをキープした方がラクです。

鏡、蛇口、浴槽
白いカルキ汚れ
中性洗剤や歯磨き粉でこすり取った後、シャワーで流します。布や窓用スクイージーで水分を拭き取ることが大切。水滴を残してしまうとまた発生します。
ニゴが小掃除ポイント
入浴後はすぐに洗濯する予定のタオルで水気を拭いて、洗濯機へポイ。

エプロン
内部のカビ
上級者
向け
エプロンは取り外せる場合があるので説明書をチェック。内部のカビは塩素系漂白剤で落とし、水でよく洗い流してから乾燥させます。無理に取り外すと破損やけがの原因になるので、難しいと感じたらやめておきましょう。それでも気になるならプロに依頼を。

排水口
ヌメリ、カビ
中性洗剤を歯ブラシにつけて落とします。排水口内部や配水管の奥も専用洗剤で定期的に掃除しましょう。
ニゴが小掃除ポイント
最後の人がヘアキャッチャーのゴミを捨てて軽く洗っておく。

浴槽
湯アカ・皮脂
スポンジに中性洗剤をつけてお湯を抜いたらすぐに洗うのがポイント。乾くと皮脂がこびりつきます。風呂釜(配管内部)も専用洗剤で定期的に掃除しましょう。(必ず事前に風呂釜と洗剤の説明書を確認してください)



浴室掃除用「ポイントブラシ&スリムスクイージー」セット
お掃除グッズを抽選でプレゼントします!
詳しくはP20をご覧ください。

プロの「ハウスクリーニング」もオススメ
汚れがたまってしまった場合は、プロの手によるハウスクリーニングがオススメです。(詳細はP16をご覧ください)

手作りグッズでちょこっと楽しく!
入浴中に安心して
小掃除ができるエコな道具。

アクリルタワシ
軽い湯アカならアクリルタワシでこすればOKな場合も。余っている毛糸などを、ポンポンを作る要領で手にぐるぐる巻きつけ、真ん中をキュッと結べば、使いやすい形状のたわしになります。水栓などもピカピカになります。

完成!!

バスルームの③大汚れを知ろう!!

<p>● 白いカルキ汚れ</p> <p>原因：水道水に含まれるカルシウム(カルキ)など</p> <p>掃除方法 中性洗剤</p> <p>重度の場合…歯磨き粉と歯ブラシ</p> <p>ポイント 水滴が残ったまま換気・乾燥させると発生しやすい。</p>	<p>● ヌメリ</p> <p>原因：細菌・微生物</p> <p>掃除方法 ヌメリがついてすぐなら水洗い</p> <p>重度の場合…中性洗剤、細かい部分は歯ブラシで</p> <p>ポイント こまめな掃除で栄養源を断つと防ぎやすい。</p>	<p>● カビ・細菌</p> <p>原因：養分(石けんカス・アカ) 水分・温度</p> <p>掃除方法 中性洗剤</p> <p>重度の場合…塩素系漂白剤(カビ取り専用洗剤)</p> <p>ポイント 放置すると取れなくなるので早めの処置が必要。</p>
--	---	---



●ご紹介した内容は、一般的なお掃除方法です。状況により注意が必要な場合もございますので必ず製品の取扱説明書などを確認の上、ご自身の判断でお掃除してください。●設備の素材や汚れ方によっては傷や変色の原因になる場合があります。まず目立たない箇所からお試しいただくことをお勧めします。

帰省や旅行に出かける前に

夏の長期不在 ここをチェック！

計画的に準備しておけば 留守中も安心&快適

レジャーや帰省など、泊まりで外出する機会が増える夏。特にお盆は近隣のお宅も留守にしている場合が多いので、もし何か起きてきても気づかれにくい状態になります。まず徹底したいのは、玄関はもろろん、小さな窓も忘れずに施錠すること。カーテンも閉めましょう。出発前はバタバタしがちなので、家族みんなで全ての箇所を指さし確認するなど、ルールを決めておくことが大切です。「留守であること」がわからないようにすることも重要です。

今回は防犯以外にも、留守の間も家の中を清潔に保つ工夫や、不在の時間をかしく活用するアイデアなどをご紹介しますので、ぜひチェックしてみてください。長期不在の不安を減らして楽しい思い出を作りましょう。

留守の時間を活用して 家事や宿題を効率よく

料理や洗濯をかしこく時短

留守の時間を漬物づくりに充てれば効率的。また、乾くまでの時間が気になる毛布などを洗濯して浴室に干しておくのもよいでしょう。その際は、物干し竿の耐荷重量に注意しましょう。浴槽の上に置くタイプの物干し台もあります。

宿題や工作の 仕上げ期間に！

「本の中に花を挟んで押し花を作る」「プラモデルに塗料を塗る」といった作業を終えてから出発すれば、帰宅する頃には完成！夏休みの宿題や自由研究を計画的に終わられます。



気になっていたモノを 修理に出す

修理やメンテナンスに日数がかかる家電や自転車、靴、時計など…。出発前に委託すれば、不便に感じる日数を減らせます。ただし、連休やお盆の場合は、メーカーや業者の休業日を事前にチェックしましょう。

長期不在は 節電のチャンス！

不在時の不要な電力は、まさに無駄遣い！家を出る前に、主な家電のコンセントを抜くか、主電源をオフにしましょう。



あらゆる面から防犯・安全対策を

「不在」を 悟られないように！

郵便受けからモノがあふれないよう、郵便物や新聞は事前に連絡してストップ。宅配便も不在票がたまるので、出発前に通信販売を利用する場合は到着日に留意しましょう。暗くなると自動的に点灯するセンサー式のライトを活用すれば、在宅を装うのに役立ちます。



情報の公開に
注意しましょう！

インターネットや 留守番電話は大丈夫？

SNSやブログなどで個人情報を公開している人は、「これから旅行する」「旅行中」と明かさないようにしましょう。オークションサイトなどでの連絡も内容に気をつけて。留守番電話の応答メッセージも、不用意に不在期間を明かさないう方が安全です。

戸締まりや元栓を 再チェック

「小さな窓だから」「高層階だから大丈夫」と油断せず、窓閉めと施錠は忘れずに。出発前にひと通り戸締まり確認する時間をとりましょう。また夏でも火の元には注意し、元栓は閉めましょう。万が一不在中に災害が起きた際、二次災害を防止できます。



こんなことにも要注意！

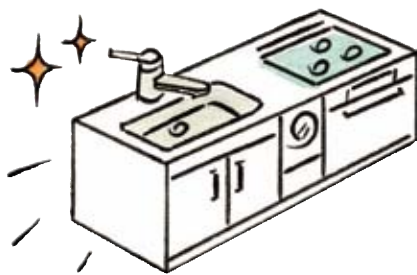
- ❗ 外出先では、家の鍵などの貴重品は、誰が何を管理するか決めておくこと紛失防止になります。
- ❗ 旅行前の忙しさに紛れて銀行に行くのを忘れがち。いつも使っている銀行の支店が少ない地域もあるので、引き出し手数料がかからないように、前日までに現金を下ろしておきましょう。(国内なら全国で利用できるゆうちょ銀行が便利！)
- ❗ パソコンの電源は切り、ケーブル類は抜いておきましょう。万が一の落雷などによるデータ破損を防ぐことができます。

先手の対処で乗り切る ゴミ・カビ・ニオイ・虫



食材は計画的に 使い切る

食材は賞味期限の近いものから計画的に消費し、開封したら密閉して保存しましょう。ゴミの回収日に間に合わなかった生ゴミは、水気を切って冷凍庫に入れておくという方法も。ただし、食材を消費したことを忘れて帰宅すると、その日の食事に困るので、軽食などを冷凍しておくことで安心です。



留守中も清潔な 水回りをキープ

排水口を専用の洗浄剤でしっかり除菌し、シンクの水気を完全に拭き取り、カビやニオイが湧きにくい状態にしてから気持ちよく出かけましょう。最後にコップ一杯の水を排水口にそっと流し、お皿などでフタをすくと、ニオイや虫を防げます。

くん煙殺虫剤の 使用は控えましょう

「留守の間に殺虫剤を！」とお考えの方もいらっしゃるかもしれませんが、万が一の事故や火災報知器の発報などの可能性がありますのでオススメしません。

ペットや植物のケアも忘れずに

ペットホテルの 予約は早めに

ペットホテルが混雑するレジャーシーズンは、特に早めの予約を心がけましょう。



大切に育てた植物を 枯らさないために

植物の種類にもよりますが、部屋の中の涼しい場所へ移動させるのが基本。2日程度の不在なら、鉢皿に水をためておきましょう。保水材などでまかなえることもあります。長く留守にする場合は、事前に便利グッズを調べてみましょう。



便利グッズ

「水やり当番」
先端の素焼き部分から染み出す水で土をうるおします。電力不要。

長期不在となる場合は 届け出もお忘れなく

多くのマンションで、2週間以上不在になる場合は管理組合への届け出が必要とされています。日数などの詳細については管理規約、使用細則などで確認しましょう。

梅雨明けの時期から要注意！
室内でも油断は禁物です！

暑さへの備えは大丈夫？ すぐに役立つ熱中症対策



ここ数年、厳しい暑さとともに話題になる「熱中症」（熱射病や日射病などの総称）。今のうちから適切な予防を心がけて、暑い夏を元気に乗り切りましょう。

参考：厚生労働省 熱中症関連情報 (<http://www.mhlw.go.jp/>)
環境省 熱中症情報 (<http://www.env.go.jp/>)

これらの症状は全部熱中症の可能性がります！

めまい 頭痛 大量の汗 吐き気 体温が高い

失神 けいれん 呼びかけに応じない 筋肉の硬直

とにかく冷ます

が基本の対処法

1. 涼しい場所へ避難
2. 衣服をゆるめて、熱を逃がす
3. 首・わきの下・足の付け根を冷却
4. 水分・塩分を補給する

異常を感じたら、とにかく体の熱を冷ますこと。自己判断せず、心配な点があれば診察を受けましょう。周囲の人が熱中症になった場合は、直ちに病院へ連れて行くか、救急隊を要請しましょう。

「熱中症は真夏の炎天下で発生するもの」と思われがちですが、体がまだ暑さに慣れていない梅雨明けの蒸し暑い日にも起こりやすいので、今の時期から注意が必要です。また、室内で家事をしているときや寝ているときでも油断は禁物です。直射日光に当たらないくても、高温多湿な環境で汗をかくと、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能が低下したりします。その結果、体内に熱がこもり、熱中症になることも。環境だけでなく体調や栄養状態なども大きく関係し、特に高齢の方やお子さまは発症しやすいとされています。自分の体調の変化に気をつけると同時に、周囲の人にも気を配って、熱中症を予防しましょう。

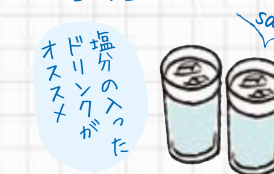
熱中症はこう防ぐ！4つのポイント

●体調・栄養



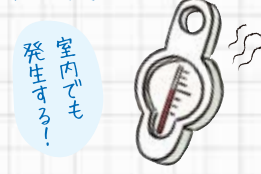
疲労、寝不足、風邪、二日酔いといった軽い不調が引き金になることも。バランスのとれた食事も大切です。朝食はできるだけ抜かないように。

●水分



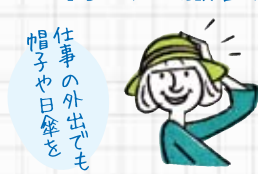
軽い脱水状態の際は喉の渇きを感じにくい場合もあるので、喉が渇いていなくてもこまめに水分補給する習慣を。ただし、アルコールやカフェインは良くありません。

●温度



室内でも高温になると起こり得ます。体温調節機能が十分ではないお子さまやお年寄りには特に注意。お子さまはアスファルトの照り返しを受けやすいことも忘れなで。

●日除け・服装



直射日光は避け、通気性のよい素材でできた帽子や衣類を選びましょう。できるだけラクな服装を心がけ、ネクタイなどは必要な場面だけ着用を。

夏のプレゼントキャンペーン

ライフネストクラブ会員さま限定

応募期限：2014年7月31日(木)まで

右のハガキのアンケートにお答えいただいた方の中から抽選でご希望の賞品をプレゼントいたします。

まだ会員でない方もご入会と同時に応募いただけます。右のハガキまたはWEBサイト「eライフネスト」からお申し込みください。

1 デジタルカメラ「COOLPIX S3600」 /ニコン



1名様

薄さ約19.9mmのスリムタイプ。メイクアップ効果や高画質ズームなど、キレイに撮れる機能も充実。旅行や運動会で大活躍します。

2 アイスジェルパッド /京都西川



2名様

ジェルの冷たさが伝わりやすいひんやり面と、さらさらメッシュ面のリバーシブル。敷布団やベッドに敷くだけで寝苦しい夜を快適に過ごせます。※90×60cm（手洗い可能）

3 電動本格ふわふわ氷かき器 /DOSHISHA



2名様

本格的なふわふわのかき氷をご家庭で簡単に楽しめます。本誌編集担当が昨年購入し、雪どけのような食感にほれ込んだオススメ商品です。※専用製氷カップ2個付き

4 ビールアワー /タカラトミーアーツ



3名様

缶ビールにセットするだけで、まるでお店で飲むビールのようなクリーミーな泡がつくれます。4大メーカーの350ml・500ml缶に対応。※単4形アルカリ乾電池1本使用※ビールは付属していません。

5 浴室掃除用「ポイントブラシ&スリムスキー」セット / QQQ



5名様

水気と汚れをこまめにオフするのが浴室を清潔に保つコツ（P14参照）。使いやすいも見えた目◎なブラシとスキージーをご用意しました。

6 QUOカード 500円分



20名様

コンビニエンスストア・書店・ドラッグストア・ファミリーレストランなどで利用できる全国共通の商品券（プリペイドカード）です。※絵柄は変更となる場合がございます。

※右のハガキ（2014年7月31日消印有効）、または、WEBサイト「eライフネスト」からご希望の賞品1点を選択の上ご応募ください。※当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。※アンケートが未記入の場合は、抽選の対象外となる場合がございます。※右のハガキの「個人情報保護に関する通知事項」に同意の上、お申し込みください。

我が家のペット



そらちゃん



リリちゃん

「まだまだやんちゃです！」
東京都千代田区
ペンネーム チェロさま

「我が家の愛兔、リリイです！」
埼玉県鶴ヶ島市
ペンネーム ニどっちさま

いつもたくさんのおたよりをありがとうございます。すべて拝読し、各種サービスや本誌面づくりにへの貴重なご意見として参考にさせていただきます。今後ともよろしく願っています。

（編集部一同）

ライフの広場

皆さまの声が
たくさん集まりました。

チユリに残った歯みがき粉は、洗面台やトイレタングのシンクのお掃除に利用して使っています。

東京都板橋区 N・Tさま

花束に使われる不織布でびんを包んで、おしゃれな花瓶に大変身させています。リボンをまくとよりgood、すてきです!!

東京都大田区 F・Iさま

セルフ・リフレクソロジーを読んで作業を自分でやらせたくて痛くてビックリしました。引越して来たばかりで忙しく寝不足気味で疲れもたまっていたようです。もみほぐしたらスッキリしました。ありがたうございました。リフレクソロジーってかっくんです!!

東京都杉並区 T・Oさま

ライフネストクラブ 新規会員募集中! 会費無料

「ライフネストクラブ」は、大和ライフネストが管理するマンションにお住まいの方へマンション生活に関するお役立ち情報や、会員さま限定の特典キャンペーン情報のご提供を行う無料のクラブです。

特典1	クラブ会員さま限定のキャンペーン&サービスのご提供	会員さまだけの限定商品やプレゼント企画、限定キャンペーンなどを季刊誌「ライフネストインフォ」やメールマガジンでお知らせします。
特典2	大和ハウスグループなどのレジャー・健康・ショッピング・イベントへのご招待	ホテルで優待、スポーツクラブで優待、その他各種イベントのご優待などがございます。
特典3	快適なマンションライフに役立つ情報のご提供	季節に合った生活情報や、暮らしを元気にする耳より情報など、読んで楽しく、ためになる情報をお届けします。※メルマガ登録者さまのみ
特典4	お一人お一人のライフスタイルにフィットしたモニター募集やサンプル提供	新商品のサンプルプレゼントやモニター募集などを行います。

大募集!! 「ライフの広場」のコーナーにどんどんおたよりをお寄せください。お絵描きやペットの写真も大募集! 誌面でご紹介させていただいた方には、粗品をプレゼントします!!

応募方法 マンション名、部屋番号、お名前、電話番号を記載し「ライフの広場」担当宛てにメールにてご応募ください。
メール hiroba@dln.jp に送信

（お問い合わせ）大和ライフネスト(株) ライフネストクラブ事務局 TEL.03-5549-7033 受付時間/9:00~17:40(土日祝・年末年始を除く)

いまさら聞けない暮らしの用語集 vol.6



住まい スマートマンション

エネルギーを管理するMEMS(マンション・エネルギー・マネジメント・システム)を導入して、太陽光発電や効率的な節電を行うマンションのこと。

例えば、電力需要の少ない時間帯に蓄電しておいた電力を、エアコンなどの使用がピークに達する時間帯に活用するといったコントロールを、マンション全体で行うことが可能です。節電効果はもちろん、停電時や災害時の電力確保においても期待が寄せられています。

環境 フードマイレージ

食品(フード)輸送距離(マイルレージ)という意味で、食品を輸送するために消費した燃料・二酸化炭素の排出量を距離と重さで数値化した指標のこと。生産地と消費地が近ければフードマイレージの数値が小さくなり、遠くから食料を運んでくると大きくなります。

地産地消やスローフードの実践にもつながる考え方として注目されています。

お部屋の売買・賃貸 ご相談ください！！

売却査定・賃料査定

無料で承ります

大和ライフネクストは管理会社ならではのサポートで
最適なサービスをご提案いたします。

身近

皆さまの大切な資産の運用計画。大和ライフネクストは暮らしのパートナーとして親身に対応いたします。

安心

建物管理を担う大和ライフネクストだからこそ、お住まいのマンションのことをよく理解しています。

信頼

大和ライフネクストはマンションのプロです。中でも資産管理サポート課では、売買・賃貸を専門に取り扱っております。

売買 仲介サポート

「どこに相談したらよいのか分からない」「売却を迷っている」というお客さまも、まずはお気軽にご相談ください。

ココがおすすめ！

- 1 複数の不動産仲介会社と提携し、**最適なお提案**をいたします。
- 2 グループ会社による仲介手数料**約15%割引**の特典がございます。
※割引特典は仲介会社が株式会社コスモスイニシアの場合に限ります。
- 3 管理会社として建物や組合運営を理解していますので、売却の際の**セールスポイント**をアピールできます。

さらに//

売却は決めているけれど、事情があつてしばらく引越できないというお客さまには、『**住みながら買取制度**』もごございます。
※ご売却後も最長2年間そのまま住み続けていただけるサービスです。

賃貸 管理サポート

厳しい入居審査を行った上で借り主を探し、決定後はマンションのルールなども丁寧にご説明します。

ココがおすすめ！

- 1 賃貸管理業務の**煩雑な手続き**をすべてサポートいたします。
(募集、契約、家賃収納、修繕、退去など)
- 2 突然の修繕にも**無料**に対応します。
※条件の詳細はお問い合わせください。
- 3 リフォーム工事が必要な場合も**大和ライフネクストが承ります**。

さらに//

いったん貸したらなかなか退去してもらえないという不安を払拭する「**定期借家契約**」も承ります。また、ご希望のお客さまには、サービス内容の詳細が詰まった「**賃貸管理サポートシステム Q&A**」、初めての方でも安心の「**賃貸オーナーのための確定申告**」の小冊子をプレゼントします。

空室管理サポート

長期ご不在の間、お客さまに代わって換気や通水をし、お部屋内をしっかりと管理します。



お気軽に
ご相談
ください

売買仲介サポート
賃貸管理サポート
空室管理サポートの
お問い合わせ

1 お電話で(大和ライフネクスト 資産管理サポート課)
0120-54-4420 受付時間/9:00~17:40
(土日祝・年末年始を除く)

2 インターネットで
イーライフネクスト
<https://www.e-lifenext.jp/chintai-k>

3 携帯電話で
右の2次元バーコードを読み取ってください。
※ご利用いただけない機種もあります。



資産としての住まいの話



相続税の税制が変わるって本当!?



相続税の基礎控除額 ※法定相続人が3人の場合

改定前	改定後
5000万円	3000万円
+	+
1000万円×3人で 3000万円	600万円×3人で 1800万円
8000万円	4800万円

つまりこの場合、改定後は相続額が4800万円を超えた場合は超過分が課税対象となります。

例えば 相続財産が5000万円で
法定相続人が3人の場合

	改定前	改定後 (平成27年1月以降)
遺産総額	5000万円	5000万円
基礎控除額	8000万円	4800万円
差し引き	3000万円	200万円超過
申告の必要	なし	あり

表のような、これまで相続税の対象にならなかった額の相続で、税制改定後は申告・納税が必要になるというケースが大幅に増えるの見込まれています。特に不動産を所有している場合は、納税が生じたり、課税対象額が増えてしまう可能性が高まるので知っておく必要があります。相続税には基礎控除以外にも配偶者控除、生前贈与等による控除を受けられる場合がありますので、この機会に調べておくことをお勧めします。

相続税の税制改定があることを
ご存じですか?
今回は、私たちの生活に大きく
影響しそうな平成27年1月1
日の税制改定に注目したいと思
います。特にマンション等の不
動産を所有されている方は、こ
の改定の影響を受けやすくなり
ますので、あらかじめ理解して
備えておきましょう。
平成27年1月から、相続税の
基礎控除額が、これまでの
「5000万円+1000万円
×法定相続人の数」から、

申告・納税が必要になる
相続額が変わります!

相続税の納税は
現金一括が基本。

「3000万円+600万円×
法定相続人の数」に改定されま
す。例えば相続人が妻と子ども
2人の計3人なら、基礎控除額
は左の図表のようになります。

ありませんが期限(10ヵ月以内)
がありますので、もし相続する
財産の大部分が現金でなく不動
産等である場合は、納税のため
の現金を用意するのに苦労する
ことも考えられます。マンシヨ
ンなどの不動産をお持ちの場合
は、いつか相続される方のため
にも、普段から資産価値や相続
税を意識しておきましょう。
相続税の計算はとても複雑な
ので、実際にはいざとなつてか
ら専門家に相談する場合があります
ですが、将来のことを考え、色々
な対策をとっておきたいもので
すね。

マンションのご売却、まずはご相談ください



大和ライフネクスト管理のマンションのご売却は...
コスモスイニシアの仲介なら

ご売却時の
手数料が **約15%OFF**

※1.コスモスイニシアに売却を依頼(専任または専属専任媒介契約)いただき、ご成約した場合
※2.弊社所定の仲介手数料「売買価格の3%+6万円」+消費税を「売買価格の2.5%+6万円」+消費税に割引いたします。(売買金額400万円以上の場合)

例えば3000万円でご成約の場合、通常、仲介手数料が96万円(税抜)
となるところ81万円(税抜)となり、約15%割引となります。

取扱コード
No.101

株式会社コスモスイニシア不動産ソリューション本部
〒108-8417 東京都港区芝5-33-7 徳栄ビル6階 TEL.03-5444-3730

お問い合わせ
無料
通話 **0120-988-499**
営業時間:10:00~18:30(水・木定休 ※但し、祝日は営業)

無料査定承ります

コスモダイレクト査定
<http://sumikae.cosmos-direct.jp>

※お問い合わせの際に「ライフネクストインフォを見た」とお伝えください。

大和ライフネクストの 住まいと暮らしの お役立ちサービス



マンション管理会社だからできる細やかな対応と
豊富な実績による確かな品質で、暮らしを幅広くサポートします。

快適 サービス

- 生活に合わせて間取りを変えたい
- 水回りの汚れをスッキリさせたい

リフォーム



お客さまのご要望に合わせ、リフォーム会社をご紹介します。

ハウス クリーニング



「おそうじマスター」が
すみずみまで丁寧に仕
上げます。

生活関連 サービス



定期的な購入が必要
な商品や備品関係を取
り扱っています。

安心 サービス

- 「もしも」のときに備えておきたい
- 留守の間の心配を軽くしたい

ホーム セキュリティ*



警備会社※1と連携し、
万一の際は、警備員が
駆けつけて対応します。
※1 警備会社はマンションにより異なります。

防災用品



万一に備えた防災用品
や管理組合で備えたい
備品を提案します。

住まいの 無料点検*



水回り設備の定期点検
や建具のがたつきなど
何でもご相談ください。

便利 サービス

- 季節はずれの衣類や不用になった家具を片づけたい
- お得で簡単なサービスを知りたい

保管付 宅配 クリーニング



宅配便で受け渡しで
き、保管するサービス
が付いています。

不用品回収・ 家具移動



「家具を処分したい」「レ
イアウト変更したい」
などにお応えします。

インターネット*



マンション向けインテ
ルネット接続サービス
をご提供しています。

「困った」を 解決

- お湯が出ない
- 水栓の調子が悪い
- 転勤の間、お部屋をどうしよう

設備の 修理・交換



ガスコンロや水栓な
ど、専門の協力会社を
ご紹介します。

売買・賃貸 サポート



お住まいの売買や賃貸
も、管理会社としてサ
ポートいたします。

駆けつけ サービス*



総合サポートサービス
「すまいるすまいるセッ
ト」をご用意しています。

※掲載しているサービス内容は変更される場合がございます。※*印の付いているサービスは、マンションによりご利用いただけません場合がございます。

お部屋のお困りごと
何でもご相談ください



0120-92-1616

受付時間 / 9:00~17:40
(土日祝・年末年始を除く)



Daiwa LifeNext
大和ハウスグループ

大和ライフネクスト株式会社 ライフソリューション部

東京都港区赤坂5丁目1番33号 〒107-0052 Tel 03-5549-7033

www.daiwalifenext.co.jp

大和ハウスグループの経営のシンボルである「エンドレスハート」は、日本およびその他の国における登録商標または商標です。

© Copyright 2014 DAIWA HOUSE INDUSTRY CO., LTD. All rights reserved.

We Build ECO | 森林育成紙TM使用