

団地生活の安全・安心・快適をサポートします



[ジェイエス・プラス]

JS LIFE DESIGN MAGAZINE

2012 AUTUMN

VOL. **33**

生活サポートサービス JSリリース

“便利！うれしい！”の声が届いています



vol. 33

団地生活の安全・安心・快適をサポートします

JS [ジェイエス・プラス] plus
JS LIFE DESIGN MAGAZINE
CONTENTS



- 3 「JSリリーフ」
- 8 快適生活のミニ知識
本多弘美の 収納上手へのポイントレッスン ～靴の収納編～
- 9 特集
誰でもすぐできる節約ライフ ～水道・光熱費を上手に節約する方法～
- 16 介護保険の住宅改修Q&A -対象となる工事-
- 18 今どきのキッチンにリフォームしましょう
- 20 CLOSE UP 団地ライフ
緑豊かで住みやすい、このかけがえのない環境を守っていききたい
神奈川県大和市上和田団地自治会
- 22 平野レミの“早ワザごはん”
- 24 随筆
「メモ帳から」その33 大槻茂
- 25 読者のお便りから READER'S COLUMN
- 26 JS事務所及び管轄団地所在地一覧

表紙イラスト：国分^{くにぶ} チェミ／本文イラスト：原田 香

お電話ひとつで、
皆さまの暮らしをサポートします



「JSリリーフ」平成25年3月まで

年会費 **無料**

年会費無料期間中に、ぜひお試しください！

※平成 25 年 4 月より年会費 1,260 円を予定しております

JSリリースをご利用された方より、たくさんの

ご入会いただくと、お電話一本で暮らしや生活に役立つ多彩なサービスをご利用いただける“JS リリース”。本号では、60種類以上のサービスを実際にご利用いただいた方の体験談をご紹介します。

60種類以上の生活サポートサービス

JSrelief
ジェイエスリリース

ユーザーズ・ボイス —ご利用者の声—

voice1「これからも利用することになるはず…」

コンフォール松原にお住まいの 小林光雄さん



▲小林光雄さん

…ご入会のきっかけは？

私たち夫婦は、旅行が好きで、年に3～4回出かけたりしています。旅行先でいろいろとサービスが受けられたらいいなと考えて入会しました。

…ご利用のサービスは？

今年3月に建替えられたこの団地に引越してきた時、「快適リフォームのご相談」を利用して、洗浄便座を取り付けてもらいました。退去するときに原状回復の必要のないタイプです。電話でお願いして、取付け完了までは1週間くらいでした。



▲建替えたばかりの
コンフォール松原（埼玉県）

…他にご利用を希望されるサービスは？

私、本が好きでついいたまっちゃうんですよ。だから、「宅配買取サービス」はお願いするでしょうね。在宅のまま電話1本でお願いできるのだから、あと10年もしたら、もっとお願いすることになるのかもしれない。団地のことを良く知っているJSさんのサービスだから、信頼しています。

●快適リフォームのご相談

相談無料・会員特典割引

多機能便座・洗面台／
トイレ・浴室の手すり／
防犯／介護保険給付対
象リフォーム／畳からフ
ローリングへ 他



サービス券でお得！
退去時、元に戻さなく
ても大丈夫！

“便利！うれしい！”の声が寄せられています。

voice2 「ひとり暮らしの不安が軽くなった」

愛知県にお住まいの女性 Y・Sさん

…ご入会のきっかけは？

JSpus を読んで、サービスが便利だと感じました。

…ご利用のサービスは？

「防犯トラブル無料相談」を利用しました。ひとり暮らしの不安が大きかったのですが、相談できてすいぶん安心できました。警察には相談しづらかったし、良い相談先が見つからなかったのととても助かりました。「相続電話相談」も利用して、参考になりましたよ。

…他にご利用を希望されるサービスは？

高齢になったら、介護に関する相談をお願いします。自治体の窓口だけではどうしても不便だし、そのときは相談にのってください。

●安心のお悩み無料相談

相談内容により年3回まで無料



防犯トラブル／法律／相続／年金・税金／パソコン／健康・医療／介護／リフォーム 他

電話ひとつで！
さまざまな
悩み解決！

voice3 「サービスを見極めて、いろいろ使いたい」

東京都にお住まいの女性 I・Nさん

…ご入会のきっかけは？

他社のサポートサービスよりも、会費がお安かったから。

…ご利用のサービスは？

子供が引越をする時に「レンタカーサービス」でワゴン車を借りました。お得に借りられたので、また利用したいです。

…他にご利用を希望されるサービスは？

「全国の美術館・博物館ご優待」や「全国のホテル・旅館の宿泊ご優待」、リフォーム全般に興味があります。何が得かを見極めて、いろいろ利用してみたいですね。

●レンタカーサービス

会員価格最大 56% OFF



利用目的や希望の条件に合わせて

お得な価格の
レンタカー会社を
ご紹介！

■ JS リリーフ お食事の宅配

■ おせち宅配 (期間限定サービス)

会員価格

京都のおせちを期間限定の特別価格でお届けします。

うれしい特別価格で
お正月を楽しく華やかに！

京都伏見でいねいにつくられた色とりどりのおせちで、楽しく華やかなお正月にしませんか。縁起の良い食材やこだわりの素材で仕立てた、“京のおせち”をお得な**会員特別価格**でお届けします。



京菜味のむら
【雅】
計 43 品目
4~5 人前

通常価格 21,000円 (税込)

会員特別価格 19,900円 (税込)

京菜味のむら

【八坂】
計 32 品目

2~3 人前

通常価格 10,500円 (税込)

会員特別価格 9,975円 (税込)



少人数のご家族からご親族のお集まりまで、
多彩な京のおせちを…

代引手数料・送料
無料！

期間限定！
お得な
会員特別価格で！

ご注文 ご注文には JS リリーフへのご入会が必要となります。

ご注文受付は **2012年12月15日**まで お届けは **2012年12月30日**！



0120 - 654 - 789

受付時間：午前9時～午後18時

web でお申し込み (web 上で会員登録をお願いいたします。) <http://www.first-collection.co.jp>

*上記以外にもおせちの種類を用意していますので、折り込みカタログでご確認ください。

入会お申し込みは、本誌綴じ込みの「申込みはがき」をご記入の上、

■ JS リリーフのサービスメニュー紹介（一部）

JS リリーフは、60 種類以上の多彩なサービスで快適な暮らしを支援します。

■ 安心のお悩み無料相談



相続電話相談

相談無料



年金・税金電話相談

年 3 回無料



健康・医療相談

年 3 回無料



法律電話相談

年 3 回無料

■ 快適な住まいのサービス



蛍光灯や電球の交換

1,050 円 / 1 回



プロのハウスクリーニング

会員価格 10% OFF



快適リフォームのご相談

相談無料・会員特典割引



網戸の販売

会員価格

■ 安全な暮らしのサービス



家事代行サービス

会員価格 10% OFF



介護支援サービス

会員価格 10% OFF



出張パソコンサポート

会員価格 10% OFF



非常用持ち出し袋セット等のご案内

会員価格 15% OFF

■ うれしいご優待サービス



全国のホテル・旅館の宿泊ご優待

会員価格最大 60% OFF



全国の遊園地・水族館ご優待

会員価格最大 25% OFF



全国の美術館・博物館ご優待

会員価格最大 25% OFF



全国の日帰り温泉・スパご優待

会員価格最大 25% OFF

※写真は全てイメージです。※サービスの内容および料金は、予告なく変更になる場合がございます。
※地域および日時、またサービスの内容によって急なご要望やご希望の日時に添えない場合もございます。

※ホームページからもお申し込みいただけます。 www.js-relief.jp

ポストへご投函ください。

JS リリーフについてのお問い合わせ

0120-746-123

(9:00 ~ 17:00 土日祝日 年末年始を除く)

※サービス内容及び料金は 2012 年 10 月 1 日現在のものです。

本多弘美の

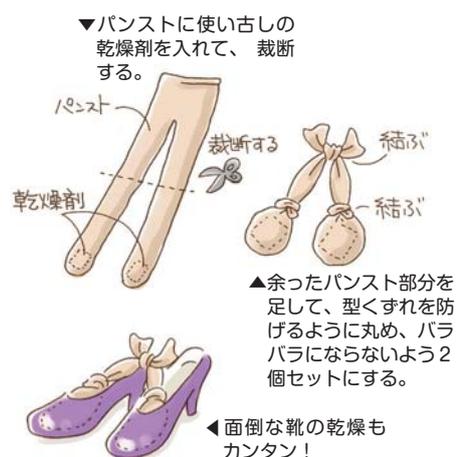
収納上手へのポイントレッスン ～靴の収納編～

玄関は収納スペースが限られています。靴があふれてきて、玄関がゴチャゴチャになっていませんか？ スッキリと靴を収める方法を考えてみましょう。

限られた靴箱に、たくさんの靴を無理矢理に押し込んでしまうと、靴を傷めたり、型くずれを起こしてしまいかねません。いろいろな種類の靴の収納グッズを使いこなして、収納力アップを目指しましょう。

湿気を取りながら収納する！

革靴は湿気が大敵。雨に濡れた革靴をそのまましまうと、シミやカビの原因になるだけでなく型くずれしてしまうことがあります。靴の収納はまず靴のケアから。お手製の乾燥剤&シューキーパーは簡単に作れて役に立ちます。使わなくなったパンティストッキングの中に、海苔や乾物の中に入っていた乾燥剤を入れて作ります。



1段スペースを2段重ねで使う

せまい靴箱には、2足を上下にしまえる棚式の収納グッズが便利です。上段にオンシーズン、下段にオフシーズンの靴をしまいましょう。半足分のスペースには、上下段で1足を収納できるグッズを使います。出番の少ない靴やオフシーズンの靴を収納する時に使うといいでしょう。



▲スペースに合わせて2足タイプと1足タイプを使い分けましょう。

靴の重ね方、入れ方で工夫する

つま先を手前にするか、かかとを手前にするか、靴の入れる向きにより収納力が変わることがあります。前後を替えて交互に入れることで、入らなかった靴が入るようになったりします。また、型くずれを気にしない履き物は前後逆、中合わせで重ねて入れてもいいですね。





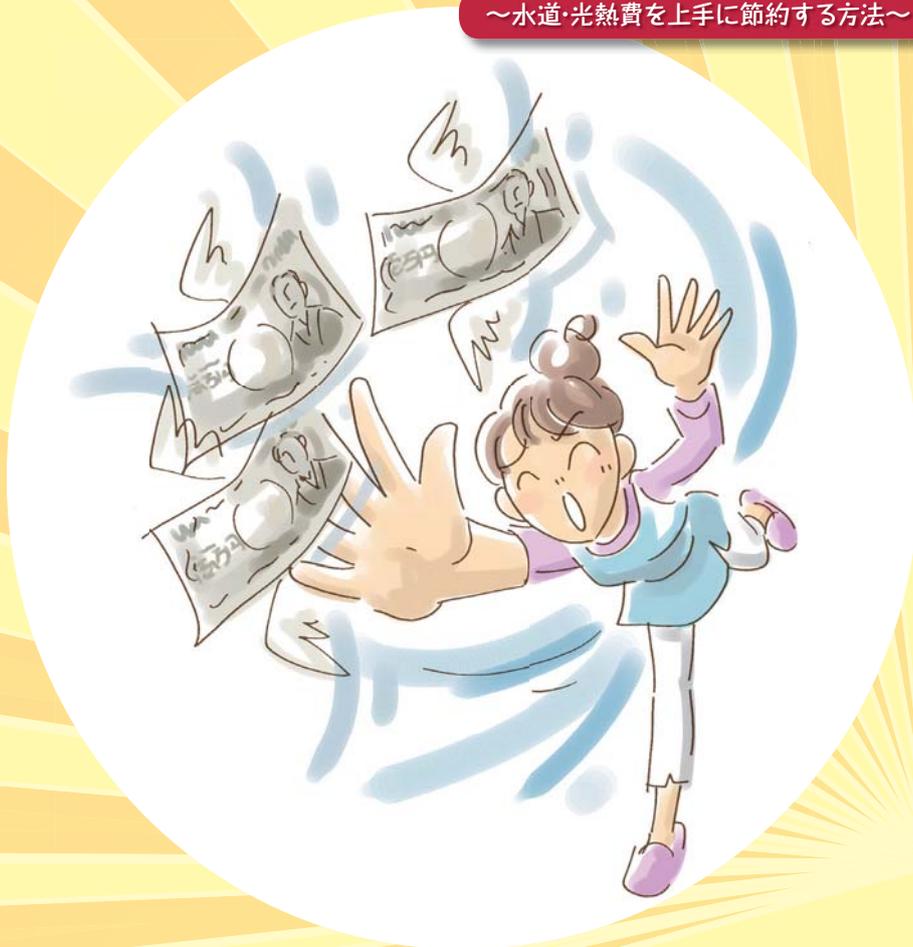
出ていくお金は増える一方……。
なのに、入るお金は増えません。
思い切ってダイエットを行い
家計はすっきりスマートにしたいものです。
そこで、誰でも簡単に取り入れられる
暮らしの中で役に立つ節約術をご紹介します。
目指すはメリハリ・ダイエット！
日々の細かい出費を減らす方法を
節約術の達人がわかりやすく解説します。



特集

誰でもすぐできる節約ライフ

～水道・光熱費を上手に節約する方法～



Begin the economy life

節約生活を始めよう!



節約をしようと思っても、どこから手をつければいいのかわからないという人が多いのではないのでしょうか。ファイナンシャル・プランナーの花輪陽子さんに節約の始め方について伺いました。

●家計の現状を把握しよう!

「節約をスタートする前に、やっておきたいのが、支出を把握することです。ダイエットを始めるときに、現在の体重を測っておくように、家計の現状を知ることが大事です。まずは1ヵ月分の家計簿をつけてみましょう。つけることで支出を数値で知ることができ、節約でどのくらい削減できたか、その成果もはっきりします。銀行通帳や請求書を見ればすぐにわかる支出はもちろん、現金での支払いも必ずレシートをもらって記録します。買った瞬間にメモしておくこと、つけ忘れを防ぐことができます」と花輪さん。家計簿には日付や金額、食費などの支出項目、店名、買ったものの詳細をメモ書きしておくこと、後で何に使ったのかを確認するときに役立つとのこと。

「次に、わが家の家計を総務省『家計調



査』のデータ(グラフ1参照)と比べてみましょう。平均的な家計と比較することで、今のわが家の状態を把握することができます。その上で、節約できるところを見つけていきましょう。電気代の値上げ、消費税増税を再来年に控えて、今までよりも支出が増え、生活が厳しくなることが予想されます。上手に節約して、生活防衛していきましょう」と花輪さん。



花輪陽子さん - yoko hanawa -

ファイナンシャル・プランナー (FP)。得意分野は家計管理。外資系の投資銀行に入社後、ファイナンシャル・プランナーに転身し、全国での講演、テレビやラジオの出演、雑誌や新聞の執筆などで活躍している。著書に『お金がみるみる貯まる魔法のレッスン 88(マガジンハウス)』『二人で時代を生き抜くお金管理術(ディスカバー・トゥエンティワン)』ほか多数

ホームページ <http://yokohanawa.com/>

●節約する習慣を身につけよう!

「節約のポイントは、ふだんの生活の中で見つかるはず。いつもより、少しだけ流す水に気を使う、使わない家電製品のプラグをコンセントから抜いておく、鍋にフタをしてお湯をわかすなど、“えっそんなことが節約になるの?”と思うかもしれませんが、小さな節約の積み重ねが大きなお金に育っていきます。小さな節約を1ヵ月続ければ、節約額が見えてきます。まずは、節約を習慣にできるまでやってみましょう。毎日歯磨きをするように、節約習慣をつけてしまえば当たり前になるようになっていきます」と花輪さん。

さらに、節約効果を高めるには家族での取り組みが重要とのこと。

「節約には家族の協力が欠かせません。節約結果をはっきり数字で出してみんなで確認できれば、励みになり、家族みんなの節約意識を高めることにつながります」

●水道・光熱費を節約しよう!

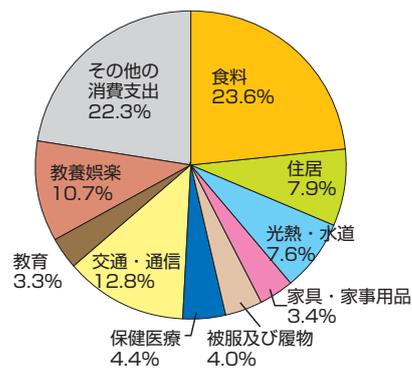
ここからは、具体的な節約術を花輪さんといっしょに見ていきましょう。

「節約するときは、ほしいものがあったとしても我慢しなければならないと考えてしまいがちですが、我慢はなかなか続かないもの。買うのをやめるのではなく買う方法を見直す、同じ生活のまま、かかるコストを下げて

いくことが大切です。具体的な節約箇所として挙げられるのが、水道・光熱費です。水道・光熱費は家計に占める割合が高く、節約の成果が分かりやすいので、ここにねらいを定めて節約していくことがおすすめです。節約効果の高いところだけを選んで節約すれば楽ですし、効果が実感できる分、続けようという気にもなります」

水道・光熱費の節約額の目安については次頁をご覧ください。そこには、年間数千円から1万円を超える節約金額のデータがあります。

「年間2、3千円の節約項目を10個選んで実行すれば年間2、3万円の節約になりますよ」と花輪さん。



グラフ1: 各家庭の消費支出

平成23年の総世帯の（平均世帯人員2.47人、世帯主の平均年齢56.9歳）の消費支出は、全国平均で1ヵ月約24.7万円。支出の内訳をみると、最も高いのが「食料」で23.6%、次いで「その他（諸雑費、交際費、仕送りなど）」が22.3%、「交通・通信費」が12.8%です。

*総務省『家計調査（平成23年）』より

Economize on water, electricity, lighting and fuel

水道・光熱費をダイエット!

節約効果が高い水道・光熱費は、毎月の請求書を見ればその効果が実感できます。具体的な節約方法を花輪さんに教えてもらいましょう。

●電気代の節約技

「家庭の電気代で大きな割合を占める家電製品に注目しましょう。全体の約7割を占めるのが、エアコン、冷蔵庫、照明器具、テレビの4つ。設定温度を見直す、利用時間を減らすなどの対応が節約につながります」
「待機時消費電力にも目を向けましょう。」

コンセントにつないでおくだけで、使っていないときも電気代がかかっています。待機時消費電力量が多いお風呂のガス給湯機器はこまめに切り、エアコンや温水洗浄便座は使わない時期にはプラグをコンセントから抜いておきましょう。DVDプレーヤーやプリンターなど、使うたびにプラグを抜くのが面

1年間節約を続けたら、わが家はこんなに節約できる!?

→の数字は、省エネルギーセンター・東京ガス・東京都水道局・中部電力などの参考データを元に、花輪さんが算出した数字です。お住まいの地域、家族構成や使用頻度で違ってきますので、あくまでも目安としてお考えください。

<p>リビング</p>	<p>エアコン</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎暖房の設定温度を1度下げれば→1シーズン約1170円 ◎暖房使用時間を1日1時間短縮すれば→1シーズン約900円 ◎月2回のフィルター掃除で→年間約700円 	<p>トイレ</p>
<p>テレビ</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎画面を明るすぎないように設定すると→年間約600円 (液晶32V型)、年間約3340円 (プラズマ42V型) ◎1日1時間テレビをつける時間を短縮すると→年間約370円 (液晶32V型)、年間約1240円 (プラズマ42V型) 	<p>照明器具</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎54Wの白熱電球を7.5WのLED電球に替えると→1時間約1.2円が約0.2円、年間(5箇所) 1825円 ※1kWhの電気代を22円とした場合 	<p>温水洗浄便座</p> <ul style="list-style-type: none"> ◎ふたを開めると→年間770円 ◎便座暖房温度を低めに→年間580円 ◎洗浄水の温度を低めに→年間300円

倒な家電は、接続した機器の電源を個別にオン・オフできる省エネタップ・コンセントを利用すると便利です」

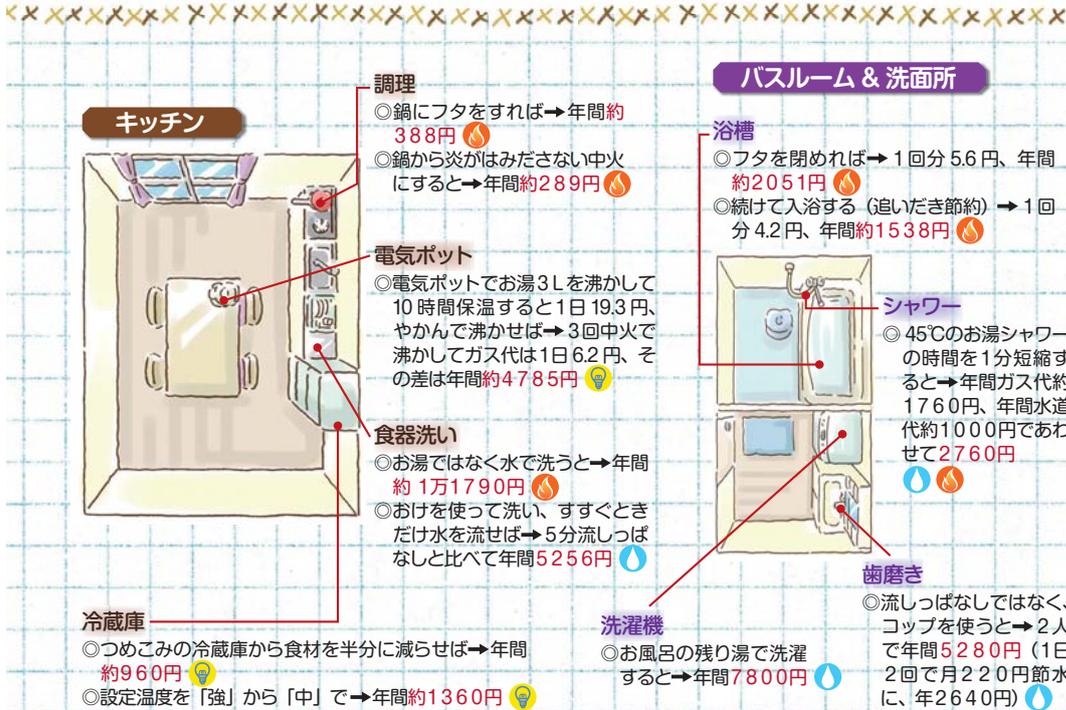
濯などで節水に努めると節約につながります。タイマーや節水シャワーヘッドなどの便利グッズを利用すれば楽に節約できます」

●水道代の節約技💧

「水道料金は、使用量にあわせて段階的に料金が割高になる仕組みになっています。なるべく使用量を減らしていきたいですね。お風呂の残り湯を使って洗濯したり、食器を洗う際はおけを使って溜め洗いをするなど、使う割合が多いトイレやお風呂、炊事、洗

●ガス代の節約技🔥

「冬の入浴はお湯が冷めやすいので、浴槽にお湯を張ったら家族が時間をあけずに入浴して、追い炊きを減らしましょう。料理用のお湯を沸かすときは鍋にフタをするのを忘れないで。煮物などは圧力鍋を使えば調理時間を短縮することができます」



Economize on cooking

食費をおさえる節約メニュー



つつい増えてしまいがちな毎日の食費も、節約効果が高いところです。少ない費用で充実した食事を作る具体的な方法を、花輪さんに紹介してもらいます。

●食費を節約するには？

食費節約のコツは、「予算を立てることと手作りを心がけることです。予算は、まず月に使う食費代を決めて、1週間分を計算します。買い物のコツは、冷蔵庫の中身をメモ書きする、1週間分のレシピを考える、生鮮食品は1週間分をまとめ買いすることです。肉などは安いときに買って小分けにして冷凍し、2週間から1ヵ月で使い切ります。まとめ買いでスーパーの無料配送サービスなどを利用すれば、重いものも運んでもらえます」と花輪さん。

●節約アレンジレシピ・1週間分

「それでは、実際に1週間分の節約料理を作ってみましょう。つくる際の節約ワザは、料理を作ったら翌日はアレンジして別の料理に変身させる、1つの食材でさまざまな料理を作るなどの方法があります。今回は、2つの変身料理と3種類のキャベツ料理レシピを紹介します」



<おすすめ1週間アレンジレシピ>

アレンジする食材：豚肉・玉ネギ・ニンジン・ダイコン・ゴボウ・ジャガイモ・ベーコン・キャベツ・ニンニク・カットワカメ・豆乳、パスタなど

1日目

豚汁 (湯に和風だしの素を入れ、豚肉、食べやすく切った玉ネギ・ニンジン・ダイコン・ゴボウを加えて煮る。仕上げに味噌を入れる)



2日目

和風カレー (変身! 豚汁にカレールーを割り入れる)



3日目

ポトフ (湯にコンソメを溶かして、豚肉、ジャガイモ・玉ネギ・ニンジン・ダイコン・ベーコンを加えて煮て、塩コショウで味を調える)



4日目

クリームシチュー (変身! ポトフにシチューの素を入れて、豆乳を少々



加えて塩加減を調整する)

5日目

キャベツとワカメ、残り野菜の味噌汁 (湯に和風だしの素を入れ、キャベツの千切り、玉ネギなどの残り野菜を加えて煮る。味噌を入れ、仕上げにカットワカメを加える)



6日目

キャベツのパペロンチーノ (オリーブオイル、鷹の爪、みじん切りにしたニンニクを熱し、ざく切りにしたキャベツを加えて炒め、塩コショウ、顆粒コンソメで味を調え、茹で上がったパスタと混ぜる)



7日目

キャベツとワカメのコンソメスープ (湯にコンソメを溶かして、角切りにしたキャベツを加え、フタをして煮る。仕上げにカットワカメを加えて、塩コショウで味を調える)



※材料の分量は家族の人数にあわせて調節してください。

<おすすめ節約手作りレシピ>

節約生活のため、ドレッシングや漬け物等を作り置きしておきましょう。

手作りドレッシング…オリーブオイル・醤油 各大さじ2、みりん大さじ1を瓶に入れてよく振る。好みですりおろしたニンニクや酢を少々加えてアレンジする。

和風ピクルス…ダイコン、ニンジンなど食べやすくカットした野菜をジップロック (食品保存用の小袋・小箱) に入れ、酢大さじ2、砂糖大さじ1、塩小さじ1/2、和風だしの素少々を合わせた調味液につけ込み冷蔵保存。保存期間は約5日間。

他にもアルアル、スッキリ節約技!

■口座引き落としを積極的に利用

「銀行口座からの支払いは、記録が残り、お金の流れが把握しやすくなります。また、口座振替割引を受けることができるものもあります。(公共料金では1ヶ月で約50円程度の割引があるものも)。NHK受信料は1年分を前納することで割引を受けることができます。(年間地上契約1230円お得)」

■ポイントカードを整理する

「お財布の中でポイントカードがあふれていませんか? あまり使わないカードは思い切って捨てましょう。カードは厳選して使うと、ポイントが貯まりやすくなります」



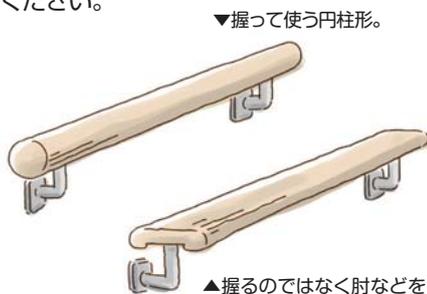
介護保険の住宅改修 Q&A -対象となる工事-

暮らしをもっとバリアフリーに vol.11

この制度の対象工事は、①手すりの取付、②段差の解消、③床又は通路面の材料の変更、④引き戸等への扉の取替え、⑤洋式便器等への便器の取替え、⑥①～⑤の住宅改修に付帯する工事です。では、具体的にどのような工事が対象となり、対象外となるのでしょうか？ Q & A にまとめましたので、ご確認ください。

Q1 円柱型などの握って使う手すりのほか、上部平坦型（柵状）の手すりも対象となる？

A 対象となります。高齢者によっては、握力がほとんどない場合やしっかり握れない場合もあるので、高齢者の身体の状況に応じて手すりの形状を選択することが重要です。なお、浴室及びトイレについては、UR 都市機構が手すりを設置する場合がありますので、UR 都市機構にお問い合わせください。



▼握って使う円柱形。

▲握るのではなく肘などをその上に置きながらゆっくり移動して使う上部平坦型。

ば、扉の取替えとして住宅改修の対象となります。具体的には、右開きの戸を左開きに変更する場合、ドアノブをレバー式把手等に変更する場合、戸車を設置する場合などが考えられます。なお、レバーハンドルへの取替えについては、UR 都市機構で実施する場合がありますので、UR 都市機構にお問い合わせください。



▲レバー式把手
手を置いて下に押す。

▲レバー式把手の形状
レバーの端は、衣服等を引っかかないように扉側に曲げる。

Q3 既存の引き戸が重く開閉が容易でない。引き戸を取り替える場合は対象となる？

A 既存の引き戸が重くて、開閉が容易でないという理由があれば支給対象となります。ただし、既存の引き戸が古くなったからといって新しいものに取り替えるという理由であれば、支給対象とはなりません。

Q4 既存の洋式便器の便座を、洗浄機能等が付いた便座に取り替えた場合は？

A 便器の取替えを住宅改修の対象としているのは、リウマチなどで立ち上がるのが困難な場合等を想定しているため、洗浄機能等のみを目的として、これらの機能が付加された便器に取り替える場合は、住宅改修の支給対象外です。

Q5 住宅改修に付帯して必要となる住宅改修とは、具体的にどんな工事？

A 次のような工事が想定されます。

対象工事	付帯工事
①手すりの取付	手すりの取付のための壁の下地補強など。
②段差解消	段差解消に伴う改修設備工事で、浴室の床段差の解消に伴う給排水設備工事など。
③床材変更	床材変更のための下地の補強や床土工事など。
④扉の取替	扉の取替えに伴う柱の改修工事など。
⑤便器の取替え	便器の取り替えに伴う給排水設備工事、床材の変更など。

Q6 脱衣所と浴室床の段差を解消するため、浴室床のかさ上げ等を行ったが、段差解消に伴う付帯工事として取り扱える？

A 次の工事、①～③いずれの場合も、介護保険の住宅改修の対象工事として扱えます。

- ①水栓の蛇口の下に洗面器が入らなくなったために、水栓の蛇口の位置を変更。
- ②浴室床が上がったために、相対的に浴槽の底との高低差が増え、浴槽への出入りが困難かつ危険になった場合の浴槽をかさ上げするなどの工事。
- ③②の状態、技術的に浴槽のかさ上げが困難な場合の浴槽の改修又は取替の工事。

Q7 入院している高齢者がまもなく退院する予定。住宅改修を行うことができる？

A 入院中の場合は住宅改修が必要と認められないので住宅改修は支給されません。ただし、退院後の住宅について前もって改修しておくことも必要と考えられるので、事前に市町村に確認をしたうえで住宅改修を行い、退院後に住宅改修費の支給を申請することはできます。また、特別養護老人ホーム等を退去する場合も同様になります。

*施工前の申請書類にはケアマネジャー等が作成する「住宅改修が必要な理由書」が必要です。自治体窓口で保険給付の対象となることの確認を受けてから、着工してください。急いでいるからと先に工事をしてしまうと保険給付の対象となりませんので、ご注意ください。

今どきのキッチンにリフォームしましょう

洗剤のシミや油汚れを取りきれない、
流し台の古さをなんとかしたい…。
カンタン便利で美しい、今どきのキッチンにリフォームしてみませんか？



1 古い流し台を システムキッチンに!

毎日使う台所は、使いやすくてスッキリ片付き、お料理が楽しくなるような場所にしたいですね。古い流し台を、収納・お手入れ・デザインと3拍子そろったシステムキッチンにリフォームすることができます。

ここで紹介するキッチンリフォームは、流し台、吊り戸棚、水切り棚、コンロ台、レンジフード型給湯器がセットになったキッチンシステムです。ホーロー製の扉は、汚れが染み込まないので、油汚れや洗剤の飛び散りなどの頑固な汚れをサッと拭くだけで簡単にキレイにすることができます。

また、レンジフード型給湯器は、レンジフードの上部に給湯器を組み込むことで見た目

もスッキリ。水栓は、水とお湯の混合がラクなシングルレバー水栓で、レバーの上げ下げで操作できるので、温度調節も簡単。小さなお子様からお年寄りまで無理なく使えます。

2 お手入れカンタン 美しいガラスストップコンロに!

ドロップインコンロは、人気のトップ(天板)に耐熱ガラス素材を用いたコンロです。天板の表面がガラス質なので、表面の凹凸が少なく、頑固な汚れもサッとひと拭きで大丈夫。お部屋のインテリアとしても、フラッ

リフォーム 模様替えには申請手続きが必要です

皆さんがお住まいの団地には、模様替え(リフォーム)に関して、UR都市機構が定めた一定の基準があります。たとえば壁紙の色・柄、設備の仕様などです。畳の取り替えは手続き不要ですが、模様替えによっては、URに届け出て承諾を受ける必要のあるものがあります。また、原状回復義務といって、退去するときに自費で元の状態に戻す義務があるものと、免除されているものがあります。基準や手続きの方法など不明な点があれば、URの管理サービス事務所かJS事務所にお問い合わせください。



トなデザインに加え、ガラスの持つクールな輝きが洗練された印象を与えます。流し台に組み込むことができ、コンロ台まわりがスッキリと使いやすくなります。

キッチンのリフォームは、UR 都市機構へ模様替え申請（前頁の「リフォームミニ知識」参照）が必要になりますので、お気を付けください。



お客様の声

**新築みたい！
レンジフードも
気に入ってます。**



ホーローの扉やステンレスで、キッチンが新築みたいにピッカピカになりました。そしてキッチンの使い勝手が良くなったのは、主婦として一番の喜びです。それと、お部屋や料理のニオイをきちんと排気してくれるレンジフードがお気に入りです。



埼玉県 Sさん

リフォームデータ
reformedata

JSアラカルトリフォーム紹介

アラカルトリフォームとは、退去時に原状回復義務が免除されている模様替え工事です。

【キッチンシステム】



流し台、吊り戸棚、レンジフード型給湯器が組み込まれた、ホーロー扉の改良キッチンシリーズです。

【ドロップインコンロの設置】



ガラストップでお掃除もらくらく。新しいコンロ台とガラストップコンロをセットで取り替える工事です。

キッチンリフォーム・データ(首都圏地区)

	予算(目安)	標準工事時間
●キッチンシステム	¥295,000～	1日～3日
●ドロップインコンロの設置 (W=60cm)	¥190,000～	1日
●食器洗い機用分岐水栓の設置	¥10,200～	1時間

※掲載予算は参考(税込み)です。間取り・既存の状態により変わりますので、現地調査の上お見積もりいたします。最寄りのJS事務所へお問い合わせください。(P30.31)

CLOSE UP 団地ライフ

緑豊かで住みやすい、このかけがえのない環境を守っていききたい

神奈川県大和市上和田団地自治会

●先輩たちが築いた住環境

上和田団地は、近くに上和田野鳥の森公園が広がる自然に恵まれた環境です。交通は、小田急江ノ島線・相模鉄道線



の2路線が利用できる「大和」駅へバスで約20分。敷地内には大木のケヤキが並び遊歩道が中央グランドへと続き、ベンチや遊具が置かれ、団地にお住まいの方の憩いの場となっています。

自治会役員のみなさんに、集会所でお話を伺いました。まず、会長の野尻伸さんに自治会の歩みについて聞きました。



■自治会会長の野尻伸さん

「入居開始は昭和44年4月、戸数は1319戸です。入居当時、上和田団地の周辺には農地が



■事務局長の岩村和夫さん

広がり、団地内店舗を除くと利便施設がほとんどない陸の孤島でした。先輩たちは力を合わせ、よりよい住環境を築いてきました。私たちは、先輩たちが敷いた軌道に乗って、伝統を受け継いで



■(写真右から)副会長の吉澤孝行さん、会計長の鈴木綾子さん、事務局長の大杉啓子さん

いきたいと思っています」

自治会には広報部、体育部、環境防災部、福利厚生部、文化部の5つの専門部が設けられ、それぞれが企画・立案を行うとのこと。

「活動の報告などは年4回発行している広報紙『街』で、生活関連情報や工事の予定などは月に1回『自治会ニュース』でお知らせしています」と、事務局次長の大杉啓子さん。

●多くのイベントと全員参加のパトロール

主な年間行事について事務局長の岩村和夫さんに伺いました。

「1月は賀詞交歓会、囲碁・将棋大会、6月はじゃがいもほりを開催。7月の団地まつりでは、ヤグラ組みの舞台、テント、ビアガーデンの設置や運営を自治会で手掛けています。まつりには団地で育ち、巣立っていった子どもたちも戻ってきます。夏期はちびっ子プール、夏休み最後の土曜日には、新学期に向けて交通安全映画会を開催。今年は、



■自治会のビアガーデンは、サークルや金魚すくい、綿菓子などの模擬店を出し、大いに盛り上がる団地まつり。



■子どもたちの山車団地内を練り歩く。幼稚園の演奏や太鼓の演奏などお楽しみが盛り沢山。

築40年を超え、長い活動の歴史を誇る上和田団地自治会。長年築いてきた住まい環境を守り、親睦を深めながら活動している様子を紹介します。



■団地のお年寄りが活動している生きがい農園で、じゃがいもほり。大人も子どももみんな泥んこ！



■遊歩道脇にあるちびっ子プールに、夏期は毎日子どもたちの元気な声が響きます。



■文化祭は趣味のサークル活動の発表の場。写真や絵画、書道、手芸などの力作揃いです。

子どもたちに自転車事故に対する注意を促しました。9月は敬老のつどい、11月は文化祭。12月のもちつきは自治会が準備を行い、居住者のみなさんにもちつき体験やつきたてのおもちを楽しんでもらっています」

副会長の吉澤孝行さんが、上和田団地独自の活動を紹介してくれました。

「毎年12月から2月は、地域の安全・安心のために夜9時から冬季防犯・防火パトロールを行っています。階段全10戸が担当して、毎日、担当階段が回っていく仕組みです。災害発生時に助け合うためにも日頃から知り合っておくことが大切。パトロールを行いながら階段毎のコミュニケーションを図るために、1シーズンに1回、全居住者の参加で行うようお願いしています。ただし、悪天候の日は無理をせず、中止にしています」

●幅広い世代の交流が生む楽しさ

昨年10月に実施したアンケートでは「ずっとこの団地に住み続けたい」とする世帯は82.3%でした。会計長の鈴木綾子さんは、「ここは緑地が多く、安全で住みやすいので子育てにぴったりの環境です」と言います。

「入居率が高いのが自慢ですが、最近は近隣の一軒家から移ってくる高齢者夫婦が増えています。高齢者対策として、自治会では大和市健康づくり推進課の協力を受け、健康体操教室を開催。保健師さんによる脈波・骨量・体組成測定、介護予防を行っています。また福祉対策委員会では、安否確認やごみ出し、灯油運搬、通院の補助などの福祉活動も一部有料で手掛けています。孤独死の問題などが今後の課題です」と岩村さん。

自治会活動について、活動歴25年、会長を務めて10年近くになる野尻さんに伺うと、「活動を楽しむことが大切」との答えでした。

「自治会に入ったことで、つきあいが広がり、面白い経験ができました。会社勤めをしていると会社だけの人間関係になりがちですが、自治会は幅広い年齢層の中で意見が言い合える。非常に民主的に運営されている組織で、気持ちのいいつきあいができるんです」

もっと多くの人に自治会活動に参加して、いろいろなイベントを体験しながら、楽しんでほしいと野尻さんは語ってくれました。

平野レミの

早ワザごはん

八角を使って本格中華の味に！おまけにお豆でヘルシー！ 「鶏と大豆の煮物」

八角は中華料理のアクセントに最高の香辛料よ。
たとえばこれ一つでチャーシューや角煮も
レストランの味に大変身だし、ミルクティに入れれば
インドのおいしいお茶、チャイになるわよ！
ヘルシーで栄養がある大豆は
缶詰を使ってお手軽に調理しちゃうの。
と〜っても簡単なのに本格派の味。
しかもお酢が入ってるから、さっぱりと
いただけます。

Remi Profile

シャンソン歌手で料理愛好家。
夫はイラストレーターの和田誠さん
シェフではなく主婦として自作料理に情熱を燃やしている。
最近ではツイッターでの140字レシピも好評。
アプリ「つぶやきごはん」も発売中。 <http://www.remmy.jp/>



■ 材料(4~5人分)

鶏手羽先 ————— 10本
大豆の水煮缶 — 1缶120g×2缶
ショウガ(薄切り) ————— 1かけ
長ネギ(ぶつ切り) ————— 1本分
八角 ————— 小1個

【A】

水 ————— 1カップ
しょうゆ ————— 1/4カップ
酒 ————— 1/4カップ
砂糖 ————— 大さじ4
酢 ————— 大さじ1.5

■ 作り方

- ① 鶏手羽先は骨に沿って切り込みを入れ、味が染み込みやすいようにし臭みや汚れをとるため熱湯に通す。
- ② ①と缶から出し水切りした大豆、ショウガ、長ネギ、八角、【A】を鍋に入れる。
- ③ おとし蓋をし、中火で20分ほど煮込む。
- ④ 20分ほど煮たらおとし蓋を取り、強火で煮詰めれば出来上がり。

+ 技 plus +

- 強火で煮詰める時は煮詰めすぎないように水を足しながら調節して。火加減にも気をつけてね。
- お酒を紹興酒に変えると、もっと本格中華になるわよ。
- 八角は長持ちするからあると便利よ!おウチの八角がもし大きかったら、割って2片くらいがちょうどよ。



調理時間
30
分くらい

♪ レミパン 読者プレゼント☆

ご紹介のお料理がさらに簡単に
おいしく作れる
「レミパン」(平野レミ考案)を、
抽選で10名様にプレゼント!
詳しくは25ページに。





「メモ帳から」その33

大槻茂

8月末、「フェアトレード」（公正な取引）に取り組んでいる日本の団体の集まりである「フェアトレード・ラベル・ジャパン」（東京・日本橋富沢町）の事務局に招かれて、「危機管理と広報」の話をする機会を得た。

「フェアトレード」は、世界から「いわれなき貧困」をなくそうという活動の一つで、第二次世界大戦後、アメリカで始まったとされる。この活動の特色は、開発途上国の原料や製品、例えばコーヒー豆やチョコレートなどの食品、刺しゅうや装飾品など

の手工芸品、を適正な価格で継続的に購入することにより、立場の弱い途上国の生産者や労働者の生活改善と自立を目指す点にある。つまり、寄付で援助するのではなく、正当な対価（商品代金や賃金）での取引を目指しているのである。

日本では1970年代に始まり、流通規模は21億円前後とされている。まだまだ低調な取り組みで、いわゆる監督官庁もない。集めた金が正しくその目的のために使われているという証明を誰がするのか、いかがわしい団体との区別をどうするのか——などの課題も少なくない。そのことに危機感を抱いた事務局のメンバーが中心になって危機管理の勉強会を開いたというわけだが、理事、手弁当並みの俸給で働く若い事務局員らの「寄付より自立を」というフェアトレードにかかる熱い思いに心を動かされた。

だが、その一方で、経済大国と言われる日本の現状について改めて考えさせられたのも事実である。日本は今、安売りブームである。安く買えるのはありがたいが、安い物には理由がある。最低賃金が生活保護費より安いという報道もあった。公正な取引には、当然労働対価も含まれる。フェアトレードに携わる若い人たちの話を聞きながら、日本の生活の現状を思った次第である。



イラスト・ナメ川コーイチ

Profile
大槻茂 SHIGERU OHTSUKI
読売新聞社に入社後、社会部、生活情報部を経て、現在、青森大学客員教授。主な著書に「新天皇家の人々」「そばとうどん」「渋谷天外伝」など。

滑川公一 KOHICHI NAMEKAWA
イラスト・漫画修業のため渡仏。帰国後に個展「バリと猫と…」'82年度日本漫画家協会優秀賞受賞する。作品に「世界のショートショート傑作選」「なにぬねこ」など。

READER'S COLUMN 読者のお便りから

皆さんのイキイキとした団地生活を伝えるお便りを、もっともっとご紹介していきたいと思えます。ふるってご参加ください。

「おたより」

初めての団地生活、そして妊娠生活を送っています。子供の育てやすさ、環境を考慮し、団地に引っ越して来ました。目の前の公園で子供が遊んでいると将来を見ているようでワクワクします。 兵庫県／M・Mさん

夏休みにラジオ体操をやっていました。今年始めて参加しましたが、地域の人達とも顔見知りになり、朝から気持ちいい!

奈良県／H・Aさん

最近カーシェアリングがウチの団地で採用されました。なかなか上手い仕組みと判り、我が家もそのうち車を手放したら利用しようかなと考えてます。 兵庫県／N・Tさん

◆川柳、団地生活気質◆

だんちせいかつかたぎ

だんだんと 物だけ増えて 居場所減る
I・Tさん

夕涼み 浴衣の肩に 赤とんぼ
H・Kさん

レミパンで いつか料理 してみたい
H・Sさん

孫はまだ なんどもなんども ベランダへ
I・Yさん

洗濯を 干して眺める 青い空
H・Kさん

水補給 大事と大目に 飲むビール
O・Sさん

読者プレゼント



レミパン… 10名

電子レンジで簡単クッキング!

らくらくスチーマー… 40名



本誌同封のアンケートにお答えいただいた方の中から抽選で、平野レミさん考案の「レミパン」(フタ付フライパン)、レンジで簡単! ヘルシークッキングの「らくらくスチーマー」、東日本大震災寄付金付の「クオカード」をプレゼントします。アンケートのプレゼント希望欄をチェックし、送ってください。締切りは平成24年11月30日。

*スチーマーの色は選べません。ご了承ください。



東日本大震災寄付金付
クオカード (500円分) … 20名

日本総合住生活株式会社 事務所及び管轄団地所在地一覧

東京支社 〒144-8721 大田区蒲田 5-37-1 ニッセイアロマスクエア 9 階 TEL 03 (6803) 3830 (代)

	お住まいの団地の所在地	管轄事務所
東京 23 区	江戸川区、江東区、墨田区	東京東支店 TEL 03(5653)2131(代) 〒136-0075 江東区新砂 1-6-35 Nビル東陽町 5 階
	葛飾区、荒川区、足立区、台東区	城北支店 TEL 03(3601)5161(代) 〒125-0062 葛飾区青戸 3-11
	豊島区、板橋区、練馬区、北区、文京区	東京北支店 TEL 03(3936)2036(代) 〒175-0082 板橋区高島平 2-32-2
	品川区、港区、渋谷区、新宿区、杉並区、世田谷区、千代田区、中央区、中野区、目黒区、大田区	東京南支店 TEL 03(6381)5571(代) 〒141-0031 品川区西五反田 7-24-5 日本生命西五反田ビル 3 階
多摩 地 区	青梅市、立川市、三鷹市、小金井市、国分寺市、国立市、小平市、昭島市、西東京市、調布市、東久留米市、東村山市、府中市、武蔵村山市、武蔵野市、福生市、狛江市、羽村市、東大和市、清瀬市	北多摩支店 TEL 042(538)2051(代) 〒190-0003 立川市栄町 6-1-1 立飛ビル 7 号館 8 階
	多摩市、町田市、日野市、八王子市、稲城市	南多摩支店 TEL 042(372)5111(代) 〒206-0031 多摩市豊ヶ丘 4-7
神奈 川 地 区	横浜市（旭区、港北区、神奈川区、瀬谷区、西区、青葉区の一部（青葉台）、中区、鶴見区、都筑区、南区、保土ヶ谷区、緑区）川崎市（川崎区、中原区、幸区、高津区）	横浜支店 TEL 045(470)8611(代) 〒222-0033 横浜市港北区新横浜 1-17-12 IWATA ビル 3 階・4 階
	横浜市（磯子区、港南区、栄区、金沢区、戸塚区）、横須賀市	横浜南支店 TEL 045(833)3075(代) 〒235-0045 横浜市磯子区洋光台 4-2-25
	大和市、藤沢市、平塚市、茅ヶ崎市、鎌倉市、秦野市、厚木市、相模原市、海老名市、座間市、横浜市青葉区（青葉台を除く）、川崎市（宮前区、多摩区、麻生区）、伊勢原市	神奈川西支店 TEL 046(206)1071(代) 〒242-0013 大和市深見台 3-1-13

関東支社 〒101-0054 千代田区神田錦町 1-9 東京天理ビル 5 階 TEL 03(6803)3600(代)

	お住まいの団地の所在地	管轄事務所
千 葉 地 区	千葉市、佐倉市、成田市	千葉支店 TEL 043(277)7371(代) 〒261-0004 千葉市美浜区高洲4-5-8
	船橋市（千葉ニュータウン小室ハイランドを除く）、習志野市、浦安市、市川市、八千代市	千葉西支店 TEL 047(452)1121(代) 〒275-0021 習志野市袖ヶ浦 3-2
	松戸市、柏市、流山市、鎌ヶ谷市、我孫子市、印西市、白井市、船橋市の一部（千葉ニュータウン小室ハイランド）、茨城県取手市、牛久市	千葉北支店 TEL 04(7144)8173(代) 〒277-0845 柏市豊四季台 2-1-105-101
埼 玉 地 区	さいたま市、川口市、鳩ヶ谷市、上尾市、桶川市、戸田市、鴻巣市、久喜市、北本市、蕨市	浦和支店 TEL 048(882)7141(代) 〒336-0017 さいたま市南区南浦和 3-49-53
	草加市、三郷市、吉川市、八潮市、越谷市、幸手市、春日部市	東埼玉支店 TEL 048(935)2271(代) 〒340-0053 草加市旭町 3-3-1
	所沢市、新座市、川越市、朝霞市、富士見市、和光市、鶴ヶ島市、坂戸市、狭山市、ふじみ野市、日高市、入間市	西埼玉支店 TEL 049(261)1874(代) 〒356-0006 ふじみ野市霞ヶ丘 1-2-27-305 ココネ上福岡二番館 3 階

●ご案内

東京支社、関東支社が管轄する団地にお住まいの方で、マンション保険等各種保険及び網戸のお申込みやご相談の場合は、下記の事務所までご連絡をお願いいたします。なお、平成 24 年 5 月 1 日より事務所住所が変更になりました（電話連絡先は変わりません）。

本社業務部 保険センター 〒101-0054 千代田区神田錦町 1-9 東京天理ビル 6F

[マンション保険等] ☎0120-377-086
[網戸] ☎0120-648-994

JS へのお問い合わせ、ご相談などは、お住まいの団地を管轄する JS の各事務所にご相談をお願いいたします。
 9月18日、兵庫支店は下記住所に移転いたしました。
 10月9日、阪神支店は下記住所に移転いたしました。

大阪支社 〒536-0025 大阪市城東区森之宮 2-9-201 TEL 06(6969)1001(代)

お住まいの団地の所在地	管轄事務所
大阪市（北区、都島区、中央区、西区、港区、大正区、天王寺区、浪速区、東成区、生野区、旭区、城東区、鶴見区、阿倍野区、住之江区、住吉区、東住吉区、平野区、西成区）、枚方市、寝屋川市、門真市、守口市、大東市、東大阪市、八尾市	大阪中支店 〒537-0025 大阪市東成区中道1-10-26 サクラ森ノ宮ビル8階 TEL 06(6977)1500(代)
大阪市（淀川区、東淀川区）、豊中市、吹田市、高槻市、茨木市、摂津市、池田市、箕面市、三島郡	大阪北支店 〒560-0083 豊中市新千里西町 1-1-4 千里中央ツインビル別館 3階 TEL 06(6831)1716(代)
堺市、藤井寺市、富田林市、和泉市、河内長野市、貝塚市、岸和田市、高石市、阪南市、松原市、泉佐野市、泉大津市、泉南市、大阪狭山市、羽曳野市	大阪南支店 〒593-8303 堺市西区上野芝向ヶ丘町 6-6-40 TEL 072(270)9100(代)
神戸市、明石市、三木市、姫路市	兵庫支店 〒651-0083 神戸市中央区浜辺通 5-1-14 神戸商工貿易センタービル 17階 TEL 078(251)4458(代)
大阪市（西淀川区、此花区、福島区）、尼崎市、西宮市、芦屋市、伊丹市、宝塚市、三田市	阪神支店 〒661-0976 尼崎市潮江 1-3-30 KDIビル 1階 TEL 06(6495)2001(代)
奈良市、橿原市、香芝市、櫻井市、大和郡山市、奈良県北葛城郡、京都府相楽郡、京都府木津川市、三重県名張市	奈良支店 〒631-0806 奈良市朱雀 3-14-3 TEL 0742(72)1700(代)
京都市、宇治市、亀岡市、久世郡、八幡市、滋賀県大津市	京都支店 〒600-8441 京都市下京区新町通四条下ル四条町 347-1 京都西烏丸ビル 2階 TEL 075(365)1010(代)

名古屋支社 〒460-0024 名古屋市中区正木 3-5-30 名鉄正木第二ビル TEL 052(350)2850(代)

お住まいの団地の所在地	管轄事務所
名古屋市（港区、昭和区、瑞穂区、中区、中川区、中村区、天白区、南区、熱田区、緑区）豊田市、豊明市、知多市、知立市、津島市、日進市（アーバンドエル赤池、アーバンドエル赤池第二）、東郷町、みよし市、弥富市、蟹江町、三重県桑名市、四日市市、津市、一宮市、稲沢市、岩倉市、江南市、清須市、岐阜県各務原市、北名古屋市	名古屋支社 〒460-0024 名古屋市中区正木 3-5-30 名鉄正木第二ビル TEL 052(350)2850(代)
名古屋市（守山区、西区、千種区、東区、北区、名東区）、日進市（日進香久山花の街）、春日井市、小牧市	名北支店 〒462-0802 名古屋市北区上飯田北町 4-75-3 TEL 052(911)7216(代)

福岡支社 〒814-0114 福岡市城南区金山団地 26-4 TEL 092(861)9755(代)

お住まいの団地の所在地	管轄事務所
福岡市、古賀市、宗像市、春日市、大野城市	福岡支社 〒814-0114 福岡市城南区金山団地 26-4 TEL 092(861)9755(代)
北九州市、遠賀郡、山口県下関市、周南市	北九州支店 〒802-0064 北九州市小倉北区片野 3-15-5 TEL 093(923)8830(代)

緊急事故受付センター **水漏れ、排水詰り、断水、停電、などの緊急時の連絡先**

- 首都圏地区…TEL 0570(002)004 または TEL 048(839)0901
- 大阪地区…TEL 06(6969)2151
- 名古屋地区…TEL 052(350)2900
- 福岡地区…TEL 092(861)2525
- 北九州地区…TEL 093(923)8831

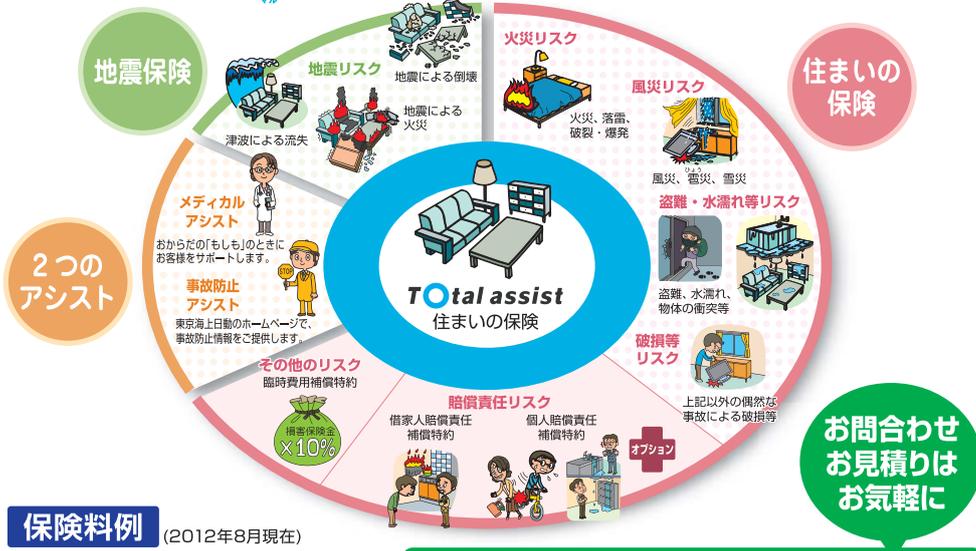
Total assist 住まいの保険

例えば…

下の階に水漏れしてしまいました!	他人の物への賠償費用を補償します	水濡れ・火災で貸主に賠償しなければならなかった!	借戸室の修理費用を補償します
家財が燃えてしまいました!	火災、破裂・爆発による損害を補償します	地震で家財が壊れた!	地震による倒壊を補償します

東京海上日動の「**トータルアシスト住まいの保険**」は、
あなたの家財を  **ごと守ります!**

「トータルアシスト住まいの保険」は住まいの保険および地震保険のペットネームです。ご契約にあたっては、必ず「重要事項説明書」をよくお読みください。



保険料例 (2012年8月現在)
 保険期間1年間・一時払の場合
6,260円

◆トータルアシスト住まいの保険の保険料例
 <ご契約条件> ●保険期間：1年間 ●払込回数：一時払 ●物件所在地：埼玉 ●収容する建物構造：M構造（マンション建物） ●補償内容：家財支払限度額（保険金額）：200万円（高額貴金属等限度額100万円、破損限度額50万円、免責金額5千円）、地震保険金額：100万円（建築年割引有） ●特約：個人賠償責任（国内1事故1億円、国外1億円限度）、借家人賠償責任（1事故1千万円限度）、臨時費用補償

<お問い合わせ先> 受付時間：平日 9:30～17:00

首都圏の方はこちら 0120-377-086 業務部 保険センター	関西圏の方はこちら 06-4300-3953 大阪支社 業務推進課
名古屋圏の方はこちら 052-350-2810 名古屋支社 業務推進課	福岡圏の方はこちら 0120-390-118 福岡支社 営業部

JS 日本総合住生活株式会社

2012年9月作成 12-T-05084



発行日二〇一二年十月第二十三号
 発行所 日本総合住生活(株) 企画・制作(株) 弥勒
 〒102-8014 東京都千代田区三番町6-4
 電話 〇三三三九四三三二(代) 非売品/禁転載