

大和ライフネクストがお届けする

(株)コスモスライフは平成22年4月1日、大和ライフネクスト(株)に社名変更いたしました。

人・街・暮らしを元気にする
生活情報誌

ライフネクスト info

【ライフネクストインフォ 冬号】



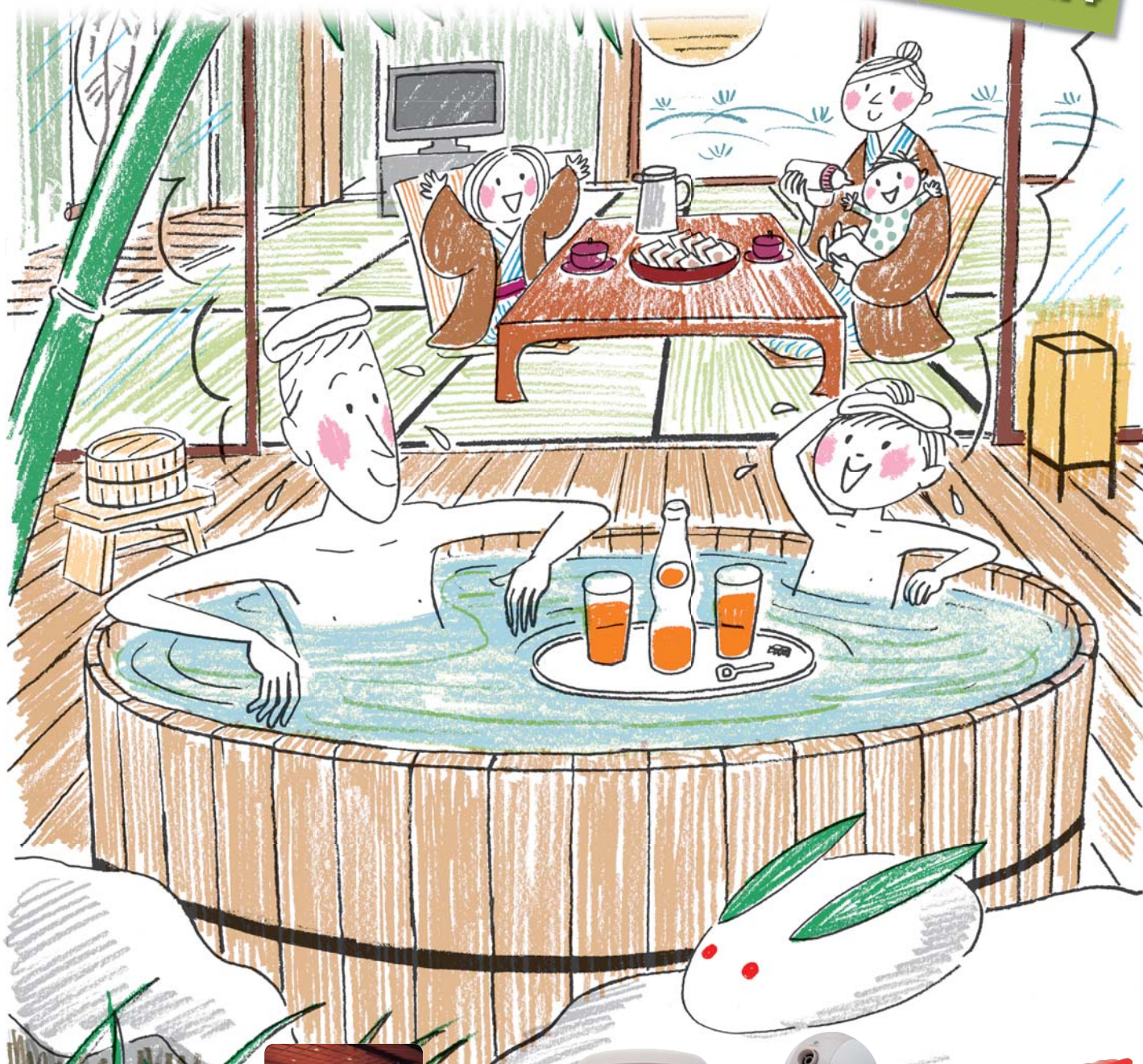
特集

さあ、友達を部屋に呼ぼう!!

かんたん! はなやか! パーティーレシピ/ボディサイズを測って健康で美しい身体作りを
家族で楽しむ簡単エクササイズ・親子でウェストサイズダウン

ハウスクリーニング/宅配クリーニング(衣類・布団・カーテン)/スッキリプランのご提案・引越/
知ってトクする保険の話/なるほど! ガス給湯器/我が家のリフォーム体験談

Life Next
Information
Winter
2011 vol.4



ライフネクストクラブ会員限定
冬号プレゼント >>>



ヘア宿泊券
・鬼怒川温泉山楽
・ダイワロイヤルホテルズ



ブラビア



デイモイスチャー
ナノケア



スチームケース

さあ、友達を部屋に呼ぼう!!

人が集まる家って、何かいい響きですよ。でも「掃除をしなくちゃ」「料理は何を作ろうか」、いろいろ考えると面倒なもの。今回の特集では、友人を部屋に呼ぶため役立つちょっとした工夫やコツを紹介します。まずは、気の合う友人を呼んでパーティーを楽しんでみましょう。その楽しいひと時は、日常の生活に潤いやエネルギーを与えてくれるはずですよ。

片付けは、普段の掃除に+α

プラスアルファ

来てもらう人に気持ちよく過ごしてもらえるよう、まずは部屋を片付けましょう。といっても、普段の掃除メンテナンス+αでOK。ゲストの視線になって目に付いたところを、無理のない範囲で。場所ごとに、掃除のポイントを挙げてみましょう。

【玄関】掃き掃除と水拭きが基本です。人が集まると靴でいっぱいになるので、自分たちの靴は、あらかじめ靴箱にしまっておくことも忘れなく。

【トイレ】便所の裏側は、意外と見落としがち。また、マットやスリッパの汚れもチェック。トイレトーパーは新しいものに取り替えておき、パーティーの途中で確認。タオルも1〜2度交換しましょう。芳香剤は、控えめに。

【洗面室】鏡や蛇口など、光るところをきれいにしておくで見えます。タオルはすぐに湿っぽくなるので予備を複数用意しておきましょう。

【リビング】いつもの掃除をすませたら、本や雑誌、クッションなど目に見えるものをまっすぐに整理するだけでも印象はぐっとよくなります。

グリーンを飾って

お部屋の優しいアクセント



皿やグラス、空き缶など、身近にあるものに道端の草花やハーブなどを浮かべるだけでも、さまになります。部屋のテーブルや棚の上、玄関、トイレの片隅にそっと生けておくとステキです。ハーブは、季節によって種類は変わりますが、スーパーなどで手軽に入手できます。

【キッチン】洗面室と同様、シンクや蛇口など金属部分を磨いておくだけで、清潔な印象に。カウンタートップに置いてある小物を整理し、コンロや周りの壁面の気になる汚れも簡単に拭き取っておきましょう。





キャンドルやランチョンマット、ワイングラスなども100円ショップでそろいます。ひと工夫すれば、お金をかけなくてもテーブルを演出できます。



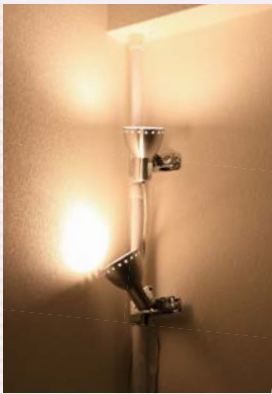
ひと工夫で、リビングをオシャレなパーティー会場へ。

さあ、パーティー会場の飾り付けです。といっても、難しく考えることはありません。ちょっとしたひと手間を加えるだけで。箸置きやコースター、ランチョンマットをそろえるだけで、ぐっとオシャレなテーブルに。高価なものではなく、ハンカチをたたんだり、折り紙などで代用できます。また、100円ショップなどを上手に利用することもひとつの手です。ランチョンマットやコースター、パー

ティーパーキンなど、ステキなものが売られています。飲み物は、コップでなくワイングラスなどを使うといつもと違ったゴージャスな雰囲気が出ます。ワイングラスであれば、目印としてグラスメーカーをつけてみるのも非日常感ができます。もちろん、市販のグラスメーカーを使うのもいいですが、リボンやモールなどを数種類用意しておいて、みんなに選んでもらうのも粋な計らいです。

間接照明で空間の演出にもチャレンジ

テーブル周りの準備が整いちょっと余裕ができたなら、空間の演出にもチャレンジしてみましよう。照明の色は、パーティーの雰囲気や左右する重要なポイントです。よくレストランでは、オレンジ色の照明が用いられますが、これは料理をおいしく見せたり、リラックスできる効果があります。この方法が我が家にも取り入れてみましょう。たとえば、照明の色を暖色系に交換し



てみましょう。これだけであたたかい雰囲気がでるはずですよ。次に間接照明なども取り入れればさらに効果的。ここでは、クリップライトを使った間接照明をご紹介します。クリップライトをいくつか用意して、カーテンレールや棚に取り付けて壁や天井に照らしませます。突っ張り棒を部屋の隅に立ててクリップライトをつければ、立派なフロアスタンド。これだけでオシャレな間接照明の出来上がりです。クリップライトは1個千円程度で買えるので手軽にチャレンジできます。パーティーだけでなく普段使いもできるのでおススメです。キャンドルもオシャレな雰囲気や気分に楽しめます。キャンドルの灯りは、蛍光灯と違い深い陰影を作り出し、部屋をドラマチックに演出します。ポイントは、高さや太さがばらばらのものを束のように使うこと。一種のシャンデリア風になり、パーティーが盛り上がること請け合いです。

コーナーが活きる、おしゃべりも弾む

* ホームギャラリーの演出 *



本棚の上などのちょっとした空間にホームギャラリーを作ってみましよう。飾るものは、写真でも子供の絵でも、旅先で見つけたステキな置物でも。意外な趣味をアピールすれば、会話も弾むことでしょう。

人を呼び、運氣も呼び込む

◆ お手軽風水 ◆



方位や色ばかり意識されがちですが、風水の第一歩は、まずお掃除。住まいの中のでよみを解消することで、「気」が流れ始めます。特に運氣の入り口である玄関は、重要ポイント。拭き掃除をして、アロマを香らせ、生花か観葉植物を置きましょう。趣味の作品など自分らしいアイテムを飾ると、自然に人の集まる家になるといわれています。





冬の定番料理といえば、なんといっても鍋でしょう。人数にかかわらず、手軽に楽しめます。みんなで具材を持ち寄って盛り上がりましょう。

ホームパーティーにテーマを設定してみる

料理を食べておしゃべりをするだけでも、楽しいですが、ここでもひと工夫。テーマを設定してみましよう。テーマは、「冬」でも「鍋」でも「辛いもの」でもなんでもOK。それにそって料理やテーブルコーディネートが決められるのでラクだし、まとまりがでて雰囲気もです。料理が苦手という人は、みんな

なにテーマに沿った料理や飲み物を持ってきてもらうのもおススメです。お友達もつてきてくれた料理で話もはずむことでしょうか。何を持ってきてもらうかは事前打ち合わせしないほうが盛り上がるかもしれませんね。ホームパーティーの準備に一番気を使うのが「料理」ではないでしょうか？「ここを、友達にもお願いすればラクになりますし、一緒にワイワイ準備しているときから、パーティーを楽しむことができます。

顔ぶれに合わせてゲームでさらに盛り上げる

食事がひと段落したらゲームをしてみるのもおススメ。たとえば、「プレゼント交換」はどうでしょうか。子供のころに誕生会などでやった方も多いのでは？それをもう一度大人になってからするのは、ポイントが、用意するプレゼントに条件をつけること。「500円で笑いがとれるもの」という感じでしょうか。プレゼントにその人の個性が出たり、もらった人の反応がおもしろかったり、意外と盛り上がりがあります。もちろん、子供も楽しめます。



自分も楽しむことがいちばん大切です

ホームパーティーでもっとも大切なことは、何よりも自分も楽しむことです。がんばりすぎて疲れてしまった、もう二度としたくないとなつては、本末転倒です。今回紹介したコツを参考にすれば、準備もラクにできますし、一人でやると大変なことは友達にお願いしてしまえばいいのです。どんな飾りつけをしようか、どんなテーマが盛り上がるか、ホームパーティーをやる前から楽しめればしめたもの。楽しいひと時を気の合う友達と過ごしてリフレッシュしましょう。

自分が呼ばれたときはちょっとした気配りを

友達を呼んでみると、自分が呼ばれる側になったときに気をつけた方がいいこともイメージしやすくなるもの。まず、大事な時間は時間よりも早く行かないこと。開始時間直前は、準備に大忙しというよりはよくあります。おみやげは、



招待状で楽しさ倍増

子どもの誕生日会なら



お誕生日会など、子供が主役のパーティーの場合は、「招待状」を作ってみるのもおすすめ。100円ショップなどで、かわいいメッセージカードを買ってきて、手書きで「遊びに来てね」の一言をそえるだけでOK。それを事前に渡せば、当日までワクワク感が続きます。

スイーツよりもフルーツ。スイーツはほかの誰かが持つてきている場合が多く、ダブつてもあまってしまうことも。でも、フルーツなら日持ちがするので安心です。また、とかく食べ物や飲み物に気がつかつて意外と忘れられがちですが、お花を持つていくのも喜ばれます。ちょっとした気配りで、パーティーじょうずに。呼んだり呼ばれたり、もっと親しいおつきあいにしようですね。さあ、さつそく今度の週末は、お友達を呼んでホームパーティーをしてみませんか？





4種のいりどりカナッペ

- クラッカー24枚
(材料の目安 3~4人分)
下記の組み合わせでクラッカーに盛付ける。
- ・アボカド&スモークサーモン&モッツアレラ
- ・ポテトサラダ&チェダーチーズ
- ・エビ&ツナ&アボカド&チェダーチーズ
- ・レーズンバター&トマトマリネ

おいしいヒント!

上にスモークサーモンやトマトなど色あざやかな食材をのせれば、華やかな印象になってパーティーらしくなります。単調にならないよう食材の組み合わせを考え、味のバリエーションを出すようにしましょう。



春雨と唐揚げのかんたんサラダ

- 市販唐揚げ 10個
 - 緑豆春雨 30g
 - レタス1/2個
 - きゅうり1/2本半月斜め切り
 - コーン1/4カップ(缶詰)
 - レッドピーマン1/2個
3ミリ程度幅細切り
 - 好みのドレッシング
(材料の目安 3~4人分)
- ①唐揚げは一度再加熱し半分に切る。
 - ②春雨は多めの油を熱して揚げ、膨れ揚がったら取り出し、油を切る。
 - ③①②が冷めたら、②、レタス、①、それ以外の順に盛付ける。お好みでドレッシングを用意する。

おいしいヒント!

レッドピーマンは、表面の皮が硬いので直火で焼いてはがすか、20秒程度熱湯にくぐらせてと食べやすくなります。



生ハムとベイリーフのフレッシュピッツァ

- 市販のピッツァ生地
(直径24cm程度。
目安 3~4人分)
 - 生ハム・ベイリーフ・オレンジ適宜
 - お好みでクリームチーズやモッツアレラチーズ、カマンベールなどを加えても相性GOOD!
- ①市販のピッツァ生地を表示通り焼きあがったら、氷水でシャキッとさせたベイリーフの水分を取り除き中央が高くなるように盛付ける。
 - ②生ハム、皮をむいたオレンジ、お好みでチーズを飾り、熱いうちに食してもらおう。

おいしいヒント! 市販生地を土台に使用することで、失敗も少なく、かんたんにさまざまなピッツァが作れます。ベイリーフが瑞々しいうちに、出来立てを召し上がってください。

メインディッシュはすんなり決まっても、サイドメニューは何にしようか意外と悩むもの。市販の食材をうまく使えば、かんたんだけどこんなに豪華に!

かんたん! はなやか! パーティーレシシピ



レシピ作成
稲村すみえ

フリーコーディネーター・栄養士・調理師。大和ライフネクストで厚生施設の環境・食品衛生を担当。「料理は感情が出る生き物のようなもの。愛情を込めるほどおいしくできる。」が持論。

快適マンション生活をサポートするWebサイト

レンジフードのクリーニングを頼みたい!!



引越会社を紹介してほしい!!



浄水器カートリッジを注文したい!!



ガスコンロや給湯器を交換したい!!



貸そうか売ろうか、相談したい!!



マンション生活を快適で便利にする生活情報がいっぱい!

各種サービスの詳細やお申込みも、こちらへどうぞ!!

〈eライフネクストアクセス方法〉



パソコンから

イーライフネクスト

検索

www.e-lifenext.jp

※ライフネクストinfoバックナンバーも
あります。



携帯電話から

右のQR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。
※一部お申込みできないサービスもあります。



外出先で便利なモバイル版も登場!!



すっきり&にっこり
家族で楽しむ
簡単エクササイズ

親子でウェスト サイズダウン

一人でやるとつらい腹筋運動…。
親子や家族で、ゲーム感覚で
行ってみませんか。

1



一人が仰向けに寝転がり、もう一人は寝ている人の頭の近くに立ちます。お子様が小さい時は膝をつくとも良いでしょう。寝ている人は両手で立っている人の足首や脚をつかみ、腰を折るようにして両脚を上げます。

立っている人は、脚をいろいろな方向に押します。寝ている人は腹筋を使って、足が床につかないように頑張ってください。

2



お子様が小さい場合は、大人は脚を上げて寝転がり、両脚を上げます。お子さんは大人の頭を挟んで立ち、両手で脚につかまります。大人は脚をゆっくりと床に近づけて、戻します。重さに負けて倒れないように注意しましょう。お子さんの身長や体重にあわせて膝を曲げて調整してください。

ストレッチを行う時に注意

- ①初めはゆっくり小さな動きから始め、お互いの様子を見ながら徐々に動きを大きくしていきましょう。
- ②倒れた時にも安全のように、周囲に物などが無いところで行ってください。

監修：スポーツクラブNAS 後藤真二

スポーツ健康医科学研究室室長
教育学博士・健康運動指導士

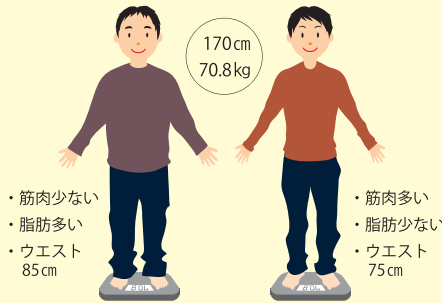
家族でつくる“我が家の健康”

ボディサイズを測って 健康で美しい 身体作りを。



筋肉・脂肪の量と つく場所も重要

私たちは平均的に身長50cm、体重3kgほどで生まれてきます。成長が最も著しいのは生後1年間で、身長は約1.5倍、体重は3倍以上になります。その後はほぼ一定のペースで大きくなり、思春期に再び成長が著しくなりますが、この時期は身長の伸びが大きく、ほっそりとした体型になります。成人すると、変化するのは体重ばかり。体重が1kg減ると腹囲が1cm減ると言われていますが、それほど単純ではありません。身体はその構造も複雑で、筋肉や脂肪など様々な部分から作られています。たとえば、筋肉は脂肪に比べて比重が重



◎同じ身長・体重の二人、でも見た目は違います。

いため、筋肉質の人は体重の割に絞まって見えます。またそれがどこにつくかも重要。脂肪は一般に、男性では腹部、女性ではヒップや大腿部につきやすく、筋肉は鍛えた場所につきやすいです。肥満は体重kgを身長(m)で2回割ったBMIで判定(25以上が肥満)することが多く、メタボリックシンドロームは腹囲だけで判断されます。

美と健康のために 体型もチェック

体型を判定するには、ウエストをヒップで割ったウエスト/ヒップ比の方が良く、男性では1.0、女性では0.8以上だと内臓脂肪型肥満とする報告が見られます。またバスト、ウエスト、ヒップそれぞれの数字よりも、3つの値のバランスが美しいボディには大切だと下着メーカーの研究でも確認されています。このように身体のサイズを測ることは、筋肉や脂肪の量をチェックする健康面に加え、美しさの面からも重要です。

市販されています。もっと正確に測りたい方は、下着専門店や洋服店に行くのがおすすめです。お店のスタッフは、サイズを正確に測る技術を持っています。自分に合った新しい衣服を購入することが、自分の健康にも繋がる。時にはそんなちょっとした贅沢な健康作りもすてきではないでしょうか。

仕事や学校もお休みで、おいしい物に囲まれる年末年始。のんびりしてたくさん食べていると、余ったエネルギーはそのまま脂肪に…。後悔する前に、ぜひ、今年も体型にも注意をして、「健康で美しい身体作り」を目指してみませんか。

住まいへの思いを理解し、ごまやかに

対応してくれる。管理会社だから

安心して任せられました。

手放したくない
大切な住まい。
どうするのがベストか、
相談できて良かったです。

東京都新宿区
フォルム四谷外苑東／草間様



一昨年秋、結婚と同時に夫の仕事の都合で千葉県に住むことになり、部屋を空けることになりました。フォルム四谷外苑東は、まだ更地だった頃から完成を楽しみにしていました。任んでもからも住み心地はもちろんその環境など申し分のないマンションでした。また、購入の際は、両親のありがたい援助もあったのでとても思い入れが強く、売却はまったく考えませんでした。そして何より、いつかフォルム四谷外苑東に戻って暮らすのが



夫婦の夢でもあり、お部屋は賃貸に出そうと考え始めていました。その年はちょうど管理組合の役員をしていたので、大和ライフネクストの管理担当の方と理事会でお会いする機会も多く、いつもごまやかに対応してくださり、大和ライフネクストには信頼感を感じていました。以前に賃貸に関するサービスの説明や家賃査定をしてくれると聞いていたので相談したところ、「賃貸管理サポートシステム」を紹介していただきました。

わずらわしさもなく
すべて信頼して
お任せしています。

担当の方から丁寧な説明を聞いて、大和ライフネクストのしっかりとした体制に感心しました。入居者探しから選定、入居や退去の時の工事やクリーニング、家賃のことなど、すべてお任せできるのがいいですね。万一、入居者と何かトラブルがあった時に、私が直接対処するよりも、経験豊富な会社にお

任せできれば安心です。なにより管理会社というところで、このマンションについてよく知っている私の住まいに対する思いもわかってくださることがうれしかったですね。初めは大切な住まいを他人に貸すことに抵抗感があったのですが、説明を聞いてそれも払拭され、賃貸で有効活用しようと思前向きに考えられるようになりました。また担当の方もとてもいい方で、なんでも気さくに話せるのに、専門的な質問にはわかりやすく答えてくれる。良きパートナーとして信頼しています。

心配していた入居者も、予想より早く決まり、とても安心できました。それから10カ月経ちましたが、わずらわしいこともなく満足です。大和ライフネクストを信頼し賃貸管理サポートをお願いして、本当に良かったと思います。

転勤で留守の間、部屋が傷まないか心配でした。

埼玉県さいたま市／加藤様

急に転勤が決まり、関西へ家族で引っ越したのが半年前。出張でこちらに来るたびに様子を見にきていました。とはいえ、出張も頻繁にあるわけではありません。転勤は長くても2年なので、賃貸にするのはなかなか難しく、かといって空室にしておくのも部屋が傷みそう。そんな折、管理員さんから「空室管理サービス」を教えてもらい、さっそく問い合わせしてみました。

定期的に窓を開けて風を通し、排水管に水を通し、毎月書面で報告してくれる。費用も、わざわざこちらに来る交通費より安く済む。大事な我が家のことを考え、お願いすることにしました。出張の時は仕事も忙しく、手入れは負担だったので、気が楽になりました。また書面で様子が把握できる安心感も大きいですね。知人の住むマンション管理会社にはこういうサービスはないそう



引越や転勤で空室になる住まいに、最適な「安心」をご提案。

長期にわたって留守になさる時、住まいをどうするかは大きな問題です。賃貸か売却か、空室のままにご自分で手入れなさるか。大和ライフネクストでは、お客様のご都合やご要望に合わせて、大切な住まいのために最適なサポートを提供いたします。お気軽にご相談ください。

で、苦勞しているようです。大和ライフネクストが管理してくれるマンションで良かったなと改めて思いました。

詳しいサービス内容を裏表紙で紹介しています。



パンフレットのご請求・家賃査定は、こちらへ!!

賃貸管理サポート課 ☎0120-54-4420
営業時間／9:00～17:30(土・日・祝日・年末年始を除く)

地震や噴火、津波による損害は火災保険では補償されません。

地震への備えは大丈夫ですか？

ご存知でしたか？

火災保険と地震保険では補償範囲が異なります。

災害時の生活を支える火災保険と地震保険。それぞれ補償する範囲が異なっていることをご存知ですか。火災保険はすべての火災を補償しているわけではなく、地震の際に発生した火災については補償対象外となっているため注意が必要です。（地震火災費用保険金により一部お支払いする場合があります。）日本は世界有数の地震大国。地震によって壊れたり焼失して住めなくなってしまうと、住宅ローンは残ります。住まいを修理するにも多額の費用がかかり、二重返済は家計に大きな負担となつてのしかつてきます。安心のためには、自助努力と地震保険しかありません。



地震保険料のめやす

地震保険金額500万円あたりの年間保険料
(分譲マンションで建築年割引10%適用の場合)

東京・神奈川・千葉	7,600円
埼玉	4,750円

●地震保険料は申告により所得税と個人住民税の所得控除(地震保険料控除)の対象となります。

住宅ローンの残債や生活再建費用に地震保険は役立ちます。

地震保険は、被災者の生活の安定に寄与するため、法律に基づいて政府と民間の保険会社が共同で運営している制度です。地震保険では、地震・津波・噴火が原因の火災・損壊・埋没・流失による建物や家財の損害を補償しています。大和ライフネクスト保険課にご連絡いただければ、火災保険を基に最適な地震保険をご提案します。お気軽にご相談ください。

よくいただく質問から

Q.1 火災保険では、なぜ地震による火災の損害を補償していないのですか？

A.1 大地震発生時には火災発生件数が増加するだけでなく、消防能力の低下等により、火災保険では想定していない大規模な火災損害が発生するため補償より除外し、政府のバックアップのある地震保険で対応しています。



Q.2 大地震が起きた場合でも、保険金は減額されずに補償されますか？

A.2 地震保険は保険金支払いの責任の一部を政府が負い、1回の地震における保険金の支払限度額を5兆5,000億円(平成22年4月現在)と定めています。関東大震災級の地震が発生した場合でも、支払保険金総額がこの額を超えないように決定されており、

適時見直されています。万一これを超えてしまった場合は、次の算式により削減される場合があります。

$$\text{支払保険金} = \text{算出された保険金の額} \times \frac{5兆5,000億円}{\text{算出された保険金の総額}}$$



Q.3 地震保険では損害を3区分して保険金を支払うのはなぜですか？

A.3 大地震が発生した場合、短期間に大量の損害調査を行い、迅速かつ公正に保険金を支払う必要があります。そのため3区分(全損・半損・一部損)に分け、保険金額に一定の率を乗じたものを保険金としています。



家財全損イメージ



家財半損イメージ



家財一部損イメージ

※店舗や事務所のみで使用されている建物、およびその建物や併用住宅に収容されている営業用什器・備品や商品などの動産は地震保険の対象にはなりません。
※保険の対象は、建物・家財の各々をご指定ください。例えば保険の対象が建物だけの場合、建物に収容されている家財は補償されません。
※建物・家財ごとに火災保険の支払限度額(保険金額)の30~50%の範囲内で、地震保険の支払限度額(保険金額)を決めていただきます。
※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。ご不明な点等がある場合には、取扱代理店までお問い合わせください。
※引受保険会社については取扱代理店までお問い合わせください。

保険のことなら何でもお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先
取扱代理店

保険課

0120-75-0032

受付時間 / 9:00~17:30
(土・日・祝日・年末年始を除く)

毎日使っているのに、意外に知らない

なるほど! ガス給湯器

毎日、お風呂やキッチンで大活躍のガス給湯器。冬は水の温度が低いいため給湯器の火力が全開運転になり、温度上昇に支障が出るなど不具合が生じがちです。暮らしに欠かすことのできないガス給湯器のしくみと最新情報をご紹介します。将来の機器交換の際にお役立てください。

給湯器は3タイプ

キッチンに洗面所、そしてお風呂にと、毎日の生活にお湯のない生活は考えられません。最近のガス給湯器は、家族構成やライフスタイルの変化に伴って機能も充実してきています。マンションに設置の給湯器は、大きく分けて3つに分類できます。

● 高温水給湯器(たし湯式)

給湯器でお湯を沸かし、浴槽に直接お湯を落とし込むタイプ。追いだき機能はありませんが、1台で家中の給湯(キッチン、洗面、浴室)をまかなうことができます。

● 風呂給湯器(追いだき式)

家中の給湯機能に加え、お風呂の追いだき機能を備えたタイプ。自動お湯張り・自動保温・自動たし湯ができる機種もあります。

● 暖房風呂給湯器

給湯機能、追いだき機能のほかにガス温水床暖房、浴室暖房乾燥機、ミストサウナなどを利用することができます。



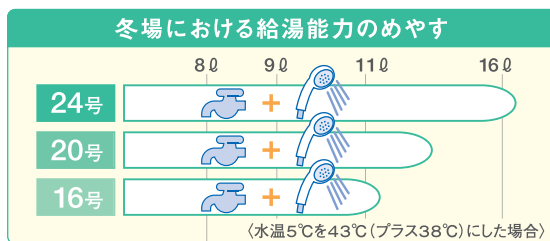
自動湯張り機能の違い

風呂給湯器と暖房風呂給湯器は自動でお湯張りができますが、自動お湯張り機能にも「オート」と「フルオート」2つのタイプがあります。「オート」はお湯張りから、追いだき、保温までは自動。「フルオート」は風呂温度と水位を設定しておけば、ワンタッチで自動湯張りします。保温や追いだき、たし湯も自動なので、いつでも快適に入浴できます。また、一部のフルオートには自動配管クリーン機能がついており、浴槽のお湯を排水する際、自動で配管内に付着した皮脂汚れもお掃除。手間なく清潔を保てます。



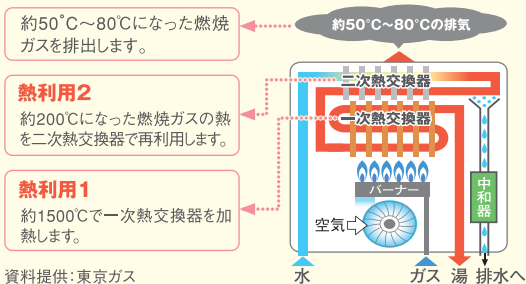
給湯能力について

給湯器の号数は、「水温+25℃」のお湯を1分間に何リットル出せるかということを示すもので、号数が大きければ一度に大量のお湯を使うことができます。水温が低い冬場は、夏場に比べて給湯量が減少します。湯量が同じであれば号数が異なってもガスの使用量は同じですが、号数が大きいためお湯の出がよいためガス使用量が多くなる傾向があります。



「エコジョーズ」ってどんなもの?

「エコジョーズ」は、従来の給湯器では大気中に捨てていた燃焼時の排気熱を再利用してお湯を作る、新しい給湯方式(潜熱回収型)給湯器。エコと経済性の両面から注目されています。省エネ性に優れているため、その購入費用の一部を、国などが補助する制度もあります。



給湯器快適機能紹介



【Q機能】

シャワーなどの時にお湯を一度止めてしまうと、次に出てくるお湯が熱かったり冷たかったりすることがあります。「Q機能」はこのような不快な現象を防ぎ、安全快適に使用できる機能です。



【ターボ給湯】

水温が高くなる夏場などに、温度設定を低めにする事で最大出湯量が25%もアップします。浴室とキッチンの同時使用も余裕の給湯能力です。



【美・白湯】

マイクロ気泡がつくる優しい白いお湯で心身ともにリラックス。温まりやすく湯冷めしにくい効果も。オプションで接続できる機種もあります。※設置できる機種が限られます(リンナイ商品)

設置・工事の
注意点

給湯器の設置場所は、どのタイプ？

マンション内におけるガス給湯器は、お部屋内に設置の場合もありますが、共用部分に設置されていることがほとんどです。同じマンション内であっても排気口の形状や収納スペースが異なることがあります。各住戸に合わせて安全性や隣戸を考慮し給湯器は設置されています。

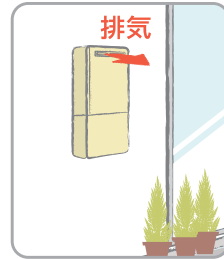
共用廊下設置 PS標準タイプ



共用廊下設置 共用廊下設置



ベランダ設置 ベランダ設置タイプ



ガスめ知識

お湯を沸かすときは、水道水からよりも給湯器のお湯を鍋やヤカンで沸かす方が効率的なのを知ってますか？なぜなら、コンロよりも給湯器のほうが熱効率が良いから。給湯器を上手に使ってガス代をお得にしませんか？



給湯器よくあるQ&A

Q.1 給湯器を交換の際、注意することはありますか？

A.1 給湯器はパイプスペースなどの共用部分の専用使用箇所に設置しているため、交換に伴ってサイズや排気口位置など美観上大きな変更が伴う場合は、管理組合へご確認ください。

Q.2 追だき機能付に交換できますか？

A.2 配管の新設などの工事が可能であれば交換ができます。一般に壁貫通などの共用部分の変更工事となることが多いため、事前調査が必要です。また、工事にあたっては管理組合の承諾が必要となります。

※事前調査についてはご相談ください。

Q.3 同じマンションで、なぜ交換金額が違うのですか？

A.3 同じマンション内でも給湯器の設置位置(角部屋、パイプスペースのサイズなど)によって設置できる給湯器の機種が異なります。また、排気筒の長さ、劣化状態が異なると交換工費が異なります。

Q.4 給湯器の換えどきはいつですか？

A.4 お湯の温度が安定しない、給湯器の音が大きくなったなどの症状が出たら、交換のサインのひとつです。このような症状は、概ね10年目頃から現れます。

ミストサウナ MISTY 体験!

やさしいミストで、美容や健康への効果が注目されるミストサウナ。東京ガスのショールームで、その心地よさを体験してみませんか。

体験の流れ

受付期間 2011年1月6日(木)～2011年3月25日(金)
実施日時 ご予約により、ご希望の日程で実施いたします。
体験時間 ① 10:10～11:40 ② 13:00～14:30 ③ 15:30～17:00

【ご利用にあたってのご注意】

●バスタオル・バスローブ・タオル・男女別基礎化粧品・洗顔料・ボディソープ・シャンプー・リンス・ドライヤーなどのアメニティグッズをご用意しております(メイク用品はご持参ください)。●服を脱いでのご入浴となります。●お一人様ずつのご入浴となります。(ご家族の場合はご相談ください)。●お子様は保護者の方と一緒にご利用ください。

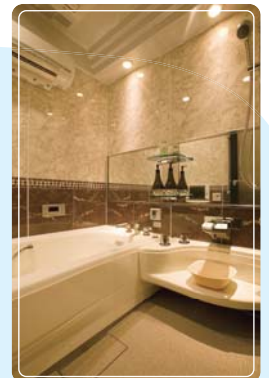
ご予約は

受付期間中にご希望の日時をご確認の上、各ショールームに直接お申込みください。

●東京ガス 新宿ショールーム
TEL 03-5381-6000 新宿区西新宿3-7-13

●東京ガス 横浜ショールーム
TEL 045-262-1500 中区羽衣町1-2-1

受付時間 10:00～18:00 休館日 毎週水曜日(祝祭日の場合は営業)



前回の反省を踏まえ、依頼する会社と「我が家らしさ」にこだわりました。

埼玉県さいたま市/M様

初のリフォームは、
コミュニケーション不足。

我が家は築23年のマンション。10年前に中古で購入したときに、壁紙を張替え、浴室と洗面台、トイレをリフォームしました。初めてのことで何もわからず、友人の知り合いの工務店に依頼したのですが、これは失敗だったと思います。知り合いなので依頼しやすい反面、遠慮があつて要望をしつかりと伝えられませんでした。入居予定日が決まっていたため、商品選びも充分に行えないまま工事に入ってしまった、壁紙や商品なども工務店が選んだものに。後になって自由に選べ

ることを知り、残念に思いました。しかも、その工務店はマンションのリフォームに不慣れだったため、規約を知らなかったのです。管理組合や近所へのご挨拶が工事直前になってしまつたなど、ご迷惑をかけてしまいました。会社選びの大切さを痛感しましたね。

3ヶ月前から相談。
プロのアイデアに感激。

汚れが目立ち不具合も出てきたため、子どもの独立も視野に入れて、全面リフォームをすることに。前回の反省を踏まえ慎重に進めたいと思いました。ライフネクスティンフォオで、リフォームについてのさまざまな情報が得られ、大和ライフネクストに相談できることを知り、さっそく相談。管理会社だけにマンションのルールをすぐに確認して丁寧な説明があり、工事完了予定日から逆算して今後のスケジュールを教えてくださいました。安心して。また、3社紹介していただき、それぞれのプランや見積書の内訳と金額など、十分に検討できて良かったのです。なにより感激したのは、



◀リビング側から取り出せる調理台の収納。

3つの異なる提案によって夢が広がり、自分たちの希望が明確になったこと。まさに、プロの仕事だなあと感じました。

特にこだわったのがキッチン。将来、夫婦二人になったときに仲良くキッチンに立てる余裕のあるオープンな造りにしました。いちばんの自慢は調理台です。リビング側が全面収納で、料理に合わせて食器を出すのは家族の役目。電子レンジはリビング側からも操作できるので、家族が一緒に家事をするという一体感が生まれましたように感じます。また、パソコンや読書をしたり、食事をするなど、調理時以外はまるでファミリースペースのように楽しんでいます。リフォームによって、新築のような快適さとともに、暮らしに素敵な変化がありました。暮らすほどに満足感と喜びを感じています。



◀調理台にイスを置くようにし、片付け後の読書やパソコン利用に大活躍！

キッチンにこだわり、
想像以上に毎日が快適に。



Before
リフォーム前は暗い印象だったので、爽やかな白に。掃除もこまめになりました。



After

リフォーム・ドクター

木崎の眼

スケジュールを把握して、納得のいくリフォームを。リフォームのおおまかな流れを知っておくと、各種手続きなどもスムーズに行える上、プランや商品選びにも時間がかけられ、より満足度の高いリフォームになります。リフォーム会社の紹介から工事の完了まで、専任スタッフがサポートするので安心です。



Dr. Kizaki
リフォーム推進部所属
リフォームの技術指導
を行う

■リフォーム体験大募集：リフォームに関するお悩みや体験談をお寄せください。誌面で紹介させていただいた方には、粗品をプレゼントいたします（17ページ参照）。

リフォーム
会社選びを
お手伝い！

あなたのリフォームを応援します！

大和ライフネクストでは、リフォームを考えている方へリフォーム会社をご紹介します。

1 修繕から全面リフォームまで1つの窓口

2 厳選した優良リフォーム会社をご紹介します

3 複数会社で比較検討も可能

4 管理会社ならではのサポート

※リフォーム商品については、「別冊リフォームカタログ」、「eライフネクスト」をご参照ください。

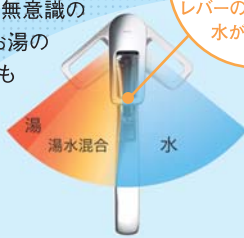
お湯と水をきっちり使い分け。

お湯と水の境目に「カチッ」とクリック感を作ることで、無意識の給湯器の着火を抑え、全体の16%を占めるムダなお湯の使用を防ぎます。これによりガス代を年間約4,680円も節約。キッチン用と洗面化粧台用があります。



●TOTO/エコシングル水栓

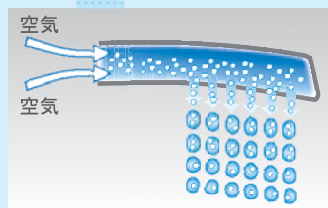
新技術
水と湯の境に「カチッ」とクリック感。レバーの中央部まで水が出ます。



●TOTO/エアインシャワー

節水とシャワーの心地よさを両立。

従来のシャワーに比べ、約35%も節水しつつ、気持ちのいい浴び心地を実現しました。年間で水道代約8,800円、ガス代約17,200円も節約できます。



新技術により水に空気を含ませることで、水の一粒一粒を大型化しました。

機能派水栓の最先端にフォーカス。

キッチンや浴室で、一日に何度も活躍している水栓。この水栓という小さな設備の進化も目覚ましく、暮らしのエコや快適性の鍵を握っているともいえるほど。その最先端機能をレポートします。

[お問い合わせ先] リフォーム推進部 ☎0120-43-2233
受付時間/9:30~17:30(土・日・祝日・年末年始を除く)



●INAX/ナadeshiko(キッチン用水栓)

直接触れない、清潔仕様。

操作は、吐水口先端のセンサーに手をかざすだけ。汚れた手で触らなくて済むので、水栓周りが汚れません。サッと止水できるので約9%の節水になり、年間の水道代が約2,500円節約できます。

〈温度の変化が一目でわかる ルミナスサイン〉



約30℃以下では水色に光ります。

低温



湯温が上がるにつれて黄色→オレンジ色へ。



約45℃以上の高温で赤色に変わります。

高温

温度変化を、色でお知らせ。

30℃以下の水は青色、温度が上がるにつれて黄色からオレンジ色へと変わり、約45℃以上の高温では赤色に変化。ひと目で適温のチェックができ、高温吐水時の事故も未然に防げます。

マンションリフォームセミナーのご案内

無料・要予約

●申込締切2/14(月)

人と空間の交渉人による

あなたと夢を、ごいっしょに。
PanaHome

デザインリフォームセミナー

- 1 ライフスタイルに合わせたデザインリフォーム
- 2 生活とのミスマッチをなくすデザインリフォーム
- 3 リフォームで最も大切なことは…
- 4 「大改造!!劇的ビフォーアフター」作品事例紹介



講師 **中西 ヒロツグ** 先生

中西先生の個別相談
(抽選2名)当日15:00~

イン・ハウス建築計画代表。一級建築士。TV「大改造!! 劇的ビフォーアフター」最多5回出場。

日時 **2月20日 [日] 13:00** 受付開始 (定員20組40名)
セミナー13:30~14:50→ショールーム見学15:00~16:00

お茶とスイーツ付♪

会場 **パナソニックリビングショールーム東京 4階** 受付

JR「新橋」駅より徒歩5分/東京メトロ銀座線「新橋」駅より徒歩3分
都営大江戸線「汐留」駅より徒歩2分



お申込み方法

①お電話で

☎0120-43-2233 受付時間/9:30~17:30 (土・日・祝日・年末年始を除く)

※17ページの「個人情報保護に関する通知事項」に同意の上、お申込みください。

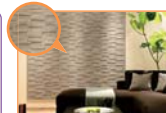
「エコカラット」と「インプラス」で快適ライフ

INAX

結露対策 & リフォームセミナー

冬場の結露を抑えて、快適な生活を送りませんか? 自信のアイテムをわかりやすくご提案!

- 1 結露の仕組みと簡単にできる対策
- 2 結露対策で話題の調湿壁材「エコカラット」と防音・断熱内窓「インプラス」のご紹介
- 3 アイデアいっぱい、暮らしの快適効果実例



エコカラット



インプラス

講師 **藤倉 克己** 先生

エコカラット他個別相談
(抽選5名)当日16:00~

(株)INAXサンエーマーケティング商品統括部 ※講師は変更の場合がございます。

日時 **2月27日 [日] 13:00** 受付開始 (定員20組40名)
セミナー13:30~14:45→ショールーム見学15:00~16:00

会場 **INAX 新宿ショールーム 3階**

JR「新宿」駅南口より徒歩4分
都営大江戸線「新宿」駅より徒歩2分

ご来場の方にもれなくプレゼント!

靴のニオイ・湿気をスキッと解消!
「シューカラット」

(一人1セット)

②インターネットから

イーライフネクスト

検索

※定員になり次第、締切らせていただきます。
※お申込みのお客様には後日大和ライフネクストより招待状(会場詳細等)をお送りいたします。

ライフの広場

みんなで作る お便利広場。



さんまごはん、大好評。

秋号の「さんまごはん」を作ってみました。いつも塩焼きばかりなので、新しい味でしたが、家族も喜んでパクパク食べてくれました。旬レシピ、楽しみにしています。

〔神奈川県横浜市/Sさん〕

家事にハリが出ます。

お手入れの方法や、マンションの続き(年末調整etc)など、ライフネクストインフォには、うっかり忘れていたことをいつも思い出させてもらっています。ありがたい!! 見ると「やらねば」という気持ちになり、家事にもハリが出ます!

〔東京都江戸川区/Nさん〕

幼稚園でさつまもち掘りをしたよ!



神奈川県川崎市 あんどう あきちゃん(4歳)

住まいへの思いに共感。

ライフの広場を読んで、みなさんが我が家にごだわりを持っていたり、大切にしていたり、リフォームのことを考えていたり... 家は買っておしまい(住むだけ)じゃないんだなあと感じました。みなさんの影響を受けて、私ももっともっと快適なマンションライフにしたいと思いました。

〔神奈川県横浜市/Sさん〕

お掃除のプロはすごい。

以前、大和ライフネクストにお風呂の掃除をお願いしたのですが、とても丁寧な作業で隅々まできれいになりました。一生懸命やってくださった姿が今でも印象に残っています。

〔東京都墨田区/Kさん〕

インフォの情報を活用。

ライフネクストインフォを毎回楽しみにしています。秋号は興味のあるキッチン収納と掃除の仕方も特集されていて、とても参考になりました。食器の上手な収納は購入する時から始まっているのですね! しまい方の工夫をさっそく活用して、取り出しにくかった食器棚の整理をしてみたいと思います。そして、「我が家

のリフォーム体験談」に載っていたインプラス、我が家も取り付けました。今年の冬は結露がどのくらい軽減されるのか楽しみです。

〔千葉県千葉市/Kさん〕

パパ(飼い主)のことが大好きもちろん視線の先にはパパがいます。



千葉県千葉市 佐々木さん宅 ララ(パピヨン/5歳)

今号のライフネクストインフォは、いかがでしたか? ご意見、ご感想をお寄せください。

〔事務局より〕

皆さまの声、大募集!!

我が家の収納術、アイデアレシピ、ペットの写真など、皆さまからのお便りをお待ちしています。誌面で紹介させていただいた方には粗品をプレゼント!

【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」宛てに左記の方法でご応募ください。写真はeライフネクストまたはメールにてお送りください。

① インターネット

eライフネクストにアクセス

② メール hibo@lifj.jp に送信

③ 郵送 同封のハガキを送付

発表! 「我が家のエコ対策」

秋号で募集した「我が家のエコ対策」に、たくさんのお便りをありがとうございました。皆さんも、どうぞ参考にしてみてください。

無理なくできるエコを実践。

我が家は西日が入るので、入居前にUVフィルムを貼りました。使わないプラグや電気はこまめに消す。シャワーの温度(トイレ含む)は1・2度低めに設定。買い物の際は必ずエコバックを持参。歯磨き粉などチューブ類は残り少なくなったら半分に切って使い切る!! マヨネーズやケチャップも残り少なくなったら、そこに材料を入れてドレッシングを作って使い切ります!

(東京都大田区/Iさん)

エアコンに頼らない暮らし。

我が家のエコ対策は、何と言ってもエアコンをなるべく使わないことです。夏はリビングと寝室の窓を開けて風の通り道を作り、部屋の温度を下げます。冬は身体が温まるお料理をたくさん作ったり、一枚多めに着込むなどしてなるべくエアコンに頼らないよう心がけています。そのおかげか我が家の電気代は春夏秋冬いつもおなじ金額です。

(神奈川県川崎市/Mさん)

エコ対策は節約術。

いままでは共働きで靴下なんか穴がいたら捨ててしまい、ワイシャツは毎回クリーニング屋さん。専業主婦になった現在は靴下の穴は縫い、ワイシャツはしっかりアイロン掛け。クリーニングは袋もハンガーももつたいないです! あっ、エコというより節約か〜(*ノノ)チャー

(千葉県船橋市/Sさん)

個人情報保護に関する通知事項

(1) 個人情報に関するご相談、苦情窓口 / 東京都港区赤坂5-1-33 大和ライフネクスト株式会社 ライフソリューション部・リフォーム推進部(個人情報保護管理者代理) TEL: 03-5549-7033(ライフソリューション部)、03-5549-7033(リフォーム推進部)、FAX: 03-5549-7038 (2) 利用目的 / このたびご記入いただいた個人情報は、以下に掲げる利用目的のために利用し、法令に基づく場合および本人ならびに公衆の生命・健康・財産の重大な利益を保護する場合を除き、ご本人の同意を得ることなく他に利用および提供、委託することはございません。① 弊社協力会社によるサービスの提供。② 記載内容に関するご連絡・お問い合わせへの対応、確認、およびその記録。③ 弊社の提供するサービスに関してパンフレット類、広報物等の送付または電話・メールなどによるご案内。④ 弊社が運営するライフネクストクラブ会員向けサービスの提供。⑤ 弊社の提供するサービスの維持向上の目的で調査、および分析を行うためのアンケートの送付。(3) 提供について / サービスの提供および改善のため、弊社協力会社に書面または電子媒体によりご記入いただいた個人情報を提供します。なお、当該会社とは秘密保持に関する書面を締結済みです。(4) 任意性および情報をご提供いただけなかった場合に生じる結果 / 個人情報のご記入は任意です。ただし、必要事項をご記入いただけない際は、サービスの提供ができない場合、ご意見やご質問にお答えできない場合があります。(5) 保有個人データの利用目的の通知、開示、訂正、追加および削除、利用停止や消去または第三者への提供の停止に関する求めの手続き / 弊社ホームページ <http://www.daiwalifenext.co.jp/policy/index.html>に記載の手續きにより受付いたします。 ※弊社管理マンションにお住まいの方へ「ライフネクストクラブ」は、マンション生活に役立つ情報を提供するクラブです。(会費無料) info 2011.01

■ 本誌記載の商品・サービスをお申込みの際には、上記「個人情報保護に関する通知事項」に同意の上、お問い合わせください。

急な転勤！ 大切なマイホームどうしよう？



賃貸も売買も、長期不在時の空室管理も、
「管理会社」ならではの安心をお客様にご提供します。

賃貸管理サポートシステム
SUPPORT SYSTEM

転勤の間、
お部屋を賃貸にしたい！

〈大和ライフネクストの強み〉

- 机上査定が可能(無料)
- 優良な入居者を見つける厳しい審査
- マンションのルールを丁寧にご説明
- 賃貸のリフォームも一貫体制でご提案

はじめてお部屋を貸す…不安も大きいかと思います。
「賃貸管理サポートシステム」はお客様(貸主様)より、
大和ライフネクストがお部屋を借り上げ、賃貸管理業務
の煩雑なお手続きをすべてサポートします。

お客様
(貸主様)

賃貸借契約
修繕工事等報告
賃料振込み

大和ライフネクスト

賃貸借契約(転貸)
入居者との交渉
賃料徴収

入居者
(借主様)

賃貸管理サポートシステム契約形態

[サービス提供範囲] 東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県の大和ライフネクスト管理のマンション

売買仲介のご紹介
SUPPORT SYSTEM

住まいを
スムーズに
売却したい！

売ろうかな…貸そうかな…とお悩みの方、
売却のご相談もお気軽にご連絡ください。
グループ会社をはじめとした最適な会社を
ご紹介いたします。

※地域により、お受けできない場合がございます。
詳細はお問い合わせください。

空室管理サービス
SUPPORT SYSTEM

NEW 好評受付中!!!

しばらく空室にしておきたいけど、
管理が大変…。

転勤や長期不在で空室にする際もこれで安
心。賃貸か売却か迷われている方や、賃貸
にするにも期間が短くなってしまいそう…と
お考えの方にぴったりのサービスです。

〈空室管理サービス 業務内容〉

- 1 通風
- 2 通水
- 3 室内の簡易的な掃き掃除
- 4 バルコニーのゴミ拾い
- 5 月1回の業務報告

[サービス提供範囲] 東京都・神奈川県・千葉県・埼玉県の大和ライフネクスト管理のマンション
※地域により、お受けできない場合がございます。詳細はお問い合わせください。
※その他オプションサービスも各種ご用意させていただいております。

賃貸・売買・空室管理をお考えの方、まずはお問い合わせください！

① お電話でのお問い合わせ
0120-54-4420
受付時間/9:00~17:30(土・日・祝日・年末年始を除く)

② インターネットでのお問い合わせ
イーライフネクスト
www.e-lifenext.jp/chintai-k

③ 携帯電話から
右のQR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。



大和ライフネクスト株式会社
東京都港区赤坂5丁目1番33号 〒107-0052 Tel 03-5549-7033
www.daiwalifenext.co.jp