

大和ライフネクストがお届けする

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

**新春豪華
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。



液晶テレビ



窓用クリーナー

127名様に
当たる!!



パネルヒーター



ル・クルーゼ



デジタル一眼

info 暮らしの特集

ラクラクときちんとを使い分け
今年は

メリハリ家事でいく!

「暖房器具の賢い使い方」

お餅のアレンジレシピ

リフォーム事例レポート

ハウスクリーニング
キャンペーンのご案内

家事代行サービスのご案内

ちょっとしたプチリフォームで
住まいをぐんと使いやすく!

保管付 宅配クリーニング

暮らしを守る保険の話

資産としての住まいの話

Life Next Information

2015 冬号

vol.
20

本年も宜しく願い申し上げます。

ラクラクときちんとを使い分け

今年はメリハリ家事 でいく!



監修
矢野きくの
家事アドバイザー・節約アドバイザー

実際に自身が実践している家事の効率化や家庭の省エネ、節約法などの紹介が評価を得て、TV・ラジオ出演、雑誌・新聞での執筆、講演、便利グッズの商品企画、節約レシピの作成など、幅広く活動。著書に「幸せな時間とお金を生み出す! シンプルライフの節約リスト」などがある。AllAboutのガイドとして「家事」「節約」などを担当。

手を抜くところと
手をかけるところ
を見直しませんか

新しい年を迎え、新たな気分で毎日を通していても、家事はこれまで通りの方法で何となく続けているという方が多いのではないのでしょうか。

家事はあまりにも日常のことなので、工夫をしたり効率化を考えたりといった意識を持ちにくいものです。ですが、毎日絶え間なく続く作業だからこそ、ちょっと見直すだけでぐんとラクになる可能性もあります。とはいえ、手を抜くばかりでは、気持ち良く暮らすために行うという家事本来の目的から遠ざかってしまいます。

そこで今回は、「ラクラク」と「きちんと」を使い分けるメリハリ家事をご提案します。手間を省いて効率良く家事をこなすコツとともに、家族の健康や清潔な住まいのために手を抜きたくないポイントも紹介。メリハリ家事を上手に取り入れて、1年を気持ち良く過ごしませんか。



ラク家事しながら
おいしさや栄養面にも配慮

お米のとぎ方・炊き方

毎日のように食べるお米。炊飯器の内釜でとくと、内釜を傷付ける恐れがある上、水を完全に切れないか、お米がこぼれるかのどちらかになりがちです。ザルとボウルを使い

ば、お米をラクにとげるだけでなく、内釜を守ることもつながります。

お米を炊くときには、ちょっとしたひと手間です。いつものお米をぐんとおいしく。保存やフリージングの際も、味を損ねないように気をつけましょう。

ここは
ラクラク

ザルとボウルで
お米をとぐ

同じ大きさのザルとボウルをセットして、その中でお米をとぎます。といだらザルをそっと持ち上げて水を捨てれば、お米がこぼれることもありません。



便利
グッズ



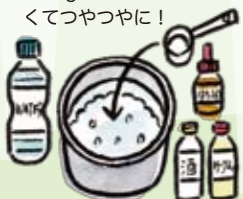
とげる&
よそえる

「米とぎしゃもじ」
水の冷たさや手荒れが気になるときは、お米をとげて、ご飯をよそうときにも使えるしゃもじが便利!

ここは
きちんと

おいしく炊ける
隠し技

お米2合に対し、酒・みりん・蜂蜜のいずれかを小さじ1、または粉寒天を4g入れて炊くと、甘くてつやつやに!



湿気を避けて
保管するには
2Lのペットボトルやジッパー付き保存袋で保管。気密性が高く、湿気がこもりやすい現代の住宅事情を考えると、冷蔵庫に入れるのも一案です!

フリージングも
ひと工夫

水分を逃がさないよう、ご飯が熱いうちにラップで包むのがコツ。さらにジッパー付き保存袋に入れ、冷めてから冷凍室へ。

ここは
ラクラク

缶詰を使えば
魚の栄養が取れる

ボウルにイワシ缶(汁ごと)とおろしショウガを入れ、イワシをくずしながら混ぜ、ゆで上がったパスタとあえます。お皿に盛ってシソの葉を散らせば完成。



カット野菜や
冷凍野菜を活用

すぐ調理できるカット野菜などは、忙しいときの強い味方。「手抜き」「割高」のイメージもありますが、全てが可食部の上、単価が低く、価格が安定しているというメリットもあります。

野菜をしっかりと
朝食もきちんと!
栄養バランスを大切に



忙しくても、野菜や魚の栄養をきちんと取って、健康的な食生活を心がけたいものです。カット野菜や冷凍野菜、缶詰のメリットを見直し、上手に利用しましょう。

ここは
きちんと

忙しくても
朝食はしっかり食べて!

味噌ボールで
手早く味噌汁

味噌とかつお節をあらかじめ混ぜておき、1回ずつラップして冷凍しておきましょう。お湯に入れるだけで簡単に味噌汁が出来ます。



フリージングで
朝から野菜を!

何か調理をする際に、野菜を多めにカットしておき、小分けフリージングを。忙しい朝も、カットする手間なく野菜を使うことができます。



調味料はなるべく早く使い切りましょう!

保存が利くというイメージが強い調味料ですが、想像よりも短い期間で使い切ることを推奨されている場合が多いので、気をつけましょう。うっかり忘れがちな缶詰の賞味期限は、カレンダーに書いておくと無駄にすることが減ります。

推奨されている賞味期限の例*

- オリーブオイルや食用油 開封後 1カ月
- マヨネーズやケチャップ 開封後 1カ月
- チューブ入りのショウガやわさび 開封後 1カ月
- ジャムやピーナツバター 開封後 2週間

*賞味期限は商品の記載を確認しましょう。

掃除 収納編

やっかいな汚れは
場所に応じて手早く落とす！

散らかりにくい
汚れにくい習慣づくりで
キレイをキープ

家の中を清潔に保つためには、汚れに気づいたらすぐに落とすことが大切。頑固な汚れがたまりがちな水回りや窓は、下で紹介する裏技を使えば簡単にキレイになります。

日常の掃除をラクにするなら、まずは無駄な物を減らしましょう。また、「とりあえず…」という気分でも箱やカゴに収納する習慣を続けると、いずれば物があふれ出て、取り出すのがおっくうになったり、どこに何があるかわからなくなったりします。フタや扉の付いた場所に収納すれば、一定量以上に物が増えることはなく、ホコリがたまりにくいので掃除もしやすくなります。

置物などを飾りたいときは、「一番好きな物だけを飾る」といったルールをつくり、時々入れ替えるようにするとよいでしょう。



洗濯編

洗う前から干した後まで
一通り見直して効率化

清潔な洗濯機で
手早く済ませて
衣類も気分もスッキリ

衣類やタオルを使ったら、洗濯機に入れる、洗う、干す、取り込む…と、洗濯には実に多くの工程があります。その分、ラク家事のチャンスがいっぱい。まずは乾きにくい、大物の洗濯を減らせば、根本的に手間が省けます。また、汚れがそれほどひどくなければ、スピードコースで十分な場合もあります。洗濯ネットは、デリケートな衣類を洗う以外にも、どんどん活用しましょう。

手を抜きたくないのが、洗濯機のお手入れ。せっかく洗濯しても、洗濯機が汚れていると台無しです。

洗濯もメリハリをつけてこなせば、衣類だけでなく気分もスッキリします。



ここは ラクラク

レンジの内側には
レモンのクエン酸

お湯と輪切りレモン数枚を入れたボウルを、ラップをかけずに電子レンジに入れて5～6分加熱。その後、ぬれた布巾で拭くと、軽い汚れは簡単にキレイになります。



やかんのカルキ汚れは
沸騰させた酢水で

10倍に薄めた酢水を入れて沸騰させれば、やかんや電気ポットの内側の白いカルキ汚れが取れます。酢がカルキを分解してくれるからです。



捨てる前の割り箸や
ストッキングで

古布を巻き付けた割り箸は、蛇口の裏側やサッシの隙間の掃除に最適。捨てる前のストッキングやタイツは、半分に切ってほうきや棒の先にかぶせればホコリ取りに。

食器スポンジで
網戸掃除

使い古した食器スポンジ2つをぬらし、網戸を両面から挟んで拭いていくだけでキレイに。洗剤を使わないので水拭きの必要もありません。

家電の掃除や
靴磨きは軍手で

テレビやオーディオの掃除や靴磨きは、かゆいところに手が届くように作業ができる軍手がオススメ。さっとなでるだけで簡単にホコリが取れます。



「フレームカバー NEW フリーサイズ」
取り付けも取り外しも簡単！コンロのフチの隙間をガードしておけば後がラクラク！

「どこでもお掃除ミトン」
便利グッズ
手を入れる形なので、雑巾では拭きにくいエアコンの吹き出し口やブラインドもラクラク！

ここは ラクラク

洗濯物の
量を減らす

シーツの上に大判のビーチタオルを敷けば、シーツを洗濯する頻度を減らせます。入浴後に使うバスタオルもスポーツタオルで代用できればラク。

洗濯ネットで
事前に仕分け

アイテム別や家族それぞれに洗濯ネットを用意し、脱衣の時点で仕分けを。洗濯物がバラバラにならず、何が入っているかもわかるので、干すときに手間取りません。

針金ハンガーで
乾きやすさUP

針金ハンガーの底辺の部分を手前に引っ張り出して厚みを作ると、Tシャツなどが乾きやすく。両端を上の方に折り曲げると、靴を干すときに便利です。

シーツの
アイロンを不要に

シーツや布団カバーは、重り※を付けた洗濯ばさみで四隅を挟んで干せば、ピンと伸びてキレイに乾きます。また、端が風でめくれて窓に触れるのも防げます。



下の部分を
手前に引っ張って
立体的に

引っ張ると
ピンチが開く



「簡単取込ハンガー」
便利グッズ
洗濯物を引っ張るとピンチが開き、すぐに取り込めます。室内干ししやすいフック付き。

引っ張るだけで
取り込める



ここは きちんと

収納はフタ付きに
チェンジ

箱やカゴにぼんぼん収納する習慣の人は、フタや扉が付いた収納にチェンジ。物が増えにくくなり、掃除もぐんとしやすくなります。



水回りは使用後の
ひと手間を

キッチンを使った後に水道から真水を流すと、排水口のニオイ防止に。浴室も同様に、最後の人がシャワーで排水口のせっけんカスなどを流せばニオイを防げます。

蛇口やトイレの
レバーはピカピカに

掃除が行き届かなくても、蛇口などをピカピカに光らせておく、清潔な印象が強調されます。急な来客時にも、まずキレイにしたい場所です。



「とぎ汁」
家事の必需品
P2に掲載した方法でお米をいんだら、とぎ汁を洗いおけに入れておきましょう。食器洗い、野菜洗い、大根の下ゆでなどに使える他、植物の水やりや床掃除などにも役立ちます。もちろん節水にもつながります。



干す前・取り込む前の
パンパンは忘れずに

干す前にパンパンと払うことで、衣類のシワが伸び、タオルはパイルが起きてふんわりと。取り込む前は、ホコリや虫を払うことにつながります。



洗濯機の前は開け
洗濯槽の裏側も清潔に

洗濯機を回した後にフタを開けておくと、湿気が飛び、カビにくくなります。2週間に1度は専用の洗剤を使い、洗濯槽の裏側を清潔に保ちましょう。

ワイシャツは
クリーニングも検討

シャツのアイロンがけが大の苦手という人は、クリーニングも検討しましょう。プロの技で仕上がったシャツで気持ち良く過ごせる上、他のことに時間を使えます。



除湿機
家事の必需品
除湿機は家電の中では比較的安い価格の上、洗濯物を早く乾かすのに使ったり、押し入れやクローゼット、シンク下を除湿したりと、持ち運んで各部屋で大活躍。気密性の高いマンションなら、なおオススメ！



大和ライフネクストの安心「家事代行サービス」

年々需要が高まっている家事代行サービス。皆さまの快適な暮らしをお手伝いするサービスとして、大和ライフネクストでも承っています。ご家族構成や年齢、お仕事など、暮らし方によってさまざまなご要望があり、ご都合に合わせてご利用いただいています。

ライフスタイルに合わせて、例えばこんな使い方はいかがですか？

 <p>定期 ご高齢の方には…</p> <p>家事全般を週1回3時間程度での定期プランなどがオススメ。掃除、片付け、食品の買い出し、ゴミの整理などを中心に、力を要する作業なども依頼しましょう。</p> 	 <p>定期 小さいお子さまがいる方には…</p> <p>リビングの掃除、シーツの張り替えなど、普段は一気にできないことを隔週程度で依頼するのがオススメ。浴室の細かい清掃など時間がかかる作業もオススメです。</p> 	 <p>定期 独身・1人暮らしの方には…</p> <p>日々欠かせない洗濯やお部屋の片付けから食器洗い、生活雑貨の買い出しなど、定期的な利用が大きな助けになります。模様替えのお手伝いなどもお任せ！</p> 	 <p>単発 共働きのご家庭には…</p> <p>普段できることはやりながら、「たまってしまったな」と感じたら依頼しましょう。家事のストレスを軽減して、休日はゆっくりしたいですね。</p> 
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



「ちょっと手を借りたい」「自分では大変」…
そんなときは、家事代行サービスが便利です！

何かに困ったときは誰かに相談したり、頼ったりしますよね。日常の家事についてはどうでしょう。掃除、洗濯、食器洗い…。暮らしを支える家事の作業は実に多彩で、力が必要な作業もあります。1人で手に負えず、誰かに手伝ってほしいと思ったことはありませんか？

忙しくて家事の時間が取れない方や、自分で行うのが困難な方にぜひお勧めしたいのが、「家事代行サービス」です。掃除や片付けはもちろん、日常の細かい用事をいろいろ頼むことができ、利用者が増えています。

今回は、そんな「家事代行サービス」の特長や上手な使い方を紹介します。

掃除以外でも
できない家事をいろいろ頼める

「家事」といえば、掃除、洗濯、料理を思い浮かべる人も多いため、その代行サービスとなると、「あらかじめ作業内容が固定されているもの」と思われている方も少なくありません。実は家事代行サービスでは、作業内容ではなく、時間単位での料金設定を取り入れている場合がほとんど。時間内であれば、自分でできずに困っていることをいろいろとお願いすることができるのです。掃除や片付けはもちろん、例えば処方箋の薬の受け取りやクリーニングの引き取り、家具の組み立てのお手伝いや書類のファイリングなどの細かい作業もOK。依頼主の代わりにできることなら多岐にわたって依頼でき、とても便利です。

家事代行サービスのご利用者は、ご高齢の方や妊娠中の方、小さなお子さまを抱えて家事をするのが難しい方、1人暮らしや共働きで家事の時間が取れない方、特定の苦手な作業がある方など、実にさまざま。多くの方が気軽に利用されています。時間がない、体力がない、家事に慣れていない、そんな方こそ価値を実感できるサービスなのです。

定期的な利用はもちろん
困ったときだけの単発でもOK
必要に応じて利用しましょう

「家事代行サービス」のご依頼スタイルは、人それぞれです。お住まい全体の掃除や片付けをはじめとする日常的な家事全般の代行を必要とされる方なら、「月何回」という定期的な訪問をお願いするのがよいでしょう。

普段なかなか手の行き届かない場所の掃除や、家事がたまってしまったときなどは、そのときだけ単発のご利用も可能です。ご希望の作業を時間に合わせて依頼しましょう。「家事を人に頼むのは気後れする」という方もいらつしゃいますが、家事代行はまさに「代わりにやっつけてほしい家事がある」という方のために用意されているサービスですので、まずは気軽に相談してみましょう。



よくあるご質問

Q 掃除を頼む場合、ハウスクリーニングのサービスとは何が違うの？

A 家事代行は、ご家庭でできる範囲の作業をお客さまに代わって行うサービスです。掃除機や雑巾がけなどの日常的な清掃や、普段手が回りにくい場所の清掃の依頼に向いています。一方、ハウスクリーニングは、専用の道具や技術を持つ清掃のプロが行いますので、レンジフード（キッチン換気扇）の油污れや浴室など水回りの頑固な汚れ、エアコン内部のホコリやカビの清掃など、プロの技術が生かされる徹底的な清掃・洗浄の依頼に適しています。また、家事代行は、作業単位ではなく時間単位での価格設定となります。そのため、時間内であれば清掃以外のことも含めて複数の作業を依頼できるというのが大きな特長です。
※大和ライフネクストが提供する各サービスの特長です。

Q 親の介護をお願いしたいのですが、可能ですか？

A 介護・介助・医療行為・体に触れるサービスなど、専門性が高い作業は承ることができません。また、危険が伴う作業につきましては対象外となりますので、その可能性がある場合は事前にお問い合わせください。

Q 利用したいけれど、知らない人に家の中のことを頼むのは少し不安なのですが。

A そのような方にこそ、管理会社として日頃からお付き合いのある当社のサービスをご利用いただければと思います。審査を通過した信頼できる提携会社がサービスを提供いたします。不安な点や疑問点は当社にお気軽にご相談ください。

大和ライフネクストの家事代行サービス ご利用料金

利用周期、時間、スタッフ数はその都度アレンジが可能です。まずはお気軽にご相談ください。
※下記料金をご利用例です。利用周期、時間、スタッフ数により料金は異なります。

単発プラン					定期プラン				
3時間からのご利用となります。					6カ月以上、月1回、1回2時間からのご利用となります。				
利用周期	時間/回	スタッフ数	1訪問(税込)		利用周期(例)	時間/回	スタッフ数	1訪問(税込)	
単発プラン	3時間	1名	11,400円		週1回コース	2時間	1名	6,000円	
追加	1時間あたり	1名	3,800円		隔週回コース	2時間	1名	7,000円	
					月1回コース	2時間	1名	7,400円	

交通費別途 920円(税込)/回・人

“家事代行サービス”の相談はこちら

大和ライフネクスト 生活関連サービスご相談窓口
 **0120-37-0341**
 受付時間/9:00~17:40(土日祝・年末年始を除く)

 **www.e-lifnext.jp**

◆親御さま向けにご検討の方へ◆
 実家のご両親や1人暮らしのお父さま、お母さま、ご親族の方などに検討されている場合は、東京・神奈川・千葉・埼玉であれば弊社管理マンション以外にお住まいでもご提供できる場合がございますのでお気軽にご相談ください。

単発プラン
よくあるご依頼

- ・お部屋の片付け
- ・季節の大掃除のお手伝い
(エアコンの上や照明器具・大型家具の上などの高所・サッシ・網戸・トイレ漂白など)
- ・照明電球の取り付け交換
- ・カーテンの付け替え
- ・フィルター掃除(吸気口・排気口など)など

定期プラン
よくあるご依頼

- ・日々のお掃除
(掃除機、ホコリ取り、拭き掃除、風呂掃除など)
- ・片付け
- ・洗濯
- ・食器の後片付け
- ・買い出し
- ・ゴミの分類 など



※広告有効期限:2015年3月末日

～ポカポカ過ぎて、省エネも！～

暖房器具の賢い使い方

気密性の高いマンションならではの暖め方

冬の寒さが本格的に増してきた時季。外の風は冷たくても、家の中ではポカポカと気持ち良く過ごしたいものです。現代の暖房器具といえばエアコンですが、気密性が高く住戸が隣や上下階と接しているマンションは、それほどエアコン稼働させなくても暖かい場合もあります。

そんな住まいを「部分的に暖めたい」「すぐに暖めたい」というときに取り入れたいのが、エアコン以外の暖房器具。エアコンと上手に使い分けて活用する工夫や、暖かさや省エネを両立するコツなどを紹介します。また暖房を使うと発生しやすくなる結露の対策も併せてご紹介します。この冬を快適に乗り切るための参考にしてください。



リビング・ダイニング

サブ暖房を効率的に使いながら床の断熱をアップ！

エアコン 効率的な設定は「自動運転」

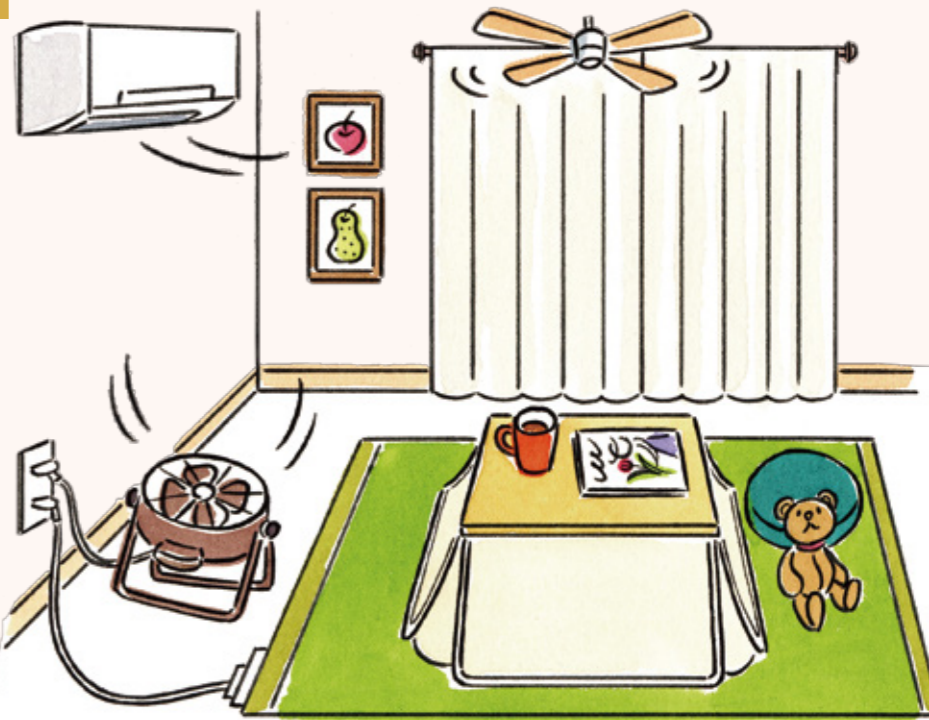
「省エネのため」と弱風や微風で運転すると、快適な温度に達するまで時間がかかります。「自動運転」なら余分な時間をかけず効率的に暖められ、結果的に省エネにもなります。

エアコン 省エネ・節約には上手な継続運転を

エアコンはスイッチを入れ設定温度まで暖めるとき(温度差が大きいとき)に多くの電力を使うので、こまめに消すとかえって電力を消費する場合があります。温度の維持にはそれほど電力を使わないので、適度な温度で継続運転することも検討しましょう。冬の設定温度は20℃が目安です。

便利家電 サーキュレーターで暖気を循環させる

暖かい空気は部屋の上部にたまる性質があります。サーキュレーターを天井に向けて回し、暖気を循環させましょう。扇風機でも代用できますが、扇風機は風が遠くまで直進しないので、棚の上に置くなどの工夫を。インテリア性の高いシーリングファンもオススメです。



サブ暖房 フローリングにはホットカーペット

電気ホットカーペットを使用すれば足元ポカポカ。エアコンと違って風を起こさないので乾燥やホコリが気になる方にオススメです。使っていないときも床からの冷気を防ぐ断熱効果があります。

サブ暖房 だんらんにはこたつで省エネ

日差しが入る日中や、エアコンで空気がある程度暖まった後は、こたつだけで過ごせることも。下半身を温めると血液の循環が良くなるので暖かく感じます。椅子に座って使えるリビング向けのこたつもあります。

こんなところに注意！

まれにはありますが、ホットカーペットやこたつの熱でフローリングが変色することがあります。専用の敷物が必要な製品の場合は必ず使用し、たまに床の状態を確認しましょう。また、樹脂製の滑り止めなども熱で変質して床を傷めることがあるので注意が必要です。

キッチン

サブ暖房を併用して足元の冷気を解消！

編集部オススメ

厚底スリッパを愛用！

底の厚さの分だけ床からの冷気を防いでくれます。ブーツタイプの室内履きも保温性は高いのですが、スリッパの方が脱ぎ履きが簡単なので家事向きです。



ひと工夫 キッチンマットで冷気を防ぐ

リビングの暖房はキッチンまで届きにくいので、足元が寒くなります。冬用のキッチンマットで床からの冷気を防ぎましょう。キッチン用のサイズで防水のホットカーペットもあります。



キッチンマット
抽選で5名様に
プレゼントします！
詳しくはP20を
ご覧ください。

サブ暖房 じんわり暖かい遠赤外線パネルヒーター

キッチンで足元を暖めたいなら、安全面を考慮し、風を起さず、そばに寄っても熱くなり過ぎないものを。遠赤外線パネルヒーターならスリムで場所も取りません。

併せて結露対策を！



結露の原因は室内と室外の温度差。そのため暖房を使うとどうしても結露が発生しやすくなります。結露のもととなる余分な水蒸気を減らすためには換気が第一ですが、それに加えて有効な対策を部屋ごとにご紹介します。

■除湿機は種類をチェック！

除湿機には、空気を冷却して水分を回収する「コンプレッサー式」と、空気を熱してから冷却する「デシカント式」があります。室温が低い冬に効果を発揮するのは、「デシカント式」か、両方の方式を兼ね備えた「ハイブリッド式」です。

■浴室は使用後に換気する

全員の入浴が済んだら、必ず換気をしましょう。浴室に水蒸気が多く残っていると、洗面所にも湿気が流れ込みます。結露という窓ガラスを連想しがちですが、壁にも発生し、気づかないうちにカビの原因になることがあります。

■窓に直接、結露対策をする

しっかり防ぎたいなら断熱内窓の設置がオススメです。設置が難しい場合は、ガラスフィルムや市販の断熱スプレーなどを試してみましょう。



断熱内窓
LIXIL「インプラス」

ひと工夫 勉強部屋は足元を寝室は空気を暖める

勉強部屋では「頭寒足熱」を意識。エアコンの設定温度は低めにして、デスクヒーターや足温器などで足元の保温を。寝室なら、エアコンの代わりにオイルヒーターもよいでしょう。空気を乾燥させず、部屋全体をじんわり暖めます。

サブ暖房 湯たんぽはおなかや腰に

湯たんぽは冷たい足先に当てがちですが、おなかや腰、太ももといった体幹部に当てると、温まった血液が全身に流れ、末端までポカポカに。

編集部オススメ

布団はめくっておく

就寝時、布団がひんやりしては心地良く眠れません。寝る前に暖房をつけておく場合は、布団をめくっておくと、適度に暖まります。布団乾燥機で暖めるのも◎。

居室

部屋の使い道に合わせて暖房器具を選択！



洗面所(脱衣所)

ヒートショックを防止する対策を

サブ暖房 空間も暖めるタオルウオーマー

入浴時の温度差は、心筋梗塞などの原因となるヒートショックを招くこともあります。遠赤外線ヒーターなどのほか、タオルを保温・乾燥しながら空間もほんのり暖めるタオルウオーマーも便利です。

マイカパネルヒーター
抽選で2名様にプレゼントします！
詳しくはP20をご覧ください。



浴室暖房機能がある場合は、扉を開けて脱衣所まで暖めましょう。

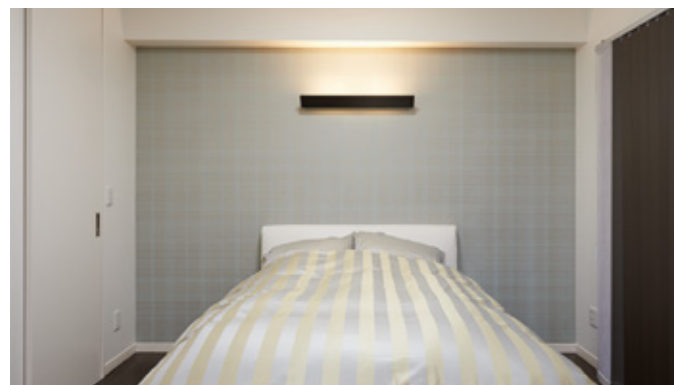
買い替えからリフォームに方向転換。

寝室と一体化できる広々としたLDKと たっぷりの収納スペースで機能的な空間に。

独立していたリビング、キッチン、洋室、和室の壁を撤去し、開放感漂うLDKに。さらに、大容量の壁面収納やウォークスルークロークセットも新設されました。スケルトンリフォームで実現した理想のお住まいを4ページにわたってご紹介いたします！



オープンタイプになったキッチンは、明るくなり動線も改善。収納扉の色が気に入り、クロスやインテリアなど全体の色選びのきっかけになりました。

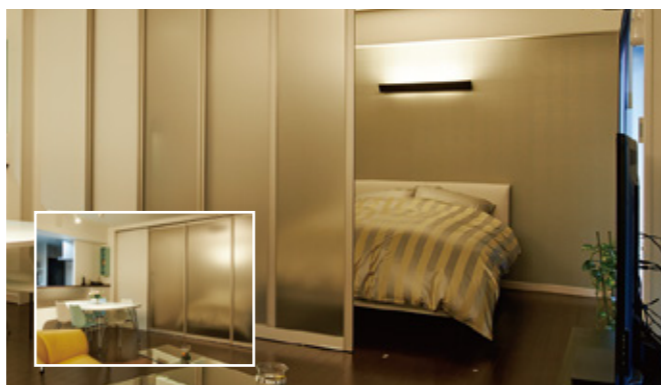


アクセントのクロスと間接照明が素敵な寝室。「小さなサンプルを見たときは派手過ぎないか心配だった」というクロスは、全面に貼ると全く気にならず、お気に入りになりました。

※このページでは弊社の提携会社 パナホーム株式会社の施工事例をご紹介します。



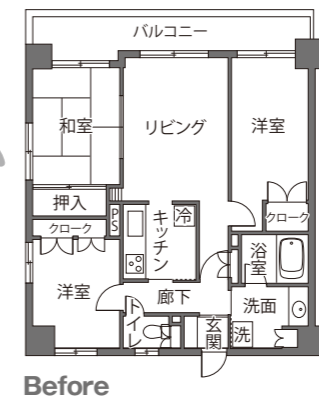
リビング一面の壁面収納は、住まいの一部としてプランニング段階から意図的に設置を決めていたので、後付けの家具とは異なり、これ自体が効果的なインテリアに。



リビングと寝室との間仕切りには、半透明の引き戸を採用。来客時には寝室を隠せます。引き戸は横向きの骨組みがない洗練されたデザインのものにこだわりました。



After



Before

DATA
 東京都品川区 Sさま
 ●間取り: 72.23㎡
 ●築年数: 18年
 ●費用: 1,200万円程度
 ●工事内容: フルリフォーム
 ●工事期間: 約1カ月半



SさまのインタビューをP11に掲載しています。

LDKのスペースを拡張。収納力の高さにもこだわり、空間を最大限に活用して広々と。18年前に現在のお住まいを購入されたSさま。荷物の増加に伴い、収納家具を足していましたが、次第に生活スペースが狭くなり、不便を感じるようになりました。当時のことを「物が増え、物に囲まれた暮らしになってしまっって、イライラすることも多かった」とSさまが振り返ります。また、壁や水回りの経年劣化も気になっていたため、お住まいの買い替えを検討すること。ところが、同じエリアにご希望の条件を備えた物件が見つからなかったことから、リフォームを決意されました。

リフォームのコンセプトは「スタイリッシュモダン」。そして、間取りを全面的に変更して広いLDKにすることで、好みの色合いを使った空間にすること、見せるものと隠すものを考慮した効果的な収納を実現すること。当社紹介によるリフォーム会社3社からのプラン提案を経て、Sさまの思い描いたイメージにぴったり合った提案をしてくれた会社に依頼しました。

こうして完成したのが、開放感あふれるLDK。引き戸を開けて寝室と一体化すれば、さらに広々とした空間が生まれます。

壁面収納やウォークスルークロークセットなどの充実した収納スペースは、あらかじめ荷物の種類と量を確認し、それぞれの収納場所を念入りに検討した上で設計。空間に応じて異なるクロス（壁紙）を採用し、美しく機能的な住まいが誕生しました。

リフォームのご相談は 大和ライフネクストへ

全面的なリフォームから部分的な設備交換まで、規模の大小にかかわらずお気軽にご相談ください！

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)

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-lifenext.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！

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。

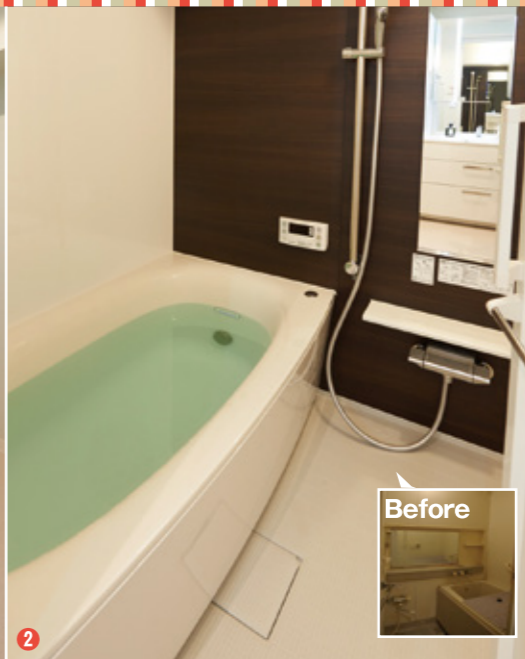
POINT 3 普段からお付き合いがある身近な存在だから工事中はもちろん、工事後のサポートまで安心です。

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

リフォームの際は 助成金や税制の確認を！

2014年4月の消費税率引き上げの際には、直前に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、建材や人員不足から通常時よりお見積りが割高になり工事を見送られたケースも見受けられました。リフォームに際しては、各自治体での補助・助成金の制度や税制の切り替わり時期などに注意して、早めにご相談いただくなど、かしこい進め方を意識しましょう。

- 料理をされることも多いSさま。大きな鍋がいくつも収納できるシステムキッチンに加え、背面には背の高い食器棚も。掃除のしやすいレンジフードや、大きなシャワーのついた水栓など、機能も充実しています。
- 広々とした浴室はパナソニック社製。女性に人気の「酸素美泡湯」付きです。保温浴槽は「本当にお湯が冷めにくい」と効果を実感。
- ボウル部分が大きく高級感あふれる洗面台。クロスはキッチン回りの色に合わせて淡いブルーをチョイス。大型の収納も設置し、タオル類や入浴後の衣類などをたっぷり収められます。
- トイレはタンクレスにして水栓を設置。タンクがない分、広さを実感できるそうです。壁面の棚は、小物を飾ったりちょっとした物を置いたりするのに便利。
- 玄関には、明るく高級感ある色のタイルを使用しました。「色が少し濃いかも」と思いながら選ばれたフローリングは、完成してみると全体としくりなじんでおり、満足されているそうです。
- リビングの一角には、寝室やキッチン、洗面所のクロスと同系色の小さな棚を設置。かわいらしさがありながら主張し過ぎない、印象的なアクセントになっています。



オーナーさまインタビュー リフォームのご感想を伺いました！

Q 買い替えからリフォームへと方向転換した際の心境を教えてください。

A 立地と広さの希望を満たす新築マンションが何年も見つからず、選択肢としてリフォームを考えるようになりました。転職が決まった時期に全てを心機一転しようとしてリフォームに踏み切りました。

Q なぜ大和ライフネクストのサービスを利用したのですか？

A リフォームでは、諸手続きや選んだり決めたりということがたくさん発生しますよね。仕事もある中、やるが多過ぎて大変だと思っていました。大和ライフネクストなら、リフォーム会社の紹介だけでなく、仮住まいや引越しの仲介、管理組合への手続きなど、リフォームにまつわることを全部まとめて相談できると知り、お願いすることにしました。おかげでとても助かりました。

Q リフォーム会社はどのような視点で選びましたか？

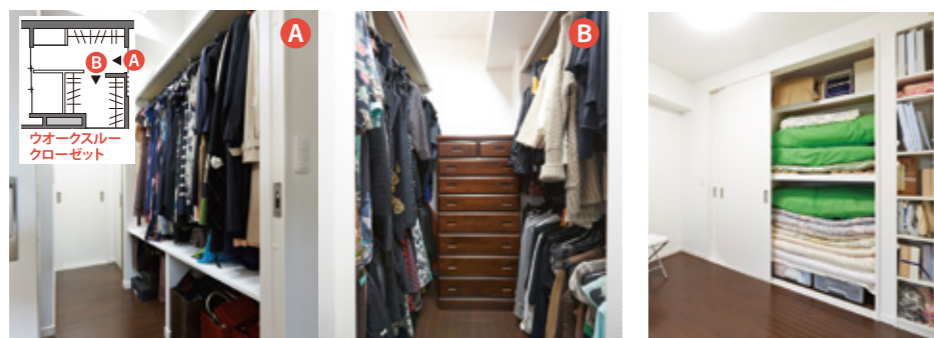
A 紹介してくれた3社のうち、細かな要望をきちんと理解した上で提案してくれた会社に決めました。私の仕事の区切りに合わせて急ぎの進行となりましたが、それにも前向きに迎えてくれました。

大和ライフネクスト
リフォームサポート課
担当 横田
担当としてプランニング段階から工事完了までサポートさせていただきました。お困りだった荷物も整理され、「リフォームを機に新しい生活変わった」と言ってくれたので、私にとっても思い出深いリフォームになりました。

Q 充実した収納が印象的ですね。

A C Dや本のコレクションをしっかりと収納、食器などを見せるギャラリ機能も備えたセミオーダー式の壁面収納や、大量の衣類や靴をしまっくローゼットをつくりました。持っている洋服や靴の数を確認し、棚の組み合わせを何度も考え直しました。当初計画していたウォークインクローゼットを、リフォーム会社の提案でウォークスルークローゼットに変更して、動線がとてもよくなったと思います。

何度も検討を重ねて完成した収納スペースが随所に



ウォークスルークローゼットは、ハンガーパイプを多数備え、200着以上の服を掛けられます。チェストを置くスペースも確保したことで、衣類はここに集約。使い勝手が良いので服をすぐにしまう習慣が付き、部屋が散らからなくなったそうです。



玄関のシューズクローゼットは天井までの高さに。容量も増え、ブーツキーパーも多数設置されています。



おかずにスイーツに 大変身! お餅アレンジ レシピ



お正月のお餅が食べ切れないという方のために、お餅を素材にひと工夫したメニューをご紹介します！いつもとは違う、新鮮なおいしさを味わいましょう。

**とろっ、むちっ、モチモチッ！
魅惑の食感はお餅ならでは**

もち米の豊かな風味を楽しめるお餅は、アツアツのとろっとした舌触りや、少し冷めてからのモチリとした歯ごたえも魅力。いろいろな料理にアレンジしやすいのも特長です。

以下で紹介したアレンジレシピの他にも、1.5cm角に切って保存しておく、手軽にさまざまな使い方ができます。例えば、お好み焼きやグラタンに入れてモチモチ食感を加えたり、おこわを炊くときのもち米代わりにしたりもできます。*。便利でおいしいお餅を、お正月が終わってからでも楽しみましょう。

*米2合に対し1.5cm角のお餅8個を入れ、炊き上がった後よく混ぜます。

手作りのお餅の保存方法

1個ずつラップにくるみ、ジッパー付き保存袋などに入れて冷凍室で保存。保存期限は半年が目安です。1.5cm角に切った場合は数個ずつまとめてラップにくるみます。

*市販品はメーカーの注意事項に従って保存してください。

餅入り デミグラス コロケ

【材 料】4個分

- 温かいごはん……………100g
- デミグラスソース…大さじ2
- 切り餅……………1/2個
- 小麦粉・卵・パン粉……………適量
- ソース
- デミグラスソース……………大さじ1
- ケチャップ……………小さじ1

【作り方】

- ① Aをボウルに入れて混ぜ合わせる。
- ② 切り餅を4等分に切る。
- ③ 4等分にした①をラップに取り、②を1個乗せて包み込む。残りも同様に包む。
- ④ ③に小麦粉、卵、パン粉の順に衣を付ける。
- ⑤ 170℃の油で表面がきつね色になるまで揚げる。
- ⑥ ソースの材料をボウルに入れて混ぜ、600Wのレンジで約20秒温める。
- ⑦ お皿に⑥を乗せ、その上にコロケを置く。お好みでグリーンを添える。



デミグラスソースを
ケチャップに替えてもOK!

豚肉の餅巻き〜トッポキ風〜

【材 料】6個分

- 豚ロース薄切り……………6枚
- 切り餅……………2個
- 小麦粉……………小さじ1/2
- キムチ……………50g
- ごま油……………小さじ1
- 調味料
- コチュジャン……………小さじ1
- てんさい糖……………小さじ1
(上白糖でも可)
- しょうゆ……………小さじ1/2

【作り方】

- ① 餅は縦3等分に切る。調味料を混ぜておく。
- ② 餅に豚ロース肉を巻き付け全体に薄く小麦粉をまぶす。
- ③ フライパンにごま油を熱し、②を入れ、巻き終わりの部分から焼いた後、転がしながら焼く。弱めの中火で餅までじっくり加熱するのがコツ。
- ④ ③にキムチを入れてさっと炒め、調味料を全体に絡ませたら火を止める。



餅とバナナの春巻き つぶあんディップ添え

【材 料】4個分

- 切り餅……………1個
- バナナ……………1本
- 春巻きの皮……………2枚
- 市販のつぶあん……………50g

【作り方】

- ① 餅は縦8等分に切る。バナナは1/2の長さになり、縦4等分に切る。春巻きの皮は1/2の大きさに切る。
- ② 春巻きの皮の上に餅とバナナを各2個ずつ並べ、春巻きを作る要領で巻く。巻き終わりは小麦粉を溶いた水でのり付ける。
- ③ 180℃の油で表面がきつね色になるまで揚げる。
- ④ 器に盛り、つぶあんを添える。



もちもち ポンデケーキ

【材 料】約8個分

- ジャがいも……………1個
- 切り餅……………1個
- 豆乳……………50cc
- 小麦粉……………50g
- 塩……………1つまみ
- てんさい糖……………小さじ1
(上白糖でも可)

【作り方】

- ① ジャがいもと餅はダイス状に切り、ジャがいもは水にさらす。オーブンを190℃に予熱する。
- ② ジャがいもをひたひたの水位でゆでる。中まで火が通ったら、鍋の水を捨てて中火から煎りし、粉がふいたらボウルに入れてつぶす。
- ③ 別鍋に餅と豆乳を入れ、餅が柔らかくなるまで弱火で煮る。
- ④ ③を②に入れ、Aを加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ⑤ 手に打ち粉をして④を8等分して丸め、オープンシートを敷いた鉄板に並べて20分弱焼く。



粉チーズを入れても
おいしい!



レシピ提供

管理栄養士・フードコーディネーター mi-ina

管理栄養士の立場から、家庭で簡単に作れる、体が喜ぶおいしい料理を紹介している。「レシピブログ主催 日本食研『洋食作り』を使った料理コンテストデミグラスソース部門最優秀賞受賞」など受賞歴多数。

※写真は盛り付け例です。

大がかりな工事をしなくても

ちょっとしたプチリフォームで

住まいをぐんと使いやすく！



毎日の小さな不便を解消！
住まい全体に及ぶ工事が要らない
部分的なプチリフォームに注目

日々の暮らしの中で、「ここがちよっと不便なんだけど、リフォームとなると費用も期間も大がかりだし…」と思ったことはありませんか？実は、照明やコンセントの付け替えをはじめ、トイレや浴室などの設備を部分的に交換したり、玄関や壁に便利な収納スペースを設けたりするなど、比較的手軽にできるリフォームもたくさんあります。大きな工事をせず、お手頃な費用と短い期間で気になるところやちよっとした

不便を解消できるプチリフォーム。 「機器が増えたから、コンセントがもっとあるといいな」「ここに棚があると収納が増えるのに」「トイレを効率よくオシャレに使用したい」など、生活の中で少し不便を感じる場面がある方には特にオススメです。 今回は、そんなプチリフォームの具体例をご紹介しますので、ぜひ参考にしてください。



※本記事に記載の価格は目安です。価格は商品や工事内容などにより異なります。あらかじめご了承ください。

快適度が大きくUP！ 照明・コンセント

「電気回りのリフォームは気軽には頼めない」と思いませんか？コンセントの位置や照明のコントロール方法の変更は、オススメのプチリフォームのひとつ。照明スイッチは、センサーやリモコンに変えることで、省エネにもつながります。毎日頻繁に使うものだからこそ、暮らし方に合わせて便利にリフォームしましょう。

テレビやPCの場所に
合わせて位置を変更

家電の位置に合わせて効率的にコンセントを配置すれば、コード類がスッキリ！また、利便性に加えて、お子さまやペットの安全を考慮して、高い位置に設置されるケースもあります。

コンセント位置の変更
商品代金+工事費 約2万円～

充電する物が
増えてきた
ご家庭に

USBと2口コンセントとの変換アダプタを利用していても多いのではないのでしょうか。特に携帯電話の充電に使用される場合は、ベッドサイドやソファの近くなどに設置すると便利です。

USBコンセント
商品代金+工事費 約1.5万円～



両手がふさがっていてもOK！
省エネ効果もあり

センサー付きスイッチ
人の動きを感知して自動でオンオフしてくれるスイッチは、玄関などに設置すると、大きな荷物があるときなどに便利。照明器具の変更や工事が不要な「センサー付き電球」もあります。

センサー付き照明スイッチ
商品代金+工事費 約1.2万円～

動かずその場で
照明をコントロール

手元のリモコンで照明をオンオフできるので、寝室に設置すれば、ベッドの中から操作できます。気分によって明るさや色みを変えられる調光機能付きもあります。

リモコン付き照明スイッチ
商品代金+工事費 約1.2万円～

アイデア次第でスペースを有効活用

収納

収納力も抜群で
インテリア性も高く

リビングや寝室の大きな壁面に、床から天井までを有効活用できる大きな棚を設置すれば、物が収まるだけではなく分類もしやすくなります。さまざまなタイプのユニットがあるので、コレクションや思い出の品などを飾りながら収納することもできます。

リビングに壁面収納を設置
商品代金+工事費 約35万円～

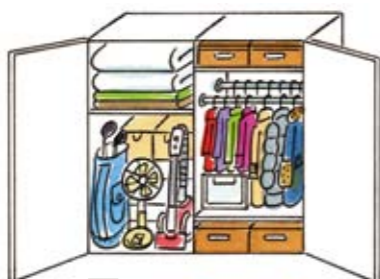


※イメージ

押し入れをクローゼット化して
オシャレに使いやすく！

押し入れのふすまの傷みが気になってきたら、扉に変更しませんか。同時に、収納部分に棚やハンガーを設置すれば、クローゼットのように使いやすい空間になります。また、おもちゃや季節用品を収納することが多い場合は中板を可動棚にすることも可能です。

ふすまを扉に変更 商品代金+工事費 約20万円～
収納部分への棚の設置 商品代金+工事費 約2万円～



万が一のときの被害を最小限に防ぐ

食器棚や飾り棚に掛け金を取り付けることで、地震の際に扉が開いて食器などが飛び出すのを防ぎます。

耐震ラッチ
商品代金+工事費 約1.5万円～

気持ちよく暮らすための 便利なあれこれ

浴室内からも
タオルが取りやすい

浴室の扉に取り付けられるタオルバーは、浴室内からサッと取りやすく、使用したタオルを広げておけるので、清潔に保てます。

浴室タオルバー
商品代金+工事費 約3万円～

雨の日のお洗濯に
大活躍

窓枠に簡単に設置できる物干し竿は、室内干しに便利。高さの調整も可能です。

室内物干し
商品代金+工事費 約3万円～

折り畳みベンチなら狭いスペースにもOK

玄関にあると靴の脱ぎ履きや荷物の一時置きに便利。壁に取り付けて、使うときだけ広げられるので、狭いスペースでも◎。

折り畳みベンチ
商品代金+工事費 約5万円～

ペットがいるご家庭にオススメのリフォーム

扉や壁にペット専用の出入り口を作ることができます。ひっかき傷対策には、壁の下部に板材を貼った腰壁の設置や、床にはワックスよりも滑りにくくアンモニア耐性の強いフローリングコーティングを施すことも可能です。

ペット用出入り口 商品代金+工事費 約6万円～
腰壁 商品代金+工事費 約6万円～
フローリングコーティング 12畳で約12万円～



※イメージ

トイレの限られたスペースには
棚付き収納が便利

トイレこそ演出や使い勝手にこだわりたいという方には、植物や写真を飾れる小さな棚がオススメ。下の収納には予備のトイレットペーパーや掃除用具を。

トイレの棚付き収納の設置
商品代金+工事費 約4万円～



ブーツや傘も
まとめてスッキリ！

下駄箱と天井の間に物を置くスペースがある場合は、撤去して床から天井までを収納スペースにするのも一案。ブーツや傘もしっかり収納できます。

玄関収納
商品代金+工事費 約20万円～



キッチンカウンターの
下を有効活用

キッチンカウンターの下が収納棚に変われば、リビングやダイニングに散らかっていた小物をスッキリしまえます。



※イメージ

カウンター下収納
商品代金+工事費 約15万円～

洗濯機の上のスペースに
収納を設置

置き場所に困る洗剤やハンガー、掃除用具などの収納は、洗濯機の上のデッドスペースに注目。吊り戸棚の設置がオススメです。

洗濯機上の吊り戸棚
商品代金+工事費 約4万円～



※イメージ

部屋のイメージを一新！ 建具・内装

新しいクロスや床材で
雰囲気を変えよう！

クロス（壁紙）の張り替えは、傷みが目立つ1面だけでも依頼できます。その際、色を変えてアクセントクロスにするとオシャレな仕上がりに。調湿機能のある「エコカラット」も人気です。水回りのクッションフロア（床材）の張り替えも、空間のイメージを変えるのにオススメです。

エコカラット1面 商品代金+工事費 約3万円～
クロス1面張り替え 商品代金+工事費 約3万円～
クッションフロア 商品代金+工事費 約1.5万円～



※イメージ

家具と干渉しないので
部屋が広く使える

開き戸から引き戸に変更することで、デッドスペースを解消。部屋のレイアウトもしやすくなります。開口部が広く取れるので移動もラク。開けっ放しにもしやすく、風通しも良くなります。

引き戸への変更
商品代金+工事費 約15万円～



※イメージ

将来を見据えた上で
手すりを設置

リフォームをする際、同時に検討したいのが手すりの設置。段差がある玄関や、立ち座りするトイレに手すりがあると動作が楽になります。廊下に設置すれば歩くときの支えにもなります。

手すりの設置
商品代金+工事費 約0.6万円～



※イメージ



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
受付時間9:00~17:40
(土日祝・年末年始を除く)
0120-43-2233

パソコンから www.e-lifenext.jp/reform/

お申し込み
までの流れ

- 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

ライフネストクラブ会員さま限定

新春豪華プレゼント キャンペーン

合計127名様

2015年
新春
特別企画

今回のプレゼントキャンペーンは、新春特別企画として、豪華な賞品をご用意。抽選にはずれた方にも、QUOカードが当たるWチャンスがあります。いつもより多い合計**127**名様に素敵なプレゼントが当たるキャンペーンですのでどうぞふるってご応募ください。お待ちしております！

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。
※右のハガキ(2015年1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。

応募期限:2015年1月31日(土)まで

1 **40V型ハイビジョンLED液晶テレビ**
/シェルタートレーディング

見やすくわかりやすくなったオンスクリーンディスプレイ搭載。別売りの金具を使えば壁掛けもできます。



1名様

2 **マイカパネルヒーター**
/星光商事

即暖性が高く、薄型軽量でキャスター付きなので持ち運びが簡単。キッチンで足元を暖めるのにぴったり。P8参照。



2名様

3 **キッチンマット(ベージュ)**
/ペコー

不織布とウレタンの基布の上に、18mm長のパイルがざっしり!足元が冷えるキッチンなどにオススメです。P8参照。
※45cm×180cm、ウオッシュャブル



5名様

4 **ペンタックス Q7ズームレンズキット(シルバー)**
/リコー

1/1.7型イメージセンサーをはじめ、デジタル一眼レフならではの本格機能を搭載。思い出を高品質に残せます。



1名様

5 **西川国産羽毛布団**

良質の日本製ダウンを85%も使用し、空気をたっぷり含む立体キルト仕様で仕上げた、冬の寒い夜に心強い一枚です。
※150cm×210cm(通常より長めのシングルサイズ)



1名様

6 **ココットロンド 24cm(オレンジ)**
/ル・クルーゼ

熱伝導性や保温性が高い、特殊エナメル仕様のホーロー鍋。煮込み料理はもちろん、揚げ物や炒め物にも幅広く対応します。



3名様

7 **窓用クリーナー**
/ケルヒャー

ゴムのワイパーヘッドが汚れや洗剤をかき集めます。バキューム機能付きなので、毎日の結露除去にも使えます!



1名様

8 **ルームシューズ 2足セット**

しっかりとした厚手のソールで、内側にはもこもこと温かいボアがあしらわれたニットのルームシューズ。
※Mサイズ(22~25cm)とLサイズ(25~27cm)のセットです



5名様

9 **台所用スポンジ 抗菌タイプ 3個セット**
/ダスキン

「とにかくへたらない」と話題を集め、大手ショッピングサイトでランキング1位を獲得。試したかった方はこの機会に!!
※3色セットでのお届けとなります



8名様

上記プレゼントの抽選にもれた方の中から **100名様にQUOカード1,000円分プレゼント!**



※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。

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寄り情報など、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!! 皆さまの声を聞かせください。お絵描きやベ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、電話番号を記載し右のハガキまたは「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

会員になると特典いっぱい!!

〈お問い合わせ〉 大和ライフネスト 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)

暮らしを守る 保険の話 住宅ローンを契約したら確定申告を!



「住宅ローン減税」を受けるための要件

- 購入または増改築した住宅の床面積が50㎡以上であり床面積の1/2以上が居住用であること
- 借入金は償還期間が10年以上であること
- その年の合計所得金額が3000万円以下であること
- 居住用財産を譲渡した場合の特例(3000万円特別控除・軽減税率・買換えなど)を受けていないこと
- 取得または増改築等をした日から6カ月以内に住み、引き続きその年の12月31日まで住んでいることなど

※一定の条件がありますので、詳しくは税務署などにご確認ください。

住宅を購入した人やリフォームをした人は所得税が減税されます。昨年1月から12月にマンション(新築・中古)を購入された方、あるいはリフォームされた方は、住宅購入や増改築時に利用した借入金を一定の割合で所得税から控除される「住宅ローン減税」が受けられます。減税の適用を受ける際、初年度は確定申告が必要です。会社員などの給与所得者も、初年度分については必ず確定申告をしなければなりません。平成26年度分の確定申告にて申請が必要ですので、2月16日から3月15日までの申告期間内に手続きをしてください。注意したいのは、「住宅ローン減税」は自己申告制であること。役所からお知らせが届くわけではないので、忘れずに手続きをしましょう。給与所得者の場合、2年目からは年末調整によって控除を受けることが可能で、年末調整用の書類とともに申告書と証明書を提出すれば、簡単に手続きができます。

「住宅ローン減税」の対象になる方

住宅ローンで新築・中古のマンションを購入
リフォームで一定金額以上のリフォームをしたなど

「証明書を後日見つけたけれど申告を諦めた」ということはありませんか。実は、年末調整で手続きできなかった場合、確定申告が可能です。あきらめず、期限までに申告してください。

また、マンション購入初年度の地震保険の控除証明書は、契約時に受け取った保険証券と一緒になっている場合が多いので、確認を忘れないようにしましょう。11月以降に契約された方は、保険証券の発行がそれ以降になるため、年末調整の時期に控除証明書が間に合わないことがあります。そんな場合も、確定申告で手続きをください。

保険のご案内については、大和ライフネスト(株)保険部へお問い合わせください。


※税制などについては参考情報としてご利用いただき、確定申告の方法など詳細については税務署などにご確認ください。

年末調整で忘れた「保険料の控除」確定申告でも可能なのであきらめないでください

年に一度の年末調整。保険料控除の証明書を提出し忘れてしま、「証明書を後日見つけたけれど申告を諦めた」ということはありませんか。実は、年末調整で手続きできなかった場合、確定申告が可能です。あきらめず、期限までに申告してください。

また、マンション購入初年度の地震保険の控除証明書は、契約時に受け取った保険証券と一緒になっている場合が多いので、確認を忘れないようにしましょう。11月以降に契約された方は、保険証券の発行がそれ以降になるため、年末調整の時期に控除証明書が間に合わないことがあります。そんな場合も、確定申告で手続きをください。

引越しシーズン到来! 保険の手続きは大丈夫?



2月、3月は引越しの多いシーズンです。転居の際は住まいの諸手続きが多く大変ですが、火災保険などの変更手続きもお忘れなく。転居の旨を管理会社や管理人に知らせるだけで火災保険などの変更手続きもOK! と誤解をされている方が多いようです。転居の手続きと火災保険などの手続きはそれぞれに対応が必要ですので、転居の際は保険証券でご契約された代理店をご確認の上必ずお手続きください。

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

大和ライフネスト 保険部

0120-75-0032

受付時間/9:00~17:40(土・日・祝日・年末年始を除く)

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、**最適にご提案**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。
※割引特典の有無はご契約いただく仲介会社によります。
- 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、事情があってしばらく引っ越し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。

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 住み替え相談窓口)
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。



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。

資産としての住まいの話



お部屋を売るとき、知っておくとお得な制度

今回は、「マンションを売却するときに知っておきたい」売却による「**損益**」にまつわる制度をご紹介します。

売却価格が取得価格を上回ったら？

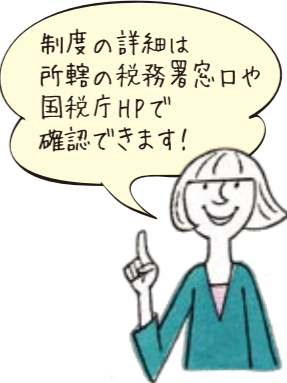
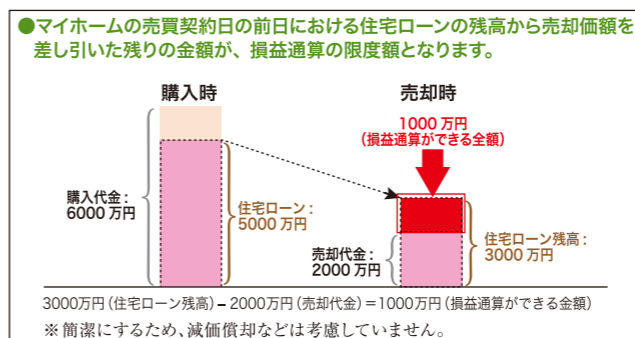
所有期間の長短に関係なく、お部屋を売った際に取得価格と比較して利益が出た場合、譲渡所得税として課税されるケースもあります。譲渡所得は最高3000万円までを控除できる特例があるので活用しましょう。これを「居住用財産を譲渡した場合の3000万円の特例控除の特例」といいます。適用には、自分が住んでいた家屋であることや、住まなくなった日から3年目の年末までに売却したこと、売り手と買い手の関係が親子や夫婦などでないことなど、いくつかの条件を満たす必要があります。その中でも知っておきましょう。

売却価格がローン残債を下回ったら？

住み替え時に売却価格が住宅ローンの残債を下回り、売却後も残債(譲渡損失)が出てしまう場合もあります。そんな

きは、「譲渡損失控除制度」が適用される可能性があります。平成27年末までに売却し、かつ一定の要件を満たせば、譲渡損失分をその年の他の所得から控除(損益通算)することができ、さらにその年の損益通算で控除しきれなかった譲渡損失は、譲渡年の翌年以後最大3年、繰り越して控除(繰越控除)することもできます。

これらの特例を、「特定のマイホームの譲渡損失の損益通算及び繰越控除の特例」といいます。譲渡損失の計算では購入時の取得価格ではなく「売買契約前日時点の住宅ローンの残高」が対象になるので注意しましょう(図参照)。適用には、自分が住んでいた家屋であることや、住まなくなった日から3年目の年末までの売却であること、親族などへの譲渡でないこと、譲渡年の1月1日時点ですべて5年以上保有していた日本国内のお部屋であることなどの条件があります。また、前年、前々年に他の特例を受けていると適用されない場合もあり、条件を事前に知っておくと安心です。



制度の詳細は所轄の税務署窓口や国税庁HPで確認できます！

住まいの購入や買い替えは家族にとって人生の大きなイベントになります。日頃から税制などを知っておくことは、いま売却をご検討の方の資金計画のためだけでなく、すべての方の今後のライフプランにも役立つ可能性がありますので、気をつけておきましょう。

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なら...

ご売却時の手数料が **約15% OFF**

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。

※ 一般的な仲介手数料「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。(売買価格400万円以上の場合)
※ 15%OFFの割引特典の有無はご契約いただく仲介会社によります。

お手軽
無料査定

弊社管理マンションのお部屋であれば、訪問することなく机上査定(概算査定)が可能です。資料などのご用意も不要。もちろん、実査定(現地査定)も無料で承ります。ご相談は右記窓口へ！

お問い合わせ

大和ライフネクスト 住み替え相談窓口
0120-54-4420 受付時間/9:00~17:40
(土日祝・年末年始を除く)

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て、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」が隔々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

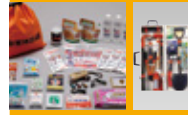
- 「もしも」のときに備えておきたい
- 留守の間の心配を軽くしたい

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ター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



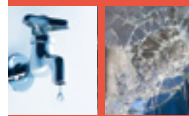
ガスコンロや水栓など、専門の協力会社をご紹介します。

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ない場合がございます。

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)