

創刊号

2021年(令和3年)
March
3月号

こころとカラダに、うれしい暮らし。
I R O D O R I

発行元:一般社団法人健康増進住環境推進協会
〒154-0024 東京都世田谷区三軒茶屋1丁目3番2号
E-mail ▶ info@kenjukyo.or.jp

編集記:健康な生活や暮らしの安全についてのお話、住まいに関するお役立ち情報、季節のイベントやおススメのお出かけスポットなどの旬な情報を厳選してお届けする健康生活情報誌「IRODORI(いろどり)」、いよいよ創刊です。



ここ「元荒川堤の桜」は、東武スカイツリーライン「北越谷」駅西口から徒歩約10分に位置する、北越谷第五公園から大沢橋までの元荒川沿い約2キロメートルに渡り、およそ350本のソメイヨシノが連なる桜の並木で、越谷市を代表する桜の名所だ。

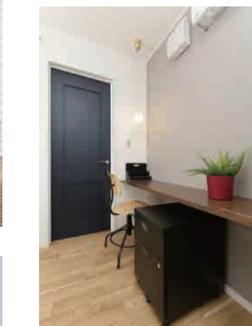
レジャーシートを敷いて花見をする人、元荒川の流れをバックに咲き誇る桜の写真を撮る人、川沿いに整備された遊歩道を散歩する人など、地元からの花見客はもちろん、県外からの見物客も数多く訪れる人気のスポットとなっている。

毎年3月下旬から4月上旬にかけて開催される桜まつりの期間中は、夜間(日没から21時)桜並木がライトアップされるので、昼間とは違った幻想的な夜桜を楽しむのもよいだろう。*

ただし、春とは言え夜はまだまだ冷え込むので、防寒対策は抜かりないようにしたい。

もとあらかわつつみ
元荒川堤の桜 | 越谷市

所在地:越谷市北越谷5-482(北越谷第五公園)
アクセス:東武スカイツリーライン「北越谷」駅西口から徒歩約10分
問合せ:越谷市観光協会(☎048-971-9002)
※1.新型コロナウイルス感染症の影響により、本年の桜まつりは開催されない場合があります。



2階の書斎コーナー

DATA
構造:木造在来工法2階建
延床面積:111.12㎡
床面積:1階55.89㎡
2階55.23㎡



サステナブル×ZEHで先進的住宅!
越谷桜公園モデルハウス
所在地:埼玉県越谷市大字袋山2025-8
アクセス:東武スカイツリーライン
「大袋」駅徒歩5分
お問合せ先:エステート白馬
フリーダイヤル:0120-315-586



コロナ禍の状況で、人との接触が制限される中、家族のつながりが深まる住まいが求められている。この住まいは、そんな家族との絆、繋がりを深める工夫と創意にあふれている。

住まいの中心にあるのは、1階のリビング・ダイニングルームに鎮座する大きなアイランド型のキッチン。ここを中心に、自然と家族が集い、会話を交わすイメージが膨らんでいく。2階にある個室に行くのも、この前を通らなければいけない。例えば、子供が学校から帰ってきた時、遊びにでかける時、自然と顔を合わせる事ができるのだ。

2階は、個室となっていて、寝室と広い子ども部屋がひ

とつ。子供部屋は3部屋に区切れるようになっていて、子供の成長や家族構成の変化に柔軟に対応できるように設計されている。

もうひとつ、この住まいの特筆すべき点は、ZEH(ゼッチ)住宅であること。ZEHとは「ネット・ゼロ・エネルギー・ハウス」の略で、使うエネルギーよりも創るエネルギーの方が大きくなる住宅のこと。屋根は太陽光パネルを備えた、高断熱・高気密住宅で、光熱費の負担が少なく、夏涼しい体への負担が少ない健康住宅でもあるのだ。

現在この住まいは、モデルハウスとして随時公開中。公開後は、販売される予定との事なので、見学はお早めに。

素敵な
住まい発見!
Case.1

家族の絆が深まる住まい

サービス付き高齢者向け住宅
ハーウィル東川口レポート

ここは、施設でなくて住宅
自由に自立した自分らしい
暮らしができる設備とサービス

さいたま市緑区にあるサービス付き高齢者向け住宅「ハーウィル東川口」は、60歳以上であれば単身か夫婦でも入居できる、高齢者向けの住まい。自由で自分らしく、そして快適で安心して暮らせると評判だ。



ハーウィル東川口外観



共用のリビング・ダイニングスペース



毎月開催されるイベントの様子



提供される食事例(1食710円)



案内してくれた居宅介護支援員(ケアマネジャー)の鈴木和也さん



住戸内のキッチン



住戸内のリビングルーム

「高齢者にふさわしい住宅として、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面と、見守りサービスとして、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供し、ご高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えています。有料老人ホームや介護施設のような施設での生活ではなく、住宅で過ごす自由な普通の生活ができます」

ここには25戸の住居があるが、すべての住居に台所、浴室、車いす対応トイレ、車いす対応洗面化粧台が完備されている。共用部分も充実していて、1階には、食事や

「ハーウィル東川口」は、JR武蔵野線 埼玉高速鉄道「東川口」駅より徒歩13分と交通の便に恵まれ、周辺は、農地や住宅が混在し緑多い環境だ。入居相談員の鈴木和也さんはこう語る。

「高齢者にふさわしい住宅として、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面と、見守りサービスとして、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供し、ご高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えています。有料老人ホームや介護施設のような施設での生活ではなく、住宅で過ごす自由な普通の生活ができます」

「高齢者にふさわしい住宅として、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面と、見守りサービスとして、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供し、ご高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えています。有料老人ホームや介護施設のような施設での生活ではなく、住宅で過ごす自由な普通の生活ができます」

「高齢者にふさわしい住宅として、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面と、見守りサービスとして、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供し、ご高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えています。有料老人ホームや介護施設のような施設での生活ではなく、住宅で過ごす自由な普通の生活ができます」

ハーウィル東川口 埼玉県さいたま市緑区大門887-3
JR武蔵野線・埼玉高速鉄道線「東川口」駅より徒歩13分
家賃、基礎サービス費、食費合計:月額99,900円~160,400円

ハーウィル シニアレジデンスは埼玉県内に13箇所



見学のご予約・資料請求・ご相談は

HARWILL 国土交通省・厚生労働省共管 サービス付き高齢者向け住宅
ハーウィル シニアレジデンス
0120-934-908
営業時間:午前9時より午後6時まで

「高齢者にふさわしい住宅として、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面と、見守りサービスとして、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供し、ご高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えています。有料老人ホームや介護施設のような施設での生活ではなく、住宅で過ごす自由な普通の生活ができます」

「高齢者にふさわしい住宅として、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面と、見守りサービスとして、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供し、ご高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えています。有料老人ホームや介護施設のような施設での生活ではなく、住宅で過ごす自由な普通の生活ができます」

「高齢者にふさわしい住宅として、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面と、見守りサービスとして、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供し、ご高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えています。有料老人ホームや介護施設のような施設での生活ではなく、住宅で過ごす自由な普通の生活ができます」

入居者の声



左から島村春江さん、藤塚トミさん、田村寿美子さん

田村 寿美子さん(93)
近くに住んでいる息子がここを探してくれて、石川県から来ました。若い頃苦労しましたが、今はなにもかも満ち足りていて、本当に幸せです。息子が2日おきにきてくれて買い物に連れていってくれるのですよ。

藤塚トミさん(84)
ずっと一人暮らしをしていました。近くを通りかかった孫が偶然ここを見つけてくれて、当時、私は圧迫骨折をして、動けなかったので、娘が全て契約などをしてくれました。娘と孫がよく来てくれるので楽しみです。自由なここでの暮らしは楽しく、スタッフの方も良くしてくれます。

島村 春江さん(84)
主人が亡くなって15年間一人暮らしをしていました。近くに住む娘がインターネットで探してくれて、陽当りの良い南向きのお部屋で、静かでとても気に入っています。この周りを良くお散歩しています。時々、駅近くのお店まで、歩いて買い物に行っています。

「高齢者にふさわしい住宅として、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面と、見守りサービスとして、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供し、ご高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えています。有料老人ホームや介護施設のような施設での生活ではなく、住宅で過ごす自由な普通の生活ができます」

「高齢者にふさわしい住宅として、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面と、見守りサービスとして、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供し、ご高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えています。有料老人ホームや介護施設のような施設での生活ではなく、住宅で過ごす自由な普通の生活ができます」

「高齢者にふさわしい住宅として、居室の広さや設備、バリアフリー構造といったハード面と、見守りサービスとして、ケアの専門家による安否確認や生活相談サービスを提供し、ご高齢の方が安心して暮らすことができる環境を整えています。有料老人ホームや介護施設のような施設での生活ではなく、住宅で過ごす自由な普通の生活ができます」



はなみずき小手指クリニック
 院長 吉原 泉 先生
 医学博士、日本消化器内視鏡学会消化器内視鏡専門医
 昭和62年 東京女子医科大学医学部卒業。東京女子医科大学病院内分泌センター内科、東京女子医科大学病院消化器病センター内視鏡科、朝霞中央総合病院、丸の内クリニック消化器内科、古川橋病院健診センター、恵比寿ガーデンプレイスクリニックを経て、平成29年 はなみずき小手指クリニック 院長

はなみずき小手指クリニック
 所沢市小手指町1-16-4
 西武池袋線「小手指」駅北口徒歩3分
 TEL 04-2000-2621(診療・外来)
 0120-992-473(人間ドック健康診断)

診療項目
 ●内科 ●消化器内科 ●甲状腺外来
 ●予防接種 ●禁煙外来
人間ドック・健康診断
 ●プレミアム内視鏡ドック ●乳がん検診 ●子宮がん検診 ●レディースドック ●プレミアム人間ドック ●午後ドック・午後検診

現代の健診は、病気を未然に防ぐ事を最大の目的」と健診の意義を強調している、はなみずき小手指クリニック院長、吉原泉先生にお話を伺いました。

「現代の健診は、病気を未然に防ぐ事を最大の目的」と健診の意義を強調している、はなみずき小手指クリニック院長、吉原泉先生にお話を伺いました。

長生きするならば、元気に生活を楽しみながら過ごしたいものですね。日常生活を自立して送ることが出来る期間「健康寿命」を延ばすためには、病気を未然に防ぐ「未病対策」「予防医学」が重要になってきます。

日本人の三大死因であるがん・脳血管疾患・心疾患は、動脈硬化・糖尿病・高血圧・脂質異常症など生活習慣病が危険因子です。例えば、糖尿病・高血圧症は「お薬を飲み始めるにはこれくらい」といった指標がありますが、その傾向があるとか、このままでは悪化が予想されるといった場合は、原因を探り、食生活や運動習慣、睡眠、ストレスなどの生活改善を図ることで、病気を未然に防ぐ事を目指します。それが、健診の第一の目的です。健診は毎年継続して受けることが大切で、そうすると以前の状態との比較で変化が見極めやすく、疾病の予防、早期発見につながります。

個人の身体の状態に応じて検査項目の追加を

通常健診は、血液尿胸部レントゲン・心電図・便潜血検査などが行われますが、年齢や性別、喫煙、飲酒などの習慣、遺伝的な傾向などを考慮して、より詳しい検査を受ける事をおすすめします。

いわゆる人間ドックは、生活習慣病の予防に加え、健診だけでは見つからない「がん」をはじめ様々な全身の疾患の早期発見を目的とします。健診の検査内容に加え、主に、レントゲンや超音波検査、内視鏡検査など画像診断が加わり、さらに必要に応じてCT・MRI等の検査を進めます。

内視鏡検査のススメ

中でも内視鏡検査は、初期段階では自覚症状が出にくい食道や胃、大腸のがんに関して威力を発揮します。内視鏡検査は、胃だけでなく食道や十二指腸を直接観察することができ、バリウム検査では見つけることが困難な微細ながんなども発見

することが可能です。生検（組織を少量採取すること）も可能で、確定診断に役立ちます。内視鏡は年々進歩していて、体への負担も少なくなっていますので、30歳を過ぎたら年に1回程度検査を受けましょう。

また、日本人に増加傾向の大腸がんですが、ポリープが数年間をかけて徐々に大きくなり、大腸がんに移行していくタイプが多くを占めています。大腸がんの検査は、まず便潜血検査を行い、陽性の場合には内視鏡検査という流れになる事が多いです。便潜血検査は便中の出血の有無をみる検査で、痔などの場合でも陽性となりますが、大腸がんが潜んでいる場合もあり、(私もその

人に備わっている「免疫」は、病気がやがるときなどに病原体や異物から身を守ってくれる機能です。通常、がん細胞が生じた場合、免疫の働きにより排除されますが、免疫力が衰えると取り残されたものが定着し、がんになってしまいます。人は加齢と共に免疫力が低下しますが、バランスの良い食生活や運動習慣、ストレスのない規則正しい生活、良質な睡眠は免疫力低下の対策となります。

私の父は95歳で、去年まで医師として現役で働いていました。肉が好きで、肉と野菜もバランス良く食事をしっかりとっています。年齢を重ねても、社会との関わりを持ち、人とコミュニケーションを積極的にとることが、健康長寿の秘訣だと思います。

当クリニックは、「病気になるための医療サービス」の提供を掲げ、健診・人間ドックに特に力を入れていきます。患者さんのお話をよく聞き、患者さんの一人一人に向き合い、お悩みの解決や健康のために「一緒に考えていきたい」と思っています。

健康長寿への道
 ルート①

病気は「治す」から「防ぐ」時代へ
健診・人間ドックを上手に活かしましょう

あなたは毎年きちんと定期健康診断(健診)や人間ドックを受けていますか? 「現代の健診は、病気を未然に防ぐ事を最大の目的」と健診の意義を強調している、はなみずき小手指クリニック院長、吉原泉先生にお話を伺いました。

健康長寿のために

健康長寿のために



健康長寿のために

健康長寿への道
 ルート①

病気は「治す」から「防ぐ」時代へ
健診・人間ドックを上手に活かしましょう

あなたは毎年きちんと定期健康診断(健診)や人間ドックを受けていますか? 「現代の健診は、病気を未然に防ぐ事を最大の目的」と健診の意義を強調している、はなみずき小手指クリニック院長、吉原泉先生にお話を伺いました。



ケアマネジャー 中山千津子さん(右)
 介護福祉士 鈴木昌代さん(左)

要介護認定の申請が必要

介護保険サービスを受けられる人は、65歳以上の人で要支援・要介護の認定を受けた人か、40歳以上65歳未

申請結果を受け取ったら

申請結果は、申請日から30日以内に郵送で届きます。「認定通知書」と「被保険者証」を確認しましょう。

ケアプランを作成

ケアマネジャーは介護の計画書「ケアプラン」を作成します。疑問点があれば質問し、要望をしっかりと伝えましょう。ケアプランに基づき、いよいよサービス利用開始です。

突然始まる介護

もうすぐ退院する、転倒して寝たきりになったなど、介護は突然始まります。もちろん介護予防対策は大切ですが、「何かおかしいかな?」「気づいたら早めに対応しよう。」「まだ介護は必要ない」と思いたいお気持ちも分かりますが、過信は禁物。早い段階で対応することにより介護度の進行を遅らせる事ができ、介護する側される側の双方に負担が少なくなりやすくなります。

最初の相談窓口は?

どこに相談すればいいのかわからないという方はまずはお住まいの市区町村の「高齢者福祉課」や「介護保険課」などで相談しましょう。介護に関する相談はもちろん、地域包括支援センターの案内などをしています。窓口は直接相談しに行くか、電話でも相談することができます。

申請結果を受け取ったら

申請結果は、申請日から30日以内に郵送で届きます。「認定通知書」と「被保険者証」を確認しましょう。

ケアプランを作成

ケアマネジャーは介護の計画書「ケアプラン」を作成します。疑問点があれば質問し、要望をしっかりと伝えましょう。ケアプランに基づき、いよいよサービス利用開始です。

介護保険サービスを利用するには?

埼玉県内に6ヶ所に拠点がある、介護事業所 ほっと・ケアライフのケアマネジャー 埼玉県内に6ヶ所に拠点がある、介護事業所 ほっと・ケアライフのケアマネジャー 中山千津子さんと介護福祉士の鈴木昌代さんに、介護保険サービスの利用方法について伺いました。

最初の相談窓口は?

どこに相談すればいいのかわからないという方はまずはお住まいの市区町村の「高齢者福祉課」や「介護保険課」などで相談しましょう。介護に関する相談はもちろん、地域包括支援センターの案内などをしています。窓口は直接相談しに行くか、電話でも相談することができます。

申請結果を受け取ったら

申請結果は、申請日から30日以内に郵送で届きます。「認定通知書」と「被保険者証」を確認しましょう。

ケアプランを作成

ケアマネジャーは介護の計画書「ケアプラン」を作成します。疑問点があれば質問し、要望をしっかりと伝えましょう。ケアプランに基づき、いよいよサービス利用開始です。

都市近郊型 駅チカイチゴ園
GREENPEACE

気になるお店 お出かけスポット

ハーウィル東川口のイベントで利用されることもある「東川口駅」徒歩6分の「駅チカイチゴ園」。

施設内はパリアフリー&ストレスフリー仕様になっており、足の不自由な方やベビーカーでも移動がしやすく、また休憩所やおむつ替え台等も完備しているため、小さなお子様連れの方にも安心してご利用いただけます。

品種は「紅ほっぺ」「章姫」「真紅の美鈴」の3種。真紅の美鈴はイチゴ狩り限定の少数栽培なので早い者勝ち。

駅チカイチゴ園 GREENPEACE
 さいたま市緑区大門666 TEL.048-708-1095
 交通/JR武蔵野線・埼玉高速鉄道(南北線直通)「東川口」駅徒歩約6分
 時間/10:00~15:00 期間/~6月上旬(予定)
 料金/イチゴ摘み:
 箱(約1.3kg~1.5kg)2,000円(税込)
 バック(約400g)1,000円(税込)
 予約/HPよりご予約ください。
 https://greenpeace-ichigo.com/
 ※2021シーズンは感染症予防対策のため、完全予約制での営業となっております。またイチゴ狩りを休止し、イチゴ摘みに変更しております。詳しくはHPをご覧ください。

介護事業所 ほっと・ケアライフ 介護・住宅改修についてのご相談
 運営/白馬メディケアサービス株式会社 ☎0120-510-898

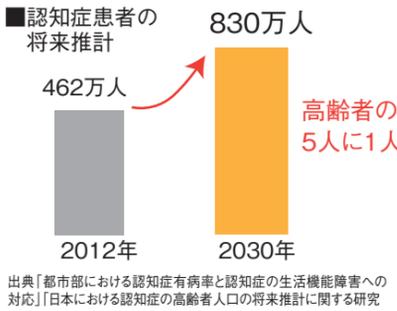
栗橋 〒349-1123 埼玉県久喜市栗橋470-1ハーウィル栗橋1F TEL:0480-55-0801 FAX:0480-55-0803	東川口 〒336-0963 埼玉県さいたま市緑区大門887-3 TEL:050-2018-1804 FAX:048-711-4302
南浦和 〒336-0017 埼玉県さいたま市南区南浦和1-21-12 TEL:050-2018-0567 FAX:048-884-0420	東武動物公園 〒345-0827 埼玉県南埼玉郡宮代町本田1-8-15 TEL:050-2018-0213 FAX:0480-53-9121
東大宮 〒362-0022 埼玉県上尾市瓦葺2423-1 TEL:050-2018-1860 FAX:048-796-5651	東岩槻 〒339-0005 埼玉県さいたま市岩槻区東岩槻5-10-26 TEL:050-2018-1860 FAX:048-796-5651

ほっと・ケアライフは埼玉県内に6ヶ所の事業所があります

認知症保険のススメ

身近な病気認知症

現在高齢者の約7人に1人は認知症で、2030年には830万人に増え、高齢者の5人に1人が認知症になると予測されています。もはや認知症は「国民病」と言ってもいい状態です。



時間受けるなど、経済的に費用負担のかさむケースが少なくありません。

認知症に備える保険

そこで、注目を集めているのが、認知症保険です。最初に登場したのは2016年ですが、現在では多くの保険会社から販売されています。

SOMPOひまわり生命の「笑顔をまもる認知症保険」は、簡単な告知で申し込むことができ、初めて軽度認知症障害または認知症と医師により診断を受けた場合により、それぞれ時金が受け取れます。さらに骨折した時や不慮の事故、所定の感染症で死亡した場合にも給付金が受け取れます。また、要介護1以上と認定された場合などに介護一時金が受け取れる特約も付けることができます。

例えば、50歳男性で、認知症一時金が100万円の場合、保険料は2410円と、お手頃な保険料も魅力です。

弊社では、認知症に限らず各社の様々な保険商品を取り扱っております。子供に負担をかけたくない、親が介護になつたらどうしよう、そういった不安の解決策を一緒に考えてみませんか？ お気軽ににご相談ください。



HKBモーゲージ株式会社
代表取締役 金田 誠也

お問合せ・ご相談は
HKBモーゲージ株式会社
さいたま市南区南浦和2-38-1
北原ビル5階
(南浦和駅東口 ローター内)
TEL.050-2018-0566
9:30~18:00 休日・水曜日

Withコロナ時代の必需品!?

宅配ボックス

お役立ち商品情報

新型コロナウイルスの流行のため、外出を自粛する人が増加。通販やオンラインショッピングを利用する人が急増しています。このような状況下、非対面での荷物を受取る事ができる、宅配ボックスが人気を集めています。

パナソニック製の宅配ボックス「コンボライト」は、印鑑を内蔵でき、押印と施錠が同時にできる構造になっています。6種類のカラーと2つのサイズが用意されています。2段階設置も可能です。現在、白馬建設(株)さいたま市では、この宅配ボックスをお買い得な価格で販売中。荷物を届ける側も受け取る側もお互いを思いやれる、宅配ボックスの設置を検討してみませんか？

コンボライト
□ミドルタイプ
W390×D473×H590
8.0kg
定価¥39,800(税抜)~
↓
¥31,840(税抜)~



コンボライト
□ラージタイプ
W390×D473×H790/10.6kg
定価¥49,800(税抜)~ → ¥39,840(税抜)~

本体
20%
OFF

※別途取付組立費が必要になります。 ¥14,000(税抜)

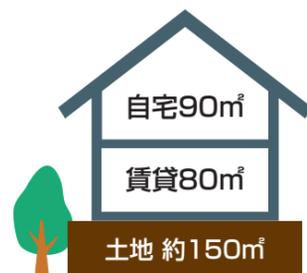
ご用命は **白馬建設株式会社** TEL.0120-827-898
〒336-0017 さいたま市南区南浦和2-38-1 ホームページ: www.hakart.jp

家賃収入で、生活にゆとりが生まれる『賃貸併用住宅』

賃貸併用住宅だとこれだけ支払が少なくなります

約12万円×12ヶ月
= 約144万円

約144万円×10年
= 約1440万円



	土地価格	建物価格	借入合計	家賃収入	月々負担額
専用住宅	3000万円	2000万円	5000万円	0円	約12.9万円
賃貸併用住宅	3000万円	3000万円	6000万円	14.5万円	約0.9万円

※35年ローン、金利0.4%の場合

メリット

- 家賃収入 得た収入で、教育費や習い事に充てられます。
- ライフスタイルの変化に対応 賃貸部分を子世帯が使用することができ、小さいお子様も将来は、成長して独立します。ライフスタイルの変化にも対応できます。
- 家賃収入 得た収入で、教育費や習い事に充てられます。所有している土地に、建替えずに充てられます。住宅ローンが0円になり、収支がプラスになる場合があります。
- 家賃収入 得た収入で、教育費や習い事に充てられます。所有している土地に、建替えずに充てられます。住宅ローンが0円になり、収支がプラスになる場合があります。
- 家賃収入 得た収入で、教育費や習い事に充てられます。所有している土地に、建替えずに充てられます。住宅ローンが0円になり、収支がプラスになる場合があります。

「不労所得」は、老後の安心になります。所有している土地に、建替えずに充てられます。住宅ローンが0円になり、収支がプラスになる場合があります。

自己判断だと、賃貸需要の分析や、デメリット回避への対応ができない可能性もあり、専門家のアドバイスが必要不可欠です。弊社には、賃貸併用住宅の豊富な経験とノウハウがあり、ますので、お気軽にご相談ください。

お問合せ・ご相談は **大和建設株式会社**
越谷市袋山1361-16
TEL.048-976-8331

ひらめき脳トレクイズ

解いたらちょっと嬉しくなっちゃう「直感・ひらめき問題」にチャレンジして、疲れた頭をリフレッシュしましょう! (答えはページの右下です)

Q1 あるなしクイズです。

Q2 イラストクイズです。

ある	なし
にわ庭 けさ今朝 ま舞う	いけ池 ごんや今夜 おど踊り



かるい「軽い」はどちらに入るでしょうか。

鳥居の中にはイヌがいます。では、海の中には何がいますか。

〈人気のエリアに〉

〈金利は高いが学生の街に〉

〈賃貸併用住宅参考間取り〉

■注文住宅

■最上階に住まう



■宅建業免許/国土交通大臣(5)第5817号 ■建設業許可/埼玉県知事(特-28)第50734号

株式会社 エステート白馬

■(公社)全日本不動産協会会員 ■(公社)不動産保証協会会員 ■(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

上尾駅前店 TEL.0120-307-898 〒362-8511 埼玉県上尾市谷津2丁目1-1 ショーサンプラザ(イトーヨーカ堂)5F	東大宮店 TEL.0120-953-325 〒337-0051 埼玉県さいたま市見沼区東大宮 5丁目31-9 NYビル1F	南浦和店 TEL.0120-934-879 〒336-0017 埼玉県さいたま市南区南浦和 2丁目38-1 北原ビル1F	越谷大袋店 TEL.0120-315-586 〒343-0032 埼玉県越谷市袋山 1361-16 1F
---	---	--	--

おかげさまで、創業29周年。住まいを通じて一生のお付き合い。
https://www.e-hakuba.com エステート白馬 検索