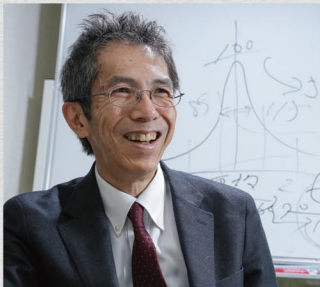




特 sekirei 集

健やかな心と体は 睡眠でつくられる



◎せきれいインタビュー

脳科学者 澤口 俊之さん

好奇心を持たせ夢を育てる
子育ても部下教育もそれが大事

- ◎“便利”をかしこく活用 寝具をいつも快適に!
- ◎眠りの質を高める 照明コーディネート術
- ◎ちょっとした工夫でエコ生活 夏の暑さは窓まわりで防ぐ!
- ◎警備会社に聞いてみた わが家を守る!防犯対策



◎せきれいインタビュー

脳科学者

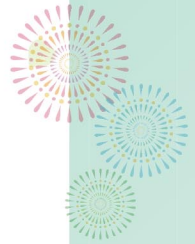
澤口 俊之 さん

TVのバラエティ番組に出演し、脳科学者の見地から発言する科学的コメントに注目が集まる澤口俊之さんにインタビュー。子どもの脳を適切に発育させ、社会的に成功する人間を育てるための、親の接し方について語っていただきました。

5ページへ ▶

Contents

特集.....	2
健やかな心と体は睡眠でつくれる	
せきれいインタビュー.....	5
澤口 俊之さん 好奇心を持たせ夢を育てる 子育ても部下教育もそれが大事	
◎時短!らくカジ生活 “便利”をかしこく活用 寝具をいつも快適に!.....	7
◎快適!暮らしアップ 眠りの質を高める 照明コーディネート術.....	8
◎解決!すまいマイスター ちょっとした工夫でエコ生活 夏の暑さは窓まわりで防ぐ!..	9
◎知っつく! 情報 警備会社に聞いてみた わが家を守る!防犯対策.....	10



発行

 名鉄不動産

ホームページ
<http://www.meitetsufudosan.co.jp>

発行/編集

 名鉄コミュニティライフ

ホームページ
<http://www.meitetsu-cl.co.jp>

「せきれい」に関するご意見・ご質問はこちら

名鉄コミュニティライフ株式会社 名古屋支社内 せきれい編集部

TEL 052-589-0860 メールアドレス sekirei@meitetsu-cl.co.jp



健やかな心と体は 睡眠でつくられる

夜中にコンビニストアやファミリーレストランなどで
小さな子どもを見かけると、
心配になる方も多いのではないのでしょうか。
近年、子どもの睡眠不足が問題となっており、
メンタルへの悪影響や生活習慣病の危険性も懸念されています。
もちろん子どもだけでなく、
睡眠は大人にとっても重要。
働き方改革やワークライフバランスなどで、
健康的に過ごすための取り組みが注目されているものの、
十分な睡眠がとれている方はまだ少ないのが現状です。
この機会に、私達にとって大切な
「睡眠」を見直してみましよう。

睡眠不足は危険! 自分の睡眠を見直そう

日本人の平均睡眠時間の少なさが指摘されて久しいですが、睡眠不足が慢性的になると、事故や慢性不眠、うつ病、生活習慣病の悪化などを引き起こす可能性が。大人も子どもも、心身に様々な弊害が出てくる前に、より良い睡眠をとるための工夫が必要です。

実は、睡眠で大切なことは、睡眠時間の合計よりも「最初の90分」でいかに深く眠るか。この90分で深いノンレム睡眠を確保すると自律神経が整い、成長ホルモンが多く分泌されます。成長ホルモンが正常に分泌されると、体調が整い、病気になりにくくなります。





子どもの睡眠不足は 大人以上に深刻になることも

10～20年前と比べて、子ども達の生活時間が確実に夜型になっています。これは、スマートフォンの普及、塾通い、親の夜型化などが影響しているとも。そして子どもの問題行動の原因のひとつに、睡眠不足が指摘されています。成長期の子どもにとって、睡眠はととても重要。睡眠がしっかりとれないことで、成長の遅れ、注意力・集中力の低下、日中イライラする、肥満とそれともなう無呼吸症候群の危険が出てきます。さらに肥満や無呼吸症候

子どもの睡眠不足の危険性

現代の子どもの4～5人に1人は、何らかの睡眠問題を抱えているといわれています。財団法人日本小児保健協会の調査によると、22時以降に就寝する子どもの割合が、1歳6ヶ月・2歳・3歳で半数を超えていました。睡眠不足と生活習慣病は悪循環を引き起こすことがあるため、注意が必要です。

■睡眠不足の要因

- ・親の夜型生活などの生活習慣
- ・無呼吸症候群 ・夜尿症(おねしょ)
- ・夢遊病などの睡眠障害 ・不眠症
- ・アトピーなどのかゆみ

■睡眠不足より高まるリスク

- ・不安定な精神状態 ・集中困難
- ・学習能力の低下 ・高血圧
- ・肥満とそれともなう生活習慣病
- ・糖尿病 ・うつ病

群は、糖尿病などの生活習慣病を合併しやすくなります。子どもの健やかな成長を促すために、適切な睡眠習慣を身に付けさせることが重要です。

心配な子どもの睡眠障害 まずは見守ることも大切です

子どもにも睡眠障害は起きます。寝ぼけや夜尿症(おねしょ)も、実は睡眠障害の一種。ほかにも夜中に突然起き上がったたり、歩き出したり、叫んだり、呼吸が荒くなったりすることもそれにあたります。これは遺伝性、成長にとまなう一過性、心理的ストレスによるものなど原因は様々考えられますが、多くは思春期までには消失します。まずはなるべく快眠環境を整えたいうえで、ストレスを与えないよう、優しく見守ることが大切です。でも、あまりひどいようなら専門の病院へ相談しましょう。

ホルモンに左右される 女性の睡眠

人間の体内にはホルモンが50種類以上存在するといわれています。女性

の体調は特にエストロゲンとプロゲステロンという女性ホルモンに左右されていて、このホルモンの分泌をバランス良く正常に機能させるには、良質な睡眠が重要となります。女性の場合は、妊娠中、出産後、更年期とライフステージによってホルモンと睡眠の関係が変わり、それぞれ睡眠不足や不眠といった症状が現れるので、適度な運動や昼寝をするなどして改善しましょう。

意外と睡眠に悩む 高齢者も多いのです

高齢になると早起きになる傾向がありますが、これには様々な理由があります。最大の原因は加齢とともに、必要睡眠量が減ることにあります。また、眠りが浅いため、ちょっとした物音や刺激(寒さ、暑さ、尿意など)で覚醒してしまうのです。ほかにも、退職、パートナーとの死別、独居などの心理的なストレス、メリハリに欠けた日常生活、治療薬の副作用などによって不眠症や睡眠障害にかかることも。

脳科学者 澤口 俊之さんの 睡眠のコツ

◎澤口さんのインタビューは5ページをご覧ください。



ハーバード大学などが行った研究では、緑の良く見える教室の生徒ほど成績が良くなるとのこと。緑は脳を休める作用があるためです。寝室にも観葉植物を置いたり、クロスを緑にするなど、緑色のものを周りに置くと効果的。私の場合はPCの壁紙を、輝度の高い緑色のものにしていました。

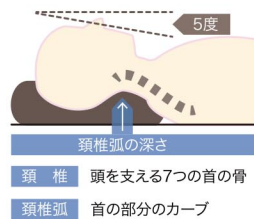


理想的なマットとマクラの選び方

マットが柔らかすぎると腰の部分が沈み、姿勢が悪くなります。その姿勢のまま睡眠すると、腰痛や腰に故障を抱える方は、痛みや故障の悪化につながります。特に子どもの場合は、成長途上で骨格の支える力が弱いため、大人よりも注意が必要です。一方で、硬すぎるマットは寝心地が悪く、熟睡しにくくなることも。心地よい柔らかさを保ちつつ、肩甲骨と腰の部分が沈み込まない寝具が望ましいといえます。

また、身体に一番負担が少ない姿勢は、リラックスをして立っている時と同じ状態。この時の顔の角度は約5度。睡眠時この状態が理想的です(イラスト参照)。マクラの役割は、敷きふとんと頭部・頸部の間を埋めること。このすき間は個人差がありますから、自分にあったマクラを選ぶことが肝心です。

脊柱を横から見るとS字状カーブを描いている理想的な寝姿勢



記事協力/株式会社 エアウィーヴ、ロフター株式会社

抽選で3名様に「エアウィーヴ ピロー」プレゼント!

快眠を科学するエアウィーヴが発売している「エアウィーヴ ピロー スタンダード」を3名様にプレゼントいたします。プレゼントのご応募は12ページをご確認ください。

ちょっとした気遣いで改善! 快適な睡眠をとるための工夫

これまで睡眠不足や睡眠障害の原因について見てきましたが、どうしたら質の良い睡眠をとることができるのでしょうか?

睡眠は、ちょっとした生活習慣を見直すだけでも随分と変わってくるのです。睡眠の質を向上させるためには、「自律神経」と「体温」を調整する体内時計が深く関わってきます。この体内時計のリズムを整えることは、睡眠の質を上げるだけでなく、心身を健やかにしてくれる役割も担っているのです。

質の良い睡眠と食事の関係

カフェインを含む食べ物や飲み物は、睡眠導入を阻害するといわれていますが、逆に良質な睡眠へ導いてくれる食べ物もあるのです。睡眠をつかさどるホルモンの「メラトニン」の分泌を促進させる「セロトニン」。これを体内で生成する「トリプトファン」「ビタミンB6」「炭水化物」を意識して食べるようにすれば快眠につながります。さらに「オメガ3脂肪酸」「DHA(ドコサヘキサエン酸)」を摂取して、深い睡眠を目指しましょう。

試してみよう! 8つの「快眠のコツ」

1 朝、日光を浴びる

起床後30分以内(朝6時~8時半がベスト)を目安に自然光を浴びて体内時計を整えましょう。朝食を窓辺で食べるというのもいいですね。



2 快眠のための朝ごはん

焼き魚
サケなどの魚には快眠をもたらすDHAが含まれている。

白米
炭水化物はセロトニンを体内で生成する栄養素である。



バナナジュース
バナナはメラトニンの生成量高める効果がある。

味噌汁
大豆製品に含まれるトリプトファンはメラトニンの素となる。



3 朝の行動はゆっくり

良質な睡眠をとるための準備は、朝起きた時から始まっています。決まった時間に起床→30分以内に日光を浴びる→朝食をとる。時間にゆとりを持った行動で交感神経のスイッチを上手く入れましょう。



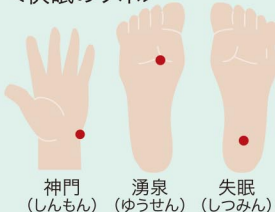
4 15分ですっきり! 正しい昼寝

昼すぎに眠くなるのはホルモンの働き上、自然なこと。状況が許せば、15分を目安に仮眠をとりましょう。本格的に眠ってしまうと、夜の睡眠に悪影響を及ぼすので15~20分程度がいいでしょう。

5 マッサージやツボも有効

心地よい眠りに入るためには「ツボ」を刺激するのもおすすめです。

<快眠のツボ>



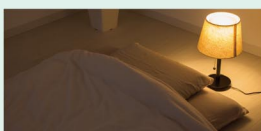
6 夜、ブルーライトを見ない

なるべく就寝90分前にテレビやパソコン、スマートフォンを見ないようにしましょう。ブルーライトが脳を刺激するドーパミンを出し、脳を興奮状態にしまいます。



7 寝る時は暗く

寝室の環境は睡眠の質を左右します。光を浴びると脳は活性化してしまうので、カーテンを閉める、照明やテレビを消すなどして、寝る際はできるだけ部屋を暗くしましょう。



8 最初の90分をぐっすり眠る

体調を整える成長ホルモンの分泌が眠りの深さに依存することが分かりました。就寝から最初の90分に迎えるノンレム睡眠をいかに深く眠るかが大切です。



好奇心を持たせ 夢を育てる 子育ても部下教育も それが大事

テレビのバラエティ番組では、科学的コメントを絶妙なタイミングで発言する、脳科学者の澤口俊之さん。

「人間性知能HQ」を高めることこそ、社会的に成功する人間を育てることに繋がると説く彼に、その具体的な手法について伺った。

社会的に成功できる人と そうでない人との差は？

近年社会でこんな問題が起こっていることをご存知でしょうか？ 学校での偏差値が高く、一流大学に合格でき、一流企業に就職したにもかかわらず、一年以内にドロップアウトしてニート化する新入社員が増えていることを。その一方で、激動する社会の中で生き生きと活躍し、若くして年収の多い若者も少数ながらいます。

こうした格差が生まれる要因は様々ですが、高度な未来志向性を中心とした「人間性知能HQ (Humanity Quotient)」の差が大きく関わっていると考えます。それは従来の学校教育の「偏差値」や、知能指数「IQ」とは異なります。大人になってからは学力だけではなく、適応力や協調性、問題解決能力などが求められます。この役割は、大脳の一部である前頭葉の前頭前野という場所が主に担っています。人間性知能HQは、人間的な社会生活、結婚生活、子育てなどを適切に行うために進化した知能です。実際、人間性知能HQが高い人ほど、社会的に成功する可能性が高いことが分かっています。ですから、幼少期から学力

だけでなく、人間性知能HQを総合的に発達させることが、子育てには重要なのです。

ほっとくこと。と言うと 身も蓋もありませんが...

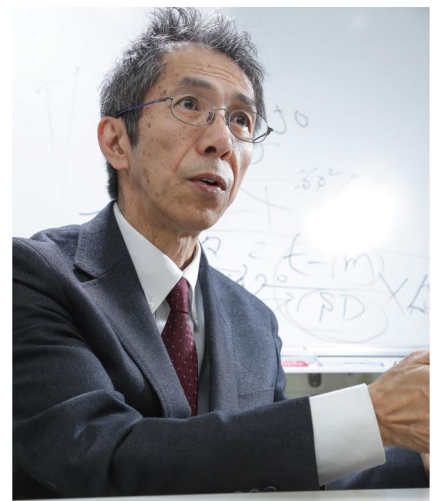
私も多くのお母さんから尋ねられます。人間性知能HQを高めるには、親としてどう育てればいいのかと。「簡単です。ほっといてください」と答えています。

それだけでは身も蓋もありませんので、補足しておきましょう。大切なのは「好奇心」と「夢」。幼少期は様々なものに好奇心を抱きます。身の周りのものをなんでも触ったりいじったりという行為は、好奇心がある証拠。そういう子どもほど、頭のいい子といえます。もちろん危険なものに触る行為は止めなくてははいけません。ですが、なんでもかんでも「触っちゃダメ」と止めることは、好奇心を育てるチャンスを潰してしまうことになりかねません。なるべくほっておくことなのです。

また、小学校1年生ぐらいから「未来記憶」といって、自分が将来どうなりたいかという未来のビジョンを描く能力を持つようになります。夢を持つのです。小学校6年生ぐらいになるとそれがもっと具体的になってきます。私も当時は「昆虫学者になりたい」と

いう夢を持ち、それを叶えるべく勉強を始めました。「昆虫学者になるんだったら大学に入らないとね、大学に入るには勉強しなければね」と先生からアドバイスを受けたのです。「想像してごらん、昆虫学者になったらアマゾンに行って、好きなだけ蝶を捕まえられるんだよ」と、子どもの私にとって本当に楽しげなイメージを、先生が具体的に描かせてくれたのが幸運だったと思います。

単に「勉強しなさい」など叱咤するのは逆効果。強制されての行動は、好奇心や夢を阻害してしまうことに繋がりがかねません。実際、一流大学で優秀な学生さんに





脳科学者

澤口 俊之 さん

さわぐちとしゆき

澤口 俊之

聞くと、「子どもの頃から勉強しろと言われてきたことは一切ない」という人が多いです。

一方、褒め過ぎも良くありません。例えば自発的にボランティア活動をしている若者に、報酬を与えてその活動をさせようとする、多くはやる気を無くしてしまうという研究結果があります。報酬が目当てになって自発性を無くすことは、好奇心を無くすことになるのです。ですからお母さんは、子どもがどんな好奇心を持っているかを見極め、邪魔しないこと。それに尽きます。

とはいえ、支援してあげることは重要です。行きたいところに連れて行ってあげる、本を欲しがれば買ってあげるなど。私の母も、本だけはお金を惜しまず買ってくれました。本をめぐっているうちに、好奇心はさらに湧き上がり、良い効果が期待できるのです。

好奇心と夢を持つことは社会人にも非常に重要

好奇心や夢を持つことが重要なのは、決して子どものうちだけではありません。社会に出てからも同じことです。好奇心を持ち続けるためには、いろんなことに関して疑問に思うことです。それは不安感でも構いません。「AI社会になって仕事が無くなるのは不安」というなら、AIが浸透して社会がどう変化するのか、対処するにはどう行動すべきか考えること。それが問題設定能力になり、やる気の維持に繋がりますから。

上司の叱り方ひとつとっても、部下の好奇心を刺激する叱り方というのがあります。

部下が失敗したときに「失敗したお前はダメだ」と頭ごなしに叱るのは問題外。「どうして失敗したのか、考えてみる」と導いてみましょう。さらに部下が答えを出した際には、「なるほどそうだったんだ、こっちは分からなかった」と言えちゃう上司は優秀です。本当は分かっているのに、それが部下の好奇心を刺激する効果的な育成になるのです。

さらには、老齢でも夢を持つことは大切です。実際、70歳の方々にアンケートを取り、夢を持っている人は持っていない人に比べて平均で7年間長生きすることがわかりました。いくつになっても夢と好奇心を持ち続けることは大切なこと。それを念頭に置けば、どう子育てすべきか、社会でどう振る舞うか、自ずと見えてくるのではないのでしょうか。

脳科学者 澤口 俊之 さわぐちとしゆき

1959年東京都生まれ。京都大学大学院理学研究科博士課程修了。京都大学霊長類研究所助手、北海道大学教授などを経て、人間性脳科学研究所を設立し所長就任。現在、武蔵野学院大学教授も兼任。専門は認知神経科学、霊長類学。『「学力」と「社会力」を伸ばす脳教育』ほか著書多数。コメンテーターとしてTV出演や教材ソフト「脳力道場」の監修も行っている。

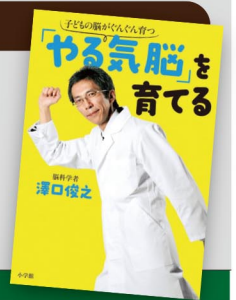
取材・撮影／2018年4月12日、東京都台東区浅草

澤口 俊之さんサイン入り本を5名様にプレゼント

『子どもの脳がぐんぐん育つ「やる気脳」を育てる』(小学館)

子どもは褒められたことが好きになるという好循環など、脳科学の裏付けがあるデータを紹介しながら、脳が「やる気」を出すようになる理論とコツをわかりやすく紹介。親に知識があるかないか、周囲の環境がどうか、ちょっとした工夫をするかしないかで、違ってくる子どもの「やる気」。そんな子どもの脳を育てる指南本。

プレゼントのご応募は12ページのアンケート封書へ▶



“便利”をかしこく活用 寝具をいつも快適に!

快適な睡眠のために、寝具の清潔さは大切なポイント。

人は就寝中にコップ1杯の汗をかくので、

寝具は思った以上に湿気を帯び、

また、皮脂や汗などの汚れはダニの繁殖の原因になります。

ここでは、寝具のお手入れを少しでも楽にする方法を紹介しましょう。



寝具はなんといっても湿気対策が肝心

布団派・ベッド派いずれも湿気をいかに放出させ、寝具にためないかがポイント。布団は、起きてすぐ押し入れにいれると湿気がこもったままになるので、30分ほど掛け布団をめくり空気に触れさせましょう。ベッドは壁から5センチ離して置き、またベッド下の掃除もまめに。マットレスは定期的に壁に立てかけて全体を乾かしましょう。敷きパッドを利用すれば、家で気軽に洗濯できるので、汗による汚れもすぐに洗えて清潔感をキープ。湿気や臭いを吸収・防ダニ・温度調節など、機能的に優れた敷きパッドを利用するのもいいでしょう。

コインランドリーで時短!家族分の寝具を洗濯・乾燥

肌に直接接触する肌掛け布団・タオルケット・敷きパッドや、季節の変わり目に洗いたい毛布は、家で洗ったり干したりするより、コインランドリーを利用するのがおすすめです。特に、寝具がなかなか干せない梅雨時やたくさん汗をかく夏に、家族分をまとめて洗濯から乾燥までできるコインランドリーは大変便利。寝具をいつも清潔に保ち、洗濯時間も大幅に短縮できるでしょう。

○コインランドリーを使うメリット

- ・毛布・羽毛布団がクリーニングより安く洗える
- ・高温での乾燥・大風量でダニや花粉を除去できる
- ・何枚もまとめて洗濯できるので洗濯時間の短縮になる
- ・乾燥させるとふわふわに仕上がる

△コインランドリーを使うデメリット

- ・キルティングされていないものや綿毛布は使用できない
- ・寝具を持参するのが大変
- ・待ち時間が必要



※素材や洗濯・乾燥時間などは、各コインランドリーのルールに従って利用してください

宅配布団クリーニング&保管サービスを利用

敷布団などの大物や、コインランドリーへ運ぶのが大変な人は、一年に1回布団クリーニングに出してみてもいい?干すだけでは除去できない汗や皮脂汚れを除菌・消臭し、布団に数十万匹いるといわれるダニの死亡率を99%、アレルギー除去率98%(*)を実現します。ふかふかに仕上げた布団は、圧縮せずにそのままお届け。また、保管サービスを利用すれば、収納スペースに困っている家庭も助かりますね。 ※公的衛生研究所の調査結果より

■選べる仕上がり/布団丸洗いパック

◎ふわふわお届け(3点)〈最長9ヵ月お預かり〉19,440円(税込)

◎圧縮お届け(3点)〈最長9ヵ月お預かり〉16,200円(税込)



詳しくは、9ページの「名鉄リビングアシスタント」へお問い合わせください。

KOKOROフリー化計画とは

家事や住まいのメンテナンス、心の負担になっていませんか?毎日を心地よく健やかに送るための家事なのに、ストレスになっては元も子もありません。「KOKOROフリー化計画」では、少しでも心の負担が軽くなるようなアイデアとサービスをご紹介します。また家事・住まいのお困りごとを募集しています。12ページのアンケート封書でご応募ください。

眠りの質を高める 照明コーディネート術

心地よく眠るためには、照明選びは大切なポイントです。ここでは、スムーズな入眠のためのリビング照明や、質の高い睡眠を得るための寝室の明かりについて、インテリアコーディネーターにお聞きしました。



体を睡眠モードにするためのリビング照明とは？

光の色は、下の表のように分けられます。なかでも電球色は、陰影をつくることから顔の表情を豊かに見せ、家族の団欒におすすめです。夜のリラックス空間に適した光の色と言えるでしょう。睡眠ホルモンの分泌を妨げないためには、寝る2〜3時間前から明るさを抑えた暖かみのある電球色の空間で過ごしましょう。リビングの主照明を消して、間接照明だけで過ごすとも脳が眠りにつきやすくなります。ソファの横や、部屋の隅・棚の上など壁に近いところにフロアスタンドやテーブルライトを置きます。観葉植物の後ろに置けば、きれいな影が浮かび上がって雰囲気づくりにも。最近では、光の色が切り替えられる“調色”や、明るさを調節できる“調光”機能が付いたLEDシーリングライトもあり、買い替えを考えている方にはおすすめです。

	昼光色	昼白色	電球色
光の感じ	明るく青白っぽい	自然光に近い	暖色系の黄色
目的	読書、勉強、裁縫などの作業	メイクや服を選ぶ	食事、くつろぎたい時
場所	作業デスク、勉強部屋	リビングの主照明、洗面室	寝室、食卓の上、リビングの間接照明



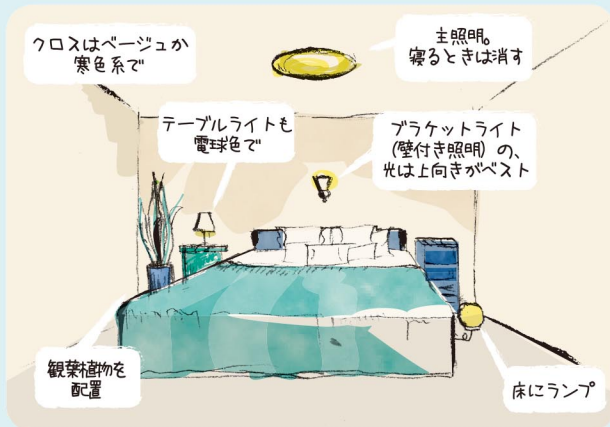
インテリアコーディネーター・インテリアディレクター

倉八 重徳さん



寝室の照明は、ほんのりとした明かりと配置がポイント

寝室では、なるべく暗くするのが基本。天井の豆電球の光であっても、目に直接あたるので睡眠の妨げになります。就寝前は、ブラケットライトや、ベッドの横に置くテーブルライトのみで過ごしましょう。寝る前の読書も、入眠を考えると明るい昼白色より電球色がおすすです。また、真っ暗な中で寝るのは不安という方や夜中に起きる人には、足元を照らすフットライトが適しています。部屋の隅にランプを置いてみたり、コンセントに差し込むタイプを利用してもいいでしょう。ほかにも、本物のろうそくのような火のゆらめきを楽しめるLEDのキャンドルライトがあります。リラックス効果がありインテリア性の高さが魅力です。家具のレイアウトや好みに合わせて、心地よい寝室の照明を考えてみるのも楽しそうですね。



ちょっとした工夫でエコ生活 夏の暑さは窓まわりで防ぐ!

暑い夏を乗り切るためには、
快適な室内環境をつくりたいもの。
空気の入りが一番多い窓まわりを見直して、
暑い外気を室内へ入れない工夫をしましょう。
同時に、昔ながらの涼を呼び込む知恵も
見直してみませんか。



昔の知恵や工夫で、五感に呼びかけ暑さをしのぐ

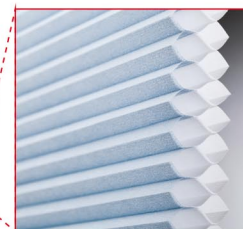
エアコンのない時代は、暑い夏をさまざまな工夫で乗り切っていました。少しでも涼しく過ごすため、先人の知恵を取り入れてみませんか? すだれは日陰をつくり、隙間から風を通す優れたものです。竹やヨシなどの自然素材は、見た目にも涼しそうです。窓際に吊るす風鈴は、音で涼を感じる夏の風物詩。ガラスや鉄など素材によって響きが違うので、好みのものを探すといいでしょう。玄関や窓近くに水をまく打ち水は、直射日光が反射しない夕方がおすすです。ほかにも、室内に観葉植物を置く、インテリアに清涼感のあるブルーを取り入れる、クッションを麻素材に替えるなど、五感から涼をとる工夫をしてみましょう。

断熱効果の高いスクリーンや、ガラスフィルムで対策

カーテンやブラインドを、より断熱効果の高いハニカムスクリーンに替えてみませんか。ハニカムとは英語で“ハチの巣”という意味で、蜂の巣状の構造で空気を閉じ込め、高い断熱効果を発揮すると注目されています。夏は外からの熱の侵入を防ぎ、室内の冷房で冷やされた空気を逃がしません。年間で34.1%の節電が実証された遮光タイプや、太陽光を遮断しながらソフトな光を通す採光タイプなどがあります。

「昼間はカーテンを開けて開放的に過ごしたい」という人には、窓に貼るガラスフィルムがおすすです。遮熱タイプは、室温を上昇させる赤外線をはね返すので、西日が入る窓がいいでしょう。断熱タイプは熱の移動を防ぐので、夏の暑い外気の侵入を抑え、冬は暖房の熱を逃がしにくくするので、「夏は涼しく、冬暖かい」住空間が期待できるでしょう。ガラスフィルムは紫外線をカットするので、家具や床、写真や絵画の日焼けを軽減。また、外から室内を見えにくくするタイプを選べば、プライバシーの確保にも役立ちます。

ハニカムスクリーン

ノーマン・オーダーメイドブラインド
<https://www.norman.co.jp/>

油断大敵!室内で熱中症になったら...

室内でめまい・けいれん・吐き気・頭痛・倦怠感などの症状が出てきたら熱中症かもしれません。もし具合がわるくなったら……。これらの対処法を、普段から頭に入れておきましょう。

対処法 1 まず家族や友人など親しい人に、電話などで異常を知らせる(もしもの時に助けてもらえます)

対処法 4 スポーツドリンクや食塩水、水を摂取する(意識がある場合)

対処法 2 窓を開けて風を通す。エアコンが効いた涼しい部屋に行く

対処法 5 保冷剤や冷たいタオルで、首・脇の下・太腿のつけ根を冷やす

対処法 3 衣類をゆるめる

対処法 6 症状が続くようなら、必ず病院へ



フローリングの日焼けが気になったら?

遮光対策はフローリングの日焼け防止にもなりますが、もし気になり始めたらDIYでも対処できます。床用のカラーワックスや着色ニスで塗装すれば、多少は目立たなくなりますが、仕上がりのクオリティの高さを求めるならリフォームを考えるのもいいかもしれませんね。※塗装製品は用途をご確認ください



名鉄リビングアシスタント



0120-456-381

年中無休 24時間受付

スゴカジ

検索

警備会社に聞いてみた わが家を守る!防犯対策

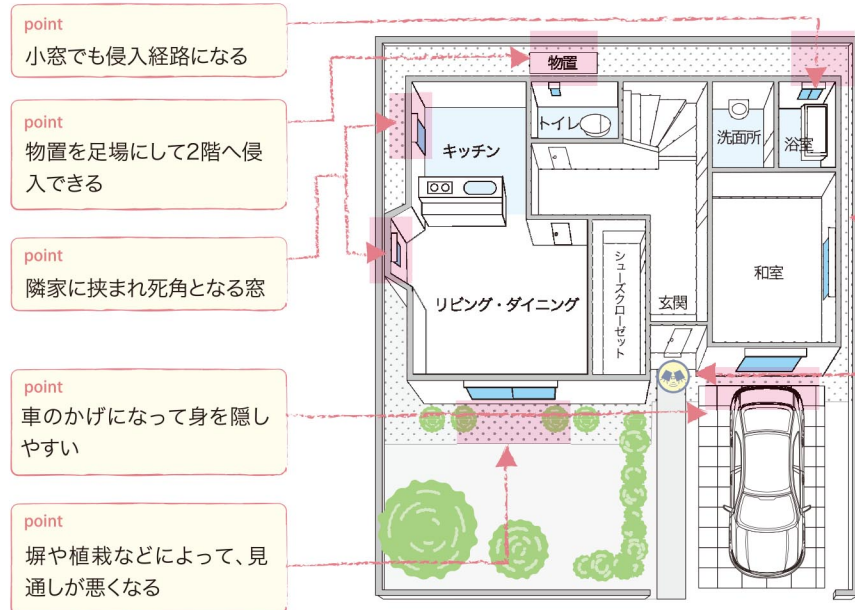
住宅を対象とした侵入窃盗は、2016年度は全国で4万件も発生しました。そんな暮らしの不安を解消するために、わが家の防犯を見直してみましょう。すぐにできる対策や、ホームセキュリティのメリットも紹介します。



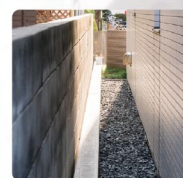
注目ポイント01 泥棒が警戒する「音・光・目」

泥棒を抑止するポイントに「音・光・目」の3つがあります。泥棒は、警報音が鳴る、足音が響く、いきなり明かりがつくといった「音」と「光」が発せられることを嫌がります。防犯砂利など、ホームセンターで販売されているものを利用するのも効果的です。また、ゴミ置き場が管理されているなど、ご近所間の良好なコミュニケーションがうかがえる地域も、侵入しにくい印象を与えます。地域コミュニティの意識の高さは、「人の目」として泥棒の抑止力になっているのです。自分でできる対策として、植え込みを短く刈る、洗濯物は隙間を空けて干すといった泥棒が身を隠せる場所をつくらない工夫や、窓の下に物置やゴミボックスなど足場になるものを置かないことなどが大切です。

泥棒の侵入に気をつけるポイント



ホームセンターでも揃う 自分でできる防犯対策



防犯砂利

窓の下や勝手口周辺に敷くと足音が響きます



人感センサー ライト

侵入者が近づくとライトの明かりがつけます



マグネットセンサー

窓やドアが開いたことを感知して、警告音を発します。センサーは各窓に設置しましょう

ステッカーが貼られているだけでも「対策している家」として抑止力が期待できます

侵入時に音を出すことで、泥棒が警戒し侵入をあきらめたり、被害を最小限にとどめることにつながります

セキュリティの導入で住まう人の防犯への意識が高まり、同時に安心感も得られます

泥棒に入られて後悔する前に、防犯対策を!

名鉄セコム株式会社
営業部 次長
岡本 利彦さん



注目ポイント02 警備会社・名鉄セコム株からの提案

泥棒対策の一つに、ホームセキュリティの導入があります。侵入リスクの高い窓やドアまわり、見守りたい空間に防犯センサーを設置。侵入や異常を感知すると、コントロールセンターに信号が送られ対処員が駆けつけてくれます。こうしたセキュリティは、泥棒への抑止力や、被害を最小限にとどめる効果のほか、住人の防犯への意識を高めます。ほかにも、家の中での急病時に、握るだけで警備会社に通報できるペンダントなど携帯用アイテムもあります。家族構成やライフスタイルに応じたセキュリティを、一度考えてみませんか。



たくさんのご意見・ご感想、ありがとうございます！

坪田塾の、人の評価の仕方は、孫たちへの対応に大変参考になりました。愛情と信頼で接していきたいと思います。わが家には天窓があり夜空を眺めて楽しんでいましたが、年月とともに風雪に耐えがたく、雨侵入防止策を施しました。友人も暖炉を楽しんでいましたが、同じような問題で、対応には費用もかかり困っているようです。かっこ良く家をつくりましたが、メンテナンスまで考えなかった結果だと思えます。これから家を建てる方へは、メンテナンスの時期・費用などを明確にして相談にのるなど、付加価値のあるサービスに期待したいと思います。
(サタップさん)

編集部より

大変貴重なご意見ありがとうございます。築年数によるメンテナンス面は大切な課題として受け止め、今後の参考にさせていただきます。

紙類の片付けは大変参考になりました。衣類や小物についても、適切な片付け方法があると思いますので、ぜひ掲載していただければと思います。
(可児のマルケイさん)

編集部より

郵便物や書類などの紙類は、「すぐに仕分ける」が基本のようですね。これからもさまざまな角度から、収納や片付け法を紹介してまいります。

生活者の身近な問題がクローズアップされていて、興味深くアンダーラインを引きながら読みました。ペット関連や、水まわりの掃除等の特集を期待しています。
(H・Mさん)

編集部より

熱心に読んでいただいているご様子、とても励みになります。皆さまのご要望に寄り添った企画を考えてまいります。ご要望があれば、どんどんお便りでお知らせください。



防犯はとっても大切ですね!防犯砂利を敷きたいと思っています。我が家は娘の家共々、名鉄不動産の家です。
(JMさん)

編集部より

親子二代で弊社の家に住んでいただき、大変ありがとうございます。今回の「知っトク!情報」(10ページ)では前回の警察に引き続き、警備会社からのアドバイスを掲載しております。ぜひ参考になさってくださいね。

一戸建てから初めてマンションに引っ越してきました。モデルルームはとてもきれいで、入居後はそんな姿を想像していましたが、収納スペースが限られていて、入居して1年を迎えますがなかなか片付きません。皆さんはどのように工夫して収納されているのか、特集を組んでいただくと参考になります。
(RWさん)

編集部より

使いやすい収納法を見つけるのは難しいですね。そんな時、他人のアイデアが参考になることもしばしば。読者の皆さまの知恵や声が反映される企画も、これから考えていきたいと思えます。

リフォーム・DIYの体験例を募集します

編集部では、皆さまの体験を、ぜひ教えていただきたいと思っています。取材にご協力いただいた方には、5,000円分QUOカードをプレゼント! さらに撮影した写真データもプレゼント! どうぞお気軽にご応募ください。

12ページのアンケート封書、またはメールにて「リフォームやDIYされた場所・どのように変えて満足されているか」を簡単にご記入ください。写真を同封、またはメールに添付していただくと幸いです。取材の申し込みをさせていただく場合には、後日、編集部よりご連絡いたします。

皆さまのメッセージを 大募集!

横のアンケート封書でお気軽にお送りください。
・家事や住まいのお困りごと
・ご家族のエピソード
・「せきれい」へのご意見・ご感想
ほかどんなことでもどうぞ。

PRESENT 今回のプレゼント

【応募締切】

2018年7月17日(火)までのメール・封書の到着分

※プレゼントの当選発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

応募いただいた方の中から

澤口 俊之 著

抽選で
5名様

子どもの脳がぐんぐん育つ
「やる気脳」を
育てる(小学館)

サイン入り



応募いただいた方の中から

エアウィーヴ
ピロー スタンダード

抽選で
3名様

メッセージ採用者全員プレゼント
QUOカード1,000円分



せきれい 編集後記

東海圏だけでなく、首都圏・関西圏からもたくさんのお便りをいただき、ありがとうございました。皆さまの「暮らし」への意識の高さに感じ入るとともに、「せきれい」に対してご期待いただいていることを実感いたしました。そのご期待に応えるべく、これからも皆さまの生活がより豊かなものになるよう、常に求められ続ける「せきれい」を目指し、邁進してまいります。
(S.N)

愛知県名古屋市中村区名駅南1-16-30

名鉄コミュニティライフ株式会社

名古屋支社内

【せきれい編集部】おたより係
2018.Summer: vol.92



山折り

せきれい 個人情報の取扱いについて

名鉄コミュニティライフ株式会社は、せきれいのアンケートで取得したお客様の個人情報の取扱いを以下の目的で利用します。

【利用目的】①プレゼントの発送②本誌に関するご意見・ご感想の本誌及び本誌webサイトでの掲載③本誌内容の向上に向けたご意見の把握、統計利用等●取得したお客様の個人情報は、お客様の同意を得た場合及び法令に基づく場合を除き、第三者に提供しません。●上記利用目的への対応のため、業務委託先に対し、お客様の個人情報の取扱いを委託することがあります。この場合、弊社は、業務委託先と秘密保持契約を締結し、適正に管理します。●アンケートに個人情報をご記入いただくかどうかは、お客様の任意となりますが、個人情報をご提供いただけない場合は、プレゼントの発送ができない場合がありますので、予めご了承ください。●アンケートにご記入いただいた名鉄不動産株式会社の商品やサービスに関するご意見・お問い合わせは、当該会社に連絡し、当該会社から回答をさせていただきます。●お客様は、ご投稿写真等の著作権について、弊社に無償で利用(複製、複写、改変、第三者への再許諾その他のあらゆる利用を含む)する権利を許諾するものとします。

※上記の内容に同意のうえ、弊社へアンケート用紙を送付してください。

【せきれいに関する個人情報のお問い合わせ】せきれいに関するお客様の個人情報の開示・訂正・利用停止等につきましては、下記の窓口までご連絡ください。〒450-0003 名古屋市中村区名駅南1-16-30 東海ビルディング4階 名鉄コミュニティライフ株式会社 名古屋支社 仲介住生活サービスグループ
電話:052-589-0860 受付時間:10時00分~17時00分まで(但し、土曜日、日曜日、祝日、年末年始は除きます。)
弊社の個人情報保護方針の詳細は、弊社ホームページ上に掲載しております。

http://www.meitetsu-cl.co.jp/privacy.html

メッセージ 大募集!

メッセージが採用された方全員へ、
QUOカード1,000円分をプレゼント!

【郵送でのご応募】

左の「キリトリ線」でアンケート封書を切り取り、必要事項をご記入のうえ、お送りください。

【メールでのご応募】

sekirei@meitetsu-cl.co.jp

へお送りください。

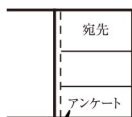
<記入事項>氏名、ペンネーム(任意)、年代、性別、家族の人数、入居年数、住所、電話番号、メールアドレス、ご希望のプレゼント、リフォーム・DIYの内容(任意)

【応募締切】

2018年7月17日(火)までの
メール・封書の到着分

※QUOカードプレゼントは今回受付メッセージの中で、次号に掲載された方に限ります。※プレゼントの当選発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。

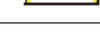
アンケート封書の作り方



①左のキリトリ線で
封書を切り取る。



②A(アンケート)の
部分を折り、
のりしろにノリをつける。



③B(宛先)を折り、
ノリ部分を
しっかりつける。

※テープでの接着でもかまいません。

【お問い合わせ・ご質問】

名鉄コミュニティライフ株式会社
名古屋支社内

【せきれい編集部】おたより係

TEL 052-589-0860

メール sekirei@meitetsu-cl.co.jp



山折り
のりしろ

●ご希望のプレゼントにチェックをお入れください。(複数可)

- 澤口 俊之さん
サイン入り書籍 エアウィーブ
ピロー スタンダード

フリガナ
お名前

ペンネーム※使用したい方

年代
20代 30代 40代 50代
60代 70代 80代~

性別
男・女

家族構成
人

ご住所 〒
入居年数
年

お電話番号
()

メールアドレス

●今号で面白かった、または良かった記事は?(複数回答可)

- <特集> 健やかな心と体は睡眠でつくられる
 <せきれいインタビュー> 澤口 俊之さん
 <時短!らくカジ生活> 寝具をいつも快適に!
 <快適!暮らしアップ> 照明コーディネーター術
 <解決!すまいマイスター> 夏の暑さは窓まわりで防ぐ!
 <知っとク!情報> わが家を守る!防犯対策

●メッセージ、「せきれい」に関するご意見・ご要望をご自由にお書きください。

◎体験応募の方はを入れてリフォームやDIYの内容をお書きください。 リフォーム DIY

Blank area for writing messages and comments.

※QUOカードプレゼントは今回お送りいただきましたメッセージの中で次号に掲載された方に限ります。
※メッセージ欄が足りない場合は、お手持ちの紙をご使用の上、アンケート封書に同封ください。



キリトリ線



のりしろ

のりしろ



「メイツ東船橋」マンションギャラリー 0120-164-226

□営業時間/平日11:00~18:00 土日祝10:00~18:00(定休日/水・木)

ホームページから資料請求を受け付けています。

メイツ東船橋

検索

東船橋を暮らしのBASEにしよう!



※掲載の空撮写真は東船橋駅中心地を撮影(2017年11月)したものを一部CG処理により合成したものです。※周辺環境・眺望は将来変わる場合があります。※徒歩分数表示については地図上の概測距離を、80mを1分として算出(端数切り上げ)したものです。※表示内容は、2017年12月の調査時点のものです。

(HOME)

みんなが快適に過ごせるホームをつくらう。

FACILITY |

暮らしのアイデアいっぱい。共用施設が多彩に充実!



(BASE)

JR総武線「東船橋」駅をベースに広がる軽快なロケーション!

LOCATION |

駅への行き帰りは快適なフラットアプローチ。



外観完成予想CG

■メイツ東船橋 物件全体概要 ●所在地/千葉県船橋市東船橋5丁目204番14他(地番) ●用途地域/準住居地域・第一種低層住居専用地域 ●交通/JR総武線「東船橋」駅徒歩11分・JR総武線「津田沼」駅徒歩18分・京成本線「船橋競馬場」駅徒歩15分 ●総販売戸数/164戸 ●敷地面積/6,624.76㎡ ●売主/名鉄不動産株式会社:国土交通大臣(15)第337号、(一社)不動産協会(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟、東京支社〒107-0052東京都港区赤坂2-2-12NBF赤坂山王スクエア4階 ●販売提携(代理)/株式会社長谷工アーベスト:国土交通大臣免許(9)第3175号(一社)不動産協会(一社)不動産流通経営協会(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟、〒105-8545 東京都港区芝二丁目6番1号 長谷工芝ビル ●設計・施工/株式会社長谷工コーポレーション ●管理形態/区分所有者全員により管理組合を結成し、管理会社に委託 ●分譲後の権利形態/敷地は共有、建物は区分所有、共用部分は専有面積割合による所有権の共有 ●構造・規模/RC造9階建 ●建築確認番号/第UHEC建確29606号(2017年12月26日) ●建物竣工予定時期/2019年8月下旬 ●入居予定時期/2019年9月下旬 ●駐車場/総販売戸数164戸に対して115台(月額使用料:900円~12,000円・身障者用1台、軽自動車用16台、荷捌き用1台含む) ●バイク置場/14台(月額使用料:未定) ●サイクルポート/164区画(無料) ■予告物件概要 ●販売戸数/未定 ●予定販売価格/2,900万円台~5,800万円台 ※100万円単位 ●予定最高価格帯/3,900万円台 ※100万円単位 ●専有面積/64.66㎡~85.76㎡ ●間取り/2LDK~4LDK ●バルコニー面積/10.70㎡~16.06㎡ ●ルーフバルコニー面積/25.13㎡~40.05㎡ ●サービスバルコニー面積/9.49㎡~10.16㎡ ●テラス面積/11.60㎡~12.20㎡ ●専用庭面積/7.35㎡~15.25㎡ ●管理費(月額)/未定 ●修繕積立金(月額)/未定 ●管理準備金(引渡時一括払い)/未定 ●修繕積立一時金(引渡時一括払い)/未定 ●販売開始予定時期/2018年5月下旬 ※掲載の専有面積・販売価格等は、供給予定の全住戸(164戸)の内容を表示しています。 ※全ての販売住戸を一括して販売するか、または期分けして販売するか未確定の為、今後行う本広告において販売戸数・価格等を表示いたします。 ※掲載の情報は平成30年5月22日現在のものです。

予告広告

本広告を行い取引を開始するまでは、契約又は予約の申込みは一切応じられません。また申込みの順位に関する措置は講じられません。予めご了承ください。販売予定時期/平成30年6月中旬 ※本広告は物件ホームページにて表示いたします。

※掲載の外観完成予想CGは、計画段階の図面を基に描き起こしたもので実際とは異なります。なお、雨樋、エアコン室外機、給湯器、TVアンテナ等再現されていない設備機器等がございます。 ※掲載は特定の季節を想定しておりません。また竣工から育成期間を経た状態を想定しております。 ※掲載の写真はイメージです。

OSAKA area

分譲マンション

御幣島・塚本2WAYプロジェクト



「御幣島・塚本2WAYプロジェクト」販売準備室

0120-565-073

ホームページから資料請求を受付けています。

みてじま73

検索

○営業時間 / 10:00~17:00(定休日/土・日・祝)

御幣島・塚本 2WAYプロジェクト [資料請求受付開始]

2線2駅利用



緑と、暮らしと、都会の隣。家族の未来は、ここから始まる。



みらいネクスト

M I R A I N E X T

ライフ
歌島店
徒歩4分
(約310m)

市立
御幣島
小学校
徒歩4分
(約320m)

歩行者・自転車専用道路「大野川緑陰道路」前 全戸南東向き・15階建・総73邸

■御幣島・塚本2WAYプロジェクト 物件全体概要 ●所在地 / 大阪市淀川区御幣島3丁目20-2,他(地番) ●交通 / JR東西線「御幣島」駅徒歩8分, JR東海道本線「塚本」駅徒歩13分 ●地目 / 宅地 ●地域・地区 / 工業地域 ●建ぺい率 / 22.47% ●容積率 / 199.79% ●構造・規模 / 鉄筋コンクリート造、地上15階建 ●総戸数 / 73戸 ●敷地面積 / 2,375.24㎡ ●建築面積 / 533.63㎡ ●延床面積 / 5,197.31㎡ ●建築確認番号 / 第ERI-18012203号(平成30年4月9日) ●駐車場 / 46台[月額使用料:未定] ●自転車置場 / 146台[月額使用料:未定] ●バイク置場 / 16台(ミニバイク14台、バイク2台)[月額使用料:未定] ●竣工予定時期 / 2020年3月上旬(予定) ●入居予定時期 / 2020年3月下旬(予定) ●管理形態 / 区分所有者全員により管理組合を結成し、管理会社に委託予定 ●管理会社 / 名鉄コミュニティライフ株式会社 ●分譲後の権利形態 / 敷地は、専有面積割合による所有権の共有。建物も、専有部分は区分所有、共用部分は専有面積割合による共有 ●事業主(売主) / 名鉄不動産株式会社[国土交通大臣免許(15)第337号・(一社)不動産協会会員・(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟、〒530-0015大阪市北区中崎西二丁目4番12号梅田センタービル9階、TEL.06-6136-8211] ●販売提携(代理) / 株式会社ライフステージ[国土交通大臣免許(6)第5164号・(一社)全国住宅産業協会会員・(公社)近畿地区不動産公正取引協議会加盟、〒532-0011大阪市淀川区西中島五丁目5番15号新大阪セントラルタワー、TEL.06-6305-3511] ●設計・監理 / 株式会社ユマ設計 ●施工 / 不二建設株式会社 ■予定販売戸数概要(予告概要) ●予定販売戸数 / 未定 ●予定販売価格 / 未定 ●予定最多価格帯 / 未定 ●間取り / 2LDK・3LDK ●住居専有面積 / 53.55㎡~71.08㎡ ●バルコニー面積 / 9.69㎡~11.40㎡ ●サービスバルコニー面積 / 1.12㎡・1.28㎡ ●アルコーブ面積 / 1.47㎡~2.57㎡ ●管理費(月額) / 未定 ●修繕積立金(月額) / 未定 ●管理準備金(引渡時一括払い) / 未定 ●修繕積立基金(引渡時一括払い) / 未定 ●販売予定時期 / 平成30年8月中旬予定 ※上記概要は、供給予定の全住戸(73戸)の内容を表示しております。販売住戸(区画)を一括して販売するか又は数期に分けて販売するかは確定しておりません。確定情報は本広告にてご案内いたします。

予告広告

本広告を行い取引を開始するまでは、契約または予約申し込みは一切応じられません。また、申込順位の確保も行いませんので予めご了承ください。販売予定時期 / 平成30年8月中旬予定 ※本広告は物件ホームページ表示いたします。

※掲載の画像は、平成29年10月に撮影した写真に、計画段階の図面を基に描き起こした外観完成予想CGを合成したもので、実物とは異なります。※掲載の外観完成予想CGは、計画段階の図面を基に描き起こしたもので実際とは異なります。なお、雨樋、エアコン室外機、給湯器、TVアンテナ等再現されていない設備機器等がございます。※掲載は特定の季節を想定しております。また竣工から有期間を経た状態を想定しております。※徒歩分は現地より80mを1分として算出したものです。

NAGOYA area

分譲マンション

エムズシティ神宮前

資料請求いただいた方に、
コンセプトブックをプレゼントいたします。
フリーダイヤルまたは右記QRコードより請求ください。



ホームページから資料請求を受付けています。

エムズシティ神宮前

検索

「エムズシティ神宮前」販売準備室 0120-186-226

□営業時間/10:00~17:00(定休日/水・日)

M's City
神宮前
新発表

都市に、森&杜

かけがえない2つの価値は、暮らしを変える力がある。



新築分譲マンション 全186邸

名鉄「神宮前」駅へ 徒歩5分(約380m) + 直通6分 & 徒歩2分(約110m) 神宮東公園まで

「エムズシティ神宮前」いよいよ資料請求受付開始。

※徒歩分表示については地図上の概測距離を80mを1分として算出(端数切り上げ)したものです。
※電車の表示分数は平日の日中時の「快速特急・空港特急(ムースカイ)」を利用したもので、
時間帯によって多少所要時間は異なります。また待ち時間等は含まれておりません。

外観完成予想図



■エムズシティ神宮前 予告物件概要●所在地/愛知県名古屋市熱田区三本松町501番5●交通/名鉄名古屋本線「神宮前」駅徒歩5分、JR東海道本線「熱田」駅徒歩10分、地下鉄名城線「神宮西」駅・「伝馬町」駅各徒歩13分●用途地域/準工業地域●敷地面積/6,618.80㎡●建築面積/2,096.11㎡●延面積/14,019.54㎡●構造・規模/鉄筋コンクリート造、地上10階建●竣工後の権利形態/敷地・建物共用部分は専有床面積割合による所有権の共有、建物専有部分は区分所有●確認済証番号/BCJ17大建確075(2018年2月13日)●総戸数/186戸●竣工日/2019年8月末日(予定)●入居開始日/2019年9月下旬(予定)●管理形態/区分所有者全員で管理組合を結成し、管理会社へ委託。●駐車場/167台(平面133台※来客用1台含む、機械式34台)(月額使用料未定)●売主/名鉄不動産株式会社 〒450-0002 名古屋市中村区名駅四丁目26番25号 TEL (052)-581-1223 国土交通大臣免許(15)第337号、(一社)不動産協会会員、(一社)中部不動産協会会員、東海不動産公正取引協議会加盟●販売提携(代理)/株式会社長谷工アーベスト名古屋支店 〒460-0008 名古屋市中区栄四丁目1番8号 TEL (052)-238-3725 国土交通大臣免許(9)第3175号、(一社)不動産協会会員、(一社)不動産流通経営協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟●設計・監理/株式会社長谷工コーポレーション 大阪エンジニアリング事業部●施工会社/株式会社長谷工コーポレーション●管理会社/株式会社長谷工コミュニティ●予定販売戸数/未定●販売価格/未定●最多価格帯/未定●間取り/1LDK~4LDK●専有面積/35.70㎡~81.85㎡●バルコニー面積/2.60㎡~29.73㎡●管理費等/未定※全体で販売するか数期に分けて販売するか確定しておらず、販売住戸が未定のため物件概要データは全販売対象住戸(186戸)のものを表示しています。確定情報は本広告にてお知らせします。●販売予定時期/平成30年9月中旬

予告広告

本広告を行い取引を開始するまでは、契約又は予約の申込みは一切応じられません。また申込みの順位の確保に関する措置は講じられません。予めご了承ください。販売予定時期/2018年9月中旬※本広告は物件ホームページにて表示いたします。

※掲載の外観完成予想CGは、計画段階の図面を基に描き起こしたもので実際とは異なります。なお、雨樋、エアコン室外機、給湯器、TVアンテナ等再現されていない設備機器等がございます。※掲載は特定の季節を想定しておりません。また竣工から育成期間を経た状態を想定しております。

美しく、豊かな暮らしを
応援する生活情報誌。

せき
き
れい

2018 Summer vol.92

通巻92号(2018年6月発行)4回発行・無料 発行元/名鉄不動産株式会社 名鉄コミュニティライフ株式会社 名鉄名古屋支社内 〒450-0003 愛知県名古屋市中村区名駅南二丁目16番30号 東海ビルディング4F
せききれい編集部/名鉄コミュニティライフ株式会社 名鉄名古屋支社内 〒450-0003 愛知県名古屋市中村区名駅南二丁目16番30号 東海ビルディング4F
052-58910860