

浦安でもっと豊かな人生をおくるためのマガジン

ゆるゆる手帖



by. 浦安に住みたく

VOL.

37

無料

2023年
2月3日(金)発行

特集

好きで輝く

- 1.百人一首に魅せられて
- 2.「二度とない風景」を描き溜めた4年間





絵画で切り取る 移りゆく浦安の風景を描く



今月の表紙

弁天ふれあいの森公園

傳川 晴子

ふれあいの森公園は住民による公園作りが行われています。芝生広場が八千㎡と五千㎡の二つあり、春には一面にクローバーが咲き誇ります。四葉クローバーも度々顔を出します。ビオトープでは水の音がサラサラと聞こえ、メダカやドジョウの住まいに。又、隣の田んぼでは古代米が植えられ、田植えから収穫までできると子供の学習体験にもなっています。さらに昨年は、五十年に一度開花すると言われているアオノリユウゼツラン（青の竜舌蘭）の見事な黄色い花が開花。一目みようと沢山の人が朝早くから写真を撮りに来られました。

また、市内屈指の桜の名所でもあります。寒桜や河津桜など早くから桜が楽しめ、染井吉野の満開時には家族連れ・友人同士・サラリーマンの仲間など、老若男女がお花見で賑わいます。

市民ボランティアの皆さんのご努力で花壇などが整備され季節ごとにきれいな花が咲き乱れています。

ゆうゆう手帖 表紙絵紹介



「日の出水彩クラブ」所属の皆さん

2022年～のゆうゆう手帖表紙絵担当は、日の出公民館で活動をされている「日の出水彩クラブ」の皆さん。担当いただく方は毎月変わる予定です。四季折々の浦安の風景を、それぞれの個性あふれる素敵な水彩画でお楽しみください。

日の出水彩クラブ…2012年、日の出公民館主催事業「初めての人の水彩教室」としてスタート。2018年より現講師の山崎勝哉さんを迎え、現在会員14名で活動中。平均年齢75歳、初心者からの入会が多く、男女ともに和気あいあいと自由な画風で創作。【会員作品出展例】市美術展 / アイラブ浦安展 / 日の出公民館文化祭 / オリエンタルホテルギャラリー

特集

好きで輝く

この写真を撮影したのは「弁天ふれあいの森公園」内。取材時に見ごろを迎えた「イイギリ（飯桐）」は葉をすっかり落としていました。寒さや和らぐような真つ赤な実は、横に伸びた枝からブドウの房のように可愛く風に揺れていました。

「ゆうゆう手帖」が発行される頃には、鳥たちが実を食べてしまうようですが、イイギリの実のようにこの寒さを乗り切って、いつまでも鮮やかに過ごしていきたいですね！

今回の特集はそんな色とりどりのセカンドライフを過ごされている方々取材してきました。

百人一首に魅せられて。 自分の言葉で綴った新たな物語

辻井 咲子さん



百人一首 百人の物語

辻井 咲子 著

「百人一首」を題材とした本を出版した、浦安市内在住の辻井咲子さん。昨年の師走、編集室に手紙を同封し送って頂いたのが『百人一首 百人の物語』。その手紙によると「喜寿を迎え、初めての本を世に問うことができた」と一文が。とつても素敵な方だろうなど想像した通り、物腰柔らかく、百人一首のイメージからもきれいな言葉をかけてくださった素敵な女性でした。今回、本の内容はもちろん、百人一首の魅力などを伺うべく取材にご協力いただきました。

きっかけは 日常の出来事から

百人一首を題材にすることからも、きつとその道に精通した方なのかと思ってお会いました。

（辻井さん）「精通というよりも小さい時に娯楽としてカルタで遊んだり、お正月恒例の遊びとして母親や祖母と

た。本を読むことは好きでしたが、自分で小説も俳句も短歌も何も書いた経験がありませんから、私が書くなら

やつぱり『百人一首』だ！と思い、友人からもそろそろ書いてみたら？と背中を押され書き始めたのが71歳の時。約5年かけ20回の連載をすることができました。ありがたいことに、友人や先輩がすすめてくれ、連載した20回分の原稿を一つにまとめた冊子を作り、刊行してくれる出版社を探すことになりました。出版社32社にその冊子を送り、返答があったのが3社でした。本をまとめるのに約1年かかりましたが、やつとの思いでできた時は感動もひとしお。書き始めて6年が過ぎていました。約800年前に生まれた百人一首はさまざまな方の研究書や解釈も存在しています。私はとにかく自分の言葉でこの百人一首の楽しさを皆さんに伝え、私なりの解釈を詰め込んだ本といたしました。藤原定家からおよそ8世紀。『歌がるた』には顕れな

い、人間模様と人生の哀歓を、味読、愛読しつづ綴る新・注釈です」

百人一首の世界に 魅せられて

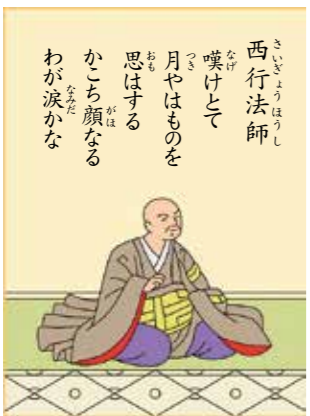
百人一首の世界に魅せられた辻井さ

ん。読み、味わい、そして読むことを繰り返して、そして「私はこれに賛成！と言いたくなる説が見つかる」と、誰かに知らせたくなるんです」と。さらにはどの解釈にも納得できずに、替わりに自説が出来上がることもあるのだそう。その時も誰かに知ってもらいたいとキラキラと目を輝かせ話してくれました。

百ある歌の中でもお気に入りの歌を伺いました。



「この方はいつも強く、さらに美しさも兼ね備えた女性だったそう。」



「こちらは辻井さん憧れの歌人なんだ

とか。」



「百人一首の中でも屈指の名歌であり、忍ぶ恋の最高傑作と讃えられているそう。」

「特に女性の歌はパワフルで、いつの時代にも恋する男女がいること、時代背景にも左右されながら、その時代を生き抜く貴族や歴史的人物達の物語を想像するだけでもワクワクしてきます。自分が歳を重ね、受け止め方がその頃と違う歌もあれば、やはり変わらない歌もあって楽しいし、気になることは調べてしまうんです」と歴史背景などを交えてお話しくださいました。知的な方だけでなく純粋に百人一首が好き、という想いが伝わる辻井さんの言葉は、私のように歌に馴染みがなくても大変読みやすく、辻井さんの百人一首への解釈も興味深いものです。ぜひとも百人一首の世界へ、古くて新しい物語を覗いてみてはいかがでしょうか。

＜著者より読者様へ 10名様にプレゼント！＞

百人一首でその時代の物語へ！

13世紀前半、藤原定家が京都小倉山の山荘で『百人一首』を選んで、およそ8世紀。小倉百人一首は「歌がるた」としても愛好され、漫画や映画の世界にも広がっています。この間無数の注釈本が書かれ、現代でも研究書が引きも切らない。最初は絶対的だった作者の意図は考慮されなくなり、異説が出て校訂されれば定説となった。こうして累積した先人たちの解釈に一石を投じるのが『百人一首 百人の物語』です。

応募方法 下記をご記入の上、ハガキまたは左のプレゼント応募フォーム(QRコード)よりご応募ください。①お名前・年齢②住所・電話番号③ゆうゆう手帖へのご感想●送付先：279-0004 浦安市猫美 4-7-25 (株) いしずえ ゆうゆう手帖プレゼント応募係 ●応募締め切り 3月末まで (★当選者の発表は発送を持って変えさせていただきます) たくさんのご応募お待ちしております！



辻井咲子さん：愛知県出身・東京教育大学(現筑波大学)芸術学科卒。丸谷才一の『後鳥羽院第二版』に感銘を受け「百人一首」の注釈書を読み始める。2006年退職後、季刊同人誌「葦」に参加。同誌に『百人一首 百人の物語』の連載を開始。浦安市民になったのは5年前なんだとか。

【書誌情報】
書籍名：百人一首 百人の物語
著者：辻井咲子
ISBN：9784880655376
奥付発行日：2022年12/12
定価：1,870円
(本体価格：1,700円)
【出版社】株式会社 水曜社

購入はこちらから



プレゼント
応募フォーム
＜応募3月末迄＞



初心者でも読みやすい、現代感覚で読み解く新しい百人一首を是非読んでみてください！

「二度とない風景」を描き溜めた4年間。 スケッチクラブのみんなが先生

さんほんすぎ あきら
三本杉 昭さん

浦安随一、人の手と愛情によって、四季折々の花々を愛でることのできる公園と言えば、見明川沿いにある「弁天ふれあいの森公園」。その青空の下で昨年12月17日から今年1月10日まで開催されていた「ふれあい青空スケッチ展」で、今年はメンバーの一人、三本杉昭さんの個展が行われていました。今回が初の個展だそうで、どのような方なのか会場へお邪魔してきました。

住民と市で一緒に創った公園



公園の歴史は意外にも浅く、計画

弁天ふれあいの森公園内にある「アオノリュウゼツラン」は冬になっても背が高い姿のまま、まだ踏ん張っていました。後は枯れていだけたそう。写真は「アオノリュウゼツラン」の子どもだそうです！これから40年くらい経てば、また花を咲かせるでしょうか？

がスタートしたのは2000年で、以前は下水処理場と清掃工場だったことを覚えている方も多いのでは。住民と浦安市が協働してその跡地に壮大な公園づくりがスタート。住民たちの夢が詰まったアンケートを元に浦安市と対話を続けながら、計画を練りました。多くの市民が参加し、「夢の公園」の実現を持続的に行うため、有志を中心に2004年に立ち上げたのが、「ふれあいの森公園を育む会」です。現在会には8つのクラブがあり、公園の魅力を維持しながら今も公園づくりに励んでいます。

そのクラブの一つが「スケッチクラブ」。現在13名のメンバーが第2日曜日に四季の移ろいを楽しみながらスケッチを描いています。年に一度、毎



ちょうど冬の時期に描かれたもの。優しい雰囲気の中にも、今にも外の風が吹いてくるような空気感が清々しく感じますね。



三本杉 昭(さんほんすぎ・あきら)さん:弁天ふれあいの森公園まではいつも自転車に乗って往復をしています。スケッチクラブのメンバーは弁天地区以外にも日の出や高洲、当代島からも通ってこられるそうです。絵を描くために、そして健康のために、毎朝5時には三番瀬を1時間30分かけて、なんと15年もウォーキングを続けているそうです！

年9月にクラブメンバー全員が作品が屋外テラスに展示される「ふれあいの森公園フェスタ」が開催されています。

メンバー全員がアドバイザー

三本杉さんの絵はそこに吹く風と植物のにおいが漂ってきそうな、その描く景色が実際にそこにあるような感覚になってしまふものばかり。主に水彩画、水彩アクリル、オイルパステルを使用し、さまざまな風景を描いた全42点のスケッチは、季節の感覚が蘇る素敵な個展でした。「実は絵を描き始めて15〜16年ほどなんです」という三本杉さん。「75歳まで勤めていた会社をリタイアしましたが、10年前から絵ハガキ



こちらは最近描いたオイルパステルを用いた作品。ホクホクと湯気がたっているようなお芋がとても美味しそう！風景だけでなく暮らしの中の静物を描くこともあるそう。

を趣味程度に描き始めました。そして『ふれあいの森公園フェスタ』に遊びに来た際、皆さんの絵がとても素敵で、広いキャンパスの上で私も描いてみたい！と思って、こちらのスケッチクラブに入ることにしました。皆さん公園の好きな場所で絵を描いています。現在、若い女性のメンバーや、絵の経験がない方もいらっしやいます。私も当初はほとんど自己流でしたが、クラブの中の経験者のメンバーに先生になってもらい、絵のイロハを学びました。約2時間スケッチした後、メンバー全員で1時間ほどお昼を食べながら、先生役だけでなく経験・未経験関係なくみんながアドバイザーのように、一人一人の絵についてディスカッションをしていくことが絵の上達に繋がっていると感じています。また、年に一度の展示会を目指して描けることも大きな楽しみの一つになっています。いつもはメンバーでの展示ですが、今回は『ふれあいの森公園を育む会』の後藤さんに薦められて個展をすることができました。今年ももう終わってしまいました。今年もまたきたらいいなと思っています。現在は月に10〜15枚程度を描けるように

になりました。自宅でも手直しをしているのでリタイア後も割と忙しい日々を過ごしているんですよ。

二度と存在しない今

そんな三本杉さん、クラブに入ってから相当な量の公園の絵を描いているそうで、今ではどこに何の植物が植えられているか、目をつぶっても分かるんだとか！正直同じ場所でも描きつづけていて、飽きてこないのか、失礼ながら伺ってみました。

「それが全然飽きないんです。同じ場所に植物は生えてくるけれど、毎年生まれてくる植物たちは全く違う顔や姿をしています。たまに来るだけではわからないけど、長年ここへ来て見て描いていると違うんです。風の吹き方や太陽の出かたによって花々の色合いも変わって見えるし、葉っぱもいろんな緑色になるんですね。だから今見えているものは二度と見れないんですよ。素敵でしょ！こうした公園は市内に

ここだけです。植物の多さもそうだし、豊かな自然を感じられる場所です。人の手によって育まれている『ふれあいの森公園を育む会』のボランティアの方々のおかげで私たちはいつも素敵



弁天ふれあいの森公園
浦安市弁天 4-13
【ふれあいの森公園を育む会】※留守の場合が多いので留守録にお名前・電話番号をお入れください。「育む会」からご連絡します。※公園へのお問い合わせではありません。



STRAWBERRY x CHOCOLATE
AFTERNOON TEA

第二弾
2/1(水)~
3/14(火)

ストロベリー&チョコレートアフタヌーンティー

甘酸っぱい苺と、上品なチョコレートデザートを...

ストロベリーアフタヌーンティー第二弾は、2月1日(水)から3月14日(火)までの期間限定。ストロベリーをメインに、バレンタイン・ホワイトデーシーズンに合わせてチョコレートを使用したスイーツなど8種類と、旬の食材を楽しめる6種類のセイボリー(軽食)を提供いたします。

料金 5,200円 会場 シルバ パーラウンジ「silva」
期間 ~ 3/14(火) 時間 11:00 - 17:00

※コーヒー・紅茶付(フリーフロー)
※料金には税金・サービス料が含まれています。



Hilton
TOKYO BAY

ヒルトン東京ベイ

住所: 浦安市舞浜 1-8
駐車場: 有り(355台)、「silva」ご利用の方 3時間無料

レストラン予約・お問い合わせ
TEL 047-355-5000

WEB予約はこちら



浦安で
脳活

健康コラム
Vol.9

【お顔の表情が変わるとココロも変わる】
マスクで見えないお顔の健康は大丈夫?

このコーナーでは様々な健康知識をお持ちの方に、健康になるヒントをお伺いしていきます。昨今の状況でおうちに籠りがちなカラダ...今は何てことないけれど数年たったら...?と不安にならないために予防は大切! おうちで誰でも簡単にできる、運動やトレーニング方法をご紹介します。

今月の『やってみよう!』は5つ!

TRY! お顔の健康に欠かせない【表情筋を鍛えよう!】バスに乗っていてもできるんです!



①まずは頭皮を柔らかく、出来れば大きめのパドルブラシで頭皮を優しく気持ちいいと感じるくらいの強さでブラッシング。(強すぎると頭皮の炎症の原因に) ②ウォームアップとして「あいうえお」の順番で3回程度大きくお口を開けます。③ひよっとこ口に左右に目線も合わせて5~10回程度、マイペースに進めます。④大きく息を吸いながら頬をへこませ、吐く息で頬を膨らませます。5~10回。⑤眼輪筋を鍛えます。顔は動かさずに、黒目だけを上下左右に回す。これを5~10回行います。

今回コラムにご登場いただいたのは、入船にあるSalon syuriのオーナーセラピスト久保わか子さんです。タイ古式&アロマトリートメントなどのセラピストとしてさまざまな身体を見てきたわか子さんに、寒い冬でも温かく健康でいるためのポイントと、マスクを外す場面も多くなりそうな2023年、マスクを取っても元気な笑顔で話せるお顔の健康について伺ってきました。

貯金⇨貯筋はしていますか? 表情筋も筋肉です!

(わか子さん) 寒〜い日々が続きますが、なんとと言ってもまずは身体を温めることが最重要です。誰でもできる「生姜」を使ってお料理や飲み物にプラスするだけで、簡単に身体を温めることができます。私は生姜をスライスし、オーブントースターで弱火でカリカリに焼き、それを刻んで粉にして常備しています。お味噌汁やお肉、お魚料理に振りかけるだけ! 何にでも使えますので、ぜひ皆さんも試して下さい。身体がポカポカになりますよ!

また吸収だけでなく出すことも重要。尿も便もデトックス(解毒)が

必要不可欠です。私たちは酸素を吸って呼吸していますが、マスクで酸素が不足しがちです。さらにお顔の表情筋も筋肉、動かさないでいると筋肉が怠けてしわやたるみの原因になりますし、また筋肉が減れば白血球の動きが鈍り、免疫も下がると言われていきます。こんなさまざまトラブルが知らぬ間に積み重なっているのです。さらに表情筋は気持ちや心とリンクしているため、ハツラツとした表情をすることで心もスッキリして日常を過ごせますし、相手にもいい印象を与えますよね。男性女性問わず、教養⇨今日用(今日用事がある)、教育⇨今日行く(行く所がある)、そんな教養と教育をできるだけ意識して、2023年も笑顔でアクティブに過ごしていきたいでしょう!

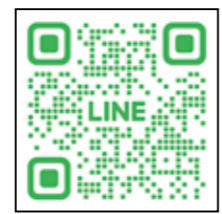
ゆうゆう手帖を見た! 読者の方限定キャンペーン

通常フェイシャルエステ9000円の施術を、今回特別に6300円でご用意いただきました。気になるお顔の引き上げとデコルテ周り60分の施術です。ご予約は直接シリさんのラインからどうぞ! ※3月末日まで使用可能

Salon syuri (サロンシュリ)
TEL 080-5480-7078

住 浦安市入船 6丁目
※自宅サロンのため詳細はご予約時にお伝えいたします。
営 10:30 ~ 19:00 (最終受付 15:30)
休 土曜・日曜定休
HP https://salonsyuri.jimdofree.com/
★駐車場 1台有り

ご予約・お問合せは
こちらから
LINE@088odgfg



Salon syuriの店内/コラムを担当してくれた久保わか子さん

ヨガスタジオやホテルでセラピストとして施術をされてきたわか子さんですが、ヨガスタジオの閉店やコロナ禍でホテルの仕事が激減したことを機に、ご自宅をサロンへ改装され昨年グランドオープン。ご自身も健康のために最低でも週に一度はジムへ通い、貯筋に励んでいるのだそう。90歳100歳になってもエスカレーターではなく階段を昇り降りすることが目標なんだとか!



「グルメ」世界料理本大賞を受賞した香港の料理家、Grace Choy氏監修メニューが登場

香港フードフェア with Grace Choy ~2/28(火)迄

グレース チョイ
香港の著名シェフ Grace Choy氏 監修「香港フードフェア」開催!
干しエビ、エシャロット、香草とレンコンを練り込んだ「レンコン餅」、豪快に蒸し上げた鯛に豚細切り肉と干しいたけ、香り豊かな香草や長ネギを添えた、香港流のおもてなしメニュー「鯛の中華蒸し」など、新鮮な食材を豊富に使った伝統的な広東料理のメニューをお楽しみください。

料金 ランチbuffet 4,200円(土日祝 4,900円)
ディナーbuffet 6,000円(土日祝 6,800円)
会場 buffet・ダイニング「グランカフェ」
期間 ~ 2/28(火) ※飲み物は別料金です。 ※メニューは日替わりです。

WEB予約はこちら



SHERATON
GRANDE
Tokyo Bay Hotel

シェラトン・グランデ・トーキョーベイ・ホテル

レストラン予約・お問い合わせ

TEL 047-355-5555

住所: 浦安市舞浜 1-9
駐車場: 有り(507台)、3,000円以上ご利用の方 3時間無料



今泉浩一による
豊かな第二の人生をおくるためのコラム

浦安に面白くて楽しい 夢が欲しい!

浦安に未来に向かっ 発展可能性はあるか?

浦安市は日本の中でもかなり恵まれた住環境にあると思いますが、50年前に熊川好生元市長が夢見た都市計画に就いた開発が終わりに近づき、未来に向かっつての発展可能性が薄れ始めているように感じます。それは未来に向かっつて面白くて楽しいような夢がないからです。人は夢があれば、それを叶えようと努力することで夢が叶います。『街にも夢がなければ、市民の力を集めてその夢の実現を叶えることはできません!』

現在の浦安市の『日本一とも言える財力』の豊かさ』と『住み易さ』は、①東京の鉄鋼連盟を誘致して鉄鋼団地を造ったこと、②デイズニールランドを誘致して浦安市を誰も知る街にできたこと、③住宅地帯を設けて都市住宅公園を中心アーバンリゾートと言われる快適な住宅地として整備したこと、その三つを三人の市長が実現した結果です。

浦安市の自主財力の豊かさは、固定資産税194億5076万円(46・1%)、個人市民税172億8930万円(40・9%)、法人市民税44億4060万円(10・5%)であり、地方交付税を受けていない数少ない財政力豊かな地方自治体の一つです(参照、平常時の令和2年度浦安市予算書より)。これを見る

と、浦安市の財政力を支えているのは、土地と建物にかかる固定資産税と個人市民税の合計が46・1%+40・9%+87・0%の税収の主軸であり、法人市民税は10・5%しかなくて、経済的に豊かな市民の存在の大きさが分かります。

①ただ、『アーバンリゾート』とか、そこに住む人を『マリナーズ』と言われて人々を引き付けた中町や新町の住宅地の開発も終わり、開発初期に浦安に来た人達は65歳〜88歳の高齢となり、住んでいる建物も40年〜50年近くとなつて二戸建ては建て替えたり、マンションは大規模修繕の時期となりました。

因みに、木造二戸建自宅の固定資産の耐久期間は20年と査定され1/20ずつ減額されるので、現在では当初の固定資産税の5%に下がっています。又、RC構造などの堅固な建物の耐久期間も約60年と査定されて、1/60ずつ固定資産税も減額されますので、年数がたつごとに浦安市の固定資産税収は今後段々下がついていくことになります。

②では、個人市民税はどうでしょうか? 残念ながら、住宅開発はほぼ終了したので、今後新しい戸建てやマンション開発は建て替えのチャンスしかなく、新しく子育て世帯が大量流入してくる事態は期待できない状況で、個人市民税の増収は期待できません。

又、前述したように、転入後40年〜50年経つ市民の多くは65歳〜88歳と高齢化している上に、今頃は子供達と二所帯住宅に住む人は少なくなつて老夫婦か一人だけで住む人がほとんどであり、且つ、年金暮らしなので個人市民税の増収は考えられないのが現状です。

③更に、中町・新町に住む高齢者は、2人か1人になつても、介護が必要になつたり病気で長期入院するようなことにならない限り今まで住み続けた地域から離れようとしていませんので、子育て中の世帯や働き盛りの人が新浦安の住人として入れ替わることが起きない状況であり、以上の結果として個人住民税は下がる一方が続いているわけです。

何らかの新しい対策が必要な状態と言えると思います。

高齢者が喜ぶ 施設と施策が欲しい!

以上述べたように、残念ながら浦安市には将来の夢や可能性が少ないように感じられます。

そこで、『浦安には、面白くて楽しい夢が欲しい!』ので、幾つか考えてみました。

(1) 高齢者の夢や希望は何か? 自分自身のこととして考えてみます。

①自分が健康である間は、住み慣れた地域であり、今の地域に友達も多いし、

元気な間はこの家に住み続けたい。そして孫子の近くに住み、孫子とことあるごとに行き来して、食事をしたり遊んだり、孫達の成長を見守ったり、と家族の温もりを味わいながら生きていきたい。

②その健康を維持する為には、体に良い食事と運動(ゴルフとパークゴルフ)をしながら仲間と競い合ったり、遊んだり、冗談言ったり、旅行をしたり、と楽しみたい!

③そして、ちょっとだけ人の役に立つことを仕事やボランティアでやれたら生きた甲斐があると思う。

④病気になるたり、介護が必要な状態になった時は、自分に合った介護施設や老人施設に移り、家族に迷惑を掛けないように、時々面会にだけは来てほしいな。

⑤そして人間はどんなに健康でも122歳以上生きた人はいないのでから、いずれ彼岸に行く迄は元気で長生きして、『これでお終いだ』、おらは死んじゃっただ〜! 天国行つただよ!』とピンコロリが理想です。

(2) 二戸建てで不自由している高齢者を動かす政策が必要であると思います。

①二戸建てに住む高齢者は夫婦2人か一人になると、体力が落ちて来るので2階への階段がきつくなり段々2階の部屋を使わなくなり、庭の掃除や木々の管理が辛くなるので、階段がないマンションに移るほうが生活し易いです。

私の場合は震災で自宅が傾いたので、やむを得ずにクラウド新浦安(マンション)に移つたのですが、RC構造で頑丈な建物なので、自宅が壊れる心配がなくなり、ペアガラスで囲まれた家中の温度が一定の温度になる24時間換気ができているので、高齢者が居間より10度以上も寒いトイレや風呂でヒートショックで倒れる心配がないし、大きなマンションなのでセキュリティ設備で盗難の心配が少なくなり、2つの談話室や子供部屋、レンタル電気自転車、売店、ゴミ集積所等の共用設備が揃つていて、マンション内での気の合う友達は何人もできて、南西側の窓からは海とデイズニールランドと東京のビル群と富士山を見ながら気持ちよく生活しています。更に、500mの所に高洲海浜パークゴルフ場があるので、自転車通勤でほぼ毎日そこで遊んで、笑つて、何時の間にか40人近い友達ができ、運動と友達作りとができて快適な毎日を送っています。マンションに移住することを考えてみることをお勧めします。

②高洲7丁目2番地に約1万8000坪の浦安市所有地があり高齢者用の施設を2つ造つていただきたくご提案致します。この土地の一部にリハビリ専門のタムス浦安病院があります。そのタムスの北側に残つた空地に特別養護老人ホームを造つて、日常生活の動作ができ

まごころ整理

親切・丁寧・安心価格

建物内残置物の整理・回収、建物内の除菌・消毒、空き家片付け、生前・遺品整理

大切な思い出の品々を「まごころ整理」でお手伝いさせていただきます。

お客様のご要望にお応えできるよう、努めさせていただきます。お気軽にご相談ください!

anna アンナアレンジ 0120-55-1810

■ 合同会社アンナ 浦安市堀江 2-26-13-110 TEL: 047-381-9835 ■ HP: <https://annasupport.net>



今泉 浩一
Kouichi Imaizumi

■ 著作: 「息子への手紙」「ビジネスで成功する 41 の法則」「副業の不動産投資でお金持ちになり、幸せになる」「日本一学(共著)」「豊かな老後と争わない相続」 ■ 資格: 宅地建物取引士、ファイナンシャルプランナー 2 級、相続アドバイザー 協議会認定上級相続アドバイザー、損害保険代理業普通資格、以上の資格と不動産経営 43 年の街造りの実績で「市民が豊かになる為のセミナー」をボランティアで実施。 ■ 経歴: 1941 年福岡県で生まれる / 1967 年早稲田大学法学部卒 / 1976 年浦安市で不動産業に従事 / 1979 年株式会社明和地所を創業 / 2007 年株式会社明和地所代表取締役を退任し会長に就任 / 2019 年 4 月 株式会社明和地所を退任し、浦安市議会議員選挙に出馬 / 2019 年 4 月 平成 31 年浦安市議会議員選挙に当選 / 2022 年 2 月 闘病中につき浦安市議会議員辞職 / 現在 株式会社明和地所会長

■ お問合せ: メール imakou16@gmail.com / TEL 090-3007-5345 / FAX 047-352-0825

ないで困っている要介護3以上の介護が必要な人を長く待たずに早く入居できる施設を造ることを提案致します。

⑤同じく高洲7丁目の2番地の市有地の東側約半分の空き地に、夫婦二人でも入居できる高級老人ホームを造って、新町や中町の二戸建て住宅で、夫婦二人や一人きりで生活に不便を抱えている高齢者が入居できる病院と和・洋中の美味しい食堂がついたちよっと高級な老人ホームを造って頂きたく提案致します。

⑥上記②③の施設ができれば、一戸建てに夫婦二人や独りきりで不自由な生活をしている高齢者は、自宅を売ったお金を生活費に充てて、ちよっと高級な2人部屋で夫婦二人の生活をしながら、或いは独りきりでも、毎日食堂で美味しい高齢者用の食事を食べながら、施設内のカラオケ室や卓球台、共同風呂、麻雀室等々で気の合う友達と時間を過ごしたり、付属の医院で健康相談したり、近くの公園やパークゴルフ場で遊んだり、海岸や緑道を歩いたり、ゆつくりと時間を過ごすことができるようになります。

又、介護が必要な高齢者は、施設内に常駐している介護士の介護を受けながら、健康に良い食事とリハビリで健康を取り戻すこともできるようになりますし、それ以上に配偶者や家族に介護の苦勞を掛けなくて済むようになります。

④境川から高洲海浜公園の間の公園用地を整備して、『親・子・孫で遊べる遊びの公園として整備・管理すること』を、官民協力事業として完成させること』を提案致します。

浦安は、公園や本格的な運動公園の数が広さでは既に恵まれています。本格的な公園とは違う、例えば100mの滑り台とか、ジャングルジム、テニスや野球、サッカーが独りでできるボード板とかがある『遊園地に近いような親子で遊べる公園』を造れば、『親子と一緒に遊ぶことは、親にとっても、子供にとってもとても大事な成長の機会になる』ので、子育て中の世帯が『ここで子育てしたい、という街ができる』と思います。その為には官製ではなく、市民の声を聴くとか、民間企業のお金と知恵を使う必要がある、と思うからです。

⑤元町の再開発はなかなか進んでいませんが、浦安駅周辺の再開発と密集市街地の区画整理事業が進めば食の街浦安と新産業の街浦安ができる楽しい夢があります。ここで、

も民間企業と提携した官民共同の事業とすれば、もっと早く事業が進むと

又、幹線道路の両側100mを近



ます。

⑦この二つの施設の建築と管理については、高洲9丁目3番地にある浦安市特養老人ホームの管理を現在も委託されて立派に任務を果たしている聖隷福祉事業団に賃貸で貸し出して施設の建築と管理を任せて、官民連携の設備としたりいいのではないかと提案致します。

⑧以上の施設を利用できたら、高齢者は自分に合ったちよっと素敵な老人ホームに移り、不便な自宅を売却したお金で、今後の生活費を造り、ちよっと贅沢な施設で悠々と暮らせますし、子育て中の家族がその自宅を買って、新しい自宅を建てるができますので、固定資産税と個人市民税が浦安市に支払われて、市財政も潤い、浦安市の繁栄も続くこととなります。これを称して、一挙4得である、と言えます。

浦安を日本で二番子育てしたい街にすること！

①浦安市が今のように繁栄したのは、第一が『フィズニリーゾートを誘致することで浦安を知らない者が居ないようにしたこと』であり、第二が『浦安で子育てしたい』と思える住宅地を整備したこと』だ、と言えますので、これからも『浦安を日本で一番子育てしたい街にすること』が肝心だ、と思います。

②ところが、浦安にとって不利な政策が

隣商業地域に変更して高い建物が建つようにすれば、民間のお金と柔軟な対応力を生かして、新産業が育つことができるし、法人税市民税と固定資産税が上がることになるでしょう。元町の再開発が進めば、浦安市の繁栄にとっての宝箱になること必定です。

以上、市当局の柔軟な民意を聴き民間企業の知恵とお金の力を利用する柔軟な対応を期待いたします。

2023年1月9日記

㈱明和地所会長今泉浩一

★このコラムは今泉氏個人の意見を元に記述しております。ご意見、ご感想などございましたら、お気軽にこちらまでお寄せください。

【ご意見・ご感想・お問合せ】

メール imakou16@gmail.com

TEL 090(3007)5345

★不動産無料セミナー開催★

毎月第3土曜日9時～11時

市民が豊かで幸せになる不動産経済セミナーを開催（無料）しています。この街が豊かになり、そこに住む市民が幸せになる為の事を題材にして、社員と共に一緒に考えましょう！

場所：㈱明和地所賃貸センター2F
(浦安市入船4丁目1-9)

申込：TEL0120 (380) 791

発表されました！政府が「地方に移住する人への支援金を増額する」という政策が出てきたのです。

東京(千葉・神奈川・埼玉から東京23区に通勤する世帯も含む)から地方へ移住する世帯への支援金が子供一人当たり100万円に増額される。例えば子供2人の4人家族の場合、100万円＋2人×100万円＝300万円が支給されることになる。所得制限はない。支給の条件としては、①移住して地域の中小企業に就職、②テレワークで移住前の仕事を続ける、③移住先の地域で起業する、④移住先で5年以上住む意思を示すこと、の4つが揃えば、23年度から支給開始されることになりました。

*これ迄、コロナ禍でテレワークが普及したことで、東京から浦安に移住して子育て中の世帯が増えて売り物件が足りない程でしたが、『子供が二人居る家庭に最大300万円の地方への移住支援金が国から出るとなれば、浦安に来るはずの人が地方に移住することが増える可能性があるだけでなく』浦安に住んで居る人が茨城や群馬、静岡などに移転する人も出てくる可能性が出てきました！

*浦安市が今後も繁栄し続ける為には、子育て世帯を引き付ける浦安市独自の政策を更に増やす必要があります。

①子育て世帯が移住してきた際には、

移住奨励金を18歳以下の子供一人当たり100万円支給する。⑩18歳以下の子供一人当たりの児童手当を50万円支給する。⑪子供一人当たり出産奨励金を100万円支給する。不妊治療費用として100万円支給する。これ位のことをしても子育て中の世帯を呼び込むことは、浦安市の繁栄を望むなら必要であり、大きなお釣りが来る政策になるのではないかと考えます。

③子育て世帯を呼び込む時には、子供を育てる為に自宅を購入することが多いので、自宅購入の為に住宅ローンの金利が上がり傾向であることも大きく影響します。

現在は変動金利が0.3～0.5%で借りる人が90%と多いのですが、金利は上がり傾向なので、優遇金利の固定金利で1.5%位で30年～35年間で借りることが、長い目で見て安全で有利なことなどを考えて契約したほうが賢明です。何故ならば世界中がインフレ状態で、金利は上がり傾向なので、住宅ローンの変動金利が安いからと今0.3%で借りていたら、日本の金利が上がり始めたらずアツと言う間に2%～3%になるのは目に見えています。そうになったらローンを支払えないで困る家族が出るでしょう。今の内に固定金利の1.5%の20年～25年間で借りて、貴方の家族を守るのが賢い選択になるからです。

寄稿

ゆうゆう世代の皆さまへ

昼寝と認知症

すえますたかし

唐時代の詩人 孟浩然は、「春暁」という詩の一句「春眠暁を覚えず処々に啼鳥を聞く。夜来風雨の声、花落つること知る多少（春の眠りは心地よく、明け方になったのも気がつかず、鳥があちこちでさえずる声で目を覚ます。昨晚から雨音がしていたが、花はどれほど散っただろう）」とうたっています。

春というにはまだまだ寒い季節ですが、シニアにとって「眠り」は重要な疲労回復の薬といわれています。海外の研究では、睡眠が安定している人は、アルツハイマー型認知症になりにくいとの結果があるそうです。効果的な昼寝は一日20分から30分程度。長時間の昼寝や15時を過ぎたの昼寝は、夜の睡眠に影響が出て良くないのだそうです。覚醒時と睡眠時のメリハリも重要で、毎日決まった時間に30分程度の睡眠が認知機能や集中力の向上、ストレスの軽減に良いのだそうです。もちろん体力回復にも効果的だそうです。

ただし、これも行き過ぎは体の不調の原因にもなりかねません。同様

に海外の研究機関が20年以上1000人以上の追跡調査を行っており、そこから判ったことは1時間以上の昼寝が習慣化している人や昼寝の回数が多くの人に認知症の発症リスクが高く2倍以上にもなるそうです。また、アルツハイマー型認知症の方にもこうした不規則な昼寝を繰り返す方が多いのだそうです。

人間の脳は体内時計を調整する役目があり、加齢とともにその機能が衰えますが認知症になると更に影響が大きくなり、睡眠障害を起し昼夜逆転や、夢を見て大声で叫んだりすることも。

縁側で猫と一緒にウトウトという光景はドラマの中だけに、今年もお元気に、お友達との会食やパークゴルフ等アクティブで健康的な毎日をお過ごしください。



浦安市議会議員 末益 隆志
1955年生れ、浦安市富岡在住。障がい者・高齢者の支援をする福祉系NPO法人の代表と日本中を飛び回るビジネスマンとして活動。14年前にビジネスの世界に決別し、市議会議員に立候補、現在市議会議員4期目、浦安の教育と福祉の充実に奮闘中！

チョット・ガイド・浦安

3.11 飛び出したマンホール



浦安の歴史も面白いね！



浦安に住んでいながら街のことをあまり知らない方に、お散歩のついでにチョット立寄って頂きたい箇所を案内します。

.....

高洲中央公園の管理事務所裏に「震災の記憶」としてのモニュメントがあります。これは平成23年3月11日の東日本大震災の時に道路上に飛び出したマンホールを公園内に移築したものです。

浦安市は埋立地が多く、その大部分で震災の影響で液状化が起こりました。家屋は傾き、道路下の上下水道からは水が噴き出しマンホールまで飛び出したりの大きな被害がありました。その記憶のために公園の片隅に写真の様な記念碑が建てられています。繰り返し被害が起こらないよう街作りを考えてゆきたいものです。



進藤 剛プロフィール

1942年千葉県生まれ。浦安在住歴40年。退職してからは、浦安市郷土博物館の講座「もっと浦安を知ろう」の講師や、市民大学の講師などを歴任。また「ぶらり浦安・ガイド」(浦安街歩きの案内ボランティア)などの経験もあります。趣味は旅行やゴルフ、水彩画なども楽しんでいます。浦安新住民の皆様へ、少しでも楽しくいろいろな浦安を体験して頂きたいと思っています。



液状化で倒れた我が家の外構

03

私のオーナーライフハッピー大家さん

転勤編

今回のオーナーライフでは、「不動産投資」の観点ではなく、「転勤での貸出」についてご紹介いたします。

ここ数年はデジタル化の波もあり、コロナ禍となった今オンラインでの相談は盛んに行われています。「コロナ禍以前より地域に根差す不動産屋としてはできれば直接お会いしてコミュニケーションを図りたい、そうした想いと、現実問題にお会いすることが難しい状況にいる方々にも、対面と変わらぬサービスを提供したいと望んでいました」と話すが、今回の担当をした明和地所新浦安本店営業部の佐々木淳さんです。

オンライン相談や契約って一般的なの？

(明和地所 佐々木さん)「コロナ禍の影響を受け、オンラインでのご相談は珍しいものではありません。今回は海外転勤のお客様とともに、ご相談から契約、引き渡しまでをスムーズに行うことができました。お客様のご協力があったからこそ成功事例ではないかと自負しています！」

海外在住でもマイホームを貸したい！

海外に居ながらどのように進んでいくのでしょうか。今回お話いただいたのは海外転勤の多い、オーナーのFさんとオンラインで取材にご協力いただきました。

(オーナーFさん)「マイホームを購入後数年たった頃に転勤が決まりました。家族子どもは学校のこともあり、数年間家族は日本で、僕だけ海外に移住することに。家族を呼べるタイミングで自宅の貸し出しを検討したいと思っていたので、まずは賃料の相場や、海外に居てもスムーズに進むのか、明和地所さんだけでなく市内さまざまな不動産屋さんにも相談しました。貸出経験は初めてのことでしたし、しっかりとハンドリングしてくれ提案をしてくれる明和地所さんに決めることに。担当者との相性がよかったことが最大の決め手になりましたね。さらに自宅の価値(賃料)を見極めてくれたことも理由の一つです。実はあまり不動産屋さんが良いイメージを持っていなかったのですが、この人だったらマイホームを任しいと思っただけ、打算的でない



オーナーF様、担当した明和地所佐々木さん、ゆうゆう手帖編集者の3者にて、オンライン取材を行いました。「オーナー様と直接お会いする事なく、オンラインお打合せでスムーズに契約手続きを進められたことは、これからの明和地所にとって大きく前に進む自信となりました」と佐々木さん。(←前回までの記事が、左のQRコードからご覧いただけます)



ところが好印象でした。日本に居なくても書類や室内の画像などもネット上で共有できて、書類が山になることもありません。オンラインは世界的にも一般的なツールですが、佐々木さんのように丁寧な仕事をしてくれたことが成功の秘訣だったと思っています」

(明和地所 佐々木さん)「とっても嬉しいお言葉をありがとうございます！オーナー様が海外にいらっしゃるのを実際に会えない環境下でオンラインのみのお打ち合わせで貸し出しできたことは素晴らしい実績となりました。転勤での賃貸は今も昔も一定数ご相談をいただいている案件です。オンライン対応も主流となったいまでは、これから国内・海外へご転勤されるオーナー様にさらにお役に立てる事と思います。これからもオーナー様と時代に合わせたサポートができるように努めてまいります」

浦安市内 店舗数 **No.1**

ご自宅を **売る** 時も **貸す** 時も

通常 **100万円** 以上かかる

※仲介での売却金額が3,000万円の場合手数料が約106万円かかります。

仲介手数料が **無料**

毎月 **5名様** 限定

キャンペーン

対象地域：浦安市・市川市南部 南行徳 行徳・妙典

マンション、一戸建て、土地、収益物件対象

※弊社査定価格で売却開始または賃貸募集開始された方が対象です。※弊社査定金額の範囲以外で売却開始または賃貸募集開始する場合や、弊社以外の仲介会社が契約に関わる場合は所定の仲介手数料等が発生いたします。※登記費用(1~3万円)や分譲マンションの重要事項調査報告書取得(1~2万円)、賃貸の場合のハウスクリーニング費用(3LDK程度の間取りの場合1㎡あたり1000円前後)などの実費はご負担いただけます。※管理組合が無い分譲マンションや区分所有建物はキャンペーン対象外です。

創業44年。地元企業ならではの顧客網と販売力で、他社に負けない高査定価格に自信があります！

経営者も浦安在住!!



相見積もり大歓迎

査定・相談無料 / 秘密厳守。安心してご相談ください。 **株式会社 明和地所**

0120-948-679 TEL 047-380-8888 (新浦安本店：浦安市入船 4-1-1/9:30~18:30/水曜定休)

千葉県知事免許 (12) 第5998号 (公社) 全国宅地建物取引業保証協会会員 (社) 千葉県宅地建物取引業協会会員 (公社) 首都圏不動産公正取引協議会加盟



参加 **無料**

今泉浩一セミナー再び 毎月第3土曜日 9:00~11:00

不動産で豊かで幸せになるセミナー

先着予約12名

セミナー内容：不動産に関する買い売り買いの仕方・不動産の現状と今後予測・老後の生き方・相続対策・老後の健康等について、不動産営業の現役社員と共に皆さんと一緒に考えて、豊かな人生・豊かな老後を過ごす為の勉強をさせていただきます。(※セミナー内容は変更となる場合がございます。ご了承ください)

会場：株式会社明和地所 / 賃貸管理センター (浦安市入船 4-1-9)

2023.2.18 (土) TEL:0120-948-679

9:00-11:00 (受付時間 8:50 ~) **お申込みはお電話、または予約フォームより**



(株)明和地所 会長 今泉浩一

※セミナー会場には、駐車場のご用意はございません。各種公共交通機関のご利用をお勧めいたします。