

住まいの有効活用をご提案するフリーマガジン

DanRan [だんらん]

住まいのトータルプランナー、株式会社住協



特集
家族で楽しむ
週末スポーツ

vol.

12

2017



次のページで
体験レポート

自分の身体を使い高みを目指す

ボルダリング

2020年の東京オリンピックで追加種目に決まったボルダリングは、命綱を使わず3~5mの壁を登る競技。腕や足の筋肉、体幹をバランスよく使うので、エクササイズ効果も高いとされています。各地にジムがあり、取り組みやすいのも大きなポイントです。

- 始めやすさ** 最初に簡単なレッスンをしてくれるところが多く、気軽に始められます。
- 道具** 必要なのは、靴と手汗を吸うためのチョークのみ。基本的に自分の身体だけで登ります。
- 時間** 初めはこまめに休憩を挟みつつ、トータル2時間ほどを目安にしましょう。
- 価格** 施設ごとに異なりますが、登録料や利用料などを合わせて、初回は3,000円程度が平均的。

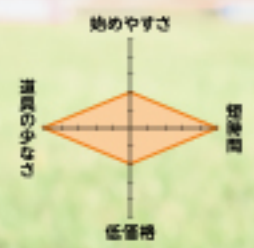


スカイダイビングを屋内で体験

屋内スカイダイビング

スカイダイビングといえば飛行機から飛び降りるイメージですが、屋内で体験できる施設が越谷市のレイクタウンにオープン。その名も「FlyStation Japan」。体重が120キロ以下で4歳以上の健康な人であれば、誰でも利用することができます。

- 始めやすさ** 価格が少しネックですが、未経験者でもインストラクターと一緒になので安心。
- 道具** スーツやヘルメットなど必要な道具は全てレンタルできるので、手ぶらで楽しめます。
- 時間** 1回のフライトは最短2分。短いですけど充分楽しめます。
- 価格** 実際のスカイダイビングと比べて4分の1の金額で体験可能(2分で14,000円)。



住所/埼玉県越谷市レイクタウン6-19-3
TEL/03-4578-8896
営業時間/9:00~22:00
FlyStation Japan 検索



家族で楽しむ週末スポーツ

普段の生活の中では身体を動かす機会が少なく、忙しさにかまけてついつい運動不足になりがちに……。そこで今回は、手軽に楽しめる5種類のスポーツをご紹介します。家族で身体を動かせば、家では聞けない話が聞けるかも。思い出作りも兼ねて、この春に是非チャレンジしてみてください。

スピードやパワーより戦略で勝負

パデル

発祥の地スペインで、爆発的に競技人口が増え続けているパデル。テニスに似ていますが、コートの中には壁が設置されており、そのはね返りを利用してプレーするのが大きな特徴です。日本での競技人口はまだ少ないため、今から始めれば日本ランキング100位以内を目指せるかも？

- 始めやすさ** 未経験でも1時間ほど練習すれば試合ができるようになります。
- 道具** 専用ラケットとボールを使いますが、施設によってはレンタルも可能です。
- 時間** 4ゲーム先取であれば、1プレイ15分程度で楽しむことができます。
- 価格** 施設で異なるものの、土日なら1時間4,000円(コート1面あたり)が相場。



次のページで
体験レポート



※関東圏にあるパデルコートは現在、所沢、川口、練馬の3ヶ所。特に所沢は、日本初のパデルコートとして有名です。

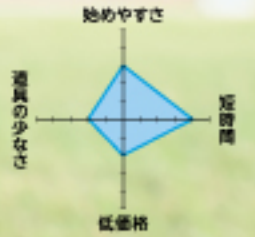


ハラハラドキドキ! 綱渡りに挑戦

スラックライン

低く設置したベルト状の紐の上で歩いたり跳んだりして楽しむ、「綱渡り」のようなスポーツです。ひざ下あたりまでの高さなので、大人から子どもまで楽しむことができます。また、体幹トレーニングの効果も。各地で体験会が開催されているので、まずはそれに参加してみましょう。

- 始めやすさ** 道具を購入すれば、近所の公園などで手軽に始めることができます。
- 道具** 紐(ライン)と、巻きつける木を保護するための緩衝材が必要になります。
- 時間** 明確なプレー時間はないので、自分のペースに合わせて技を磨くことができます。
- 価格** 「まずは試してみたい」という方には、5,000円前後のスラックラインキットがおすすめ。



※公園で楽しむ場合は許可をとるようにしましょう。



好きな時に好きな場所で楽しむ

ウォーキング

手軽に取り組むことができるスポーツの代表格であるウォーキング。各自治体のホームページでは、多くのウォーキングコースが紹介されています。歩いた分だけキャラクターが育つスマホアプリを利用し、ゲーム感覚で取り組むのもおすすめです。

- 始めやすさ** 例えば、一駅手前で降りて歩いてみるのも立派なウォーキングです。
- 道具** 動きやすい服と靴さえあれば、誰でも始めることができます。
- 時間** 自分のペースで取り始めるため、無理なく生活に取り入れられます。
- 価格** 必要な道具も少なく、家の周りで実施すればお金もかかりません。



スポーツを楽しむために 準備体操のススメ

いきなり激しい運動をすると身体を痛めるため、準備体操で少しずつ慣らしながら、運動できる状態に整えていきましょう。可動域が広がることでよりよいパフォーマンスを発揮でき、消費カロリーもアップします。

POINT

- ひざ** まずは屈伸です。いきなり深くすると筋肉に負担がかかるため、少しずつ行います。
- 太もも** 次は伸脚。伸ばした脚のつま先が常に上を向くように意識しましょう。
- 股関節** 両膝が外に向くように股を開き、手をついて腰を落としたら片側の肩を前に出します。
- 肩甲骨** 両肩に手を当て、腕を大きく回します。肩甲骨の動きを感じながら行うのがポイント。
- 胸** 「前ならえ」をするように胸の高さまで腕を上げ、反動をつけながら両腕を広げます。
- 手足首** 最後は手首と足首。最初はゆっくり、だんだんとリズムよく回していきましょう。



ルール
施設の際にあるホールド（突起）には、それぞれ色と番号が振られています。S（スタート）マークがついたホールドから出発し、同じ色・同じ数字のホールドだけを使いながら、G（ゴール）マークを目指します。



未経験でも少しずつ体の使い方に慣れば登れるようになります。

腕や手はひっかけるだけ。重要なのは、実は足の力と体重移動です。

シューズはジャストサイズより小さめのものを選びます。

まずは、インストラクターさんに基本的な登り方を教わります。

ロッククラブ 川越

住所/埼玉県川越市藤田町32-3
TEL/049-226-1426
定休日/火曜日(祝日の場合は営業)
営業時間/13:00~22:30(月・水・木・金)
9:30~20:00(土・日・祝)

ロッククラブ 川越 検索

平日の昼、土日の夕方以降が空いています

インストラクターさんに聞きました!

ボルダリング Q&A

ロッククラブ川越 横山 裕美さん

Q3 家族連れにおすすめな理由は?
年齢や性別に関わらず楽しめるスポーツ。家族と一緒に同じ課題に取り組みすることで、大きな達成感を味わうことができます。

Q2 この競技の魅力はなんですか?
達成感を味わえるところ。「次は上のレベルの課題に挑戦する」など、自分のペースで少しずつ目標を積み重ねられるのが魅力です。

Q1 ボルダリングが上達するコツは?
腕に頼るとすぐに疲れるため、体重移動と足での支え方が重要です。この2つをマスターすれば力がない人でも登ることができます。



ルール
基本的には2対2のダブルスでプレーします。ポイントの数え方や試合進行の仕方はテニスと同じ。しかし、壁に当たったボールも地面に落ちる前であれば返球が可能など、テニスにはないルールです。



未経験でもその日のうちに打てるようになります。

ガラス部分をうまく使って返球するレボテで、軌跡の幅が大きく広がります。

力がなくてもラケットに当たってだけで球が飛びます。

コートはテニスコートより一回り小さく、金網と強化ガラスの壁に囲まれています。ラケットのひもに腕を添うので安全です。

所沢 フットサルパーク パデルコート

住所/埼玉県所沢市北原町1288
TEL/04-2991-3277
定休日/なし(年末年始など不定休)
営業時間/12:00~25:00(平日)
9:00~25:00(土・日・祝)

所沢フットサルパーク 検索

体験レッスンや様々なイベント開催中!

インストラクターさんに聞きました!

パデル Q&A

所沢フットサルパーク 田中 賢さん

Q3 パデルをおすすめしたい人は?
小さなお子さんでもできるので、家族連れの方におすすめです。コートが小さいため、よりコミュニケーションしやすいポイント。

Q2 できるようになるまでの所要時間は?
ラケットのどこに当たってもボールが飛ぶので難易度が低く、1時間ほど基本の動きを練習すれば、すぐにラリーができます。

Q1 田中さんが思うパデルの魅力は?
テニスではパワーの差で勝負がついてしまいがちですが、パデルは壁のはね返りを利用することで誰でも互角に戦えるのが魅力です。



身体を作る素になる 栄養バランスの基礎知識

- バンコは、糖質など炭水化物
- エネルギーや集中力を維持する
- 肉魚大豆などたんぱく質・脂質
- 強い身体を作る
- 野菜、海藻などビタミン・ミネラル
- 身体の調子を整える
- フレーツ
- ビタミン 炭水化物
- 疲労を回復する
- 牛乳、ヨーグルトなどカルシウム
- 強い骨を作る

スポーツイベントに参加してみよう

さいたまスポーツフェスティバル 入場無料

ボルダリングやストラックラインを含め、多くのスポーツを一度に体験できるイベントです。

10月18日 さいたまスーパーアリーナ

詳しくは「さいたまスポーツフェスティバル」検索

いざという時慌てない! 知っておくべき応急処置

熱中症

- 炎天下や暑い部屋で吐き気・頭痛を感じたら、熱中症のサイン! すぐに涼しい場所へ移動しましょう。
- 服やベルトを緩めて楽な状態にし、タオルを濡らして顔や手足に当てたりうらわで扇いで身体を冷やします。
- 市販のスポーツドリンクなど塩分が入ったもので水分補給。意識障害がある場合は救急車を呼びましょう。

突き指

- まずは安静にし、どの指の関節を怪我したか、変形がないか調べましょう。
- 痛みがある指は無理に動かさず、指全体を冷やします。この時、患部は心臓より高い位置にするのがポイント。
- 指をむやみに引っ張ったり、患部を揉むのはNG。腫れて痛み場合は整形外科を受診しましょう。



アイランド型と対面型、両者の長所を取り入れたスタイル。コンロまわりの油はねガードを耐熱強化ガラスにしたため、調理中でもリビングにいるお子様を見守ることができます。

お気に入りポイント
01
キッチン

お気に入りポイント
02
お風呂

旦那様がこだわったのは、ゆったりとバスタブに浸かれる広いお風呂場。また、リビングは陽射しが入るよう、一般的な住宅よりも天井を10cm高くしたのも旦那様のアイデアです。



お気に入りポイント
03
デザイン

コンセプトは「どこもかしこもかわいらしく」。家の外観・内観のデザインは奥様の想いを反映。女性らしい可愛さを存分に詰め込んだ、ステキな家に仕上がりました。



お国のお客様
東京都
1様邸

お客様の

OWNER'S VOICE
声

当社で住宅をご購入いただいたお客様からメッセージをいただきました。



“カワイイ”と“心地いい”が同居する女性らしさを存分に詰め込んだ住宅

「I様ご夫妻がマイホームの検討を始めたのは、お子様が幼稚園の年少になった春。ネット検索で見つけたグランシア・フェミニノールに、奥様は一目惚れだったそうです。

「妻が特に気に入ったのは、暮らしやすさと可愛らしさでした。しかし、悩んでいるうちに欲しかった物件が完売。がっかりしている私たちに声をかけてくださったのが、営業の伊藤さんです。フェミニノールを設計した建築士の方に建ててもらえるフリープランを提案していただきました」

外壁につけられたヨーロッパ風の妻飾りや玄関周りのインテリアなど、住む人のセンスとこだわりが感じられるI様邸。間取りやデザインの自由度が高いフリープランならではの工夫を伺いました。

「リビングと階段の間を扉でよさぐことで、冷暖房効率が向上。また、娘の成長や妻の母との同居を考慮し、2階には3部屋作りしました。娘も気に入っていて、家に呼んだお友達に褒めてもらえるのが嬉しいようです。感性の合う建築担当の方と、的確にアドバイスしてくれた営業担当の方とのチームワークのおかげで、マイホーム作りは大成功でしたね」

営業担当より



伊藤 秀敏
新所沢支店

奥様が「可愛らしいものが大好き！」とのことでしたので、大泉学園町の建築現場のフェミニノールをご覧いただき、建物のイメージを掴んでいただきました。ご希望でした駅近の土地もご紹介でき、建物もご満足いただけて私も嬉しく思っています。

設計担当より



Y・K
住協建設

奥様はご要望が具体的で、はっきりとしたイメージをお持ちだったため、スムーズにご提案できました。旦那様は基本的には奥様にお任せでしたが、大事なところはしっかりと意見し、奥様とお子様への愛情を感じました。

ガーデニング はじめの一歩はここから

J's Garden

Vol.02

今回のテーマ 寄せ植えの基本

寄せ植えとは、1つの植木鉢に複数の植物を合わせて植えること。組み合わせで様々な表現ができ、狭いスペースでも複数の植物が楽しめます。

STEP 1 場所と器を決める

まずは、置く場所と容器を決めます。四方から楽しめる場所ならば丸型、壁のそばに置くなら箱形のコンテナがおすすめです。寄せ植えが初めての人は、ある程度数が植えられる8号鉢や10号程度の中型プランターを選びましょう。

四方から楽しめる



壁に沿って置きやすい

STEP 2 主役とデザインを考える

主役には好きな花を選ぶことが長続きのコツ。また、基本的なレイアウトには「高低差をつける」「こんもり茂らせる」の2パターンがあります。まずはメインの花を決め、その良さが生かされるレイアウトを選びましょう。



高低差タイプ

後方に背の高いもの、前方には低い植物、間に中程度というように3段をイメージして植えると、奥行きや立体感のある寄せ植えに。



こんもりタイプ

同じ背丈の植物を正三角形、あるいは対角線上に配置すると、ドーム状にまとまります。蒸れないように株間を十分に取ることがポイント。

STEP 3 サブの花を選ぶ

使う色は3つ以内がベター

暖色系や寒色系の同色系でグラデーションをつけるか、黄色と紫など反対色で際立たせるとまとまります。



属性や育てる環境が近いものを

生育環境が異なる植物同士は枯れる原因に。店員と相談しつつ購入しましょう。

特徴的な葉が魅力のカラーリーフもおすすめ!

STEP 4 実際に植えてみる

基本的な植え方は、前回の「はじめの鉢植え」と変わりません。また、植え始める前にポットに入った状態で仮配置をすると、イメージがわきやすくなります。

寄せ植えにおすすめ植物ピックアップ



ゼラニウム

初心者でも育てやすく品種も多い植物。低い草花を合わせれば立体感を生み出せます。



ペチュニア

初夏から秋まで楽しめます。コペリアと一緒にこんもり寄せ植えするのもおすすめ。

ガーデニング用品
ついでに
通販

生育に必要な養分を、植え付けた後で追加すること。1~2か月に1回、固形肥料を土の表面に置きます。どんどん花が咲く植物は、1週間に1回の液体肥料が効果的です。

家の中のどこに干せばいいの?

つい便利に使ってしまうのが、カーテンレール。ところが長年使い続けると歪みやたわみが生じることも多く、見た目にも決して美しくありません。

これで解決! 室内専用物干しを設置

場所を選ばず
キレイに干せる

川口技研
室内用ホスクリーンスポット型



使わない時にはワンタッチ取外し

使わない時は取り外し可能

川口技研
室内用ホスクリーン窓枠付



日当たりのいい場所に気軽に干せる

取付にかかるのは30分~1時間

Panasonic
ホジサマ 天井埋め込み手動式



干したら天井近くまで上げられる

リフォームPOINT

「窓枠付」は、ビスを打てる窓枠なら付属のネジで取り付けるだけ。「スポット型」は、天井の下地のある丈夫な部分に取り付けます。どちらも洗濯物の重量による負荷がかかるため、しっかりと固定するよう安全を心がけましょう。

乾かない、生乾きの臭いが気になる...

浴室換気乾燥機を使う、エアコンのドライ機能や除湿機を利用して部屋干しする...。これらの方法でも、湿気や嫌な臭いが残ることがあります。

これで解決! 内装素材を変える

理想は珪藻土など呼吸する塗り壁

格段に向上する調湿・消臭機能

リビングの壁一面なら1日で工事完了

※エコカラットの場合



LIXIL エコカラット(タイル)
調湿能力は珪藻土の6倍
脱衣室のジメジメ解消や窓の結露対策に!

孔のサイズは湿気や臭いの吸着に最適な1ナノメートル
1nm=0.000001mm

※エコカラットはタイルです。

リフォームPOINT

内装タイルのエコカラットはデザイン・色・サイズから自由に選べるのが魅力。石膏ボードなどを下地として割付けを行い、接着剤を使って貼るだけなので短期間の工事が可能です。対応オプションも豊富で、気軽に取付可能なパッケージ商品もあります。

結露対策も

洗濯物の仕上がりをきれいに清潔にするには洗濯機を清潔に保つことも大切。市販の洗濯槽用クリーナーなどを使い定期的な洗浄を行いましょう。

「部屋干し」派の 二大悩み解決法!

※今回のご相談 ※洗濯物を家の中に干したいんですが...

雨の日が続く時期に困るのが洗濯物です。生活スタイルの変化による夜の洗濯派も多く、外干しによるホコリや花粉の付着を防ぐため「部屋干し」を選ぶ人が増えているようです。今回は上手な部屋干しをするためのリフォームのコツをご紹介します。

お問い合わせ

住協建設(株)リフォーム課
☎ 0120-703-180

Web 住協建設 ホームページ
http://www.j-kensetsu.jp/
住協建設 検索

その他リフォームもお気軽にご相談ください

EVENT

「リフォームスタジオDanRan」イベント

住まい暮らし体験セミナー「初めてのデコパージュ」に挑戦してみよう!



5/27
土

13:30~16:00

無料

ジャパンアートペーパーの講師をお招きして、人気急上昇中の「デコパージュ」の基本をレクチャーします。

今回は、初心者でも楽しく工作できる「ハンガーデコパージュ」を実践。

木製ハンガーとペーパーナプキンを使い、自分だけのオリジナルハンガーを作りませんか?

デコパージュとは

イタリアの家具職人が日本の漆器の真似をして始めたのがデコパージュの始まり。家にある家具や生活用品に、お気に入りの図柄のペーパーを切り取り特殊な専用糊で貼ってコーティングした装飾工芸です。



講師はこちら!

一般社団法人
ジャパンアートペーパー
アートデコパージュ講師
前田 尚美さん

イタリア ミラノでデコパージュを長年学んだYAYOI講師から技術を教授し、2015年東京ビッグサイトのイベントで、YAYOI講師と共に約100名にデコパージュワークショップを行う。デコパージュ体験会、1レッスンアートデコパージュ講座、アートデコパージュ資格認定基礎講座を開講。

- セミナー対象者 住協グループのお客様
- 場所 住協建設本社
リフォームスタジオ「DanRan」
- 参加費用 無料(材料や工具など全て当社が準備)
- 定員 30名(予約制)※先着順受付
- 予約・問合せ先 ☎0120-703-180
住協建設リフォーム&メンテナンス部
担当:鈴木 潤

あなたの周りに、住まいについてお悩みの方はいませんか?

お悩み解決への
第一歩!

住協の紹介制度

ご紹介方法はこちら!

- ☎ 電話 お近くの住協支店、または営業担当へ
- Web 住協ホームページ 幸せを分かち合う住協の紹介制度
- 🏠 来店 お近くの住協支店へ



ご紹介者様に

最高10万円分の
商品券または紹介料

弊社分譲新築住宅の
ご成約者様に

エアコン1台
(6畳居室用+工事費)

※プレゼントの進呈は初回面談で弊社営業担当者にご紹介の旨を伝えていただいた場合に限りです。
※当社分譲の新築住宅をご購入の場合以外でも、弊社社内の規定によりご双方にプレゼントをご用意しております。
※ご紹介いただいたお客様がご利用されたサービス内容により贈り物が変わります。

おすすめスポット①

ボリューム満点の定食が楽しめる

古都

「とにかく量がすごい」と地元で有名な古都。定食や丼もの、うどん、そばなど幅広いメニューを取り揃えています。お客様全員に満足して帰ってほしいという想いから大盛り提供を始めたそう。食欲旺盛な学生や男性はもちろん、家族連れで来る方も多く、あなたの胃袋を満たしてくれること間違いなしのお店です。

※食べきれない方にはミニサイズもございます。
※お料理はお一人様向けのため、複数人でのお取分けはご遠慮いただいております。



※【平日】
ランチ 11:30~14:30
ディナー 18:30~21:00
【土日・祝日(水・金)】
ランチ 11:00~14:30
ディナー 18:30~21:00
(祝日が月・火・木の場合は、
ディナー20:00まで)
※月・火・木の夜(祝日を除く)年始
※入間市駅前可12-11
☎ 04-2965-0045

おすすめスポット②

家族連れで賑わうレストラン

タジマ



入間市駅から徒歩10分。コックさんの看板が目印のタジマは、ご家族を中心に経営されて今年で47年目。子供の頃に通っていたお客様が、大人になって新しい家族を連れて来店されるなど、地元で愛され続けています。おすすめは店内でお肉を焼いて一から作るハンバーグ。ジューシーな肉汁と香ばしい香りは食欲をより一層引き立てます。

※ランチ 11:30~15:00
ディナー 17:00~21:00
※月曜日(月曜が祝日の場合は営業、
翌火曜が休み)
※入間市駅前2-2-1
☎ 04-2962-2470

おすすめスポット③

自家製天然酵母のパン屋
PANJA (パンジャ)

お客様に安心して召し上がっていただけるよう、PANJAのパン生地や具材は手作りです。約180種類のパンは色とりどりで、あれもこれもとつい手が伸びてしまいそう。人気の「煮たまご」は、サクサクの衣の中に半熟煮たまごが丸ごと入っていて、一口食べると中から溢れ出る黄身が濃厚で、味わい深い一品です。店内にはカフェスペースもあり、購入したパンをその場で召し上がりがいただけます。初夏には店舗の隣にCafeもオープン予定。



※ 8:00~20:00
※ 木曜日(祝日の場合は営業)
※ 入間市野田9339-1
☎ 04-2932-5808

住協エリアを探る
Zoom Up!

今回のエリア

入間

2016年に市制施行50周年を迎えた入間市。今年1月には、市の鳥ヒバリをモチーフにした「いるティー」がマスコットキャラクターに任命されるなど賑わいを見せています。日本三大銘茶の一つである狭山茶の主産地でもあり、茶畑の緑があたり一面に広がる絶景は魅力的です。今回は、入間市に住む読者の皆様からいただいたおすすめのお店をご紹介します。

入間市

- 花 茶の花
- 木 ケヤキ
- 鳥 ヒバリ



入間市マスコットキャラクター
「いるティー」

「入間市」と「お茶」から名前をとって、「いるティー」と名付けられました。わんぱく相撲で優勝することが目標の元気な男子の子です。

Information

住協グループからのお知らせ&プレゼント



住協グループも参加します!

第7回 福祉ふれあい祭り 5/13(土) 9:30-16:30
入間市 影の森入間公園

住協グループ提供番組放送中!

NACK5 大野勢太郎の楽園ラジオ ~パワー全開!!~
住宅電話相談室
毎週土曜日 11:37ごろ(5分間)
住協スタッフが住まいの相談についてお答えします!

エフエム茶笛 なべやかんのJスマイルライフ
毎週土曜日 16:00-17:00
「住まいの達人」コーナーに住協グループ社員が出演。住宅についての説明やアドバイスを伝えています。

住協公式Facebook公開中!

www.facebook.com/jyukyo.jg
(Facebookアカウントなしでも閲覧できます)
▶アカウントをお持ちの方は いいね! をクリック!

編集後記

筋肉痛が2日後に来るようになりました。身体の衰えを感じた私は今、スポーツジムに通っています。スタイルの良いインストラクターから刺激をもらいながら日々運動に励んでいるのですが、運動後に甘いものを食べるという至福の時間を見つけてしまい、体力向上という本来の目的を忘れていく気がします。何をしても長続きしない私ですが、このご褒美のおかげで珍しく続けられています。果たしてこれは良いのか悪いのか、自問自答を繰り返す私なのでした。(M)

\ Present /

アンケートに答えて
抽選で当たる!
読者プレゼント1 埼玉西武ライオンズ
バックネット裏観戦チケット

5組20名様

メットライフドームで7月・8月に開催されるゲームチケットです。
※日によっては選べません。

2 タニタ 活動量計「カロリズム」

1名様

毎日の消費カロリーを知って、健康的な身体をめざしましょう。



3 ガーデニンググッズ

5名様

ミニジョウロとガーデニンググローブのセットです。

4 大野勢太郎さんサイン入り
FM NACK5 オリジナルTシャツ

4名様

「大野勢太郎の楽園ラジオ」オリジナルTシャツです(ブルー/ブラック)。
※色は選べません。

応募締切

平成29年5月31日(水) ※当日到着分有効

※読者アンケートハガキに必要事項をご記入の上、お送りください(切手代不要)。
※厳正な抽選の上、プレゼントの当選者発表は賞品の発送をもって代わらせていただきます。

プレゼントに関するお問い合わせは住協まで

過去のDanRanは、ホームページからご覧いただけます。

住協 ホームページ <http://www.jyu-g.co.jp/>

住協グループ

株式会社住協ホールディングス

埼玉県所沢市小手指町1-1-4
Tel. 04-2940-8600
<http://www.j-group-h.com/>

P-R保険パートナーズ株式会社

埼玉県所沢市小手指町1-1-4
Tel. 04-2903-0102
<http://www.p-r.co.jp>

住協建設株式会社

埼玉県狭山市狭山台4-27-3B
Tel. 04-2957-8300(代)
<http://www.j-kensetsu.jp/>東京本店 tel.03-3370-3838(代)
大泉出張所 tel.03-5933-1175

株式会社住協

埼玉県所沢市小手指町1-1-4 Tel. 04-2903-8800(代)
<http://www.jyu-g.co.jp/>

入間支店 tel.04-2963-6651	ふじみ野支店 tel.049-256-6688
狭山支店 tel.04-2959-3611	小手指支店 tel.04-2903-8815
大泉支店 tel.03-3921-8588	朝霞台支店 tel.049-470-1200
新所沢支店 tel.04-2926-7311	東久留米支店 tel.042-479-2018
飯能支店 tel.042-974-8900	狭山庁舎事務所 tel.04-2946-8338
川越支店 tel.049-245-0041	