

vol.29

2025.10

ここの暮らしを、もっと楽しむフリーマガジン

Danran

-だんらん-



【特集】ご近所トリップ × 台湾

住協



ご近所トリップ

×

台湾

Tai wan

ここ数年、台湾への関心はますます高まり、ちょっとしたブームに。そんな人気の旅先、台湾ですが、忙しい毎日のなか実際に足を運ぶのは難しいものです。そんなときは、いつも利用している沿線で“台湾旅行キブン”に浸ってみるのはいかがでしょう。今回は、近場で気軽に、台湾の文化や雰囲気味わえるスポットをご紹介します。

台湾の職人技を堪能

五千頭の龍が昇る聖天宮

「五千頭の龍が昇る聖天宮」は、中国台湾三大宗教の一つである「道教」のお宮です。最高神「三清道祖」を祀っており、台湾の一流宮大工たちが、15年もの歳月をかけて建設。前殿の天井は、1万を超える資材を釘を打たずに組み込んでいるほか、屋根には、神様や皇帝の建造物にしか使われない、黄色い屋根瓦と龍が施されています。そんな職人のきめ細やかかつ、卓越した技術は、多くの人々の目を奪います。また、外苑には季節の花々が咲いており、参拝後にゆっくり眺めるのもおすすめ。休憩所には、台湾の定番フードである小籠包やちまきのほか、聖天宮オリジナルキーホルダーが購入できる自動販売機もあり、異国情緒溢れる場所です。



台湾の定番ドリンクであるグアバジュースや、排骨鶏味のインスタント麺のほか、伝統芸能である「変面」のキーホルダーが購入できます。



【太極天井】本殿の天井は、すべての始まり、すなわち宇宙の始まりを表す太極天井となっており、らせん状に渦を巻いています。



【本殿】本殿には御本尊・三清道祖である靈寶天尊(れいほうてんそん)や元始天尊(げんしてんそん)、道德天尊(どうとくてんそん)が祀られています。



【九龍柱】5mの岩の柱には、九頭の龍が力強くも繊細に彫られ、職人の卓越した技が感じられます。



【門神】前殿にある門番の神様門神は、高さ4mもある一枚のクスノキの板から彫られ、雲に乗っているのが特徴です。



台湾式おみくじを引いてみよう!

台湾式おみくじの特徴は、神様からのお許しを得て初めておみくじを引けることです。また日本とは違い、引いたおみくじの内容がよい場合は持ち帰り、悪い内容が出たときは、手元に悪運が残らないよう捨ててよいとされています。こうした独特の作法も、台湾式おみくじならではの魅力です。

01/ 竹くじを引く



おみくじを引く前に、本殿へ向かって手を合わせ一礼。籤筒の竹くじをよく混ぜて一本を引き、番号を覚えたら籤筒に戻します。

02/ 神禱を床に落とす



神禱を手に取り「陽・陽」に揃え、心のなかで番号を唱えながら床に落とします。「陰・陽」が出ればおみくじが引けます。「陽・陽」はもう一度落とし直し、「陰・陰」が出たら竹くじを引くところからやり直します。

03/ 番号のおみくじを取る



竹くじに書いてある番号の引き出しからおみくじを1枚取り、運勢を確認。吉兆順は日本の一般的なおみくじと同じです。

五千頭の龍が昇る聖天宮

住所 埼玉県坂戸市塚越51-1
営業時間 10:00~16:00

定休日 年中無休

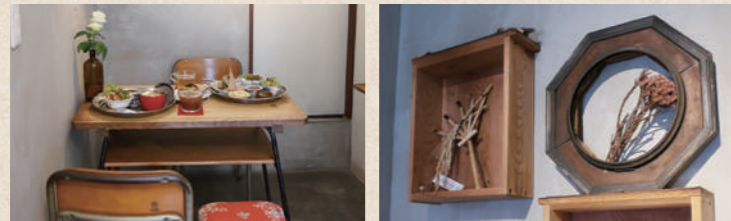
拝観料金 高校生以上 500円
中学生 250円
※中学生のみの拝観可能
小学生以下 無料
※大人の付き添いが必要
障がい者 250円
※写真付きの手帳提示

写真の無い手帳: 運転免許証の併用可
同伴・介助者 250円
※障がい者1名様につき1名様



近場で楽しむローカルフード

台湾カフェ 一六八「イロハ」



外食文化が根付く 台湾の定番メニューを味わう

台湾では朝ごはん含め、1日3食を外食やテイクアウトで楽しむのが一般的。本川越駅から徒歩3分のところにある「台湾カフェ一六八」は、川越市内のショップから集めたアンティーク家具が並び、どこか懐かしく温かみのある空間が広がっています。台湾出身の店主が作る魯肉飯ツォンヨッピンや豆花、蔥油餅などは、本場の味そのもの。何度も試行錯誤を繰り返したという魯肉飯は、お肉の臭みがなく優しい味です。そんなこだわりが詰まったお店は、2019年の開店から今年で6周年を迎えました。台湾の味と雰囲気をご堪能ください。



人気メニュー/01
ルーローハン
魯肉飯

豚バラを醤油や香辛料で甘辛く煮て、ご飯のうえにのせたら完成です。八角やシナモンなどの香辛料の香りが食欲をそそり、柔らかいお肉とご飯の組み合わせにお箸が止まりません。



人気メニュー/02
グアバオ
刈包

台湾の伝統的な蒸しパン料理で、豚の角煮や高菜漬などの具材を挟んだソウルフード。豚肉にかぶりつく虎のような見た目から、虎咬猪（フヤオズ）とも呼ばれています。



人気メニュー/03
トウファ
豆花

豆乳を固めて、小豆やフルーツ、タピオカなどをトッピングしたら、きび砂糖を混ぜたほんのり甘いシロップをかけます。その食感はまるでプリンのように柔らかく、まるやかな口溶けです。



一六八のあゆみ

「もっと食べたい！」の声に 季節と時間で変わる台湾ごはん

来日後、お店を出したいという想いから、2019年に出店。店名の「イロハ」という言葉は物事の初歩や基本を意味しているほか、台湾では「6」と「8」は縁起がよい数字とされています。最初は、肉まんやタピオカなどのテイクアウト専門店でしたが、お客様から「もっと台湾のご飯を食べたい」とリクエストがあり、フード系のメニュー開発も始めました。今は、季節限定メニューの提供や、朝・夜の営業※もしているので、Instagramからチェックしてみてください。

店主 ワンさん

※朝・夜の営業は不定期



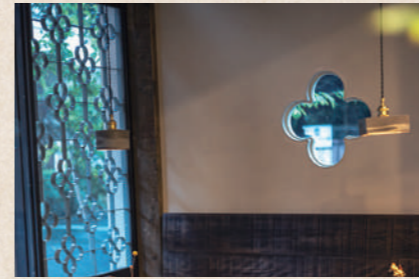
一六八(イロハ)

住所
埼玉県川越市新富町1-3-4
営業時間
平日 11:00~16:00
週末 11:00~17:00
定休日
水、木曜日



本場のお茶文化でほっと一息

囍茶東京「キキチャトーキョー」



台湾から直接仕入れた茶葉で楽しむ とっておきの一杯

中国から伝わったという台湾茶は、台湾独自の土地や気候のなかで発展し、やがて、人と人をつなぐ大切な文化に。吉祥寺駅南口から徒歩3分のところにある囍茶東京では、本格的な台湾茶を味わうことができ、店内の窓には、台湾の伝統的な装飾格子「鉄窓花」があしらわれ、訪れる人を台湾気分へと誘います。台湾出身日本育ちのオーナーは、自身のルーツである台湾への留学を機に、台湾茶の勉強を始めました。本当に美味しい台湾茶を求めて、現地の農家さんから仕入れているという茶葉は、台湾国内でもほとんど出回らない珍しいお茶ばかり。さらに、季節ごとに提供のお茶を変えているため、行く度に色々なお茶を楽しめます。初めて来店する方には、台湾茶の代名詞である高山烏龍茶や、台湾発祥の紅茶がおすすめ。お茶好きには堪らない、お気に入りの一杯が見つかるはずです。



囍茶東京/キキチャトーキョー

住所
東京都吉祥寺南町1-9-9
吉祥寺じぞうビル 1F
営業時間
11:00~19:00 (L.O. 17:00)
定休日
木曜日

Webサイト Instagram



囍茶東京さんおすすめの台湾茶

台湾は中央山脈が南北に貫いており、お茶栽培に適した地形。標高が高ければ高いほど寒暖差が大きくなり、口当たりのよいお茶となります。味はもちろんですが、香りを味わう台湾茶は、半発酵系である烏龍茶が有名で、発酵度の違いや製法によってさまざまな香りや風味を楽しむことができます。

木柵正機鉄観音

台湾台北市文山区の木柵地区で生産された茶葉を、高発酵し重焙煎製法で焙煎。熟した果実のような甘い香りと上品な焙香が特徴です。

東方美人茶

標高300mの桃園龍潭茶区で採れる茶葉。別名シャンパンウーロンといわれ、ウンカという虫に咬ませて生まれる蜜香と甘みが特徴です。

日月潭紅茶

標高800mの場所にある、日月潭湖のほとりで採れる茶葉。台湾で古くから愛されている台湾紅茶で、渋みがなくキレのある甘みが特徴です。

梨山高冷紅茶

標高1,800mの梨山地区で収穫され、梨山高山茶葉で作られる希少な紅茶。台湾でも滅多に飲むことができません。





日当たりのよい開放的な空間で 子どもの成長を見守る理想の住まい

以前はアパートで暮らしていたB様。お子さまの誕生をきっかけに「もっと広い家でのびのび子育てをしたい」と考え、足音などの生活音を気にせず、より快適に暮らせる住まいを求めて家探しを始められました。

いくつかの展示場やモデルハウスを見学するなかで、住協の建売住宅のコンセプトに心を惹かれたB様。実際に内見した際には「ここが一番いい!」と直感的に感じられたそうです。明るい内装や壁紙、そして細部まで工夫されたつくり「住みやすそう」「楽しく暮らせそう」という印象を持たれたといいます。

こだわったのは「日当たりの良さ」。吹き抜けから光がたっぷり差し込むリビングは、まさに理想の空間でした。「以前の家もカウンターキッチンだったので、子どもの様子を見ながら作業できるのは大きな安心でした。これも決め手のひとつでしたね」と振り返られます。

住み始めて1年。吹き抜けの開放感は想像以上で、帰宅すると広々とした空間に心がほっと和みます。ご友人家族と集まって食卓を囲んだり、子ども同士を遊ばせたりできるのも、この住まいならではの喜び。さらに近隣には同じ年頃のお子さんを持つご家庭も多く、夕方になると公園で一緒に遊ぶ姿が日常の風景になっているそうです。

「お気に入りにはパントリーやアクセントボード、そしてフリースペースです。今は家事スペースとして使っていますが、将来は漫画部屋や子どもの遊び部屋などにしたいですね」。お子さまの成長に合わせて柔軟に暮らし方を変えられるのも、この住まいの魅力です。

さらに、これから家探しをされる方へのアドバイスもいただきました。「長く使いたい家具やインテリアを置いた姿を想像してみるといいと思います。設備の充実も大切ですが、家に入ったときに感じる明るさや開放感も大事にしてほしいですね」。

これからもご家族の時間を大切に、この住まいとともに思い出を積み重ねながら、さらに豊かな毎日を育んでいけることでしょう。

Pick Up Point.



ベビーカーを置いても余裕のある玄関スペース。大容量の収納付きで、玄関まわりをすっきりと保てます。



遊ぶ子どもを見守りながら、大人もくつろげるリビング空間。ご家族の“お気に入りの場所”のひとつです。



お子さまの絵や思い出を飾れる備え付けのアクセントボード。暮らしに彩りを添える、さりげない工夫です。



ベビーサークルを置いても余裕があるリビング。お子さまののびのび遊べて、家族も安心して見守れます。

Remodeling information

リフォーム相談室

今回のご相談

だんだんシャッターの開閉が大変になってきました。
手動シャッターを電動にすることはできますか？

実は、電動シャッターへの変更も1dayリフォームで叶えられるんです。年を経ると足腰への負担からシャッターを使わなくなっていくことも……。今あるシャッターを電動に替えて快適に暮らしましょう。

電動シャッターのメリット

ラクラク!	静音	防犯・防災対策	安心
室内からのリモコン操作で、冬の朝でもラクラク対応。	開閉時の音が静かなので、ご近隣への気遣いも不要。	モーターロック機構で外からのこじ開けが困難。悪天候の時も窓を開けないので雨の吹き込みを防ぐ。	停電時は手動で開閉可能。物が挟まった時には、障害物検知機能が動き自動で停止。

電動シャッターへの取り替え工事 4 STEP!

STEP 01 STEP 02 STEP 03 STEP 04



シャッターボックスを開け、既存のスプリングシャフトを取り外します。



新しいモーターシャフトに取り替え完了。



外部コンセントから電源を引き込みます。



配線カバーをきれいに取り付けて完成!

防災・防犯のためにシャッターの無い窓も見直してみましょう!

Q1 シャッターのついていない窓に後付けできますか？



画像/LIXIL

電源を確保できれば後付けは可能です。外部コンセントや室内のコンセントから配線できます。

Q2 雨戸がついていても電動シャッターを付けられますか



画像/YKK AP

YKK APの「マドリモ シャッター」なら雨戸をこわさずそのまま電動シャッターを取付けられます。

他にもこんなシャッターがおすすめ!



採風・採光窓シャッター

シャッターを開けたまま風と光と取り込める、採風・採光窓シャッターもあります。

画像/LIXIL

どの工事でも必ず現地調査が必要になります、一度ご相談ください。

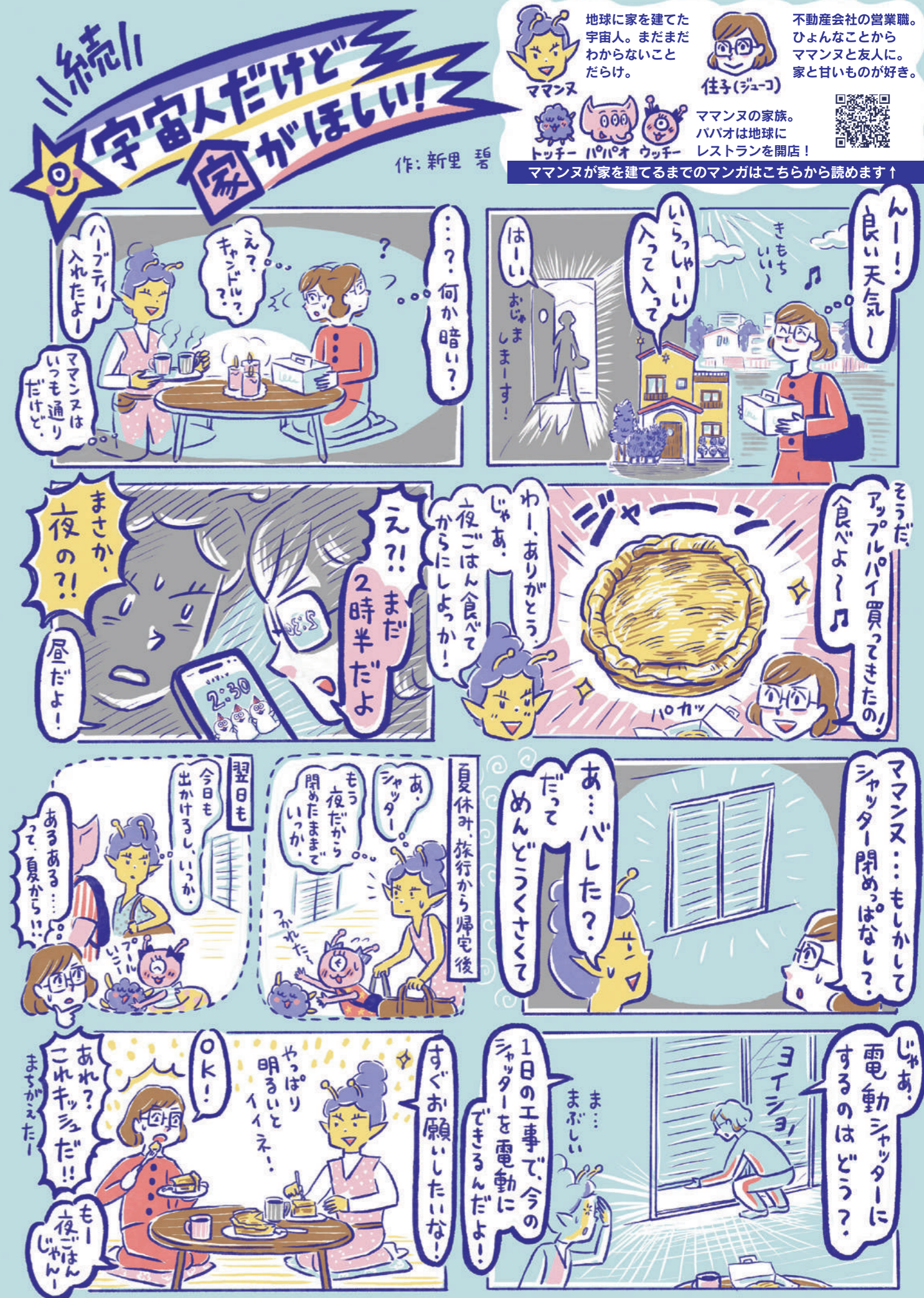
- お問い合わせ -

住協建設株式会社 リフォーム部 ☎ 0120-051-357

その他リフォームもお気軽にご相談ください

住協建設 リフォーム 検索

Web 住協建設 ホームページ <https://www.jyukyo-cnst.co.jp/>



地球に家を建てた宇宙人。まだまだわからないことだらけ。

不動産会社の営業職。ひよんなことからマンヌと友人に。家と甘いものが好き。

住子(ジューコ)

マンヌの家族。パパオは地球にレストランを開店!

マンヌが家を建てるまでのマンガはこちらから読めます↑

住協エリアを探る!

ZOOM UP!

— 今回のエリア —
朝霞市

東京からわずか20分余りの朝霞市は、通過するだけではもったいない“寄り道の街”。黒目川沿いの遊歩道では四季折々の自然に癒され、春は桜が川を彩り、夏は涼やかな川風が心地よく、カワセミに出会えることもあります。夏の「彩夏祭」では鳴子が響き渡る「関八州よさこいフェスタ」、夜空を染める花火が街を包み、普段の住宅地が一気に熱気あふれる舞台に。さらに、かつて旧陸軍の駐屯地があった“軍都”としての歴史を残しつつ、今はベッドタウンとして暮らしやすい環境が整っています。駅周辺には様々な飲食店が集まり、食の楽しみも豊富。自然、祭り、歴史、食と、多彩な魅力が凝縮された朝霞は、都心から気軽に訪れられる発見の街です。

朝霞市の象徴

- 花 ツツジ
- 木 ケヤキ



おすすめスポット!

Trattoria SPERANZA

東武東上線・朝霞駅南口から徒歩3分の場所に位置する「トラットリア スペランツァ」。

店名の「トラットリア」はイタリア語で「大衆食堂」、「スペランツァ」は「希望」を意味します。イタリアのことわざ「Finché c'è vita, c'è speranza. (生きている限り、希望はある)」に由来して名付けられたそうです。

「都心まで出かけなくても、リーズナブルな価格で本場の味を楽しんでもらいたい」をコンセプトに掲げるイタリアンレストランで、バリアフリートイレの設置など、内装や外観にも細やかなこだわりが詰まっています。

開店以来、ずっと通い続ける方や、家族三世帯で訪れる方もいるなど、地域に愛され続けており、晴れの日や記念日など、人生の節目を祝うために来店される方も多いそう。

人気メニューは「小エビのトマトクリームパスタ」や、スタッフおすすめの「ティラミス」。20年以上通うお客様のなかには、来店のために「小エビのトマトクリームパスタ」を注文し続けている方もいらっしゃるとか。ディナーメニューでは「じゃがいものニョッキ」も人気です。

大切な日も、何気ない日常も。本格的な味わいとアットホームな雰囲気世代を超えて愛される「トラットリア スペランツァ」は、訪れるたびに心を温め、人生のひとときを豊かに彩ってくれる場所です。

店舗情報

① 埼玉県朝霞市本町 2-5-38
 ② 11:30~13:30 L.O.
 17:30~22:30 L.O.
 日・祝 21:00 L.O.
 ③ 火曜・第3水曜
 ④ 048-465-7648

ご自愛タイムの SELF CARE

「自愛」には、自分を愛すること、そして健康に気をつけるという意味があります。慌ただしい日々、自分のことはおざなりにして、世のため、人のために頑張っているあなた。このページを読むあいだは一呼吸おいて、自分のこころや体調と向き合ってみませんか？

本日のテーマ： からだを作る大事な栄養素「タンパク質」

タンパク質がなぜ必要なのか、1日にどれだけ摂取すればよいのかかわからない……という方も少なくないはず。今回はタンパク質の働きや、手軽に美味しく食べられるレシピをご紹介します。ぜひお試しください。

タンパク質とは？

肉や魚、卵などに含まれる動物性タンパク質は、植物性タンパク質よりも100gあたりの含有量が多く摂取しやすい反面、脂質が多いのが特徴です。一方、植物性タンパク質である大豆製品は、脂質が少なくカロリーも抑えやすいうえに、食物繊維も同時に摂取できます。どちらも大切な栄養素なので、バランスよく取り入れましょう。



筋肉をはじめ、血液や皮膚といった体のあらゆる組織をつくる材料になります。



体の機能を調整するホルモンや酵素などが、免疫や血圧の調整に働きます。



炭水化物や脂質とともに、エネルギー(カロリー)のもとになります。

1日あたりのタンパク質推奨量

年齢	男性	女性
18~29歳	65g	50g
30~49歳	65g	50g
50~64歳	65g	50g
65歳以上	60g	50g

※「日本人の食事摂取基準(2025年版)」策定検討会報告書より

成人女性の推奨量50gを食品にすると、ゆで卵なら約7.7個、納豆なら10パック、ウインナーなら25本分にもなります。

タンパク質がたくさんとれる！ 簡単レシピ



タンパク質 16g

かにかまとねぎの中華風オムレツ

- 卵 4個
- オイスターソース 大さじ1
- ねぎ 1/2本
- かにかま 6~7本
- ごま油 大さじ1

ボウルに卵とオイスターソースを加えて混ぜておきます。熱したフライパンにごま油を入れたら、斜め薄切りにしたねぎと、ほぐしたかにかまを炒め、卵を流し込みます。形を整えながら弱火で1~2分焼いたら火を止め、余熱で火を通してから器に盛り付けて完成です。



タンパク質 17.4g

厚揚げとツナのめんつゆ煮

- 厚揚げ 1枚(200g)
- 水菜 20g
- ツナ缶 1缶(70g)
- 水 200ml
- めんつゆ 大さじ1

厚揚げは2cm角、水菜は3cm幅に切り、鍋でめんつゆと水を煮立たせ、厚揚げを加えます。再び煮立ったら弱火にして5分ほど煮込み、汁をきったツナと水菜を加えてひと煮立ちさせれば完成。手軽に食べられるツナは、骨や皮膚の健康維持を助けてくれます。



タンパク質 18.8g

まぐろと枝豆のおろし和え

- まぐろ(赤身・さく・刺し身用) 120g
- 枝豆(さやつき・ゆでたもの) 40g
- 大根 100g
- 醤油 小さじ2
- みりん 小さじ1

赤身であれば、さくでも刺身用でもOK。ひと口大に切ったまぐろに、醤油とみりんを入れてつけておきます。5分ほど経ったら、枝豆を加えて混ぜ合わせ、おろした大根を入れ完成です。まぐろには必須アミノ酸が豊富に含まれており、筋肉のもとになります。

Information

住協グループからのお知らせ & プレゼント

Present

アンケートに答えて抽選で当たる!

読者プレゼント

1

台湾茶器／饴茶東京

茶海(左)蓋碗(右)セット

3名様

茶葉の味わいを均一に整える「茶海(左)」、香りを引き立て優雅に淹れられる「蓋碗(右)」など、本格的な台湾茶のひとつを演出する茶器が揃っています。心を満たす香りとともに、特別な時間をお楽しみください。



2

台湾茶葉／饴茶東京

東方美人茶

梨山福寿茶

木柵正欖鉄観音

各20g 3名様

台湾の豊かな自然が育んだ、香り高い台湾茶葉3種類をプレゼント。3種類の味わいを贅沢に飲み比べながら、香りや風味の違いを楽しめます。



3

明星花露水

MSLS ディフューザー
+ スティックセット

・TEA CEREMONY
・PALO SANTO 各1名様

台湾産100%オーガニックのアロマディフューザー。上品で柔らかく自然な香りが楽しめます。どちらの香りが届くかはお楽しみ。



応募締切

2025年 11月30日(日) ※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)。

※厳正な抽選のうえ、プレゼントの当選者発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

※不正売買(転売)及び譲渡は、禁止行為とさせていただきます。

過去のDanRanは、ホームページからご覧いただけます。

[Web](https://www.jyu-g.co.jp/) 住協 ホームページ <https://www.jyu-g.co.jp/>

サポート企業



© NACK5



© SEIBU Lions



犬猫譲渡会 - 住協川越支店駐車場 -



保護犬や保護猫を家族に迎えませんか?
遊んで癒されたいだけでも大歓迎!
詳しくは住協 川越支店の
ホームページ・フェイスブックをチェック!



公式SNS公開中!

https://x.com/jyukyo_group

www.instagram.com/jyukyo_group_official

<https://www.youtube.com/c/jyukyochannel>

公式YouTubeチャンネル・公式Instagramを更新中!
チャンネル登録・フォロー・いいねをよろしくお願ひいたします。

YouTubeチャンネルはこちらから!▶



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

プレゼント

■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謝礼額が変わります。

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

<https://www.j-group-h.com/company/>

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

<https://www.p-r.co.jp>

住協建設株式会社

埼玉県狭山市狭山台4-27-38

Tel. 04-2957-8300 (代)

<https://www.jyukyo-cnst.co.jp/>

東京本店 tel.03-3370-3838(代)

大泉出張所 tel.03-5933-1171

新狭山出張所 tel.04-2003-4550

株式会社住協

埼玉県所沢市小手指町1-1-4

Tel. 04-2903-8800 (代)

<https://www.jyu-g.co.jp/>

入間支店 tel.04-2963-6651

狭山支店 tel.04-2959-3611

大泉支店 tel.03-3921-6566

新所沢支店 tel.04-2926-7311

飯能支店 tel.042-974-5900

川越支店 tel.049-245-0041

ふじみ野支店 tel.049-256-5588

小手指支店 tel.04-2903-8815

朝霞台支店 tel.048-470-1200

東久留米支店 tel.042-479-2018

若葉支店 tel.049-227-6510