

今日の「トピックス」

- 1.家賃発生日は希望に添って！
- 2.家主になるという事！
- 3.この営業マンは...
- 4.信じられないカップル！
- 5.遠方からの物件探し！
- 6.ご紹介で売却相談！
- 7.もう売れたのですか？
- 8.家賃収入と確定申告！
- 9.[おかやま的ココロ]
- 10.ほほえみ日記

春が待ち遠しいこのごろ！
寒いですね。風邪を引かないように注意して、暖房など火の用心に気を付けましょう。
賃貸・売買とも活発に動いてきました。昨年より敵視給価格になってきたからです。
アプローチがお手伝い致します！



たかし

1. 家賃発生日は希望に添って！

春になると、賃貸物件を探される方が多くなります。結婚や就職・入学など、他の季節とは違って条件が変わってきます。大抵の場合1ヶ月後の賃料発生の承諾を頂けますが、今の時期に入居希望される方は2ヶ月後の方が多いです。

遠方からアパート探しのために当社へご来店される方が増えてきました。就職のためや進学など、ご両親と一緒に若い方が探しに来られます。

初めての一人暮らしの方が多いです。一人暮らしと言うだけでも不安なのに「知らない地域での生活・就職への不安」など、若い方は勇気を持って決断しての新生活スタートとなります。

私には3人の子供がいますが、皆が独立して生活をしてくれるようになりました。新しい家族を持ったり仕事に専念したりとそれぞれですが、独り立ちする時は心配でした。きちんと生活出来るのだろうか？人に迷惑を掛けないだろうか？

来店されるお客様は、私の子供達より若い世代になりました。ご両親の心配も手に取るように解ります。

「賃貸物件は設備だけで選ぶのではありません。生活しやすい立地か、トラブルがあった時にきちんと対応してくれる管理会社なのかを確認しておきましょう。」と皆様にお話しします。

アプローチが管理している物件ですと、家

主代わりになってなんでもご相談を受けることが出来ます。カギを忘れた時でも対応できます。・・・とお話するとご家族揃って安心されます。

春まではまだ1～2ヶ月ありますが、早めにご契約して頂く事で家主様には賃料の発生を借り主様のご希望に合わせて頂くようお願いしています。

借り主様には早急の契約手続きをお願いします。3月末のご入居で契約手続きが完了したケースが数件ありますが、家主様にとっても良いお客様が早めに決まっていると安心ですね。

契約条件や設備についても、お客様のご希望にそって家主様に交渉し、お話しをまとめています。借り主様も良い条件の物件を選ぶだけではなく、物件が気に入ったら交渉して下さい。ご希望に添えるように頑張ります。



アプローチの社内にはいつも奇麗なお花があります。お客様に頂いたお花や植物をいっしょに観葉植物でおられます。感謝しています。

西区不動産専門店・賃貸・売買・リフォーム・保険・法律相談・サイクルセンター



岡山佳代子

株式会社アプローチ (旧)マンションセンターさいたま

TEL048-621-1300/FAX048-621-1301

お客様ご相談窓口 0120-241-060

〒331-0074

さいたま市西区宝来1717-5

<http://yamatokun.info/> mail info@yamatokun.com

■定休日 毎火曜

■営業時間 10～19



岡山 貴紀

指扇駅ロータリー内



2. 家主になるという事！

やまとくん便り No.91-2 2010.2

賃貸契約をしますと、家主様には「家主としての責任と義務」が発生します。

不動産会社と賃貸管理をの契約をするには「信頼関係」が必要です。不動産収入が入ると確定申告をする事になります。

賃貸契約は契約が始まりです。人はいつどのような形で家主としての責任と義務が果たせなくなるかも知れませんし、相続の問題が発生する事があります。まして事業用として賃貸するとなれば「借り主の会社が破綻する」という危険性があったり、事業を続ける訳ですから「了解を頂けなければ家主解約が難しい」というケースがあります。問題が無ければ「長く家賃収入が入る」という利点があります。また家主様には事業主としての「リスク」も伴います。

契約は「最悪の事態を想定して最良の方法で締結しておく」必要があります。そうでないと相続をした人たちに迷惑を掛ける事になるからです。アプローチは最新の注意を払って契約のお手伝いをさせて頂いています。

今の日本の賃貸市場は、家主様にとって厳しいものがあります。全国の賃貸物件の13%の空室率が今はもっと高くなっているはずで、中には50%もお部屋が空いていたり、企業が社宅として借りていた物件が何棟も空いて家主がローンの支払が出来なくなっているケースもあります。

不動産を賃貸するとなると、たくさんの法人や個人が関わってきます。家主様・借り主様・不動産会社・修理業者・それらに関わる会社や個人・契約に関わる保証会社や保険会社などです。契約をするには前もっての打ち合わせに時間が掛かります。

最近は賃貸物件を契約に結びつけるには不動産会社が苦労しています。多い物件の中からお客様に選んで頂いて、ご希望を聞いて家主様に交渉します。

なかなかお問い合せや交渉が無い物件が多く何年も空室が続いている物件も多いです。交渉があったときがチャンスで、私たちは家主様との仲介をしてお話をまとめます。

しかし契約の途中で借り主様が他の有利な条件が目に入り、契約に至らない事も多いので困っています。契約日を延ばすだけ延ばして、契約予定日に断りが入った時は泣きたくなる事もあります。しかし契約が成立していないので、損害賠償は請求できません。

家主様には修理代や手数料が発生しますが、これらの費用は確定申告の時に経費として計上出来ます。当社が頑張って満室にしているマンションが数棟あります。この空室率が高い時代にとっても感謝されています。このうちの一人の家主様はとても賢い方で、収入が多い時に大規模な外壁工事や防水工事をされました。

もう一人の方は収入が多い事を喜ばれていますが、当社の提案した修繕に目もくれません。

結果がどうなるかというと、収入が多くて経費を差し引いた所得の申請をすれば税金が安くなります。建物が改修されて不動産の価値が高まり、支払う税金が安くなります。経費が無い家主様は高い税金を支払う事になります。税金を支払うのであれば、修繕にお金を掛けた方が得なのです。借り主様にも喜んで頂けて、住み替えないで長く借りて頂けます。

日本は今まで個人の家主様までは税務署の調査が入っていないようです。しかし、税収が少ない時代になってしまいましたので、この契約に関わる多くの法人・個人のどこかに調査が入った場合、すべての人を対象に調査が入る可能性があります。

他の不動産会社の担当者とは違い、私の場合は売買・賃貸・管理・修理など不動産全般の仕事が出来ます。大抵はその中の1つか2つしか出来ない営業が多いのですが、両親が建築会社を経営していましたので建物についてもいろいろとアドバイスをさせて頂いております。

また不動産の仕事を一生涯の仕事として考えておりますので、たくさんの資格を取ってきました。宅建はもちろん、不動産アナリスト・不動産技能登録資格者・ローンアドバイザー・損害保険上級資格・簿記2級その他いろいろ資格を持っています。皆様に信頼を頂けるように経験と資格を持って業務に取り組んでいます。



ひびき君はピカピカの1年生になりますが、恥ずかしがり屋さんです。弟思いの優しい兄です。

3. この営業マンは・・・

売買契約をするために、別の不動産会社に出かけました。お客様とともに不動産会社に出かけたのですが、たくさんの社員がいる大きな会社です。

いざ契約が始まったときにテーブルに別の営業マンが座り、重要事項の説明を始めました。この売買契約に関わる営業マンは「宅地建物取引主任者」の資格を持っておられなかったのです。重要事項の説明が終わると、今度は売買契約書の説明に入りました。今度の担当の営業マンが読み上げています。

重要事項説明は資格を持っている人だけが説明できますが、契約書は誰でも大丈夫です。でも自分が担当するお客様に対して、自分の資格で説明したいですね。

「あー、この人宅建を持っていないんだわ」と誰もが考えています。

私は18歳で宅建資格を取りましたので、宅建を持って不動産の仕事をするのが当然の事だと思っています。難しい試験だとは思いますがその勉強した内容を把握出来ていないとお客様への説明も出来ません。一生の仕事として頑張っているのだから難しくても取らなければなりません。

いくつかの不動産会社に転職しましたが、その時に不動産営業は15年続けているけれど何度受験しても宅建を取れない営業マンが何人もいました。3年で取れなければ益々難しくなるのです。情性と考え方で試験に対する真剣さが無くなるからです。

女性の私が重要事項説明をして上司でベテランの営業マンが座っているだけの様子は想像するだけで情け無いです。

不動産の仕事が難しい事も多いですが、扱うお金も大きいし法律が主で仲介していますので宅建を持っていないければ仕事が出来ません。実際は5人に1人で仕事は成り立ちますが、甘い考えではお客様が納得する仕事は出来ません。

不動産を仕事としない人で宅建の資格を持っている人がたくさんおられます。試験と実務は全く違いますので、逆に不動産の仕事に関わっていない人の方が試験に合格しやすいかも知れません。不動産の仕事は時間のしぼりが長くて勉強する時間がなかなか取れません。でも合格している人がいるのですから言い訳しないで！

営業マン「宅建合格」を目指して頑張ってください！

4. 信じられないカップル！

年末にアパートを探しに来たカップル。気に入ったお部屋があったので入居申込。

★保証人不要にして欲しい・・・

はい、解りました。

★家賃の発生を遅らせて欲しい・・・

了解を取りました

★仕事が忙しいので今すぐ契約出来ない・・・

ご連絡下さい

すべて交渉してあとは契約するだけになったのに、突然やって来て言った言葉は。。。

「別の所に住むことにしましたのでキャンセルします」

「えっ？何？」

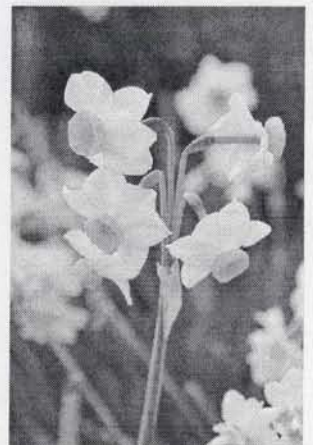
こんな事を言ってきて、二人で涼しい顔！ちゃんとした所で仕事をしている二人なのに、まったく常識を知らない。彼女はいつも酒臭い。顔が赤い。昼間っから呑んでいるのか？

呆れた二人に私は掛ける言葉はありませんでした。いろいろなお客さんがおられますが、大抵のことなら理解できます。しかし自分の事しか考えていないこの二人には、本当に頭にきてしまいます。

でも二人を怒る気持ちは起きません。結婚はうまくいかないかも。大変だわ。家族になるのですから、互いの気持ちを理解する気持ちが大事で、ご近所さんにお世話になり助け合う事もあるでしょうし、いつまでも自分本位で事が進む事はありません。

同じ地域で生活するのであれば、どこかで顔を合わせることもあるでしょう。私は九州や関西で知り合った人と、この埼玉で出会うこともありますので「いつも真面目にしておかなければ」と考えます。

2月に入って寒い日が続きます。春は間もなくやってくる。自然はよく知っています。自然はあちこちで春の芽吹きが・・・



5. 遠方からの物件探し！

昨年暮れに来店されたお客様が、再度物件を見に来店されました。大学卒業で就職先が決まったため、住まいを探しに来られたのです。インターネットで物件を調べて、いろいろな質問を受けました。

「家賃は安めで設備が良くて、勤務先に近くてお買物が便利な所」など、誰もが希望される条件です。たくさんのお客さんの物件の中から4つの物件に絞りご案内致しました。

ほとんどの方は物件探しの時に「見た目・設備・条件」で選ばれます。インターネットに広告している不動産会社に問い合わせをされますが、重要な事がありますのでお知らせします。

物件はどの不動産会社を通じても借りる事が出来ます。

★インターネットでは情報が古い物件や、正しくない情報もあります。

★物件を選ぶより、まずどこの不動産会社で探すかを決める時代です。

賃貸物件は契約してからの「管理やトラブル処理の対応」で住み心地が違ってきます。話が分かる管理会社や家主様の物件に入居するとトラブルが発生したり困ったときでも相談に乗ってくれますので、ずっと安心です。

地元で地域を絞って営業をしているアプローチでは、家族のように親身になってアパート探しのお手伝いをしています。遠方で暮らすご両親にとっても安心ですよ。

新卒での就職の場合、申込書を記入すると同時に「勤務先の就職内定通知書」が必要です。健康保険証や免許証などを身分証明書としてコピーさせていただきます。保証会社の審査が始まり借主様・連帯保証人様に記載内容の確認をする為に電話が入ります。

入居審査を通過しますと、当社から「契約についてのご説明」の電話をさせていただきます。印鑑をお持ち頂いて「重要事項説明」をし、「決済に必要な書類や契約金」をお知らせします。アプローチの場合、一般的に借主様・入居者様の住民票と連帯保証人様の印鑑証明書を頂きます。保証会社から個々に別途書類を請求される場合もございます。

お客様は、アプローチが管理している単身者向きマンションにお申し込みをされました。ご入居が3月後半ですが、家主様のご理解を頂いてご希望に添うことが出来ました。

6. ご紹介で売却相談！

指扇地区で不動産の仕事を開始して8年。今までたくさんのお客様と取引をさせて頂きました。賃貸・売買・リフォームなどの仕事を通じて、ご相談を受け取引をさせて頂きました。何かあればご相談を受ける事もあり、ご説明するだけで安心して帰られたり。嬉しいのはお友達や知り合いの方をご紹介頂けることです。

私は指扇地区に住んでいますので、お買物に行ったときもたくさんの方とお会いします。趣味を通じての友達も多く、指扇地区ではどこに行っても誰かとお会いしますね。だから悪いことも出来ません。

特別な営業をしなくても、どんどんご紹介の和が広がりお客様が増えて行くことが嬉しいです。皆様のおかげです。ありがとうございます。

今回は「マンションの売却希望」のお客様をご紹介頂きました。長く住まれて来られたお部屋なので、修理が必要ですが、価格的には安いマンションですので購入された方でリフォーム工事をされると良いでしょう。リフォームは売り主様で施工してから売却される場合もありますが、それぞれのお客様の好みもありますので、「壁紙は自分で選びたい」というお客様にとってはマイホームを好みに造り上げることが出来るのです。

投資用にも人気のあるマンションです。これからどんどん広告していきますので、ご興味のある方はお問い合わせ下さい。空室ですのでいつでもご覧頂けます。

【ハイマート大宮 3DK 530万円】

ボクは男だから強いんだ！
この立ち姿がボクの中の一番カッコイイポーズ！
舌足らずなのに3歳、弟君です。
ゴン太盛りの3歳、弟君です。



7. もう売れたのですか？

今年に入ってから売却を依頼された分譲マンションが、売り出して間もなく「購入申込」を頂きました。

過去3ヶ月、大手不動産会社に売却を依頼されていましたが、ご案内も少なく営業マンから極端に値下げするように言われたとの事で、アプローチにご相談を受けて、リフォームをして売却するお話しをしました。

売却依頼を受けて、情報を公開しました。すると他の不動産会社様よりご案内が入り、すぐに購入申込を頂いたのです。

全国各地の不動産取引に詳しい人に、最近の不動産の動きについて聞いていました。

「極端に安いと思える物件しか売れていない」との事です。ですから「大手不動産会社が買い取って貰うように話したのは普通の事だ」と言われていました。

そこの所を私は「綺麗にリフォームして適正な価格にすれば売れる」と考えたのです。お客様とお部屋の確認をして、買主様が気に入られるように工事のアドバイスをしました。やはり全体的に内装工事をする必要があります。でも工事代は思ったより安く出来たのです。

売却相談を受けると、広告開始をして間もない頃は不動産会社は情報を他の不動産会社にしばらく流しません。ある程度広告をしてから反応が無いと解ってから、他の業者に販売の協力を求めます。売却物件を手に入れるのも大変です。

売り物件が無ければ売買専門業者は仕事が出来ません。まして売れると解っている物件を最初から他の業者に回すのと、直接のお客様を捜すのとでは手数料が倍違います。

ですから大手不動産会社は、情報をインターネットなどで広告して個人のお客様を探すのです。

アプローチでは最初から情報をすべてのお客様や不動産業者様に流通させています。売主様と買主様が早く良い相手方を出会って成約に至るように努力しています。数をこなせば売上も伸びます。せこい事はしません。

売主様にお知らせすると「もう売れたのですか？」と言われました。

「いつ売れるのだろう」と期待半分、様子を見ながらの朗報をジックリと待っておられたのですが、いきなりの連絡に驚いておられました。

今年は何回か雪が降りましたね。あちこちで雪だるまを見かけました。雪合戦も楽しいです。



8. 家賃収入と確定申告！

いよいよ確定申告のシーズンが近づいてきました。家主様、準備は進みましたか？

不動産所得の金額は次のように計算します。

総収入金額－必要経費＝不動産所得の金額

(1) 総収入金額

総収入金額には、貸付けによる賃貸料収入のほかに、次のようなものも含まれます。

- イ 名義書換料、承諾料、更新料又は頭金などの名目で受領するもの
- ロ 敷金や保証金などのうち、返還を要しないもの
- ハ 共益費などの名目で受け取る電気代、水道代や掃除代など

(2) 必要経費

必要経費とすることができるものは、不動産収入を得るために直接必要な費用のうち家事上の経費と明確に区分できるものであり、主なものとして貸付資産に係る次に掲げるものがあります。

- イ 固定資産税
- ロ 損害保険料
- ハ 減価償却費
- ニ 修繕費

【事業としての不動産貸付けと

それ以外の区分】

不動産などの貸付けによる所得は、不動産所得になります。

不動産所得は、その不動産貸付けが事業として行われている（事業的規模）かどうかによって、所得金額の計算上その取扱いが異なる場合があります。

不動産の貸付けが事業的規模かどうかについては、原則として社会通念上事業と称するに至る程度の規模で行われているかどうかによって、実質的に判断します。

ただし、建物の貸付けについては、次のいずれかの基準に当てはまれば、原則として事業として行われているものとしています。

- (1) 貸間、アパート等については、貸与することのできる独立した室数がおおむね10室以上であること。
- (2) 独立家屋の貸付けについては、おおむね5棟以上であること。

2 所得金額の計算上の相違点

事業的規模である場合とそれ以外の場合の所得金額の計算上の相違点のうち主なものは次のとおりです。

- (1) 賃貸用固定資産の取壊し、除却などの資産損失については、事業的規模の場合はその全額を必要経費に算入しますが、それ以外の場合は、その年の資産損失を差し引く前の不動産所得の金額を限度として必要経費に算入されます。
- (2) 賃貸料等の回収不能による貸倒損失については、事業的規模の場合は、回収不能となった年分の必要経費に算入しますが、それ以外の場合は、収入に計上した年分までさかのぼって、その回収不能に対応する所得がなかったものとして、所得金額の計算をやり直します。
- (3) 青色申告の事業専従者給与又は白色申告の事業専従者控除については、事業的規模の場合は適用がありますが、それ以外の場合には適用がありません。
- (4) 青色申告特別控除については事業的規模の場合は一定の要件の下最高65万円が控除できますが、それ以外の場合には最高10万円の控除となります。

税務署がどこかに調査にはいると、その関連した取引先も調査に入ります。**家主様は事業主様です。節税は必要ですが変なごまかしは最終的に自分の負担として戻ってきます。**

税金を納めるのは私たち国民の義務なのですが、最近は税金を払える人をすばらしく思います。赤字経営の会社も多くなっていますから。



春が待ち遠しいですね！



やまとくん一家

9. おかやま的ココロ

平成22年も1ヶ月が過ぎました。坊主頭にもすっかり慣れ、あんなに寒かったのがウソのように平気になりました。そして、これからの時期はますます忙しくなってくる時期です（なってくれないと困りますが）。僕にとっては社名変更して場所が変わったことはずいぶん昔のように感じますが、指扇の駅前にある不動産屋さんとして、お客さんにやっと認識されてきたかな、という感じです。

さて、今回は前回の雑学に続き、思わずクスッと笑ってしまう面白い話をたくさん載せようと思います。インターネットで調べてみると色々出てきました。暇つぶしに読んでいただけたら、と思います。それではどうぞ～。

「面白い話集」

- ① 家族揃って夕食をとっている時、何かの拍子に怒った父が、「誰のおかげでメシが食べるとかってんだ！」と言おうとして、「誰の為にメシ食ってんだ！」と怒鳴った。私と姉は、「自分の為だよ」と答えた。
- ② 夫婦げんかの時、父が母に「バカモノ！」と言おうとして「バケモノ！！」と怒鳴ってしまった。ケンカはさらにひどくなった。
- ③ お風呂に入っていた父が突然、大声でわめき出した。「大変だ、大変だ！どっかから鼻血が出てる！」いったい、父のどこから鼻血が出たんでしょうか。
- ④ 酔っぱらって帰宅した夫は居間で寝てしまった。重くてとても運べない。「這って行ってよ！」と何度も声をかけたが、その度に夫は「ハッ！ハッ！」と言っていました。

⑤ 電車の中で3歳くらいの子どもが母親に「ママおしっこ」と言った。母親が「どうしてもっと早く言わないの!」という、子どもは「ママッおしっこ!」と早口で言った。

⑥ 友人は入社試験であまりにも緊張しすぎて「家業は何ですか?」と質問されて「かきくけこ」と答えてしまった。

⑦ 息子がちゃんと留守番できているかどうか母親が公衆電話から他人のフリをして電話をかけた。母親が、「お母さんいる?」と聞くと、子どもは「いない」と答えた。



⑧ 理髪店で中学生の男の子が「長めにお願いします」と注文した。床屋さんが「耳はどうしますか?」と聞くと、男の子は少し考えた後、「切らないで下さい」と言った。

⑨ 父が入院することになり、病院に予約を入れて自宅で待機していたら、思わぬ早さで連絡が来て「明日から入院して下さい」と言われた。心の準備ができていなかった父は思わず「今ちょっと体の具合が悪いんでもう少し待って下さい」と言ってしまった。病院側は何も言わずにそれを聞き入れた。

⑩ 結婚した教え子から年賀状が来た。「性が変わりました」と書いてあった。

⑪ 新婚時代、二人で朝寝坊をした日、急いで弁当を作っている妻に「おかずは気持ちがかもってあれば何でもいいよ」と言ったら、弁当の中身が全部キムチになっていた。

⑫ 自分の部屋にベッドを置こうかなと言ったら「そんな大きい物置いたら寝るところが無くなるでしょ!」と母に反対された。

⑬ うちの弟は中学時代に野球部で監督から「お前はうちの秘密兵器だ」と言われていたが3年

間本当に秘密にされてしまった。

⑭ うちの母(40)は教習所で路上教習中に「この制限速度は何キロですか?」と教官に聞いたところ、「あんたの年と同じだよ」と言われ、ムッとしてずっと30キロで走り続けたそうです。

⑮ 家を空けることが多い私は、田舎のお袋に「ファックス送って」と言った。数日後、ファックス本体が段ボール箱で送られてきた。

⑯ 先日、商店街を自転車で走っていたところ、ハードコンタクトをしている目にゴミが入った。激痛の為に自転車を止めて涙を流していたのだが、たまたま有線放送で流れてきた曲が杏里の「悲しみが止まらない」だった。早くその場を立ち去りたかった。

⑰ 先日、彼氏にフラれて落ち込んでいる姉を励まそうとした父が「おまえ、人間は顔じゃないぞ」と言おうとして「おまえ、人間の顔じゃないぞ」と言ってしまった。姉はよけい落ち込んでしまった。

⑱ 妻が夫に、「あなた、今日はいいニュースと悪いニュースが2つあるけど、どちらから先に聞きたい?」と言った。夫が「そうだな、いいニュースから聞きたい」と言うと、妻は「あなたの車のエアバックは正常に作動したわ」と言った。夫は悪いニュースは聞かなかった。

⑲ 友達が先生に質問をした。「先生、何もしてないのに怒られる事ってありますか?」。先生が「ありませんよ」と答えたら、友達は「良かった! ぼく宿題やってません!」と言った。

さて、たくさん書いてきましたがいかがでしょうか。おもわずクスッと笑ってくれたら嬉しい限りです。家庭内での言い間違えて面白いですね。うちも子どもに笑わせてもらっています。それでは、来月も楽しい情報を書きたいと思いますので楽しみに。



岡山 志保

世の中に笑いがある人は健康になり、家族も仲良くできるんですよ。つまらない冗談を言い合える家族でいましょう。元気で陽気な「岡山一家」です。

お正月気分をゆっくり味わう暇もなくバタバタと一月が終わってしまいました。

生まれてこのかた趣味と言えるほど熱中したものがなく、三十路前にこれじゃいかん！と思いたちスノボを始めてみました。

寒いのが大嫌いなので「寒い日に寒いところに行くなんて気が狂ってる・・・」と思っていましたが、友人や器用が売りの旦那さんに腕を引っ張られ、お尻を叩かれながら教えてもらおうと自分でも驚くくらいメキメキ上達し今では毎日でも行きたいくらいはまってしまいました。めっきり運動していないので筋肉痛も半端ないです。普段全く運動しないし汗をかくのも大嫌いなので当たり前の結果なんです。

一方旦那さんは、さすが自他共に認めるミスター器用貧乏。去年始めたとは思えない滑りっぷりです。まだまだ冬は終わらないのでこの調子でバンクーバー目指したいと思います。(笑)

運動といえば、汗をかかないのも体に悪いと



ママーッ、大好き！
ワンパクですが
甘えん坊！
次男は要領がいい
です。全く・・・

弟を可愛がる
優しいお兄ちゃん！
怒られる弟を見て
かばうんです。



先日、車を運転していて信号で止まっていると、後ろからぶつけられました。その時、たいした事は無かったのですが、首の骨が少し歪んだようです。でもご心配無く！いい先生にすぐに治療をして頂きました。他の悪いところも見て貰えたので自分の身体の悪いところが解って早く治療出来て良かったです。腰骨が歪んでいると背骨がねじれたり、姿勢が悪くなり、身体のあちこちに支障をきたすのです。

知りつつも運動しないでいたら汗が出ない体になってしまいました。真夏の暑い日でも汗がないんです。きっと深刻です。

人は汗をかいて体温調整しているのに汗が出ないから熱がこもった状態なののでしょうか。汗腺が詰まってしまったのでしょうか。これはきっと趣味云々言ってる場合じゃない！私の体は何か溜まっているんだ！出さねば！！と思い立ち、岩盤浴に行ってきました。

岩盤浴とは天然の鉱石を温め、その上にバスタオルなどを敷いて横たわり、汗をかく健康法で『お湯を使わないお風呂』といわれているものです。岩盤浴に使われる鉱石から発生される遠赤外線やマイナスイオンの効果、発汗の効果などによって健康や美容に対するさまざまな効果が得られます。

岩盤浴で良い汗をたくさんかくことで新陳代謝がよくなり、脂肪を燃焼しやすい体にしてくれるのでダイエット効果があります。さらに汗腺から有害金属も排出されやすくなるので、デトックス効果もあると言われています。

血液やリンパの流れがよくなることで、むくみや肥満、冷え性なども解消され、体質が改善されるので、それに伴って引き起こされる頭痛や肩こりにも効果があると言われています。代謝がよくなり栄養や酸素がきちんと運ばれると肌もきれいになります。

汗が出ない・慢性肩こり・慢性冷え性の私には一石三鳥の健康法でした。健康法といってもただ寝ているだけなのですが・・・

サウナのような息苦しさもなく、石の上でじっと寝ていると、ポツッ・ポツッ・と汗腺が開くのがわかるんです！

私の汗腺が〜〜！！と快感を覚え、汗がツツーっとたれるなんて何十年ぶりの感覚です。約30分岩の上で寝て、寝ていたバスタオルを見ると見事、汗で人の形になっていて大大大満足でした。

私の肩こりは一回や二回岩盤浴行っただけではビクともしませんでした。男三人に囲まれて生活している私にはいい気分転換になりました(^-^)/

新型インフルエンザは下火になったようですが、まだまだ寒いので乾燥しているので風邪には十分気をつけて下さい。健康第一！