

今月の「トピックス」

- 1.暮らしのデザイン展！
- 2.もっと早くマイホームを！
- 3.美白エステにチャレンジ！

- 4.市街化調整区域の取引！
- 5.市民ゴルフ大会に参加！
- 6.家主様、意識改革を！
- 7.おかやま的ココロ！
- 8.ほほえみ日記！

指扇駅の完成は26年3月！

2014年(平成26年)3月に指扇駅の橋上化と北口ロータリー、また平成27年春迄に駅西側で線路の南北方向を行き来できるようにする市道の設置を進めています。待ち遠しいですね。



たかし

1.暮らしのデザイン展！

【リフォーム部 岡山 貴紀】

先日の定休日、東京ガスが毎年新宿で開催している「暮らしのデザイン展」を見に行ってきました。この展示会では、変わっていく暮らしを取り巻く環境を「住まい」「食」「エネルギー」、そして「親子」の4つの切り口から多様なソリューションの提案をしています。

東京ガスの系列会社と取引がある会社が招待状を受けて来場でき、大手ゼネコンなど建築関係の大企業などはバスに乗って数十人単位で来場しています。人の暮らしに直接関わる不動産業としても、とても参考になる展示会です。

今回特に注目されていたのが、テーマである「変わること、変わらないこと」。それを様々な統計データを基に居住空間の提案をしていました。親子の関係を見てみると「いくつになっても子供はかけがえのない存在だ」というアンケートでは、ほぼすべての世代で80%以上の方が「あてはまる」と答えています。これが変わらないこと。

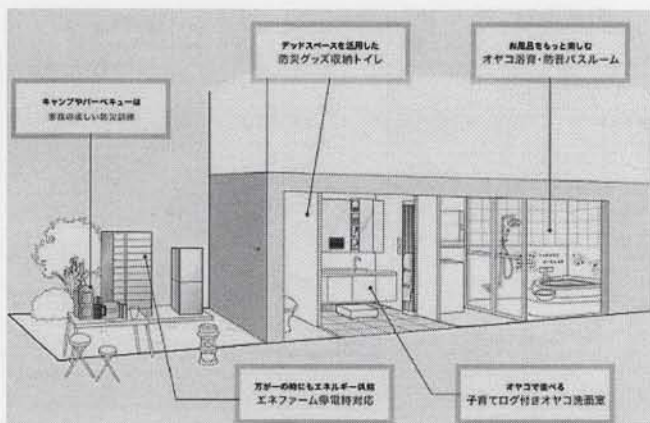
一方、近年では幅広い世代で親子の緊密化が進み、共働き世帯の増加や子供の塾通いの増加で家族が家で一緒に過ごせる時間が短くなった反面、思春期を迎える年ごろになっても「親と過ごす時間が楽しい」と思う子供たちが多くなっているようです。これが変わること。

今どきの親子として使いやすい空間を考えると、男性の料理人口増加を踏まえ、キッチ

ンの形も変わってきます。賃貸物件のほとんどは1人が調理をする前提のサイズですが、今どき家族は夫婦で、また子供も一緒に家族で料理することも多いので、広い調理場、広いシンクなど需要がありそうです。

また、親子が並んで使える大きな洗面化粧台も喜ばれるでしょう。賃貸物件では限られたスペースでしかリフォームができず、既存住宅の場合できることとできないこともあります。どんどん新築物件が建っていく中で今後も需要が見込める物件とするためには、単純にきれいにするためのリフォームではなく、今どきのライフスタイルに需要があるかどうかに着目するべきです。

また、ガスを利用したリフォームも日々進化しています。例えば、ガス温水床暖房の仕組みは床下に温水を通して温めるという構造上の問題から、どうしても厚みが出てしまうのが難点でした。



震災後いざというときに備える意識が高まっているが、住まいの一部の耐震性能を強化し、停電時にもエネルギー供給できる最新エネファームを備えると同時に防災グッズなども備蓄し、災害に備えながらも日常を楽しく過ごせる工夫を提案

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

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



しかし現在、5.5mmの根太入り温水マットの上に6.4mmの床材を合わせ、12mmの厚みを実現しています。既存の床上に設置すれば短い工期で費用も抑えられますし、通常の床暖房と異なりレベル調整が不要のため、隣室の床への影響も少なく、バリアフリーの設置も可能です。

その他、いま注目を集めているマイホーム発電が可能なエネファームも興味深く見させていただきました。給湯も暖房もできて電気を作ることのできる優れものです。家庭で使用する電気の約5割をまかない、発電時に発生する熱でお湯を作ります。その仕組みは水素と酸素を化学反応させることで電気を作るというものです。

導入には通常の給湯器よりも多くのコストがかかりますが、長期的なランニングコストで費用を回収し、なおかつ災害時でも電気を使えるということで導入する家庭や共同住宅が増えているようです。現に、大手ゼネコンなどはすでに新築住宅に取り入れているという事実から、今後の賃貸住宅へ求められるニーズとして「防災対策」「光熱費が安く済む」などが当たり前になる日もそう遠くなさそうです。

この東京ガスが開催する「暮らしのデザイン展」、私（岡山貴紀）の同級生が勤めるガス会社を通じて招待を受けることができ毎年参加していますが、こういった最新の情報を知ることができるのは大きな武器だと思っています。今後も、皆様にこういった最新の情報を届けられることで、皆様にとって有益な不動産会社であり続けたいと思っています。

お客様から頂いた笹だんごは、新潟県特産の笹だんごです。中央でヨモギ団子を数枚のササゲの葉で包み、両端を搾り中央で結んで蒸した和菓子です。



2. もっと早くマイホームを！

賃貸に長く住んでおられる方で、40歳代後半まで全く購入を考えた事が無かった人が多いのに驚きました。

しかもせっせと貯金をされて、十分な自己資金があります。のんびりと同じマンションに暮らしておられて、いきなり家主解約による転居を迫られました。その時になって初めてマイホームについて真剣に考え始められたのです。

頭金・諸費用・リフォーム代は用意出来ていますので、続いて住宅ローンの事前審査に進みました。勤務年数や収入面で問題ありませんでしたので、銀行からすぐに承認の返事が来ました。

契約する事が決まってから、今の年齢を考えて「60歳までにローンを完済したい」と考えられた時、あまりにも年数が短く返済額が多い事に驚かれました。結果的に今の家賃と同じ額で支払えるように借入期間で調整しましたが、もっと若いときに購入を検討されていたら、支払った家賃は住宅ローンの返済に充てることが出来て、60歳を迎える前にローンの返済は完了します。

初めてマイホームを考えられると、いろいろな人から助言を受けられます。また不安感も多いです。中には「不動産会社に騙されて損害を被ったらどうなる？」との質問も受けました。今では確かに笑い話になってしまうのですが、私が不動産の仕事をはじめた30年以上以前には確かに危ない不動産会社がありました。

事実として、私も怖い不動産会社で3か月働いた経験があります。

新聞広告で「宅地建物取引主任者募集！

未経験者歓迎！月給20万円」

との記事を見つけて面接に出かけました。

しかも3歳の子連れで。

（今一緒に仕事をしている次男です）

お客様を騙しては会社を倒産させていたのかも知れません。そして私を雇ったのは「女性がいるとお客さんが安心するため」だったようです。

今の時代は不動産会社もきちんと指導を受け真面目に業務をこなさなければすぐに営業停止になります。また東京法務局に弁済業務保証金を供託していますので、宅建業に関する取引で生じた債権を有する人（債権者）は、営業保証金の額の範囲内で供託所から還付を受けることができます。

地元で不動産会社を長く営んでいる会社は安心です。信用が無くなると会社を維持出来なくなりますから。指扇地区にもたくさんの不動産会社がありますが、それぞれ特徴を持っておら

れ、得意分野も違います。

アプローチの得意分野は「さいたま市西区の地域密着で、不動産取引全般を取り扱い、建物のリフォームも一連して施工、入居まですべてお世話出来る」事です。賃貸・売買・トラブル相談・火災保険・引っ越し業者・不用品処分・建物工事など、なんでもご相談下さい。

中には全く関係ない取引でもご相談をお受けすることが多いです。長い不動産営業経験と、知識などが皆様のお役に立てるのが嬉しくてこの仕事をしています。

家族（息子夫婦と一緒に）で不動産の仕事をしていますと、10年後・20年後まで長くお付き合い出来て、世代が変わってもご相談をお受けできます。お客様とお話ししていて「相続が発生した時どうしよう？」と心配される方が増えていると感じます。そして「私がいなくなってもお願いしますね。」と声を掛けられる事も多いです。

マイホームは家族で幸せな時間を過ごす一番大切な場所です。賃貸派・購入派、お客様に合わせて何でもご紹介やご相談を承ります。お気軽にご相談下さいね。

3. 美白エステにチャレンジ！



指扇駅入り口の交差点から
駅に向かっすぐ、右側に
かわいい建物がPOLAさん

駅前商店街通りにあるPOLA「しゅがあ」さんですが、やまとくん便りを毎月配っていると「美白のお試しパックはいかがですか？」と声を掛けられていました。でも私の趣味はゴルフなので、いつも外で日焼けして真っ黒です。「美白エステは私には無駄だから」と断り続けていました。

しかしPOLAさんは頭のマッサージをしてくれると聞いていたので、仕事で疲れたある日、ポーラさんを訪問しました。月に二度通っている整体は首から下をみっちりして貰えますので、体が柔らかくなり若さを維持出来ます。活発にスポーツしてきた私は化粧人やハ

アスタイルに興味がありませんでした。今からしても無駄かなって思っていました。しかし違ってくるものなのですね。

エステティシヤンの佐藤さんは明るくて美人です。そして何でもハッキリ助言して下さいます。言われるままにベッドに横たわり仰向けになりました。肩こりがひどかったので肩から首へリンパの流れを良くして貰いました。頭も血の巡りが悪い所は痛いのです。60歳を過ぎると脳梗塞や認知症が心配ですが、頭のマッサージをすると予防出来るのかなって思いました。

生まれて初めて受けたフェイシャルマッサージはとても気持ちよかったです。マスクというパックにびっくりしました。顔に何かをベッタリ塗られ、はたして自分の姿がどうなっているのか、後で写真を見て驚きましたがメイクサービスも受けて鏡の中の自分は今までと少し感じが違っていました。

自分ではどんな姿になっているのか、写真を見るまで知りませんでした。マスクを取ったら驚くような美人が？！白くなってツルツルに！



また「ヘアスタイルも変えた方が好いわよ。オバサンカットのパーマじゃ・・・」とアドバイスを受けたので、さっそく駅前の美容院artyさんに出かけてイメージチェンジをしました。やはり女性なのでアドバイスを受けてチャレンジして、変わっていく自分を見て嬉しくなります。

問題は継続です。仕事に趣味に忙しいので次回はいつ行けるか分かりませんが、女性は何歳になってもオシャレが大事で、それが人生を楽しむ秘訣だと再認識しました。毎日鏡を見るのが楽しくなってきました。でもお化粧の仕方も勉強しなければいけないかしら。

ゆったりとする時間、おしゃれを楽しむ時間を持つ事で精神的にもリラックスします。皆さんもトライアルエステにチャレンジしてみませんか？きっと新しい自分を発見します。

お試し価格で3150円です。
POLAしゅがあ営業所 048-622-8361

指扇駅前交番の美容院 arty さんは毎週水曜日は夜遅く前営業していますので便利です。ご予約は 048-625-2903

4. 市街化調整区域の取引！

最近ご相談が多いのは、市街化調整区域の中古住宅取引です。大宮区役所の開発指導課に、事前に相談表だけではなく、たくさんの書類を提出してお伺いを立てなければ取引が進まないという物件がありました。

事前相談表を提出して、現在の所有者とは別の方で再建築が可能であると回答を頂けたケースがありましたが、今回のケースでは最初から「開発行為又は建築等に関する証明願」という書類を提出して審査すると説明を受けました。

これは「旧住宅地造成事業に関する法律による造成事業完了区域内」だからです。

揃えなければならない書類として

委任状・土地の全部事項証明書・当初の開発許可通知書・既存建築物の建築確認通知書・建物の全部事項証明書・家屋課税台帳証明書・土地の所有者の同意書・印鑑証明書・位置図・区域図・公図・現況図・敷地求積図・土地利用計画図・建築物の平面図・立面図・現況写真・計画概要書

これらをすべて提出し、役所から「再建築可能」の回答を頂いてから不動産売買契約を締結します。万が一、取引だけ済ませて数年経過後に買主が建て替えをしようとした時に出来ないとなると損害賠償請求される可能性がありますので、慎重に進めて行こうと考えています。建築出来ない時は白紙解約するという特約を付けても結果は同じで手間暇がかかります。何年も経過してしまってからでは問題解決が難しいです。

許可を受けた場所も「ブロックやフェンスを壊してはいけない。やり直してもいけない。」と指導を受けました。境界がずれる可能性がある・現況と違ってくるの言い分ですが、どうも納得できません。

しかし市街化調整区域の土地は、元々建築を抑制する地域なので、役所では通常の状態に戻したいのでしょう。市街化区域においても、指扇地区は道路幅が狭いため、半強制的に道路幅を広くしていかなければ綺麗な街づくりが出来ません。私たちが普段通っている道路が狭いと「広い道路にして欲しい」と思いますが、いざ自分の土地が削られるとなると少し複雑です。でも子供たちの未来の為に。

私たちは何らかの形で都市計画に協力しなければなりません。しかし一度許可を受けて建築出来た場所では、そんなに難しい事は言わない

で欲しいですね。

市街化調整区域では、銀行ローンが通りにくい・金利が多少高くなる・本下水が入れられないなど、他の地域とは違います。また取引するには下準備が必要なため1～2年掛かるケースが多いようです。

不思議なもので、なぜか市街化調整区域での取引相談が増えてきて、勉強になるとは言え、時間と費用が掛かり成約に至るまで見通しが立たないので忍耐強さが必要です。でも待ってられるお客様の為に、何とか手段を考えて提案し続けています。



大宮国際ゴルフ場の土手で、たくさんさんの牛を放牧！

5. 市民ゴルフ大会に参加！！

大宮国際カントリークラブで行われた、さいたま市民大会ゴルフで170人のコンペに初参加しました。ゴルフ場に出かけると、家主さんでその日のお世話役でもある男性が声を掛けて来られました。「お母さん、今日来たの？ すごい女性がたくさんいるから負けないようにガンガン飛ばしなさいよ！」

そういえば、ロッカーにも、グリーン練習場にも、姿形の雰囲気女子プロみたいな人が多くて、飛ばしそう。何よりファッションもカッコイイです。こんな人たちの中で、私はどの辺りのランクになるのでしょうか？

自信を持って頑張るって言えない私でした。最近では調子が落ち込んでいましたので。

私は初めて一緒にする男性3人と同じ組でした。ご挨拶をして、緊張の中でのスタート。高麗芝のグリーンは難しく、また微妙な所にカップを切っていました。

昼食を頂くときにご一緒した人達に自己紹介しました。明るく親しみやすい男性はなんと・・・、マンションを借りているお客さんのお父さんだと解りました。

「えーっ？保証人さんですか？」

お世話になっています

それから一気に打ち解けて楽しいラウンドになったのでした。

後半はパットの調子が良くなり1パットが4回でした。4番ロングはバーディを取る事ができ、リラックスして調子が良くなりました。

私は1ペナ2回。DRは7割の出来、アイアンが調子悪い。PWを失敗したので今日はAWでアプローチしたのが良かったかもしれません。

私はどんな順位でしょう？

普段よりコンペの方がスコアが良いのですが、レベルの高い人たちが多く、順位をあまり期待していませんでした。170人集合の会場ではアロハ音楽が流れてサービス満点でした。

女子の新ペリ1-3位まで、グロス1-3位までが発表され、続いて男性も表彰されたのでした。表彰された女性たちを見ると、まさに女子プロってスタイルの人ばかり。私の順位は下の方でしょう。

るパーティ会場は成績発表された
るパーティ会場は成績発表された
るパーティ会場は成績発表された



そう思っていたら「女性の4位、岡山さん」と呼ばれたので驚きました。

「えっ？私ですか？」

と言って前に出たのです。

やはり私がコンペに強いというジンクスは生きていたようです。

男性138人、女性32人の大コンペ。

女性のベスグロは78、80台が9人、90台が13人、100越えが9人。私はグロスでは13位。思ったより良かったので大喜びです。HDC18.4も頂けたので4位になったのです！

たくさん賞品を頂けて、思ったよりパットも良くて、気分よく帰ってきました。

元気が出たのでまた仕事にゴルフ頑張ります。毎月第3木曜日にプライベートコンペを開催しています。毎月ゴルフ場を変えながら健康維持と仲間づくりの為にゴルフを楽しんでいます。ゴルフ大好きな方、一緒にしませんか？

6. 家主様、意識改革を！

日々、不動産の仕事をしてしていると、ご家庭の資金状況や家族構成がどんどん変わってきているのだと実感します。

賃貸物件を探される方の中には、契約金をどの程度用意すれば良いかと慎重に計画を立てて一生懸命貯金をする人もおられれば、敷金礼金が無い物件を探して10万円ちょっとで入居しようと安易に考えておられる方もおられ千差万別です。そして皆さん切羽詰って、引っ越ししなければならぬ究極の状況にならないければ契約されません。

やはり住み替えが減少しているのは、給与がなかなか上がらない事や、来年の消費税の増額が要因になっているのでしょうか。

賃貸市場は徐々に厳しさを増しています。

大手管理会社が募集している賃貸マンションやアパートは新築完成後も満室になるまで1-2ヶ月の時間を要し、満室になっても数カ月たって退去する部屋があると、募集条件を下げています。リフォームが終わってから1ヶ月経過して入居者が決まらなければ家賃を2000円、3000円と下げてきているのが現状です。

ですから古くなってきたアパートも2~3年前に比べると、2割以上の家賃が下がっておりそれ以上に賃料を下けている所が契約に至っているのです。8万円の3DKが6.5万円に、6万円の2DKは5万円になっていますが、その上にエアコン・照明器具・ガスコンロ・テレビドアホン・水洗暖房便座などの設備を取り付けておくと、お客様が借りたい方向に心が動きます。

ご案内後、借主様から賃料の交渉も出ますが少しでも交渉に応じられる事で、空室期間が短くなります。賃料を下げることを損失だと考えられる家主様がおられますが、それは逆に賃料を安くすれば長く借りて頂けて、空室になった場合のリフォーム代の心配をしなくて済むのです。

全体的な賃料相場から目をそらしている家主様の物件は、いつまでも空室のままです。厳しいお話をしていますが、現実が厳しければ実情に合わせていかなければ賃貸事業が成り立ちません。

入居者さんが出られた後、敷金精算の件でトラブルが発生する事があります。借主の原状回

復義務など重大な問題がありますが、長い間住んでおられた方にリフォーム代の一部を免除して下さる家主様の物件は、またお客様をご紹介させて頂こうと考えるのが私たちの人情でしょうか。

親切な家主さん、入居者さんを思いやる家主様の物件をじっくり紹介しています。

単身者の方で物件を探される場合、5万円以上出せる方は建物の構造や設備・場所などを選ばれます。3万円台を探される方は全体の契約金が安い物件を選びます。2DK以上の物件を探される方は購入も一緒に検討される方が増えてきました。

一戸建物件はペット可にした方が決まりやすいようです。お客様の中には「今はペットを飼っていないけれど、飼っても良い物件を探している」とのご相談が一番多いです。また途中で飼いたい方がおられると、家主様の許可を頂いてから敷金1ヶ月分を追加して預かる事になっています。もちろん覚書を作成します。

パソコン用メガネを付けて仕事快調



世帯数の数だけ住まいが必要です。新しい住まいを必要とする時は、独立や世帯分離の時です。若い方が独立して生活している様子を見ますと、収入に比べて生活費の負担が多く、なかなか貯金が出来ていないようです。

しっかり家計簿をつけるなどして貯金をし、人生設計を組み立て、結婚やマイホームの夢を叶えたいものです。計画を立てるかどうかでその人の人生が全く違うものになります。何も計画が無ければ行動しませんから。

貯金をする楽しみを知らない方が多いのでしょうか？ お釣りを瓶に貯めていくだけでも思わぬタンス預金になります。今の時代は物を大切に作る時代です。家具も少なく引っ越しを楽にそのようなお話を聞きます。断捨離をする前に物を買わない事が大事ですね。

また、売買物件をご案内していて売主様に売却理由を聞いてみますと「不動産の処分です。認知症にならない元気でいるうちに、財産を処分しておいてお金に換え、子供のそばで賃貸に暮らしたい。」と言われます。

相続後に不動産の処分をすると相続問題が発生してトラブルになる事が多いです。お金に換えておけば平等に分けられます。これからは高齢者にも賃貸の入居促進をして、問題の無い形で契約を進める必要がありそうです。

時代に合わせて、不動産に係わる人たちの意識を変えて行くことが、結果的に問題が少なく利益をもたらす事に繋がります。

どの不動産会社でも建築会社でも、アプローチが本音で話しているような事は言っていません。果たしてそれで良いのでしょうか？

それでも現実には、結婚する人たちが減っており人口増加は見込めません。あと10年経過した日本は一体どんな現象が起こっているのでしょうか？

不動産は30年、強度な建物は60年は維持できます。その間には10年ごとに建物のメンテナンスを行います。室内の設備は数年で取り替えなければならない物ばかりです。設備関係の保証は1年です。

不動産を保有している時、前もって設備費用・維持管理費も計画を立てておかなければなりません。しかし入居者が退去した時のリフォーム代でさえ収支計算に入っていないケースが多いと聞きます。

空室率が高まり、家賃の値下げになると家賃の保証額も減らされます。これは契約書を隅から隅まで読めば確認できる事です。ご自分の世代であれば責任をとれますが、相続を受けた子供たちに負担を継続させるには厳しいものがあります。

10年はあっという間に過ぎます。その時、私も含めて、特に現在60歳以上の方は、元気でいられるか、生きているかさえ不明です。リスクは出来るだけ小さく抑えておきたいです。ご心配な事がございましたら、いつでもご相談下さい。お待ちしております。

**社会全体の動きに敏感になり、
今すべき事を実行に移しましょう！**

7. おかやま的ココロ

すっかり寒くなってきました。電車通勤の私ですが、風邪の予防の為に冬になると電車でのマスク着用が必須です。毎年、箱に大量に入ったマスクのセットを購入しているので、そろそろ準備しておきたいところです。

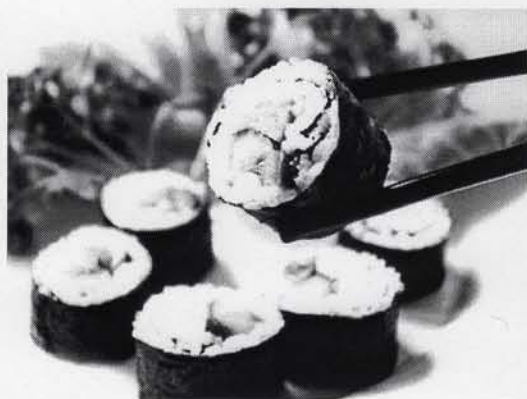
私の場合は風邪予防と花粉症対策でマスクを使いますが、世の中には健康ブームの影響から様々なサプリメントがあり、体内から健康管理をしている方も多いようです。しかし人間の体には悪い菌をやっつけてくれる菌が元から体内にいますので、あまりそういったものに頼りすぎると逆に体が弱くなってしまいうこともあるそうなので注意が必要です。

今回は、人間の体内にもともと存在するものの中でも、最近発見されたもの、しかも世界中で日本人の体内にしか存在しないというものを紹介します。以下、その記事を抜粋します。

フランスのロスコフ海洋生物研究所の研究チームは、海藻を消化する為に必要な酵素の研究を行っていたのだが、この度、海洋細菌の中に海藻の藻細胞壁の分解を行なう酵素を特定したという。

この酵素は人間では、日本人の腸内細菌にのみ存在するものだという。その為、海外科学系サイトでは一部「日本人の腸は寿司の為に作られている。(Japanese Guts Are Made for Sushi)」などという、面白い見出しがつけられていた。

日本人の腸は寿司の為に作られているのでしょうか。



研究チームは、一般的な海洋細菌であるゾベリア・ガラクタニボランスを調べていたところポルフィランと呼ばれる紅藻類の細胞壁で見つかった炭水化物を分解する酵素を発見した。

この酵素をコード化する遺伝子は、人間の腸で既に発見されている微生物、バクテロイデス・プレビウスのゲノムである。だが、すべての

バクテロイデス・プレビウス菌株が、藻を分解する酵素を生成するわけではない。酵素を生成できる菌株は、日本人の腸内にしか見つからないという。

この酵素はゾベリア・ガラクタニボランスが紅藻類を食べるのを助ける働きをしている。紅藻類の中でなじみが深い食物と言えば、巻き寿司の周りに巻かれている海苔である。紅藻類はセルロースと厚いゲル状多糖からなる細胞壁を持っており、これが海苔や寒天など、紅藻から作られる製品の原料となっている。

画像右上が海洋細菌、
ゾベリア・ガラクタニボランス、
下は海藻



かつて、日本人の誰かの腸の中で、この酵素をコード化する遺伝子が、ゾベリア・ガラクタニボランスからバクテロイデス・プレビウスに入り込んだのだろう。バクテロイデス・プレビウスは、紅藻類を処理するという新しく得た能力を活用して腸環境に広がり、最終的には日本人の集団に広がりを見せ、日本人が海藻をたくさん食べる食事習慣から、さらに多くの栄養を得るようになったのではないかと考えられる。

人間の腸内には無数の細菌がいて、彼らが生み出す消化酵素の利点を得ることで共存しているということは知られているが「このような民族的な違いを示した研究はこれまでにない」と、エモリー大学の免疫学者アンドリュー・ゲウェルツ氏は語っている。

ただし、欧米人がここ数年寿司を食べるようになったからといって、この酵素があらたに作られる可能性は低いという。昔は海藻は殺菌されていたが、現代では海藻は、加熱処理がなされている。その為、こういった移転が起こる可能性はかなり低い」そうだ。

とても面白い発見ですね。海苔を消化しや

すいように日本人の腸内細菌が独自の進化を遂げたというわけです。しかし、こういう風に民族の違いで合う食べ物、合わない食べ物が存在するのは当然だと思うので、この細菌が日本人だけに存在するというだけで、他の民族はそれぞれ独自の細菌を持っていそうな気がします。

日本人は牛乳でお腹を下す人が多いというのもよく聞きますしね。私も典型的なそれで牛乳を飲むと必ず下痢になります。しかしながら私個人としては牛乳が大好きなので困ったものです。そんな私ももうすぐ33歳なので今後は食に気を使うことも考えていかないといけないな、と思う今日この頃です。

それではまた次回。

8. ほほえみ日記

今年も残すところ2か月となりました。朝晩ぐっと冷えてきましたが体調崩されていませんか。

息子たちは来たるクリスマスへ向けて思いを馳せています。

しかし10歳の長男はそろそろサンタさん卒業の時期かもしれません。

「学校でみんながサンタさんはお父さんなんだって言ってた!」「〇〇君はプレゼントが押し入れにあるの見ちゃったんだって!」と疑惑の眼差し。「へー! そうなんだー!」ととぼけるのも、もう限界です。

「プレゼントはお父さんとお母さんからだったの?」とズバッと聞かれる日は近いかもしれません。心の準備をしなくては・・・でもプレゼントは置いてないなんて嘘はつけません。苦渋の決断ですが、正直に有罪を認めるしかないですね。



サンタクロースの正体は、お父さんとお母さんの? 解らないなあ。

今年も大きな靴下を用意して、夜中にこっそり目を開けて正体をつかむぞ!



しかし、サンタさんは親の子供に対する愛情の象徴です。私自身も、「いないかもしれないけど信じたほうが素敵」だと思っています。心も体も大きくなった彼にも、形を変えてプレゼントし続けられたらと思います。

今年はクリスマスの由来や、サンタクロースのモデルとなった話をしたり（サンタクロースのモデルとなったセント・ニコラスが貧しい貴族の三姉妹を助けるために、投げ込んだ金貨が暖炉に干してあった靴下に入った、というお話です）クリスマスの素敵さや意味・人々の願いを一緒に考えられたらと思います。

純粋さを失ったようで少し寂しい気がします。が、一歩成長したクリスマスを共に楽しみたいと思います。



みんなで鍋、翌朝は麺類を入れて! 寒い冬の家庭団らんは鍋料理で!

話は変わり、冒頭にもお話ししたように今年も残すところ2か月です。この時期になると毎年感じるのが

“やり残した事はないか!?” という焦り。皆さんはそんなことはありませんか?

考えれば考えるほど出てくる出てくる・・・ぎゅうぎゅうに詰めた押し入れの片づけ、ベランダに落ちている蟬のご遺体の撤去。子どものやぶれたズボンはまだ縫えば履けるか・・・こう書き連ねると、すぐ出来そうなものばかりで笑ってしまいます。

蟬に関しては、動かないからといって近づけるものではないので数か月見て見ぬフリ。視界に入らないように洗濯物を干すのも大変です。よし! 思い立ったが吉日! 有言実行! 重い腰をあげ、出来ることから始めましょう!

あと60日もしないうちに新しい一年が始まります。身の回りの整頓をし、清々しい気持ちで2014年を迎えましょう!

それではまた。