

こだわりを追求する大人のためのハイエンドマガジン

[アフルエント]

AFFLUENT

2020 NOVEMBER

for Executive

眠るといって
快樂

「あまから手帖」
SELECT

クラシカルなザ・ビストロ料理
Bistrot et Vin 20区

TSUWAMONO

—大人の逸品—
エシレバター

まだ間に合う

「ふるさと納税」
地域応援ガイド

ローレルスクエア健都ザ・テラス

ローレルスクエア健都ザ・レジデンス



(2020年3月撮影)



(2019年11月撮影)

KENTO THE RESIDENCE

KENTO THE TERRACE



■物件概要 ●名称/ローレルスクエア健都ザ・テラス ●所在地/大阪府摂津市千里丘新町696番(地番) ●交通/東海道本線(JR京東線)「岸辺」駅徒歩11分※南北自由通路北口より徒歩9分 ●地域/地区/第一種住居地域、準防火地域、埋蔵文化財包蔵地、千里丘新町地区地区計画、千里丘新町地区都市景観形成地区 ●地目/宅地 ●建ぺい率/60%※角地緩和により70% ●容積率/200% ●敷地面積/5,100.36㎡ ●建築面積/1,892.62㎡ ●建築延床面積/11,115.47㎡ ●構造・規模/RC造地上10階建1棟 ●建築確認番号/BCJ17大建確095(2018年3月16日付)、BCJ17大建確095委1(2018年10月9日付) ●総戸数/142戸 ●駐車場/116台:機械式109台、平面7台<別途カーシェア用1台、来客用1台> ●月額利用料:10,500円~15,500円 ●駐輪場/268台 ●月額利用料:200円・400円 ●バイク置場/30台 ●月額利用料:800円・1,600円 ●管理形態/区分所有者全員による管理組合を結成し、管理会社に業務を委託 ●管理会社/近鉄住宅管理株式会社 ●竣工済/(2020年2月5日付) ●入居予定/即入居可(2021年2月中旬以降[第2期該当住戸]) ●事業主(売主)・販売提携(代理)/近鉄不動産株式会社【国土交通大臣(10)第3123号・(一社)不動産協会会員・(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟】〒543-0001大阪市天王寺区上本町6丁目5番13号TEL06-6776-3007 ●事業主(売主)/大和ハウス工業株式会社 本店マンション事業部【建設業許可番号 国土交通大臣許可(特・27・28)第5279号・宅地建物取引業者免許番号 国土交通大臣(15)第245号・(一社)大阪府宅地建物取引業協会会員・(一社)不動産協会会員・(公社)近畿地区不動産公正取引協議会加盟】〒530-8241 大阪市北区梅田3丁目3番5号大和ハウス大阪ビルTEL06-6342-1287 ●事業主(売主)/名鉄不動産株式会社【国土交通大臣(15)第337号・(一社)不動産協会会員・(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟】〒530-0015大阪市北区中崎西2丁目4番12号梅田センタービル9階TEL06-6136-8211 ●販売提携(代理)/株式会社長谷工エアースト【国土交通大臣(10)第3175号・(一社)不動産協会会員・(公社)近畿地区不動産公正取引協議会加盟】〒541-0047 大阪市中央区淡路町1丁目7番3号TEL06-6203-3650 ●施工/株式会社長谷工コーポレーション ■第2期分譲概要 ●分譲戸数/3戸 ●分譲価格/3,698万円~5,238万円 ●間取り/2LDK+F(フリールーム)~4LDK ●住居専有面積/66.37㎡~82.88㎡ ※表示面積は壁芯面積ですので、登記簿面積はこれよりも少なくなります。 ●バルコニー面積/11.55㎡~25.30㎡ ●サービスバルコニー面積/3.20㎡~8.23㎡ ●アルコブ面積/2.52㎡~5.89㎡ ●管理費(月額)/8,520円~10,630円 ●修繕維持積立金(月額)/5,690円~7,110円 ●専用利用料(月額)/4,076円(ホームセキュリティ、ネットサービス利用料、プロバイダサービス利用料、国産健康管理システム運営費、OMRON connect B2Bサービス利用料) ●健都クラブ費(月額)/330円 ●修繕維持積立一時金(一括)/341,390円~426,310円 ●管理一時金(一括)/13,060円~16,310円 ■第2期分譲スケジュール ●登録申込受付期間/2021年2月6日(土)10:00~正午 ●抽選日時/2021年2月6日(土)13:00~ ※お申込の際にお持ちいただくもの「印鑑(認印)、直近2年分の所得が分かるもの(源泉徴収票等)、ご本人が確認できるもの(運転免許証等) ●取引条件有効期限/2021年2月6日 ■広告作成年月日/2020年10月12日



※掲載の地図は概略図のため、省略している道路、施設等があります。

全工区完成

ローレルスクエア健都シリーズ [ローレルスクエア健都ザ・レジデンス
ローレルスクエア健都ザ・テラス]

JR大阪へ4駅11分

資産性への期待膨らむ 【商業×医療×住宅】複合開発の街。



※外観イメージ図・「健都」街並イメージイラスト

■物件概要 ●名称/ローレルスクエア健都ザ・レジデンス ●所在地/大阪府摂津市千里丘新町701番、703番、705番1(地番) ●交通/東海道本線(JR京都線)「岸辺」駅南北自由通路北口より徒歩5分※「岸辺」駅改札口より徒歩7分 ●地域・地区/第一種住居地域、準防火地域、千里丘新町地区地区計画 ●地目/宅地 ●建ぺい率/66.79% ●容積率/334.15% ●敷地面積/19,807.49㎡(建築確認対象面積) ●登記記録面積は19,807.48㎡となります。 ●建築面積/6,681.79㎡ ●建築延床面積/73,420.87㎡ ●構造・規模/住棟: I工区(ファーストステージ棟・セカンドステージ棟)は鉄筋コンクリート造地上15階建、II工区(サードステージ棟・フォーステージ棟)・III工区(フィフスステージ棟)は鉄筋コンクリート造地上20階建、その他: エントランス棟他※建築確認申請上は、3工区の棟数が付属棟と合わせて20棟となります。 ●建築確認番号/I工区(ファーストステージ棟・セカンドステージ棟): BCJ16大建確017(2016年6月22日付)、II工区(サードステージ棟・フォーステージ棟): BCJ16大建確018(2016年6月22日付)、III工区(フィフスステージ棟): BCJ16大建確019(2016年6月22日付) ●総戸数/824戸(I工区(ファーストステージ棟・セカンドステージ棟):292戸、II工区(サードステージ棟・フォーステージ棟):380戸、III工区(フィフスステージ棟):152戸) ●駐車場/660台:機械式627台、平面33台(福祉対応用(貨貸)3台・来客用(福祉対応)2台・カーシェア用2台含む) ●月額使用料:9,500円~16,500円 ●駐輪場/1,258台(スライド式ラック975台、平面283台) ●月額使用料:100円~400円 ●バイク置場/120台 ●月額使用料:600円~1,200円 ●サイクルドック/15区画 ●月額利用料:800円・1,200円 ●分譲後の権利形態/専有面積割合による共有(土地・建物共用部分)、区分所有(建物専有部分) ●当該物件の敷地の一部(摂津市千里丘新町703番)には、大阪府北部流域下水道施設の埋設のため、地上権が設定されています。この土地に建物その他の工作物を築造する場合は、流域下水道施設に加わる荷重が地表において1㎡当たり1トン以下の制限がございます。 ●管理形態/区分所有者全員による管理組合を結成し、管理会社に業務を委託 ●管理会社/近畿住宅管理株式会社 ●竣工/竣工済:2018年2月5日(I工区(ファーストステージ棟・セカンドステージ棟))、竣工済:2019年1月23日(II工区(サードステージ棟・フォーステージ棟))、竣工済:2019年7月8日(III工区(フィフスステージ棟)) ●入居予定/即入居可(I工区(ファーストステージ棟・セカンドステージ棟))、即入居可(II工区(サードステージ棟・フォーステージ棟))、即入居可(III工区(フィフスステージ棟)) ●2021年2月中旬以降(フィフスステージ棟・第2期) ●事業主(売主)/販売提携(代理)/近鉄不動産株式会社(国土交通大臣(10)第3123号) ●(一社)不動産協会会員 ●(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟 干543-0001 大阪市天王寺区上本町6丁目5番13号TEL06-6776-3007 ●事業主(売主)/大和ハウス工業株式会社本店マンション事業部[建設業許可番号 国土交通大臣許可(特-27・28)第5279号/宅地建物取引業者免許番号 国土交通大臣(15)第245号] ●(一社)大阪府宅地建物取引業協会会員 ●(一社)不動産協会会員 ●(公社)近畿地区不動産公正取引協議会加盟 干530-8241 大阪市北区梅田3丁目3番5号大和ハウス大阪ビルTEL06-6342-1287 ●事業主(売主)/名鉄不動産株式会社(国土交通大臣(15)第337号) ●(一社)不動産協会会員 ●(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟 干530-0015 大阪市北区中崎西2丁目4番12号梅田センタービル9階TEL06-6136-8211 ●販売提携(代理)/株式会社長谷工コーポレーション ■II工区(フォーステージ棟):第4期分譲概要 ●分譲戸数/4戸 ●分譲価格(税込)3,998万円~5,856.7万円 ●間取り/3LDK~4LDK+N(納戸) ●住居専有面積/70.03㎡~87.50㎡ ●バルコニー面積/11.60㎡~13.80㎡ ●アルコーブ面積/4.68㎡~5.79㎡ ●サービスバルコニー面積/4.20㎡ ●管理費(月額)/7,830円~9,790円 ●修繕積立金(月額)/5,450円~6,820円 ●専用利用料(月額)/4,024円(ホームセキュリティ、わたしムーブfor光BOX+, フレッツ光、国保健康管理システム、マンションひかりチャンネル、ぶらら) ●健都クラブ費(月額)/324円 ●管理一時金(一括)/15,080円~18,840円 ●修繕積立一時金(一括)327,610円~409,330円 ■II工区(フォーステージ棟):第4期分譲スケジュール ●登録申込受付期間/2021年2月13日(土) ●登録申込受付時間/10:00~12:00 ●登録申込受付・抽選場所/健都マンションプラザ ●抽選日時/2021年2月13日(土)13:00 ●お申込みの際にお持ち頂くもの/印鑑(認印)、直近2年分の所得が分かるもの(源泉徴収票等)、ご本人が確認できるもの(運転免許証等) ●取引条件有効期限/2021年2月13日 ●第4期分譲住戸については、お引渡しは2021年2月中旬以降(予定)となります。 ●管理費、修繕積立金、専用利用料、健都クラブ費等については、消費税等と税率改正に伴い、管理組合の議決を経て徴収額が変更される場合があります。 ●広告作成年月日/2020年10月12日

※1. JR「岸辺」駅を起点とした「大阪」駅への所要時間となります。所要時間は、「駅すばあと」調べ、2020年10月1日時点の調査のものでダイヤ改正等により変更となる場合があります。「駅すばあと」の算定に基づき、所要時間には含まれていません。 ※掲載の内外観完成予想図は設計図書を基に描き起こしたもので、実際と多少異なる場合があります。また官公庁の指導、施工上の都合により外観・仕様・色彩・植栽等に多少変更が生じる場合があります。植栽はある程度生育した後をイメージしたもので、竣工時には完成予想図とは成長しておらず、実際と多少異なる場合があります。予めご了承ください。 ※「健都」街並イメージイラストは、健都公式サイト(2016年8月現在)の情報を基に描いたもので、実際と多少異なる場合があります。 ※各施設からの距離(A:健都ザ・レジデンス・B:健都ザ・テラス) ●ピエラ岸辺健都/A:約500m・B:約710m ●国立循環器病研究センター/A:約430m・B:約710m ●市立吹田市民病院/A:約610m・B:約840m ※後分敷表示については、80mを1分として算出したものです。

健都マンションプラザ [完全予約制]
営業時間/午前10時~午後6時(毎週水曜日・木曜日定休)

0120-070-824

けんとう966

無駄なものにはお金は使わない。
価値あるものには、こだわりたい。
そんなお客様に選ばれている
塗装とリフォームの会社です。



株式会社アルファテック

代表 中祖 輝久さん

創業21年目。伊丹市在住。既婚。子ども2人。
確かな品質+アルファの安心・快適・喜びを。

過剰な人件費や宣伝広告費、
豪華なオフィスも私たちには必要ありません。
確かな品質を適切な価格でご提供することで
信頼を培ってまいりました。

[アルファテックが選ばれる理由]

1 専任担当による
完全自社施工・自社管理！

塗装もリフォームもそれぞれの専任担当者が工事のお問合せからお見積り、工事内容のご提案、施工、管理、アフターフォローまで、全てマンツーマンで行なっています。お客様の窓口も一つになり、皆様安心してご依頼いただいております。

2 中間マージンカットによる
大幅コストダウン！

完全自社施工のため、中間業者が発生しません。
多くの業者は下請けの価格に利益を乗せて提案しますが、当社では中間業者がないため無駄なコストを抑えたご提案が実現できます。

3 信頼性の高い塗装・住宅設備
期待に応える確かな技術！

国産の有名メーカーを中心に機能・安全性・耐久性など
信頼性の高いものだけを取り扱っています。

4 わかりやすい説明と適正価格で
明確な見積りをご提案！

お客様にわかりやすい説明とご納得いただけるお見積りの
提案をお約束します。

Works

確かな商品・仕上りをグッとお安く——
経験豊富なプロ職人が直接請負



内装リフォーム

キッチン・バス・トイレ・洗面台の入替え
フローリングの貼替え、壁紙の貼替えetc.
抗菌・抗ウイルス・防カビ・防アレルギー
素材による室内空間の改善。

外壁・屋根塗装

防水工事、シリコン・フッ素塗装から遮熱塗装・
断熱塗装、個性的で上品な仕上がりを実現する
「WB多彩仕上げ工法」なども好評です。



WB多彩
仕上げ工法

塗装だけで微妙な風合いも形に。



※色はお好みで選べます。
しかも長持ち!!
※メーカー認定店でのみ
施工可能です。

LIXILリフォームネット・TOTOリモデルクラブ・クリナップ水まわり工房・ホームプロ 加盟店



外壁塗装・屋根塗装・防水塗装・水まわり・内装リフォーム

株式会社 **アルファテック**

【本社】伊丹市瑞穂町2-83-2 【支店】尼崎市瓦宮2-27-6
建設業許可番号 兵庫県知事許可(般-29)第302851号

☎ 0120-180-814 受付8:00~19:00
年中無休

http://www.alpha-tec-reform.info/ アルファテックリフォーム

主要取扱メーカー/LIXIL・TOTO・クリナップ・Panasonic・大建工業・リンナイ・ノーリツ



Contents

2020 NOVEMBER



Future

眠るとい う 快楽

07

Gourmet

「あまから手帖」SELECT

— クラシカルなザ・ビストロ料理 —

Bistrot et Vin 20区—14



Things

TSUWAMONO — 大人の逸品 —

片岡物産株式会社/エシレ バター — 17

Present

アフルメントから 読者の皆様へのプレゼント — 19



Future

まだ間に合う! ふるさと納税 地域応援ガイド — 21

AFFLUENT

for Executive

2020年11月発行

Cover Photo 1 GoodStudio/Shutterstock.com

編集・発行/株式会社 関西ぼど
マーケティングソリューション営業部
メディアソリューションチーム
〒550-0004 大阪市西区靉本町1-10-24
三共本町ビル5F

広告掲載・チラシ折込、誌面内容のお問合せ
Tel.06-6479-3110

配布に関するお問合せ
Tel.06-6479-3120

編集協力/株式会社ぼど

営業協力/株式会社サンケイリビング新聞社(大阪)

配布協力/株式会社バンセイ

(株)関西ぼど(以下「当社」という)における
個人情報の取り扱いについて

- ・当社へ個人情報をお預け頂く場合はあらかじめ明記した利用目的のほかに、当社からの各種情報のお知らせメール送信、新商品・新サービス・各種キャンペーン・特集等に関するご案内、アンケート・調査のお願い、グッズ発送、メールマガジンの送信を目的とした範囲内に限定して利用いたします。
 - ・提供を行うことが予定される場合には、あらかじめその旨を自社広告もしくは個人情報取得フォームなどに明記いたします。
 - ・利用目的の達成に必要な範囲内において、個人情報の取り扱いを外部に委託する場合があります(例えば、発送業務を外部に委託する場合があります)。
 - ・個人情報をお預け頂くことはご本人様の任意ですが、必要事項に不足がありますと、あらかじめ明示した利用目的に対応するご本人様のご要望にお応え出来ない場合があります。
 - ・当社が保有するご本人様の個人データについて、利用目的の通知、開示、内容の訂正、追加又は削除、利用の停止、削除及び第三者への提供の停止のお申し出には適切に対応いたします。
 - ・当社の個人情報取り扱いに関する苦情・相談その他お問合せは、下記の窓口までご連絡ください。
- 個人情報保護管理者代理/株式会社関西ぼど
マーケティングソリューション営業部長 Tel.06-6479-3110
個人情報に関する苦情・問合せ窓口/
Tel.072-827-0817(受付時間:平日9:30~18:00/土日祝を除く)

※掲載情報は10月19日時点のものです。ご利用の際には事前
に最新情報をご確認ください。
※本誌掲載記事の無断転載を固く禁じます。

～ 当院は女性のための～
こころのクリニックです

日々、がんばっている女性が
辛くなったときに、自分らしさを取り戻す
お手伝いをしたいと考えています。

- * 気持ちがふさいで憂うつ
- * 寝つきが悪く、夜中に何度もまたは朝早く目が覚める
- * 子育てについて悩んでいる
- * 突然の不安感、恐怖感、動悸、呼吸困難など
- * 些細なことで緊張してパニックになる
- * 検査では異常がないのに体調不良が続いている
- * 自分の性格や生き方について悩んでいる
- * 家族・友人・職場の人間関係において煮詰まっている

こんな悩みがある方は、お気軽に
ご相談・お問い合わせ下さい。



院長 堀内麻美

そうしん堂 レディースメンタル クリニック

SOSHINDO LADIES' MENTAL CLINIC

心療内科・精神科(保険診療取扱) <http://lmc.soshindo.jp>

☎06-6947-5561 住所 大阪市中央区谷町3-1-25クレール大手前ソリスト303号
交通 地下鉄谷町線・中央線「谷町四丁目駅」1-A出口から徒歩1分



パソコン
スマートフォン版

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 10:00~13:30	○	○	/	/	○	△
午後 16:00~20:00	○	○	/	□	○	/

☎15:00~19:00 △9:30~13:00 お電話にて要予約
休診日:水・木・土・日・祝

H O M E B A R の あ る 暮 ら し



日々、過ごす空間は自分らしさを感じたいもの。
ABC建築工房の創る家は
家族のライフスタイルにあわせた「機能性」と
随所に遊びゴコロのエッセンスを加えた「デザイン」で
住まう人の至福のひとつを叶えます。

あなたの暮らしにふさわしい空間を
デザインしませんか？

ABC建築工房 ABC Architect STUDIO

リフォーム/リノベーション/注文住宅

住 所 | 宝塚市中山五月台3-7-1 メリーヒル中山台2F
営 業 時 間 | 10:00~18:00
定 休 日 | 毎週火・水曜日
施工エリア | 大阪府・兵庫県

資料請求・お問い合わせは TEL 0120-755-331 [ABC建築工房](#)



(SLEEP)

ヒトの人生は3分の1が「眠っている時間」と言われている。ならばその3分の1を、より楽しむための方法と、それをサポートするアイテムに拘って、ぜひ眠るという快楽を堪能していただきたい。

Photographs_KATSUNORI SUZUKI. Edit&Words_POW-DER.

眠る という 快楽





●お話を伺ったのは



睡眠改善インストラクター
国井 修さん osamu kunii

各地で快眠のためのセミナーや講演会を開くかたわら、快眠グッズの開発などにも力を入れるなど、睡眠に関する様々な活動を行なう。また、「Oluha上質睡眠専門店」を訪れるお客様のコンサルティング&サポートもしている。

心地よい眠りは人生を豊かにする

現代人の多くは不眠で悩んでいる。なぜ気持ち良く眠れないのか？ どうしたら快適に眠れるのか…？を、睡眠改善インストラクターの国井 修さんに伺った。

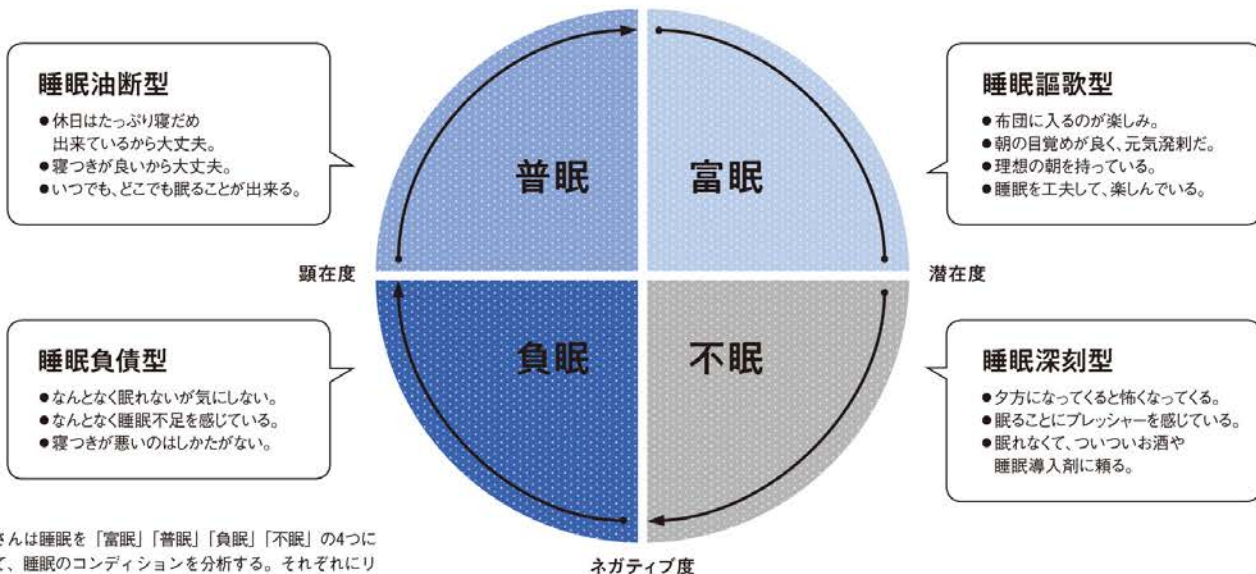
日本人の多くが睡眠に問題を抱えている！

昨今、健康関連情報のトレンドワイドの上位に上がる「睡眠」。現代人は己の睡眠不足に悩み、少しでも快適な睡眠を本能的に欲しているのだ。そこでここ最近の日本人の睡眠状況とその打開策を知るために、睡眠改善インストラクターの国井修さんがアドバイザーを務める「Oluha上質睡眠専門店」に伺った。「世界的にみると日本は、睡眠負債大国です。なにしろ睡眠不足による経済損失は約15兆円にもなり、GDPに占める割合が世界第1位ですから(苦笑)」と、国井さんは日本の低水準な睡眠事情を嘆く。

睡眠のプロの強い悲憤は、現代の社会の仕組みに要因がある。例えば、昔に比べて仕事の終業時間が極端に遅くなっていることが挙げられる。従って現代ビジネスマンは、自分の睡眠時間を削らざるを得ないのである。それに加えて、パソコンのブルーライトやスマートフォンなどの強い光線が眼と脳を刺激し、夜になっても活性化したまま……というライフスタイルが及ぼす肉体的な要因も見逃せない。

「日本人は昔から眠りが下手なんです。寝る間も惜しんで、や、四当五落、という言葉があるように、日本人は睡眠時間を削るのが性分なんでしょうね。あるいは「俺は睡眠時間が足りなくても平気」や「週末に寝だめするから大丈夫」と嘯いて

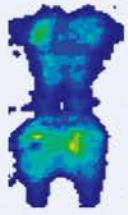
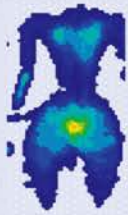
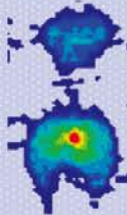
ポジティブ度



国井さんは睡眠を「富眠」「普眠」「負眠」「不眠」の4つに分けて、睡眠のコンディションを分析する。それぞれにリストした項目 (●印3つ) を読んで、自分の睡眠がどのタイプに当てはまるかをチェックしてみるといいだろう。

【睡眠タイプ分け“ふみん”マトリクス】

【寝姿勢圧測定器によるタイプ分け表】

	A	B	C
タイプ	フラットタイプ 	やや中央集中タイプ 	中央集中タイプ 
どんな人に多いか	よく運動をして、 筋肉がしっかりついている方	筋肉が適度についている方	やせている方や筋肉のやわらかい方 (女性に多い)
センサーからわかる 体圧の特徴	体圧が均一に分散	体圧が腰を中心に集中	体圧が腰を中心に極度に集中
寝姿勢圧の特徴	全身を筋肉で支えている	尾椎骨部分に体圧がかかっている	尾椎骨部分に体圧が強かかっている
敷き布団選びの ポイント	筋肉でしっかりと支えられて いるので、固めで寝返りが しやすい敷き布団が良い。	硬めの敷き布団だと、尾椎骨 あたりに痛みが感じやすいので、 表面の当たりが ソフトな敷き布団が良い。	硬めの敷き布団だと尾椎骨あたりに強い 痛みが感じやすいので、敷き布団選びに は注意が必要。表面のソフトさと中材で しっかり身体を支えるといった、両方を 兼ね備えた構造の敷き布団が良い。

oluha上質睡眠専門店では「寝姿勢圧測定器」で寝姿勢圧のチェックが可能。10年以上にわたって蓄積したデータをもとに、その人に最適な敷き布団を提案している。こういう測定器で、自分の「寝姿勢」を確認してみるといいだろう。

仕事するということは、我慢強いのもありません。ところが、こういう睡眠不足の人がとても危険なんです」と注意を喚起する国井さん。

自己管理と上質な寝具が心地良い眠りを実現する

国井さんは睡眠のタイプを右ページ下の図のように4つに分けるが、睡眠謳歌型の他はどれも問題有り、と言う。では、いったいどうしたら睡眠は改善されるのだろうか。

「例えば朝7時に起きたら、散歩などをして朝日を浴びます。その後でしっかりと食事を取りましょう。こうすることで身体がすっきり目覚め活動モードに入りますので、昼間は身体を動かして活動的に過ごしてください。すると、人の身体は目覚めてから14〜16時間後に睡眠ホルモンと呼ばれるメラトニンが分泌され、その1〜2時間後に眠気がくるので、夜10〜11時頃には床に入るようにすればいいんです。さらに、就寝1時間ほど前には、体温調節のためにぬる目のお風呂に入るとか、スマホを見る代わりに読書やヒーリング音楽を聴くといった気遣いも忘れてはなりません。こうした24時間のマネージメントが大切なのです」と、

また、心地良い眠りのためには、寝具選びも重要だ。機能的かつ身体に優しい掛け布団やマットレス、枕、ベッド、アロマがあれば、睡眠に問題を抱えていると気づいていない人も、上質な睡眠のための準備がなかなかできない人も、きつと睡眠という快楽を味わえるはずだ。



「心地良い眠りはベッドに横になる前からの準備が重要」と、国井さんは明言する。寝る前に入浴して、気分をリラックスさせることもその一つ。そこでoluha上質睡眠専門店では、高品質な入浴アイテムを揃えている。

Shop Data

oluha 上質睡眠専門店

◎東京都中央区銀座1-8-19 KIRARITO GINZA 3F

☎03-5579-9710 ◎11:00~20:00

◎12月31日・1月1日・2月第3火曜日

◎<https://www.oluha.jp/>



COMFORTER

掛け布団

優しく温かく、そしてムレにくく
爽やかに包み込んでくれる掛け布団。
体温を維持、あるいは発散し、
快適な環境をキープしてくれる。



羽毛の優しさ&暖かさに
包まれて至福の夢を見る!

オルハ ゴア羽毛掛け布団
24万900円~46万900円(税込)

厳選された良質な羽毛を、日本国内で丁寧に仕上げた掛け布団。身体に優しくフィットし、軽いので寝返りを妨げないのが魅力だ。十分な羽毛が暖かさをキープしつつ、余計な熱や蒸れを発散する。おかげで掛け布団の中は一晩中、快適な睡眠環境が維持されるのだ。

®oluha上質睡眠専門店
☎03-5579-9710

快眠をサポートするアイテム

心地良い眠りには、24時間のマネージングが重要。
そして、極上の掛け蒲団や枕、マットレスなどで眠れば、
睡眠は“心地良い”を通り越して“快樂”になる。



ユニークな立体フォルムは
快眠を保証する理想のカタチ!

テンビュール® ミレニアムネックピロー
1万6500円(税込)~

仰向け時にフィット感を高めるために、凹型の立体フォルムを採用。さらに横寝へスムーズに移動できるよう、両サイドに厚みを持たせているのがポイントだ。首筋の安定性を高め、リラックスした寝姿勢を実現する。

®テンビュール®銀座ショールーム
☎03-6226-5868
®ららばーとEXPOCITYテンビュール®ショップ
☎06-4864-2190

PILLOW

ピロー

ちょうどいい高さや角度、
そしてクッションの素材と硬さを吟味。
そうして選んだ枕は、快眠を保証する。

トップアスリートも認める
快適な寝心地に脱帽!

西川 [エア-4DX] ピロー
2万8000円(税抜)

温度上昇を抑えるゲルを内蔵した4D感覚特殊立体構造の [エア-4D] ピローが、さらに進化! より高質なクッション性を持つ素材と高度なカットングによるサスペンション構造が、首を優しく支えて肩への負担を軽減する。また、ほど良い反発力がスムーズな寝返りを促進するのも魅力だ。

®西川 お客様相談室
☎0120-36-8161



眠るという快楽

ハイブリッド4層構造が
眠りの質をさらなる高みへ!

西川 [エア-SX] マットレス
11万~19万円(税抜)

しなやかにボディラインにフィットする柔軟性としっかりと身体を支える硬度、そして寝返りしやすい高弾力性。この相反する要素をすべて兼ね備えたマットレスが、この [エア-SX] だ。新たな調整スリットと両サイドのエッジを強化したカッティングにより、寝姿勢を繊細かつタフにサポートする。

◎西川 お客様相談室
☎0120-36-8161



旅先でも心地良い眠りを
提供する心強いサポーター

エアウィーヴ ポータブル DUAL MODE
10万5600円(税込)

糸状のポリエチレン樹脂を3次元状に絡み合わせることで、多方向への高反発性と共に、優れた保温性&通気性を実現したエアウィーヴのマットレス。その機能性と快適な寝心地を、旅先や出張先でも実現可能にしたのが、この直径30cm×幅90cmほどのキャリーバッグに入る携帯用マットレスパッドだ。

◎エアウィーヴお客様窓口
☎0120-824-811

MATTRESS

マットレス

マットレスの硬さ(低反発or高反発)は
体格や筋肉量、スポーツの経験度などを
考慮してチョイスしたい。

“無重力”が感じられる
ベッドの最高傑作

テンピュール® Zero-G® Curve®
33万円(税込)~ ※マットレスは別売り

無重力(宇宙)空間での寝姿勢「Zero-G®ポジション」と、体圧分散の「テンピュール®」によって、極上のスリープスポットを提供するリクライニングベッド。シンプルかつモダンスタイリッシュなフォルムも魅力だ。

◎テンピュール®銀座ショールーム
☎03-6226-5868
◎ららぽーとEXPOCITYテンピュール®ショップ
☎06-4864-2190

BED

ベッド

人生の3分の1を共にするベッドは、
金額的にもサイズのにも大きな買い物。
最高級の機能で選びたい。



イタリアのハーブ薬局で作られる
香りはリラックス効果抜群!

サンタ・マリア・ノヴェッラ
ルームエキストラクト ローザ
1万450円(税込)

イタリア・フィレンツェのハーブ薬局で400年以上作られ続けている香りの逸品。自然の植物由来成分を使ったルーム・フレグランスは、人の身体に優しいのが魅力だ。付属の素焼きリングに数滴落として、間接照明の上か温水暖房装置の上に置くと、ナチュラルな香りがリラックス効果を生む。

◎サンタ・マリア・ノヴェッラ銀座
☎03-3572-2694

AROMA

アロマ

心地良い香りは、心地良い眠りを促進。
フルーツ系やハーブ系など
いろいろある中から、好みを選ぶのも楽しい。

フランスのオーガニックな
香りが心地良い眠りを導く

フィネッサンス
エッセンシャルオイル レモングラス
1760円(税込)

100%有機農法で栽培された原料から作られたアロマオイル。香りの種類はユーカリグロブルス、レモングラス、ローズマリーカンファー、ベルガモット、サイプレスの5つ。快眠にオススメなのは、レモンのような爽やかさと草原を感じさせる香りが魅力のレモングラスだ。

◎oluha上質睡眠専門店
☎03-5579-9710



“なりたい姿”へ、導きます。

ご優待プラン
施設無料体験

さ・ら・に ※通常3,000円(税抜)
～手ぶらパック付き～

フェイスタオル・バスタオル・ウェア上下・
シューズ・岩盤浴衣 全てセット<通常1,800円(税抜)>

※有効期限：2021年1月31日まで ※初めてのお客様に限ります

※お一人様1回に限りませす ※事前にお電話にてお申込みください

お仕事帰りでも
お気軽にお立ち寄り
頂けます!

FRONT

吹き抜けの広々としたジムエリア

STONE SPA

充実した温浴施設

なんばパークスにあるお洒落空間

南海難波駅徒歩2分の好立地

SAUNA

GYM

CORE WORKING SPACE

RUNNING

POWDER ROOM

ウイルス感染防止
対策実施中

取り組みの詳細に
関しましてはこちらを
ご覧ください



スポーツクラブNASなんばパークス

〒556-0011 大阪市浪速区難波中2-10-70 なんばパークスT-terrace1F

TEL.06-6648-7355

[営業時間]月・水～金 10:00～23:00 土曜日 10:00～21:00 日祝 10:00～21:00

[定休日]火曜日

NASなんばパークス 検索

※運動施設のご利用は営業時間終了の30分前までとさせていただきます。

※年末年始、施設メンテナンス等により休業となる場合があります。





SHICHIDA

子供の才能を 引き出す、 七田式教室



しちだっく



イードアワード2019
教材がよい幼児教室

顧客満足度 **No.1**

※イードアワード2019 幼児教室 教材がよい幼児教室 株式会社イード (<http://www.iid.co.jp>)



七田式教育とは？

認めてほめて愛して育てる

私たち人間は、誰もが無限の可能性を持って生まれてきます。
それぞれが本来持つ才能を最大限引き出すためには
生涯で最も吸収力の高い幼児期から取り組むことが
とても重要なのです。

七田式教育は、何よりも「心の教育」を大切にしています。
世界の未来を担う子供たちを、大きな志と奉仕の心を持ち
自らリーダーシップを取れる子に育てることが

七田式教育の一番の目的です。

無料体験レッスンの ご案内

七田式のレッスンを体験してみませんか？
詳しくは各教室にお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染防止のための取り組み

- 七田式教室の全スタッフは入社前の検温とマスク着用、咳エチケットを徹底しています。
- 各教室に空気清浄機を設置しています。
- レッスン後には、机・椅子・ドアノブなど高度接触部位にはアルコール消毒を行っています。
- 通室前にお子様・保護者の方に検温と手指消毒をお願いしております。ご協力ください。



認めて ほめて 愛して 育てる

七田式

七田式

検索

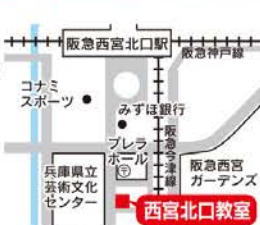
<https://www.shichida.co.jp/>

西宮北口教室

0798-63-0222



西宮市高松町
4-37
中林ビル西宮4F
阪急西宮北口駅
より徒歩3分



芦屋教室

0797-31-9000



芦屋市松ノ内町
1-20アルパ芦屋
2号棟101
JR芦屋駅より
徒歩2分
★ラポルテ側階段
(駅北側)を下りて西へ



— 実施コースは各教室にてお問合せ下さい —

幼児
コース

英語
コース

脳育運動
コース

小学生
コース

特別支援
コース

音楽
コース

その他、近隣の教室

●江坂教室 06-6338-7444

吹田市江の木町5-26 プラトウビル4F

●園田駅前教室 06-6493-7776

尼崎市東園田町9-17-14 園田駅前ビル403

各教室のQR読み取りかお電話にて承ります。

料理はすべて夜のコース(全7品)7200円
から。鴨のコンフィは選べるメインの中の
ひとつ。「脂を減らせるので、年配の方にも
リピートしていただいています」。

あまから手帖
×
AFFLUENT

大人の嬉しい食マガジン「あまから手帖」がセレクト

夙川の住宅街に昨年オープン
誰でも気軽に立ち寄れる
温故知新の素朴なビストロ



あまから手帖



毎月23日発売 定価815円 本体741円

1984年創刊。関西リージョナル誌だからできる、関西人のための食雑誌です。11月号の特集テーマは「和食のツボ」。話題の新店、リニューアル店が登場します。12月号(11月21日発売)のテーマは「大阪、食のエンタメ!」。音楽、映画、本など、あらゆるエンタメが落とし込まれた大阪の食をお楽しみください。

11月号・12月号からの
定期購読者様限定!

酒蔵応援!プロジェクト

新型コロナウイルスの影響で、酒蔵も飲食店や酒販店に卸すことができず、大きな損害を受けています。そこで、関西の酒蔵を応援すべく、日本酒党の編集長が選んだ日本酒が送られてくるプロジェクトが始まりました。受付は今年末まで。第1回目は滋賀の松瀬酒造「松の司」です。



※詳しくは「あまから手帖」HP、
こちらのQRコードをご覧ください。



滋賀県 × あまから手帖 食材フェア開催中!



琵琶湖を有し、山々に囲まれた滋賀は食材の宝庫。京阪神の人気店10軒が、ピワマスや近江牛などを使った期間限定メニューを提供します!11月30日まで。詳細は「あまから手帖」HP。

《お問い合わせ》

株式会社クリエテ関西 販売部
TEL 06・6375・2363 (平日10:00~18:00)
FAX 06・6375・2362
MAIL book@amakaratecho.jp

あまから手帖 検索

クラシカルなザ・ビストロ料理

ビストロ エザン

Bistrot et Vin 20区

兵庫・夙川 / フランス料理

「パリで修業した店は、地元で愛され、子連れのお母さんでも気軽に来る店でした。そんな空間を自分でも作りたくて」とオーナーシェフの森康さん。腕を磨いたビストロのある「20区」を店名に冠し、カウンター6席、個室1室の小さな自店を昨年オープンした。
32歳とお若いながら、「ガストロノミーもいけれど、僕が無性に食べたくなるのはザ・ビストロ料理。引き継がれてきたものを守りたい。昔ながらのものが好きなんです。仔牛のブランケット、ナヴァランなど、クラシカルなメニューのなかでも、特に森さんが愛情をかけるのは鴨のコンフィだ。調理には現代の技術を生かし、鴨肉をハーブやオリーブ油と共にマリネし、真空密封。80℃で3時間加熱して皮はパリッと焼き上げる。身から溢れ出る鴨の旨みから、かけた手間が伝わってくるよう。秋冬はエゾジカ、トリユフ、牡蠣といった季節の味に出合えるのも楽しみです。
料理に欠かせないワインは「美味しく、ストーリーのあるものを選んでいきます」



と、フランスに限らず、チリやアルゼンチンなどのニューワールドなどもある。ここ数カ月は時間もあつたから、ワインと向き合う時間が増えたかな」と自粛ムードもプラスに変えて、ますます居心地の良い店になっている。



- 西宮市大谷町6-7
- ☎080-2002-6419
- 🕒12:00~12:30入店、17:00~21:00入店
- 🌕月曜、不定休あり
- 🚶阪急各線夙川駅から徒歩15分
- 🍷前日までに必要(昼1組、夜2組限定)
- 🍽️昼/平日ランチコース2500円、土・日曜・祝日ランチコース5500円、夜/コース5500円、7200円。※税抜。

上/店内は、カウンター6席、個室1室(2~8名)。オムツ交換台や子供用のイスも用意。右下/葉の花と茸のグラタン。冬は牡蠣と茸などに。Gワイン800円〜。左下/森さんは学生・会社員時代に独学で料理を学んだ後、1年間渡仏。洋食店などに勤務後、自店をオープン。





最高位のプライムグレードビーフを
専用釜で焼き上げる
NY 発ステーキハウス

「BLT STEAK」



NY 発モダンアメリカンステーキハウス

BLT STEAK は、

2004年NY店をオープン以来、
ステーキハウス16店舗をはじめ、
多彩なブランドレストランを世界各国に展開。
質の高いサービスとホスピタリティで、
ニューヨークタイムズの2つ星、
ニューヨークポストの3つ星など
高い評価を得ています。

日本国内3店舗目となる「BLT STEAK OSAKA」

大阪梅田ハービスPLAZA 1階に

昨年6月にオープンいたしました。

「モダン&クラシック」を共存させたエレガントで
広々とした全124席の店内。

ゆったりとしたダイニングと4つの個室、

本格的バーをそなえています。

ご家族で、仲間と、海外からのお客様を招いて…など、
様々な機会に安心してご利用頂けます。

★アフルエント読者特典★

「アフルエントを見た」とご予約頂いたお客様に
乾杯グラスシャンパンをサービス

※大人人数分・お子様はソフトドリンク ※2021年3月末まで



料理と一緒に外はこんがり、中はモチっとしたグリュエールチーズをかけて焼きあげるポップオーバーもどうぞ。



シャンデリアが輝く広々としたダイニング、ブラック&ホワイトで色分けされた4つの個室、赤を基調にした華やかなバーなど、記念日やご接待などハレの日にもふさわしい空間に。



NY、ハワイで人気のBLT STEAKはUSDA格付け最高位のプライムグレードビーフのみを使用。じっくりと熟成させ、旨味、香りを引き出した後、925度の高温で焼き上げます。



ニューヨーク本店でも大人気のシーフードメニュー「マグロのタルタル」。マグロの旨味とアボカドの味わいをさわやかなライムが引き立ちます。

【CONTACT】
TEL : 06-6453-2911
MAIL : osaka@bltsteak.jp

【ADDRESS】
大阪市北区梅田2丁目5-25 ハービスPLAZA 1階

【ACCESS】
JR「大阪駅」桜橋口より 徒歩約5分
阪神「梅田駅」西改札より 徒歩3分
大阪メトロ四つ橋線「西梅田駅」徒歩3分

【TRADING】
Lunch 11:30-15:00 (L.O.14:15)
Dinner 17:00-23:00 (L.O.22:00)

【SEAT】124
※PRIVATE ROOM 4室を含む(各6名~10名様迄)
※お子様のご同伴を承っております。
※年齢制限はございません。
※お子様用メニューのご用意もございます。
※ご予約の際に、お子様のご同伴をお知らせください。

<https://bltsteak.jp/>



TSUWAMONO

大人の逸品

Photographs_HIDE NOGATA

ターというと、トーストを食べるために使うもの、お菓子や料理を作る際に加えるものというように、どちらかというと主役を引き立てる脇役として利用する方が多いのではないだろうか。そんな方々にぜひ味わって欲しいのが、世界中の一流シェフやパティシエ、そしてロイヤルファミリーにも愛されている「エシレバター」だ。

フランス産A.O.P.認定発酵バター「エシレ」は、そのままでも食べられるほどの品質の高さと美味しさが特徴だ。フランス産のバターはヨーグルトのような軽い酸味と香りの良さが特徴といわれるが、これは製造工程に秘密がある。日本

で流通する一般的なバターが「無発酵バター」であるのに対して、フランス産のバターは無発酵バターの工程にさらに乳酸発酵させる工程を加えて作る「発酵バター」が主流で、このひと手間の違いが、その味の特徴につながっているのだ。

フランスは全土でバターの生産が盛んな国なのだが、中でも100年以上の歴史を持つ「エシレバター」の知名度は圧倒的なのだという。その名の通り、産地はフランス中西部のエシレという小さな村で、ここは石灰分の多い土壌と、大西洋側特有の温暖な気候によって良質な牛乳が採れる名産地といわれている。そんな恵まれた環境のもと、バターづくりの肝

となる牛乳は、工房から半径30km以内の酪農家の牛からだけ搾乳し、24時間以内に加工する。バターを練り上げる「チャーン（攪拌機）」も、一般的なステンレス製ではなく、木製を使用する。そんな徹底した品質管理とこだわりの製法によって、「エシレバター」は他では味わえない口当たりの柔らかさ、滑らかな食感、フレッシュさを実現しているのだ。

バターを食べるためにトーストを焼く。バターを味わうためのお菓子を作る。「エシレバター」の類のないクリーミーさ、爽やかな酸味と芳醇な香りは、脇役にしておくのはもったいない！間違いなくそう思える究極の味なのだ。

©片岡物産株式会社 お客様相談室 ☎0120-941440 @www.echire.jp

芳醇



小さな村の伝統製法で作る類のないリッチなバター

片岡物産株式会社
エシレバター

30g (有塩/食塩不使用) 443円(税込)~

※写真は100gブロック(有塩)1,080円(税込)

子どもの姿勢を守る椅子

UPRIGHT® アップライトチェア

お子様に 贈りたい椅子

当店でも人気No.1

ずっと
姿勢良く
勉強できる!

全国的に人気で、今すぐ注文しても3~4ヶ月の入荷待ちとなっているアップライトチェア。

来春にプレゼントしたい、まずは実物を確認したいとお考えでしたら、ぜひ一度「インテリア・ラボ・タケシタ春風店」にご来店くださいませ。



◆価格(消費税・送料別)◆

●アップライトチェア(本体)

全10色 42,000円~
(オイル44,000円、ウォールナット48,000円)
座面カバー(布地/合成皮革)全12色

●ベビーシート

(全10色・9,500円~)
3歳未満のお子様か座る時は必ず装着してください。

●ホールドクッション

(全10色・3,000円)
ベビーシートのガードの隙間を埋めて、お子様の身体の安定感が増すオプションパーツです。



- ・調整カンタン!
工具も不要
- ・選べるカラー
バリエーション
- ・安心の日本製。
丁寧なつくり
- ・18年間長期保証

インテリア・ラボ・タケシタは
阪神間で“唯一”の正規取扱店です。




新型コロナウイルス感染拡大予防の為、ご来店は「予約制」として対応させて頂いています。
お手数ですが、事前にお電話かホームページのお問合せよりご連絡ください。



INTERIOR LAB
TAKEKITA

春風店 TEL 0798-23-3736

西宮市甲子園春風町7-4
営業時間/10:00~17:00
定休日/毎週水曜・木曜

インテリアラボ タケシタ 

<https://www.interior-labo.com/>



「アップライトチェア」の詳細及び
通信販売でのご注文は当店
ホームページをぜひご覧ください。





1組
2名様



非日常のひとときを叶える
多目的ラグジュアリーホテル

ISHINOYA 熱海 スイートルームペアチケット (平日限定 1泊2食付き)

今年9月にオープンした「ISHINOYA 熱海」は、自然豊かな高台に位置し、相模湾を一望できるリゾート型ホテル。より贅沢に過ごせるラウンジを各フロアーに配置するほか、海を望む天然温泉や全体的に広めに設計された客室など、ゆとりを持った作りとなっている。レストランでは、地元の旬の食材を使った会席料理を愉しめ、熱海の四季折々を余すことなく堪能できる。また、会議室や通信環境も整っているため、ワーケーションや会社の研修での利用も可能だ。

※予約状況によって利用できる部屋が変わります。

☎050-3803-6751

📍静岡県熱海市熱海1739-35 パサニアホテル棟27F

🚗JR「熱海駅」より車で10分(無料送迎あり)

🌐 <https://www.ishinoya.jp/atami/>



2
名様

1.最上階に位置するスイートルームは趣の異なる4タイプ(写真は淡)。和モダンを取り入れた部屋は開放的で、充実したリゾートステイを愉しめる。2.パノラミックな熱海の海が望めるスイートルームは、全室客室露天風呂とプライベートテラス付き。3.海を望む解放感のあるエントランス。

部屋の空気が変わる
アメリカ生まれの革新的な空気清浄機

モレキュル Air Mini+ MN1P-JP

360度吸気口から周囲の空気を吸い込み、光活性ナノフィルターと特殊な触媒がさまざまな物質を分解、除去し空気を浄化する空気清浄機「モレキュル Air Mini+」。従来のHEPAフィルターの基準より1/1000も小さな物質を除去可能だ。また、軽量、コンパクトながら、強力なパワーが特徴で、約10畳までの部屋に対応している。フィルターは洗う必要がなく、6カ月に1回交換をするだけなので、メンテナンスも簡単だ。11月10日(火)より発売。

価格: 65,780円(税込)

ソースネクスト株式会社

🌐 <https://molekule.jp/>



©2020 Molekule. All rights reserved.



1
名様



悠久の時を経たヴィンテージ日本酒
3種の味わいを飲み比べ

古昔の宴 — INISHIE NO UTAGE —

古酒専門のプレミアムセレクトブランド「古昔の美酒(いにしへのびしゅ)」は、全国の酒蔵を巡り、原則10年以上熟成させた希少な古酒を専門バイヤー・ソムリエが厳選。日本酒は熟成させることでワインのような華やかな香りと芳醇な味わいを生み出し、至高の逸品に変化するという。「古昔の宴」は、肉料理や脂の乗った魚介によく合う、しっかりとした味わいと香りが特徴の3種セット。それぞれの色の変化と熟成による味わいの違いを楽しんでほしい。

価格: 13,200円(税込) ※世界で500セット限定販売

株式会社匠創生

☎03-6832-7363 🌐 <https://oldvintage.jp/>

毎日のストレスを緩和する
睡眠サポートイヤホン

アメージフィットゼンバツ Amazfit ZenBuds

人間工学に基づいた設計により、睡眠を助けるスマートスリーピヤホン。耳にぴったりとフィットし、ノイズを遮断してくれるので、穏やかな夜の休息はもちろん、日中リラックスして集中するのに最適だ。入眠を促す自然環境音の再生や自動一時停止のほか、目覚まし機能も搭載。また、心拍センサを内蔵しており、毎日の睡眠ログを取得、専用のアプリによる確認ができる。健康的な睡眠習慣の形成に役立ててみては。

価格: 24,800円(税込)

株式会社アースリボーン

☎03-6657-2896

🌐 <https://earth-reborn.co.jp/>



アフルエント総合サイトまたはQRからご応募ください。

※締め切りは11月29日(日)

<https://questant.jp/q/afosaka2011>



日本の歴史が育んだ 凛とした和犬「豆柴」



日本人が愛してやまない姿・お顔
現代生活に優しい名犬種

柴犬は日本人が古くから親しんできた和犬である。日本の天然記念物に指定された七種の日本犬の一つで、ピンと立った耳、くるりと巻いた尻尾が特徴的だ。

忠誠心が強く、無駄吠えも少ない。体重10kgを超えるものも多く、主に屋外での飼育が中心であった。

近年、住居事情の変化に伴い、室内飼いのペットが急増。小型犬の人氣が高まり、柴犬も小型化していく。そうして誕生したのが体高が約半分ほどの「豆柴」である。

現在、豆柴を独立品種として認定している「日本福祉愛犬協会」では厳しい審査を行い、豆柴の保存、育成を進めている。三代以上続く豆柴血統の子は愛らしさも抜群だ。心癒される豆柴に会いに出かけよう。



ティーカップサイズのトイプードルなど ミニミニサイズの小型犬専門

ぱびふべっと芦屋店はブリーダー直販の小型犬専門店。ティーカップサイズのトイプードルや、テレビなどで話題の豆柴などかわいいお顔のワンちゃんがずらり揃います。直販店ならではのロープライス&健康面も万全！親犬の写真を見ながら選べるので安心です。

ぱびふべっと芦屋店 TEL: 0797-57-0112

芦屋市宮塚町2-1 営業/10:00~19:00 水曜休
<http://www.papipu-pet.com/>

動物取扱業登録(兵動)第1511439号
有効期限 令和3年2月23日 西谷光代
※上記写真の三代血統の豆柴は、赤、黒ともに40万円～

まだ間に合う!

ふるさと納税の
弊品をお届け

「ふるさと納税」 地域応援ガイド

年々盛り上がりを見せている「ふるさと納税」だが、
今年にはコロナ禍の影響で、さらに利用者数が伸びているという。
そこで、この時期に高まっているふるさと納税のメリットを紹介するとともに、
初めて挑戦しようという方にもわかりやすく、
ふるさと納税の仕組みをおさらいしたい。

ふるさと納税とは…

生まれ故郷や応援したい全国の地方自治体に「納税」という形で寄付ができる「ふるさと納税」。寄付を行う人は、様々な地域へ興味を持つきっかけとなり、社会貢献に加えてその地域の名産品や特産品などを返礼品として受け取ることができる。自治体にとっては税収が増え、街の活性化に役立てられる。また、それぞれの自治体が取り組みをアピールすることで、自治体間の競争も促進されるのだ。平成20年の制度スタート以降、利用者は年々増え、今や受入額5,000億円規模に成長している。

コロナ禍の今、知っておきたい3つのポイント

昨 今のコロナ禍の影響により、地方の地場産業が苦境に立たされている。さまざまな自粛により経済活動が停滞し、食品の生産者はもちろん、観光業にかかわる方や医療従事者など、被害を受けた

人たちは数えきれないだろう。そんな人々を「ふるさと納税」によって支援しようという動きが注目を集めている。いずれふるさと納税を始めようと考えていたならば、ぜひ今年こそ始めてみてはいかがだろうか。

POINT

1

「新型コロナウイルス対策」のプロジェクトを応援する

こんなときだからこそ社会貢献をしたい、と考える人もいるだろう。各自治体では、使い道を具体的に明示して寄付を募るクラウドファンディングを行っているところがあり、新型コロナウイルスに関連したプロジェクトも立ち上がっている。返礼品がないので、医療支援、福祉・教育・子ども支援、中小企業支援など、困っている人達を支援する対策に寄付金を最大限活用できる。詳しい支援内容については、各自治体のサイトや、ポータルサイトでチェックしてみたい。

POINT

2

今の時期ならではの返礼品が登場

コロナ禍による外出自粛や店舗休業などにより、行き場を失ってしまった食材などが「緊急支援品」として返礼品に登場している。平時では取り扱いはなかった商品のほか、在庫過多や流通価格が下がったことにより、寄付額は変わらずに内容量を増やしたり、内容はそのままだが寄付額を引き下げた自治体もあり、いつもよりお得に手に入れることができるのだ。食品ロスを減らすことができる上、美味しく食べて生産者の支援にもつながるのでおすすめです。

POINT

3

収入が減少するリスクがある人は寄付額に注意

ふるさと納税の寄付上限額は、年収や家族構成などによって決まる。このコロナ禍で大幅に業績が悪くなった企業も多く、その影響を受けて給与やボーナスが減少した場合は当然、上限額が少なくなる可能性があるため注意が必要だ。昨年と同様の年収を想定して寄付をした結果、寄付しすぎてしまったということがないようにしたい。まずは少なめに寄付をしておき、年収確定後に追加寄付をする、または年末にまとめて寄付をするなど上手く調整しよう。

「ふるさと納税」を始めよう

年々制度が改善され、より簡単に行えるようになっている「ふるさと納税」。初めての人でも安心して寄附ができるよう、基本の流れをおさらいしよう。

3ステップで完了！ふるさと納税の申込手順



STEP 1

まずは寄付金額の目安(控除上限額)を確認しよう

寄 付金の控除上限額は、家族構成や年収、その年に受ける各種控除の金額などにより異なるので、まずは自分がいくらまで寄附ができるのか調べよう。以下は、自己負担2,000円で寄附できる上限金額の目安をまとめたもの(平成27年以降)。そのほか、ふるさと納税に関するポータルサイトでもシミュレーションすることが可能だ。

全額控除されるふるさと納税額(年間上限)の目安

ふるさと納税を行う方 本人の給与収入	ふるさと納税を行う方の家族構成		
	独身又は共働き ^{※1}	共働き+子1人(大学生)	夫婦 ^{※2} +子2人(大学生と高校生 ^{※3})
800万円	129,000円	116,000円	85,000円
1000万円	176,000円	163,000円	144,000円
1200万円	242,000円	229,000円	206,000円
1400万円	355,000円	339,000円	277,000円
1600万円	424,000円	408,000円	396,000円
1800万円	493,000円	477,000円	465,000円
2000万円	564,000円	548,000円	536,000円
2200万円	635,000円	619,000円	607,000円
2500万円	849,000円	830,000円	817,000円

●掲載している表はあくまで目安です。具体的な計算はお住まいの市区町村にお問い合わせください。
●ふるさと納税で控除される金額は、年収や家族構成によって異なります。
※1「共働き」は、ふるさと納税を行う方本人が配偶者(特別)控除の適用を受けていないケースを指します。(配偶者の給与収入が201万円超の場合)
※2「夫婦」は、ふるさと納税を行う方の配偶者に収入がないケースを指します。
※3「高校生」は「16歳から18歳の扶養親族」を、「大学生」は「19歳から22歳の特定扶養親族」を指します。
※中学生以下の子供は(控除額に影響がないため)、計算に入れる必要はありません。
例えば、「夫婦1人(小学生)」は、「夫婦」と同額になります。また、「夫婦2人(高校生と中学生)」は、「夫婦1人(高校生)」と同額になります。
(ふるさと納税翌年1月1日時点)

Aさん

家族構成：独身
世帯年収：800万円

- ふるさと納税控除上限目安：129,000円
- 寄附金総額：128,000円
- 寄附先：4自治体 ●実質自己負担金：2,000円

Aさんが選んだお礼の品



①ゴルフ場利用券 50,000円



②サーロインステーキ 30,000円



③ワイン特選アソート 30,000円



④コロナと闘う医療従事者を応援 18,000円

Bさん一家

家族構成：夫婦(共に会社員)、子ども(大学生)
世帯年収：1400万円

- ふるさと納税控除上限目安：339,000円
- 寄附金総額：290,000円
- 寄附先：5自治体 ●実質自己負担金：2,000円

Bさんが選んだお礼の品



①旅行クーポン 100,000円



②旬の野菜とお米のセット(年4回) 60,000円



③うなぎ蒲焼 50,000円



④漆器(お椀とカップ)セット 50,000円



⑤ブランドガニ 30,000円

STEP 2

応援したい自治体を選んで申し込む

多 くの自治体は寄付金の使い道を公表しており、出身地に限らず応援したい地域に寄付が可能だ。魅力的な返礼品はもちろん、災害復興支援やプロジェクトの応援など活用方法は様々。自治体のサイト

などを見て寄付先を選ぶほか、現在はふるさと納税に関するポータルサイトも多数あり、サイトから直接申し込みもできる。主要サイトの特徴をまとめたので、賢く使用しよう。

主な寄付の活用例

災害支援・復旧

台風や地震などの自然災害時のインフラや道路の復旧、防災体制の充実など。



観光資源の管理・活用

街のシンボルや観光施設の維持・修繕や自然保護など、街づくりや街の発展に。



教育・子育て支援

保育所の運営や学校の整備のほか、安心して子育てができる環境づくりなどに活用。



医療・福祉

誰でも安心して医療を受けられる環境づくりや、高齢者福祉・介護などの充実など。



主なポータルサイト

サイト名	掲載自治体数	サイトの特色
ふるさとチョイス	約1788自治体	圧倒的な情報量。返礼品が決まっている時の比較検討に最適。
ふるなび	約506自治体	クレジットカード決済で、寄附金額の1%分の「Amazonギフト券」がもらえる。
さとふる	約831自治体	返礼品の到着が早い。また、携帯電話の料金と一緒に支払えるキャリア決済に対応。
楽天ふるさと納税	約1033自治体	寄附金額が楽天ポイント取得の対象に。すでにあるポイントで寄附することも可能。
ふるぽ	約233自治体	ポイント制の自治体に特化。寄附で付与されるポイントは、好きなタイミングで返礼品に交換可能。

STEP 3

税金控除の手続きをする

寄 付完了後は、住民税と所得税から控除を受ける手続きが必要だ。控除の申請方法は「ワンストップ特例制度」と「確定申告」の2つ。おもにサラリーマンなどの給与所得者は、ワンストップ特例制度を利

用すれば、ふるさと納税の確定申告が不要になる（各種条件あり）。

しかし、ワンストップ特例制度も確定申告もしなかった場合は、寄付をただけになってしまうので、忘れずに手続きをしよう。

	ワンストップ特例申請	確定申告
対象者	確定申告が不要な給与所得者	確定申告が必要な方
寄付先の件数	1年間で5自治体まで	自治体数に制限なし
申請方法	寄付の都度、各自治体に特例申請書を提出	年に1回、税務署に確定申告を行う
申請期限	翌年の1月10日必着	翌年の3月15日まで
税金控除の仕組み	住民税から全額控除	所得税からの還付と、住民税控除

総控除額は同じ

ローレルコート上本町七丁目 北館



近鉄難波線・奈良線・大阪線

「大阪上本町」駅 徒歩 4分

Osaka Metro 谷町線・千日前線

「谷町九丁目」駅 徒歩 5分

北面外観完成予想図

※10号近鉄・地下鉄連絡口 経由

コンセプトルーム公開中

予約制

新型コロナウイルス感染拡大に伴い感染・拡大防止のため
【完全予約制】での営業対応とさせていただきます。

■物件概要○名称/ローレルコート上本町七丁目 北館○所在地/大阪市天王寺区上本町七丁目302番34、302番45(地番)※私道負担(規約敷地)、302番5(地番)※共有私道負担(規約敷地)○交通/近鉄難波線・奈良線・大阪線「大阪上本町」駅徒歩4分、Osaka Metro谷町線・千日前線「谷町九丁目」駅徒歩5分○地域・地区/商業地域・防火地域・準防火地域○地目/宅地○建ぺい率/100%(商業地域における耐火建築物による緩和)○容積率/686.65%○敷地面積/建築確認対象面積:599.88㎡(302番34の一部)、建築確認対象外面積:0.15㎡(302番34の一部)、私道負担(規約敷地)面積:30.83㎡(302番45)、共有私道負担(規約敷地)面積:259.67㎡(302番5)は共有となり15分の3が持分割合となります。○建築面積/405.89㎡○建築延床面積/4,608.39㎡○構造・規模/鉄筋コンクリート造地上15階建1棟○建築確認番号/第NK19-0602号(2019年9月11日)○総戸数/56戸○駐車場/17台(機械式)※月額使用料:27,000円~30,500円○駐輪場/112台(上段:固定タイプ42台、下段:スライドタイプ39台、下段:スライドタイプ(3人乗)31台)※月額使用料:200円~400円○バイク置場/5台※月額使用料:800円・1,600円○分譲後の権利形態/専有面積割合による共有(土地・建物共用部分)、区分所有(建物専有部分)○管理形態/区分所有者全員による管理組合を結成し、管理会社に業務を委託(通勤)○管理会社/近鉄住宅管理株式会社○竣工予定/2021年9月○引渡予定/2021年10月○事業主(売主)/近鉄不動産株式会社[国土交通大臣免許(10)第3123号(一社)不動産協会会員(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟]〒543-0001大阪市天王寺区上本町六丁目5番13号TEL.06-6776-3007○施工/三和建設株式会社
※最新の情報は物件ホームページをご確認ください。

お問い合わせは…ローレルコート上本町七丁目 レジデンスサロン

uehommachi7.jp

0120-984-800

上本町7

検索

事業主
(売主)

人と街の可能性を拓く。
近鉄不動産

※掲載の外観完成予想図は、設計図書に基づいて描いたもので、スケール等は実際とは異なる場合があります。また、監督官庁の指導・施工上の都合により建物の形状・色調等に変更が生じる場合がございます。外構・フェンス・電柱等や外構形状の細部、設備機器等は表現していません。なお、掲載は竣工時点では完成予想図程度に成長していません。※掲載の空撮は、現地周辺を撮影(2019年2月)したものにCG処理を施して描いたもので実際とは異なります。また現地の光柱は建物の規模、高さを表したものではありません。予めご了承ください。※徒歩分数は80mを1分として算出しております。