

アフルエント

AFFLUENT

<https://afflu.jp>

毎日に発見を、人生に豊かさを

2024 Mar.
[TOKYO]

3

人と人とのつながりを広げる 雑談力を磨く



こだわりのインテリアで
心安らぐ空間づくり

未来のために知っておきたいこと
認知症への備え

プライベートジェットで行く
ホテルリッジ 瀬戸内の旅

TOKYO GOURMET BATON
—東京グルメバトン—
anneau

40代を過ぎたら考えるべき「相続のこと」

後悔しないために 生命保険でできる相続対策とは

「人生100年時代」と言われる今、まだまだ現役で、仕事もプライベートも充実している40〜50代は多い。そんな中、後回しにしがちなのが「相続」だ。2015年の相続税法の大幅改正以降、相続税を納税した人の割合は増加傾向。自分は関係ないと思っている人も、実は当事者かもしれない。しかし相続は若ければ若いほど選択肢も多く、有効な対策が可能。40代からは親の相続対策も視野に入れながら、早めに検討することをおすすめしたい。

相続対策には様々なあるが、生命保険を活用するのほひとつ。主なメリットは2つある。



お客さまの声

親身に相談に乗っていただきました

担当の方が私の話を親身に聞いてくださり、家族への思いや相続対策について相談に乗っていただきました。もっと早く担当の方に出会いたかったです。(50代・Nさん)

① 受取人を指定することで、**受取人固有の財産になる**

遺言がない場合、遺産分割協議によって誰がどのように相続するかを決めなければならぬ。しかし死亡保険金は法律上、受取人固有の財産になるため、遺産分割協議の対象外とされる。被相続人は遺したい人へ財産を確実に渡すことができ、受取人も他の相続人と協議せずに受け取れるのだ(※1)。

② **生命保険は相続税の非課税枠として認められている**

相続税は、基礎控除額(3千万円+6百万円×法定相続人の数)

店長が直接ご相談をお受けいたします

下記店舗の店長がお客さま一人ひとりのご意向に沿いながら、ご相談をお受けいたします。40社以上の保険商品を比較・検討することも可能です。下記のQRコードからご予約のうえ、ご来店ください。

有効期間：2024年5月31日(金)まで

※ご予約フォームの要望欄に「AFFLUENT見た」とご記入ください。
※ご予約なしでご来店された場合も、店長または店長に準ずるライフパートナーがご相談をお受けいたします。ご来店時、AFFLUENTを見た旨をお伝えください。

を超える金額が課税対象となるが、死亡保険金は「5百万円×法定相続人の数」が非課税枠となる。つまり、相続財産が基礎控除額を超える場合、生前に生命保険に加入しておくことで課税対象の遺産を減らし、税負担が軽減できる(※2)。

ただし、保険商品や契約内容によっては相続対策にならない場合もあり、注意が必要だ。

悩んだらプロに相談を

ほけんの窓口では、生命保険を活用した相続対策のほか、新NISA・DeCoなどの資産形成に関する無料で相談可能。まずは情報収集から始めよう。

(※1) 相続人の間に著しい不公平が生じる場合には、受取人固有の財産とみなされない可能性がある。
(※2) 課税される保険金を含めた遺産の総額が基礎控除額の範囲内であれば相続税はかからない。

ほけんの窓口 銀座支店

☎03-3562-7510

⑨東京都中央区銀座2-5-4
ファサード銀座6F



渡辺 支店長



ほけんの窓口 日本橋高島屋S.C.店

☎03-3516-3788

⑨東京都中央区日本橋2-5-1
日本橋高島屋S.C. 新館4F



鈴木 店長



ほけんの窓口 品川駅港南口店

☎03-5782-8840

⑨東京都港区港南1-9-36
アレア品川 1F



佐々木 店長



ほけんの窓口 有明ガーデン店

☎03-3599-7050

⑨東京都江東区有明2-1-8
有明ガーデン4F



川鍋 店長



ほけんの窓口

Special 1 人と人とのつながりを広げる

09 雑談力を磨く

Special 2 ボニンブルーの島へー

42 小笠原クルーズ

News

06 ANTENNA
ガイドマッジ

Present

07 AFFLUENTからのプレゼント

Local

15 日本を巡る
京都府伊根町／伊根の舟屋

Trip

16 プライベートジェットで行く
ホテルリッジ瀬戸内の旅

Regular

20 PREMIUM GALLERY

Interior

22 こだわりのインテリアで
心安らぐ空間づくり

Special 3

24 未来のために知っておきたいこと
認知症への備え

Things

31 TSUWAMONO —大人の逸品—
はせがわ／OW:(オウ)

Gourmet

32 TOKYO GOURMET BATON
東京都千代田区／anneau

Interview

36 熱視線 —夢追い人—
松本陽太(株式会社アリラCEO／CFO)

Trip

39 旅する喫茶店
静岡県浜松市／トゥルネラパージュ



2024年3月発行

Publisher 高山勇樹 Editor 小笠原由恵
Producer 森 正太郎 相崎美帆
Chief Editor 菊地 学 Designer 松本健司
Cover Photo JOJOSTUDIO/Shutterstock.com

編集・発行／株式会社affluent
〒107-6243 東京都港区赤坂9-7-1
ミッドタウン・タワー 43F

広告掲載・チラシ折込・誌面内容のお問合せ
☎ 0120-121-084 (平日10:00～18:00)

配布に関するお問合せ
☎ 0120-124-034 (平日10:00～18:00)

配布に関するご連絡・お問合せ・送付停止については、
右記QRからもご連絡いただけます。

※広告内に記載されている価格表示は「税抜」「税別」または「広告内の価格は
全て税抜価格です」等の表示がない場合は全て税込価格となります。

※掲載情報は2024年2月16日時点のものです。ご利用の際には事前に最新の
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。



株式会社affluentにおける個人情報の取り扱いについて

◎お預かりした個人情報は株式会社affluentが管理し、アフィリエイト会員登録、
プレゼントの発送およびアンケート集計を目的として利用いたします。◎お
預かりした個人情報は、ご本人様の同意なく第三者に提供することはありません。
ただし、法令などにより個人情報の提供を求められた場合を除きます。
◎プレゼントの発送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ると、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。◎当社が保有する応募者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、消去及び第三者へ
の提供の停止、第三者への提供記録の開示のお申し出には適切に対応いたし
ます。ただし必要に応じて、追加書類の提出を伴う厳正な本人確認への協力
をお願いする場合があります。あらかじめご了承ください。◎当社が保有す
る個人情報の漏洩が発生した場合には、個人情報保護委員会に報告し、漏洩し
た情報のご本人様に通知を行います。

◎個人情報保護管理者／株式会社affluent 個人情報保護管理室 室長

◎個人情報に関する苦情・問合せ窓口／株式会社affluent
お問合せ ☎ 0120-121-084 (平日10:00～18:00)

公式サイト
AFFLUENT WEB
https://afflu.jp/



公式Facebook
@affluent.fb



公式Instagram
@affluent insta



公式X(Twitter)
@affluent_x



謹んで地震災害のお見舞いを申し上げます

令和6年1月に発生しました、石川県能登地方を震源とする
地震により被害を受けられた皆様に、心よりお見舞い申し上げます。 株式会社 affluent

AFFLUENTから、災害義援金についてのお知らせ

「令和6年能登半島地震災害義援金(石川県、富山県、新潟県、
福井県)」について、お知らせいたします。義援金受付の詳細は、
右記日本赤十字社様のホームページにてご確認ください。

■日本赤十字社 公式ホームページ
https://www.jrc.or.jp/



■日本赤十字社 令和6年能登半島地震災害義援金
(石川県、富山県、新潟県、福井県)
日本赤十字社 能登半島義援金



※受付期間：2024年
12月27日(金)まで

不動産のプロが解説

ドバイ不動産に 世界が注目する理由

観光地としてはもちろん、移住先としての人気も高いドバイは今、不動産投資先としても世界中から熱い視線が注がれています。まだまだ発展途上にあるドバイの、魅力のポイントを解説します。



株式会社GREENINE 執行役員 ドバイ不動産事業担当
小野陽平 (宅地建物取引士)

大学卒業後、住友不動産販売に入社し、不動産売買仲介の最前線で営業職に従事。個人で年間40億円の取引を行い、2020年に支店次長に就任。13年間の不動産取引の実績を買われ、2023年に現職就任。日本とドバイを行き来する毎日を送っている。



「ドバイ・都市マスタープラン2040」によって、今後不動産開発はさらに加速します。いかに早く優良な開発エリアを見極め、押さえられるかが重要です。

今、移住したい国の一番に名前が挙がるドバイ。世界有数の豊かさを誇るUAEにあって、世界トップクラスの治安の良さや晴天率の高さ、そして所得税や住民税が無いことなどがその大きな理由になっています。さらに、ドバイ政府が掲げた「ドバイ都市マスタープラン2040」で、人口の倍増、住環境や観光事業など、世界一住みやすい都市となるための目標が打ち出されたことで人気が一気に加速。日本では不動産投資先としての注目度も高まっています。

ドバイ不動産の魅力は、なんといっても将来性の高さに対して不動産価格が安価な点でしょう。例えば、弊社所有のドバイ・アイランド・ビーチの海を望む物件は、ドバイ国際空港に近い最新の注目スポットでありながら、坪単価は日本円で300万円台と、東京都心部の半値程度です。さらに、不動産の売却益や賃貸収入に税金がかからないという点も、大きな魅力として注目されています。そして、見逃せない魅力がもう一つ。ドバイでは不動産を購入して物件価格の30%を支払うと、名義変更及び売却が可能になるというルールがあり、このルールによって少ないインシャルコストで不動産取引を始めることが出来るのです（物件により40〜50%の場合もあり）。長年不動産売買に携わってきた私でなくても、その魅力は十分にお分かりいただけると思います。

では、実際に不動産取引をするにはどうすれば良いのか。ドバイの不動産取引では、現地の法律やイスラム教への理解が必要です。また、良い物件情報にいち早くアクセスできる現地エージェントとのネットワークも重要なため、仲介サービスの利用が必須になりますので、まずは無料の相談会などに参加して、信頼できるの仲介業者探しから始めるのが良いでしょう。

仲介業者選びのポイント

- 日本と現地ドバイにも法人を持ち、不動産取引に精通したスタッフがいること
- 日本語での対応が可能、出来れば現地ドバイに日本人スタッフがいること
- 不動産売買だけでなく、移住、法人設立、口座の開設、現地観光（下見）、送迎などのサポートにも対応していること
- 優良な物件情報をいち早く入手可能な現地エージェントとのネットワークを持っていること





ドバイ・アイランドにある弊社所有物件 (2027年完成予定)。海を望む角部屋ながら、坪単価は300万円台。今後も同様に魅力的な物件が次々と出てくると思われま

ドバイ不動産 個別無料相談会開催

相談内容は、不動産売買、賃貸に限らず、移住や法人設立などの対応も可能です。



日時 3月23日(土)・3月24日(日)
①10:00～ ②13:00～ ③15:00～
完全予約制 1日3組限定
●上記日程以外でも個別調整可能です(平日のみ)

場所 東京ミッドタウン(地下鉄六本木駅直結)
東京都港区赤坂9-7-1ミッドタウン・タワー 43F
株式会社GREENINE オフィス

(ドバイ現地法人)
GREE9 REAL ESTATE L.L.C
日本人スタッフ常駐



ドバイ法人票(不動産免許)

お申込み・問合せ 下記 電話番号またはメールアドレス、QRからご連絡ください。

☎03-5361-7467 ✉infos@greenine.co.jp



株式会社GREENINE ドバイ不動産事業部(国土交通大臣(3)第8576号) <https://greenine.co.jp/>



写真の「バジッジョ／120,000円(税込)」はヒールの高さ6cm設計。ヒールアップシューズなのにそうと分からない洗練されたデザインが魅力。



1



2

1.贅沢な本革のヒールアップスニーカーも種類が豊富。2.これからの季節はローファーを爽やかに履きたい。



イタリア発、ファッションの概念を変える一足

スタイルを美しく魅せる ヒールアップの高級靴



1



2



3

1.ビジネスや結婚式、パーティーなどのフォーマルなシーンにも適した「ストラネオ」120,000円(税込)。
2.注文を受けてからイタリアの熟練職人が一つひとつ丁寧に手作業で製作して、約3週間でお届けする。
3.ハイアージュズで脚長スタイルの完成。目線が高まり優雅な気分を味わえる。

以 前は「背が低い人が履く靴」だったヒールアップシューズ(シークレットシューズ)が、今、最新のファッションアイテムとして注目されているのをご存知だろうか。履くだけで腰の位置が上がって、姿勢も良くなることから、おしゃれな海外セレブや富裕層たちがこぞってファッションに取り入れているのだ。もはや「背が低い人が履く靴」というネガティブなイメージは薄れ、長身のユーザーも多数利用。今では複数のハイブランドから商品がリリースされるほどの注目のアイテムとなっている。

なかでも、イタリアの高級靴ブランドとして100年以上の歴史を持つ「ガイドマッジ」が新たに生み出した「ハイアージュズ」は、ヒール高に見えない洗練されたデザインが秀逸で、「スタイルをより美しく魅せる高級靴」として、今や世界100を超える国と地域で販売されている。

柔らかく美しい最上級本革フルグレイズレザーを使ったその靴は、熟練職人たちのハンドメイドで一つひとつ細部まで精巧に作られており、人間工学に基づいた中敷きにより、ヒール高でありながらも快適な履き心地を実現。長く履くことで革が馴染み、より快適に履くことができる。デザインはドレスシューズやローファー、スニーカー、ブーツなど約500種類もの豊富なモデルが揃うため、その魅力を知った人は2足目、3足目とリピート買いをするそう。

さり気なくスタイルが良くなることで好印象を与え、なおかつ自信や気持ちまで高めてくれる「ガイドマッジ」のハイアージュズ。この春の要チェックアイテムだ。

特典

公式オンライン
ショップ利用限定 **5,000円割引**

クーポンコード **24345**

購入時のフォームに上記コードを入力ください。
2024年5月31日(金)まで有効

GUIDOMAGGI (ガイドマッジ)

☎03-6686-3892(平日9:00~18:00)

🌐 <https://www.guidomaggi.jp/>

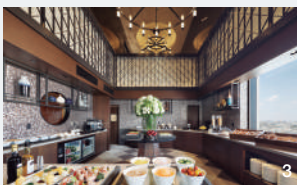


1



1組
2名様

1.開放的な空間のジュニアスイート。大きな窓からは横浜の夜景が望める。2.就寝前には窓際のカウチソファで癒しのひと時を。3.朝食は、クラブラウンジまたはレストラン「コンパス」の「神奈川朝食」どちらかを選べる。ともにbuffet形式。



横浜ベイシェラトン ホテル&タワーズ
「クラブフロア ジュニアスイート」
ペア宿泊券(1泊朝食付)

世界72ヶ国、440を超える「シェラトン」ブランドの上質なホスピタリティでゲストを迎える同ホテル。横浜の中心地に位置しながら、市内で最も広い贅沢なりビング空間やミネラルウォーター級の浄水を採用したシャワー・洗面など、極上の快適さを備える客室も魅力だ。特に高層階の「シェラトンクラブフロア」は、ナチュラルでアースコンシャスな心地よい空間がゲストを癒すほか、同フロア宿泊者専用のラウンジも用意されており、ファーストクラスの横浜滞在が叶う。

宿泊券利用期限：2024年11月28日(木)迄 ※除外日あり

- ① 045-411-1111
- ② 神奈川県横浜市西区北幸1-3-23
- ③ 横浜駅西口より徒歩1分
- ④ <https://ybsh.sotetsu-hotels.com/>

2

3名様



Present

AFFLUENT 2024 March

皆様に感謝の気持ちを込めて
編集部がセレクトした「とっておき」をプレゼント。



2名様

AMEN
スターリングシルバーブレスレット
「BRNO04」

イタリアのジュエリーブランド「AMEN」。2003年に設立後、高いコストパフォーマンスとデザイン性が支持を集め、イタリア国内だけで自社ブティック約30店舗、取扱店1200店舗で販売される人気ブランドに成長。メンズラインが充実しているほか、ユニセックスデザインも多く、パートナーとお揃いで身につけられる。今回は、シンプルで合わせやすい、スターリングシルバーとレザーのブレスレットをプレゼント。

価格：20,900円(税込) サイズ：L(20.5cm)

イーキュー株式会社
info@eqco.jp
<https://www.amencollection.jp/>

meliordesign 「STARTER SET(4枚組)」

水ですすぐだけで汚れも細菌も落とせる食器「meliordesign」。特殊な表面改質技術により、汚れと皿の間に水が入り込むことで汚れが浮かび上がり、落ちにくい汚れも洗剤無しで落とせる。洗剤による環境汚染を防げるうえ、洗い物の工程を短縮することで手荒れも軽減。うつ伏せにしても空気が通過する設計で、自然乾燥時間は通常磁器皿の1/3まで短縮されるなど、その使い心地はまさに感動もの。ぜひ体感して。

価格：13,970円(税込) 内容：深皿 直径240×H38mm、深皿M 直径147.5×H40mm、プレートM 直径195.5×H21mm、ボウルS 直径121×H63.5mm / 電子レンジ対応、オープン不可

株式会社DG TAKANO @<https://meliordesign.com/>

スコッチグレイン表参道店「靴ギフト券(37,400円分)」

今年で創業60周年の「スコッチグレイン」は、徹底した品質管理のもと墨田区の自社工場で一貫生産を続ける高級革靴ブランド。高い技術を要する「グッドイヤー製法」で作られた靴は、履くほどに馴染む極上の履き心地で、ビジネスマンから厚い支持を集める。今回は3月15日(金)オープンの表参道店で、靴の購入に使えるギフト券をプレゼント。店頭で採寸し、自分に合った靴を選べる。写真は表参道店限定品(税込66,000円)。

利用期限：発行から6ヶ月間

スコッチグレイン表参道店
① 03-6804-2292
② 東京都港区北青山3-5-17 北青山はる木ビル1F
③ <https://scotchgrain.co.jp/>

4



3名様



AFFLUENT公式サイト
のプレゼントページからご応募ください。
<https://afflu.jp/present/>
※締め切りは2024年3月31日(日)



湘南の穏やかな海に寄り添うハイクラスリゾート

「Ocean Villa Shonan」誕生

美しい海と自然に囲まれ、穏やかな雰囲気が魅力の湘南・二宮町。都内からのアクセスも良く、古くからリゾート地として人気のこのエリアに一棟貸しスタイルの会員制オーシャンフロントリゾートが誕生。

維持費や修繕費を気にせず“使いたい時に、使いたいだけ”

国内にいながら、まるで海外の高級リゾートにいるかのような非日常を体験できる会員制リゾート「Ocean Villa Shonan」。美しい海と自然に囲まれた贅沢な空間で、都心の喧騒を離れた究極の癒しを提供いたします。特注のハイブランドインテリアやフランス製インフィニティプール、フィンランド式サウナ、プライベートシア

ターといった施設は、海外リゾートのような豪華さとプライバシーを国内で実現。

限られたオーナー様だけが享受できるこの独占的な隠れ家で、世界クラスのリゾートライフをお楽しみください。法人契約も可能で維持費や修繕費の心配なしに、あなたのライフスタイルやビジネスニーズに対応する柔軟性も魅力です。

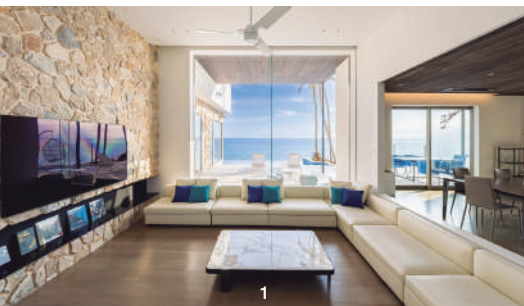
オンライン無料相談会開催 officialLINEにて予約受付中

ご利用をご検討中のお客様に、オンラインにて無料相談会を実施しています。体験宿泊など様々なプランをご用意しています。ご予約はURLまたはQRコードより。
<https://lin.ee/midsoV7>



※ご入会の強要や、電話勧誘等は一切ございません

LIVING ROOM



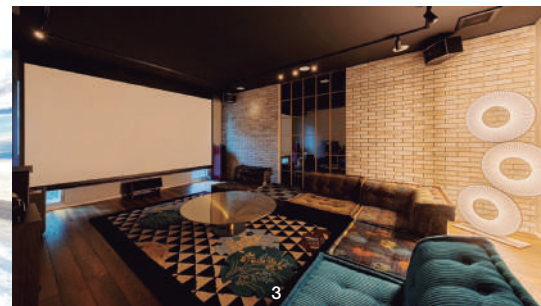
1

SAUNA ROOM



2

THEATER ROOM



3

1.約6mの吹き抜け窓からも刻一刻と表情を変える湘南の美しい海を一望。2.温水機能付きプール横にはフィンランド式デザインサウナとジャグジーを完備。一面ガラス張りのため開放感も抜群で、お好みの照明やセルブロウリュを愉しめます。青い海や空、星を眺めながら贅沢な時間を。3.隠し扉の奥には遊び心あふれるプライベートシアタールームが広がります。映画館を凌ぐ11.2chの圧倒的な音響と150インチ8Kスクリーンにより、まるで映画作品の中にいるような迫力を味わえます。



MEDIDENT.
health care for a better society.

☎ 03-5962-7741
Mail: info@medident.co.jp

Ocean
Villa
Shonan

所在地: 神奈川県中郡二宮町
間取り: 4LDK
敷地面積: 350.15㎡ (105.92坪)

建物面積: 1階: 179.08㎡ (54.17坪)
2階: 161.82㎡ (48.95坪)
+テラス74.2㎡ (22.45坪)

雑談は、情報交換よりも
お互いを知ることの方が
重要だと思う？

話す時、
失敗を隠さず、
チャーミングな
自虐ネタも話す？

話を聞く時は、
黙って聞くのではなく、
しばしば
相づちを打つ？

ないで、
ながら話す？

雑談の時は、
できるだけ相手と
目を合わせる
ようにしている？

雑談の時は、
クールに対応するより、
気持ちのこもった
反応をする？

話す時、
一気に話をしないで、
相手の反応を
見ながら話す？

人と人とのつながりを広げる 雑談力を磨く

日常的なコミュニケーションや人間関係の中で
潤滑油となってくれるのが雑談だ。

誰とでも気軽に話せて打ち解けることができれば、

ストレスなく人間関係を築くことができる。

ビジネスシーンでも、ちょっとした雑談から

新たなアイデアが生まれることが多い。

多くのメリットを持つ雑談力に磨きを掛けよう。

Text_ENO.

相手と目が
合ったらすぐに、
にっこりと
笑顔がつかれる？

話す時、
失敗を隠さず、
チャーミングな
自虐ネタも話す？

あなたの話は
どちらかというと、
知識よりも
エピソードが多い？

話す時、
一気に話をしないで、
相手の反応を
見ながら話す？

この話は

話を聞く時は、
黙って聞くのではなく、

話す時、
一気に話を

雑談がうまい人には

多くの人やチャンスが集まる

活用しないのはもったいない

あなたの周囲に「あの人と話していると楽しい」「なぜか話しかけたくなる」「ずっと話していたい」と思う人がいたら、その人は雑談の達人だ。
雑談力を磨くコツを、コミュニケーションの専門家・野口敏さんに伝授してもらおう。



話し方教室TALK&トーク主宰

野口 敏さん

SATOSHI NOGUCHI

「今日習った人が今日うまくなる」をモットーに、東京、大阪、ZOOMでコミュニケーション講座を開催し、全国から参加者が絶えない。シリーズ累計120万部を突破した『誰とでも15分以上 会話がとぎれない! 話し方66のルール』(すばる舎)をはじめ、著書多数。
話し方教室TALK&トーク
<http://www.e-0874.net/>



雑談とは相手と信頼関係を結ぶためのツール

「好かれる人、信頼される人は、たいてい雑談がうまい人。誰とでもすぐに打ち解けて話ができるようになる」と、行動範囲がグンと広がり、たくさんの人やチャンスが集まってくる」と野口敏さんは強調する。

そもそも、雑談とは何だろうか。

「雑談は、会話の入り口。話し

相手とのコミュニケーションを促進させ、信頼関係を結ぶためのツールです」

雑談力を磨けば、プライベートでは豊かな人間関係を築くことができる。ビジネスシーンでは、ふとした会話からアイデアが生まれ、チャンスにつながることも多いそうだ。

しかし、中には雑談に苦手意識を持つ人がいる。そんな人は、どうすればよいのか。

「雑談とは本来、難しいもので



ビジネスマンにオススメの著書

『またすぐに! 会いたくなる人の話し方』

三笠書房
1,540円(税込)



最新刊

話しかけるのが苦手な人に

『人の輪の中にスツと入れる話し方』

三笠書房
1,540円(税込)

あなたの雑談力をチェック!

自分に当てはまる項目にチェックを入れよう。

- あなたの話はどちらかというと、知識よりもエピソードが多い
- 話す時、一気に話をしないで、相手の反応を見ながら話す
- 話す時、失敗を隠さず、チャーミングな自虐ネタも話す
- 話を聞く時は、理解するより、相手の感情を読み取ろうとする
- 話を聞く時は、黙って聞くのではなく、しばしば相づちを打つ
- 雑談の時は、クールに対応するより、気持ちのこもった反応をする
- 雑談の時は、できるだけ相手と目を合わせるようにしている
- 相手と目が合ったらすぐに、にっこりと笑顔が作れる
- 雑談は、情報交換よりもお互いを知ることの方が重要だと思う
- 雑談は、時事ネタより自分や相手に関する話が盛り上がると思う

チェックの数を確認したら、右の野口さんからのアドバイスを確認しよう。

野口さんからのアドバイス

チェックが
5個以下

ちょっと雑談力不足

親しい人とは話せるけれど、初対面の相手や大勢の人がいる中ではうまく話せなかったり、どうにも会話が空回りしたりするタイプ。今回の記事で紹介した雑談のコツを身に付けて、より豊かな人間関係を築いてください。

チェックが
6~9個

雑談力はまだまだ伸びしろあり

雑談がそこそこ得意で人付き合いがうまいタイプ。人の懐に飛び込むワザや世代が違う人とも会話を盛り上げるコツを身に付ければ、さらに行動範囲が広がって出会いも豊かになっていくでしょう。

チェックが
10個

もはや雑談力は達人級

誰とでもすぐに打ち解けてスムーズに会話ができるタイプ。あなたの周りは、さわやかで気持ちのよい雰囲気満ちているのでは。自然にたくさんの人やチャンスが集まってくることでしょう。



雑談は人と人をつなぎ、新たな人間関係を築く

はありません。なぜなら、あなたが体験し、感じたことを表現すればよいからです。雑談が得意でないと感じている人も、ちょっとしたポイントさえ押さえれば、すぐに上達しますよ」

スキルアップの第一歩は、自分が「伝える」ことより、相手の気持ちを理解して、共感することだという。

「雑談を、うんちくや知識をひけらかすことだと誤解している人がいます。しかし、それだけでは会話が長続きしませんし、話も広がっていきません。あなたの話から私はこう感じた、自分自身の言葉で話すことが大切です」

感情をキャッチボールして互いの距離をグッと縮める

「雑談では、言葉とともに、お互いの感情をキャッチボールして伝え合うことが、とても重要です」と野口さんは力説する。人は誰しも、自分の話に共感してもらえると、相手に好意を抱くようになるからだ。温かい心のもったキャッチボールを繰り返すことで、距離がグッと縮まり、親近感が高まっていくという。

こうして気持ちが通じ合うと、脳内で幸せな気分になるホルモンが分泌され、ストレスが減り、メンタルが整うメリット

も得られるぞうだ。

自分ネタを盛り込みながら頭の中に映像が浮かぶように

「雑談を、天気や時事ネタなどから始める人は多いですが、特に親しくない人が相手だと話はずばみに終わりがちです。そんな時には、ほんの少しの自分ネタ、や、チャーミングな自虐ネタ、など、自分自身の人柄がにじみ出るエピソードを付け加えると、相手はあなたのことをもっと知りたいと思うようになり、会話が弾みます」と野口さん。

「ただし、一方的にまくしたてるのはNG。ポイントはセンテンスを短く、そして、間(ま)をおきながら話すことを心掛けてください」

この二つを意識すると、聞いている人は頭の中で話のシーンを映像化しやすくなるという。「想像力が刺激されると、次から次へと話のネタが湧いてくるもの。話し方のお手本は、落語家です」

確かに、落語の名人の話聞いていると、町並みや登場人物が、まるで映画を観ているように頭に浮かんでくる。

一方、話を聞く時にもコツがあるという。

「聞き上手の人は、ひたすら傾聴するのではなく、話をしている

る人に共感しながら感情を込めた相づちを打ちます。相づちは「へー」「えーっ」「おおー」など、シンプルなものでもOKです。これによって、話し手と聞き手の脳の一部を同時に働かせるスイッチが入り、お互いの感情を理解し、共感し合い、信頼できるようになるのです」

シンプルな言葉の相づちであれば、どんな反応を返そうかと考える必要もないので、これならハードルも低くすぐに実践できそう。

雑談力を高めるカギは自分をオープンにする心構え

人見知りや内気な性格の人はどうしたらよいだろう。

「しっかりと顔を上げることを心掛けてみましょう。まずは自分の顔を見てもらうことが人間関係の始まりです。それだけで相手から声がかかります。自分から話しかけるのが苦手なら、相手から話しかけやすくなるよう振舞いましょう。顔を見せ、視線を合わせれば、無理なくよい関係が作れます」と野口さんは助言する。

人とよい関係を作るコツは、他人に壁を作らないこと。雑談力を高める最大のカギは、まずは自分自身をオープンにする心構えにあるということだろう。

日々の暮らしでの雑談ポイント

友人・知人、夫婦、親子など、プライベートの場でも雑談は大切なコミュニケーションツール。
気持ちの触れ合いを大切に、温かな人間関係を築こう。

scene 3

長時間、親しくない親戚と
一緒にいなくてはならない

point

相手が話しやすそうな話題に
少しの“自分ネタ”を

この場面でも「共通の知人」はよい話題だ。例えば法事であれば、故人。「とても野鳥の好きな人でいつも山に行っていましたね」「よく将棋の相手をしてもらいました」など具体的なエピソードをあげると、話しやすくなるだろう。天気や季節の話は万人に共通の話題だが、それだけではなかなか話が続きません。そこに「私は暑がりなので5月に入ったら冷房をつけてしまうんです」といったほんの少しの“自分ネタ”を加えると、相手も「えーっ、私は7月まではクーラーはつけたくない決めてますよ」などと雑談がふくらみやすくなる。



scene 2

妻に「あなたは話を聞いてくれない」
と言われてしまう

point

しっかりリアクションし
気持ちを受け止めて

ちゃんと聞いているつもりなのに「話を聞いてくれない」と言われるのは、心のあたる反応をしていないから。まずはしっかりリアクションを。例えば、「職場で同僚にいやなことを言われた。どうしたらよいと思う？」といった愚痴が出たら、絶対に否定しないこと。「君にも問題があるのでは」などと言ったら、もう口をきいてもらえない。「上司に相談したらよい」と単なる正論を返すのもダメ。妻は解決策を求めているのではなく、気持ちを吐き出したいだけの可能性が高いので、「それは大変だね」など、思いを受け止めることから始めよう。



scene 1

配偶者の実家で
会話が途切れて沈黙が……

point

共通の知人(妻)の話をするれば
会話が盛り上がる

こういう時の話題のセオリーは、「共通の知人」。この場合は、妻の話をするればよい。失敗がないのは、まずほめること。具体的に、「彼女はメキシコ料理がうまくて、この前作ってくれたトルティーヤは絶品でした！」などと言うと会話が広がりそう。そうすれば妻の親も「メキシコ料理?? そんな料理を作るなんて、全然知らなかった!」と言うかもしれない。

打ち解けた関係であれば「ただ、最近はそのソースの辛味が増えてきて、なかなかハードになってきています(笑)」など冗談めかしてもOK。



scene 6

マンションのエレベーターで
知らない住人と乗り合わせた時

point

何らかの声掛けや
あいさつを試みる

気まずい雰囲気になるのは、双方が思い切り相手を拒絶する雰囲気を出しているから。後から乗り込んだら、「こんにちは」と軽くあいさつをしよう。すると相手はあいさつや会釈を返してくれるだろう。これだけでエレベーターの中が随分穏やかな雰囲気になる。知らない人と一緒に乗り込む時は「何階ですか」と声を掛けるのもよい。逆に「何階ですか」と聞かれたら「〇階です。ありがとうございます」と返そう。間違っても知らん顔で自分の階のボタンだけを押すようなことがないように。



scene 5

趣味のサークルにどうしても
苦手な人がいる

point

無理に会話せず、
必要最低限の会話で済ませる

人は“苦手”という感情を持つことはよくないことだと無意識に決めつけている。たまには嫌悪感や苦手意識を持つ自分を許してもよいのではないだろうか。どうしても話さなくてはならない時は、無理せず、必要最低限の会話だけして、その場を立ち去るなどしてもよいだろう。これも一つの雑談のスキルだ。



scene 4

初めての集まりに参加する時
緊張してしまう

point

まずはスタート時間より早めに
会場に着くこと

時間ギリギリに会場に着くと、すでに人の輪ができてしまっていて、話に入りにくい状況になってしまう。できれば集合時間の15分くらい前に会場に入って、しっかり顔を上げ、集まってくる人たちに視線を向ける。すると、自然に目が合う人が出てくるので、「こんにちは」「こんばんは」と明るく声を掛けよう。



ビジネスシーンでの雑談ポイント

ビジネスシーンでの雑談はアイスブレイクとして大いに活用できる。

本題に入る前の時間がギクシャクした雰囲気にならないよう、シーン別の対処法を紹介する。

scene 3

同僚が極端に無口で
コミュニケーションが取れない

point

相手の気持ちをくんで
段階を踏んで会話する

本当に口が重い人は「できれば放っておいてほしい」と思っていることが多いので、はじめのうちは「午後から雨が降るらしいから、傘が必要だね」など、簡単なことだけ話してさっと切り上げる、を繰り返してみよう。

話しかけても困った顔をしなくなったら、自分に関わるエピソードを話してみるのはどうだろう。例えばお互い子どもを持つ父親同士だったら「大学生の娘が、なんで学生には有休がないのって言うんだよ。パパはあるのに不公平だって。こんな時、どう答えたらよいと思う?」とか。



scene 2

若い社員に何を話せばよいのか
分からない

point

チャーミングな自虐ネタを話せば
相手の好感度がアップすることも

失敗談を話すとなめられる、と思っている人は多い。しかししたいの人は人生のエピソードの半分は失敗や至らなかったことが占めている。失敗談を話せばエピソードが2倍になるのだから、語らないのはもったいない。自虐ネタをチャーミングに披露すれば、好感度も上がるかもしれない。例えば「僕はこれまで断固として発熱タイツをはかかなかったんだけど、ある日はいてみたら、これが実に気持ちよい。一体今まで僕は何と戦っていたのだろう」……こんな話をすれば、相手の緊張感も和らいで、会話しやすい雰囲気が生まれやすくなる。



scene 1

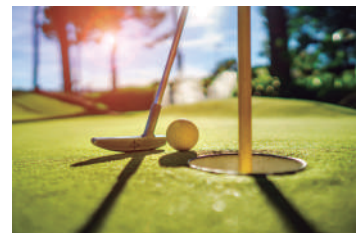
自分の知らない話題だと
会話に興味を持ってない

point

相手を主人公にして
そのシーンを想像してみる

例えば、知識も興味もないゴルフの話になったら、相手を主人公にして、どのように楽しんでいるのか、頭の中で映像化してみるのがよいだろう。何をきっかけに始めたのか、どこで道具をそろえるのか、何時頃に出発するのか、家族は見送ってくれるのか、ゴルフ場にはおいしい食べ物はあるのか……。シーンを思い浮かべるだけでなく、相手の気持ちまで想像してみると、質問してみたいことが浮かんでくるのでは。

つまらないと思っていた上司の話でも、想像して聞けば、少しは気持ちが分かって面白くなるかもしれない。



topic

もう何を話せばよいのか悩まない! 話のネタのみつけ方

毎日のちょっとした感情を書きとめよう

雑談のネタは自分のエピソード。エピソードには感情が伴う。誰でも毎日「ちょっとムツとした」「ちょっと悲しかった」「ちょっとうれしかった」という感情が湧き上がる瞬間がある。「中の人と目が合ったのに、エレベーターが目の

前で閉まった」「職場がフリーアドレスになったら、部下が誰も自分の隣に座らない」「今日は一度も赤信号に引っかからなかった」……。そんなちょっとした気持ちを書きとめておくと、雑談ネタとして思い出しやすくなるのでおすすめです。

“毎日していること”は話のネタの宝庫

毎日あなたがやっていることの中には、話のネタが眠っている。例えば「朝起きる」だけでも「毎朝ものすごく眠い」「目覚まし時計が鳴る前に目が覚める」「愛犬が起きてくれる」「朝起きてすぐに揚げ物が食べたいくなる」など、ちょっとした自分ネタを話題にすれば、よい雑談が始まる。

初めての経験をするチャンスは逃さない

驚くような経験でなくてもよい。一見ムダに見えることでも、面白がって行動を起こしてみよう。新発売のお菓子を買ってみる、知らない駅で降りて商店街を歩いてみる、初めての店に入ってみるなど、ちょっと気になって試してみたことから新しい話のネタが生まれるかもしれない。

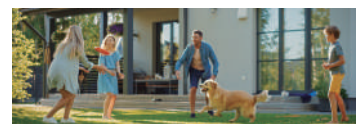
scene 4

パーティーの自己紹介で、
どうしたら印象付けられるか

point

肩書ではなく
エピソードが心に残る

あなたがどんなキャラクターなのかよく分かる自己紹介こそが印象に残る。職業や年齢、出身地といった肩書だけの自己紹介は、すぐ忘れられてしまう。あなたがどんなことを体験し、何を感じたかなど、人柄や暮らしぶりが分かるエピソードがよい。例えばこんな自己紹介はどうだろう。「私は家族4人と1匹の犬と暮らしています。この犬がどうも私のことを自分より目下だと思っているらしく、家に帰るとすごい勢いで吠えてきたりして。そういうわけで、家では“5番目の男”って呼ばれています」



新NISA活用セミナー

15年間で722回以上開催!

延べ約6,512名以上が参加!

¥0 参加費無料!



本セミナーでは、特定の金融商品に偏らず資産形成のトータルなノウハウが学べます! 金融商品のセールスを目的とせず、数多くの金融関連資格を持つ独立系ファイナンシャルアドバイザー(IFA)が様々な視点から100%お客様の立場でお話します。

各回共通 定員: 15名
受講方法: Zoomによるオンラインセミナー
(Zoomが分からない方は講師から誘導致します)

お一人様いずれか一つ、一日限りのお申込みとなります。多くの方が参加できるように、複数のセミナーの参加はご遠慮頂いております。

初めての資産運用 新NISAで失敗しない為の 安定的なお金の殖やし方

日時 4月20日(土) 10~12時 泉 / 5月19日(日) 10~12時 水野

資産運用初心者向けの内容です。実は資産運用にも新NISAにも落とし穴が結構あります。金融機関に「カモがネギと鍋とお箸まで準備してやってきた!」と思われないように、失敗しないための基礎知識があります。まだ、売る側の理論に染まっていない方にお伝えしたい内容です。経験者でも謙虚にご自身の運用全般を見直してみたいと思う方にもお勧め。

こんな方におススメ ● 全く初めて運用に取り組む方 ● 新NISAで安定的に利益を出したい方
● 新NISAのメリット、デメリットを理解したい方

確定拠出年金の ファンドの選び方と 新NISA活用セミナー

日時 4月17日(水) 14~16時 水野 / 5月14日(火) 10~12時 泉

退職金制度に確定拠出年金が導入され、運用に取り組みなくてはならない方が急増中。どんなファンドをどう組み合わせればうまく運用できるのか? 制度が変わった「新NISA」はどんな仕組みでどう取り組めばいいのか? 誰もが知りたいと思う結果を出すノウハウは、誰も教えてはくれません。そんなお悩みを解決できる運用初心者向けマネーセミナー。

こんな方におススメ ● よくわからず確定拠出年金を行っている方 ● ファンド選びを迷っている方
● 将来のお金を計画的に安定的に殖やしたい方 ● サポートを受けながら安定的に資産形成をしたい方

運用経験者必見!

安定運用実現のための商品& ノウハウ&マーケット最新情報

日時 4月20日(土) 14~16時 伊藤 / 5月18日(土) 10~12時 伊藤

近年、世界の変化は目覚しく、長期的な視野を持ちながら変化に対応することが必要です。そこで、マクロ経済をベースに現在のマーケット最新情報と共に、安定運用を実現するための商品や知識、ノウハウをお届けしながらフォローアップを行います。お金のプロである独立系プライベートバンカーだからこそお伝えできる情報やノウハウが満載です。

こんな方におススメ ● 安定した運用を実現したい方 ● 資産形成の再構築を行いたい方 ● ご自身の現状のポートフォリオや運用の方向性に疑問をお持ちで、セカンドオピニオンを受けてみたい方



伊藤 英行 コンサルタント

一般社団法人マネーコンサルティンググループ
パートナー

取得資格他: プライマリ・プライベートバンカー・AFP /
ファイナンシャルプランニング2級技能士・証券外務員
二種・企業年金総合プランナー・相続診断士



水野 貴美子 コンサルタント

一般社団法人マネーコンサルティンググループ
代表理事

取得資格他: ファイナンシャルプランニング3級
技能士・証券外務員二種・住宅ローンアドバイザー・
相続診断士



泉 順子 コンサルタント

一般社団法人マネーコンサルティンググループ
専務理事

取得資格他: ファイナンシャルプランニング2級技能士・
証券外務員二種・住宅ローンアドバイザー・一般社団法人
相続・事業承継コンサルティング協会

セミナーの詳細・お申し込み・お問い合わせは
下記検索ワードで検索、またはQRよりアクセス

マネーコンサルティンググループ



一般社団法人マネーコンサルティンググループ

☎03-6420-0652

〒153-0064 東京都目黒区下目黒1丁目4番7号グリーンハイツ行人坂405号室





京都府伊根町 伊根の舟屋

海と山の狭小地に建つ舟屋群。他に類を見ない独特な町並みを残す伊根湾で、海と共に生きる人々の暮らしを垣間見る。

伊根町観光案内所

① 京都府与謝郡伊根町字平田491
② 0772-32-0277
③ 9:00～17:00 ④ 年末年始
※「舟屋ガイドとめぐる、まるごと伊根体験ツアー」は5日前までに要予約、詳細は伊根町観光協会HPへ



先人たちの知恵と団結が育んだ

江戸時代から続く、海に浮かぶまち



adigosts / PIXTA (ピクスタ)

京

都・丹後半島の北端に位置する伊根町。年中穏やかに満ちる海が小さい伊根湾には、まるで海に浮かんでいるかのような「舟屋」と呼ばれる建屋が約230軒建ち並んでいる。家屋のようだが、舟屋はあくまで漁師の仕事場。一階は船のガレージや漁具置き場、二階は離れとして使用され、主な生活拠点は近くに母屋を構えている人が多い。集落には田畑がほとんどない一方で、伊根湾の漁業は古くから盛んだった。湾を囲むように並ぶ舟屋からは常に海全体が見渡せる。湾に大物の獲物が入れば人々が駆け付け、追込みや捕獲など総動員で作業に取り掛かった。つまりこの美しい舟屋の風景は、この地の人々が一致団結して暮らしてきた証でもあるのだ。今もなお、舟屋は生活の場。マナーを守って見学したい。

1. 舟屋内部。1階には海から直接船を入れられるスロープが設けられ、海水が2mほど入り込む構造。2. 舟屋ガイドツアーも人気（要予約※）。舟屋の町並み散策のほか、魚が身近ゆえに魚屋がないという伊根の家庭で行われてきた伝統漁法「もんどり漁」も体験可能。





瀬戸内を五感で体験できる 「ホテルリッジ」で至福の時間を

鳴門海峡を望む自然豊かな環境と充実のホスピタリティにより、数々の旅行サイトや旅好きから賞賛を受ける「ホテルリッジ」。遠く離れた徳島鳴門までの道のりも特別なものにしてくれるプライベートジェットを利用したツアーを紹介する。

穏やかな時の流れに身をゆだね 非日常を過ごせる贅沢な宿

海から吹く優しい潮騒、眩しい森の樹々とその間を優雅に流れる心地よい風、鳥たちのさえずり……。『五感の至福』をコンセプトに掲げる「ホテルリッジ」は、約7万坪の自然豊かな瀬戸内海国立公園に位置する複合施設「鳴門パークヒルズ」内にあるスモールラグジュアリーホテル。過去には旅行サイト「KYU AWARD」「西日本・リゾートホテル部門」や「Yahoo!トラベル Awards」中国四国・ロコン部門において第1位にも選出されるなど、旅行好きなら一度は泊まりたいホテルだ。

全室がオーシャンビューの客室はスイートルーム「贅奏」1室と、「洋奏」6室、「和奏」2室のわずか9室という、限られたゲストだけの空間となる。一

Facilities



「The Spa」の泉質は、鉄分を多く含み、皮膚疾患・神経症・冷え性、疲労回復などに効果がある。

HOTEL RIDGE

徳島県鳴門市瀬戸町

大島田字中山1-1

☎088-688-1212

🌐 <https://hotelridge.jp/>



1.2023年にリニューアルオープンした、リッジスイート「贅奏」は、どの部屋からでも鳴門海峡が一望できる。広々120㎡の室内は自然を身近に感じる開放的な空間が広がる。2.自然豊かな高台にあり、広大な7万坪の森の中に佇むプライベートリゾート。3.刻一刻と変化する景色を眺めるのに最適な「贅奏」のリビングルーム。穏やかに過ごせるよう、シンプルな色調でまとめられている。



1.檜風呂と半露天ジェットバスが備えられた「贅奏」のバスルーム。ホテルリッジは全室内風呂があり、上質なアメニティも充実している。2.「贅奏」には本を読んだり、PC作業に十分なスペースのリーディングルームを完備しているが、つい景色に見とれてしまいそうだ。

部屋ごとにコンセプトが異なり、瀬戸内ならではの美しい藍染を使ったファブリックや、阿波の調度品など異なる意匠が特徴。なかでもスイートルーム「贅奏」は、広さ120平米という贅沢な造りに、リビングルーム、ベッドルーム、バスルーム、リーディングルームからは鳴門海峡を一望する雄大な景色を堪能することができる。また湯上りで火照った体は広々としたテラスでクールダウン。海や木々が奏でる自然の音楽を聴きながら、ゆったりと身をゆだねれば、身も心も癒やされることだろう。

さらにリラククスをしたい方は、地下1500mから汲み上げた、100%源泉かけ流し温泉が楽しめる「Tapsa（大浴場）」へ。男・女各浴場には露天風呂が完備され、海を見ながらの湯浴みは解放感抜群。併設のエステティックサロンでは、本場フランスと同様のタラソテラピーを受けることも可能だ。ホテルの敷地内には、希少な建築物も併設されている。その一つが三井財閥の別荘を移築した登録有形文化財「三井翠松園別館」だ。元は材木商の施設として建てられたもので、渋谷から箱根に移築後、2006年にこの地に移設された木造平屋建ての純和風建築だ。良質の木材がふんだんに用いられた花欄間、書院などその優れた意匠は必見。「三井翠松園別館」を臨む「REDGE Bar」では、食前、食後などのシーンに合わせて、バーテンダーがカクテルでもてなしてくれる。月明かりに浮かぶ鳴門大橋を眺めながら、大切な人と語り合うのも一興だ。

貴重な文化財「三井翠松園別館」。周囲三方に1間幅の量廊下を巡らせており、窓ガラスは光のゆらぎが味わい深い、希少な手延べガラスが使われている。





1.日本庭園を囲う白壁が万里の長城を思わせるところから「万里荘」と名付けられた。禅の詫び寂びを感じる枯山水が心を落ち着かせてくれる。2.あえて手斧跡を残した廊下や船底天井の渡廊下など、日本建築の粋を集めた建物は、風情漂う雰囲気。



地元・鳴門産の旬の味覚を色鮮やかに仕上げた料理の数々。厳選された日本酒やワインとともに贅沢な晩餐を楽しみたい。

吟味された最旬の幸と、 阿波の味覚を愉しむ

旅の楽しみでもある夕食は、宮大工により手掛けられた施設内併設の数寄屋造りのダイニング「万里荘」で。宿泊棟から少し離れているため、宿泊客は専用車で送迎で向かうことになるが、これもちょっとした演出で楽しめる。風情ある枯山水式の日本庭園や茶室を擁する落ち着いた空間でいただけるのは、阿波の新鮮な魚介類や、厳選された季節の食材を使ったモダンな会席料理。料理長が作る色鮮やかで美しい繊細な料理の数々についてお酒もすすんでほしいそうだ。

洋食を楽しみたい方は、ホテル名の由来のひとつ「リッジ(稜線)」に建つレストラン「カリフォルニアテール」へ。西海岸のリゾートを思わせる抜群のロケーションでいただけるのは、徳島県産の素材をふんだんに使用した、フランス料理ベースのカリフォルニア・キューズ。その料理をさらに引き立てるのが、カリフォルニアワインを代表する「RIDGE」だ。ホテルと同名のこのワインは、ワインイベント「パリ対決30周年記念」で、ティスティング第1位を獲得しており、カベルネやシャルドネなど種類も豊富。美食に酔いしれながらぜひマリアージュを楽しんでほしい。

Gastronomy



鳴門鯛や伊勢海老、阿波の極み豚、有機野菜など、四季折々の幸で調えた創作フレンチはどれも絶品。



1.青い瀬戸内海が広がる開放的なテラス席。日常の喧騒を忘れさせてくれる穏やかでゆったりとした極上の空間が、最高の一日を約束してくれる。2.カリフォルニア州を代表する名門ワイナリー「リッジ・ヴィンヤーズ」で作られている「RIDGE」ワイン。世界の要人にも愛される逸品だ。



※写真は、大塚国際美術館の展示作品を撮影したものです。

1.渦潮観潮は大潮の期間がおすすめ。3月から5月にかけて「渦潮の旬」といわれる観光シーズンを迎える。2.現地の環境そのままに、原寸大で再現された、ジョットの「スクロヴェーニ礼拝堂」。

うずしお観潮船(鳴門観光汽船株式会社)
 088-687-0101 (8:30~17:00、年中無休)
<https://www.uzusio.com/>

大塚国際美術館
 088-687-3737 (9:30~17:00、月曜休館)
<https://www.o-museum.or.jp/>

ホテルリッジを起点に 瀬戸内を余すことなく楽しむ

ホテルステイを心ゆくまで楽しむのもいいが、せっかく瀬戸内まで行くのであれば、周辺の観光スポットにもぜひ立ち寄りたい。

絶対に外せないのが、世界三大潮流のひとつとして知られる鳴門海峡の渦潮だ。ホテルから車で約6分の「うずしお観潮船」で海に出れば、その大迫力をすぐ近くで見ることが出来る。

「塚国際美術館」では、1000余点の西洋名画を陶板で原寸大に再現し展示。日本にいながら世界の名画を体験できる人気の美術館だ。そのほか、大谷焼の工場見学や阿波おどりを観覧できる「阿波おどり会館」、徳島平野が一望できる「眉山ロープウェイ」など見所が充実している。ARILAが提供する「鳴門海峡を臨むホテルリッジへの至高の旅」なら、羽田から瀬戸内までジェット機で最短70分という近さ、かつ優先予約が可能だ。大切な人との至福の時間を過ごすに、ぜひこの春出かけてみてはいかがだろうか。

Experience

人気ホテル「ホテルリッジ」が、AFFLUENTから優先予約可能

【羽田発着】プライベートジェットで最短90分 鳴門海峡を臨むホテルリッジへの至高の旅

ご料金 298万円～(税込)
 /2名様

※羽田から徳島空港までの往復ジェット機、送迎車、ホテルリッジ泊二食付きご料金です。ジェット機は最大4名様まで搭乗可能。1名様につき23万円追加のご料金がかかります。※添乗員なし、最少催行人数2名様



ツアーポイント

- ・ゆったりとくつろげるプライベートジェット+送迎車で都内から最短で移動可能。時間も有効活用できるので、観光にもたっぷりりと時間がとれる
- ・旅行代金にはプライベートジェットのチャーター代を含むので、人数が増えるほどお得に
- ・120㎡の広さが自慢のスイートルーム「贅奏」のお部屋をご用意
- ・観光地などの立ち寄りなど、アレンジも相談可能

※プライベートジェットは最大4名様まで搭乗可能。追加人数分の宿泊代別途
 ※「贅奏」へのご宿泊は最大3名様まで

Tour Schedule

モデルプラン【1日目】羽田空港離陸(13:00)＝徳島空港到着(14:00)＝送迎車で移動＝ホテルリッジ到着(14:30)＝周辺をご散策＝ご夕食(19:30)＝【2日目】ご朝食(8:30)＝チェックアウト(11:00)＝渦潮見学(11:30)＝ランチ(12:00)＝大塚国際美術館(13:30)＝徳島空港離陸(16:30)＝羽田空港到着後解散(17:30)

※ご予約はご出発7日前まで(オンライン受付)となります
 ※20歳未満の方はお申込みいただけません。

1.最大4名乗れるプライベートジェットはゆったりした広さ。自分の好きな時間に出発できる利便性と使い勝手の良さも魅力。2.白を基調としたスタイリッシュな室内で、旅の序章を楽しんで。

※写真はイメージ。実際ご搭乗頂く同型機です。

ツアーお申込み・お問合せ

アリエア サポートデスク

☎ 06-7777-4506

✉ arila@affluent.co.jp



旅行企画・手配 株式会社アリラ 03-6823-4709
 東京都中央区日本橋兜町7-1 KABUTO ONE 9F
 国土交通省 国内航空運送代理業 第263号
 東京都庁登録旅行業第2種 6374号

ARILA × AFFLUENT

富裕層向け旅行サービスを提供する「ARILA(アリラ)」とのコラボレーション企画。AFFLUENTだけの特別な体験をお届け。

～山奥の、会津から。～ 会津野菜
 栄養たっぷりの朝採れ新鮮野菜をご自宅にお届け



自然豊かな会津で愛情をかけて育てた、新鮮朝採り野菜をその日のうちに発送。春夏は西会津ミネラル野菜セット、喜多方アスパラ野菜セット、秋冬は西会津/喜多方新米+秋冬野菜セットがあり、山菜、アスパラ、新米、白菜、雪下キャベツなど、その時期一番美味しい野菜をお送りします。

【特典】会津山塩をプレゼント

会津野菜をご注文いただいた方に、裏磐梯大塩温泉を煮詰めて生成した「会津山塩」をプレゼント。ご注文内容確認ページ最下部のお問合せ欄に「アフィリエイト見た」とご入力ください。
 ※期間限定:2024年3月31日(日)まで

会津野菜

©2024-49-2022 ©9:00~19:00

◎日・夏季・年末年始

◎<https://aizu-yasai.jp>

会津野菜



PREMIUM GALLERY

人生を楽しむ大人のための
 毎日を豊かにする情報をお届け

PREMIUM GALLERY



「グッドイヤー製法」の靴は、ソールなどを修理しながら長く愛用できる一生モノ



熟練の職人の丁寧な仕事美しい靴を生む。今後も洗練された表参道ならではの限定品を展開予定

スコッチグレイン表参道店が 3月15日(金)にグランドオープン

1964年の創業以来MADE IN JAPANの品質を守り、ビジネスマンの足元を支え続けるスコッチグレイン。厳しい基準で選別されたこだわりの「素材」、日本人の足に合わせた「木型」、職人の高い技術が必要な「製法」から生み出される一足は、履きこむほどに馴染み、自分だけの靴へと変化する。この日本を代表する革靴ブランドが今年3月、紳士靴のメッカ「青山・表参道エリア」に初進出。厳選素材を使用した高級グレードからデザイン豊富なカジュアルグレードまで、全レギュラー商品がラインナップ。足の計測から始まり、相談しながら一人ひとりに合った靴のセレクトで、期待を超える品質と履き心地を手にしてほしい。

INFORMATION

OPEN記念限定品

限定品のために選別されたレザーを使用し、唯一無二の履き心地と美しい艶を備えた特別な一足(ネイビー/48,400円)。表参道店限定40足のみ販売。その他、5種類のOPEN限定品を展開。



スコッチグレイン表参道店

◎03-6804-2292 ◎東京都港区北青山3-5-17 北青山はる木ビル1F

◎表参道駅A3出口より徒歩約2分 ◎11:00~20:00(日・祝日~19:00)

◎無休

スコッチグレイン



講師 内藤 法胤

出身地長野県にて物理の予備校講師としてのキャリアをスタート。2013年度にフリーへ転身。東大、京大、医進系物理、ハイレベル系物理を主に担当。部心の大手予備校・塾の有料イベント（新宿150人収容）がネット申込み開始3分で満席となる人気に。それ以降、毎年“満席”講座を達成。その後、全ての科目で原理・原則が教えられる塾を作りたいと「厚胤塾」を立ち上げる。

1

全科目の成績を伸ばせる実力のある講師陣

大手予備校からヘッドハンティングした講師陣が、各学生に最適な授業を実施。テクニックや公式の暗記ではなく、公式の成り立ちや出題者側の意図を理解できる「原則・原理を知る力」を鍛えます。

2

進路指導に特化したアドバイザーが在籍

毎年400～500名もの模試データを研究しているアドバイザーが、個々の学習方針から志望校の決定、推薦対策まで様々な相談に対応。豊富な指導実績によるきめ細やかなフォローも、高い合格率に繋がっています。

3

リアルタイムでの集団授業と膨大な演習時間確保

オンデマンドとは異なり、同じ志の塾生達と切磋琢磨できるリアルタイムの授業は、成績を劇的に伸ばすのに不可欠。また高3の秋以降は、本番を意識した演習講座やテストゼミで圧倒的な量の実践演習を積みます。

合格率・合格実績

※最難関大学を一部抜粋
(2021～2023年の累計)

東京大学	合格率 55.6%	合格実績 15名
京都大学	合格率 83%	合格実績 5名
東京工業大学	合格率 100%	合格実績 4名
一橋大学	合格率 100%	合格実績 3名
最難関私大 早稲田・慶応	合格率 常時 90%	
その他多数		

無料体験のお申し込み

実際の授業を体験していただける無料体験を実施中。
ご希望に合わせて教科・単元を選べます。
右記LINE QRコードよりお申込みください。



※人気講座は定員になり次第、締め切りとなりますので、できるだけお早めにお申込みください。

厚胤塾

KOU SHIN JYUKU

TEL 0120-405-043
URL <https://koushin-jyuku.co.jp/>

◎東京都新宿区新宿4-1-6 JR新宿ミライナタワー
新宿教室
◎JR各線「新宿駅」ミライナタワー改札直結、
東京メトロ「新宿三丁目駅」E10出口より徒歩1分

厚胤塾は、日本の最難関大学を目指す人のための塾です。

私たちの指導方針は、学校とも他の塾とも全く異なります。

今までの受験勉強が、やみくもにテクニックや公式の導出を覚えているだけで、

あとは問題にあてはめて解くゲームのようなものだとすれば

その学力がつかないルールそのものを壊したい。

私たちが大切にしているのは、根本的な理解・本質を追求する

「学問の型」をあなたの中につくることです。

受験勉強が根底からかえります

厚胤塾は本質的な問題の解き方を学び最難関大学・医学部の合格を目指すための塾です



授業の様子

春は引っ越しや部屋の模様替えのシーズン。
家具やカーテンなどの買い替えを
検討している方もいるのではないだろうか。
そこで、上質なアイテムを揃える
インテリアショップやより快適な部屋への
コーディネートをご提案してくれるお店をご紹介します。

こだわりの
インテリアで
心安らぐ
空間づくり



INFORMATION

価格改定前の大決算フェア開催中!
(～3月24日(日)まで)

港区にある「赤坂ショールーム」及び「六本木電動ベッドショールーム」において開催中。今だけのお得な価格で手に入るこの機会に、ぜひ足を運んでみては。

専用アプリ「Francebed Home」により、スマートフォンによる電動ベッドの操作が可能(一部商品、専用コントローラー使用時)。ポジション登録やタイマースケジュール操作のほか、Alexa/GoogleアシスタントによるIoTにも対応。

“一人ひとりに寝心地以上の豊かさを”
電動ベッドの感触をぜひショールームで確かめて

FranceBed

フランスベッド赤坂ショールーム

☎03-5573-9300

④東京都港区赤坂3-3-5 住友生命山王ビル1F

③東京メトロ赤坂見附駅より徒歩3分

⑤10:00～18:00 ⑥夏季休暇、年末年始

⑦六本木電動ベッドショールームもあり。詳細はweb検索またはQRコードで。



フランスベッド家具ショールーム・PRスタジオ



リクライニング機能を搭載したマットレス「ルーバームーブ」。フランスベッド製ベッドフレームにセットするだけでリクライニングベッドにできる。

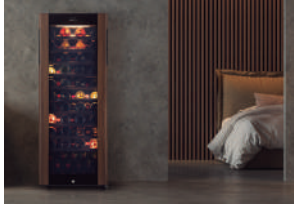
イフスタイルの変化により一人ひとりが求める寝心地も多様化している昨今。70年以上、眠りの研究を続け睡眠という至福のくつろぎを追求してきた「フランスベッド」では、通常のベッドはもちろん、電動ベッドにも力を入れている。

フランスベッドの電動ベッドは、睡眠の質にこだわり、優れた機能性と高い安全性を追求。ニーズに合わせ様々な種類があり、今や介護用ベッドとしての利用だけでなく、読書やテレビ鑑賞といった日常の暮らしと眠りを豊かにしてくれるアイテムとしても人気だ。

INFORMATION

いっしょに選べて、まとめてお得
「家具・家電まとめ割」

家具と家電を同時に購入すると、ご購入額に応じてお買い上げ金額から割引されるサービスを実施。家具・家電と一緒に選ぶことで、よりインテリア性の高い快適な空間が実現できる。



サイズ選びや家具のレイアウト、カーテンや照明のコーディネートなども、インテリアのプロが丁寧にヒアリングし、サポートしてくれる。



自分らしい「暮らし」をデザイン
大塚家具で叶える心地よい選択

IDC OTSUKA

IDC OTSUKA 新宿ショールーム

☎03-5379-4321

- ④ 東京都新宿区新宿3-33-1
- ⑤ JR新宿駅東南口より徒歩約2分
- ⑥ 10:30~20:00
- ⑦ 無休(年末年始を除く)

大塚家具 新宿



身体に優しい寝心地で定評のあるオリジナルマットレス「レガリア」は理想的な寝姿勢をサポート。

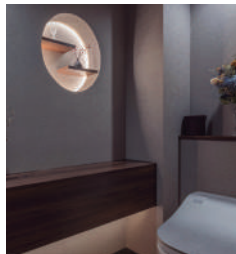
国 内外で人気のインテリアブランドや家電を豊富に取り揃え、実際に見て・触れて・選べて・体感できる大塚家具。ソファやダイニング、ベッドをはじめ、カーテン、照明、敷物などの暮らしを彩るインテリアアクセサリーも充実しており、イメージをふくらませながらインテリア選びが楽しめる。さらに、専門知識をもつアドバイザーが理想のライフスタイルを実現するための部屋づくりをサポート、購入後のアフターケアにも対応している。よりよい人生のために、自分らしい心地よい空間で過ごす、そんな住まいづくりを叶えてくれる。

INFORMATION

茶室の様な和室を携えた
マンションリフォーム事例



お客様の希望で小上がりになっている和室を茶室のようなイメージに変更。特徴的な床の間を小庭園のように再現し、間接照明でさらに暖かい空間を演出している。



動線や設備にこだわったリビングは、家具と部屋が調和するようにコーディネート(写真右)。トイレの小棚や間接照明など、女性スタッフの柔らかな感性が光る(写真上)。



Orcasa
Home remodeling for stylish women.

Orcasa (オルカサ)

※運営会社：株式会社Panoma

☎0800-800-2017

- ④ 東京都渋谷区東3-12-13VERITAビル2F
- ⑤ 東京メトロ 日比谷線恵比寿駅より徒歩6分、JR山手線恵比寿駅より徒歩9分
- ⑥ 9:00~18:00 ⑦ 土曜日、日・祝日
- ⑧ リフォーム対応エリア：東京・神奈川・千葉・埼玉(その他の場所は要相談)

Orcasa



コーディネート経験豊富な女性プランナーが
あなたの希望を叶えるリフォームを提案

O r c a s a は内装デザインを行う株式会社Panomaが運営する個人向けリフォームサービス。大手デベロッパーマンションや戸建てモデルルームのインテリアコーディネートを経験した手がけてきた女性プランナーが、様々な商材や豊富な経験をもとにあなたの「こんな空間にしたい」という要望を丁寧にヒアリングし、プランニング・提案を行ってくれる。また、リフォームだけではなく、カーテンやファブリック、ソファ、ダイニングテーブル、オーダー家具など様々な商品の取り扱いもあるので、リフォーム後の住空間についても相談可能だ。

リフォームを安心して任せられるよう、工事中は見守りカメラの設置や、工事職人の情報のお知らせなども実施。女性ならではのきめ細やかなサービスで、あなただけの素敵な住まいを実現してくれる。



未来のために知っておきたいこと

認知症への備え

脳の病気などにより認知機能が低下し、日常生活に支障をきたす、認知症。

65歳以上の7人に1人が発症するといわれ、「いつか自分や親がかかるとはならないか」と不安を募らせる人も少なくないだろう。一度発症すると以前の状態に戻るのには難しいため、早期治療が重要となる認知症の、症状や原因、予防法などの基礎知識をご紹介します。

Edit&Word_NOBUYUKI YAMAHA, IKUMI UENO, KANTA KOSUGI (effect).

65歳以上の7人に1人が発症
早期治療のために備える

認知症とは脳の障害や病気によって記憶力や判断力などの認知機能が低下し、日常生活に支障をきたした状態を指す。2012年度のデータによれば、日本では65歳以上の7人に1人が発症。認知症にかかれれば介護など家族の負担が大きくなりかねないため、常に高い関心を集める病気だといっている。

残念ながら認知症を完全に予防する方法はまだ見つかっておらず、年齢を重ねればいつだれが発症してもおかしくないと考えられている。また現代の医療では水頭症など治療可能な一部の疾患をのぞき、多くの認知症は完治させることができない。しかし初期段階で対応ができれば、症状の進行を遅らせたり、本人や家族が今後の生活の準備をすることができ、混乱を避けることが可能だ。自分や家族が認知症となっても、自分らしく、快適な生活を送るために大切な、認知症の基礎知識をご覧いただきたい。



監修
岩田信恵 先生

理学修士、医学博士。国際医療福祉大学三田病院脳神経内科部長、国際医療福祉大学医学部教授。日本認知症学会認定指導医・認知症専門医、日本神経学会認定指導医・神経内科専門医。脳神経内科の多様な疾患に対して丁寧に診察を行い、安心して納得のいく医療を提供しており、患者からの信頼も厚い。

認知症とはどんな病気か

年齢を重ねればいつ発症してもおかしくない、認知症。その特徴を知り、症状を見落とさないようにしたい。

症状と進行

初期症状に注意し、適切な対処を

認知症の症状はもの忘れなどの記憶障害、時間や場所が分からなくなる見当識障害、理解力や判断力の低下などを含んだ中核症状と、怒りっぽくなる、無意欲になるなどの周辺症状に分類される。進行度によって症状も変化していくため、前兆を見逃さないようにしたい。

認知症の進行

ステージ1 前兆 (軽度認知障害)	MCIとも呼ばれ、出来事の一部が思い出せないなどの軽い記憶障害があるが、日常生活には大きな支障が出ない状態。この段階で予防に力を入れることは、ある程度の認知機能の維持向上に有効だといわれている。
ステージ2 初期(軽度)	直前に起きた出来事を忘れてしまう、今日の日付が分からなくなるなど、軽度認知障害と比べると重い記憶障害や判断力の低下が起き、日常生活にやや支障をきたす状態。自信を失い、意欲の減退などが見られることも。
ステージ3 中期(中度)	食事をとったことを忘れる、自宅に1人で帰れないなどの記憶障害がさらに進行し、判断力も低下した状態。自立した生活が困難になり、介護が不可欠となる。また忘れたこと自体を自覚できていないのも、特徴の一つ。
ステージ4 末期(重度)	認知機能が著しく低下し、意欲や自発性、物事への関心などがなくなる状態。自らの意思での発言や行動が困難になり、コミュニケーションをとること自体が難しくなる。身体機能が低下し、寝たきりになってしまうケースもある。

原因となる様々な病気

病気によって異なる主な症状

認知症は原因となる病気によって分類分けされ、以下の表に示した4種を4大認知症と呼ぶ。これらは一度発症すると根本的な治療が困難だが、正常圧水頭症など一部の病気から引き起こされる治療可能な認知症もある。症状だけでは判断が難しいため、早期の病院受診が重要だ。

4大認知症

アルツハイマー型認知症	脳内の「アミロイドβ」という異常タンパクの蓄積と神経原線維変化により、脳細胞が消失することで起きる。主な症状はもの忘れで、ゆっくりと進行していく。認知症全体の中でもっとも発症数が多く、約7割を占める。
血管性認知症	脳梗塞や脳出血などの脳血管障害により、脳の一部分が神経細胞死することで起こる認知症。脳の障害の部位によって症状が異なり、記憶障害が起きているのに判断力は正常というような、「まだら認知症」が起こるのが特徴。
レビー小体型認知症	脳に「αシヌクレイン」というタンパク質がたまり、レビー小体が形成されて起こる認知症。現実にはないものが見える幻視、歩幅が小刻みになり転びやすくなるパーキンソン症状、認知機能に波があるなどの症状が特徴。
前頭側頭型認知症	脳の前頭葉と側頭葉にタウ蛋白などの異常タンパクがたまることで発症する認知症。感情が抑えきれなくなるなど人格の変化や異常行動、精神症状などが出てくるのが特徴。認知症のなかで唯一、難病指定を受けている。

認知症の予防法

生活習慣病が、認知症のリスクを高めることが明らかに。運動など生活習慣を整えることが、認知症の効果的な予防となる。

生活習慣病や社会的孤立が、認知症の要因

認知症の発症を完全に抑える予防法は、発見されていない。しかし近年、認知症のリスクとなる要因が明らかになり、糖尿病や高血圧、脂質異常症などの生活習慣病や、過度な飲酒や喫煙、さら

に社会的孤立が該当することが分かってきた。またバランスの良い食事を心がけるのも、認知症予防には有効だと言われている。以下に主な予防法をご紹介します。



運動習慣を身につける

生活習慣病の予防となるだけでなく、脳と身体の機能低下を防ぐことができる。話しをしながら歩くなどの、「ながら運動」も効果的。



過度な飲酒と喫煙を控える

過度な飲酒は脳に直接的なダメージを与え、喫煙は血流の悪化などにより、認知症リスクを高める。過度な飲酒と喫煙は控えるようにしましょう。



知的活動を行う

日記を書く、本を読む、脳トレをする、料理をするなど、考えることや記憶をすること、判断することを意識的に行うことで、脳の活性化が期待できる。



人と交流する

家に閉じこもらず、外出して家族以外の人と交流することが脳に刺激を与える。また将棋などのゲームを楽しむことも予防効果があるとされている。

認知症の検査

早期治療が、その後の症状や生活を大きく左右する認知症。気になる症状が出てきたら、早めに医療機関にかかろう。

かかりつけ医や専門医での受診を

気になる症状が出てきた場合、既往歴を把握しているという点から、まずはかかりつけ医に相談するのが有効な方法だ。また認知症の専門医が在籍する病院を受診するという選択肢もある。

検査は問診、血液や尿検査などの身体検査、簡単な質問

や作業によって認知機能の状態を調べるスクリーニングテスト、脳の萎縮や血流を調べる脳画像検査などが一般的で、結果を元に医師が総合的に診断を行う。問診に詳しく答えられるよう、気になる症状を事前にまとめておくことも重要だ。

診断を受けられる主な場所

かかりつけ医

現在の身体の状態や既往歴を把握してくれているため、その情報を踏まえて診察することが可能。必要があると判断した場合は専門医を紹介してくれる。

認知症専門医のいる医療機関

専門的知識や経験など一定の水準をクリアした認知症の専門医による、詳しい検査を受けられる。脳神経内科、脳神経外科、精神科、もの忘れ外来などに在籍していることが多い。

認知症疾患医療センター

認知症の中核施設として厚生労働省が全国約250ヶ所に設置。専門医が診察や治療を行うほか、専門の相談員による医療福祉相談を受けることもできる。

認知症と診断されたら

一番大切なことは冷静になり、対策を考えることだ。相談窓口を決め、サポート体制を整えよう。

安心できる相談先が、生活の質を決める

認知症の診断を受けたら、医療、介護、資産管理の3つの視点から相談先を決めよう。医療に関しては認知症に知見のある、かかりつけ医を見つけ、治療を受けるのが望ましい。介護については、市区町村に設置されている地域包括支援センターで相談が可能だ。ここは介護保険の窓口であり、

福祉サービスや制度について総合的な相談もできるため、積極的に活用したい。また資産管理に関しては、銀行口座の凍結や相続対策ができなくなることを防ぐため、自ら資産整理を進めるのと同時に、認知症の資産問題に詳しい司法書士や弁護士に相談しておくのも1つの手だろう。

認知症の治療

薬物療法とリハビリなどの非薬物療法を並行し、症状の進行を抑える治療が一般的だ。また新薬「レカネマブ」はアルツハイマー型認知症の根本的治療薬として注目を集めている。

介護保険について

どの程度の介護が必要かを7段階で表した要介護度によって、1～3割の自己負担で介護サービスを受けられる介護保険。主なサービスとして、自宅や施設での介護などが受けられる。

診断後にやるべきこと

- ・ 相談窓口を決める
- ・ かかりつけ医を見つける
- ・ 地域包括支援センターで相談する
- ・ 要介護認定を受ける
- ・ 介護保険サービスを利用する
- ・ 財産を整理する



認知症の疑いをチェック

さまざまな機関などで使用されている認知症テストを紹介するので、確認しよう。

■ 認知症チェックリスト

以下の項目に対して「ほとんどない(0点)、たまにある(1点)、よくある(2点)」で合計点数を出そう(家族や身近な方がチェックすることも可)。

身近な人や物の名前が思い出せないことがある	0・1・2点	「前にも同じ話をしていた」と指摘されることが多い	0・1・2点
言おうとする言葉がすぐに出てこないことがある	0・1・2点	薬の飲み忘れを指摘されることが多い	0・1・2点
昨日食べた食事のメニューが思い出せない	0・1・2点	部屋が散らかっているとと言われることが増えた	0・1・2点
物を置いた場所が分からなくなることがある	0・1・2点	身だしなみの乱れを指摘されることが多くなった	0・1・2点
今日の日付が分からないときがある	0・1・2点	予定していたことを忘れてしまうことが増えた	0・1・2点
家電製品やATMの操作がうまくできないことがある	0・1・2点	怒りの感情を抑えられないことが増えた	0・1・2点
おつりなどの簡単な計算が困難になってきた	0・1・2点	お風呂や歯磨きが面倒に感じるようになってきた	0・1・2点
片方ずつちがう靴下を履いてしまうことがある	0・1・2点	何をするのも億劫に感じることもある	0・1・2点
誤って同じ物を何度も買ってしまうことが増えた	0・1・2点	よく見知った道なのに迷ってしまうことがある	0・1・2点
歩いていて人にぶつかることが多くなってきた	0・1・2点	週3日以上、家から全く出ない日がある	0・1・2点

・合計が0～9点の場合

認知機能低下の可能性は低い。頭の体操をする、生活習慣に気をつけるなど予防に取り組みながら、認知機能を維持することを心がけよう。

・合計が10～15点の場合

もの忘れの症状が現れる頻度が高くなっている。適度な運動など予防に取り組みつつ、気になる場合はかかりつけ医や専門の医療機関に相談しよう。

・合計が16点以上の場合

認知機能の低下が進んでいる可能性がある。早めにかかりつけ医や専門の医療機関を受診し、相談することをおすすめする。

出典：一般社団法人日本認知症予防協会 ※このチェックによって出た結果はあくまで目安であり、認知症やMCIについての診断は決定できない

■ ひらがな計算テスト

つぎのひらがなの足し算をよく読んで答えよう。例：ごたすにじゅういち (5+21) 26

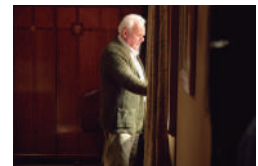
- ① はちたすよんたすじゅう ③ にじゅうよんたすきゅう
② いちたすにたすご ④ ごじゅうたすごじゅういち

101 ㊦ ㊧ ㊨ 8 ㊩ ㊪ ㊫ ㊬ ㊭ ㊮ ㊯ ㊰ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿

いくつか間違いがあった場合や難しいと感じた場合は、認知症の疑いがあるため医療機関に相談してみよう。

認知症を学ぶ映画3選

罹患した本人や家族の想い、悩みなど、認知症の理解に役立つ映画をご紹介します。



『ベコロスの母に会いに行く』

息子目線で認知症の母との日々をユーモラスに描いた2013年公開の映画。家族の温かみを感じながら介護の大変さや接し方を学ぶことができる。認知症への理解を深める第1歩としてぴったりの作品だ。

DVD販売価格：4,180円(税込)
販売元：TCエンタテインメント
発売元：TCエンタテインメント
©2013「ベコロスの母に会いに行く」製作委員会

『ぼけますから、よろしくお願ひします。』

アルツハイマー病の母と父の暮らしを描いた2018年公開のドキュメンタリー映画。娘が撮影しており、病気の進行に寄り添う家族を描く。特に認知症の自覚に苦しむ母の様子に胸が痛む。第2弾も公開されている。

DVD販売価格：4,180円(税込)
販売元：TCエンタテインメント
発売元：フジテレビジョン
©「ぼけますから、よろしくお願ひします。」製作・配給委員会

『ファーザー』

患者視点で認知症を描いた2021年公開の映画。現実と幻想の境目が曖昧になる演出は、認知症の恐ろしさを疑似体験させてくれる。また、徐々に追い詰められていく家族の姿がやるせない。

DVD販売価格：4,180円(税込)
販売元：インターフィルム
© NEW ZEALAND TRUST CORPORATION AS TRUSTEE FOR ELAROF CHANNEL FOUR TELEVISION CORPORATION TRADEMARK FATHER LIMITED F COMME FILM CINE-@ ORANGE STUDIO 2020

きめ細やかな 予防医療で 病気にならない 人生をサポート

人

生を楽しむために不可欠な「健康」。いつまでも元気でいるためには、病気の早期発見と予防が何よりも重要です。病気にならないための「予防医療」に特化した「健康院クリニック」では、大病院レベルの検査機器を備え、一般的な人間ドックよりも多い項目（約160項目／プレミアム1日コース）の検査が可能。さらに、直近の検査状況や希望に応じて検査内容をオーダーメイドできるのも特長です。身体の状態を徹底的に調べることで、病気の早期発見だけでなく、予防につながる人間ドックを目指しています。

また、受診後は医師や管理栄養士、健康運動指導士といった各分野の専門家がチームを組み、生活習慣のアドバイスや最適なサプリメントの紹介など、一人ひとりに合った予防療法の提案も可能。いつまでも健康で充実した毎日を送れるよう、総力でサポートしてまいります。

また、受診後は医師や管理栄養士、健康運動指導士といった各分野の専門家がチームを組み、生活習慣のアドバイスや最適なサプリメントの紹介など、一人ひとりに合った予防療法の提案も可能。いつまでも健康で充実した毎日を送れるよう、総力でサポートしてまいります。

Point

1 プライバシーを守る個室空間で一人ひとりに合わせた検査・診察を

人間ドックの診察、検査結果の説明もプライバシーに配慮された個室で受けられます。お一人ずつ予定を組む完全予約制のため、待ち時間もほぼなく、他の受診者と会わずに検査が可能。また、診察や結果説明は院長自らが行い、一人ひとりに合った予防療法の提案もしてもらえます。

※結果説明は、院長からの結果説明（再診料5,500円）と結果レポート郵送のいずれかを選べます。



Point

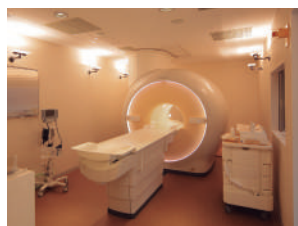
2 大病院レベルを意識した機器と心身の負担に配慮した検査

CTやMRI、3Dマンモグラフィなどの高性能な検査機器を備えており、身体への負担を抑えて精度の高い画像検査を行います。撮影された鮮明な画像を、専門医が解析システムで細部まで確認し、病気やそのリスクの早期発見につながります。



仮想内視鏡CT検査

カメラを体内に挿入せず、CTで身体の外から撮影し、取得するリアルな3D画像によって胃・大腸などを調べる検査。内視鏡検査が苦手な方にもおすすめ。



MRIによる詳細な検査

脳や脳血管の撮影に対応。さらに海馬周辺は特殊解析で委縮度を数値化するオプション検査もある。その他、肝臓や膵臓、膵臓の検査（MRCP）なども可能。

Point

3 早期発見だけでなく、予防にもつながる多様な検査内容

病気の兆しを見逃さないよう、約160項目（プレミアム1日コース）の多様な検査を実施。特長的な検査項目であるエイジングスコア[®]は、「病気や老化のもと」といわれる要素を検査し、不調の要因や将来の病気リスクを調べ、「病気にならない」ための対策に役立てられます。

●人間ドック・予防医療健診 ※特別料金 2024年6月29日（土）予約受付分まで

プレミアム1日コース：336,000円（税込）～

三大疾病（がん・脳卒中・心筋梗塞）や各部位にひそむ様々な病気の早期発見のため、充実の約160の検査項目。

プレミアム2日コース：455,500円（税込）～

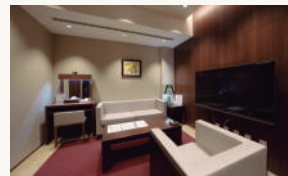
精度をさらに高める「全身MRI（DWIBS）」や「大腸仮想内視鏡（大腸CT）」などの検査をプラスし、全身を徹底的に検査できるフルコース。

その他、スタンダードコース、乳がん検診もあり。

詳細は、下記QRコードよりHPをご覧ください。



※ご予約の際は、「AFFLUENT 見た」とお伝えください。



医療法人財団健康院 健康院クリニック

予約制・自由診療

☎0120-561-287

- ◎東京都中央区銀座6-7-4
- ◎銀座駅より徒歩2～3分、JR有楽町駅より徒歩約10分
- ◎10:00～18:00
- ◎日・祝日、その他
- ◎<https://www.kenkoin.jp/>

ご予約はこちら



丸山咬合医療センター 所長

丸山剛郎先生

○国内…1968年、大阪大学大学院歯学研究科を修了。大阪大学歯学部教授を経て2000年に大阪大学名誉教授に就任。
○国外…南カリフォルニア大学歯学部客員教授等に就任。



認知症、顎関節症、首・肩こり、腰痛等

痛みや悩みの改善は正しい咬み合わせから

いくつになっても元気で若々しく、ハツラツとした毎日を
送りたいという願いを叶えるカギは「顎」!?
顎ズレを是正することで、認知症を予防し、身体のさまざまな
不調も改善するという「丸山咬合医療」に迫った。

多くの患者さんが実感した
身体的な悩みの解決策

「将来、認知症になるかもしれない」「長年続く原因不明の肩こりや腰痛を何とかしたい」「いつも気分が晴れない」といった身体の悩みを抱えている方は少なくないだろう。そうした悩みが、顎のズレを直すことですべて解決するかもしれない……。

そんなはずはないと思う方もいるだろうが、丸山咬合医療センターに通う患者さんの多くはその方法に納得しているという。

身体のさまざまな不調の原因が、実は顎のズレにあるということをいち早く突きとめ、顎ズレを是正する「丸山咬合医療」を確立した丸山剛郎先生。これまで、さまざまな身体の悩みを抱えた多くの患者さんが先生の元を訪ねてきたが、ある心理学者の先生もその一人だそう。咬同氏はご自身の著書の中で、咬

み合わせと人間の精神とが密接に関係していることなどを、自らの体験をもとに綴っている。

各分野の専門家が認める 認知症やエイジングへの効果

顎のズレを正すと、頭を支えている頤椎の緊張がほぐれることで、脳への血流量が増えて神経の働きも改善し、頭痛や肩こり、手足の冷えや不眠症などの不定愁訴が解消されるという。

さらに、シワやほうれい線が目立たなくなるといったエイジングケアの側面も期待できるというから驚く。また、脳への影響も顕著で、脳科学の専門家でも、元北海道大学医学研究科教授の澤口俊之先生との共同研究では、記憶や思考をつかさどる「前頭前野」の働きが平均で25%向上し、認知症の原因の一つとされている脳の老廃物の排出もスムーズになったとのこと。認知症の予防やストレス耐性の向

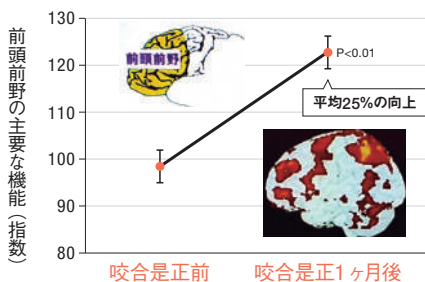
上にも役立つのだそう。

ちなみに、セロトニン研究の専門家でも、脳生理学者の有田秀穂先生も、著書の中で「歯の咬み合わせの良し悪しが心身の健康に大きく影響する」と説いており、咬

み合わせは正の先導者として、丸山剛郎先生を紹介している。

丸山先生は現在御年83歳。張りのある肌、豊かな毛髪、生命力あふれる声に軽快な動き。年齢を感じさせないその若さと健康の秘訣は、自ら実践しているという「丸山咬合医療」によるものだそう。長年、健康上の悩みを抱えている方ももちろん、いつまでも若々しく元気でありたいと願う方は、丸山咬合医療センターの門を叩いてみてはいかがだろうか。

顎ズレ矯正は前頭前野の機能を大きく向上させる



グラフ内右下の写真は、咬合是正後に血流が顕著に増加する脳領域（丸山剛郎、澤口俊之先生の共同研究から）

認知症患者の脳

認知症患者の脳の表面には、**アミロイドβ**という粘着性のタンパク質がある。アミロイドβは**情報伝達の過程**で生み出される物質で、健康な脳であれば**不要な分はゴミ**として分解され、**脳の血流（静脈）**を通じて排出される。



咬合治療の権威・丸山剛郎先生

大阪大学名誉教授の丸山先生は、正しい咬み合わせの効果を実証しながら、これまでさまざまな症状の患者を治療。澤口俊之氏とともに、理想的な咬み合わせを解説する無料の公開講座も定期開催している。詳細はHPへ。



丸山咬合医療センター

ご予約 **090-8759-5623**
(24時間留守電にて受付)

丸山咬合医療センター | 🔍

●東京（銀座）クリニック

東京都中央区銀座4-5-1-301 聖書館ビル
アクセス：東京メトロ「銀座駅」A13出口より徒歩3分

●大阪（芦屋）クリニック

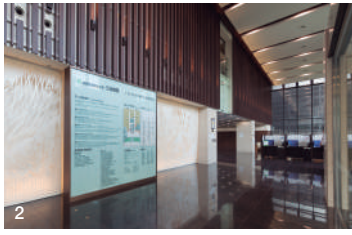
兵庫県芦屋市大原町11-24-201 ラポルテ北館2F
アクセス：JR神戸線「芦屋駅」より徒歩3分

咬み合わせ治療に関する多数の著書を持つ丸山先生。脳科学者の澤口氏との共著「**若返るかみ合わせ健康法**」のほか、近著に「**身体・脳・心が健康になる！知られざるアゴの秘密**」などがある。



※診療時間・休診日などはHPで確認、もしくは電話にてお問合せを。http://www.jio-maruyama.info/

あなたの認知症リスクを可視化 「脳ドック検査」で早期発見を



1. 予防医学センター入口の様子。落ち着いた雰囲気の中でリラックスして検査を受けられる 2. 開放感のあるエントランス
3. 人間ドック受診後は、東京タワーや東京スカイツリーが一望できる最上階11階のレストランで食事を

国際医療福祉大学三田病院 予防医学センターの脳ドックでは、認知機能に重点を置いた充実の検査メニューを揃え、臨床経験豊かな脳神経内科医が診断や診察をサポート。従来の検査ではわからなかった脳の健康状態を評価してくれる。

近年、罹患者が増えている認知症だが、今や早期診断ができれば適切な治療で進行を遅らせたり、症状を緩和できることがわかってきている。自身のリスクを知り、予防に努め備えることもできるので、早めに検査を受けることが大切だ。

東京都がん診療連携拠点病院として、地域からの信頼を大切にしている国際医療福祉大学三田病院。その予防医学センターでは、脳動脈瘤、脳梗塞に加え、従来の脳ドックではわからなかったストレスや認知機能等の脳の健康状態を評価できるコースを用意している。MRI画像解析や、生活習慣等に関する問診、認知機能テストの結果からAI解析による脳の健康レベルを算出。その他の検査結果も踏まえて総合的に医師が診断し、脳の健康維持のアドバイスを受けられる。また難聴の方は、認知症のリスクが高まる結果が報告されているため、新たに聴

力検査を加えたコースを新設。骨導測定を含めた7周波数聴力検査、診察を実施し、認知症検査の充実を図っている。診断により治療が必要な場合も、所属の脳神経内科医と連携したフォローアップが可能だ。

同センターでは、脳ドック以外にも豊富な人間ドックコースやオプションがあり、各診療科の専門医が最高水準の医療機器を駆使して正確な診断を行っている。自分健康だと過信せず、自覚症状がないうちから定期的に受診する習慣をぜひ身に付けてほしい。

3.0テスラMRIの他、320列マルチスライスCT、PET・CTなど高度医療機器が揃っている。



〈基本コース〉

日帰り標準Bコース(脳ドックなし) ... 85,800円(税込)

「胸部」「腹部」CT検査を含む基本検査で総合的な身体のスクリーニングを行う。このコースに右記脳ドックオプションを付加することで、脳の健康状態まで全てを網羅できる。上記コースからCT検査を除いた標準Aコース(68,200円)もある。

PET-CT+心臓+脳ドックA(出血性脳疾患検査) 三大疾患重点コース ... 212,300円(税込)

PET-CT検査に心臓エコー、冠動脈カルシウムスコア、頸動脈エコー、BNP検査、動脈硬化測定、頭部MRI-MRA検査を加えた三大疾患(がん、心臓、脳)を重点的に検査するコース。

〈オプション〉

脳ドック(日帰り標準A・Bコース等に追加できます)

オプション名	検査項目	価格/一般
脳ドックA	MRI/A、頸部エコー、脳神経医診察	49,500円(税込)
脳ドックB	MRI/A、認知機能検査、AI解析、脳神経医診療	62,150円(税込)
脳ドックB PULS	MRI/A、認知機能検査、AI解析、精密聴力検査、脳神経医診療	73,150円(税込)
脳ドックA+B	MRI/A、頸部エコー、認知機能検査、脳神経医診察	67,650円(税込)
脳ドックA+B PULS	MRI/A、頸部エコー、認知機能検査、AI解析、精密聴力検査、脳神経医診療	78,650円(税込)

脳の健康3分チェック

自身のスマートフォンやPCなどを使用して手軽に「脳の健康状態」をチェック。「注意力指数」や「処理能力指数」、「脳の健康偏差値」がわかる。同世代と比べた偏差値が低かった際は、ぜひ医療機関で検査を。 ※チェックには会員登録が必要です

チェックはこちら



国際医療福祉大学三田病院 予防医学センター

- ② 東京都港区三田1-4-3
- ③ 赤羽橋駅より徒歩5分、麻布十番駅より徒歩8分
- ④ 03-3451-8127(直通) ※日・祝日を除く、9:00~17:00
- ⑤ <https://mita.iuhw.ac.jp/clinic/yobou/index.html>

公式サイトはこちら



TSUWA MONO

大人の逸品

はせがわ

OW: (オウ)

¥90,200 ~ (税込)

美しさと実用性を兼ね備えた “押しごこち”のよい印鑑

印鑑を押す。それは「書かれた内容に合意する」という意思表示であり、大切な商談や契約などの際に必要となることも多いだろう。しかし、印鑑自体にこだわっている方は意外と少ないのではないだろうか。ケースから取り出し押印する。そんな単調な作業をわくわくする新しい体験に変えてくれる印鑑を紹介したい。

日本工芸の粋を集めたオリジナルブランドを展開する創業70年以上の老舗台木メーカー・株式会社はせがわは、「押す」という行為にフィーチャーした印鑑「OW: (オウ)」を3年以上の試行錯誤の末に生み出した。

印鑑は押印した際の印影が丸いことから、ほとんどが円柱形だが、この「OW:」は指先に心地よくフィットするよう、指がふれる3点が美しく滑らかにくびれたデザインとなっており、まるで指に吸い付くかのような一体感と心地よい感覚が味わえる。この形状により押す際の圧力が分散され、ブレることなく押印することが可能。押した際の印影はくっきりクリアに写し取られ、押す者の決意の強さまでも伝えるかのようだ。

また側面がくびれてカーブし、印面にほど近い部分はさりげなく内側に反る形をしているため、印鑑を置いた際も朱肉が紙に付く心配がない。その上、転がりにくく、デスクから落下してうっかり服や床を汚してしまうこともないのが嬉しい。

もちろん素材にもこだわっており、ボディは古くから銘木とされ正倉院の宝物にも使用されている希少な黒檀から削り出し、伝統工芸士による本漆塗りを施している。また印面のデザインは、一級彫刻師による手書き手彫り。機械彫りにはない唯一無二の美しい彫刻は、まさに世界にひとつだけのものとなる。

日本工芸の「粋」を感じさせる美しさと機能性が両立した「OW:」。ぜひその“押しごこち”を自身の手で確かめてみてほしい。





新井俊宣さん

以前、同じ職場で働いていた早川シェフ。彼女のシンプルで優しい料理は、素直に美味しさを感じられます。自家製パンも絶品です。



早川歌輪さん

美食のバトンを受け継いで



TOKYO
Gourmet Baton
東京グルメバトン

89

重さを感じさせない 上品かつ繊細なフレンチ

anneau

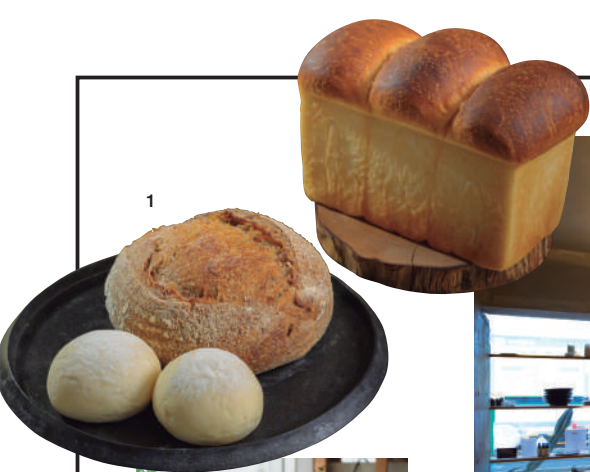
あの一／神保町

代々木上原のフュージョンレストラン「Ukiyo」の新井俊宣さんからバトンを受け継いだのは神保町に期間限定でオープン中のフレンチ「anneau」の早川歌輪さん。やわらかな感性が光る繊細なコース料理を提供する。



ホッキ貝、山菜

貝殻の中にはセリなど春の山菜のマリネ、軽く燻製したホッキ貝が。貝の出汁を使ったジュレとハーブオイルで調味した、春爛漫の前菜。



1



1.自家製パンにも力を入れている。手前から、練乳と牛乳を練り込んだ「白パン」、天然酵母のカンパニー「サワードウ」、食パンの「バンドミ」。

2.シェアレストランならではのシンプルな内装に、早川さんのセンスが散りばめられている。



カウンターに10席のみの店内。内装工事や厨房設備などの設備投資はビルのオーナーによるもので、初期費用の捻出が難しい有望な若手シェフに、2年間限定で店舗を貸し出す仕組みだ。

2 オナーの早川歌輪さんは、大阪・天満のカジュアルピストロ「ONZORO (オンゾロ)」で7年間経験を積み、副料理長にまで上り詰めた実力派だ。「スキルアップのため東京のレストランで経験を積んでいた矢先、プロジェクトのプロデューサーである船岡勇太シェフのイ

2 023年7月、神保町に完成したシェア型複合施設「REDO JIMBOCHO」。1階では、10席のみのカウンターレストランを若手シェフに最長2年という期間限定で提供し、独立を支援する「10 COUPON」というプロジェクトが進行中だ。その栄えある1店目には選ばれたのがフレンチレストラン「anneau」だ。



熟成度の高いシャンパン「Champagne Castelnau Millesime 2006」。山菜や燻製したホッキ貝に負けないしっかりとした香りで、料理の味をすっきりと引き立てる。ボトル2万3,000円(税込・サ別)。

先、プロジェクトのプロデューサーである船岡勇太シェフのイ

「仕事を通じてこれまで関わってきた方々と一つの輪を作ってお店を作り上げていきたいという思いから、私の名前にもある『輪』の文字を取りました。野菜などではできる限り知り合いの農家から仕入れており、今後はお肉などほかの素材にも広げていきたいです」

早川さんが料理において大切にしているのは「軽さ」だ。

「フレランチはどうしても重たいイメージがありますが、私自身その重たい感じが苦手です。バターやクリームを使わず、お野菜本来の甘みなどが伝わるようにしています」

2年という限られた期間のなかで、「独立に向けて邁進したい」と述べる早川さん。さらなる『輪』を広げるべく、新たな試みにも意欲的だ。

「パンとワインをイートインしていただけ『パンの日』を開催したりお店でマルシェを企画したりと、コースでのお食事以外にも気軽に足を運んでいただける機会を作っています。さまざまな試みを通じて、お客様との繋がりをより深いものにして

anneauの「dinner course」を
抽選でプレゼント

1組
2名様

ご利用期限：2024年8月31日(土)迄

※除外日あり、お飲み物代及びサービス料10%は含まれません
ご希望の方は下記URLまたはQRコードからご応募
ください。応募締切：2024年3月31日(日)

<https://questant.jp/q/afgourmet2403>

「パンとワインをイートインしていただけ『パンの日』を開催したりお店でマルシェを企画したりと、コースでのお食事以外にも気軽に足を運んでいただける機会を作っています。さまざまな試みを通じて、お客様との繋がりをより深いものにして

「フレランチはどうしても重たいイメージがありますが、私自身その重たい感じが苦手です。バターやクリームを使わず、お野菜本来の甘みなどが伝わるようにしています」

2年という限られた期間のなかで、「独立に向けて邁進したい」と述べる早川さん。さらなる『輪』を広げるべく、新たな試みにも意欲的だ。

「パンとワインをイートインしていただけ『パンの日』を開催したりお店でマルシェを企画したりと、コースでのお食事以外にも気軽に足を運んでいただける機会を作っています。さまざまな試みを通じて、お客様との繋がりをより深いものにして



anneau

◎ 東京都千代田区神田神保町1-37-1 REDO JIMBOCHO 1F
 ◎ 080-8888-8030 ◎ パンランチ(月・火・金曜日)12:00~14:00(13:30 L.O.)、ショートコース(土・日曜日)12:00~15:00(13:30 L.O.)、ディナー(金~火曜日)18:30~20:00 L.O ◎ 水・木曜日 ◎ パンランチ1,500円(税込)、ショートコース5,000円(税込)、ディナーコース1万2,000円(税込・サ別)ほか ◎ https://www.instagram.com/anneau_jimbocho/
 ※現在の店舗での営業は2025年7月末まで

PROFILE 大阪府出身。高校時代からボランティア活動を始め、高校卒業後は東南アジアを中心に活動。19歳で帰国後、大阪のフレンチ「ONZORO」にて7年間経験を積み、スーシェフとして活躍。東京の「caveman」[みもっと]で無国籍料理などを学んだ後、2023年8月「anneau」をオープン。



世界No.1*の炭酸水なら

 **sodastream**®

いつでも新鮮！作りたての美味しさ！

- 🔴 カンタン操作で自分好みの強さに
- 🔴 500ml約20円でリーズナブル
- 🔴 専用ボトルでゴミもゼロ
- 🔴 追い炭酸でいつでもシュワシュワ！



※グローバルデータ社調査報告：炭酸水消費量に関する国際的調査（2020年実施）

Enjoy a perfect
sparkling beverage
experience



全国の百貨店・専門店・家電量販店・大型スーパーなどでお買い求めいただけます。詳しくはHPのお取り扱い店舗をご覧ください。
SodaStream コールセンター 0120-286-230

ソーダストリーム 

www.sodastream.jp



累計販売7000万食!
初回特別価格でご提供

一流シェフが調理・開発 健康的な食生活を 自宅で手軽に



安全な食材を使用して作られるメニューは、
自社のシェフと管理栄養士が調理し開発。
全てのメニューが
糖質30g・塩分2.5g以下で、
美味しいのに簡単に健康管理ができます。

※メニューは一例です

SERVICE ①

プランの中から
お好みの頻度・食数で

お好きな配送間隔、食数を選んで定期購入。購入の一時停止・ご解約はサイト上からいつでも可能。お客さまのご都合にあわせた糖質に配慮した食生活が叶います。

※一時停止・ご解約は地域に応じ4日～5日前の期間制限があります。詳細は右記URLでご確認ください。 <https://affluent.nosh.jp/tradelaw>

SERVICE ②

全て糖質30g・
塩分2.5g以下のお食事

糖質30g・塩分2.5g以下で健康に配慮したすべてのお弁当を、自社工場で製造後、すぐに冷凍をしています。食べる時に解凍するだけで、新鮮なまま美味しくお召し上がりいただけます。

SERVICE ③

毎週お好きな
メニューを選べる

60品以上の中から、お好きなメニューをお選びいただけます。糖質に配慮したメニューを毎週選べる、いま話題の宅配食サービス・nosh(ナッシュ)! 新メニューも定期的に追加しているの、飽きずに長く続けられます。

nosh ナッシュ



<https://affluent.nosh.jp/>
tel: 050-3101-6850 [10:00~19:00(年末年始を除く)]

初回限定
特別割引実施中!

全プラン2,000円OFF

糖質に配慮した
食事で健康的に

飛行機好きだった少年時代
夢を追いつける難しさ

若干30歳にしてヘリコプター業界では知らない人はいない風雲児。株式会社アリラを来たるべき「空飛ぶ車社会」のインフラ企業とすべく邁進する経営者……と聞くと、生粋のエリートのように思えるが、今に至る道には紆余曲折があった。

「子供の頃から飛行機が好きで、CAになるのが夢だったので、男性には狭き門で募集がほとんど無くて。ならば、『経営者になってファーストクラスに乗る!』と目標を切り替えて、『経営者求む』というコピーで求人を行っていたファーストリテイリンググループのGUに入社しました。副店長まで務めたんですが、経営者になれそうな気がしないうちに、なあと感じ始めていた時に転職の辞令が来て、『自分の住む場所くらい自分で決めるわ!』って思っただけで辞めました」

その後、九州で民泊などのビジネスに挑戦。しかし軌道に乗り始めた矢先に熊本地震が発生し継続を断念。

株式会社アリラ 松本 陽太 CEO/CFO

「空飛ぶ車社会のキーになる」

ヘリポートの開発管理会社日本一を目指す、株式会社アリラの松本陽太さん。

既存の価値観や常識にとらわれず、若さと好奇心を武器にビジネスを展開。

空飛ぶ車社会の実現に向け、青空を颯爽と翔ぶヘリコプターのように突き進んでいる。

Yota Matsumoto

地元神戸に戻り、知人のリフォーム会社で経理に従事する。「当時好きだった女の子がいて、告白したら『あんた給料少ないから嫌や』と。これは何としても稼がなアカン」ということで、アフィリエイトの副業を始めたんです。深夜2時に寝て、朝5時に起きる毎日でした」

1億円稼いでも感じた虚しさ
社会貢献出来る仕事は楽しい

そのアフィリエイトで成功を収め、松本さんは25歳という若さでおよそ1億円を手にする。「最初はうれしくて派手にお金使いましたね。でも、すぐに虚しくなってきました。もっとやりたいことを追求すべきかなと思って、残ったお金でヘリコプターを買いました」

そして、2019年に空撮などの映像制作を主たる事業とした株式会社アリラを設立。その後「空飛ぶ車社会の実現に向けて、離発着場の開発管理会社日本一を目指す」と、ダイナミックに事業を拡大する。

「ヘリコプターは離発着場が少なく、行きたいところに行けません。」

Profile

1995年兵庫県出身。関西外国語大学卒業後株式会社ジーユーに入社。その後福岡で起業するも断念。地元神戸の企業に勤めながら副業で始めたアフィリエイトで1億円を稼ぎ、それを資金に株式会社アリラを立ち上げる。空撮映像制作事業のほか、ヘリポート離発着場の開発・管理運営、ヘリコプター・プライベートジェットを使った旅行の企画や遊覧飛行の手配など、事業の幅を広げている。

株式会社アリラ

①東京都中央区日本橋兜町7-1
KABUTO ONE 9F
②03-6823-4709
③https://arila.co.jp/

映像制作を通してそんな現実を直視したことで、もっとヘリポートを増やさないかと感じたんです。日本では民間機が離発着できる場所は空港を除いてわずか100程度です。これを1000まで増やす計画です。またSKYETC®というシステムを開発して特許を取得しました。これをヘリコプターに搭載すると、発着から駐機時間までをデジタル管理できて、着陸料や駐機料のオンライン決済までできるようになります」

飛ぶ鳥を落とす勢いでビジネスに邁進する松本さん。その原動力は、意外にも日本への熱い想いだ。「稼いだけならアフィリエイトの方が全然簡単だけど、実態がよいし社会に対しての貢献度が薄い。その点、ヘリコプター事業は儲けは少ないけれど外国のお客様から外貨を獲得できるし、離発着場を作ることによって地域活性化に貢献できる。やっぱり社会に貢献できる仕事は楽しいですよ。今後はもっと会社を大きく育てて、日本の観光経済を躍進させる一つのキーになればと思います」



1.アリラが目指す、空飛ぶ車が離発着する「Meta Port®」のイメージ。 2.ヘリを使ったオーダーメイドツアー以外にも、遊覧飛行の記念日利用なども人気が高いという。 3.プライベートジェットを使ったツアー手配にも対応している。





日本を立て直すのは僕ら20代・30代。
ヘリコプター業界は参入障壁も
多いけれど、きつと出来るはず。

当社スタッフの平均年齢は26歳です。得意なSNSで知名度を高め、様々な企業様や自治体様から提携のお話をいただけるようになりました。自治体管理のヘリ発着場の活用や、ヘリやプライベートジェットを使ったツアーの企画なども手掛けられるようになりました。若いことが壁になることも少なからずありますが、それも若さで乗り切ってみせます。

BEST PARTNER, BEST SOLUTION.

不動産のお取引で大切なのは、誰に相談するのか。

もっとも信頼できる、最適な相手を見つけることです。

私たちパートナー営業本部は、企業や企業オーナー、個人投資家・資産家の方が複雑で難易度の高い不動産の課題や悩みに直面したとき、専門の知識と実績と情報量をもってお応えします。

いざというときのベストパートナーとして。

不動産に関わるみなさまにベストソリューションをご提供します。

野村不動産ソリューションズ株式会社
パートナー営業本部

多種多様な不動産ニーズに対し、組織力を活かしワンストップでお応えします。

資産運用

不動産売買・有効活用

相続対策

不動産M&A

等価交換

パートナー営業本部 | TEL 03-6887-7001

〒163-0576 東京都新宿区西新宿1丁目26番2号
新宿野村ビル27階 FAX: 03-6857-0002

国土交通大臣免許(5)第6101号 (一社)不動産流通経営協会会員 (公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

あしたを、つなぐ。野村不動産グループ
野村不動産ソリューションズ



静岡

コーヒーとジャズとキートンの夜

トウルネラパージュ

旅行読売 × AFFLUENT



書籍「旅する喫茶店」好評発売中

「旅する喫茶店」は、旅の専門誌「月刊 旅行読売」で連載中。
4月号「新幹線で春は北陸へ」特集（特別価格900円）は
全国の書店で販売しています。



スピーカーの前のリスニングエリアは会話禁止。会話を楽しみたいなら上のホールのテーブル席で。
雨の日はジャズ以外のロックやポップスもリクエストできる



ブラジル930円とバスクチーズケーキ600円。各種コーヒーのうちブラジルは豆の買い付けから焙煎まで自社で行い、スタッフがハンドドリップでいれる。ポットでいれるのは「ゆっくりしていただきたいから」



トウルネラパージュ

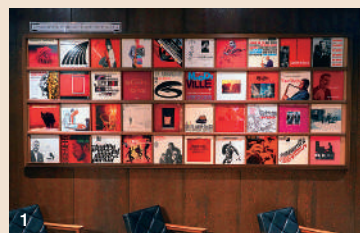
- ◎静岡県浜松市中央区板屋町628 Y3ビル1階
- ◎東海道新幹線浜松駅北口から徒歩6分
- ◎053・455・7100
- ◎13時～L0.19時(金・土曜は～L0.21時)
/月・火曜休、年末年始不定休

冬 風が吹く浜松駅前の大通りから路地地に入り、ビルの扉を開けると、風音を消す音量のジャズが鳴り響いた。今夜の目的地、トウルネラパージュはフランス語で「ページをめくる」の意。1日の終わりにリフレッシュしてほしいという思いがある。

一人掛けソファが並ぶ「リスニングエリア」で温かいコーヒーを飲む。ソファの先の、舞台には、ドイツ・アヴァンギャルド社製の赤白のホーンスピーカーを左右に従え、銀色の巨大ウーハーが鎮座し、迫力のある音を吹き抜ける空間に響かせる。照明に輝く姿はアート作品のよう。上のスクリーンにはバスター・キートンの喜劇映画が映し出されている。

「キートンの無声映画は展開が素直で、数分という長さもちょうどいいんです」と話す副店長の樽松愛子さんは「ジャジーな空間でこだわりのコーヒーを味わってほしい」と続ける。店は2005年、樽松さんの高校時代の友人で店長の矢野裕理さんが開いた。アメリカの大学を卒業した矢野さんは、映画関係の仕事をしていて限界を感じ、帰郷。「音楽のまち浜松」で、好きだったコーヒーの店を開いた。ジャズレコード5000枚は知り合いから譲ってもらった。

店主の感覚が生んだ旧来のジャズ喫茶とは異なる空間。リクエストした曲がある音質で聞こえた時に幸福を感じたのは、数分が終わってしまうとわかっていなかったかもしれない。



1.壁に名盤ジャケットが並ぶ。定期的にテーマを変えて入れ替える 2.レンガ造り風のビル1階の扉の先に音楽に満ちた空間が広がる



2024年6月15日(土)

読売旅行
全車貸切

カシオペア紀行



走る列車に身をまかせ ころに残る素敵な一夜を大切な旅を、特別な思い出にする列車。

A個室寝台の快適な空間に身をまかせ、目覚めればそこは北国。わが国ではいまや希少な存在となった「寝台列車」でロマンあふれる夜の列車旅。

「快適空間を実現した寝台列車」のコンセプトのもと、オール2階建・全室A個室寝台列車として開発され現在は団体専用臨時列車として走る「カシオペア紀行」を読売旅行で貸し切りました。

エレガントなダイニングカー、満天の星が楽しめるラウンジカーなど寝台列車ならではの特別な空間があなたの旅を演出します。

大切な記念日に 大切な人と。

一生の思い出に残る優雅な旅を「カシオペア紀行」でお楽しみ下さい。



カシオペアスイート

お一人様 15万円増し

展望室タイプ

ダイニングカーでの夕食(フランス料理)付き

明るいグレーと木目を基調としたエレガントで落ち着いた雰囲気の室内。三面ガラスのワイドな窓からは、ソファに座りながら素晴らしい眺めを堪能できます。

ダイニングカー DiningCar

ゆるやかなドーム型の天井をはじめ、明るいグレーが基調のエレガントな室内。テーブル脇の花やライトが優雅なディナータイムを演出します。ディナータイム終了後から23時まではバブタイムとなり、ゆっくりグラスを傾けていただけます。
※希望者多数の場合は抽選となります



ディナーメニュー

※グループ内で別々のお料理の申込は出来ません

	フランス料理コース ランクアップ食事プラン お一人様 3,500円
	カシオペア 懐石御膳 ランクアップ食事プラン お一人様 2,500円



ラウンジカー

基本プラン
ご夕食

カシオペア
スペシャル弁当

お部屋に
お届けします！

旅行代金込み

カシオペアツイン

ソファを倒すとベッドになり、寝室として利用できます。洗面台、トイレなども完備した快適な空間です。リビング兼寝室タイプの部屋が1階と2階にそれぞれあります。リビングとして利用する際は、ソファのそばにあるおたたみ式テーブルが便利です。

カシオペアスイート

メゾネットタイプ
お一人様 5万円増し

寝室は1階に。見晴らしのよい2階をリビングとし、ゆったりとソファに座りながら外の風景を心ゆくまでお楽しみいただけます。(展望室タイプではございません)

読売旅行

<https://www.yomiuri-ryokou.co.jp/>

読売旅行貸切 カシオペア紀行

2024年6月15日(土)出発

絶景の三陸海岸と奇跡のドラゴンアイ(3泊4日)	旅行代金 2名様一室 230,000円 (カシオペアツイン利用) お一人様お代金
	1名様一室 330,000円 (カシオペアツイン利用) お一人様お代金

ザ・ウインザーホテル洞爺に泊まる 函館・洞爺湖(3泊4日)	旅行代金 2名様一室 250,000円 (カシオペアツイン利用) お一人様お代金
	1名様一室 350,000円 (カシオペアツイン利用) お一人様お代金

お問い合わせはこちらから

東日本販売センター 050-3172-4343

※この広告でのお申し込みは承っておりません

一度は乗ってみたい憧れの夜行列車

～寝台特急カシオペア紀行の旅～

贅沢な時間と空間を約束する寝台列車「カシオペア」。

現在はツアー専用の臨時列車として運行、数少ない寝台列車の旅を楽しむことができます。

車窓からの風景を眺めながら、ゆったりとした時間を楽しむ鉄道の旅。

格別な空間で特別な思い出が生まれます。

読売旅行では東北と北海道を巡る2つのツアーをご用意いたしました。

いずれのツアーも宿泊地やお食事にこだわり、優雅な鉄道の旅を演出します。

上質な「非日常」を心ゆくまで愉しむ4日間。一度体験してみませんか。

東北コース コース番号:24-222-240-4

絶景の三陸海岸と
奇跡のドラゴンアイ

詳細は
こちら



北海道コース コース番号:24-231-184-4

ザ・ウインザーホテル洞爺
に泊まる 函館・洞爺湖

詳細は
こちら



IZIPIZI®

PARIS



ONLINE STORE IBe.



<https://ibe-online.jp>

株式会社アイデアポート 東京都品川区北品川 1-23-19 GOOD OFFICE 品川 8F Tel . 0120-901-049

ra



ボニンブルーの島へ — 小笠原クルーズ

横浜港

八丈島、
青ヶ島

○鳥島(とりしま)

嬬婦岩(そうぶがん)

西之島

二見港

父島

母島

小笠原諸島



鳥島(とりしま)
特別天然記念物のアホウドリなどの海鳥の繁殖地として有名な無人島。



嬬婦岩(そうぶがん)
東京の南約650kmに位置する、洋上に突き出した高さ100mの奇岩。



父島
寄港地となる父島。出港の際には地元の方々が漁船なども使い盛大なお見送りをしてくれる。感動の瞬間だ。

洋上のオーベルジュ

にっぽん丸の美食を満喫

船内全食事付き*
(朝昼夜)
おやつのご用意も

にっぽん丸自慢の食事は、旬の味覚の他、寄港地ならではの食材を活かした多彩なメニューが楽しめる。また、職人による焼きたてパンや名物ゴディバのショコリキサーなども味わえるので、食のにっぽん丸がお届けする至福の時間を存分に堪能できる。



イメージ



イメージ

*アルコール類は別料金

碧彩季航 2024夏

あおいろまごう

夏の
3連休
利用

にっぽん丸で行く

小笠原クルーズ6日間

ご出発日 2024年7月13日(土) ~7月18日(木) までの6日間

ご旅行代金(お一人様・2名1室利用) スーベリアツイン利用(諸税・サービス料含む) ※別途、横浜ターミナル施設使用料400円が必要
横浜港 発着 340,000円



スーベリアツインの客室
全室シャワー付きで、スパークリングワインのプレゼント、追加アメニティの用意などサービスが充実し、船窓からの眺望も楽しめる。

※その他の客室タイプもあり。詳しくはお問合せを。

JTBクルーズ

~For a better tomorrow~

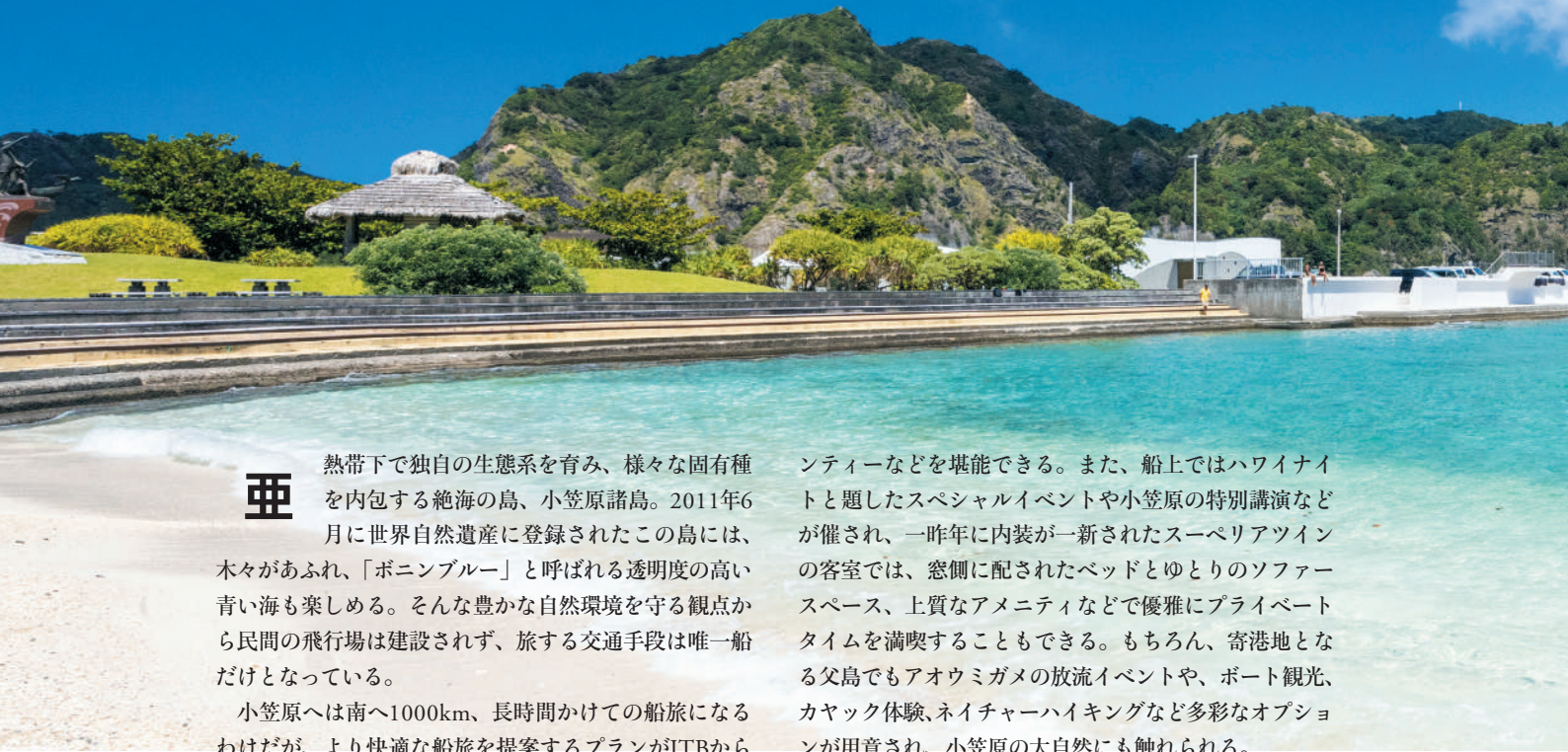
ツアー詳細と
デジタルパンフレット・
資料請求はこちらから



JTBクルーズ本店 ☎ 03-6731-7669

[受付時間] 平日10:00~18:00 [休業日] 祝日・振替休日

Ogasawara



亜

熱帯下で独自の生態系を育み、様々な固有種を内包する絶海の島、小笠原諸島。2011年6月に世界自然遺産に登録されたこの島には、木々があふれ、「ボニンブルー」と呼ばれる透明度の高い青い海も楽しめる。そんな豊かな自然環境を守る観点から民間の飛行場は建設されず、旅する交通手段は唯一船だけとなっている。

小笠原へは南へ1000km、長時間かけての船旅になるわけだが、より快適な船旅を提案するプランがJTBCから登場した。「にっぽん丸で航く 小笠原クルーズ6日間」だ。「美食の船」と呼ばれるにっぽん丸をチャーターしたこのプランでは、旬の味覚を活かした多彩な食事やアフタヌー

ンティーなどを堪能できる。また、船上ではハワイナイトと題したスペシャルイベントや小笠原の特別講演などが催され、一昨年に内装が一新されたスーパーアツインの客室では、窓側に配されたベッドとゆりのソファスペース、上質なアメニティなどで優雅にプライベートタイムを満喫することもできる。もちろん、寄港地となる父島でもアオウミガメの放流イベントや、ボート観光、カヤック体験、ネイチャーハイキングなど多彩なオプションが用意され、小笠原の大自然にも触れられる。

船でしか行けない旅だからこそ、チャータークルーズで航海の時間も贅沢に楽しむ。今年の夏は、日本最後の楽園小笠原で、そんな体験をしてみたいはかただろうか。

絶滅危惧種

アオウミガメの放流

日本最大のアオウミガメの繁殖地である小笠原では、保全活動として飼育したカメの放流が行われる。当ツアーでは、旅行前からアオウミガメの成長過程をHPやSNSで動画配信しカメの名前を募集。船内で名前を発表し、父島停泊中に放流の見学を予定している。※要事前予約



©小笠原村観光局



画像協力：小笠原海洋センター

おすすめ

碧彩洋上ヒーリング

星空ライブ

周囲に光源が無いため、最適といわれる洋上での天体観測。満点の星空を眺めながら、ヒーリングを超えた歌声を楽しむ「星空ライブ」を開催。※雨天・荒天の場合は中止になる場合あり



©小笠原村観光局

碧彩サマー

ハワイアンナイト

ハワイアンバンドとダンサーによるスペシャルエンターテインメントを2夜にわたり開催。フラの踊り方を学ぶワークショップの開催も予定されている。



アフルエント

AFFLUENT

<https://afflu.jp>

毎日に発見を、人生に豊かさを

2024 Mar.
[TOKYO]

3

Ogasawara

ボニンブルーの島へ —
小笠原クルーズ