新芽が芽吹き、やっとぽかぽか暖かい春が やってきましたがそうも言っていられない

方もいるのではないでしょうか?今回 は誰でも簡単にできるすまいの 花粉対策についてご紹介

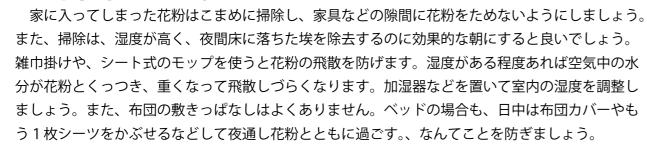




外出して帰ったら、まず玄関先など外で花粉のついている上着や帽子を 脱ぎ、花粉をはらうこと。空気清浄機(最近では花粉除去機能のあるもの もあります。)をあらかじめ玄関に置くと効果的です。その後すぐ手洗い、う がいをし、着替える、などすることも風邪などの感染症の予防にもなって一石

二鳥です。シャワーを浴びる、髪の毛を濡れたタオルで拭くなども効果的です。

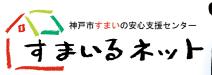
## ポイント2 おいはらう!



花粉症は、今はなんともなくても突然症状が悪化することがあります。花粉症の方もそうでない方も、 是非その原因である花粉を「もちこまない」「おいはらう」ように心掛けましょう。

### 第3回 センター長のつぶやき

東日本大震災は16年前の阪神・淡路大震災を上回る未曾有の被害をもたらした◆今回の地震では、巨 大津波で多くの建物が根こそぎ流された。一方、津波被害の地域以外では、揺れによる建物の倒壊が少 なかったという。◆それは、地震多発地域であるため耐震化が進んでいたからという見方や、低層の建物 を揺らす周期1~2秒の地震波が弱かったからという見方も。◆詳細は今後の調査を待つとして、地震の 揺れから自分や家族の命を守るためには建物の耐震化と家具の固定しかない。◆家族や家を失うことは 本当に辛いものである。人々に地震の記憶が新しい今、すまいの耐震化をあらためて強力に働きかけたい。 多くの犠牲を無にしないためにも。



営業時間/午前10時~午後5時 三宮駅から徒歩5分「サンパル」4階







自然体感展望台『六甲枝垂れ』:神戸市灘区六甲山町五介山 1877 - 9 (大人 300 円、子ども 200 円)

神戸市が発信する"よりよい住まいづくり"情報紙

すまいるネット 神戸

発行/神戸市すまいの安心支援センター 〒651-0096 神戸市中央区雲井通5-3-1 サンパル4階 電話 (078)222-0186 FAX (078)222-0106

すまいるネットとは?

すまいの安心支援センターの愛称です。

神戸市の外郭団体で、すまいの相談、耐震診断や工事補助金 の受け付けをしているところです。一戸建て・マンション・ 高齢者住み替え相談・業者選びのお手伝いなど、すまいのこ となら何でもどうぞ!

東日本大震災で被災された方々に、心よりお見舞い申し上げます。 私たちは、神戸をあげて被災地の皆さんを支援しています。

# 東日本大震災に関する支援情報

すまいるネットは16年前の阪神淡路大震災時の住宅再建相談所を前身として設立された経緯もあり、 今回の東日本大震災の被災者の方に対しても、1 日も早い住まいの再建をめざし、私たちの経験ででき ることは協力したいと考えております。

現在は、被災地の方、神戸へ避難されている方への支援情報をすまいるネットの HP に掲載しており、 随時情報を更新していく予定です。お知り合いに情報を必要とされている方がいらっしゃいましたら、 ぜひお伝えいただきますよう、お願いいたします。また、住まいの相談については、すまいるネットに も直接ご連絡ください。

神戸から被災された方々の支援を行っていくことも大切ですが、地震はいつ、どこでまた起きるかわ かりません。神戸市にお住いの方も、今後来るであろう地震に備えて住宅を耐震改 修したり、家具を固定するなど、『命を守る』ことをまた改めて考え直してください。

すまいるネットでは今年度も

- ・昭和56年以前に建てられたお住まいの耐震診断を無料で行います。
- ・耐震診断後、お住まいの耐震改修工事をする場合に補助を行います。
- ・高齢者・障がい者・小学生以下の子どもがいる世帯に対し、家具固定費用を補助します。

ぜひ、ご活用ください。

詳しくは、すまいるネット(TEL:078-222-0005)までお問いあわせいただくか、 HP すまいるネット 神戸 検索 ▶



父が認知症と診断 され、1人暮らし だと心配。どこか 施設を探したい。

# 高齢者の住み響え相談

子供が独立し、今の家 を持て余している。こ の家を賃貸に出して夫 婦で施設を探したい。

要介護認定を受けた妻と 2人で何とか暮らしてい たけれど、介護の負担が 重くて生活が大変。



身寄りがなく、 1人では老後が心 配。安い賃貸住宅 はないかしら?

### など、すまいるネットには毎日たくさんの住み替えのご相談をいただきます!

高齢者向けの住宅といっても、神戸市内にはグループホームからケアハウス、有料老人ホームなど 様々な種類の施設や住宅があり、入居条件やサービス内容などの意味を調べるだけでも大変です。

住み替えについて考える時には、まず「あせらず、じっくりと」を心がけ、都心と郊外どちらで暮 らしたいのか。外出するのと室内でゆっくりと過ごすのとではどちらが好きなのか。など、「自分がこ れから先どういう生活をしたいのか を整理することが必要です。

そして、条件に合いそうな住宅や施設を選び、パンフレットを取り寄せて立地・入居条件・費用・ 間取り・サービス内容などを慎重に比較検討しましょう。

ある程度絞られてきたら、現地の見学や体験入居することをおすすめします。

ほとんどの住宅や施設では無料で見学でき、有料になりますが実際の食事を試食することが出来る 施設もあります。

ご自身が納得できるまで、「あせらず、じっくりと」

#### すまいるネットへご相談下さい!

すまいるネットでは、相談員が相談者の 方と一緒に、住み替え先の候補者選びの お手伝いをさせていただいています。 また、ご自身でも検索いただけるように 専用のホームページ「神戸・すまいるナ ビ (高齢者向け)」を運営しています。

#### ─ マイホーム借上げ制度 ─

移住・住みかえ支援機構(JTI)の「マイホー ム借上げ制度」は、シニアの皆さま(50歳以上) のマイホームを最長で終身にわたって借上げ、 国の基金によるサポートも得て、安定した賃 料収入をが保証されます。家賃は市場よりや や低めになりますが、制度利用者は賃借人の いるいないにかかわらず、JTIを通じて賃料収 入を得ることができるという制度です。

## 【マンションや団地の管理組合の皆様】への情報提供や活動支援をしています!

神戸市内には、分譲マンション約18万戸、約3500の管理組合があるといわれています。 すまいるネットでは、 マンション 管理に関するご相談やアドバイスだけでなく、専門家や管理組合役員経験者等による活動団体と連携して、セミナーや 相談会、交流サロン等を開催しています (H22年度19回開催)。

また、みなさんの管理組合等に出向く「出前講座&相談会」も実施しています。会場をご用意頂ければ、費用は無料! 様々な課題解決に向け、ご希望のテーマにあわせて対応いたします。理事会や大規模修繕計画時等の機会にあわせて、 ぜひご活用ください(H22年度22回実施)。







≈ マンション管理部合等への用面皮層の区部介 ≈

#### \*\*\*\*\* 【 鶴甲団地管理組合連絡協議会 】 \*\*\*\*\*\*\* \*\*\*\*\*\*\*\*\*\* 【 出前講座 & 相談会 】

灘区の鶴甲団地(築約40年/37棟・37管理組合) で開催したマンションセミナーをきっかけに、管理 組合の有志の方が連携して、団地全体のことを考え るために、平成22年3月に設立されました。維持 管理実態アンケート調査や「鶴甲団地版・標準管理 規約」の作成、管理会社の共同発注の検討等を進め ています。

詳細は、【協議会ホームページ】をご覧ください。

築約30年/26戸のマンションから「長年活躍された 理事長が引退された後、みなさんでいっしょに『マンショ ン管理の基本』について改めて学ぶ機会を!」とのご依 頼で、お伺いしました。

後日、新理事長さんから「とてもわかりやすいお話で、 これからマンション管理により積極的に関わっていく上 での、前向きな心構えや準備ができました。」とお話いた だきました。

すまいるネット【マンション管理】のホームページに、各種支援制度等、神戸市内のマンションに 「役立つ情報」や、マンション・団地に関する「市内活動団体紹介」を掲載。ぜひご覧ください!





JOLDEN CUBE AWARDS GOL GOLDEN CUBE AWARDS G www.すまいるネットでは、将来住まいの主体となる子どもたちが、住まいと暮らしについて自ら考える力を身につけていくため、(社) 兵庫県建築士会「住教育支援チーム」とともに、 」」小中高校に出向き「住まい」に関する授業のお手伝いを行っています。平成 22 年度は、10 校で 57 回授業を行いました。

この取り組みは平成 14年度頃から始まり、平成 19年にそれまでで実施した事例を「すまいの学習をサポートします~住教育・建築教育の実践集~」として冊子にまとめました。 子どもを対象とした建築や都市環境の教育活動を評価し、支援するために設立された「JIAゴールデンキューブ賞」の出版部門に応募し、優秀賞を受賞しました。

応募作品は、「JIAゴールデンキューブ賞」のホームページで紹介されていますので、興味のある方はぜひご覧下さい。

EN CUBEA