

☆☆☆ 住み手と専門家のネットワーク ☆☆☆

NPO 建築 ネット

http://www.kenchikunet.org E-mail:kenchiku@d2.dion.ne.jp

No.20

特定非営利活動法人(NPO法人)
建築ネットワークセンター〒169-0073 東京都新宿区百人町1-20-3
渡辺ビル505
TEL 03-5386-0608 FAX 03-5386-1065

安心・安全で快適な住まいを !!

12年の実績でアドバイス・技術の提供

新年おめでとうございます

皆さんは、新年をどのような思いでお迎えしたでしょうか。毎日、職を失い行き先を失っている人たちのニュースが新聞やテレビで伝えられています。まさに世界同時不況は日本も直撃を受けているにもかかわらず政治の無能が露呈し、国民の怒りは大きくなっています。この中で新たな労働運動や、地方自治体の動きが芽吹いています。建築ネットは、時代の変化と問題に即応した活動を積極的に取り組む所存です。

ホームドクターとして

昨年は、建築ネットの将来を占ういくつかの前進がありました。マンション部会が取り組んだ「連続講座」は、マンションの多くの住民の共感を得て、その中から、「ホームドクター」という活動分野が生まれました。

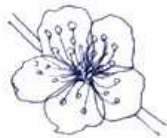
相談業務に取り組む技術部会は、この10年

来毎週火曜日に、相談事項の一つ一つに集団的な技術検討会を重ねています。どこでも解決できなかった問題の解決に努めてきました。工務部会は、身近な住まいの調査や補修、リフォームに取り組み始めました。これは住まいと生活を直接結びつける活動になっています。

大講演会・見学会が好評

恒例の大講演会は、高崎健康福祉大学教授松本恭治先生を迎え「マンションのスラム化は21世紀の都市問題」を内容とするもので、大きな反響がありました。この講演会を軸に、戸山ハイツ見学会、高崎市の街見学会、など足と目で確かめる実践で認識を深めました。

また9月には、さらなる前進のため、前専務理事添島氏による研修会を開き建築ネットの足場を固めた理念と歴史を再認識しました。皆さんの益々のご支援とご協力をお願いいたします。



理事長 小松田 精吉
副理事長 黒崎 羊二
常務理事 小川 満世
常務理事 高杉 康信
常務理事 日比野 正壽
常務理事 荻野 広己

常務理事 森川 純一
常務理事 神谷 正生
常務理事 長谷川 博道
監事 大木 了二
監事 石田 友義

私たちの住む「ソレアード日野」は'01年9月入居の24世帯マンションです。

入居当社は、どこかよそよそしくエレベーターであっても挨拶する程度でした。

'03年、はじめて居住者の交流の場としての第一回「ソレアードふれあい祭り」を開きました。14世帯40人が参加、以来8年になります。催しの楽しみは、餅つき。実行委員の手際いい働きでつき上げ、「きな粉餅」や「ネギおなか餅」豚汁が並びました。綿菓子、ポップコーンや飲み物など販売し、小日野のなか幼児もや女子高生もお手伝いするなどにぎわいました。豚汁、綿菓子、ポップコーンを担当した女子高生は、「今まで買って食べたことがあるが作るのははじめて、楽しかった」と感想を語ってくれました。

「ふれあい祭」は回を重ねるごとに内容も充実、居住者のフルート演奏、さらに避難梯の位置の確認なども行われています。今年は第一回電動車椅子サッカー4位の日本代表選手のバスやシュートの演技も行われ参加者に感動を与えました。また、管理組合の総会は70%を超える出席者になりました。管理会社を変更したときや今取り組んでいるマンションの瑕疵問題でも、NPO建築ネットの方々にお世話になるなど、ふれあい祭が仲間意識を高める大きな力になっています。(理事長 小俣昭光)



電動車椅子サッカーの日本代表選手を迎え、中学生も喜んで参加しました。



24世帯マンション「ソレアード日野」
「ふれあい祭」重ねて8年
餅つき、フルート演奏などで交流



居住者のフルート演奏でうっとり

無料相談会のご案内

準備のため、いずれも事前に連絡をお願いします。

◆住まいと建築、なんでも相談

毎週月曜日 午後1:00~4:00

その内容に合った専門家、一級建築士が対応します。

◆マンション管理相談

毎月第3土曜日午後

内容によって弁護士、マンション管理士、建築士等
専門家が複数に対応します。

専有部分(お住まい)の事は月曜です。

◆住まいづくり相談

毎月第4木曜日(祝祭日除く) 2:00~5:00

リフォーム、新築など建築、設備、内装の専門家、健康
住宅アドバイザー、ハウスマンテナーなどが対応します。

◆住まいと福祉、住まいの改善相談

毎月第4木曜日(祝祭日除く) 2:00~5:00

住まい、福祉、まち相談会のメンバーが主に対応します。

場所 NPO建築ネットワーク事務所

マンション問題連続講座 参加予約受付、費用等 詳細一報ください

2009年マンション管理講座 午後1時半~4時

「マンショントラブルを考える」

- 1 3月14日(土) 講師・小川満世
「管理組合の運営」
- 2 4月18日(土) 講師・小川満世
「管理会社との関係」
- 3 5月16日(土) 講師・藤井勝明
「長期修繕計画・大規模修繕計画」
- 4 6月20日(土) 講師・神谷正生
「管理費・修繕積立金・滞納問題」
- 5 7月18日(土)
「ペット・騒音問題」
- 6 9月19日(土)
「塗装・水漏れ(設備)対策」
- 7 10月17日(土)
「紛争対策と裁判」
- 8 11月21日(土)
「コミュニティ(合意形成)づくり」

その他の相談、勉強会、現地調査、設計等実務作業は
有料です。相談、契約の上規定の費用がかかります。

遠方の場合や業務範囲外の場合、友好団体を紹介す
ることもあります。

Tel.03-5386-0608

建築ネットワークセンターニュース19 号(2008.11.23号)記事訂正と追加

「NPO建築ネットワーク」19号の記事に誤解を招く表記、不
十分な表記がありましたので訂正致します。(ご希望の方
に再校をさし上げます)

記

1面「超高層マンションと高層マンション どう違う」

■維持管理

3行目訂正前 「それは建物の違いで『高さによること』
が大きいのです。
訂正後 「それは建物の違いで大きいのは高さです」
追加補強ゴンドラ作業について
「たとえば10分間平均風速が秒速10Mを越
えたり、雨が降ると作業ができません」

■超高層マンション最大の問題はエレベーター

14行目訂正前 「避難階段があるため超高層マンションよ
り有利です」
訂正後 「避難階段を使うことは超高層マンション
より有利です」

■大地震と超高層マンション

右ページ7行目「高層マンションは、阪神大震災を経験し
ており、損壊はありましたが倒壊の事例
はありません」の後に「長周期地震動」
の文を追加します。
「1985年のメキシコ大地震(M8.1)では、
震源地から400KM離れたメキシコシティ
では中高層ビルが何棟も倒壊し、死者
9500人にもなった被害で明らかにな
った『長周期地震動』の恐怖があります」



【ご案内図】



ティーたいむ

「噛めば噛むほど健康によい

よく噛むことは、子育てやメタボ予防、ダイエッ
トなどにとって大切な柱となっています。早く食
べて…と追い立てる生活では、一口当り10回程度
しか噛んでいません。歯ごたえのある食材を20~
30回噛みましょう。そこで噛むこと・そしゃくを
見直し5つの効用を紹介します。

1 栄養素の消化・吸収が良くなる

噛むということは、口に取り込まれた食物が唾液
と混じりあい、歯と舌とほほによりすりつぶされて
胃に送り込まれることを言います。噛めば噛むほ
ど多くの唾液が出ます。すると唾液と混ざって消化・
吸収され、栄養になりやすくなるのです。

2 虫歯、歯周病を予防する

また、唾液は口の中で自浄する作用を持ちます。
食物繊維が歯ブラシの役目をして歯の表面の汚れ
を落とします。食物中の酸を中和する作用で、虫歯、
歯周病を予防し、歯並びも良くなります。

3 食いしぼる力を出せる

噛むほどに、脳に入る血液の量が増え、脳の発達

をよくします。よく噛
んでいれば歯やあごが
鍛えられ、ぐっと噛み
締める力が出ます。よ
く噛むことで老化防止
物質のハロチンの分泌
も促進します。目の筋力も
鍛え視力を悪くしません。



4 発がん物質を消してくれる

唾液の中に含まれるペルオキシダーゼという酵
素は発がん物質を作り出す活性酵素を消してい
きます。約30回噛むと、毒性が1~2割に薄まるとい
う指摘があります。噛むことで食材から繊維が多
く出て便秘を防ぎ、アトピーの予防も。

5 肥満、糖尿病を予防する

よく噛むことで味覚が刺激されアドレナリンと
いう物質が分泌し、全身の細胞が活性化して肥満
を防止します。さらに噛むと血糖値が上昇し大脳
を刺激して「もう食べなくてよい」と満腹感が得
られます。(家庭栄養研究会・岡本昭子)

「建築ネット」からのお願い

●NPO法人「建築ネット」に 入会してください。

「欠陥住宅問題を解決し、安全で快適な住まい(マ
ンション)とまちづくりを促進し、そのための
取り組みによって社会全般に寄与する」という
目的に賛同する人はどなたでも会員になれます。
会費は月1000円、入会金5000円です。また、
賛助会員の会費は年間一口10000円です。ぜひ、
お気軽にご入会ください。

●運動資金カンパにご協力ください。

●住宅問題で困っている人をご紹介ください。

BOOKS

■マンション管理のブックレット

これからの マンション管理

—安全・快適に住むために—

【編・著】NPO建築ネットワークセンター
【出版社】下町人間総合研究所
【定 価】1,000円(税込)



【発行】合同出版
【定価】1,600円+税

◆ご注文は書店または当センターまで
建築ネットワークセンター

TEL.03-5386-0608 FAX.03-5386-1065