

No.8 2020.November

ODC

伝統と革新 - 知る、見る、感じる

# Forward



保津峡下りのスケッチ

《 ODC編集部おすすめの宿 》

京の奥座敷 湯の花温泉  
『松園荘 保津川亭』

《 特別企画/ODC編集部/第二回 》

大相撲の魅力

《 ODCグルメガイド 》

ODC編集部厳選

「おせち特集」



《 Information 》

ODCオリジナルクレジットカード  
DENTIST'S CARDのご案内

帝国ホテル 大阪の「お正月宿泊プラン」

《 the INSURANCE & the MANAGEMENT 》

人口減少時代

『歯科医院経営のあり方/  
人生100年時代を迎えて・・・』

MEMBER'S VOICE /

<健康考> デトックスから発想する健康維持とボディ管理

《 歴史コラム/第3回 》最後の晩餐「明智光秀編」

大阪府歯科医師協同組合  
Osaka Dentist Cooperative



# 帝国ホテル 大阪

～ 大阪府歯科医師協同組合の組合員様向け優待のご案内 ～

## 2021年帝国ホテルのお正月

令和三年のお正月 安全・安心を第一に 大切な人と 帝国ホテル 大阪で。

### 「お正月宿泊プラン」

ご予約  
受付開始  
11/3(火・祝日)  
10:00



ステージイベント(ビンゴ大会など)



プライベート空間で、ルームサービスを



Luminous(ルミナス) (カウントダウンコンサート出演者)



桂 あやめ(落語会出演者)

2020 12/31(木) ～ 2021 1/3(日)

年末年始はご宿泊とともに、さまざまなイベントが盛りだくさん。癒しの声「ヒーリングボイス」で魅せるボーカルユニット「Luminous(ルミナス)」が贈るカウントダウンコンサートで新年の幕開けをお祝いし、新春には屋台や射的などの出店が並ぶ縁日が開催されます。その他にも落語会、なんばグランド花月観劇ツアーなど、ご夫婦やご家族でお楽しみいただける催しをご用意しております。

#### プラン料金 (1室2名様でご利用時のお1名様あたりの料金)

レギュラーフロア スーベリア

各プランの料金には、宿泊料、朝食(元旦はおせち料理)、夕食、縁日券、サービス料・消費税・宿泊税が含まれております。初茜、初日の出、初夢プランには、年越しそば、カウントダウンコンサート、新春寄席券も含まれております。

		通常料金	優待料金	
	初茜	12/31～1/4	281,000円	267,000円
	初日の出	12/31～1/3	233,000円	222,000円
	初夢	12/31～1/2	186,500円	177,500円
	初旅	1/1～1/3	126,500円	118,500円
	初春	1/2～1/4	126,500円	118,500円

スーパーアツイン

※プランの詳細につきましては、「帝国ホテル 大阪」のホームページをご確認ください。  
<https://www.imperialhotel.co.jp>



#### 《お客さまの「安全・安心」のために》

帝国ホテルでは、新型コロナウイルス感染症への安全対策を徹底してお客さまをお迎えいたします。

詳しくは  
こちらから



ご予約・お問い合わせ

帝国ホテル 大阪 客室予約係

TEL: 06-6881-4100

< 月～土 9:00 a.m～8:00 p.m / 日・祝日 9:00 a.m～5:30 p.m >

※ご予約時には、「大阪府歯科医師協同組合の組合員」である旨をお伝えください。

※画像は全てイメージです。

# 大阪府歯科医師協同組合

Osaka Dentist Cooperative

## ◎現在の主な事業

### ■経営のお手伝い

オリジナルクレジットカード「DENTIST'S CARD」の発行  
関西みらい銀行「プレミアムドクターローン」  
池田泉州銀行「クリニック応援ローン(運転・設備資金 1億円以内)」  
オリコ「Webデンタルクレジット(自費診療等の患者用ローン)」

### ■セミナー事業開催等で学術活動をサポート

デジタルデンティストリー・デンタルショーの開催  
近畿歯科用品商協同組合、各協賛企業協力のもと、デンタルショー  
およびランチョンセミナーを開催

### ■医院環境の整備等、診療をサポート

AED、睡眠時無呼吸症候群検査機器を特別価格で斡旋  
日本光電、フクダ電子(購入、リース共に可能)、白洋舎  
ニッソーテック(除菌・抗菌・抗ウイルスの施工)  
日本トリム(電解水素水整水器のご案内)  
パナソニック ハートファームアソシエイツ(フラワーギフト)  
アクアクララ(レンタルウォーターサーバー)の紹介

### ■日々の暮らしのお手伝い

住宅の工事請負契約・売買契約等の割引(戸建て・分譲・賃貸マンション・リフォーム)  
旭化成ホームズ、イムラ、近鉄不動産、住友不動産、セキスイハイム、積水ハウス  
大和ハウス、日本エスコン、三井ホーム、パナソニックホームズ、和田興産  
車の購入割引(ボルボ・BMW・MINI・Audi)  
JCM(車買取りサービス)の紹介  
オンワードパーソナルスタイル(オーダースーツ出張採寸)の紹介  
リッツウェル(家具)の紹介・萬栄(会員制卸間屋)の紹介

### ■リフレッシュのお手伝い

エクシブリゾート 利用権を保有(全国27施設+ベイコート2施設)  
ザ グランリゾート 利用権を保有(全国19施設+提携ホテル2施設)  
鳥羽国際ホテル・潮路亭(鳥羽市)・NEMU RESORT(志摩市)(宿泊優待)  
オリックス・バファローズ(年間シート)の紹介  
ファイテン(ボディケアグッズ)の紹介

### ■同好会活動・健康増進・趣味の時間をサポート

ゴルフ大会、ボウリング大会など各種催しを開催

## □大阪府歯科医師協同組合年表

2015年	6月6日	創立総会開催 組合員8名により創立
	7月10日	法人認可
2016年	10月18日	第1回臨時総代会開催 総代制へ移行
		：
2018年	11月11日	第1回デジタルデンティストリー・デンタルショー 及びランチョンセミナー 於 本会
2019年	1月13日	新春大歌舞伎観劇 於 大阪松竹座
	1月27日	第1回組合員・家族・従業員囲碁大会
	9月16日	第3回支部対抗親善ゴルフ大会
	9月21日	歌舞伎観劇および食事会 於 京都南座・祇園「丸山」
	9月29日	東大阪市東・八尾市・柏原市・藤井寺市支部 健康増進事業(山歩き) 於 枚岡公園ハイキングコース
	11月17日	第3回支部対抗親善ボウリング大会
	12月1日	第2回組合員・家族・従業員卓球大会
2020年	9月27日	箕面市・池田市・豊中市・吹田市・茨木市・摂津市・ 高槻市・枚方市・交野市・寝屋川市・守口市・門真市・ 大東市支部 健康増進事業(山歩き) 於 天王山ハイキングコース

ODCは様々な企業と提携しております。  
詳しくはホームページをご覧ください。

<https://www.oda-kyoudou.or.jp>



## Contents

01	帝国ホテル 大阪	29・30	Miele(ミーレ)
02	ODC現在の主な提携事業	31・32	家庭料理とワイン
03・04	松園荘 保津川亭	33・34	Let's play tennis Vol.2
05・06	DENTIST'S CARD	35・36	第3回 大人のユルユル釣行
07	プレミスト江坂	37	第3回 歴史コラム「最後の晩餐 明智光秀編」
08~10	第二回 大相撲の魅力	38	大和ハウス/セキスイハイム近畿
11	第8回 人口減少時代 歯科医院経営のあり方	39	三井ホーム/パナソニックホームズ
12	人生100年時代を迎えて・・・	40	イムラ
13・14	第5回 大阪府歯科医師国民健康保険組合	41	旭化成ホームズ
15・16	免疫力を高める食事とは	42	近鉄不動産
17・18	デトックスから発想する、健康維持とボディ管理	43	コモンステージ浜寺昭和町
19	近畿歯科用品商協同組合	44	コモンステージ上野芝町4丁
20	大阪府歯科技工士会	45	コモンステージ彩都KIDS WING
21	第8回 ワールドインシユアランスエージェンシー	46	サザンステージ香里山手
22	タムラテコ社製オゾン発生器でウイルス対策	47・48	コスモデザイン企画
23・24	ベストワーク「ナノゾーンコート」	49・50	ランドローバー/007公開記念フェアのお知らせ
25・26	SIC/コンフォート	51・52	アバルト595
27・28	キャデラック大阪中央/シボレー大阪中央 株式会社ヤナセグローバルモーターズ GM大阪支店	53・54	第8回 ODCグルメガイド「おせち特集」
		裏表紙	リーガロイヤルホテル



image photo

京都 亀岡の豊かな大地が育む農作物、丹波篠山名物の猪肉、丹波牛等の銘柄牛、京都中央卸売市場直送の魚介類など…海の幸と山の幸、それぞれの旬を集めた料理が堪能できる。

京の馳走の四季折々の味わい



ほたん鍋



松茸(土瓶蒸し)



エントランスホール

京の奥座敷「湯の花温泉」  
松園荘 保津川亭

京都の四季を感じながら、日常を忘れてゆったりとお寛ぎいただけます。「露天風呂付客室」の他、「ひのき風呂付客室」、「和洋室」、1室限定の展望風呂付客室など、それぞれに最適な寛ぎのカタチが用意されている。



露天風呂

木のぬくもり少し贅沢な時間



10月下旬完成予定の「スーペリア露天風呂付客室」

近隣には観光施設も充実

秋の紅葉のなかを走るトロッコ列車や保津川の激流を舟でくぐる保津川下り。西国第二十一番札所の穴太寺や造り酒屋の蔵見学などがございます。

保津川下り トロッコ列車 穴太寺



大阪市内から車で約1時間  
風情ある空間で、  
非日常を愉しむ。

はるか戦国時代、傷ついた武将たちが刀傷を癒したとの伝説を残す、京都は亀岡の山あいには佇む温泉地。四季折々、その時期にしか出会えない景色と料理。都会では味わうことのできない魅力に触れてみませんか。



エントランス



仕入れでも使えるスタンダードカードは **3つの無料**

入会金無料

年会費無料

端末無料進呈

## 診療所のカード決済導入費用(端末代)を無料進呈

端末機は「Mastercard」・「Visa」に対応。 ※「JCB」・「Amex」・「Diners」との契約は、ライフカードが契約を案内します。(料率は個別設定・仲介手数料無料)

決済手数料 **2.3%** ※DENTIST'S CARDのプラチナ・ゴールドを保有の方は2.1%

仕入れ会社様(技工所、材料店等)にもメリットが

「DENTIST'S CARD」専用の加盟店手数料 **業界最低クラスの1.95%**

『DENTIST'S CARD』は地域密着をテーマに、  
大阪に特化した付帯サービスをご案内いたします。

現在は3つの高級ホテル(帝国ホテル大阪・リーガロイヤルホテル大阪・ホテルニューオータニ大阪)の  
レストランや宿泊料が割引となります。

また、ゴールドカード以上のカードをお持ちであれば伊丹空港・関西国際空港のラウンジを無料でご利用いただけます。

今後も更にサービス拡大をさせていき、HPや機関誌等でご案内させていただきます。



関西国際空港



image photo



image photo

詳しくは協同組合機関誌4月号・7月号をご覧ください。  
「DENTIST'S CARD」と日本歯科医師会が紹介している  
カード会社・端末とは別のカードです。それぞれに特徴がありま  
すので、先生方のご判断でご検討ください。

お問い合わせ・ご質問については、  
協同組合事務局までご連絡ください。

**TEL.06-6796-8602**

あなたしか持てない、  
あなただけの、この1枚。

# DENTIST'S CARD



大阪でご開業の歯科医師だけが  
持つことができる特別なカード



販売開始予定時期  
2020年11月下旬

【お詫びと訂正】2020年7月号に掲載した本物件の広告において、販売開始予定時期を2020年9月下旬としておりましたが、2020年11月下旬に変更させていただきます。お詫びとともに訂正させていただきます。



人々の心をうるおす私邸の在り方。

エントランスアプローチ完成予想図

御堂筋と暮らす、全119邸のグランドレジデンス。

モデルルーム案内会予約受付中

Osaka Metro御堂筋線

「江坂」駅 徒歩6分

Osaka Metro御堂筋線「江坂」駅より

「新大阪」駅 5分 「梅田」駅 11分  
「心斎橋」駅 19分 「なんば」駅 21分

※掲載の完成予想図は設計図書を基に描いたもので、官公庁の指導、施工上の都合等により建物の形状、色調等、実際とは多少異なる場合があります。※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程度まで成長しておらず、実際とは多少異なる場合があります。車は販売価格に含まれません。※徒歩分数は80mを1分として算出(端数切り上げ)したものです。電車の所要時間は日中平常時のもので、時間帯によって異なります。

【お客様の個人情報の利用目的について(大和ハウス工業株式会社)】弊社は、個人情報保護法を遵守し、弊社または弊社グループ企業が行う次の事業【※】に関するご案内・ご提案、契約の締結・履行、アフターサービスの実施、お客さまへの連絡・通信、新しい商品・サービスの開発、およびお客さまに有益と思われる情報の提供などのために、お客さまの個人情報を利用させていただきます。【※】住宅、リフォーム、集合住宅、マンション、商業店舗開発、建築、不動産分譲、不動産仲介、環境・エネルギー、損害保険代理店、ホテル、インテリアなどの各事業



《提携割引》1%割引 提携割引をご利用の際、「紹介カード」が必要です。販売価格(税込)より 初回来場時までに、大阪府歯科医師協同組合(TEL 06-6796-8602)へご連絡をお願いします。

〈売主・販売代理〉  
大和ハウス工業 東急不動産

お問い合わせは「プレミスト江坂」マンションギャラリー  
0120-832-119  
営業時間/10:00~18:00 火・水曜日定休(祝日除く)

公式サイトはこちら  
ダイワ 江坂

# 大相撲の魅力

第二回

## 番付表から見る相撲界

幕内格行司 木村元基 監修

「大相撲の魅力」連載第一回では、1500年続いてきた相撲の歴史の中で、神事として始まった相撲が江戸時代には庶民の娯楽として興行としての価値を持ち、現代相撲が形づくられていく流れを見てまいりました。今回はより細かく、現代相撲の世界を、番付表（次ページ参照）から紐解いていきたいと思います。

### 大相撲における番付表「階級」

大相撲の世界は、番付表に集約されていると言っても過言ではありません。相撲中継などを観ている、東の横綱西の大関、前頭二枚目などの言葉聞いたことがあると思います。これは番付表と呼ばれる力士の順位表です。番付は、幕内（横綱、大関、関脇、小結、前頭）、十両、幕下、三段目、序二段、序の口で構成されています。序の口、序二段以外には定員があり、三段目は200名、幕下が120名、十両が28名以内、幕内が42名です。力士は勝ち越すことで番付を上げ、負け越すと番付が下がります。各階級の番付の低い位置で負け越すと下の階級に落ち、反対に幕内以外の階級では優勝するか、それに準ずる成績を取ると上の階級に昇ることができます。また十両以上と幕下以下では大きく違いがあり、十両以上の力士は「関取」と呼ばれ、幕下以下は「力士養成員」または「取的」と呼ばれます。

### 力士養成員（幕下、三段目、序二段、序の口）

幕下、三段目、序二段、序の口。この4つの階級に所属する力士を「力士養成員」と呼びます。番付表でもその違いは顕著に表れています。格付けが最も下の「序の口」は、番付表でも一番下。四股名も拡大鏡を使わないと見えないくらいの小さな文字で書かれています。

番付に載るだけでも大出世ですが、見つけるのに苦労するほどの扱いです。階級が上がって出世していけば、四股名も大きくなっていきます。

序の口の上に書かれているのが「序二段」、その上が「三段目」です。番付表の下から二段目、三段目に書かれるからこの階級名がつかまりました。その上にあるのが「幕下」です。「幕内の下」という意味ですが、現在は幕内と幕下の間には十両という階級があります。幕下まで登れば関取まであと一歩。この階級に来るまでに何百人もの力士がいるのです。

ご存知の方も多いかと思いますが、力士養成員は相撲部屋の内弟子制度によって各相撲部屋に住み込みで生活します。衣食住には困りませんが給料はほんの僅かです。彼らの仕事は稽古はもちろんのこと、部屋の仕事として親方や関取の付け人をしたり、まわしの手入れや準備、髻を結う手伝いなどがあります。また力士養成員のうちは結婚は許されていません。僅かな給料では家庭を持つのは困難だからです。こうした厳しい内弟子制度は現代でも落語や歌舞伎でも見られますが、厳しい状況の中で稽古に励み、十両に上がると給料、待遇などすべてにおいて取り巻く環境が一変します。（十両の項参照）その意味でも、相撲観戦のひとつの楽しみどころとして、幕下筆頭と十両十四枚目（最下位）との取組は、力士にとって天と地を分ける一番としてとても興味深く、見応えがあるといえます。

### 十両

「十両」になると関取と呼ばれます。この階級は、明治時代に幕下の上位10位以内の力士に給料が出るようになったことから、創設された階級です。その給料が十両。名前の由来はここから来ています。正式名称は幕下



4人横綱

上り詰めると、公式行事の移動にはファーストクラスやグリーン車の使用の許可、多くの付け人など……さまざまな特権が与えられます。

**横綱**

大相撲力士の格付けにおける最高位の称号です。横綱の名称は腰に締める白麻の綱から来ています。横綱には降格はなく引退でしかその地位を引くことはできません。

**力士の給料**

基本給(月額)	2ヶ月に一度支給
横綱:約282万円	幕下:約15万円
大関:約234万円	三段目:約10万円
関脇・小結:約170万円	序二段:約8万円
平幕:約130万円	序の口:約7万円
十両:約100万円	

幕内優勝1,000万円  
殊勲賞、敢闘賞、技能賞各200万円

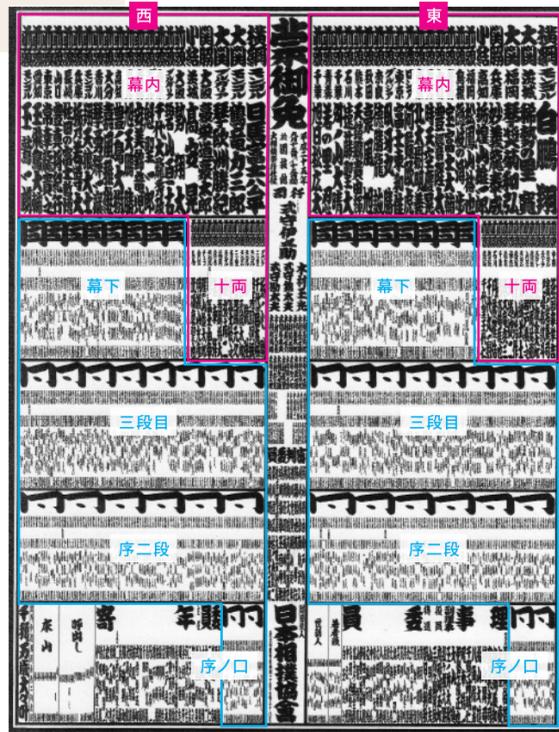
そのほか、取組の際の懸賞金は1本につき3万円が力士に渡されます。基本的に懸賞は50本までですが2015年1月場所の白鵬・鶴竜の取組で特例として61本の懸賞金がかけられました。この取組だけで183万円になります。それ以外に本場所毎に褒賞金(横綱は60万円以上)20万円の本場所手当などがあります。

ちなみに、力士の給料(日本相撲協会から支給される基本給)は左記の表のようになっており、これに加え各種手当が付きます。手当は本場所における出張手当、本場所毎に支給される力士褒賞金、平幕が横綱に勝った時に貰える報奨金などがあります。また横綱、大関、関脇、小結の三役以上になると本場所特別手当が付きます。ただし、幕下以下の力士には基本給はなく、本場所ごとに支給される場所手当のみになります。ここにも天と地ほどの違いが生まれます。

- ・給料月額100万円以上
- ・個室の使用許可
- ・場所中15日間土俵入り、化粧まわしの使用
- ・大銀杏の許可
- ・付け人がつく、結婚の許可

**幕内力士(十両以上)**

テレビ中継でよく見る取組は、この幕内力士による取組です。定員は42名、相撲界のトップ力士たちです。横綱、大関、関脇、小結、前頭の5つの階級で構成されます。前頭は最上位が前頭筆頭と呼ばれ、続いて前頭二枚目、三枚目……十五枚目と呼ばれていきます。



番付表 昔は東が優位とされましたが、現在では実力が均衡する力士同士が東西に配置されます。

- 「関取」と呼ばれる力士(幕内+十両)
- 「力士養成員(取的)」と呼ばれる力士(幕下以下)

**三役**

大関、関脇、小結、これらを合わせて三役と呼びますが、厳密には関脇、小結で三役といえます。

関脇は関脇昇進に一番近い地位「大関の脇につく力士」という意味で、基本的に東西最低1人ずつ置かれます。小結はこの地位の由来は諸説あり、定かではありません。小結を飛び越えて関脇に昇進するケースもあります。給料も関脇と変わりません。

**大関**

大関の由来は「大関取」からきているそうです。1791年(寛政3年)に横綱という地位ができるまでは大関が最高位でした。今年9月の秋場所後に正代が大関に昇進したことは、記憶に新しいかと思いますが、大関昇進には「3場所連続三役の地位で、通算33勝以上」が求められます。また、1場所負け越すと次は「カ下番」と呼ばれ、2場所連続で負け越すと関脇に陥落する厳しい地位でもあります。

2020年の春場所では豪栄道が引退したため、西の大関が不在となり、38年ぶりに西の横綱鶴竜が「横綱大関」になるという珍事がおこりました。横綱、大関はトップ力士中のトップといわれる存在です。ここまで

横綱になるには大関として2場所連続優勝、またはそれに準ずる成績、品格と力量が抜群であることが条件となります。それらが日本相撲協会の横綱審議委員会です。昇進は正式に決まります。昇進決定後は日本相撲協会理事と審判員の使者により、昇進が決まったことを力士と師匠に伝える「昇進伝達式」が行われ、横綱になる力士は決意の口上を述べます。伝達を受けた力士は、新番付の発表を待たずにこの時点で横綱として扱われることとなります。



昇進伝達式



「品格力量抜群に付横綱に推挙す」と書かれた横綱推挙状

横綱は全力士を代表する存在であると同時に、神の依り代であることの証とされています。そのため、横綱土俵入りは病氣・怪我などを除き、現役横綱の義務となります。横綱は天下無双であるという意味を込めて「日下開山(ひのしたかいさん)」と呼ばれることもあります。

横綱の歴史は、江戸相撲から始まりました。当時、乱立した行司を取り仕切る家にあつて、吉田司家は総元締めとしての権力を保持するため横綱免許を与えて横綱を作ったことを考えました。それまでの將軍家の観戦する上覧相撲や寺社への奉納相撲など特別な式典に際して行なっていた土俵入りを、土俵上で行なっていた

顔見世土俵入りと結びつけ、綱を締めさせて1人で土俵入りを披露させることにしました。1791年(寛政3年)、第十一代將軍・徳川家齊の上覧相撲において、二代目谷風権之助と小野川喜三郎が紙垂(しで)をたらしした純白の綱を付けての土俵入り(天下公認)となり、横綱が誕生することになったのです。



横綱の土俵入り

その成り立ちからも、もともと横綱は免許であり、地位ではありませんでした。大関の地位の中で横綱を付けられる者を横綱と呼んでいたのです(谷川・小野川は関脇で横綱になりました)。横綱は横綱免許を持つ大関に対する名誉称号であったため、当時の番付では大関が最高位だったのです。

第十六代横綱・初代西ノ海嘉治郎の時までは名誉称号の意味合いが強かったのですが、1890年(明治23年)五月場所からは番付にも横綱の文字が掲載されるようになりまし。1909年(明治42年)2月になり、相撲規約改正に伴い「横綱」の称号がはじめて地位として定められるようになりました。

「大相撲の魅力」連載第2回目の今回は「番付が一枚違えば家来同然、一段違えば虫けら同然」ともいわれる厳しい力士の世界を見てまいりました。今回はそのほか大相撲に欠かせない、行司・呼出・床山の歴史や役割、さらに親方、一門など相撲にまつわる面白いエピソードやさまざまなトリビアをご紹介します。

# 長い老後に備えて『資産寿命』を どう延ばすか？！

「複利は人類による最大の発明だ。  
知っている人は**複利**で稼ぎ、知らない人は**利息**を払う」。

この一言を残したのは、いったい誰でしょう。  
20世紀最大の物理学者と言われるアルバート・アインシュタイン博士です。  
エネルギーの大きさは物質の質量に光速の2乗をかけたものに等しいことを発見した博士が1916年にこの言葉を残しています。  
アインシュタイン博士にとって複利効果は相対性理論を凌駕する大発見だったのかもしれませんが。  
これに気づいた時、博士はもっと若い頃から複利を知っていればよかった、と反省したのかもしれませんが...

運用しているお金がいつ2倍になるのか分かる簡単な計算式、『72の法則』をご存じでしょうか？

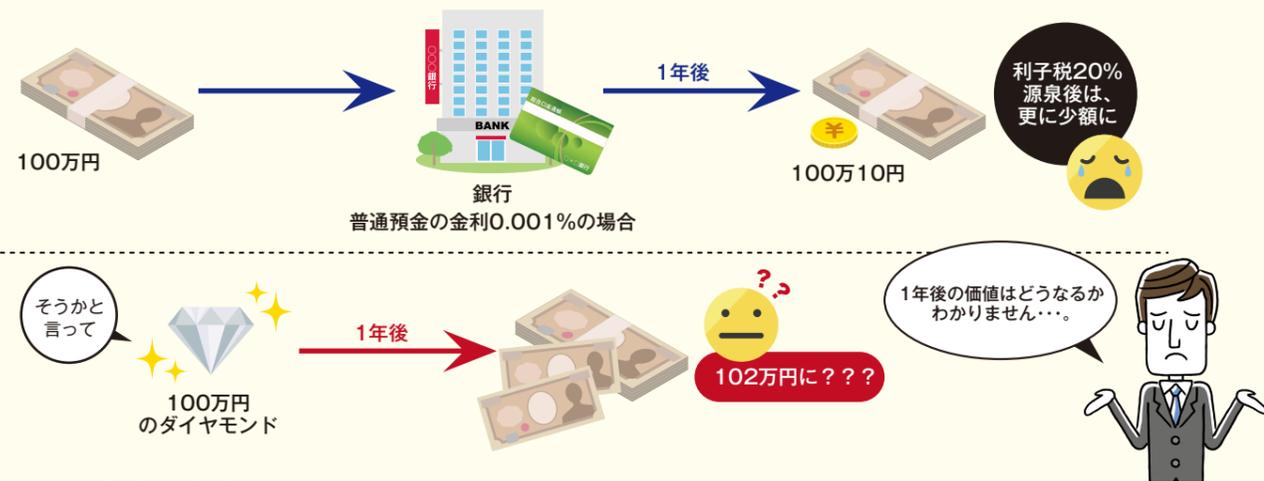
『72 ÷ 金利 = お金が2倍になる年数』です。

例えば 1,000万円を7%で運用した場合、  
72 ÷ 7 = 10.28、およそ10年で1,000万円が2,000万円になります。  
100万円を年利1%で複利運用すると20年後に約122万円になります。  
年利3%では約180万円、年利5%では約265万円と金利の差に大きな違いが生まれます



さて、2013年に政府、日本銀行が2%のインフレ目標を掲げました。  
その後、7年間で肉類は19.3%、魚介類は32.1%、野菜・海藻は18.7%、果物は24.2%も価格が上昇しました。

ただし、これには国民が気づきにくい落とし穴があります。  
『ステルスインフレ』と言って、パッケージや見た目はそのまま**内容量**だけ減らされているのです。  
消費税も10%になり、先生方の資産は勝手に目減りしています。



## 超々高齢社会における資産形成・管理の心構え

長い人生、苦しい上り坂にならないよう対策が必要！

- 現役期** 長寿化に対応し、長期・積立・分散(投資先の分散、時間の分散)小額からでも資産形成の行動を起こす時期
- リタイヤ期前後** 人生の長寿化に対応して金融資産の目減りの防止や計画的な資産の取り崩しの計画、介護への対策が必要な時期

次回1月号では、「一族資産循環論」について詳しくお伝えします。

\*2020年7月号での告知「変額個人年金」について詳しくお伝えしますが、諸般の事情で変更させて頂きました。紙面をお借りしお詫び致します。

# “生命保険のプロから見た” 人口減少時代 歯科医院経営のあり方

「瞬にして世界の価値観が変わり、常識が変わり、その変化に適応せざるを得ない『ウイズコロナ』の時代。しかし、コロナ禍は医院経営で直面しているリスクのひとつに過ぎません。情報の渦に巻き込まれることなく、澄んだ目で『複合災害』に備えることが賢明です。晴れた日にお気に入りの傘を「考動力」、即ち、リスクと遭遇する前に対策を打てる『先見力』が今求められています。」

## ウイズコロナ時代の医院経営

先ずは、「2022年問題」です。大局を観る上で欠かせない人口動態、団塊世代の方々が75歳を迎え始めます。医療費・介護費の急増。また、コロナ禍で再延期を想定内としつつ、世界的な金融ルール・銀行BIS規制強化も始まります。身近なところでは、2年に1度の診療報酬改定、2024年の診療報酬・介護報酬の同時改定(6年に1度)を見据えたものとなることは間違いありません。コロナ禍で100兆円規模の緊急歳出を余儀なくされた国家財政と、世界公約のプライマリーバランス均衡の先送りを鑑み、残念ながら診療報酬のマイナス改定は不可避です。この「2022年問題」を踏まえ、大

学でも勤務医時代にも学ばなかった「医院経営の『新常識』」を明記しました。創刊号でお伝えした6大医療経営資源「人、もの、金、情報、法律、生命保険」がどのように変わっていくのか、その変化に適応できるのかを考えていきましょう(紙面の関係上極部を記載)。  
また、フレイル状態にありながら症状が可視化されない「依存症という病」に、早く気づくことも大切です。患者対応のスタッフ、資金調達銀行、経営相談の税理士という依存症。長いトンネルから抜け出せぬ国の赤字国債依存を他山の石とし、「ウイズコロナ」の先にある事業承継を見据えた各依存症からの脱却が欠かせません。加えて、感覚ではなく「数字を客観的に見る習慣」も必要です。日本で一番多い東京都のコロナ感染率は約0.002%(原稿作成時、2020年8月下旬)。一方、がん罹患率は全国で50%。コロナには多くの犠牲を払い、コストをかけて備えるのに、約25,000倍の確率で罹患するがんの備えが疎かになっているのは何故でしょうか。代診の先生協力患者を守り、スタッフの雇用を守り、「地域医療を守る」持続可能な医院経営には数百万円の保障額では不十分な自明です。「他人ごと」ではない病「がん」。自院の複合災害に備えるべく、「着眼大局、着手小局」の実践を...

※フレイルとは、健全な状況から徐々に弱まってくる状態

## Point 医院経営の常識、新旧比較

	新常識	旧常識
理念	経営の第一目一番地	なくても問題なし
方針	生涯の可処分所得最大化	毎年の売上増加
事業体	医療法人も選択肢	殆ど個人立
人	理想のスタッフ像	明文化
	モチベーション	福利厚生制度充実
	院長とスタッフの関係	メンターとアスピラント
もの	待合室	安全第一
	Wi-Fi・コンセント	必須
金	資金調達	銀行・生保・医療機関債
	引退後必要資金	多:20-30年間分
情報	院長の通信簿	360°評価
	経営相談相手	メンター・コーチ
法律	個人情報	カルテ棚施錠
	権利意識	患者・スタッフ共に高い
生命保険	被保険者	院長一族・スタッフ
	保険金非課税種	有効活用

株式会社ガウディ  
代表取締役  
実践医療経営コーチ



杉原隆

[著者プロフィール] 日大卒業後、商社・伊藤萬入社、大阪本社配属。豪州勤務を経てソニー生命の事業に参画。医療経営に関し全日本医療経営研究会と提携。歯科医師会、医師会、病院協会等で講演多数。個別顧問先に病医院、歯科医院。鶴見大学歯学部・非常勤講師。「人口、財政、税制を考慮し、医療法人化、事業承継、争族予防等で医療経営をご支援し、間接的に医療過疎を防ぐ」活動に取り組んでいる。

URL: <https://www.gaudi-jpn.com>



左ページでは「複利効果」についてお伝えいたします。

「個別相談」をご希望の方は  
下記担当者までお気軽にご連絡ください。



大切な経営のこと、一緒に勉強しませんか？

お問い合わせ・ご相談窓口



ソニー生命保険株式会社

大阪ライフプランナーセンター第1支社  
エグゼクティブ ライフプランナー  
辻 一郎  
2020MDRT成績資格終身会員  
〒530-0001  
大阪市北区梅田2-2-22ハピビスENTオフィスタワー14F

TEL:06-4797-1811 E-mail: [ichirou\\_tsuji@sonylife.co.jp](mailto:ichirou_tsuji@sonylife.co.jp)

私たちは、  
健康のプロです。  
だから…  
[第5回]

心の病気は誰にでも起こります。多くの場合は少しずつ病気のサインが出ています。  
心の不調やストレス症状が長く続いたり、日常生活に支障が出ている場合は、  
**早めに専門機関に相談することが大切です。**

心の病気は、自分では  
気づきにくい場合もあります。  
その人らしくない行動が  
続くときは、注意しましょう!



◆ 心の病気の初期サインの例

- 仕事に行くのが憂うつ
- 何をしても元気が出ない
- ちょっとしたことでイライラする
- 知らず知らずのうちにスタッフに大きな声を出している
- 以前に比べて怒りっぽくなった
- 理由もないのに不安な気持ちになる
- 気持ちが落ち着かない
- 胸がドキドキする、息苦しい
- 誰かが自分の悪口を言っているまたは、自分が悪口を言っている
- 何を食べてもおいしくない
- なかなか寝付けず、熟睡できない
- 夜中に何度も目が覚める



# コロナ流行下の今、 こころの健康について 考えてみませんか?

## ～セルフケア編～

メンタルヘルス  
心の健康



image photo

新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、感染のリスクだけでなく、診療所経営のこと、各種助成金や補助金、減免措置等の慣れない書類作成で、ストレスフルな日常をお過ごしの方も多いと思います。ストレスを受けることで体調を崩すだけではなく、気持ちが不安定になることは誰しもが経験することです。こうした症状があるからといって、直ちに心の病気というわけではありません。しかし、これらのサインを放置して同じようにストレスを受け続けていると、一層調子を崩してしまい、心の病気になってしまうことがあります。

**心の病気の予防にはストレスと上手に付き合うことが大切です。**

心の健康を保つのは、身体と同じように早めの対処が肝心です。気持ちが落ち込む、イライラする、眠れない、食欲がない、などといったとき、早めのセルフケアが大切です。

それでも、つらい気持ちが続くときは早めに専門家に相談しましょう。

医師やカウンセラーなどの専門家や、地域の精神保健福祉センター、保健所、自治体の相談所など、相談できる場所はたくさんあります。  
当国保組合でも相談窓口を開設しました。

大阪府歯科医師国民健康保険組合  
こころの相談窓口

相談受付: 予約(専用ダイヤル)  
TEL:0120-783-193  
(委託機関: 株式会社フィスメック)

### 電話カウンセリング相談

※匿名で、最長50分まで相談できます。ご本人と配偶者および家族の方々がご利用になれます。

■ 月～金曜日 9:30～21:30 ■ 土曜日 11:00～19:00(日祝・年末年始を除く)

<ご利用の流れ>

専用ダイヤルの音声ガイダンスに従い、サービス番号「1」を選択してください。 **費用無料**

### 対面カウンセリング予約受付

※ご本人と配偶者および家族の方々がご利用になれます。(18歳未満の方は保護者の同意が必要です。)

■ 月～金曜日 10:00～17:00(土日祝・年末年始を除く)

<ご利用の流れ>

専用ダイヤルの音声ガイダンスに従い、サービス番号「2」を選択してください。 **費用: 年間5回まで無料(6回目から有料)**

お問い合わせ

大阪府歯科医師国民健康保険組合 TEL:06-6772-8306

## ストレスをためないライフスタイルとは???

ストレスと上手に付き合うには、まず毎日の生活習慣を整えることが大切です。バランスの取れた食事や良質の睡眠、適度の運動習慣を維持することが健康の基本です。また、ストレスが溜まった時の対策として、仕事から離れた趣味を持つこともお勧めです。ヨガや瞑想、ストレッチなどリラックスできる時間を日常生活の中に持つことやよく笑うことも有効です。また、適度の飲酒も有効ですが、お酒を飲んでつらさを紛らわせようとするかえって、睡眠の質を低下させ、うつ病などの心の病気を引き寄せます。

また、固定概念に縛られずに、考え方や見方を少し変えてみるだけで気持ちが少し楽になることもあります。困った時やつらい時は、誰かに話を聞いてもらいましょう。それだけで気持ちが楽になります。日ごろから気楽に話せる友人、家族などを増やしておきましょう。





# 自分を守る、 みんなを守る栄養療法 免疫力を高める食事とは

免疫とは、「疫=病気」から逃れる仕組みのことです。

管理栄養士 備生 千香(びしょう ちか)

私たちは、空気中のさまざまなウイルスや細菌に常に晒されています。これらが体内に侵入して病気にならない為にも、免疫力を上げておくことが大切です。では、免疫力を高めるためには、どのような事に気をつければ良いのでしょうか？ここでは「免疫力を高める食事」についてお伝えしてまいります。

まずは腸の働きを良くすることを考える必要があります。腸は口から食べたものを消化吸収し、排泄をする場所です。それと共にウイルスや病原菌などが入ってくる危険も高い場所でもあります。そのため、有害なもの侵入を防ぐ為に免疫力を備える必要があります。腸の内壁には免疫細胞が集中しているため、その働きを高めることは免疫力を高めることにつながります。普段から疲れやすい、風邪にかかりやすい、あるいは便秘や下痢、あるいは交互に繰り返している方は腸の働きが悪くなっている可能性があります。

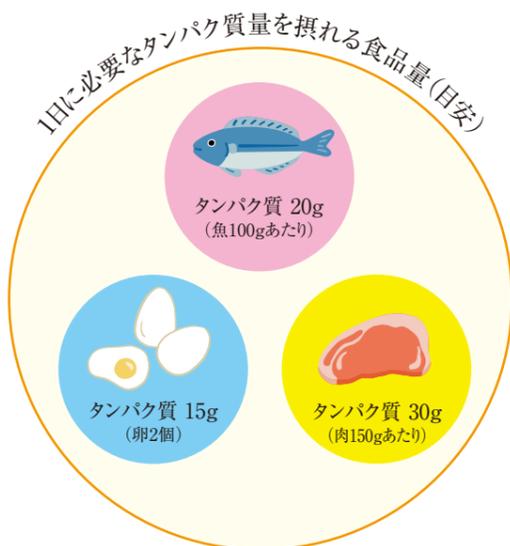


つまり、腸内環境を整えて免疫力の低下を防ぎ、腸の働きを活発にすることで免疫力を高めることができるわけです。腸内環境を改善して活発に働くのに必要な主な栄養素は、タンパク質・ビタミン類・ミネラル類・ポリフェノール・脂肪酸などです。その中でもタンパク質は身体を作っている細胞の材料としてとても大切な栄養素です。

私たちの身体は常に新しい細胞と入れ替わりながらも全体としては常に変わらない状態を保っています。タンパク質はその働きには必要不可欠であり、免疫細胞の活性化にも役立つ栄養素です。

## では具体的にどのような食事が心がければよいのでしょうか。

まずは副食と言われるおかずを増やします。肉・魚卵などを中心にタンパク質を十分摂ります。体重60kgの方の場合は、最低でもタンパク質60gを摂れるようにします。



主食の米飯や麺、パンよりも副食(おかず)を優先的に摂ります。副食を増やした分主食が食べられなくなるかもしれませんが、減らすべきは主食である糖質なので特に気にする必要はありません。また、野菜やきのこなども合わせて摂ります。汁物や小鉢を用意したり付け合わせの量を増やしていくとミネラル類や食物繊維がしっかりと摂取できます。

これらの食事の摂り方は免疫力を高めることだけではなく、健やかな身体を保つことにも役立ちます。何をどれくらい摂れば良いかにこだわらず、まずは日頃の食事内容を基準に増減する食品を選んでみることから始めてみると実践しやすいでしょう。

最後に免疫力を高める食事に取り入れてもらいたい食品を下記にご紹介いたします。是非、ご参考にしてみてください。

## タンパク質を中心に



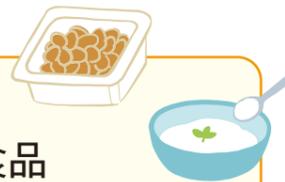
Image photo



Image photo

## バランスの良い食事を!

### 免疫力を高める食事に取り入れてもらいたい食品



#### 発酵食品

納豆、味噌、ヨーグルトなどは、腸内の環境を整える乳酸菌やビフィズス菌などが含まれているだけでなく、タンパク質も含まれているので免疫力を高めるのに役立つ成分が豊富に含まれています。

#### きのこ類

食物繊維が豊富で、腸内環境を良くする働きがあります。ビタミンミネラルも含まれており、料理に使うと旨味も出て料理を美味しくしてくれます。



#### もう一品におすすめ

##### きのこ小松菜のみそ汁(2人分)

- ◎水3カップ ◎みそ大さじ3
- ◎かつお粉小さじ1 ◎好きなきのこ50g
- ◎小松菜(キャベツやもやしでもいい) 1株50g程度



Image photo

卵を入れてもいいです。

2回目の施術は、1回目と同じようにホルミシスマットに包まれた後、リンパ節のつまりを改善するという処置を受けました。これは、リンパの流れを良くする溶液でマッサージすることにより、つまりが改善するものだと思います。私の場合、特に右側の鼠頸リンパ節のつまりがひどかったようです。

3回目の施術は、今まで2回の施術をミックスしたものになります。まずホルミシスマットに包まり、汗が出るくらいまで15〜20分ほどジッと待ちます。機械で脂肪を分解・燃焼させて、優れた液体でリンパ節のつまりを取ってもらい、リンパマッサージで老廃物を流していくという施術をしてもらいました。施術後はとってもスッキリし、リフレッシュできました。

下記(表A)が、3回の施術を行った結果です。



脂肪細胞に働きかけるラジオ波のイメージ



※今回の施術を行った、脂肪を分解・燃焼させる治療器

	1/12	1/20	2/2	2/16
	1回目 施術前 ↓ 施術後	測定のみ	2回目 施術前 ↓ 施術後	3回目 施術前 ↓ 施術後
へそ上5cm	63.5cm ↓ <b>61.3cm</b>	61.3cm	61.3cm ↓ 61.0cm	60.5cm ↓ <b>60.2cm</b>
へそ	65.5cm ↓ <b>63.8cm</b>	63.5cm	63.9cm ↓ 63.0cm	61.5cm ↓ <b>62.0cm</b>
へそ下5cm	<b>80.3cm</b> ↓ 79.5cm	78.0cm	75.8cm ↓ 72.5cm	72.0cm ↓ <b>72.0cm</b>

表A

結構サイズダウンしたことに驚きました。機械を使った施術により、脂肪が少しずつ時間をかけて落ちていくようです。実際20日間かけてゆっくり減ってきています。私の場合3回の施術で、最大約8cm減りました。数値以上にスッキリしますし、気持ちよくリラクゼーションでき、そのうえ痩せられるなんて言うことないですね。

### 新型コロナウイルスの時代だからこそ

この記事を書いている今も、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、気軽に出歩くにはまだ気が引けます。そこで、4月号に引き続き今回もお世話になった『トータルビューティサロン GRAND JETE(グラン・ジュテ)』代表であり、アロマセラピーの講師でもある長田さんに、「この時期に取り入れたいアロマの知識を教えてください。ただきました。次のコラムをご参照ください。」

「すべてのベースは健康」。できればワンランク上の健康を維持できるようにしたい。前回もご紹介しましたが、健康維持には栄養摂取も大事ですが、「デトックス」がとても大切です。デトックスが、疲労回復、体質改善、さらにはアンチエイジングにつながるのではないのでしょうか。今回はデトックスを基本に最新のメソッドを利用したエステ体験「第2弾」ボディ編です。

### 痩身エステの効果

歳を重ねてくると、お腹がぼっこりしてきませんか？特に下腹です。ご多分に漏れず私も「これはヤバイ」と思い、テレビで見た下腹引き締めエクササイズをいろいろ試みたりはするものの、効果が出る前に挫折し、そのままの状態が今日に至っています。そこで、合計3回の痩身エステの施術を体験してみました。施術は3回それぞれが異なりますので、少し詳しくレポートします。

1回目の施術は、ホルミシスのマットに包まり、汗が流れるくらいしばらくジッとします。前回でもご紹介しましたので覚えてらっしゃる方も多いかと思いますが、ホルミシスというのは、天然の鉱石から出る低放射線で、ご自身が持っている免疫力や自然治癒力を上げてくれる効果があります。ホルミシスのマットに包まることで、汗とともに体内の老廃物を出し、次の施術の準備ができます。

マットでじっくり汗を流した後は、ラジオ波を応用した治療器(※)を使った施術を受けます。この機械が優れもので、セルライトを撃退したり、脂肪を分解・燃焼させてくれるそうです。脂肪を分解する機械は微振動を感じ、燃焼させる方は少し熱を感じる施術になります。どれくらいサイズダウンするか楽しみです。



※写真はイメージです。

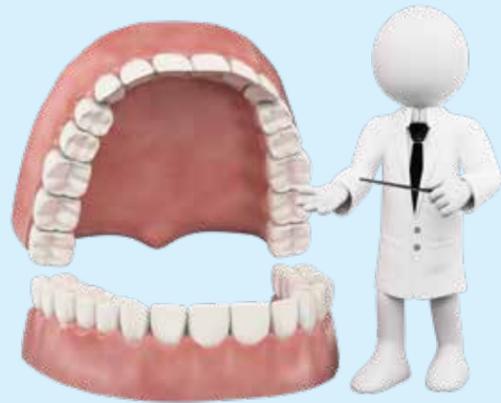
先生方の中には、生活の場や診療所などに「アロマ」を取り入れておられる方も沢山いらっしゃるかもしれません。新型コロナウイルス対策として、換気、消毒に、神経質なほど気をつけておられることと思いますが、改めてアロマセラピーを見直してみるのはいかがでしょうか。実際、「アロマ」は様々な物理的な作用や精神的な効果をもたらしてくれます。抗ウイルス・抗細菌作用が期待できる精油としては、ティーツリー、ユーカリ、ローズマリーなどがある一方、リフレッシュ効果のあるペパーミント、レモン、柑橘系などの精油が効果的。また、良い睡眠が得られる効果のある精油はカモミール、ラベンダーなども有名です。状況に応じていろんなアロマを使い分けることで、憂鬱な気分を軽減し、明るく爽やかな気持ちにしたいですね。

毎日を明るく、ポジティブな考え方で過ごし、美味しく食事を摂り、良い睡眠で自己免疫力を上げておくことがとても重要です。こういう時だからこそ、そんなシンパルな暮らしがとて大切だと、強く感じる日々です。

トータルビューティサロン  
**GRAND JETE**  
グラン・ジュテ

エステティックサロン、エステアロマセラピーのスクールを開業。各種国際ライセンスをはじめ、多くの知識と技術、身体とエネルギーバランスの調和を整え結果に導くといった、独自の手法が用いられている。「グラン・ジュテ」の名前の由来は、バレエの最も高く美しいジャンプ「グラン・ジュテ」から。「サロンやスクールに求められる方が飛躍される様に」という願いを込めて付けた名前です。

大阪市中央区南船場4丁目9-7 日宝南船場キャトル4F  
電話:06-4708-7982



**入れ歯の  
安心・安全  
歯科技工士が  
支えています。**

歯科技工士は、歯科医療の一翼を担う  
専門職です。  
歯科医師の指示書にしたがって、  
入れ歯、歯の被せ物、歯の詰め物、  
矯正装置などの作成や  
加工、修理を行っています。



一般社団法人  
**大阪府歯科技工士会**

TEL 06-6699-4400 受付時間 9:00~17:00



**歯科医療に  
安心と信頼を。**

私たちは、歯科医療チームを支援し、  
地域の健康に貢献します。  
ご用命の際は、『近畿歯科用品商協同組合』へ  
お問い合わせください。

近畿歯科用品商協同組合 TEL 06-6768-6210 受付時間 9:00~17:00(土・日・祝日除く)

(有)ファイン (株)PLEASANT. (株)日研 アイビー歯科技工所 <枚方市> (株)ディーエル・ワールド枚方 TDA タカヒラデンタルアート (有)ナイキ歯研 ミカモ・デンタル・ラボラトリー <羽曳野市> アジサカデンタルラボラトリー <八尾市> (有)デンタルクリエイト (有)NDL (順不同・敬称略)	<泉南市> TANAKA義歯製作所(株) <大東市> (株)ディーエル・ワールド <高槻市> C-side Tailor's Bio Design 西ノ京デンチャーセンター <豊中市> (株)ジャパン企画歯科補綴部 (株)藤原デンタル・ラボ ツカサデンタルラボラトリー <東大阪市> デンタルクリエイトoffice俊徳道 本多デンタルスタジオ (株)ナンゴウヤデンタルラボラトリー	<岸和田市> D.L野首 <堺市> アルプスクラフト(株) (有)サメジマ歯研 (有)デンタルセラモ <四條畷市> (株)嚙歯研 <吹田市> (株)デンタルデジタルオペレーション (有)タケモトデンタルラボ デンテックインターナショナル(株) ジェイ・ティー・シー (株)高崎デンタルラボラトリー <摂津市> (有)モリタデンタルラボラトリー	<大阪市内> (株)清水歯研 和田精密歯研(株) (株)シーディーシー Laulea Dental Studio (株)デンタルスタジオ (株)デンタルタイコニウム Smile create factory 千田歯研 Dental lab Yamaguchi (有)シーディーシー・ティーシー Uデンタルラボラトリー (株)N・Kデンタルラボ <河内長野市> (株)リープデンタルアソシエイト
---	---	--	--

私たちは歯科医療の発展に奉仕することによって、広く社会に貢献し、  
事業の限りなき発展と組合員のより豊かな生活の実現を目指します。

つじ歯科商店 藤原歯科貴金属(株) (有)ウエヤマ歯材 若山歯科商店 (株)P&A (有)クニシマデンタル 原田歯科商店 (株)宇高歯科商店 TKデンタル サイトウ歯科器材 (順不同・敬称略)	(株)利総 (有)共栄ディ・エス ハヤサキデンタルプロダクス (株)池田歯科商店 藤原歯科商店 協和デンタル (有)エヌワイ (株)加藤歯科商店 (株)橋本歯科商店 アルディ(株)	(有)誠 (株)中西歯材 岡崎歯科商店 (有)ハマダデンタルサプライ (株)アダチ歯材 廣田歯科商店 尾崎歯材(株) 伊藤歯科器材(株) 阪神歯科商会 アシスト (有)新田歯科器材	(株)タチバナ プレイブ(有) 長尾歯科器材(株) (株)ミサワ 大阪歯科器材(株) 畠山デンタル(株) (株)ヨシオカ 大信貿易(株) (株)岡村歯科商店 (有)山本歯材 (株)ノギ	岩崎歯科器材(株) (株)大洋歯科商会 (株)第一歯科器材 (株)デンタリード 藤岡陽商会 エスティデンタル(株) 天満屋島田歯科商店 (株)山田歯科商店 堺岩崎歯科器材(株) A. Nデンタル (有)ミヤコ歯材社
--	---	--	--	---

# オゾンでエアロゾル化した菌やウイルスを除菌 いつでも、クリーンな室内環境をこの一台で



AIR CLEANER WITH OZONE GENERATOR FUNCTION

## BT-180H

[仕様]

品番	BT-180H			
電圧	AC100V 50/60Hz			
除染時 オゾン出力	600mg/h			
低濃度 オゾン出力	15mg/h			
UVランプ	8w			
風量	ターボ	強	中	弱
消費電力	99w	90w	85w	78w
タイマー	1H / 2H / 4H / 8H			
適応面積	最大100平米			
電源コード長さ	1.80m			
製品寸法	W400×D240×H680mm			
質量	10.5kg			

プレスリリース (タムラテコ社のオゾン機器で検証)

奈良県立医科大学 <http://www.naramed-u.ac.jp/>

2020年5月14日「(世界初) オゾンによる新型コロナウイルス不活化確認」

藤田医科大学 <https://www.fujita-hu.ac.jp/>

2020年8月26日「本学の村田貴之教授が人体に安全な低濃度オゾンガスで新型コロナウイルスを不活性化できる事実を世界で初めて発見しました」

2020年9月23日「世界初 低濃度オゾン水による 新型コロナウイルス不活化を確認」

## オゾン水スプレー Lくりん minnie

Model TT-350 OSB

[仕様]

名称	オゾン水スプレー
オゾン水濃度	1.2~2.5mg/L
吐出水量	10秒あたり15ml
外径寸法	D100×W78×H265mm
質量	320g (タンクが空のとき)
タンク容量	350ml
入力電圧	付属のUSBケーブルを使用 DC5V/1A
電池	DC7.4V 800mAh Li-ion
使用水温	5~35°C

※オゾン水濃度は、使用する水質や水温により変化します。

水を瞬時に  
オゾン水にする  
手軽に除菌



【製造元】株式会社タムラテコ <http://teco.co.jp>

【お問い合わせ】 モバイルテレビジョン株式会社

〒530-0054 大阪市北区南森町 2-1-20 ☎0120-64-3753 <http://ozone.m-tv.jp/>



the INSURANCE /

Forward<sup>ODC</sup>

# 相続税の支払い資金の準備にはコツがある！

第8回

生命保険金の非課税枠を活用することをお勧めします。

## 預金や株式で資金準備した場合は？

一般的に現金で準備されている場合が多いと思いますが、相続が発生すると銀行預金からは一定の金額しか引き出す事が出来なくなります。遺産分割協議が完了し、各人の相続分が確定して初めて現金化の手続きが可能になるケースも多く、注意が必要となります。(表A①)

## 生命保険で資金準備した場合は？

生命保険活用の最大のメリットが、受取人を指定できるため、必要な人に直接残すことが出来るのが生命保険金になります。そのため遺産分割でもめないためにも有効な対策のひとつにもなります。また、銀行預金などと違って、保険金受取りの手続きをすれば短期間で保険金を受取れるので時間がかかりません。(表A②・③)

(表A) 現金で準備した場合と生命保険を活用した場合の比較

① 預貯金で備えている方は

遺産分割協議 → 相続分が確定 → 現金化の手続きが可能  
 預金の引き出し → 株式等の売却

② 生命保険で備えている方は

保険金請求書 → 一般的に5日以内 → 受取人

③ 生命保険は受取人を指定できる

生命保険金は受取人を指定することで、必要な人に直接のごすことが可能

遺産分割対策としても有効

民法上は相続財産ではないため、相続放棄をしても受け取れる

保険証券 → 受取人

(表B) 生命保険金の非課税枠の活用を検討する

生命保険金には、[500万円×法定相続人の数]まで非課税という特典がある。

【生命保険金の非課税枠(相続税法第12条の活用)】  
生命保険の死亡保険金には一定の相続税非課税枠があります。

■死亡保険金を一時金で受け取る場合

相続税法第12条 非課税枠=500万円×法定相続人の数  
※ただし、契約者と被保険者が同一で死亡保険金受取人が相続人だった場合は、相続人が妻と子2人のケース>

被保険者 妻 長男 長女

500万円 × 3人 = 1,500万円 相続税の非課税枠

例えば 現金2,000万円・死亡保険金2,000万円をそれぞれ受け取った場合のケースでみると、

現金2,000万円 全額相続税の課税対象  
 死亡保険金2,000万円 1,500万円まで非課税(500万円×3人)

現金を受け取った場合より死亡保険金を受け取った方が課税対象は少なくなります。

## 生命保険で準備した場合は？

生命保険のもう一つのメリットは、税制面で優遇されている事です。「法定相続人数×500万円」の非課税枠を上手に活用する方法があります。これは、相続税法第12条で規定されており、死亡保険金を受取った際に、一定の枠の範囲で非課税となるというのですが、高齢になると保険を解約していたり、満期保険金を受取っており、既に契約がないケースもある事から預金だけにおかず、改めて保険の活用を検討してください。(表B)

## 90歳まで加入できる保険会社もあります。

70歳以上で申込みされる場合には、商品内容のご理解を深めて頂くためにも、ご家族の同席や複数回面談を行い丁寧にご納得いくまで説明しております。通院されている場合でも、簡易な告知のみでご加入できる商品もありますので、この機会に「生命保険金の非課税枠」の活用をご検討されたいは如何でしょうか。

弊社では、歯科診療所のあらゆるステージに対応する保険の見直しを行っておりますので、お気軽にご相談、お問い合わせください。

World Insurance Group  
 ワールドインシュアランスエージェンシー株式会社  
 〒541-0054 大阪市中央区南本町三丁目1番12号 カネセ中央ビル6F

お問い合わせ

TEL:06-6241-2111

FAX:06-6241-2112

(営業時間/9:00~17:30)

E-MAILでのお問合せはこちら

[insubank.dental@worldins.co.jp](mailto:insubank.dental@worldins.co.jp)

# 『ナノゾーンコート』で クリニックまるごと 抗菌ルームに。

光触媒コーティングで、菌・ウイルスを分解除去

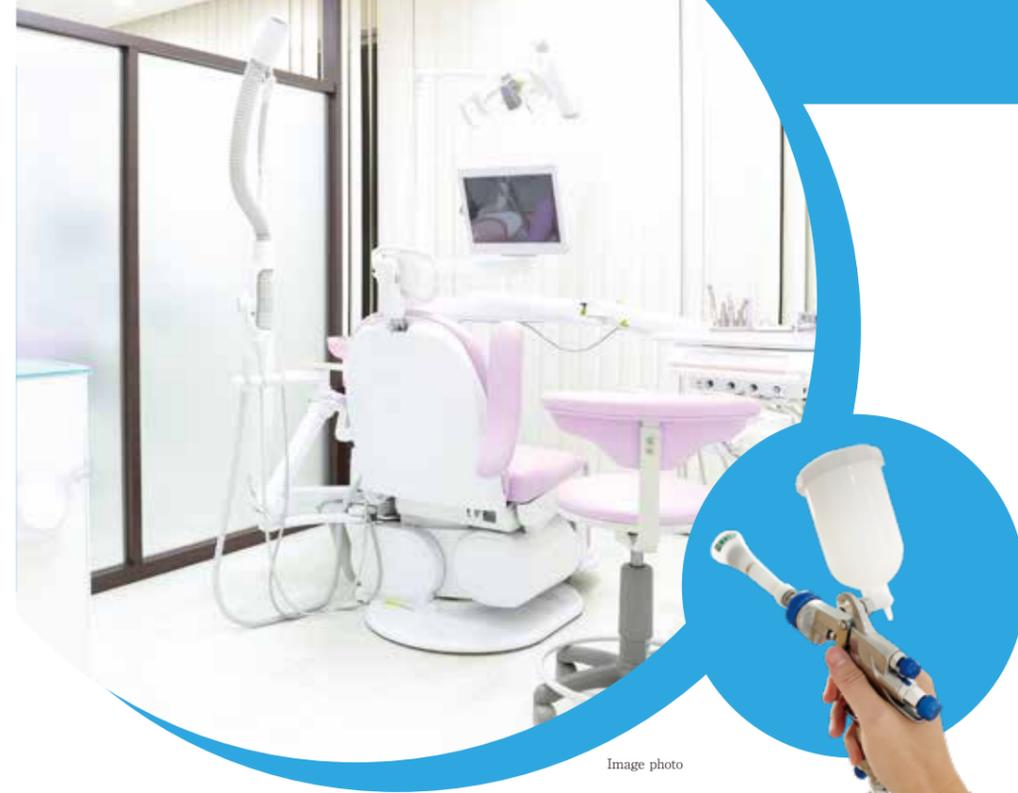


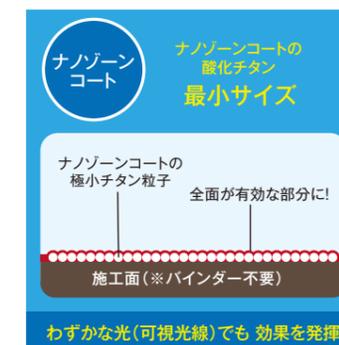
Image photo

コロナ禍の今、診療所の衛生面に対して、これまでよりも更に気を付けておられることと思います。一般的な清掃や消毒では長期的な効果を期待できない不安から、強い洗剤や消毒液を多用しがちになっていませんか?これらの使い方を間違えると環境に悪影響を与えたり、健康上の問題も考えられます。**現在、厚生労働省の「医療機関・薬局等における感染拡大防止等支援事業」による費用補助(表1)が行われています。(大阪府は2021年2月末まで)**この機会に従業員や患者さんの健康・安全のためにも診療所のウイルス感染拡大防止対策を検討してみませんか?

ご存知ですか?  
「光触媒」は菌やウイルスの分解・不活性化に効果的。  
「光触媒」とは光を当てることで化学反応を促進させ、有機物や細菌を分解したり消臭に効果的なものです。あまり知られていませんが、公共交通機関やスポーツジム、また身近なところでは自動車のサイドミラーの曇り止めフィルムやボディコーティング、抗菌タイル、鏡、外壁、エアコン、空気清浄機などにも利用されています。なぜ、こんなにも光触媒が様々なシーンで利用されているのかというと、「分解」「抗菌」「消臭」「防汚」に優れた効果を発揮し、人や環境に無害だからです。

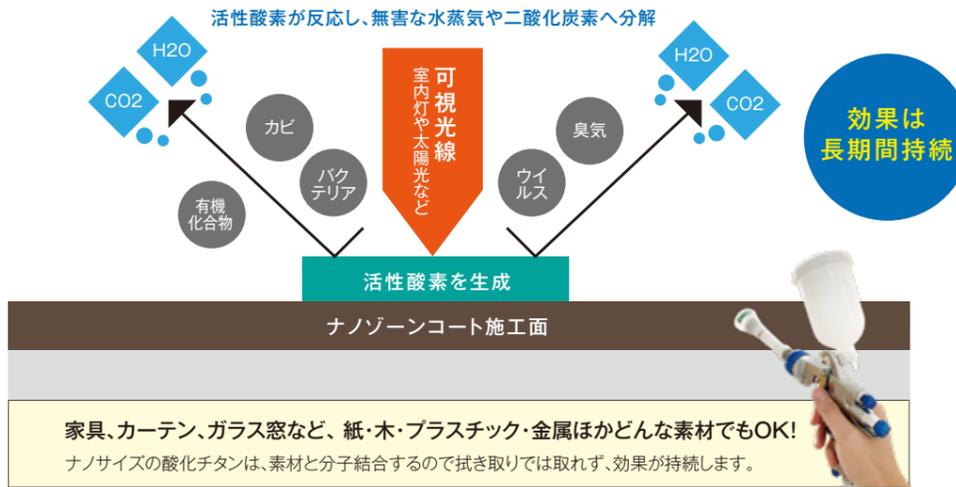
従来の「光触媒抗菌コート」と  
世界が認める光触媒抗菌コート「ナノゾーンコート」の違いとは…。

光触媒抗菌コートには酸化チタンが欠かせません。従来の光触媒の酸化チタンは粒子サイズが大きく、自力で施工面に付着できないためバインダー(接着剤)が必要となり十分に効果が発揮できませんでした。また表面積が小さくなるため強い太陽光が必要といった課題点もありました。しかし「ナノゾーンコート」は酸化チタンのサイズを世界最小レベルの2ナノサイズまで小さくすることに成功。自力で施工面に付着することができるのでバインダー(接着剤)を必要としません。また表面積が大きいためナノゾーンコートを施工しておくことで、わずかな光があれば長期的に効果が発揮されるのです。



## ナノゾーンコートの抗菌の仕組み

酸化チタンに可視光線が当たると、活性酸素が発生。わずかな光でも可視光線が当たる限り、長期間あらゆる有機物を分解し続け、抗菌・消臭・防汚効果を持続させます。



- 1 養生不要! 医院終了後に施工し、2~3時間で終了**  
布・ガラス・金属、家具や家電などもそのまま除菌抗菌が可能。
- 2 自然と体内に無害**  
酸化チタンは、化粧品や食品添加物などに使われています。酸のような刺激臭もなく、口に入っても大丈夫なのでお子様やペットにも安心。
- 3 ウイルスや菌を除去**  
空中に浮遊するノロやインフルエンザなどのウイルスや病原菌・緑膿菌などがコーティング面に触れると、活性酸素に反応して酸化し、人体に無害な水と二酸化炭素に分解!

ナノゾーンコートのメリット!

こんなところで使われています。



医療関連全般 各種交通機関 学校 飲食店

他、介護施設・オフィス・ホテルなど

施工証明書と  
認証ステッカーを  
発行させていただきます。

※証明書のQRコードから貴医院の施工動画を見ることができます。患者様の安心と信用につながります。

また、貴医院の  
施工動画をプレゼント!  
動画はホームページ等  
にもご活用ください



### 「医療機関・薬局等における感染拡大防止等支援事業」による費用補助(表1)

- <補助額>
- 以下の額を上限として実費を補助
- 病院 200万円+5万円×病床数
  - 有床診療所(医科・歯科) 200万円
  - 無床診療所(医科・歯科) 100万円
  - 薬局、訪問看護ステーション、助産所 70万円

救急・周産期・小児医療機関に対する支援金として重複して補助は受けられない。

<対象経費>  
感染拡大防止対策や診療体制確保等に要する費用

お問い合わせ 厚生労働省医政局  
新型コロナ緊急包括支援交付金コールセンター  
0120-786-577

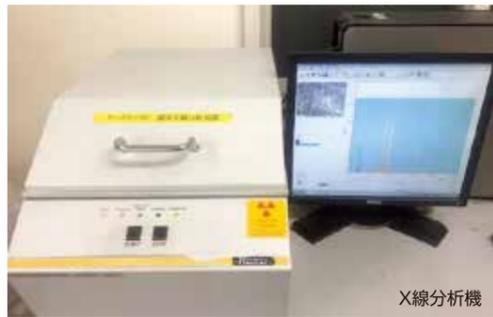
ナノゾーンコート施工費目安 50㎡→15万円~

# 株式会社SICによる

## 歯科金属の高価買取サービス

### 供給不足が深刻化！ パラジウム

歯科金属でもご使用のパラジウムは、特にガソリン車の排気ガスを浄化する為に使用されており、世界的に自動車排ガス規制の強化が進んだ事もあり、パラジウムへの需要は急増しております。そのパラジウムは鉱山からの供給量がここ5年横ばいで、リサイクルによ



る供給が少し増えたものの需要の伸びに対応できておらず、もはや供給不足が当たり前前の状態になっています。しかも今後、ロシアからのパラジウムの供給量も大きく落ち込む可能性まで警戒されており、調達が難しくなってきたており

ます。一時、米中貿易戦争が本格化した影響もあつて相場は少し下落する事もありましたが、需要は着実に伸びており、今後も供給不足が常態化するとの考えから相場は上昇傾向にあると考えられます。パラジウム不足解消の為に売却をお考えの方は、ぜひSICまで

### SICなら 高価買取を実現！

ところで、歯科治療の詰め物でもあるパラジウム等の歯科金属ですが、株式会社SIC

Cでは、独自のシステムでお買取りを致しております。

そのシステムの第一の特徴は、宅配便や買取リセットを利用することです。これにより人件費などの経費を大幅にカットでき、より高価な買取価格を実現致しました。

当社では、お申込みがカンタンにできる買取リセットをご用意しておりますので、ご連絡いただけましたらすぐに買取リセットをお届けいたします。専用ケースに歯科金属を入れ、同封の添付書類に必要事項をご記入の上、宅配便の着払いで送っていただくだけで、スピード査定の上、分析報告書をお送り致します。

また、お買取価格にご納得がいかない場合でもキャンセル料は一切かかりません、また買取リセットのご返却も不要です。

精算方法はご指定の口座に



お振込みいたします。(現金でのお支払いも可能です) どうぞSICの歯科廃棄物の高価買取システムを有効にご活用ください。

「まずは、  
無料買取リセットを  
お申込みください。」

### スピード買取りの流れ



### 【お客様の声】

- ◆ すぐに買取リセットが送られて来てびっくりしました。買取スピードと買取価格の両方に大変満足しております。知人にも勧めました。これからも依頼させていただきます。
- ◆ 初めての金パラ製品の売却時は不安だったのであらかじめフリーダイヤルで問い合わせしました。スタッフさんがいろんな質問に的確に対応してくれ、買取にも満足だったので、それからは宅配買取をお願いしています。
- ◆ どこに歯科用金パラを買取り依頼に出そうかとネットで探していましたが、SICは価格をわかりやすくオープンにされていたので、誠実さと信頼感が感じられて安心できました。金パラを買取リボックスで送ると、本当に即日換金してくださったのが嬉しかったです。これからも宜しくお願いします。

	分析手数料	買取価格	精錬手数料
当社	0円	当日相場の98%	Pd 90円/g Au 50円/g
他社一例 (訪問買取の場合)	6,000円	当日相場の95~96%	Pd 120円/g Au 50円/g

※上記価格は予告なしに変更される場合がございます。※2020年9月現在。

※万一、買取価格にご納得がいかない場合は、お送りいただいた歯科金属をご返却させていただきますが、不純物を前処理(焼成)する分析作業により、状態(形状)が変わってしまう場合がありますので、ご了承ください。(金属価値が変わることはありません)

# 歯科医療における可能性について 効果が期待できるプラセンタ

プラセンタは、健康維持促進や美容、様々な不調に効果的な成長因子(アミノ酸やビタミン、ミネラルなど)を豊富に含み、歯科医療における可能性も多いに期待できます。そこで、今回は多様なプラセンタ製品の中から、「最も効果が期待できるプラセンタ」を選ぶ術を考察します。

医療用医薬品、サロンで人気の化粧品、果てはドラッグストアに並ぶドリンクまで、多様なプラセンタ製品は大きく2種類に分類できます。

国が有効性を承認した医療用医薬品、一般医薬品

医療用医薬品  
原料…人の胎盤  
(特定生物由来製品に指定)  
製造工程から市販後まで徹底した安全対策が講じられる

- プラセンタ注射薬を使用の際は患者様の同意書が必要
- 院内に管理簿の保管義務がある

プラセンタはかつて「歯槽膿漏」の適用症があった

※胎盤エキス製剤(インタセリン)東薬薬品工業 現在は販売していません

### 一般医薬品

原料…豚の胎盤  
製造に関して微生物有無のチェックや滅菌処理など、徹底した安全管理を行う  
基礎試験、臨床試験、治験をもとに、国から有効性の承認を得ており効果が期待できます。

自主基準で製造された健康食品、化粧品

プラセンタ健康食品およびサプリメント

原料…豚や馬など動物の胎盤  
医薬品同様に、安全性は徹底されているもの、あくまで各社の自主基準に基づきます。



効果効能を望むならば、原材料や産地を確認し、品質を見極めることが重要です。後述の日本健康・栄養食品協会(JHNF A)の基準も判断材料と言えます。

安心と信頼の証 JHFA  
公益財団法人 日本健康・栄養食品協会

多様化したプラセンタ商品を正しく判断する基準としてJHFAマークがあります。これは「公益財団法人日本健康・栄養食品協会(JHNF A)」が定めた健康食品の基準規格で、曖昧な配合量をプラセンタエキス純末量※で明確に表示しています。安心と信頼の証は、歯科医療におけるプラセンタのさらなる可能性を確信へと導きます。

※プラセンタエキス純末…プラセンタエキス(液状)から水分を除き、そこに余分な成分を加えていない状態

用途に応じて使い分け可能! UTPのプラセンタケア

JHFAマーク取得! プラセンタ入門にも プラセンタサプリメント

お口から全身の健康へ

プラセンタ含有食品

プラセンタカプセルOP

オーラルプラセンタ 医学研究会 推奨商品

約15日分/箱 ※ 425mg×60カプセル  
歯科専売品 ¥5,800

たしかな実績。プレミアムなプラセンタ

プラセンタ含有食品

メルスモンプレミアムカプセル

プラセンタエキス純末※ 320mg

約1カ月分/箱 ※ 425mg×120カプセル  
医療機関専売品 ¥14,000

～プラセンタジェル～

健康的な歯茎のため

CL line 口中ジェル

50g  
医療機関専売品 ¥1,800

※1日4カプセルお召し上がり頂いた場合  
卸価格は下記までお問合せくださいませ



株式会社SICでは、歯科金属買取事業にて得られた利益の1%を日本赤十字社を通じて寄付しております。



# XT5



# XT6



# CT6



# NEW CAMARO

伝説は終わらない。



- CHEVROLET CAMARO LT RS  
車両本体価格(8速AT) ¥5,410,000 (10%税込)
- CHEVROLET CAMARO CONVERTIBLE  
車両本体価格(8速AT) ¥6,290,000 (10%税込)
- CHEVROLET CAMARO SS  
車両本体価格(10速AT) ¥6,950,000 (10%税込)

- CHEVROLET CAMARO LT RS "HERITAGE EDITION" 限定30台  
車両本体価格(8速AT) ¥5,500,000 (10%税込)
- CHEVROLET CAMARO CONVERTIBLE "HERITAGE EDITION" 限定20台  
車両本体価格(8速AT) ¥6,300,000 (10%税込)
- CHEVROLET CAMARO SS "HERITAGE EDITION" 限定40台  
車両本体価格(10速AT) ¥7,330,000 (10%税込)



NEW CHEVROLET CAMARO DEBUT / FIND NEW ROADS



- CADILLAC XT5 Premium 車両本体価格 ¥6,500,000 (10%税込)
- CADILLAC XT5 Platinum Sport 車両本体価格 ¥7,850,000 (10%税込)
- CADILLAC XT6 Platinum 車両本体価格 ¥8,700,000 (10%税込)
- CADILLAC XT6 NIGHT CRUISE EDITION 限定30台 車両本体価格 ¥9,100,000 (10%税込)
- CADILLAC CT6 Platinum 車両本体価格 ¥10,450,000 (10%税込)

キャデラック大阪中央 / シボレー大阪中央 株式会社ヤナセグローバルモーターズ GM大阪支店

〒555-0013 大阪市西淀川区千舟2-1-23 1Fショールーム  
Tel.(06)6477-3525 <https://osakachuou.gmj-dealer.jp/>

営業時間:平日10:00~17:00/土日祝 10:00~18:00 定休日:毎週月曜日・年末年始  
※月曜日が祝日の場合は営業し、翌火曜日を定休日と致します。

※価格には、保険料、税金(消費税を除く)、登録に伴う諸費用、リサイクル料金は含まれておりません。  
※価格は予告なく変更される場合があります。※車両本体価格は、消費税率10%に基づく価格を示しています。  
※使用した写真は、一部日本仕様と異なる場合があります。あらかじめご了承ください。※本誌記載の内容は2020年9月現在のものです。詳しくは当ショールームへお問い合わせください。

クルマはつくりません。クルマのある人生をつくっている。 **YANASE**



食器洗い機

電子レンジ機能付きオープン  
コーヒーマシン  
スチームオーブン  
グルメビルトインドロー



洗濯機

Welcome to Miele - 111-1の世界へようこそ

**MieleShop(ミーレ・ショップ)西宮 は、関西全域をサポートしています!**

ミーレ製品の**新築**や**リフォーム**での導入、**国内外のメーカーからの入れ替え**など、  
**様々なシチュエーション**でのミーレ製品の導入をサポートいたします。  
**商品の体験から購入、アフターサービス**まで**末永いサービス**をご提供しています。



<お問い合わせはこちらから>  
 ミーレ販売代理店 株式会社 池内商店 **ikeuchi**  
**Tel.0798-56-9662**

※ご来店の際はお電話にてご予約ください。  
 <メールまたはホームページにてお問い合わせください>  
 Mail:kobe@ike-gaia.co.jp  
<https://www.ike-mle.com/contact/>



〒662-0971 兵庫県西宮市和上町5-7 ホワイエ西宮6F  
 ■ 営業時間: 10:00~17:00 ■ 定休日: 日・祝日  
<https://www.ike-mle.com/>



"IMMER BESSER" (常により良いものを)

Miele(ミーレ)は、1899年にドイツで誕生した家電ブランドです。  
 「常により良いものを(Immer besser)」という指針のもと、  
 長い耐用年数、高性能、エコロジー設計、そして機能美あふれるデザインを実現し、  
 100年以上多くの国で指示され続けています。

**Mieleの正規代理店 株式会社池内商店** は  
 昭和51年の創業以来、「住」と「暮らし」のライフクリエイターとして、  
 時代を先取りした新しい提案をし続け45年。  
 ミーレは、私たちの提唱する「快適生活」を実現させてくれるブランドであり、  
 長年培ってきた歴史と実績から、当店が自信をもってお薦めできる製品です。  
 今後もミーレ製品の販売を通して「人の暮らしと環境の創成」をテーマに、  
 皆様の豊かな生活をサポートいたします。



ODC Off Time ~オフタイム~  
**家庭料理とワイン**  
 ~団欒料理を愉しむときの、ワイン選びのヒント~

よく赤ワインで、カベルネソーヴィニヨン(以下CS)やピノノール(以下PN)というブドウ品種を聞いたことがあると思います。CSは「果粒が小さい」「果皮が分厚い」「種が大きい」ので、カシスやブルーベリーの香りを持つタンニン(渋み)が強いワインになります。対してPNは、果粒が大きい「果皮が薄い」「種が小さい」ので、CSに比べてイチゴやチェリーのようなフルーティーで酸味を持つワインになるのです。

**料理に合うワイン選びのコツ**

それでは、料理全体の味付けと温度を踏まえ、どんなワインが合うのかをお伝えしていきます。お料理とワイン、それぞれの個性を消し合うこと無くお互いを高め合えるワインを選んでいきましょう。

例えばすき焼き。すき

焼きは醤油、酒、砂糖が使われています。甘いタレには酸味がありません。ですが重みがあるタレなので、熱々のお料理の温度を活かすために色が濃く、アルコール濃度も高い、冷えていない温度で楽しめるしっかりタイプの酸味の少ない赤ワインがよく合います。CSの中でも、カリフォルニアワインのように温かい地域で育ったブドウで、糖度が高く酸



味の少ないワインが合うのです。私が最近ハマっている食べ方は、トマトを入れて少し甘酸っぱくさせるすき焼きです。上の皮がめくれるくらい熱々になりますが、少し酸味のあつたタレになると、同じCSでも少し涼しい地域で育ったブドウで造られたボルドー地方やスペインの赤ワインなんかがよく合います。

せるとベクトルが定まりやすくなります。PNの酸味と、昆布とポン酢の旨味が相まってとても美味しいですよ。ご家庭で飲むワインは、日常にある調味料をヒントに選別するとより楽しい食卓になるのではと思います。

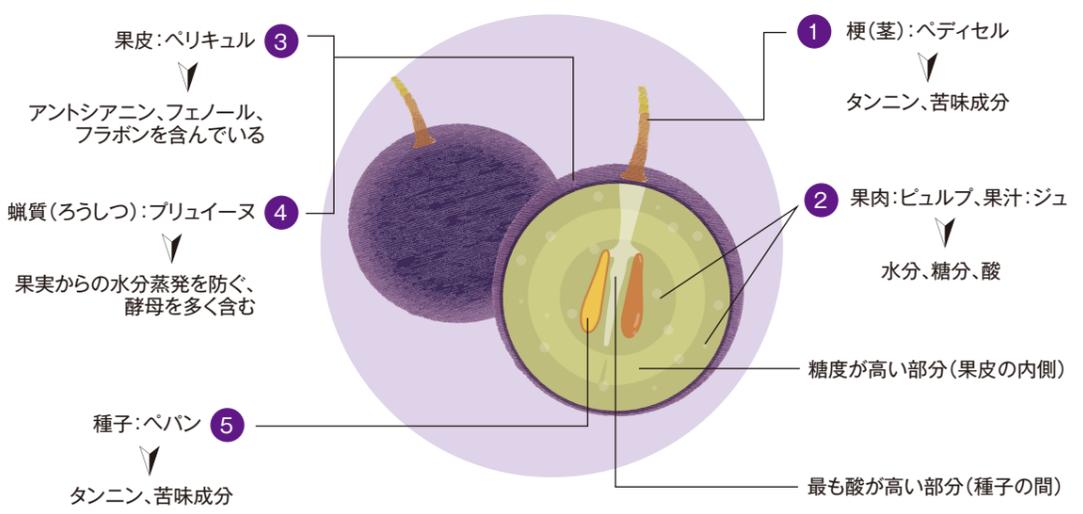
では、水炊きは どうでしょう？水炊きは昆布で出汁を取りますよね。旨味成分がお湯に染みわたり、野菜に溶け込んでいきます。我が家ではポン酢で食すのですが、ポン酢は柑橘系の果実で作られているので、酸味があります。色が白のお料理なので、白ワインももちろんいいですが、赤ワインで選ぶ場合、ポン酢の酸味に合わせる



新型コロナ感染拡大の影響で、会食や接待が減った昨今、自宅で過ごすことが多くなり、ご家族との時間を大切にされる方も増えたことと思います。私も休業していた期間は、外出できない分、お取り寄せグルメやテイクアウトを楽しむ一方で、自粛生活中の子供のストレスを分散し自宅での食事をいかに楽しく食べてもらうか、試行錯誤しました。普段なら鍋やたこ焼き等の面倒な後片付けがあるものは避けていましたが、このような時だからこそ、焼き鳥の調理器を買って、家族で一緒に楽しめるメニューを中心に考えました。

家庭料理で一家団欒するといえば、どんなお料理が目につくか？例えば、すき焼き、水炊き、焼き肉、たこ焼きにお好み焼き、主婦泣かせのホットプレート料理がメインになることがあるかと思えます。今回は、こういった団欒料理を愉しまれるときの、ワインを選ぶヒントをお伝えできればと思います。

<ブドウの断面図>



**ワインの味が決まる要素**  
 ブドウの種の周りには酸味があり、果皮の厚みで渋みがあるかが分かります。また、果粒が大きければ糖度が高くなり果実味が増します。これがワインになった時に味の決め手となります。

ワインの世界では、料理とワインは「マリアージュ(結婚)」という言葉を使います。このマリアージュとは、ワインと料理の相性のことを指します。「このワインはこの料理というマリアージュだ」という場合は、ワインと料理がよく合っている、という意味で使います。なんともロマンティックな言い回しですね。あまり難しく考える必要はなく、「この組み合わせが大好き！」というふうにご自分の嗜好を大切にしている、いいマリアージュに直面した時には感動を味わうことができます。普段から料理とのマッチングを考えることで、よりワインの楽しさを感じていただけたら幸いです。



※画像はイメージです。

監修・資料提供

Profile

ソムリエール  
**猪瀬 和美**  
 Kazumi Inose

一般社団法人日本ソムリエ協会 大阪支部 副支部長  
 BAR DE ONE オーナーソムリエ  
 サクラアワード 審査員 グループリーダー  
 西沢学園ワインスクール講師

# Let's play Tennis

Vol. 2

## 用具が揃ったら、さあプレー!

プレーのための基礎知識と練習方法

プロテニスコーチ 衛藤 斉

### 楽しく上達するための基礎練習

次に、どのくらいの力具合でラケットにボールを当てたらの程度飛ぶか、どのように当てればどの方向にボールが飛ぶか、という感覚を養っていきます。打ち方以外のこと意識してラリー練習に取り組むことが、上達に必要な基礎となります。最初はテニスコートを使わなくても大丈夫です。畳2畳分ほどの場所があればご自宅でも練習ができます。ラケットの持ち方やフォームは意識せず、ラケットにボールを正確に当てることだけに集中します。

実際の練習方法は以下の通りです。  
**①** ラケットとテニスボールを用意します。ラケットはできるだけグリップの下の方を握ってください。難しい方はグリップの上の方を握っていただいても大丈夫です。  
**②** 右利きの方は右手に(左利きの方は左手に)ラケットを持ち、ボールをラケットの面の手の平側(フォアハンド)の上に乗せて足踏みしながら10秒間ボールが落ちないように入ります。足踏みが無理な方は、少しずつ取り組むようにしてください。続いて手の甲側(バックハンド)を上にしてボールを乗せ10秒間足踏みします。



左手でもフォアハンドとバックハンドで10秒間やってみてください。(利き手ができれば次のステップに進んでも大丈夫です)

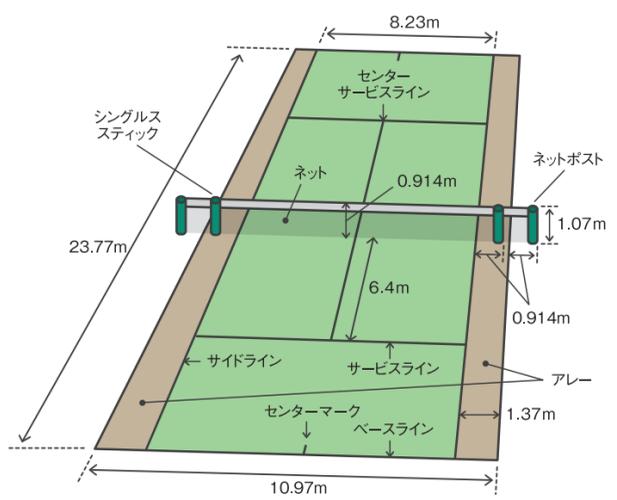
詳しい練習方法は  
こちらから



本誌4月号では、テニスがいかに健康に良く、手軽にできるスポーツかを説明いたしました。コートの種類やラケット、シューズ、ウェアなども詳しく見てきました。フィジカル面でもメンタル面でも素晴らしい効果が期待できる、魅力のあるスポーツということが十分ご理解いただけたかと思えます。今回は、実際にプレイするにあたっての基礎知識や練習方法などを解説していきます。

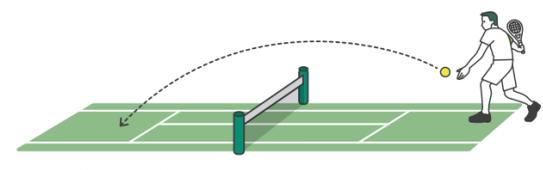
### コートを知ると練習方法が分かる

テニスのルールとコートを知ること、取り組むべき練習が見えてきます。左の図はテニスコートのラインの名称と長さ、そしてネットの高さです。大きさは世界統一共通規格で、4月号で紹介しましたハード、クレイ、オムニ、カーペットと、どのコートでも同じ大きさです。



ダブルスのコート

コートは縦23.77m×横10.97mの長方形、ネットの高さはセンターでは91.4cm。両端は107cmを超えなければならぬと決められています。実は、このルールの中にテニスの上達する秘訣が隠されています。まず、ボールがネットを越さなければならぬということ、必ずボールは上方方向に飛ばさなければなりません。さらに上方方向に飛んだボールをコートに収めなければアウトになってしまいます。ボールの軌道は放物線を描かないとコートに入りません。ゆっくりボールを打ち、ラリーすることから始めましょう。速いボールを打ちたいからといって、直線的なボールを打つても、一向に上達しないということになります。では、ネットの上をゆっくり通してラリーするためには何が大事か?それはボールと身体との距離感(ボールに合わせる移動ができる)、そしてボールとラケットにとにかく慣れることです。日本は型の文化なので、どうしても先にフォームにこだわりますが、まずはボールに慣れてください。フォームは後から大丈夫です。



ボールの軌道は放物線

- 距離感とラケットとボールに慣れる!
- ボールをコントロール!
- ラリーでテニスを楽しむ!

**③** 足踏みしながらボールを左手で自分の顔の高さまで上げてフォアハンド(手の平側)で5回キヤッチします。バックハンド(手の甲が上)でも5回キヤッチします。利き手でない方も同じようにします。

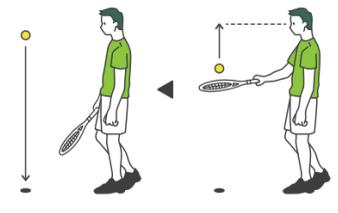
**④** 足踏みしながらボールを左手で体の前で投げてフォアハンド(手の平側)で軽く打って左手でキヤッチします。5回しましょう。バックハンド(手の甲が上)もします。利き手でない方も同じようにします。

**⑤** 目印を下に置きます。フォアハンドで打って自分の顔まで上げて目印を狙ってバックハンドでフォアハンドで打つ。そしてまた目印を狙ってバックハンドさせます。これを繰り返して10回。バックハンドでもします。(利き手でない方も)

**⑥** 2人でします。目印を狙って交互にバックハンドさせてフォアハンドで一人10回。バックハンドでもします。

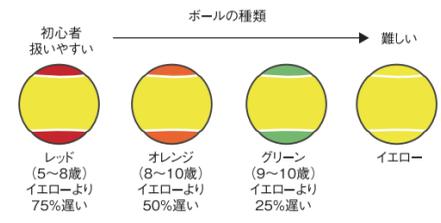
**⑦** 次に相手とラケット4本分の距離をとり、2人の真ん中に目印を置きます。お互いに目印の向こう側にゆっくりバックハンドさせて打ち合います。フォアハンドで一人10回します。バックハンドでも一人10回します。これが最初のラリーになります。

もしテニスボールの扱いが難しいと思われる方は、子供向けのボールを使って始めるのもいいでしょう。実はテニスボールには反発率の違う4種類があります。初心者の場合、一番簡単に扱いやすいレッド



単純な練習でも3つのテーマを意識して

ボールがお勧めです。図のようにオレンジ、グリーン、イエローとだんだん扱いが難しくなっています。  
**⑧** ここまでできるようになったら、次はテニスコートを使ってラリーです。最初はサーブラインとネットの間に2人が向かい合わせに立ち、ネットを越して相手の前に落ちるようにゆっくりボールを打って一人10回ラリーをします。あとは少しずつ下がって徐々にサーブラインまで下がってラリーを続けられるようになりましょう。一人10回から20回、フォームは気にせずラリーします。ここまでする基本的な基本です。



基礎練習ばかりで、少しずつまらなないかもしませんが、これができると後は楽です。大切なことは「始める」「楽しむ」続ける「です。厳しかった残暑も落ち着き、テニスにはいい季節が続きます。三密の心配も少ないテニスで楽しく、健康を目指しましょう。



**Profile**  
**衛藤 斉**  
 Hitoshi Eto  
 (Ato Z所属)

1968年10月28日生まれ  
 ウィルソンアドバイザリースタッフ  
 ラルピナアドバイザリースタッフ

- ◎戦績
- ・第31回全日本グラスコートベテランテニス選手権
  - ・35歳以上ダブルス優勝
  - ・第71回全日本ベテランテニス選手権
  - ・40歳以上ダブルス優勝
  - ・第72回全日本ベテランテニス選手権
  - ・40歳以上ダブルス優勝

**【ODC組員・ご家族限定】**  
**無料初心者体験レッスンのご案内**  
 レンタルラケット有り。(無料)手ぶらでもご参加いただけます。  
**【日程】**11月21日(土)、28日(土)  
**【時間】**15時~17時(2時間)  
**【場所】**〒587-0041 大阪府堺市美原区菅生823 シャーウッドの森  
**【定員】**各日8名  
**【対象年齢】**中学生以上  
**【申込方法】**お電話かメールにて  
 携帯電話: 090-3997-9229  
 メール: toshitoshi1028@ezweb.ne.jp

抽選で1名様に、貴方にあったオリジナルラケットをプレゼントします。本誌同封のFAXシートにてご応募ください。



# 大人のユルユル釣行ちようこう

## 離島デビュー“奄美大島編②”

大阪府歯科医師協同組合 理事 長谷 晋吾



魚が急に釣れ出すことを「地合い」というらしい。その地合いとやらを和歌山で経験した私と友人(相方)は、調子に乗って一気に離島を目指すことにしたのである。奄美大島を選んだ理由は、ロケーションもさることながらそのアクセスの良さが一番の理由である。伊丹空港から直行便で1日往復2便が運行されており、2時間半で真っ青な海と珊瑚礁が迎えてくれる。「車で渋滞に巻き込まれ、ヘトヘトになって釣り場に到着。そこには地合いを狙った釣り師がいっぱい…」というよりは『お徳感が高い』と考えたのである。

さて、初日は夕方まで全くアタリもなく納竿。夕食がたら繁華街である名瀬の街に繰り出し、明日の作戦会議とばかりに黒糖焼酎を堪能しつつ、夜が更けると今度は次回の下見と称してハシゴ酒となったのである。当地での夕食もさることながら、宿泊釣行ちようこうの楽しみは朝食である。私も相方も基本的には、朝食を抜いて釣り場へ直行とは考えない。2日目も本番、朝からいっぱい食べて気合充分。道すがら出会う漁港で手当たり次第ルアーを投げたのだが、この日も一向にアタリがない。時々姿を見せるウミガメにキャッキヤ言いながら碧い海にひたすらルアーを投げていたのだが、ふと隣を見ると、相方がなにやら短い竿を出し、下を見ながらチヨンチヨンやっているではないか。なんと小さいルアーをつけて、プクプク泳ぐハリセンボンを狙っているのである。



Image photo

私が『おぬし、ハリセンボン(=見た目はフグ)を狙うのか!?!』と半ば叱責すると、相方は『あすの朝までしか時間がない、流石に奄美大島まで来てポウズはまずかろう?』とニヤリ。寝屋川の釣具屋で奄美釣行ちようこうを告げてオススメされた、ちよっとお高い大物狙いの竿とリールもどこへやら…。いつのまにか定番の和歌山ガシラちゃんセットでラストスパートを始めたのである。ハリセンボンには緊張感はない。ましてや棘も出していない状態では、ただの黒い痩せ気味のフグである。そのおちよぽ口がちよこつと開いた瞬間を狙いますし、ルアーの針をかけようと試みる高難度の釣りではあるがそこは職業柄、翌日のフライト直前、執念で熟年は見事、この難才を腹ばいの状態で成功させることとなる。結果的に、この1匹が3日間の釣果ちようこうとなった。

実は奄美大島にはこの釣行以降も数度行っており、釣果は芳しくないことを告白しておく。夏の暑い時期、クリスマス、全部行ったが魚の姿を全く見ないこともあった。もちろんポウズばかりではないが、シブいのである。しかしながら、釣れはしなかったがルアーを追いかけてくる魚影と深いブルーの海は、次回こそという期待を抱かせ

るし、カヌーに乗ってのマンガロープでやればフキダイ、船からはGTジャイアントトレバリー(化物サイズのアジ)で、和名はロウニンアジ)やハタ類も狙える決して魚が乏しい海ではないのである。

と、ここまで読まれた方はお気づきであろう。『君ら、魚の地合いに飯食って酒飲んでるじゃん』と。その通り、否定はしません。人の地合いと魚の地合いがシンクロしているのであり、何かを我慢しないとそう簡単には釣れないのである。

しかしこれもまたよし。釣れたら楽しい、釣れなくても楽しい。ごはんが美味しい、酒がうまい。とにかく欲張り、これが大人のユルユル釣行ちようこうのスタイルなのだから。

※釣果(ちようこう)／魚釣りの成果。釣れた魚の量、また、その獲物。



Image photo





大阪府歯科医師協同組合員 **特別割引 3%**

『性能と意匠の融和』 xevoΣ PREMIUM

最上級の快適さや美しさを、堅牢な住宅性能とどのように両立させるか、その一つの答えがベルサイクスにあります。構造躯体への負荷を抑えつつ耐震性を向上、深彫の美しさを損なわずに汚れと退色に強い加工を実現。ディテールまで計算しつくしたxevoΣ PREMIUMは、テクノロジーとデザインの融和の結晶といえるかもしれません。



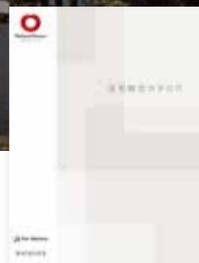
大和ハウス工業株式会社

〒530-8241 大阪市北区梅田3-3-5  
営業時間/9:00~18:00 定休日/土曜日・日曜日・祝日

お問い合わせ  
カタログ請求

下記お電話番号、または同封の資料請求FAXシートからご請求いただけます。

**06-6342-1374** 担当 本社営業推進部 瀬川 仁



時を経ても、続く価値を。

**セキスイハイム**  
Unit Technology for the Future

すべては、美しく豊かな暮らしのために

フランス語で“完全・完璧”を意味するセキスイハイムのフラッグシップ「パルフェ」。その名にふさわしい邸宅としての性能を追求しました。堅牢優美な外観デザインと環境・快適・安心を追い求めた、確かな住性能が、理想の毎日を実現します。すべては、美しく豊かな暮らしのために。



セキスイハイム近畿株式会社

〒532-0003 大阪市淀川区宮原1-6-1 新大阪ブリックビル 11階  
営業時間/10:00~18:00 定休日/火曜日・水曜日

お問い合わせ  
カタログ請求

下記お電話番号、または同封の資料請求FAXシートからご請求いただけます。

**0120-55-8162** 担当 特建営業部 安達

Email: adachi009-h@sekisui.com



大阪府歯科医師協同組合員 **特別割引 3%**



最後の晩餐

～ 歴史上の偉人が最後に食べたもの ～

明智光秀編

大阪府歯科医師会会員・作家 上田秀人

前回、織田信長のことを書かせていただいた。となれば、明智光秀を取りあげねばなるまい。

今年の大河ドラマ「麒麟がくる」の主人公となっているのもあり、明智光秀の認知度は上がっている。もともと明智光秀は歴史上の人物として好感度は低いが、よく知られていた。それは天下取りを目前にした主君 織田信長を京本能寺に襲い、殺害した裏切り者として、である。天正10年（1582年）6月2日 弘暁※に始まった、日本史上最大といえる謎から430年以上経っているが、いまだ真実はわかっていない。

さて、本能寺の変の前、明智光秀の動きを簡単に追ってみる。5月17日、織田信長の命で中国 毛利攻めの助勢として出撃することになり、安土で行われていた徳川家康饗応役を外され、居城近江坂本城へ帰る。26日、坂本城を出て丹波亀山城へ移動、28日、愛宕山へ参籠し、ここで、ときはいま 天が下する五月かなで有名な句を詠む。6月1日申の刻（夕方4時ごろ）亀山城を進発、沓掛（現京都市西京区大



Image photo

著者 プロフィール

上田 秀人（うえだ ひでと）

日本推理作家協会会員・日本文芸家協会会員  
日本歯科医師会会員

平成9年 第二十回小説クラブ新人賞佳作  
「身代わり吉右衛門」でデビュー  
平成22年『孤闘 立花宗茂』で  
中山義秀文学賞を受賞

【主な作品】  
「百万石の留守居役」シリーズ 講談社文庫刊  
「本意に非ず」文藝春秋刊

枝沓掛町で軍勢を休め、夜食を摂った。その後夜明け前に本能寺を包囲しているのに、明智光秀最後の晩餐は、このときに食べた陣中食となる。

当時の軍勢は決戦場まで移動する最中、空腹では戦えないと実戦前に食べる食事は違っていた。決戦前までは、ちゃんと煮炊きしたものが出た。場合によっては酒も許された。桶狭間の合戦で今川義元が討たれた原因の一つが、軍を止めて煮炊きしていたからだと言われている。兜や鎧の一部を外したり、槍や弓を手元から離してのんびり食事をしていたため、織田信長の急襲に対応できなかったのだ。それに比して決戦直前の陣中食は、じつに味気のないものになる。一度焚いた米を乾燥させた干し飯、それに味噌を丸めて固め

た味噌玉というのがほとんどであった。それも行軍しながらだと、干し飯をそのまま口に放り込んで唾液でふやかして食べる羽目になる。幸い明智光秀の場合は、軍勢を休ませたので食事であった。おそらく兜をひっくり返して水を入れたものに、干し飯と味噌玉を入れて溶かした雑炊のようにしたものだと思われる。干し飯をそのまま喰うよりはるかにましだが、それでも兜にしみこんだ汗の臭いなどもあり、決してうまいものではなかったはずである。

もっとも大恩ある主君を裏切るのだ。果たして最後の晩餐は喉を通ったのだろうか。



Image photo (現代の味噌玉)

味噌玉とは、味噌にネギや鰹節などの具材を混ぜて丸めたものこと。

※弘暁（ふでまろ）/夜明け



大阪府歯科医師協同組合員 **特別割引 3%**

木の香りに包まれる、健やかな暮らし



# 吉野杉の家

美原展示場

豊かな大自然と人の手が長年かけて育て上げた銘木「吉野杉」。  
湿度を調整し、空気を美しく変える「珪藻土」。  
それら健康的な自然素材を惜しみなく使い、木の香りに癒される住まいを提供しています。  
その唯一無二の心地よさを、イムラの展示場でぜひご体感ください。



豊中展示場



美原展示場  
(ABCハウジング美原住宅公園内)



堺展示場  
(堺北住宅博内)



登美ヶ丘展示場  
(ABCハウジング奈良・登美ヶ丘住宅公園内)

提携法人様特典 ご来場プレゼント!

クオ・カード **2,000円分**

イムラの展示場やイベントに初めてご来場いただいたお客様にお贈りします!



新しいイムラのホームページをぜひご覧ください。  
施工事例を多数掲載しています。



株式会社イムラ  
Instagram



株式会社イムラ

〒630-8013 奈良県奈良市三条大路3-2-7-1  
営業時間/10:00~17:00 定休日/水曜日・木曜日

お問い合わせ  
カタログ請求

下記お電話番号、または同封の資料請求FAXシートからご請求いただけます。

**0120-59-5510**

担当: 井村 義清

Email: houjin@imuranoie.co.jp

懂れを、かたちに。



HOME 注文住宅



ご家族の想いに応え、そのすべてをカタチにしたい。そのために、三井ホームにはクリエイティブパートナーがいます。プロジェクトリーダーを中心に、建築家、インテリアコーディネーター、エクステリアデザイナーがチームを編成。それぞれの専門分野で培った豊富な経験と卓越した知識を結集させ、理想とする一邸をともにデザインしてまいります。



イタリアンスタックの壁が印象的なリビング

三井ホーム株式会社 大阪支店

〒541-0053 大阪市中央区本町4-4-25 本町オルゴビル5階  
営業時間/9:00~18:00 定休日/水曜日・日曜日・祝日

お問い合わせ  
カタログ請求

下記お電話番号、または同封の資料請求FAXシートからご請求いただけます。

**0120-31-5033** 担当 北井 卓三

Email: t-kitai@mitsuihome.co.jp

大阪府歯科医師協同組合員 **特別割引 3%**

CLINIC 医院建築



三井ホームは、高い設計力・技術力、豊かな創造力と経験で、デザイン性に富む高品質な医院をつくり続けています。医院建築だけでなく、リノベーション、医院承継、事業拡大までトータルかつきめ細やかなサポートで先生方のさまざまなニーズに的確にお応えいたします。



歯科医院建築実例集

あなたの誇りを建てる。

Panasonic Homes

大阪府歯科医師協同組合員 **特別割引 3%**



リフォーム

期待を超え、感動を届けるリフォームを。

お客様の想いに寄り添い、期待を超え、大きな感動をお届けするために。  
「価値を高める提案」「価値を生む技術」  
「価値を支える安心」の3つのブランドプロミスを基本に、「新しい価値」を生むリフォームをお届けします。



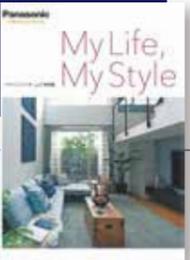
リフォーム総合カタログ



注文住宅

「強さ」と「暮らしやすさ」のNo. 1でありたい。

超高層ビルで用いられる制震技術「座屈拘束技術」を採用。安心感が違います。  
業界最小15cmきざみの柔軟な設計で、空調の広がりや天井高を細かく調整できます。  
空気の質を極めた快適・新空調「エアロハス」。心地いい暮らしをお楽しみください。



パナソニックホームズ実例集

パナソニックホームズ株式会社

〒560-8543 大阪府豊中市新千里西町1-1-4  
営業時間/9:00~17:45 定休日/土曜日・日曜日・祝日

お問い合わせ  
カタログ請求

下記お電話番号、または同封の資料請求FAXシートからご請求いただけます。

**06-6834-3867** 担当: 法人・LE営業部 藤井



人と街の可能性を拓く。

大阪府歯科医師協同組合員 **特別割引 5%**

ライフスタイルや家族構成が変わってもリフォームでさらに快適な暮らしに！  
ずっと住み続けられる住まいの在り方を近鉄不動産がご提案致します。

戸建てリフォーム

安全性・快適性を考えたワンランク上の毎日を創る。あなたの理想やこだわりを取り入れ、暮らしの価値を高めます。



新築・建て替え

新築も建て替えも近鉄ニューイング学園前にお任せ下さい。近鉄独自の技術、外断熱工法「エアアウード」は住まい全体を断熱材で包み込みます。



近鉄のウイルス対策

次世代型光触媒コーティング

エアフレッシュは、一度の施工で除菌・抗ウイルス・抗菌・防臭・防汚などの効果が長期的に持続します。

大阪府歯科医師協同組合員の皆さまへ

「医療機関・薬局等における感染拡大防止等支援事業」のご案内  
感染拡大防止対策や診療体制確保などに要する費用を補助します。

「厚生労働省医政局新型コロナ緊急包括支援交付金」コールセンター  
TEL:0120-786-577

クリニックリフォーム

ビジネスに合わせて使いやすさをプランニング。機能や動線を考えながら個性あふれる美しさを演出します。



お問い合わせ、ご相談は下記担当者までご連絡ください。

大阪府歯科医師協同組合員様にご成約特典がございます。最初に本誌をご覧になられたことをお伝えください。

近鉄不動産株式会社

ニューイング学園前  
〒631-0034 奈良市学園南3-1-2  
営業時間/10:00~18:00 定休日/水曜日・木曜日

お問い合わせ  
カタログ請求

下記お電話番号、または同封の資料請求FAXシートからご請求いただけます。

**0120-117-263** 担当 沢村 万里  
Email:m-sawamura@k-newing.com



総合案内カタログ

HEBEL HAUS

ALL for LONGLIFE

大阪府歯科医師協同組合員 **特別割引 2%**

ヘーベルハウス  
安心して住み継げる住まい

医院併用住宅

●重鉄構造ならではの開放的な空間設計

●上階の音を下階に響かせない高い遮音性

●断熱性が高く、室温管理が必要な病院内でも快適



戸建て住宅

●家族構成や敷地など、ニーズにあわせた提案力

●災害に強い構造と生活復旧への対応力

●資産価値を保つロングライフシステム



ヘーベルハウスが確かな安心と快適をお届けします！

お電話やメール、ビデオ通話(TV電話)でご相談できます！

ご自宅にいながら、ヘーベルハウスのこと、土地のこと、資金のことなど家づくりについてお気軽にご相談ください。

※担当からご連絡のうえ、ご希望の日時をお伺いいたします。

ご相談はこちら▶



LINE WORKS

SPECIAL PRESENT

ご成約された方には、  
あなただけの**住宅模型**を差し上げます！



※詳しくは営業担当までお問い合わせください。

※掲載の写真はすべてイメージです。

旭化成ホームズ株式会社 大阪総合支店

〒540-6011 大阪市中央区城見1-2-27 クリスタルタワー11F  
受付時間/10:00~18:00 定休日/火曜日・水曜日

お問い合わせ  
カタログ請求

下記お電話番号、または同封の資料請求FAXシートからご請求いただけます。

**090-1226-8236** 担当 井上 佳久  
E-mail:inoue.yn@om.asahi-kasei.co.jp

歴史が息づく閑静な地に、積水ハウスの宅地分譲。

「浜寺昭和町」の新しい邸宅風景を創造する、積水ハウスの選ばれし地。



古代ロマン漂う百舌鳥古墳群を  
身近にした静謐なロケーション。  
生活利便施設も身近に充実しています。



履中天皇陵 徒歩2分(約160m)  
仁徳天皇の第一皇子、第17代天皇。  
日本で3番目に大きい巨大前方後円墳。



市立上野芝小学校 徒歩14分(約1,090m)



市立津久野中学校 徒歩18分(約1,420m)

指定校区  
市立上野芝小学校  
市立津久野中学校

※上記環境写真は2018年5月に撮影したものです。※徒歩分数は1分=80mとして、今回販売区画より最も近い地点より算出したものです。

概要●物件名/コモンステージ上野芝町四丁目●所在地/大阪府堺市西区上野芝町四丁目592番13の一部●交通/JR阪和線「上野芝」駅より徒歩4分(約300m)●総区画数/2区画●今回販売区画数/2区画●土地面積/A号地:198.37㎡、B号地:209.94㎡(路地状部分:59.33㎡を含む)●分筆登記完了時に相違が生じる場合があります。●私道負担/無●地目/宅地●用途地域/第一種低層住居専用地域(東北1号線道路端から25m以内の部分)・第一種中高層住居専用地域(東北1号線道路端から25mを超える部分)・大仙風致地区●その他規制/文化財埋蔵地区、景観地区、都市計画公園(大仙公園)区域内、壁面後退:道路側1.8m、降地側1.0m(風致地区による)、高さ制限:第一種低層部分:10m、第一種中高層部分:15m●建ぺい率/40%(風致地区による)●容積率/A号地:178.92%、B号地:188.73%●道路幅員/西側5.4m(アスファルト舗装)●設備/電気:関西電力、ガス:都市ガス、上水道:公営水道、下水道:公営下水道、雨水:L型側溝●販売価格/A号地:5,180万円、B号地:3,780万円●手付金の保全措置/西日本住宅産業信用保証株式会社●売主/積水ハウス株式会社●取引態様/土地売主●取引有効期限/2020年11月末日(広告作成日/2020年10月9日)

インターネットでのお問い合わせ・資料請求は

1区画70坪超のゆとりの3区画



概要●物件名/コモンステージ浜寺昭和町●所在地/大阪府堺市西区浜寺昭和町5丁目641番1他●交通/南海本線「浜寺公園」駅より徒歩6分(約420m)またはJR羽衣線「東羽衣」駅より徒歩10分(約740m)●総区画数/3区画●今回販売区画数/3区画●土地面積/255.09㎡(1区画)~255.96㎡(1区画)●私道負担/無●地目/宅地●用途地域/第一種低層住居専用地域●その他規制事項/壁面後退1m、高さ制限10m●建ぺい率/40%●容積率/80%●道路幅員/約4.35m(アスファルト舗装)●設備/電気:関西電力、ガス:都市ガス、上水道:堺市営、下水道:公共下水道、雨水:L型側溝●販売価格/5,160万円(1区画)~5,950万円(1区画)●手付金の保全措置/西日本住宅産業信用保証株式会社●売主/積水ハウス株式会社●取引態様/土地売主●取引有効期限/2020年11月末日(広告作成日/2020年10月9日)

大阪市内へ快適&軽快な2wayアクセス



※日中平常時の所要時間の表記になります。  
 ※所要時間はいずれも待ち時間を含みません。また、時間帯により所要時間は異なります。  
 ※アクセス図は概略図のため省略されている駅・路線等があります。

インターネットでのお問い合わせ・資料請求は



# 「サザンステージ香里山手」新街区 建築条件付宅地5区画!

この街が、未来への翼になる。  
コモンステージ彩都 KIDS WING

**京阪本線2駅利用可能**

- 現地から京阪本線「光善寺」駅 徒歩13分(約1,030m)
- 現地から京阪本線「香里園」駅 徒歩13分(約970m)

市立蹠路小学校 徒歩15分(約1,180m)  
中振中央公園 徒歩8分(約620m)  
大阪市立高等学校 徒歩13分(約1,020m)  
蹠路神社 徒歩3分(約200m)  
さだ保育園 徒歩10分(約770m)  
光善寺駅 徒歩13分

関西医科大学香里病院 徒歩12分(約920m)  
フレスト香里園店 徒歩13分(約1,020m)  
香里園駅 徒歩13分  
ライフ香里園店 徒歩12分(約920m)  
トップワールド香里園店 徒歩16分(約1,240m)

**サザンステージ香里山手**  
SOUTHERN STAGE KORIYAMATE

※掲載の写真は国土地理院発行の航空写真に一部CG処理を施したもので、実際とは一部異なる場合がございます。※徒歩分数は1分=80mとして、分譲地の最も近い地点より算出しています。



彩都西駅から千里中央へ直通17分、梅田へも36分の便利さ。(「千里中央」駅で北大阪急行に乗り換え)新幹線や飛行機も利用しやすいポジションです。

■コモンステージ彩都KIDS WINGより  
大阪モノレール「彩都西」駅へ徒歩**15分**(約1,200m)

## 京阪2駅徒歩利用可能でアクセス良好なロケーション

「サザンステージ香里山手」全体区画図  
※上記は全体区画図と隣接する環境を描き起こしたものです。形状等、実際とは多少異なる場合があります。予めご了承ください。

■「サザンステージ香里山手」第4期 建築条件付宅地 価格表

宅地	土地面積	販売価格
1号地	105.80㎡(約32.00坪)	1,790万円
3号地	130.83㎡(約39.57坪)	2,450万円
4号地	120.66㎡(約36.49坪)	2,270万円
5号地	120.45㎡(約36.43坪)	2,280万円
7号地	131.86㎡(約39.88坪)	2,380万円

■サザンステージ香里山手 第4期 全体概要 ●開発面積/1~6号地:719.75㎡、7・8号地:1,236.72㎡ ●総区画数/8区画 ●開発許可番号/1~6号地:枚方市指令都査第191-53号(令和元年12月19日)、7・8号地:枚方市指令都査第191-52号(令和元年12月19日) ●地目/宅地 ●用途地域/第一種低層住居専用地域 ●建築率/50% ●容積率/100% ●道路幅員/6.8m(アスファルト舗装) ●設備/電気:関西電力、ガス:大阪ガス、上水道:公営水道、汚水:公共下水道、雨水:U字側溝 ●水道分担金/169,660円税込(お20mmの場合) ●造成工事/2020年10月上旬完了予定 ●売主/積水ハウス株式会社

■分譲宅地(建築条件付) 物件概要 ●所在地/大阪府枚方市南中振1丁目2075番35、他 ●交通/京阪本線「香里園」駅より徒歩13分または京阪本線「光善寺」駅より徒歩13分 ●販売区画数/5区画 ●土地面積/105.80㎡(1区画)~131.86㎡(1区画) ●私道負担/なし ●販売価格/1,790万円(1区画)~2,450万円(1区画) ●取引態様/売主

■建築条件付宅地 ●本分譲地の土地売買契約は、契約締結後3ヶ月以内に売主である積水ハウス株式会社との間で建築工事請負契約を締結することを条件として効力を生じることとなります。3ヶ月以内に建築工事請負契約が成立しない場合、または住宅を建築しないことが確定した場合は、土地売買契約の無効が確定し、受領済売買代金は全額無利息で返金いたします。

■取引条件有効期限/2020年11月30日(広告作成日:2020年10月2日)

完成工事中につき、現地への車の進入はできません。ご見学、お申し込みのお客さまは積水ハウス大阪中央支店までご連絡ください。

■「サザンステージ香里山手」第4期 建築条件付宅地 価格表

宅地	土地面積	販売価格
1号地	105.80㎡(約32.00坪)	1,790万円
3号地	130.83㎡(約39.57坪)	2,450万円
4号地	120.66㎡(約36.49坪)	2,270万円
5号地	120.45㎡(約36.43坪)	2,280万円
7号地	131.86㎡(約39.88坪)	2,380万円

■サザンステージ香里山手 第4期 全体概要 ●開発面積/1~6号地:719.75㎡、7・8号地:1,236.72㎡ ●総区画数/8区画 ●開発許可番号/1~6号地:枚方市指令都査第191-53号(令和元年12月19日)、7・8号地:枚方市指令都査第191-52号(令和元年12月19日) ●地目/宅地 ●用途地域/第一種低層住居専用地域 ●建築率/50% ●容積率/100% ●道路幅員/6.8m(アスファルト舗装) ●設備/電気:関西電力、ガス:大阪ガス、上水道:公営水道、汚水:公共下水道、雨水:U字側溝 ●水道分担金/169,660円税込(お20mmの場合) ●造成工事/2020年10月上旬完了予定 ●売主/積水ハウス株式会社

■分譲宅地(建築条件付) 物件概要 ●所在地/大阪府枚方市南中振1丁目2075番35、他 ●交通/京阪本線「香里園」駅より徒歩13分または京阪本線「光善寺」駅より徒歩13分 ●販売区画数/5区画 ●土地面積/105.80㎡(1区画)~131.86㎡(1区画) ●私道負担/なし ●販売価格/1,790万円(1区画)~2,450万円(1区画) ●取引態様/売主

■建築条件付宅地 ●本分譲地の土地売買契約は、契約締結後3ヶ月以内に売主である積水ハウス株式会社との間で建築工事請負契約を締結することを条件として効力を生じることとなります。3ヶ月以内に建築工事請負契約が成立しない場合、または住宅を建築しないことが確定した場合は、土地売買契約の無効が確定し、受領済売買代金は全額無利息で返金いたします。

■取引条件有効期限/2020年11月30日(広告作成日:2020年10月2日)

■彩都(国際文化公園都市)西部地区事業概要 ●事業名称/北部大阪都市計画事業 国際文化公園都市特定土地画整理事業 ●事業地/大阪府箕面市・茨木市の各一部 ●施工面積/約312.6ha ●計画戸数/約5,800戸 ●計画人口/約20,000人 ●事業期間/平成6年9月8日~平成31年3月31日(清算期間含む) ●事業主体/独立行政法人都市再生機構

■コモンステージ彩都KIDSWING全体概要 ●総面積/35,776㎡ ●総区画数/129区画 ●交通/大阪モノレール彩都線「彩都西」駅より徒歩15分、または大阪モノレール彩都線「彩都西」駅より阪急バス乗車9分「彩都粟生北五丁目」バス停下車徒歩2分 ●私道負担/なし ●地目/宅地 ●用途地域/第一種低層住居専用地域 ●その他規制/第一種高度地区(最高10m)、彩都粟生地区地区計画、箕面市まちづくり推進条例、都市景観形成地区(彩都粟生地区)、山すそ景観保全地区、砂防指定地区、宅地造成等規制区域 ●建ぺい率/50% ●容積率/100% ●設備/電気:関西電力、ガス:大阪ガス、上水道:箕面市営水道、下水道:箕面市公共下水道、雨水:L字溝 ●道路幅員/6m~12m、歩行者専用道路2m~4m(アスファルト舗装) ●開発許可番号/箕面市指令み開都第29-149号(平成28年2月19日) ●開発行為に関する工事の検査済証/み開都第36-149号(平成29年2月14日)

■今回分譲住宅物件概要 ●所在地/大阪府箕面市彩都粟生北7丁目2番55他 ●今回販売戸数/5戸 ●敷地面積/173.27㎡(1戸)~219.17㎡(1戸) ●延床面積/108.75㎡(1戸)~113.00㎡(1戸) ●土地建物販売価格(税込)/5,722万円(1戸)~6,224万円(1戸) ●建物構造/軽量鉄骨造2階建(2戸)、木造軸組工法2階建(3戸) ●入居予定年月/B-20号地・B-21号地・B-22号地:ご契約後から約3ヵ月後のご入居となります。(※ご契約後1ヵ月以内に所定の打合せ完了が条件となります。)、B-24号地・B-25号地:ご契約後から約5ヵ月後のご入居となります。(※ご契約後1ヵ月以内に所定の打合せ完了が条件となります。)

●建築確認番号/第19WHEC確建大02873号(令和元年11月15日)、他 ●取引態様/土地・建物売主

■今回分譲宅地(建築条件付)物件概要 ●所在地/大阪府箕面市彩都粟生北7丁目2番34他 ●今回販売区画数/18区画 ●敷地面積/177.84㎡(1区画)~291.91㎡(1区画) ●土地価格/1,898万円(1区画)~3,790万円(1区画) ●最多販売価格帯/2,800万円台~3,000万円台(各3区画) ●水道分担金/199,300円税込(口径20mmの場合・検査手数料込) ●取引態様/土地売主

■建築条件付宅地 本分譲地の土地売買契約は、契約締結後3ヶ月以内に売主である積水ハウス株式会社との間で建築工事請負契約が成立することを条件として効力を生じます。期限までに建築工事請負契約が成立しなかったときは、土地売買契約の無効が確定し、受領済の手付金等は全額無利息にてすみやかに返還いたします。

■取引条件有効期限 令和2年11月30日(広告制作日/令和2年10月5日)

※先着順申込受付中のため、ご希望の区画・住戸が成約済の場合がございます。予めご了承ください。※掲載の距離・徒歩分数は「コモンステージ彩都KIDS WING」の最も近い地点より地図上を計測し、80mを1分として計算したものです。※施設名称・内容は令和2年9月調べのもので、変更になる場合があります。また周辺道路、地図等の表現は一部省略・簡素化しており、実際とは異なる場合があります。

■「サザンステージ香里山手」第4期 建築条件付宅地 価格表

宅地	土地面積	販売価格
1号地	105.80㎡(約32.00坪)	1,790万円
3号地	130.83㎡(約39.57坪)	2,450万円
4号地	120.66㎡(約36.49坪)	2,270万円
5号地	120.45㎡(約36.43坪)	2,280万円
7号地	131.86㎡(約39.88坪)	2,380万円

■サザンステージ香里山手 第4期 全体概要 ●開発面積/1~6号地:719.75㎡、7・8号地:1,236.72㎡ ●総区画数/8区画 ●開発許可番号/1~6号地:枚方市指令都査第191-53号(令和元年12月19日)、7・8号地:枚方市指令都査第191-52号(令和元年12月19日) ●地目/宅地 ●用途地域/第一種低層住居専用地域 ●建築率/50% ●容積率/100% ●道路幅員/6.8m(アスファルト舗装) ●設備/電気:関西電力、ガス:大阪ガス、上水道:公営水道、汚水:公共下水道、雨水:U字側溝 ●水道分担金/169,660円税込(お20mmの場合) ●造成工事/2020年10月上旬完了予定 ●売主/積水ハウス株式会社

■分譲宅地(建築条件付) 物件概要 ●所在地/大阪府枚方市南中振1丁目2075番35、他 ●交通/京阪本線「香里園」駅より徒歩13分または京阪本線「光善寺」駅より徒歩13分 ●販売区画数/5区画 ●土地面積/105.80㎡(1区画)~131.86㎡(1区画) ●私道負担/なし ●販売価格/1,790万円(1区画)~2,450万円(1区画) ●取引態様/売主

■建築条件付宅地 ●本分譲地の土地売買契約は、契約締結後3ヶ月以内に売主である積水ハウス株式会社との間で建築工事請負契約を締結することを条件として効力を生じることとなります。3ヶ月以内に建築工事請負契約が成立しない場合、または住宅を建築しないことが確定した場合は、土地売買契約の無効が確定し、受領済売買代金は全額無利息で返金いたします。

■取引条件有効期限/2020年11月30日(広告作成日:2020年10月2日)

MAPCODE 52 106 082\*48 ※「MAPCODE」および「MAPCODE」は、(株)デンソーの登録商標です。

国土交通大臣免許(15)第540号 国土交通大臣許可(特・般-27)第5295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

お問い合わせ・資料請求は **0120-54-0173**

インターネットでのお問い合わせ・資料請求は **香里山手 検索**

積水ハウス株式会社 大阪中央支店  
〒531-0076 大阪府北区大淀中1丁目1-93(梅田スカイビル ガーデンスクエア3F)  
TEL.06-6440-3695

営業時間:午前9時~午後6時 定休日:毎週火・水曜日、祝日

お問い合わせは 積水ハウス株式会社 大阪北支店  
無料通話 **0120-43-0102**  
受付時間/10:00~18:00 休日/毎週火・水曜日・祝日

積水ハウス株式会社  
大阪北支店 〒560-0082 大阪府豊中市新千里東町1-5-3 千里朝日阪急ビル8階 Tel.06-6873-2560

環境大臣認定 **エコ・ファースト企業**

## 医院の移転

入居ビルの建て替えによる移転、クリニック拡大のためのテナント移動など、クリニックの移動に伴うデザインから工事まで対応可能です。

#医院の拡大 #建て替え #テナント情報  
#遡及措置 #医院のお引っ越し



# 歯科医院・クリニックの内装デザインや設計は当社へご相談ください。

## 事業承継

院長の承継のご予定がある医院様や、開業から年数が経ち改装を検討中など、医院のデザインコンセプトや設備を一新されるタイミングでもあります。

#親世代から子世代へ #院長交代  
#患者様の年齢層を広く #デザイン世代交代



## コスモデザインの強み

### 01 働きやすいスタッフ動線づくり

患者さまの動線とスタッフ動線についてヒアリングを徹底的に行い、プランニングいたします。

### 02 患者さまからよろこばれる空間

外部から見える待ち合いスペースや、患者さま同士の目線への配慮、細やかな気配りあるデザインを。

### 03 経験豊富な歯科クリニックデザイン

ドクターそれぞれが持たれている「理想のクリニック」イメージを、当社デザイナーが形にしていきます。

### 04 多様なデザイン提案が可能

洗練されたデザインから温かみのあるデザインまで、ぜひ施工事例をご確認ください。

## 設計・デザインに特化したご依頼にも対応

当社では、デザインコンセプト作りから始まり、設計・デザインから3Dイメージの作成、工事管理～施工完了まで一括で対応可能。「施工会社は決まっているけれどデザインしてくれる会社がない」などでお困りの方には、設計・デザインに限定したご依頼にも対応できます。

#設計依頼 #デザイン依頼 #ナチュラルイメージから洗練されたデザインまで  
#美容室や飲食店など幅広い業態のデザインを行う会社 #デザインの事例多数

クリニック  
完成までの  
流れ

お打ち合わせ

プランニング

お見積もり

ご契約

着工

工事完了

アフターメンテナンス  
開院後も末長いお付き合いをさせていただければと考えます。

クリニックページ



施工事例ページ



株式会社コスモデザイン企画

COSMO SPACE CREATE Co.,Ltd.

■ 本社 / 大阪オフィス

〒550-0003 大阪府大阪市西区京町堀2-2-12

PHONE 06-6447-6808

FAX 06-6447-6809

建設業許可番号：大阪府知事 許可(般-2)第114061号

■ 東京オフィス

〒152-0004 東京都目黒区鷹番3丁目1-3 リエール鷹番503

PHONE 03-5708-5629

FAX 03-5708-5649

インテリアプランナー登録番号：90-37260

ホームページ



COSMO  
SPACE CREATE  
STAFF



## 「歯科デザイン」にかける想い。

患者様の居心地の良さはもちろん、ドクターやスタッフの皆さんの働きやすい動線計画から設計デザインさせていただきます。長く地域に愛される歯科医院様を、ともに創るよろこびを。

# NEW DEFENDER 飛びぬけた走破性。

NO  
TIME  
TO  
DIE<sup>007</sup>  
ノー・タイム・トゥ・ダイ



11.20.FRI.



## 【007最新作公開記念フェア開催！】

11月7日(土)～11月8日(日)

映画「007/ノー・タイム・トゥ・ダイ」の日本公開を先駆けてランドローバーのショールームでは、公開記念フェアを開催いたします。

開催期間中に以下のいずれかのショールームにて【ご試乗】【査定】【お見積り】をご依頼いただいたお客さまに各店先着10名さまに劇場鑑賞ペアチケットをプレゼントさせていただきます。

※詳しくはお近くのショールームまでお問い合わせください。

## 【資料請求でも映画チケットが当たる！】

本誌同封のFAXシートにて、資料請求をしてくださった方の中から抽選で各店10名さまに劇場鑑賞ペアチケットをプレゼントさせていただきます。

※プレゼントの当選は発送をもってかえさせていただきます。

※資料請求をしてくださったお客さまにはランドローバー販売店からDM等をご送付することがございます。

※いただいた個人情報は販促活動以外のみを使用し、その他には一切使用いたしません。

## 【全車種対象オトクな特典もご用意！】

さらにフェア期間中、ランドローバー(新車)をご購入くださったお客さまには、この期間だけのスペシャルオファーもご用意しています。

※詳しくはお近くのショールームまでお問い合わせください。

映画「007/ノー・タイム・トゥ・ダイ」に、NEW DEFENDERが出演した。  
走りを追求したデザインとモダンなフォルムで、道なき道をかきわけ、  
想像をこえる悪路を見事に乗り越えるアクションを披露。  
「007/ノー・タイム・トゥ・ダイ」は、2020年11月20日(金)日本公開。

landrover.co.jp landroverjpn

写真：プロのドライバーが運転し、安全に配慮して撮影しています。  
© 2020 Danjaq, LLC and Metro-Goldwyn-Mayer Studios Inc. NO TIME TO DIE, 007<sup>TM</sup> and related James Bond Indicia © 1962-2020 Danjaq, LLC and Metro-Goldwyn-Mayer Studios Inc. NO TIME TO DIE, 007<sup>TM</sup> and related James Bond Trademarks are trademarks of Danjaq, LLC. All Rights Reserved.

### ランドローバーなにわ

〒556-0023 大阪市浪速区稲荷 1-9-22  
06-4392-1885

### ランドローバー堺

〒591-8033 堺市北区百舌鳥西之町 2-546  
072-255-6855

### ランドローバー箕面

〒562-0043 箕面市桜井 3-13-7  
072-721-8883

### ランドローバー大阪東 新ショールームにて営業開始

〒572-0067 寝屋川市宝町 13-2  
072-886-4141



# サソリの遊びが、心を突き刺す。



## ABARTH 595

蠍のエンブレムが輝くそのクルマに宿るのは、イタリアの熱い情熱とクラフトマンシップ。

人間、ただ普通に暮らしているだけでも、ストレスというヤツに直面しがちになるものです。そして、クルマを走らせることがそれを追いやる効果をもたらしてくれるのは、皆さんも御存知のとおりです。

そして常に重要なのは、ストレスフルな日常の中で、あなたはどんなクルマのステアリングホイールを握り、アクセルペダルを踏み込みますか?という点。

600馬力だとか700馬力だとか、そうした異次元といえるパワーを持つクルマ? もちろん悪くないチョイスです。ただ、いつでもヒョイと気軽に乗って出るのは少々厄介なこともあります。サーキットにでも持ち込まない限りは本当に美味しいところはまず味わえない、という現実があるのも事実です。周囲の視線も次第に面倒に感じられるようになるかも知れません。そうした諸々がストレスを生む可能性もあってしまいます。けれど、ほんの5分走らせてただけでもすっかり気分転換できるような刺激、それが無視することのできない魔力であることは解ります。だからこそ、アバルト595シリーズ

を試してみたい、と想うのです。なぜなら、当たり前前にデイリーユースで考えて、思わず笑っちゃうくらい痛快で、強烈に手応えがあって楽しく、いともあっさり気分を変えてくれる、という稀有なクルマ。ある意味、スーパーカー以上に適任だからです。

左の車両をご覧になって、これは知ってる、と思われた方の中には、チンクエチエントことファイアット500と混同されている方もおられるかもしれませんが、チンクエチエントは世界中で愛されているモデルカーですが、595シリーズはそれをベースにモータースポーツを出自とするアバルトがたつぷりチューンナップを加えたスポーツモデル。チンクエチエントと比べれば高価ですが、それはチンクエチエントの上級モデルと比べてざっくり1.7倍から2.1倍の馬力を持つエンジン積みを積み、そのパワーを受けとめて俊敏に曲がる力へと変えるサスペンションや制動力の高いブレーキを組み込み、車体にも手を入れ……と、見た目は同じようなイメージながら全く異なるクルマへと仕立て

上げられてるから。中身を考えると、むしろ格安といえるレベルです。長さは3.7mならず、幅は1.6m少々。その小さなサイズが幸いして、場所を選ばずにスイスイ抜けていけるのは爽快以外の何物でもありません。1.4リッター+ターボのタツシユとその後の伸びは、排気量からは想像できないくらい強靱にして快感曲がるほどの素早さと素直さ、それに操縦感覚は、まるでリアルスポーツカーそのものといった領域。エンジンの乾いたサウンドも心を震わせます。いついかなるときでもダイナミックで、凄まじく刺激的なのです。

595シリーズにはおおまかに分けて4つのモデルがあつて同じベクトルの上にあるながら、実は少しずつキャラクターが異なるところがあります。

「595」。バランスに優れたベースモデル。1.45psですが、車重はたった1110kg。速さにも不満はありません。「595 ツーリスモ」。595のバランスを全体的に一段階持ち上げた上級モデル。165

文 / 嶋田智之

psと余裕があり乗り心地も快適。大人向けのGTカー的存在。  
「595OC ツーリスモ」。ツーリスモに電動トップを持たせた唯一のオープンエアモデル。最も快楽主義的な存在。  
「595コンベティツイオーネ」。180psで、サスペンションやブレーキも強化されている高性能版。最も速くスポーツティで、最もハードコアなモデル。  
ざっくり、そんなところでしょう。

アバルトのエンブレムは、サソリをモチーフとしています。それは創設者である伝説的チューナー、カルロ・アバルトの生まれた星座にちなんだもの。けれどその背景には、チクリとやられたら気持ちよく毒が回っちゃうからね、という陽気な自信が込められているような気がしてなりません。何しろアバルトが作るクルマ達は、全てがそうした性質を持っているのです。大袈裟に思われませんか?  
真偽のほどは、ぜひシヨールームでのテストドライブで確かめてみてください。

エクステリア、インテリア、そしてパフォーマンス。そのすべてで独創的な世界観を表現する『アバルト595』。走りが、躍動感が、操縦安定性が、いままでに感じたことのないドライブの遊びを教えてくれる。

### ABARTH 595C TURISMO

ATモード付5速シーケンシャルトランスミッション / 右ハンドル

**3,960,000円** 写真掲載車両

### ABARTH 595 TURISMO

ATモード付5速シーケンシャルトランスミッション / 右ハンドル

**3,630,000円**

※写真のボディカラー(Nero Scorpione / Bianco Gara ブラック / ホワイト)は、別途オプション費用110,000円がかかります。

※価格は、2020年10月現在の車両本体価格(含む消費税)です。※税金(消費税を除く)、登録諸費用、保険料等は含まれておりません。  
※価格には、リサイクル料金は含まれておりません。別途必要となります。※価格には、オプション費用は含まれておりません。※掲載のオプション費用は、消費税を含む価格表示です。  
※写真およびイラストは、実車とは異なる場合がございます。※価格・諸元・仕様ならびに装備は予告なく変更する場合がございますので、予めご了承ください。

### ABARTH 595

5速マニュアルトランスミッション / 右・左ハンドル

**3,000,000円** 写真掲載車両

ATモード付5速シーケンシャルトランスミッション / 右ハンドル

**3,260,000円**

※写真のボディカラー(Rosso Abarth レッド)は、別途オプション費用55,000円がかかります。

### ABARTH 595 COMPETIZIONE

5速マニュアルトランスミッション / 右・左ハンドル

**3,830,000円** 写真掲載車両

ATモード付5速シーケンシャルトランスミッション / 右ハンドル

**4,000,000円**

※写真のボディカラー(Giallo Modena イエロー)は、別途オプション費用55,000円がかかります。

<b>アバルト 大阪東</b> 〒577-0063 東大阪市川俣 1-4-33 TEL.06-6784-1009 osaka-higashi.fiat-abarth-dealer.jp/fab/	<b>アバルト 堺</b> 〒593-8327 堺市西区鳳中町 10-8-4 TEL.072-265-8838 sakai.fiat-abarth-dealer.jp/fab/	<b>アバルト 西宮</b> 〒662-0977 西宮市神楽町 5-1 TEL.0798-33-1008 nishinomiya.fiat-abarth-dealer.jp/fab/	<b>アバルト 神戸西 (仮店舗)</b> 〒651-2120 神戸市西区和井取 9-5 TEL.078-976-2214 kobe-nishi.fiat-abarth-dealer.jp/fab/	<b>アバルト 奈良</b> 〒630-8013 奈良市三條大路2-1-6 TEL.0742-36-8820 nara.fiat-abarth-dealer.jp/fab/
---	--	---	---	--

お近くのアバルト正規ディーラーまでお問い合わせください。



# 思わず歓声上がる 「おせち料理」で迎春を!

有名ホテルや老舗料亭をはじめ、ODC編集部 選りすぐりのお店から「おせち料理」をご紹介します。

旬の食材を生かした高級おせちや、店の特徴を打ち出したもの等、その美しさと美味しさに思わず歓声上がるかもしれません。

2021年のお正月は、例年と違ったおせち料理で特別なひとときを過ごしてみませんか?

### ◆ お申込みは、店舗へ直接ご連絡ください。◆

※ODCは「おせち」のご紹介のみとなります。

- ◆ 「受付締切日」は各店に直接お問い合わせください。
- ◆ 「ODC組員」である旨をお伝えください。
- ◆ 「お受け取り方法」や「お支払い」については店舗へご確認ください。
- ◆ 価格は、税込です。



## 江戸前寿司 すし 乾山

大阪市北区曽根崎新地1-6-32 司ビル1F

TEL:06-6344-7381

営業時間/17:30~22:00

二段重 40,000円 三段重 72,000円



和食(会席料理・一品・鍋)

## 北新地 はし本

大阪市北区堂島1-2-23 田園ビル 2F

TEL:06-6348-9222

営業時間/11:30~14:00・17:00~23:00

二段重  
27,000円

三段重  
43,200円



割烹

## 大田川

大阪市北区堂島1-3-16 堂島メリーセンタービルB1

TEL:06-6344-0141

営業時間/11:30~13:30・17:00~23:00

一段重  
14,000円  
※送料込み



寿司・割烹

## から津

大阪市中央区東心斎橋1-13-4

TEL:06-6251-7763

営業時間/11:00~14:00・17:00~22:00

二段重  
33,000円



日本料理・割烹

## 翠(スイ)

大阪市中央区東心斎橋1-16-20 心斎橋ステージA2F

TEL:06-6214-4567

営業時間/17:30~21:30

三段重  
60,000円



## 鳥羽国際ホテル &NEMU RESORT

三重県鳥羽市鳥羽1-23-1

TEL:0599-26-4121

受付時間/9:00~17:00

和洋三段重  
定価  
43,000円

組員特別価格  
41,000円

※冷凍・送料込み  
代金引換



中国料理

## China Dining 迦羅求羅 (カラグラ)

大阪市北区豊崎5-7-8 リップル豊崎ビル1F

TEL:06-6371-6160

営業時間/11:30~14:00  
18:00~24:00

二段重  
10,000円



居酒屋

## お酒とさかな かけはし

大阪市福島区福島2-7-20

TEL:06-6454-8939

営業時間/18:00~24:00

二段重 21,600円



日本料理・割烹

## かふく

大阪市北区長柄西1丁目1-15

TEL:06-6136-1770

営業時間/17:00~21:30

二段重  
40,000円



割烹

## 秋やま

大阪市北区堂島1-2-23 田園ビル2F

TEL:06-6341-1608

営業時間/18:00~21:00

●一段重  
13,000円

●二段重  
30,000円

●三段重(竹)  
40,000円

●四段重(松)  
55,000円



生まれ変わった  
エグゼクティブラウンジ

THE PRESIDENTIAL TOWERS



リーガロイヤルホテルのストーリーを感じる空間へ

リーガロイヤルホテルがもつ伝統や格式が、1階メインロビーからザ・プレジデンシャルタワーズへと続きます。吉田五十八氏デザインの「金時絵」やホテル全体に散りばめられた「燕子花<sup>かきつばた</sup>」のデザインなどをモチーフに、こだわりぬいて生まれ変わった、ザ・プレジデンシャルタワーズの温かい空間をお楽しみください。



専用ラウンジ

専用ラウンジ

ラウンジエリアを従来より約1.5倍拡張し、より快適な空間に。窓から眺める景色とともに、朝食からイブニングまで、時間帯に合わせて充実したお食事やお飲み物をご用意し、心ゆくまでホテルライフをお楽しみいただけます。

- 朝食 ———— 厳選したブランド米に合うぐらや明太子、懐かしい味わいの和惣菜をご用意。7:00～10:00 洋食ではシェフのスタンドクッキングもお楽しみいただけます。
- アフタースーン ———— ホテル特製のサンドイッチ、リーガロイヤルホテルならではのスイーツなどがラインアップ。15:00～17:00
- イブニング ———— ワインやカクテルとともに、ザ・プレジデンシャルタワーズの為に考案したメニューや月替わりのメイン料理をご堪能いただけます。18:00～20:00

サービス

ご到着からご出発までフロア常駐の専任のスタッフがおもてなしする「専任のパーソナルコンシェルジュ」や「エグゼクティブスイートご宿泊者サービス」として、専用車にてホテルからお送りするお車サービス(予約制)・お部屋のミニバー無料などをご用意しております。

大阪府歯科医師協同組合員様へ

大阪府歯科医師協同組合員様 対象

室数限定

ザ・プレジデンシャルタワーズ シークレットプラン

< 有効期間 > 2020年11月1日(日)～2021年3月31日(水)まで (除外日:11/21、12/31、1/1・2 および満室日)



デラックスツイン(41.0㎡) / 87,120円～

平日 / 30,000円  
休前日 / 40,000円



デラックスツイン(49.0㎡) / 96,800円～

平日 / 40,000円  
休前日 / 50,000円



スイート(56.0～64.0㎡) / 145,200円～

平日 / 50,000円  
休前日 / 60,000円



エグゼクティブスイート(101.0㎡) / 242,000円～

平日 / 80,000円  
休前日 / 100,000円

※ご予約の際に「大阪府歯科医師協同組合員様対象プラン」ご利用の旨をお伝えください。

ご予約はこちらから

Go To トラベルキャンペーン対象 ～2021年2月1日(月)チェックアウトまで(予定)



※他の優待チケット、割引・特典制度との併用はできません。※満室等によりご利用いただけない場合がございます。予めご了承ください。  
※記載の宿泊料金は1泊1室2名様料金です。(消費税・サービス料を含む)※シークレットプランの料金は、消費税・サービス料・宿泊税を含みます。  
※新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、一部施設・サービスにおいてご利用いただけない場合がございます。予めご了承ください。※写真はすべてイメージです。

ご予約  
お問い合わせ

リーガロイヤルホテル 〒530-0005 大阪市北区中之島3-6-8

京阪電車中之島線「中之島」駅直結 / JR「大阪」駅より無料シャトルバス運行

TEL.06-6448-1121 (代表) 宿泊予約課まで (平日9:00a.m.～6:00p.m. 土日祝10:00a.m.～4:00p.m.)