

PIPO びぼ

Vol. 281
Nov. 2023

特集
この秋
チャーハンを楽しむ!

豊田市駅からスクールバスで7分
トヨタ中央自動車学校
☎0120-0606-55
豊田市三軒町8-18 トヨ中 検査

Egg's YAMAHA **電動アシスト自転車**
試乗会 予約不要
10/21土・22日 11:00~17:00
「e-bike」の試乗車登場!
軽快車タイプ
三輪タイプも試乗できます
自転車屋 エッグス豊田店
TEL 0565-47-2110
出張修理 承ります!

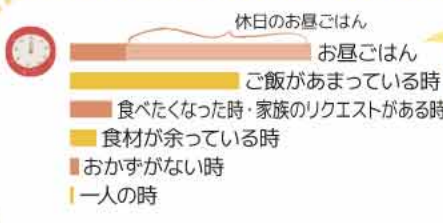
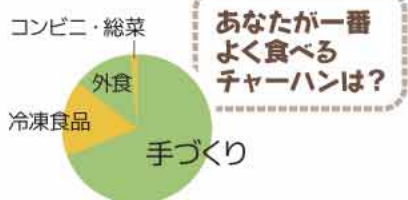
店舗オープン 8周年記念 **感謝祭!** 11/11土・12日 10:00~16:00
年末に向けて **防犯対策を!**
玄関扉、内窓、防犯ガラス、シャッター等
防犯対策商品各種揃えております
イベント来場者の方限定 **60%OFF!!**
店内リニューアル!
LIXILリフォームショップ 太啓建設
フリーダイヤル 0120-361-271
豊田市東梅坪町2-1-17

この秋、近場でプチ旅気分!
食べて泊まってリフレッシュ!
冬の人気鍋 食べ放題宿泊プラン
2023 11/1水 ▶ 2024 3/31日
子育てファミリーで! だって! 「つどいの丘」はどなたでも利用できるんです!
お部屋がリニューアルしました!

豚肉ちゃんこ鍋	牛肉しゃぶしゃぶ	牛肉すき焼き
食べ放題 宿泊パック	食べ放題 宿泊パック	食べ放題 宿泊パック
大人 9,770円 小学生 4,630円 幼児(3歳以上) 930円	大人 10,570円 小学生 5,280円 幼児(3歳以上) 930円	大人 10,570円 小学生 5,280円 幼児(3歳以上) 930円
日帰りパック 大人 5,150円 小学生 2,320円 幼児(3歳以上) 600円	日帰りパック 大人 5,950円 小学生 2,970円 幼児(3歳以上) 600円	日帰りパック 大人 5,950円 小学生 2,970円 幼児(3歳以上) 600円

飲み放題 2時間 付られます! +1,820円 (3歳以上19歳以下 610円)
全長1.5kmの散歩道「四季路」。開放的なグラウンド・テニスコート・フットサルコート・芝生広場・アリーナでスポーツなど、どなたでも四季を通しお楽しみいただけます!
全三ツタ労働研修センター つどいの丘
TEL 0565-76-1221
FAX 0565-76-1226
豊田市西中山町清水口133番地
受付時間 9:00~17:30 (平日)

Go! 南信州!
南信州 飯田 名勝天龍峡
天龍峡大橋の歩道を歩く!
りんご狩り 期間 11月末まで
本物の感動体験しよう!
本物の秋に出会える!
天龍峡大橋 そらさんぽ 天龍峡
【通行時間】
4月~9月 6:30~18:00
10月~3月 7:30~16:30
遊歩道とつつじ橋
りんご足湯 期間 3月末~11月末 協力金100円/1人
天龍川川下り
天龍川と船下り
天龍ライン下り
2023南信州天龍峡マルシェ 10/22日 10:00~15:00
会場 天龍峡公園周辺



家庭で作るとき

よく入れるまたは好きな具を教えてください。(複数回答可)

- 卵** (回答者全員に選ばれた超定番!)
- 半数以上に選ばれた: ネギ
 - 100名以上に選ばれた: 玉ねぎ ハム
 - 50名以上に選ばれた: ベーコン チャーシュー レタス しらす にんにく
 - きのこ ツナ エビ にら ミックスベジタブル ひき肉 イカ
 - その他には: にんじん、ピーマン、キャベツ、キムチ、納豆、豚肉、コーン、カニカマ、高菜、さけフレーク、鷹の爪、オクラ、パプリカ、紅ショウガ、ちくわ、梅干し、桜エビ、小松菜 など

- いつもの味付けを教えてください。** (複数回答可)
- 調味料系: こしょう, 塩, しょうゆ, 鶏がらスープの素, 炒飯の素, 味覇(ウェイパー), 中華あじ, 創味ジャンタン, 香味ペースト, ソース
 - 油系: ごま油, サラダ油, ラード
 - その他には: マヨネーズ, オイスターソース, カレー粉, 味の素, めんつゆ, 焼肉のたれ, 柚子胡椒, 酒, 白だし, 出汁, 昆布茶の素, 塩こうじ, オリーブオイル, ケチャップ など

おすすめレシピ、マイルールなど!

どうですか? 今日はチャーハンにしない?

たまに父が作ってくれる豚キムチチャーハンが好きでした。私も作るようになり、子どもも大好きです。コツはキムチをしっかりごま油で炒めることです。
10731 まいさん(40代・女性)

味付けはシンプルに塩コショウ(コショウ多め)。最後に鍋肌に醤油を垂らして香ばしい香りをつけます。十分美味しいです! 玄米ごはんのチャーハンも美味しいです。もともと玄米は粘りが白米に比べて少ないので、パラパラのチャーハンが出来ますよ!
7484 アップルパイさん(40代・女性)

具材を炒めた後、ごはんを入れて炒める前にマヨネーズを入れます。ごはんがパラパラになってくれて旨みも増します。
12582 いちご大好きさん(50代・女性)

冷凍チャーハンは味が濃いので、炒り卵を加えて調整しています。
14040 ベコちゃんさん(60代・女性)

フライパンをあつくして、溶き卵を入れ固まってきたくらいに温めたごはんを入れる! あとは好きな味付けにし、全体に火が入ったらレタスを入れほんのちょっと炒めて少しシャキシャキ感を味わいながら食べる。
8441 さといもさん(50代・男性)

野菜とごはんを炒めて味付けした後、フライパンの端に寄せておいて、空いたスペースに溶き卵を流して素早くかき混ぜて炒り卵を作ると、バラバラの美味しいチャーハンが出来る。
14868 そらさん(30代・女性)

友人から納豆チャーハンが美味しいと聞き、いつも作るチャーハンの仕上げに納豆を入れてサッと混ぜ醤油をひと回し入れ焦がし醤油のかおりを付けたらとても美味しく出来た!
8462 さくらんぼさん(50代・女性)

パラパラにする為に、フライパンにごはんを入れる前に、ボールの中に卵とごはんを混ぜてから、フライパンに入れる。
12343 きっころピンクさん(50代・女性)

塩分取り過ぎないように出汁パックで味付け。
11102 ぼさん(40代・女性)



この秋! 『チャーハン』を楽しむ!

忙しいあなたと私の救世主 野菜もお肉もお魚も、摂りたい栄養素満載のポテンシャルの高いメニュー!

ひほメンバーズみなさまに聞いてみました!

チャーハンについて

ひほモバイルメンバーズがお答えくださいました。
397名
実施期間 2023/9/28(木)~10/1(日)
有効回答数 397名

ときどき無性に食べたくなる、チャーハン。一人でも、家族と食べても美味しいですよね! しかもその気になれば、子どもも、夫も、誰でもできる! 老若男女、猫も杓子も、美女も野獣も... あなたは手作り派? お店派? 具材は? 味付けは? いろいろな気になるチャーハン事情!



私たち、チャーハンと共に育ちました!

鍵っ子だった小学生のころ、5つ上の兄がよく、塩コショウがよくきいた爆弾チャーハン(兄命名)を作ってくれてお腹を満たしてました。さりげにあのチャーハンおいしかったなあ。
15704 さやかちゃんさん(30代・女性)

高校時代、柔道をやっていたのでごくお腹を空かせて帰った時にお袋で作ってくれたケチャップのかかったチャーハン。
14227 にがむしさん(70代・男性)

初めて子どもが作ってくれたチャーハン。塩コショウがすごかったですが、美味しかった。
11755 ばっぴさん(40代・女性)

高校生の頃、友達の家遊びにいき小腹が空くとチャーハンの素で作っておやつ代わりに食べてました。懐かしい思い出です。
11028 jasmineechaさん(50代・女性)

子どもが保育園だったころ一緒に作ったチャーハンはヒヤヒヤしながら見てたけどすごく楽しかった。卵を自分で割って、ハムをゆっくり切って、炒めて、具は少なかったけど、美味しかった思い出です。
17923 しらすさん(40代・女性)

私が子どものとき、母が作るニンジンをすりおろして混ぜ込んだチャーハン。
9248 クロクマさん(60代・男性)

小学生時代、毎週土曜日の昼飯(当時の土曜日は半日だった頃)が焼きそばとチャーハンのローテーションだったころのチャーハンはなぜか美味かった。
11961 トシさん(60代・男性)

大学の下宿のおばちゃんを作ってくれたチャーハンがおいしかった。
15577 ナカヤシキさん(60代・男性)

※数字はPIPOメンバーズナンバーです

この秋! いっだって思い立ったらはじめ時! まずは、体験してみましょ!

子どもの無限の才能をひきだす、七田式教室。

認めて ほめて 愛して 育てる

0歳6か月~小学生

10月11月12月限定 秋の入室キャンペーン

もれなく 初めて七田式教室に通う方へ

12,000円分プレゼント!

七田式 幼児教室

豊田駅前教室 ■体験予約・お問い合わせ ■七田式

豊田市若宮町1-57-1 TEL 0565-41-6470 FAX 0565-41-6503

T-FACE A館8F 受付: 9:30~18:00 定休日: 日・月曜日

幼児のための **ピアノランドコース** はじめから両手で。うたって弾く音楽性豊かなレッスン!

生徒募集

無料体験レッスン 実施中!

お子さんのペースで着実に習得。楽器店の教室だから、先生と一緒に楽譜を選んだり、大人気の華やかな発表会にも参加できます。

個人レッスン ステップ① 月謝 ¥6,600

週1回30分(6ヶ月21回) 環境設備費 ¥550/月

ミュージックショップ **リバー** お申込み・お問合せ

T-FACE A館8階 (営業時間10:00~21:00) TEL 0565-34-5527

子どもの『できた!』が聞こえる我が家

子どもの成長を見逃しません

お子様のために住まいをご検討されるおとうさん、おかあさん。お子様の『できた!』を増やし、その瞬間を見逃さない! そんなアンシンハウスの家をぜひ一度見てください。

POINT 1 収納たっぷり玄関 身の廻りの物を片付けられるスペースをご用意

POINT 2 スムーズな家事動線 動線が考え抜かれているから生活の質はぐんと上がります

POINT 3 繋がるLDK 小上がりの畳コーナーはお子様の遊び場。キッチンからはしっかり見守ることが出来ます

POINT 4 お子様の健やかな成長を促す自然素材 自然素材はリラックス効果や調湿効果に優れ、お子様の五感を刺激するといわれます

アンシンハウス ANSHIN HOUSE

アンシン建設工業株式会社 TEL 0120-521-453

[豊田ショールーム] 豊田市高丘新町上平地 116-6

OPEN 10:00~18:00 ■ 定休日 水曜日



【吉川住建で建てる家 Vol.53】
**今この先も
ずっと快適**
 築6か月の
瀬戸市K様邸を
訪ねました

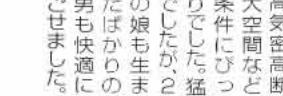
地元への通勤と二人目の出産が重なり、土地探しから家づくりをスタートしました。6社ほど同じ条件で比較しましたが、吉川住建だけが希望のオプションを全部付けても予算内で、デザインも間取りもよかったです。



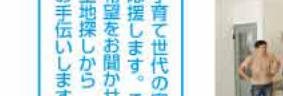
自転車も置ける
大容量の玄関の土間収納



リビングのドアのカラーと
キッチンのおしゃれな
パントリーの壁は、
奥様のお気に入り！



和室でたまた洗濯物は、収納たっぷりの奥のファミリークローゼットへ！
脱衣所・洗面所からキッチンへの動線は快適です！



子育て世代の家づくりを
応援します。ご夫婦のご
希望をお聞かせください。
土地探しから
お手伝いします。

広い間口で、南側に
道路など、父親が要望
していたものの条件を
クリアした土地も運よく
探してもらえました。

**子育てしやすい！
段差のない広々空間**
 バナニック・テクノス
トラクチャー工法は、高い
耐震性能、高気密高断熱、
大空間などの
条件にぴった
りでした。猛暑
でしたが、2歳
の娘も生まれ
たばかりの長
男も快適に過
ごせました。



リビングのドアのカラーと
キッチンのおしゃれな
パントリーの壁は、
奥様のお気に入り！

**収納力抜群の
快適動線の家！**



広々リビングで
家族だんらん！

「我が家なら
ひとりでも
家族とでも
何を食べても
幸せね。」
 誰と食べるか…
 どこで食べるか…
 誰と食べるか…
 どこで食べるか…
 誰と食べるか…
 どこで食べるか…

「風邪をひいたら」
 私は子供の頃、よく風邪をひいては母に心配をかけていました。
 民間療法だったのか、ガーゼハンカチに塩を包んで温めたお酒をかけたものを首に巻かれるのです。
 熱のある私を心配してくれているのだと思うと嫌では言えず、ガーゼハンカチが冷たくなった時の何とも言えない感覚だけは忘れられません。
 母も忙しかったのだろうにちゃんと思い出にしてくるというところは、大切な時にそばにいてくれたということですね。

私は自分の子供たちに思い出してもらえるほどのことがあつたらいいのかな。思い出しても自分も反省する、秋のはじまりでした。みなさんも風邪にはお気を付けて。

梅村工務店
 U-Taste
 TEL 0565-44-1234
 豊田市竜首町御屋洞38番地
 ■営業時間 9:00~17:00
 ■定休日/水曜日

社長 梅村裕子

吉川住建が提供する「住まい」のブランド
PIPO住まい
 拝見レポート
 [No.1-20] [No.21-40]の
 冊子をプレゼント
 豊田展示場へお越しください。

株式会社 吉川住建 豊田展示場 豊田市秋葉町2-67
 TEL 0120-181-123 ■OPEN 10:00~18:00
 ■営業時間 9:00~17:00
 ■定休日 火・水曜日(月末火曜日は営業)

PIPO 編集室主催セミナー 要予約
資産運用の基礎知識 参加無料
 資産運用の基本、NISAの話、銀行・証券会社・ネット証券の違いなど
 当日勧誘行為はありませんが、ご希望の方には後日個別相談も受け付けます。

日時 ① 10月28日 土
 ② 11月 2日 日
 ●両日 10:00~12:00 ●定員:各回15名

講師 三浦 哲也 氏
 株式会社ブルクアセット 名古屋オフィスIFA
 大学卒業後、東証一部(当時)上場の証券会社へ入社。11年間で約1000人以上のお客様の資産運用コンサルティングを行う。長期的な信頼関係の構築、お客様のためのコンサルティングを行うため、現在はIFA(®)として活躍中。
 *Independent Financial Advisorの略称で、金融機関から独立して活動する資産運用コンサルタント。特定の銀行・証券・保険会社の営業方針に縛られないため、お客様のニーズを最優先したご提案ができます。

会場 ビーとるーむ (PIPO編集室併設)
 豊田市金谷町6-54 プラネット豊田内
 ※駐車場あり ※お子様連れはご遠慮ください

PIPOメンバーズカードのご提示で『新NISAハンドブック』プレゼント!
 その場でPIPOメンバーズご入会の方にも差し上げます。

セミナーのご予約申込みはお電話で(平日9:00~17:30)
PIPO編集室 TEL0565-32-6015

【協力】 BURG ASSET ブルクアセット 検索 株式会社ブルクアセット(金融商品仲介業者) ※内閣府大臣の登録を受けた事業者です。

ぴぼ編集室の SNS 更新中!
 @pipo_toyota
 @pipohensyushitsu
 @pipokimonoclub
 @tsunagunepypipo
 編集後記はホームページで公開中!

倉庫・店舗・駐車場
 賃貸中の物件でもOK!
買います! 査定無料
 お気軽にご相談ください。

KIRIYAMA
 街をもっと元気に
 豊田高知事(1)第24331号
 株式会社 桐山充敏不動産
 TEL 0565-42-3738
 豊田市吉原町鶴喰17番地11 ■営業日 月・木・金・土 10:00~17:00

PIPOに予約をして、
 とよたハウジングガーデン内
**モデルハウスも
見学に行こう!**

メリット1
 PIPOに予約をするとモデルハウスでのアンケートも個人情報も書かずに見学可能!

メリット2
 個人情報記入なしだから、見学後の営業や勧誘の心配がありません。

11月の見学予約可能日
 11/9日(日)~13日(木)

必ず右記のQRコードからご予約ください!
 お申込みと詳細はコチラ
 PIPOメンバーズに
 [未登録の方もコチラから]

とよたハウジングガーデン については8ページを見てね!

説明や案内はしてもらえます!
 ひぼへの見学レポートで500pt進呈!

RECRUIT

**一戸建てや建替えを
考えているなら…**
 スーモカウンターの**無料講座**で聞いてみよう!

老朽化で暮らしにくい…
 家賃がもったいない…

人気の3講座 **すべて無料**

はじめての注文住宅講座
 注文住宅価格まるわかり講座
 ハウスメーカー・工務店
 選び方講座

開催日程 ▶ 10/14(土)~11/5(日)

全国228店舗※ | 利用組数42万組以上※
 ※カウンター数/2023年9月末時点
 ※利用組数/2023年3月末時点での集計結果

無料講座のお申込み、お問い合わせは
0800-817-4832
 毎日受付/9:00~21:00 ※不通の際は0120-300-829へ(どちらもフリーコール)

家から相談
 通話無料
 ご自宅からも相談できます

【PIPOを見て】とお電話ください! スーモカウンター 検索

お近くのスーモカウンター

イオンスタイル豊田(店舗でモニター相談)店	豊田市広路町1-1 イオンスタイル豊田 2階 ※店舗でモニター相談は事前予約制
豊田店	豊田市西町1-200 とよた参考館 1階
イオン岡崎店	岡崎市戸崎町字ばら山1-1 イオン岡崎南 2階
ららぽーと愛知東郷店	愛知郡東郷町東郷中央地区画整理事業62街区1-3 ららぽーと愛知東郷 3階

※各店舗とも臨時休業する場合あり。
 営業時間や定休日は、電話またはHPにてご確認ください

豊田市立こども園

保育士さん大募集!

雇用期間 / 令和6年4月1日~令和7年3月31日 ※更新あり

有給休暇あり 駐車場完備 通勤手当支給 勤務地は希望エリアを考慮して決定

職種	職務内容	勤務時間	時給
代替保育士	フリー保育・乳児担任	7:30~19:00の間で7時間30分	1,280円~
パート保育士	早朝保育	7:30~9:30 または 7:30~10:30	1,200円~
	延長保育	13:00~19:00の間で4~5時間	
一時保育保育士	一時保育	8:15~17:15の間で7時間30分 または 4時間45分	1,200円~

【休日】日曜・祝日、年末年始 【資格】保育士(資格取得後未経験の方もご相談ください。)

■お問い合わせはお電話で
豊田市役所 保育課 公立支援担当 (東庁舎 2F) **TEL0565-34-6809**
 (平日の8:30~17:15まで)

子育て関連用品のフリーマーケット

ママフリマ

4年ぶり! ついに開催! **11/30(木) 10:00~12:00**

子育て中のみなさんお待ちしてます

会場: とよたハウジングガーデン (アジアンスクエア周辺) : 豊田市秋葉町4-75

●ママフリマは、子育て関連用品のみのフリーマーケットです。
 出店はぴぼママクラブ会員です。

ぴぼママクラブ 会員募集中!

登録・年会費 無料

ママクラブメルマガでは、こんなお知らせを配信中!

- 各イベント先行受付
- 読者レポーター募集
- 限定アンケート
- 限定プレゼント企画
- ママ向けセミナー案内
- 親子向けイベント開催情報

0歳からの幼児教室
 七田式 豊田駅前教室
 七田式 刈谷教室

子育て中の皆さま!

「ママジョブ」に登録しておこう!

今じゃなくても、いつかのために!
 ひぼが、あなたにぴったりのお仕事を見つけたらメールでお知らせします。

まずは「ぴぼママクラブ」にご登録ください [ご登録はこちら](#)

“PIPOモバイルメンバーズ”になるう!

「PIPOモバイルメンバーズ」とは、PIPOの読者会員です。あなたのご意見をPIPOに反映できます! さらに、紙面にはないイベントのご案内やお得な情報をお届けします。

登録費・年会費なし!

PIPOモバイルメンバーズになると特典いっぱい!

- 紙面づくりに参加できます
- 会員限定プレゼント企画に参加できます
- アンケートのご協力イベントの参加商品モニターでポイントプレゼント!
- 500ポイント貯まると500円分の商品券を進呈します! (1ポイント=1円) ※有効期限なし!

すでにPIPOメンバーズでモバイル会員に登録していない方も、ぜひメールアドレスを追加して登録を更新してください!

[登録はこちら](#)

PIPOナビ

PIPONAVI

PIPOに掲載されている店舗に行くときに、スマホで「PIPONAVI」を使えば、その場からタップのみで行けちゃいます! 文字入力の手間もなし! 電話番号も、ホームページも、タップのみでアクセス出来ます!

※ルート案内の際はGoogleマップにジャンプします。

先月の読者様向けの新サービスが始まっています!

さっそく「PIPONAVI」を使ってくださった方々のお声を紹介します!

「11月号のPIPONAVI」はこちらからアクセスしてね!

Shaddy 歳末大感謝祭

送料を除く5,000円以上のお買上げで

500円OFF

クーポンプレゼント

心あたたまる冬を贈る **お歳暮**

京風おせち **福祿寿 三段重**

早割 5,400円割引

11/30(木)までのご注文 **22,464円** (税込)

割引期間終了後税込価格 27,864円

お歳暮 おせち クリスマス

お歳暮 約1,160点

シャディショップサイト、店頭のお歳暮カタログでお歳暮商品の詳細をご確認いただけます。

ご購入はお近くの **サラダ館・シャディ店へ**

京風特大おせち **大納言 二段重**

早割 5,400円割引

11/30(木)までのご注文 **19,224円** (税込)

割引期間終了後税込価格 24,624円

MERRY CHRISTMAS

クリスマススイーツ&グルメ 2023

銀座千疋屋 莓チーズケーキカトル **5,400円** (税込)

PIERRE HERMÉ 비에ール・エルメ・パリ フレーズ ビスターシュ **6,480円** (税込)

テオプロマ ガトー・ドゥン・エル オショコラ **5,853円** (税込)

和洋特大おせち **飛躍 一段重**

早割 2,160円割引

11/30(木)までのご注文 **15,984円** (税込)

割引期間終了後税込価格 18,144円

シャディショップサイト

500円OFF クーポンコード **wsebcee**

※クーポンコードは半角英数字で入力してください

<https://shaddy.jp/>

【クーポン有効期限】2023年12月20日まで
 ◎他のクーポンとの併用は不可です ◎お1人様1回限り
 ◀店舗限定割引クーポンは来店時に切り取ってご持参ください。
 ◀店舗限定割引クーポンは一部対象外店舗と対象外の商品がございます。

Dr. MatSuda
be Happy!
飛蚊症(下)
Vol. 109
山之手眼科 松田淳平院長

先月に引き続き「飛蚊症」について、網膜硝子体学会会員の松田先生にお聞きしました。

今月は飛蚊症の原因と対応についてお話しします。

加齢変化
硝子体の加齢変化が原因の場合です。後部硝子体剥離と言われたりしますが、後述の網膜剥離とは別物で、レーザー治療は不要です。加齢変化と言いましたが、近視の強い方では若い方にも生じます。多くの場合、経過観察で大丈夫ですが、網膜剥離を

硝子体剥離
硝子体の加齢変化が原因の場合、目薬や内服薬を使いますが、治療には数週間かかる場合があります。

網膜の穴(裂孔)
や糖尿病網膜症などによる出血が原因の場合、早急にレーザー治療を行います。重症の場合は手術となります。

山之手眼科
メグリア本店 南向かい
土・日・祝日も診察しています
豊田市御幸本町2-200-5
TEL 0565-28-7144
■ 休診日 火曜・木曜午後
■ 診療時間 [午前] 毎日 10:00~13:00
[午後] 月・水・金 15:20~18:30
土・日・祝日 14:00~17:00

CONTACTレンズなら **生協前CONTACT** メグリア本店 南向かい
お求めやすい価格にて皆様のご来店をお待ちしております!!

ナイトレンズ治療 をおこなっています!
院長自身も受けた! CL手術も好評です!

- 視力0.09~1.2(小学生 男子)保護者のコメント... 運動中に眼鏡で怪我をしたお友達がいたので、裸眼で運動させられるので安心です。
- 視力0.4~1.2(小学生 男子)本人のコメント... サッカーを習っていて、前までは見えづらかったけど、ナイトレンズをやったうちになんか見えてきてサッカーのプレーがやりやすくなった。
- 視力0.08~1.5(中学生 男子)本人のコメント... 1.5見えるようになるとは思わなかったの、眼鏡からナイトレンズに変えて良かった。

※CONTACTレンズは高度管理医療機器です。必ず事前に眼科医にご相談のうえ、検査・処方を受けてお求めください。医師の指示に従い、定期検診を受けてください。ご使用前に必ず添付文書をよく読み、取扱方法を守り、正しく使用してください。 ※ご来店の際は健康保険証をお持ちください。

生協前CONTACT TEL090-2131-7144 豊田市御幸本町2-200-5 2F 18時まで営業
火曜日定休

立ち上がり運動
姿勢調整師 井ノ口です。
最近急に寒くなってきましたね。体調に気を付けてお過ごしください。前回は立ち上がりなどを感じる腰の違和感についてお話をしました。今回は立ち上りを楽にする運動をお伝えします。

普段の生活に取り入れることで身体を動きやすくするための運動のひとこととなります。

- 1 腰の運動 (4~5回程度)
- 1 椅子へ座り床に足がつくようにします。
- 2 姿勢を正して座り、身体を前に丸くして、伸ばすを繰り返します。
- 1 椅子へ座り床に足がつくようにします。
- 2 姿勢を正して座り、頭をまっすぐに動かさず、上半身のみゆるゆる運動を左右にします。

みなさん、それぞれ姿勢が違います。運動によっては個人差もありますので無理せず運動してください。

KCSセンター 豊田 TEL 0565-41-6808
豊田市河合町1-51-1 ルノール1 502
● 駐車場 6台分完備 ※場所はお尋ねください
● 営業日 不定休
● 営業時間 10:00~20:00

あなたの感動した本、あなたの好きな本をみんなに伝えよう!

第7回 PIPO 「私のおススメ本」コンテスト

もともと本を読もう。
もともと本を読もう。

応募方法 1 2 3 の項目と必要事項を添えて、下記までお送りください

- 1 おススメしたい本の題名・著者・出版社
- 2 どんな人におススメしたいか (例・仕事で悩んでいる人、生き方に悩んでいる人など)
- 3 おススメポイントを400文字程度でお書きください (何に感動したか、どの部分がおススメかなど)

参加資格 PIPO 読者の方ならどなたでも
*お一人でも何冊おススメいただいても結構ですが、1冊につき1つのおススメ文でお応募ください

対象の本 文学作品、ノンフィクション、ビジネス書、絵本など
*洋書、日本語ではない本、教科書類、マンガ、雑誌、ケータイ小説などは対象外

必要事項 お名前・PIPOメンバーNo(あれば)・ペンネーム・年齢・性別・ご住所・電話番号

応募先 郵送、FAX、メールなどでお応募ください。
[郵便] 〒471-0876 豊田市金谷町6-54 PIPO 編集室「私のおススメ本」係
[FAX] 0565-33-2205
[E-mail] pi-po@pi-po.jp 件名「私のおススメ本」
*おススメされた本とおススメの文刺は、紙面またはHP上でご紹介する場合がございます。お送りいただいた原稿は、返却いたしません。著作権はひば編集室に帰属します。

選考審査は、丸善 豊田 T-FACE 店 千葉店長、PIPO 編集室スタッフ、ひば好きさん集まれのメンバーにて行います。(審査委員長はPIPO 編集室)

● 入賞発表はPIPO ホームページにて ●

今年も!!
丸善 豊田 T-FACE 店とPIPOのコラボで開催します
「私のおススメ本」コンテスト審査員に丸善 豊田 T-FACE 店店長が参加!
さらに! 各賞に選出された本は、丸善 豊田 T-FACE 店内の特設棚に並びます!
どしどし応募くださいね!

丸善 豊田 T-FACE 店 千葉 崇さん

※応募期間 2024 1/31(水) まで

GO for it! 健康第一 P

Dr. INOUE
笑門には健康来る!
Vol. 202
井上医院 井上裕康院長

子供の頭痛は大人とそう変わりはありませんが頭痛そのものが病気である一次頭痛とほかの病気によって頭痛が起る二次頭痛とがあります。

一次頭痛
二次頭痛

吐き気をとまったり、光や音に敏感になったりします。通常の痛み止めが効くことがありますが、専用の薬を使用します。

緊張性頭痛は後頭部を中心に頭全体が痛みます。締め付けられるような痛みです。肩や首のこりを伴うことが多いです。吐き気も伴うこともあります。

片頭痛は、脳の血管が収縮した後血管が拡張して起こる頭痛です。前触れとして閃輝暗点と言って目の前が暗くなり視野の中心にキラキラした光や脱力感、しびれやめまいなどが現れ、その後はいきなり頭痛が起ります。半日くらいで改善しますが、動く痛みが増悪したり、風邪の場合発

二次頭痛
二次頭痛は風邪(インフルエンザ)や新型コロナウイルス感染症を含みます。蓄膿症、頭部外傷、起立性調節障害、脳腫瘍、髄膜炎、脳脊髄液減少症、虫歯、顎関節症などによって起こります。風邪の場合発

熱や咳や鼻水などの症状を伴います。蓄膿症の場合、汚い色の鼻水や頭や頬が重い感じを伴います。頭部外傷の場合、意識障害や嘔吐などを伴います。起立性調節障害の場合、立ち眩みや朝起きられないなどの症状を伴います。

最近子供の頭痛が増えてきています。その一番の理由はスマートフォンが携帯ゲーム機の長時間の使用です。手でゲーム機を支えて斜め下の方向を向くので肩や首の筋肉に負担がかかります。緊張性頭痛が起ります。使用時間を減らして

お子さんに頭痛があり、原因がわからず心配な場合は医療機関を受診しましょう。

井上医院
INOUE MEDICAL CLINIC
● 内科 ● 小児科 ● 皮膚科 ● リハビリテーション科
豊田市電通町17番11 井上医院 豊田 緑南
TEL 0565-26-0800
■ 休診日 木曜午後・日曜・祝日
■ 診療時間 月~金 9:00~12:00/16:00~19:00
土 9:00~14:00

漢方薬
ストレスが引き起こす病気が様々ですが、今回はその一つ「自律神経失調症」を取り上げます。例えば「疲れが取れない」「寝れない」などの状態。私達の身体は交感神経と副交感神経がバランスよく働くことによって健康状態を保っています。しかし、毎日の無理な生活や精神的負担が、バランスを崩す要因となってしまうのです。交感神経が過剰に緊張すると血流が悪くなり、肩こりや頭痛、イライラや無気力、冷えやぼてりなどが起ります。

またそれらはやがて、各種の生活習慣病にもつながります。最近ずっと調子を崩していると感じる方はご相談ください。自然の生薬には、自律神経や血液の流れを正常に整える働きがあります。

自然の恵みを生かす力に
藤堂自然薬舗
TEL/FAX 0565-80-9261
豊田市市木町2丁目2-1
《OPEN》火・水・木・金・土 10:00~18:30

大切な家族やお友達を守るために
『こころと命のサポートナビ』
一人で悩んでないで...
家族やお友達の様子が気になる...

元気にイキイキと過ごしたい方
人間が元々持つ自然治癒力を高めたい方
* 効果については個人差があります

レイキヒーリング
● アチューメント ¥30,000~(税込)
● 1時間のセッション ¥10,000~(税込)

レイキヒーリング リバー0324 豊田市青木町
予約、お問合せはお電話で TEL 090-6581-3224
● 予約可能日: 土曜・日曜 AM10時~PM7時
御予約時に、場所の詳細をお知らせします。[駐車場あり]

メンバー募集! 大人のクラブ活動
PIPOは「ずっと元気!プロジェクト」に参加しています!

60代 70代 80代の遊び盛りのみなさんを募集中!
ご興味のある50代・40代の方もぜひどうぞ!

まちなか探検隊
● 毎月第4回目 火曜日
● 10時~12時(予定)
● 市内各所集合場所は名鉄豊田市駅

本好きさん集まれ!
● 毎月第3回目 金曜日
● 10時~12時(予定)
● びーとる一む

大人のボードゲーム倶楽部
● 毎月第1回目 水曜日
● 13時~16時(予定)
● びーとる一む

アナログ愛好会
● 毎月第2回目 土曜日
● 9時30分~12時(予定) ● びーとる一む
(11/11日)日本の歌 テーマ「秋」演歌、ポップス、GSまで

手仕事サークル
● 毎月第4回目 金曜日
● 10時~14時(予定)
● びーとる一む

● 『びーとる一む』はひば編集室1階の会場です。
開催場所や詳しい内容などのお問合せ・お申込み先 **ひば編集室 TEL0565-32-6015** 豊田市金谷町6-54

とよたまるごと フードマルシェ

【T-FACE A館1階】

主婦歴40年超! ぴぼ編集長 特別レポート

No.11
50代からの
T-FACEの楽しみ方
をご紹介します。

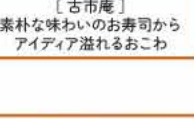
毎日の食卓に
欠かせない!
おすすめの
店舗さんたち!



うなぎ 杉政



古市庵



Kα



Gg



DONQ

NEW OPEN!

10/26 THU ああシュークリームのお店
ピアードパバ

10/27 FRI しあわせとらやきで有名な
くろーばー結び

T-FACE

若宮町1-57-1 TEL 0565-33-0004 (代)
10:00~20:00 [こちそらダイニング 最大23:00まで]



「最近メルマガが届かなくなった」との声が増えています。
『pi-po.jp』のドメインが受信できるよう、迷惑メール設定から解除、または受信設定をお願いします。各メールサービスや端末によって設定方法が異なるため、詳細や手順はお使いのメールサービスや携帯会社のHPなどでご確認ください。

PIPOメンバーズのみなさまへ

メール受信設定 ご確認のお願い

生きる力をつける 暮らしの中での学びかた

日時 11/5日 10:00~14:30
場所 豊田市福祉センター 45会議室 (豊田市錦町1-1-1)
参加費 1,000円 ● ランチ交流会別途(実費)

内容

- セミナー「暮らしを育む! お金で学ぶさんすう」
講師: NPO法人 お金で学ぶさんすう 住山志津枝
- パネルディスカッション「教室外ならではの学びかた」
講師: 金山ノビルスクール 水野真理子
NPO法人 お金で学ぶさんすう 住山志津枝
司会: 石原敬子
- ランチ交流会
(希望者のみ・実費負担)

イベントの詳しい内容やお申込みはコチラから

ライフスタイルマネープラン研究所
Email: info@keikoishihara.jp
豊田市深田町 TEL・FAX 0565-29-3475

毎週木曜の午後(Zoom)で「ティードタイムにNISAのおしゃべり」を開催中!
● 参加費 1,100円 ● お問い合わせ・お申込みはメールで初めの一歩。この指とまれ!

お金のこと

石原 敬子の 教えます!

Vol.113

ライフスタイルマネープラン研究所 代表 石原敬子さん

ほけんの窓口 @名古屋銀行

将来にそなえて保険のこと、考えてみませんか?

銀行業から未来創造業へ

名古屋銀行では、お客様の安全と健康を守るため、各種感染症対策を講じております。行員がマスクを着用している場合があるほか、状況に応じて行員からお客さまにマスク着用をお願いする場合がありますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

何度でも相談無料!

名古屋銀行 ほけんプラザ豊田南
豊田市山之手6丁目63番地 (豊田南支店併設)

0120-758-055
ほけんの窓口 名古屋銀行 検索
キッズコーナー完備

お仕事始めよう!

家族のため 自由にお金 行きたいところ 欲しいもの 子どものため

動機は人それぞれ
まずは、始めてみましょ!

かつさと 豊田宮町店

かきフライ祭り

期間限定 旨みたっぷり! 広島県のかきを使用!

かきフライ定食
● かきフライ ● ごはん ● とん汁 ● お新香

お持ち帰りメニューもご用意!
※メニューはHPをご覧ください

スタッフ募集中

お昼のパート・アルバイト 急募!

仕事内容 ホール・キッチンスタッフ
時間 10:00~16:00 (時間内でご相談に応じます)
時給 1,030円 (土日祝1,130円)
休日 シフト制
待遇 有給休暇・制服貸与・交通費支給・社会保険

● まかない無料!
● 学校行事優先!
● シフトは随時相談に応じます!

なんでも相談できる! アットホームな職場です!

お気軽にお問合せください
TEL 0565-63-5268 (担当: 濱田)

かつさと 豊田宮町店 TEL 0565-63-5268
豊田市宮町4-21-1

PayPay スタンプカード 加盟店

とよたの宅配生活情報紙

PIPOびぼチャラシの配布員さん

大募集

業務内容
情報紙や冊子、広告チラシを各家庭のポストに投函していただきます。

● 配布物はエリアリーダーがご自宅までお届けいたします。(最初の登録時のみ事務所へお越しいただけます。)
● ご自宅周辺の担当地域を配布していただきます。
朝~20:00までの間でお好きな時間帯でOK!(夜間の配布はできません。)
● 報酬は配布数×配布物単価で決まります。※仕事開始時の登録料等一切不要
【例】500世帯×月2回の場合、月収入約5,000円~15,000円(エリアや数量による)

※携帯電話の所有が条件の一つとなります。
※未就園児のいる方、学生さん、フルタイムでお勤めの方はご遠慮ください。

株式会社ブラネッツ豊田 豊田市金谷町6-54 (P有の名称「上野郵便」徒歩7分)
ポストイン事業部 受付時間 平日9:30~18:00 (土・日曜休業)

配布員応募はこちらからも

応募・詳細はお電話にて TEL 0565-33-2200

そのうちよれも 今のうち

第9回 相続人に問題がある時

どんな人にも相続は起こります。放棄もできません。そのような時は、家族信託や成年後見制度を利用するといふでしょう。また、元氣なうちに生前贈与や遺言を準備しておくことが大切です。

「未成年の子」 遺産分割の場合、利益相反関係にある母親は未成年の自分の子の代理人となることはできません。利害が対立せず、相続(親戚や相続の専門家)を家庭裁判

「海外移住してしまっただ人」 海外に居住していても相続は可能ですが、印鑑証明の代わりサイン証明や住民票の代わり在留証明が必要で、そして日本での相続税申告も必要です。

「財産管理能力を欠くと診断された人」 財産管理能力を欠くと診断された人は遺

産分割協議も相続放棄もできません。そのような時は、家族信託や成年後見制度を利用するといふでしょう。また、元氣なうちに生前贈与や遺言を準備しておくことが大切です。

※次回は「成年後見制度について」

一般社団法人 愛知県相続サポート協会
0120-326-701
豊田市東梅坪町10-4-16 ユニール梅坪1F (棟原税理士事務所内)
9:00~17:00 日曜定休 愛知県相続サポート協会

piPOの教室 受講生大募集

【語学】初心者から上級者まであなたに合ったクラスが必ず見つかります! まずは無料見学・カウンセリングへ!

【文化】

イタリア語 (月4回) 月謝 9,000円
フランス語 (月4回) 月謝 9,000円
中国語 (月2回) 月謝 4,000円

TOEIC対策講座(月4回) 月謝 8,000円
TOEIC個人レッスン 月謝 3,500円 (1ヶ月単位・月2回以上)

着付 (月2回) 月謝 3,000円
ペン字 (月2回) 月謝 3,000円

【入門・初級者向け】
中国語個人レッスン 月謝 5,000円 (1ヶ月単位・月2回以上)
英会話個人レッスン 月謝 3,000円 (1ヶ月単位・月3回以上)
英会話オーダーメイドレッスン 月謝 2,000円~2,500円 (1ヶ月単位・月3回以上)

OECアカデミー piPOの教室
豊田市西町5-5 VITS豊田タウン4F [日曜定休]
TEL.0565-37-1741
お問合せはメールでもお気軽に! culture@pi-po.jp

読者の広場 P.I.P.O members

先月のPIPOにもいろいろ感想をありがとうございました！PIPOエリアにもさまざまな紅葉スポットがあり、おでかけが楽しい季節ですね。

『ひまわりネットワーク』拳母祭り&四郷棒の手習い祭りの記事で、棒の手のことを知りました。名前を聞いたことはありましたが、何なのか知らなかったのが郷土芸能だと知れて良かったです。

びぼエリアは広いので、豊田市内のお祭りでもまだまだ知らないものがありますねー！

娘の『山之手眼科』でのナイトレンズ使用をきっかけに医師の掲載記事を読むようになりました。難しい内容かと思って避けていましたが、しっかり読むと意外と頭に入ってくるし、ためになるなあと改めて思っています。

編集室スタッフも勉強させていただいてます！以前のの記事は、HPのバックナンバーから見ていただけますよ。

『シーホース三河』のチケット応募できました！今後もこういったB.LEAGUEの案内が増えて欲しいです！

みんなで地元のスपोर्टチームを盛り上げていきたいと思います！

『健康のコツ』枕についての話が興味深かったです。低ければいいと思ってたけど、そうではないのだと知りました。また枕外來があるとのことなので、一度相談に行ってみようと思います。

ご自身に合う枕が見つかりますように！

『車のまちから』の記事を読んで、普段から車の運転を楽しんでいる私は、じっくり読み込んでしまいました。自然豊かな道をのんびりドライブに行きたいと思いました。車は、好きな所はどこでも連れて行ってくれて、新しい発見をもたらしてくれる良きボディだと思っています。

普段から運転を楽しんでいるなんて、素敵ですね！

『山之手眼科』の飛蚊症について、自分も症状があるので興味深く読みました。来月の原因・対応についてを待っています。

お待ちしております、今月号に続編がのっています。保存版です！

『はっぴー農産』グルテンフリーの『はっぴーパウム』食べてみたいです。

編集室でも話題になってますー！

『とよたハウジングガーデン』の記事で、娘の大好きなプリキュアのショーがあるのを知りました！行ってきます！

今月号にも楽しいイベントが盛りだくさんですよー！

『ジャングルステーキ』の広告が気になりました。キッズパークで孫を遊ばせてあげたいです。

ぜひお孫さんと行ってみたいですねー！ひとつひとつの記事が、コンパクトで読みやすい。あまり関心のない分野でも、読ませてもらう！

嬉しいお言葉ありがとうございます！そして今年もやります、『私のおススメ本コンテスト』！活字好きな読者の皆さま、どしどし応募ください。

※『読者の広場』に掲載された方にびぼポイント100Pをさしあげます。※いただいたおハガキ等は紙上掲載させていただくことがあります。匿名やペンネームの方はその旨を明記してください。※数字はPIPOメンバーズナンバーです。

映画 Movie Schedule 2023 10/16

シネマワールド安城 毎週月曜 シネマワールドマンデー 1,300円 毎週金曜 メンバーズデー(ポイントカード持参の方) 1,200円

Table with 2 columns: Title and Date. Includes movies like 'ゴジラ-1.0', 'おしよりん', 'すみっこぐらし', etc.

今月のオススメ映画 『ザ・クリエイター』 10月20日公開

プレゼント Presents

1 やきものワールド2023 ペアご招待券 今年テーマは「晴れやかに心躍る」。

2 T-FACE ショッピングチケット (3,000円分) 5名様

3 天然温泉コロナの湯 入湯無料券 & コロナキャットボウル

応募方法 ハガキ・FAX・HPから応募ください。2023年10月31日(火) 消印有効

朱磨呂の幸せの星占い 2023 11.1▶11.30

牡羊座 3.21-4.20 明るく楽しいともいえない運気が続いて行く。

牡牛座 4.21-5.21 何事にも真剣に取り組む白黒をつけ場合によっては戦う事も覚悟の今期は

双子座 5.22-6.21 活動的で忙しくなる運気の時だが幸いパワーは全開。

巨蟹座 6.22-7.22 楽しい事や抱いている夢、心に思う事は今こそ実行して行こう。

獅子座 7.23-8.22 動運気の今は変化の時と心し流れを受け入れよう。

乙女座 8.23-9.23 充実したい運気の到来。気持ちも引き締まりやる気も湧いてくる。

天秤座 9.24-10.23 後半になるにつれ気分も晴れやかに楽しさも増す上昇気流の嬉しい全体運の時。

蠍座 10.24-11.22 パワフルで情熱的な全体運の今は何事も前向きに考えトライして行こう。

射手座 11.23-12.21 まずは運気が続いて行く。今期は己に目を向け心の整理をして行こう。

山羊座 12.22-1.20 上昇気流。頼もしく運やチャンスにも恵まれたと嬉しい運気の時。

ジャングルステーキ 大人気! ステーキ屋さん 美味しい&楽しい! どちらもかなえる!

中島みゆき 劇場版 夜会の軌跡 1989〜2002 2023年12月8日(金) ミッドランドスクエアシネマほか全国公開!

中島みゆき 夜会の軌跡 1989〜2002 劇場版 2023年12月8日(金) 全国ロードショー

株式会社 グッドライフデザイン TEL 0565-25-3010 グッドライフファーマシー薬剤師募集!

東横 INN 豊田市駅前 TEL 0565-37-1045 週3日〜OK! 初心者の方にも丁寧に指導

とよたハウジングガーデン **THG × PIPO Monthly pop up** Vol. 01

ぜひ WEB予約のうえ ご来場ください！

1 番区画 **住友林業 『My Forest BF』**

Amazon ギフト券 **5,000円分** または **BAUM ハンドクリーム プレゼント!**

●下記の「PREMIUMプレゼント」も差し上げます！

とよたハウジングガーデン No.1 区画
住友林業株式会社 豊田第一展示場『My Forest BF』
TEL 0565-37-1250

W特典GETの好評企画!
モデルハウス事前見学予約 **PREMIUM プレゼント**

「とよたハウジングガーデン(THG)内のモデルハウス」の見学を「THG公式ホームページ」から事前予約すると

特典1 えびせんべいの里『アソートパック』プレゼント
美浜町の老舗「えびせんべいの里」の人気商品から3種類を選んだアソートパック
※プレゼントは1家族(世帯)様1回限り
※初回ご予約(初来場)の方が対象となります
※詳しくはHPをご確認ください

特典2 各モデルハウスからの特典もプレゼント
モデルハウス事前見学予約はこちら!



家に居ながら ワークেশション
住友林業ならではの木をふんだんに活かしたデザインや機能性をはじめ、ワクワクするようなアイデアがいっぱい詰まった展示場です。中でも2階の「ワークেশションルーム」は、全く新しい発想です！カフェやリゾートに来ているような気分です仕事ができるのがワークেশション。空間ごとのテーマ「緑園の間」「山荘の間」「文豪の間」も楽しめます。さらに、毎日の快適を約束してくれる「キッチン周り」や、寝室とウォークインクローゼットの動線も体感してほしいですね！

とよたハウジングガーデンの住宅メーカーをPIPOの視点でご紹介します！

仕事と暮らしを楽しめる新しいコンセプトの展示場です

- 大きな窓と大空間のリビング
- 雰囲気バツグンの電気暖炉
- 半個室の文豪の間
- 天板に水晶を使ったアイランドキッチン
- 収納力のあるパントリー
- 使いやすい洗面スペース



とよたハウジングガーデン **秋の住まいづくり応援 Festa**

10/21 秋のマルシェパン祭り

参加無料
時間 10:00~16:00
場所 会場内

10/22 楽しい縁日が勢ぞろい! 秋の大縁日まつり

参加無料
時間 10:00~16:00 (12:00~13:00は休止)
場所 会場内

10/28 パウ・パトロールとあそぼう!

観覧無料
時間 ①10:30 ②13:30 ③15:00
場所 アジアンスクエア

10/29 ハウジングZOO かわいい動物たちが大集合!

参加無料
時間 10:00~16:00 (12:00~13:00は休止)
場所 アジアンスクエア

11/3 お部屋に飾ろう! 月とネコのフレームアート作り

参加無料
時間 ①10:30 ②13:30 ③15:00
場所 アジアンスクエア

11/4 秋の夜長にまったり気分! 幻想的なランタン作り

参加無料
時間 ①10:30 ②13:30 ③15:00
場所 アジアンスクエア

11/5 旬の果物! わんごの収穫体験

参加無料
時間 ①10:30 ②13:30 ③15:00
場所 アジアンスクエア

11/11 かわいいわんこいっぱいあそぼう! わんわん動物園

参加無料
時間 10:00~16:00 (12:00~13:00は休止)
場所 アジアンスクエア

11/12 それいけ! アンパンマンショー

観覧無料
時間 ①10:30 ②14:00
場所 アジアンスクエア

11/18 クリスマス気分を先取り! おしゃれ木の美リースオーナメント作り

参加無料
時間 ①10:30 ②13:30 ③15:00
場所 アジアンスクエア

11/19 はらぺこあおむしワークショップ おなまえホルダーづくり

参加無料
時間 ①10:30 ②14:00
場所 アジアンスクエア

10/22 住まいづくり相談会 **SUMA SUKUI**

時間 10:00~16:00 (12:00~13:00は休止)
場所 セミナールーム

10月~12月 「モデルハウス事前見学予約」プレゼント!!
えびせんべいの里 アソートパック プレゼント

ホームページからモデルハウス事前見学予約された方に、えびせんべいの里「アソートパック」をプレゼント。

開場時間/10:00~17:00 定休日/毎週水曜日(祝日営業)
主催/一般社団法人ナゴヤハウジングセンター 中日新聞社
〒471-0873 豊田市長谷町四丁目75番
☎0565-37-7588

住まいのエコシンフォニー **とよたハウジングガーデン**
from ナゴヤハウジングセンター

モデルハウスの詳細やLINEはHPへ