

from nihonet!  
**Lifan**  
life/fan

NIHONET  
QUARTERLY  
MAGAZINE! no.76

ライフファン | 暮らし・楽し・情報誌 [www.nihonet.co.jp](http://www.nihonet.co.jp)

This is a quarterly magazine delivered by Nihon Network Service Co., Ltd. We will deliver information useful for your life in an easy-to-understand manner.



管理会社の安心サポート!!

お部屋の  
簡単・お手軽  
無料査定

☎お電話・📠FAX・✉メールで

お気軽に  
ご相談  
下さい

買いたい!

売りたい!

貸したい!

不動産の売る、買う、貸す、全部にほねっとにお任せ

売却・購入・賃貸・相続

私たちは地域密着でお住まいの売却・購入買い替え・賃貸経営のサポートを行っております。地域密着だからこそ、「より詳しく、より親切」にお客様の不動産売買をサポートいたします。不動産の売却をご検討の方、処分にお困りの方、借入返済についてなど、私たちに何でもご相談下さい。

不動産売却 お任せ下さい!!

にほねっとでは、不動産仲介に加えマンション買取も積極的に行っております。不動産売却をお考えの際は、是非、私たちにご相談下さい。

〈マンション売買特典〉

■ 仲介手数料30%OFF

当社の管理するマンションのお客様に限り、仲介手数料を30%ディスカウントいたします。

※売却価格500万円以上に限りです。

■ 購入サポート

ご希望のマンション・戸建・新築・中古に関わらずベストチョイスをお手伝いいたします。

賃貸運営 全力で応援します!!

賃貸経営をサポートする「賃貸マンション運営システム」は、賃料査定・リフォーム・募集・契約・集金・トラブル処理・退去立金・賃料保証など、トータルでお引き受けします。

〈賃貸マンション運営システム〉

■ 保証会社

借主様には原則、保証会社の賃料保証に加入していただき、万一の賃料滞納リスクをヘッジします。

■ 借家人賠償保険

全ての入居者は当社の指定する損害保険会社の借家人賠償保険に加入していただきます。

LINE公式アカウント  
友だち募集中!  
お役立ち情報を配信します!

@nihonet

特集

スマホでカギを開閉できる  
スマートロック

一度使えば、その利便性からスマートロック抜きの生活には戻れません!

→詳しくはP1へ

楽しみながら走れるコツ伝授します!  
「走り方教室」参加募集!

参加費無料!どなたでも参加可能。大人の方も大歓迎です!

→詳しくはP14へ

CONTENTS

建物記事 | 精密な安心を、「サディオロック」  
建物記事 | デザインリノベーションでマンションに新たな息吹を  
管理組合 | 消防設備点検に密着取材!!

不動産 | 賃貸広告の生命線!物件写真について  
コラム | 第3回ふれあいフェスティバル クリスマスリース作りに挑戦しよう!  
特集 | Les戸屋デンタルクリニック・園田学園大学 陸上部のスポンサーになりました  
特集 | 走り方教室



# SADIOT LOCK

サディオロック

## スマホでカギを開閉できる スマートロック

スマートフォンを利用してカギの開け締めや管理が行える後付けスマートロック。一度使えば、その利便性からスマートロック抜きの生活には戻れません！

**SADIOT LOCK2** (本体)

メーカー希望小売価格(税込) ¥13,200



次世代の暮らしを提供します

## 《 世界を支える日本の技術で、暮らしに安心と笑顔を 》

**MinebeaMitsumi**  
Passion to Create Value through Difference

精密部品、半導体、電子制御デバイスをはじめとする先端技術をグローバルに提供しIoT時代に貢献しています。

**MinebeaShowa**  
MinebeaMitsumi group

100年以上ドアロック・セキュリティシステムの貢献に寄与し続けるカギのスペシャリストです。

SADIOT LOCKは「ミネベアミツミ」と「ミネベアショウワ」の技術・知見の結晶です。

## セキュリティチップ搭載で ハッキング対策◎

SADIOT LOCK、Hub、Key すべてにセキュリティチップを搭載し情報の抜き取りや不正な通信を防ぐ高い堅牢性を備え、サポート体制も充実しています。

### 商品仕様

本体寸法	幅 : 約61mm 奥行 : 約70.1mm 高さ : 約123.6mm 重さ : 約165g (本体のみ) ※CR123Aリチウム電池2本(含む)重さ: 約202g	対応OS	【iOS版】 ■動作に必要な環境: iPhone 8以上、iOS 13.x以上、Bluetooth 5.0以上 ※iPhone SE第1世代は不可、iPhone SE第2世代は可
電源	DC 6.0V、CR123Aリチウム電池2本 ※充電式の電池はご利用いただけません。	通信	【Android版】 ■動作に必要な環境: OS Android 9以上、Bluetooth 5.0以上
駆動期間	リチウム電池 (CR123A) 2本で約6ヶ月動作 (1日10回の解錠で想定) ※使用する環境や利用状況により異なる場合があります。	Bluetooth ver.5.1	※Bluetooth ver.5.0搭載のスマートフォンでもご利用いただけます。
周波数帯域	2.4GHz帯	動作環境温度	-10°C~50°C

## POINT 機能・特徴



ハンズフリー解錠



SADIO LOCKアプリ



AppleWatch・Amazon Alexaと連携



直接カギを渡さなくても  
合カギのシェア



NFCタグ設定で  
タッチ解錠



スマホで確認!  
錠・解錠履歴



しめ忘れを防ぐ  
オートロック機能  
・タイマーによる自動施錠機能  
・しめ忘れ防止機能

※1.Apple Watchによるリモート操作、ハンズフリー解錠はできません。 ※2.Apple Watchは、Apple Inc.の商標です。 ※3.Amazon Alexaとの連携は別売りのSADIOT LOCK Hubが必要となります。 ※4.Amazon Alexaおよび、これらに関連するすべての商標は、Amazon.com, Inc. 又はその関連会社の商標です。

## OPTION オプション品



SADIOT LOCK Key リモコン ¥3,300(税込)

スマホを日頃つかわないご家族には、専用リモコンキーもご用意。



SADIOT LOCK Hub2 ハブ  
¥4,950(税込)

SADIOT LOCK Adapter  
電源アダプタ  
¥1,100(税込)

## サムターン(ツマミ)に後付簡単取付!

様々なタイプのドアに簡単に取付けられ、次世代の安全・安心・便利を提供します。まずはお気軽にお問い合わせ下さい!



両面  
テープ  
貼り

お問い合わせ先 株式会社日本ネットワークサービス TEL 078-306-6600



# デザイン Designリノベーションで マンションに新たな息吹を!!

皆さんは「デザインリノベーション」という言葉をご存知でしょうか。

これは、既存の建物の外観や内装を大きく変更し、共用部の機能性や安全性、そしてデザインを一新する工事です。

例えば、エントランス等の共用スペースのデザインを一新することで、住民同士の交流を促進したり、マンションを訪れる人々に、これまでにない新鮮な印象を与えることができます。そのため、近年では資産価値の大幅な向上を図ることができるため、非常に注目を集めています。今回は、大規模修繕工事と同時にデザインリノベーションを実施したマンションを紹介します。

## デザイン会社の紹介

会社名	株式会社アトリエブルー
代表取締役	中川 宗典
所在地	〒650-0024 神戸市中央区海岸通5番地 高船三井ビル7F
事業内容	住宅設計監理/店舗設計監理/企画プランニングインテリアコーディネート/ガーデンデザイン/申請業務/家具販売/ロゴデザイン/ビジュアルデザイン/ディスプレイデザイン
企業紹介	1998年活動開始。単なるリノベーションにとどまらず、顧客のライフスタイルを重視した提案を行い、感動的で美しい空間を作り出しています。集合住宅だけでなく、テナントビルや飲食店、事務所など、幅広いジャンルで実績があります。

## モデルマンション 「ランデージ星が丘」の紹介

管理組合様から依頼を受けた際、単なるリノベーションではなく、「朽ちないデザインのリノベーション」を目指すべきだと考えました。以前までは、「今日で築何年です」と建物が年数を主張しているように感じていました。そこで、余計な主張を排除し、飽きのこないデザインを追求しました。

(中川先生より)



Before



After

### 変更された点

- ✓ 床をタイルから明るい色の石畳へすることで、**デザイン性がある見た目**に
- ✓ 外壁のタイルと正面花壇はタイルから漆喰に変更、**柔らかい質感と温かみのある外観**に
- ✓ 外壁の色も石畳と同じく明るい色にすることで、**統一感を演出**
- ✓ マンション名を入口上部に大きな銘板を設置、**正面には大きな間接照明を導入することで、高級感を演出**
- ✓ メールボックスや掲示板も同時に新しくすることで、**まるで新築物件のような印象**に

## 先生からのコメント



住民様にご協力いただき、今回の工事に対して理解を深めていただきました。このご協力が、目指した結果につながりました。急がず、ゆっくりと、みんなで話し合っていく、楽しみながら。そして、完成した時にはその成果をみんなで噛み締めることができました。今後、他の建物で実行していく改修やリノベーションにおいても、単に老朽した部分を新しくしたり、補修をしったりするのではなく、アイデアを出し合い、例えば共用部に自動販売機を設置して緊急時の備品を管理したり、空いている広場を子供たちのスペースにしたり、これから先ずっと朽ちないマンションとして**持続可能なアイデアを取り入れることが非常に重要**だと考えます。



中川先生(施工例)福岡遊休地再生

## 管理組合理事長からのコメント

実際に、マンションの外壁色や階段、廊下の軒天、エントランスのデザイン変更を行う際、デザイン設計のアドバイスを基に色変更や一部仕様変更をしました。最終的には組合員全員で相談しながら決定しましたが、専門家の意見を踏まえて判断できた点良かったと感じています。一般的にはマンションの外観変更については、大規模修繕工事の施工会社からの提案が主ですが、専門家の意見を取り入れることで、より高い価値を持つ空間作りができると実感しています。



## まとめ

今回はデザインリノベーションについてご紹介しました。新築分譲マンションと、築年数が経過した分譲マンションを比較すると、後者には新築分譲マンションには当たり前にあるはずのものが無いことに気づきます。それは宅配ボックスやオートロック等のセキュリティであったり、バリアフリー設計であったり、さらに言えば、現代のセンスにあった外観デザイン、マンション内コミュニティを生み出す共用空間など様々です。それらは今回ご紹介した「デザインリノベーション」で補うことが可能です。資産価値の向上を目指す管理組合様にとって、単なる修繕にとどまらず、長く愛されるマンションづくりが、次のステップとなるでしょう。デザインリノベーションを通じて、マンションの価値をさらに高め、住民にとって誇りとなるような空間を作り上げてはいかがでしょうか。





防災の要、その裏側を徹底解剖！

# 消防設備点検に

## 密着取材



皆さんはご自分のマンションにどのような設備があるか、ご存じですか？

電気に関する設備、水に関する設備、日々の生活を送るうえで欠かせないものがたくさんありますね。

これらの設備は定期的な点検、修繕を行いいつも正常な状態を保つことが必要です。

今回はそんな大切な設備の中の1つ、消防設備についてご紹介します。どのような設備がどのような役割を果たしているのか、実際の消防設備点検に密着し普段見ることのない共用部分の設備について詳しく教えていただきました！

CHECK

# 01

### 屋内消火栓

消火活動に用いる水を供給する装置

### 消火ポンプ

水が必要な階に水を届ける役割



最初に点検したのは屋内消火栓の格納箱です。屋内消火栓とは消火活動に用いる水を供給する装置で、マンションの共用廊下などに置いてありますね。箱の中にはホースとノズルが入っており、ここから水を出し消火活動が行えます。火災の初期段階での消火を目的としており、消防隊だけではなく火災を発見した一般の人でも使用することができるよう、箱の中に使用方法を記載することが義務付けられています。屋内消火栓設備は種類によって必要な人数や使い方に違いがあり、写真は「易操作性1号消火栓」と呼ばれる1人で使えるタイプです。他にも格納箱には非常電話が付いている場合があります。管理入室など、火災受信所に繋がっており管理人や出動した消防隊員とコミュニケーションを取ることができます。屋内消火栓から放出できる水は地下にある消火水槽から供給され、ポンプで押し上げられて届けられます。ポンプを可動させるには本体のスイッチを押す必要がありますが、各消火栓のバルブにもスイッチが付いており、遠隔起動が可能です。

消火ポンプは、必要な階に水を届ける役割をしているため、消火水槽内にポンプが吸い上げて送水する十分な水が確保出来ているかがとても重要です。

点検ではポンプ圧の測定、水槽の滴水、減水の感知の確認を行い、屋内消火栓のバルブの開閉に異常はないか、ポンプの可動ができるかなどをチェックしました。



火事が発生した場合、水をかけて消火活動をするイメージが強いですが、てんぷら油や灯油などが原因の油火災は水をかけると火が飛び散り危険です。水で消火できない火災の場合は粉末の消火剤が入っている消火器を使用します。消火器の使い方は知っていますか？消火器本体に使用方法が記載されている場合が多いですが、写真のようなプレートが消火器に付いていることもあります。実は消防設備の点検は条例で決まっているため市によって適合基準が異なります。神戸市の条例ではこのプレートの記載までが義務付けられているのだとか。良く見ると英語で書いてあったイラストも付いていたり年齢、国籍を問わず使い方が分かるように工夫がされているんですね！

CHECK

# 02

### 消火器



CHECK

# 03

### 自火報警

早期避難のために欠かせない設備



続いて管理入室に入ります。ここにあるのは自動火災報知機の受信盤です。受信盤の役割は火災の発生をいち早く知らせることです。熱や煙から火災を検知する感知器や発信機が皆さんのお部屋や建物の各所に設置されています。その感知器や発信機から信号を受信し、警報を鳴らして火災発生を知らせるのが受信盤です。発信機が火災信号を受信すると、受信機の「音響装置」と「地区音響装置」が鳴動します。同時に、受信盤では「火災表示灯」(火災が起きているという表示)と、どの警戒区域で火災が発生したかを表示する「地区表示灯」が点灯します。早期避難のために欠かせない設備です。



点検では正しく信号が受信できているかを確認するため、住戸、共用部にある全ての感知器であぶり試験と呼ばれる発報テストを行っています。

### 1 感知器に加熱試験器を押し当てる。

加熱試験器は先端から弱い熱を出す仕組みになっており、実際に感知器に熱を感知させ、動作確認を行います。



### 2 感知器から火災受信所にある自動火災報知機の受信盤に信号が飛んでいるか確認。

機器によって表示方法が異なりますが、火災発生を知らせる表示が出たり、火事を知らせる警報が試験的に鳴ったりします。



警報はベルだけでなく「〇〇号室で火災が発生しています」などアナウンスが流れる場合もあります。また受信盤とインターホンを連動させ、宅内にもアナウンスが届くようになっているところもあります。

続いて屋上に行きました。屋上には補給水槽という設備があります。これも消防設備のひとつです。屋内消火栓やスプリンクラーの配管、各階の放水口に水を送る連結送水管につながっていますが補給水槽の水は放水用の水源ではありません。何のための水槽なのでしょう？実は補給水槽や配管内は中に空気が入らないよう、常に水で満たした構造になっています。配管内に空気が入っていると、放水をしても空気の混じった水が放出されスムーズに放水できません。空気があると消火に必要な水量や水圧が出せないのであるため、配管は真空状態にしておくことが重要です。そこで、水で満たされた補給水槽が、配管内の水に空気が入り込まないように、重力による水圧で常に圧力をかけ続ける役割を果たしているのです。安全で素早い消火活動のために欠かせない設備なんですね。水の増減を検知する機器に異常はないか、バルブや管に水漏れが無いか点検しました。



CHECK

# 04

### 補給水槽

安全で素早い消火活動のために欠かせない設備



## 点検業者さんから一言

屋内消火栓や消火器など、マンションにお住いの人が使うための設備はたくさんありますが、実際に火事が起こった時利用できるかどうかは難しいです。実際に火事が起こった時は何よりもまず119番通報すること、そして逃げるのが大切です。私たちは消防設備が常に正常な動作ができる状態を保てるように点検し、不具合があれば報告しています。ですが、例えば避難の際に使用する避難はしごがおりていくところに物が置かれてははしごを降ろすことができません。何かあった時のために重要なのはマンションにお住いの皆さんが避難道具をすぐ使える状態にしておくということです。火事は何がきっかけで起きるか分かりません。絶対に大丈夫とは思わず、日頃から心掛けるのが大切です。

## まとめ

今回は、マンションにある消防設備の一部をご紹介しましたが、他にもマンションには避難はしごや誘導灯、スプリンクラーなど様々な設備があります。いつどんな時に使用するのか知っていますか？他にもお部屋の避難経路や避難場所を確認するなど「もしも」を考えるきっかけになればと思います。点検業者の皆様、ご協力ありがとうございました！



# 賃貸広告の生命線!

魅力を一発で  
伝えられる

# 物件写真

について

## 賃貸広告で“質の高い写真”が重要な理由

賃貸物件の広告において、写真は最も重要な要素のひとつです。なぜなら、写真は入居希望者が物件の第一印象を決める材料であり、内見に進むかどうかの大きな決め手となるからです。以下に、賃貸広告における写真の重要性を詳しく説明します。

### POINT 01 第一印象を決める要素

広告を見た瞬間、入居希望者が最初に目にするのは写真です。文章や間取り図よりも、視覚的な情報が人の心に与える影響は圧倒的に大きいです。

広々18帖!

眺望良好!

家具付き物件!

どちらが  
印象深い  
ですか?



### POINT 02 入居希望者の興味を引く

オンラインでの物件探しが主流の今、物件の情報が文章で詳しく記載されていても、写真が魅力的でなければそもそも見てもらえません。

物件の特徴や雰囲気を伝える

→部屋の広さや明るさ、清潔感を視覚的に表現します。

想像力をかき立てる

→写真を見た入居希望者が「ここで生活する自分」をイメージできる広告が、問い合わせにつながります。

### POINT 03 情報量を視覚的に補完

写真は文章や間取り図では伝えきれない情報を提供します。詳細で正確な写真を掲載することで、物件情報の信頼性が高まります。

・壁や床の質感、窓からの景色、設備の状態などを具体的に伝えることで、安心感を与えます。

・写真を通じて、特定のターゲットに対して訴求することも可能です。

例) 家族向け、ペット可、単身者向け

### POINT 04 他物件との差別化を図る

賃貸物件の広告は多数あり、競争が激しいのが現状です。写真の質が高ければ、他の物件広告と差別化でき、目に留まる確率が上がります。

撮影のポイントをおさえましょう!

・広角レンズを使い、部屋の広さを強調する。

・明るい時間帯に撮影し、部屋全体に自然光が差し込む様子を見せる。



写真へ徹底的にこだわり、  
第一印象で物件の魅力を最大化しましょう。

賃貸市場における広告の役割は、お客様に物件の魅力を正確に伝え、スムーズな契約につなげることです。私たちは独自のアプローチで、オーナー様と入居者様の架け橋となる賃貸広告をご提供します。

専属カメラマン常駐

広告において、写真は **物件の顔** だからこそ、私たちはプロフェッショナルな写真撮影に力を入れています。



写真は、賃貸広告の「生命線」と言えます。

良い写真がある広告は、内見数や成約数を大幅に伸ばすだけでなく、物件の価値を最大限に引き出す役割を果たします。オーナー様にとって、賃貸広告に投資することは、結果的に早期の客付けや安定した家賃収入を得る事にもつながる非常に重要なステップです。

ご所有の物件で「お部屋を賃貸に出したい」などのご希望がありましたら、まずはお気軽にご相談ください。



お問い合わせ先

株式会社日本ネットワークサービス TEL 078-306-6625



# クリスマスリース作り

## 挑戦しよう!

2024年夏号で紹介した、グランコート須磨海岸通り管理組合の皆さんより、冬企画としてクリスマスリース作りのイベント開催のご連絡をいただきました。

「マンション生活を有意義に楽しんでもらうために…」

この想いから有志の方々が子供たち、マンション居住者間の交流の場を設け、コミュニケーションが取れるイベントを開催しています。

今回は、エントランスを作業場とし、リース作りの材料は有志の方々が1年以上かけて準備!!

沢山のリボンや可愛いオーナメントから個性あふれるリースが完成し、エントランスはクリスマスモードに包まれました!

### 準備からリース作りの様子をのぞき見



1 まずは有志の方で準備をします



2 リースの作り方を教えてもらいます



3 沢山の飾りがあって悩むなあ



4 お母さんと一緒に頑張ります!



5 みんなでワイワイ



6 まだまだ頑張るぞ



7 アドバイスをもらいます



8 壁にぎやかに



完成!

最後はみんなで片付け

クリスマスリース

全16作品の紹介



### CHRISTMAS WREATH



クリスマスツリーを飾りましょう!

クリスマスリース作りのあとは、お子さんたちも張り切ってツリーを飾り! 今年もカラフルなツリーが完成しました!



大人から子供まで、沢山の住人さんが参加され、エントランスは笑顔であふれていました。

前回のふれあいフェスティバルに引き続き、今回はクリスマスリース作りを見学させていただきました。リースにはそれぞれのこだわりが詰まっており、クリスマスを楽しむのが楽しめるような作品ばかりでした。マンションイベントを開催することで、住民同士の交流や、マンションコミュニケーションを促進する機会づくりになり、さらに親睦を深めることで、信頼関係を築ききっかけにもなります。グランコート須磨海岸通り管理組合の皆様、様々な取材の機会をいただき、ありがとうございました! 弊社管理物件の中でも、七夕・消防訓練・マンションの掃除を行うクリーン作戦・クリスマスツリー飾り付けなどイベントを実施している組合様も多数あります。ぜひ参考にしてみてください。







Les Ashiya  
Dental Clinic

当院はお子様から高齢者の方まで丁寧な説明と治療心がけています。地域の皆様のお口の健康をスタッフ一同サポートしてまいりますので、お気軽に当院を受診下さい。



院長 奥本 真実

自分の笑顔が好きになる。

## Les 芦屋 デンタルクリニック

Les ASHIYA DENTAL CLINIC

私たちは、15年以上前より高齢者施設の訪問診療に携わってまいりました。そんな日々の中、介護予防や疾病予防のためには、早い段階からプロによる定期的なケアが重要であることを実感しております。これからは、外来診療により、より幅広い世代の皆さまのお口の健康に携わらせていただき、地域の皆さまの健康をサポートしてまいります。



### 口腔外科学会指導医 専門医による専門外来

奈良県立医科大学 口腔外科 桐田名誉教授が担当致しますので、顎関節症や口腔粘膜疾患などのお悩みの方はご相談ください。(月2回水曜日)



### 専門資格を持つ 歯科衛生士のホワイトニング

日本審美歯科学会認定のホワイトニングコーディネーター資格をもった歯科衛生士が、専門的な知識をもって、正しい理論に基づき施術します。



### ご自宅や施設にお伺いする 訪問歯科診療

通院が困難な場合は、ご自宅にお伺いし、口腔内の保潔や口腔機能のリハビリを行うことで、歯周病や歯髄性肺炎を予防します。

### 院長経歴

- 2002年 徳島大学歯学部卒業
- 奈良県立医科大学 口腔外科入局
- 2013年 同病院口腔外科勤務 この間救命救急科・麻酔科研修
- 2015年 矢田医療センター 歯科口腔外科 勤務医  
現在非常勤歯科医師としての社会福祉法人千種会にて訪問歯科診療にも携わる
- 2019年 社会福祉法人六甲福祉会 メンタルクリニック 勤務
- 2024年 Les 芦屋デンタルクリニック 院長

(資格・所属団体)  
公益社団法人日本口腔外科学会認定 口腔外科認定医  
公益社団法人日本口腔インプラント学会認定 S01 専科医

### 3月末までキャンペーン価格! ホワイトニングメニュー

- デュアル・ホワイトニング 55,000円 ▶ 35,000円
- オフィス・ホワイトニング 11,000円 ▶ 8,800円/回
- 自費クリーニング 11,000円 ▶ 5,500円

※予約時に「本記事全文」よりお申し込み下さい。

### SPECIAL COUPON

ご来院の皆さまに  
歯ブラシプレゼント!!

こちらのクーポンを切り取ってスタッフにお渡しください

有効期限:2025年3月31日(月)まで

ご予約  
お問い合わせ

TEL:078-891-8011  
〒658-0012  
神戸市東灘区本庄町2-8-36



# SONODA UNIVERSITY



## 園田学園大学 陸上部の スポンサーになりました。



園田学園大学(現:園田学園女子大学、2025年4月より校名変更)陸上部は、「全員が自己ベストを狙う」や「発想を柔軟にして、常に疑問をもって練習に取り組む」考えのもと、協力しながらもそれぞれが切磋琢磨する姿勢があり、その挑戦する姿勢や努力は、当社の企業理念や価値観に共通するものと感じ、今回スポンサーとなりました。園田学園大学 陸上部の活動を支援し、若い世代の成長と地域社会への貢献に寄与し、陸上部の皆さまがさらなる高みを目指すために全力でサポートしてまいります。

### RESULT 主な成績

第90回 兵庫県学生陸上競技  
対校選手権  
女子総合 **1位**

第101回 関西学生陸上競技  
対校選手権大会  
総合 **2位**  
混成の部 **1位**

第93回 日本学生陸上競技  
対校選手権大会  
総合 **3位**  
女子多種目優勝 **2位**

第108回  
日本陸上競技選手権大会  
400m  
リレー競技 **1位**





陸上強豪 園田学園大学の

# 走り方教室

まだまだ寒い日が続いておりますが、早いものでもうすぐ春を迎えようとしています。  
 この度、園田学園大学の陸上部のみなさんから速く走るコツを伝授していただけることになりました。  
 この貴重な機会を逃すわけにはいきません。皆様ぜひご参加ください！

運動会で  
輝くために！

子供たちに  
カッコいい背中を  
見せるために！

健康的に  
ランニング  
するために！

楽しみながら早く走れるコツ  
伝授します♪



2025年3月22日(土)  
10:00 - 11:30

\*雨天中止

参加費  
無料

**対象** どなたでも可能  
大人の方も大歓迎!!

**定員** 30名(抽選)

**持ち物** ・動きやすい服装  
・飲み物  
・タオル

**設備** ・更衣室  
・トイレ  
・シャワー  
男性用/女性用 完備

**場所** エスペランサ神戸(フットサル場)  
〒650-0047 神戸市中央区港島南町7-1-56

**最寄駅** 「計算科学センター駅」より徒歩9分

**駐車場** 無料

## 申し込みはこちら!

右記QRコードよりお申込み下さい。



応募締め切り

2025年3月14日(金)

## 開催場所 ACCESS MAP



\*イベント風景を撮影し、当社のHPやライファン等に写真を載せますので、予めご了承下さい。