

『サンハイツ大和』の豊かなコミュニティをつくる

ふれんど

2023.10
Vol.231



大和屋

● 不動産部 ● 〒360-0031 熊谷市末広2-118 TEL.048-522-8612

<https://www.yamatoya-kk.co.jp/fudousan/>

くまがや館 new カルチャースクールのご案内

★ ベビーマッサージ教室



ママのリフレッシュ、我が子とのコミュニケーション、親子の自然な写真が欲しい...
どんなきっかけでも構いません。赤ちゃんの初めての習い事におすすめです。
赤ちゃんとのふれあいを手遊び歌やマッサージを通して一緒に楽しみましょう！

※対象年齢は1ヵ月検診後～2歳頃 ※予防接種72時間以内はお控えてください

● 講師：ちゃんせんせー

出産直後の寝れない子育て。ストレスと我が子のかおいで
でいつたり来たたりする毎日を送っている中、「ベビー
マッサージ」に出会いました。院「産育」を主催して、
我が子の「今」を楽しみたいと思いました。

【講師プロフィール】

京都出身・熊谷歴10年以上・わんぱくやんちゃBoyの母
・ロイヤルセラピスト協会 指定教室 chuchu ゴールドライセンス修得
・ベビーマッサージ講師資格の養成講座も行っています



● 講座案内

開講日	第2火曜日 10:00～11:30
受講料	2,500円/回 月齢フォト・レッスン写真付き ※お友達紹介で500円OFF
持ち物	バスタオル・赤ちゃんの水分補給（ミルク、水、麦茶など） お気に入りのおもちゃ
教材費	無し

● スクールの様子



触れ合うことでリラックス



ママたちの居場所になりたい

★ 大人ヨガ教室



やさしいポーズが中心のヨガクラスです。お一人お一人に丁寧に寄り添いながら進めますので、
ヨガが初めての方や、普段運動をしていない方にもおすすめです。
いつまでも健康で穏やかに。心地よく動いて、不調が起こりにくい身体作りをしていきましょう。

● 講師：Yukari

ヨガは年齢や運動経験に関係なく楽しむことができます。
健康のため、ストレス解消に、ダイエットのため...
始めるきっかけは人それぞれです。
自分のペースで深い呼吸と心地よく体をほぐし
ていきましょう。

【講師プロフィール】

・全米ヨガアライアンス RYT200 修了
・JANA認定 希盤スリムヨガインストラクター
（妊活ヨガ・マタニティヨガ・産後ヨガ・椅子ヨガ）
・インサイトアジャストメント講座修了

● 講座案内

開講日	第2木曜日 10:30～11:30(初回開講 2023年5月11日)
受講料	1,200円/回
持ち物	動きやすい服装（ジャージなど）・飲み物・フェイスタオル お持ちの方はヨガマット
教材費	無し

お申込みは
こちらからどうぞ！



お問い合わせ ご相談は「サンハイツ大和管理人」または「くまがや館」までご連絡ください。

サンハイツ大和管理人：☎048-525-3660 ☎090-2458-0838 勤務時間 毎日8:00～17:00(年末年始・GW・夏期休業あり)

くまがや館：☎048-524-3488 開館時間 毎日10:00～17:30(毎週木曜日・年末年始・GW・夏期休業あり)

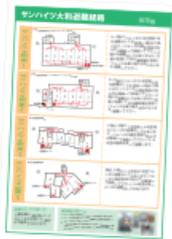
夜間緊急連絡先：ALSOK・総合警備保障ガードセンター ☎0120-49-2413(24時間受付対応)



サンハイツ大和 消防設備点検のお知らせ

10月7日
(土)

サンハイツ大和第1・第2	9:00～16:00
サンハイツ大和第3	9:00～10:00
サンハイツ大和第5	10:30～11:30



上記日程で消防設備点検を実施いたします。部屋内の「火災感知器」「ベランダの避難器具(一部居室)」「火災感知器は天井だけではなく、押し入れの中にも設置されているため、押し入れ内部も点検させていただきます。

ご都合が悪い場合は次回点検時(6ヶ月後)に再度予定させていただきますので、管理人までご連絡ください。方が一に備えての半年に1度の点検です。何卒ご協力の程よろしくお願いたします。



いざという時に!

入居時にお渡しした入居セットファイル内にサンハイツ大和避難経路図が入っています。火災が発生した・大地震が起きた場合に焦らず行動できるよう改めて確認をお願いいたします。

サンハイツ大和第1 レンタルスペース 一時休業のお知らせ



この度、サンハイツ大和第1建物大規模改修工事に伴い熊谷レンタルスペース1F・2Fを一時休業することとなりました。

【休業期間】

2023年11月1日(水)
～2024年8月、9月頃まで

なお、ご予約は2023年10月31日(火)まで承っております。営業再開の日程が確定次第改めてお知らせいたします。

株式会社マイディア 熊谷営業所様 10月3日 より移転オープンしました。

サンハイツ大和第1-2Fから移転となりました。移転作業中にご理解・ご協力いただきましてありがとうございます。ありがとうございました。

サンハイツ大和第1の お住まいの方へ



契約満了(2023年12月31日)まで残り3ヶ月となりました。解約日は解約通知書をご提出した日から1ヶ月後が最短期間となりますのでご注意ください。解約通知書は入居時にお渡ししたファイル内にございます。紛失された場合は管理人までお声ください。

★今月のエッセイ★



9月に会社の健康診断を受けました。若いころは、特に何も感じなかったのですが、いよいよ大人になってくると、健康診断を受けることと体が怖く感じます。「何か見つかったらどうしよう」と、この数年はその不安に襲われます。先日今回の結果が届きました。経過観察はあったものの、「要再検査」は免れてホッとしてくれることができました。最近はこの体の老化をヒシヒシと感じていて、老後のすすみを考えている体重、寝て寝た気が取れないなど、あえて気づかないふりをしています。それが、それにも限界があるなあ、と感じています。

毎年この時期になると「哀歌の秋」から「スポーツの秋」へと気持ちのシフトチェンジを行い、運動をして体力を付けていくと、と頭では考えているのですが、きつと来年も同じことを言っていると思います。

この冬に体重が増えず、せめて現状維持で季節を越えられるように頑張りたいです!

(不動産部 岡村さん)



住まいの見聞会 『建物のココどうなってるの?』説明会

完成した建物を隅々まで、建築中の詳細まで公開! 納期と費用、構造など重要料をもっとご説明いたします。187坪のテラスで協働した施工中の現場をリアルに体験する機会が出来ます。

予約制

【日程】11月5日(日)・26日(日)

【時間】13:30～15:00 森の家北欧展示場(熊谷市中央3-2)にて開催

ご予約は
こちらから



- 施工現場を建てたいけれど何が重要?
- 建てたい間を聞いて、どんな工法で建てられているの?
- どの工法が最も便利しているの?