

Wing

暮らしを豊かにする情報マガジン



volume.57

- 横浜・東京の話題イベント 4 選
- デジタルデトックスって何？
- フルーツ×サラダ
- 「アイスクリーム」の世界
- 後悔しないマンション購入
- QUIZE

見逃せない！

横浜・東京の話題イベント4選

グルメやアート、人気キャラクターイベントまで、注目のおでかけスポットをご紹介します。
週末のおでかけ先選びに、ぜひ参考にしてみてください。

ポムポムプリン「ポムフェス」

ポムポムプリンの30周年を記念した初のフェスが開催！
テーマは「むずかしいこと、しらんぷりん♪」。来場者がポムポムプリン気分でマイペースに楽しめる特別な空間が広がります。会場ではポムポムプリンのステージに加え、Juice=JuiceやWILD BLUE、モナキら豪華アーティストによるライブも実施。癒しと音楽を満喫できる2日間です。



ポムポムプリン「ポムフェス」
【期間】2026年9月12日(土)～13日(日)
【時間】11:00～17:30
【料金】入場無料
【場所】横浜赤レンガ倉庫イベント広場

横浜オクトーバーフェスト 2026

本場ドイツのビールフェス気分を満喫できる、横浜赤レンガ倉庫の秋の恒例イベント。日本初上陸や会場限定を含む本格ドイツビールや地ビールが勢ぞろいします。2026年は初登場の「飲み比べセット」で、白ビールやラガー、ビアカクテルなどから好きな3種類を選んで楽しめるのが魅力。さらに、世界的洋食器ブランド「ノリタケ」製のイベント限定オリジナルビアマグ付きで、特別感も味わえます。



横浜オクトーバーフェスト 2026
【期間】2026年9月18日(金)～10月4日(日)
【時間】平日12:00～21:30(LO21:00)
土日祝11:00～21:30(LO21:00)
【入場料】500円(税込)(中学生以下は無料)
【場所】横浜赤レンガ倉庫イベント広場

餃子祭り2026

昨年好評を博した「餃子祭り2026」が今年も開催！
全国から15店舗の餃子が集結し、王道のこだわり餃子からご当地餃子、個性派餃子まで、多彩な味わいが楽しめます。ドリンク片手に食べ比べを満喫できるほか、家族連れやカップル、友人同士など、誰でも気軽に楽しめるフードフェス。お気に入りの一品や新たな餃子との出会いを満喫してみては。



餃子祭り2026
【期間】2026年9月20日(日)、21日(月)
【時間】9:00～19:00
【料金】入場無料
【場所】東京ビッグサイト 東ホール2,3

マリメッコ展

1951年の創業以来、独創的なプリントデザインで世界中の人々を魅了してきたマリメッコ。本展ではドレスやファブリック、アートワークを通して、ブランドの創造の美学やプリントメイキングの技を紹介します。貴重な作品や映像展示、日本のアーティストとのコラボレーションも見どころ。重要文化財・旧朝香宮邸で、その世界観を体感できます。



マリメッコ展
【期間】2026年10月3日(土)～12月20日(日)
【時間】10:00～18:00(入館は閉館30分前まで)
【休館日】毎週月曜日
【料金】日時指定予約制 一般1,400円
【場所】東京都庭園美術館(本館+新館)

今、注目！

デジタルデトックスって何？

スマホやパソコンに囲まれて、気づけば目も心もお疲れ気味に…。
そんなときにおすすめなのが「デジタルデトックス」。
デジタル機器から少し離れて、自分をリセットする時間をつくりましょう。

デジタルデトックスのメリット

- ✓ 目の疲れが軽くなる
- ✓ 睡眠の質が良くなる
- ✓ 集中力が高まる
- ✓ ストレスが減る
- ✓ 家族や友人との会話が増える
- ✓ 自分の時間を楽しめる



「なんだか疲れている…」の 原因はスマホかも？！

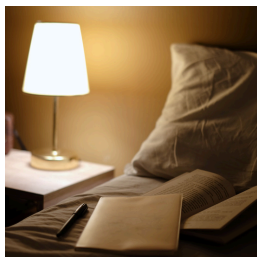
長時間の画面チェックや
SNSの情報過多は、知らず
知らずのうちに脳を疲れ
させ、心の余裕を奪って
います。



今日からできる！5つの習慣

01

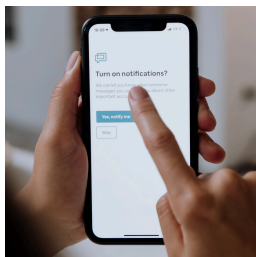
寝る30分前は
スマホを見ない



スマホはベッドから
離れた場所へ。読書や
ストレッチでゆったり
過ごす。

02

通知は必要なもの
だけにする



通知が減るだけでも
スマホを見る回数を
減らすことができる。

03

スマホを持たずに
5～10分散歩



景色や季節の変化を
感じるだけでも、気分
転換にリフレッシュ
できる。

04

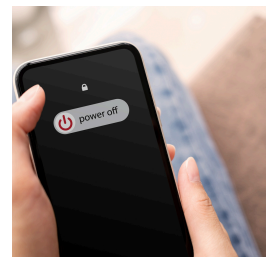
趣味の時間を
つくる



読書や音楽、手芸など
自分の好きなことに
集中してみる。

05

スクリーン
タイムを確認する



まずは「自分がどれ
くらい使っているか」
を知ることが第一歩。

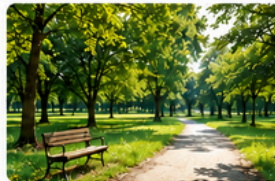
デジタルデトックス中におすすめの過ごし方

01 読書を楽しむ



新しい知識や
物語に触れる時間は、
心を豊かにして
くれます。

02 自然にふれる



公園を散歩したり、
緑を眺めたり
するだけで
気持ちが
落ち着きます。

03 手を動かす趣味をする



編み物や手芸、
料理など、
手を使うことで
リラックス効果が
期待できます。

04 日記を書く



頭の中を整理でき、
気持ちがスッキリ！
自分を見つめる
時間に。

05 音楽を聴く・楽器を演奏する



心地よい音楽は、
ストレスを和らげ、
気分を
リフレッシュ。

06 家族や友人と会話を楽しむ



直接話す時間は、
心のつながりを
より深めて
くれます。

「えっ、合うの!?!」がクセになる フルーツ×サラダ

野菜だけで作るイメージが強いサラダですが、旬のフルーツを加えるだけで、甘みや酸味、みずみずしさが加わり、いつもの一皿がぐっと華やかになります。季節ならではのおいしさを、ぜひ楽しんでみてください。

桃とモッツァレラのサラダ

材料 (2人分)

- 桃…1個
- モッツァレラチーズ…100g
- オリーブオイル…大さじ1
- 酢…大さじ1
- レモン…お好みで
- 粗びきこしょう…お好みで
- ミントやバジル…お好みで



【作り方】

- ①桃はよく冷やし、一口大に切り、器に盛りつける
- ②モッツァレラチーズは水気を切り、手でちぎり、桃の間に散らす
- ③オリーブオイルとお酢をよく混ぜ合わせ、②に回しかける
- ④仕上げにレモンの皮をすりおろして散らし、粗びきこしょうやミント、バジルなどを添えれば完成！

ポイント

桃の甘みとモッツァレラのまろやかさが絶妙な一品。冷やして食べると、暑い季節にもぴったりの爽やかなサラダになります。

バナナとレタスのサラダ

材料 (2人分)

- レタス…4枚
- バナナ…1本
- ミックスナッツ(無塩)…20g

ドレッシング

- プレーンヨーグルト…大さじ2
- マヨネーズ…大さじ1
- 牛乳…大さじ1/2
- おろしにんにく…小さじ1/4
- 塩・黒こしょう…少々



【作り方】

- ①レタスは食べやすい大きさにちぎり、バナナは約1cm幅に切り、ミックスナッツは粗く刻んでおく
- ②ボウルにドレッシングの材料を入れ、よく混ぜ合わせる
- ③器にレタスとバナナを盛り付け、ナッツを散らし、最後ドレッシングをかけたら完成！

ポイント

黒こしょうを少し多めに振ると、バナナの甘さが引き立ち、大人向けの味わいになります。

柿と水菜のサラダ

材料 (2人分)

- 柿…1/2個
- 水菜…1束
- 生ハム…30g
- クリームチーズ…30g
- 素焼きくるみ…20g

ドレッシング

- 砂糖…小さじ1/2
- しょうゆ…小さじ2
- 米酢…小さじ2
- オリーブオイル…大さじ2
- 粗びき黒こしょう…適量



【作り方】

- ①水菜はよく洗い、根元を切り落とし、4cmほどの長さに切る
- ②柿の皮をむき、食べやすいくし形に切り、生ハムは一口大に、くるみは粗く砕いておく
- ③ボウルに砂糖・しょうゆ・米酢を混ぜ、オリーブオイルを少しずつ加えながらよく混ぜてドレッシングを作る
- ④水菜、柿、生ハムを器に盛り、ドレッシングをかける
- ⑤クリームチーズをスプーンでのせ、くるみを散らし、最後に粗びき黒こしょうを振れば完成！

スイカとフェタチーズのサラダ

材料 (2人分)

- スイカ…約600g
- フェタチーズ…約75g
- ミントの葉…適量
- 赤玉ねぎ…40g

ドレッシング

- オリーブオイル…大さじ2
- レモン汁…大さじ1
- 塩…少々
- 黒こしょう…少々



【作り方】

- ①スイカは一口大、フェタチーズは食べやすくほぐし、赤玉ねぎは薄切り、ミントは刻んでボウルに入れる
- ②別のボウルにドレッシングの材料を入れ、よく混ぜ合わせる
- ③①に②を加えて軽く和えれば完成！

ポイント

冷蔵庫で少し冷やしてからいただくと、より爽やかな味わいが楽しめます。スイカの甘さとチーズの塩味の組み合わせは、一度食べるとクセになるおいしさ！



意外と知らない？！ 「アイスクリーム」の世界

アイスの歴史

アイスクリームのルーツは約2,000年前までさかのぼるといわれています。古代ローマでは山から運んだ雪や氷に果汁やはちみつをかけて楽しんでいました。現在のようアイスクリームは、17～18世紀頃にヨーロッパで広まり、日本では1869年（明治2年）、横浜で「あいすくりん」が販売されたのが始まりとされています。



知っていますか？アイスの4つの種類

アイスクリーム	アイスマルク	ラクトアイス	氷菓
乳固形分15%以上、うち乳脂肪分8%以上。	乳固形分10%以上、うち乳脂肪分3%以上。	乳固形分3%以上。	乳固形分3%未満。
牛乳や生クリームをたっぷり使っているため、濃厚でコクのある味わいです。	アイスクリームよりさっぱりしていますが、ミルクの風味もしっかり楽しめます。	植物性油脂を使用したものが多く、軽い口当たりで、シャーベットのようなさっぱりとした味わいが特徴です。	かき氷やアイスキャンディーなどが代表的で、シャリっとした食感が楽しめます。
【代表的な商品】 ハーゲンダッツ (バニラ)	【代表的な商品】 雪見だいふく	【代表的な商品】 エッセル スーパーカップ (超バニラ)	【代表的な商品】 ガリガリくん (ソーダ)
			

一番カロリーが低いのは？

一般的には「氷菓」が最も低カロリーです。

例えば…

- ・ガリガリ君：約70kcal
- ・アイスバー：約50～100kcal程度

一方、濃厚なアイスクリームは200～300kcalを超えるものもあります。

「少しでもカロリーを抑えたい」という方は、氷菓を選ぶのがおすすめです。



実は「賞味期限」がない！

市販のアイスクリームには、ほとんどの商品で賞味期限が表示されていません。

 **-18℃以下**

これは、マイナス18℃以下で適切に保存されていれば品質の変化が少ない食品とされているためです。

ただし、一度溶けたアスを再び凍らせると、風味や食感が損なわれることがあります。おいしく食べるためにも、購入後はなるべく早めに冷凍庫へ入れましょう。

おいしく食べるワンポイント！

冷凍庫から出して3～5分ほど待つと、アイスが少しやわらかくなり、香りや甘みをより感じやすくなります。



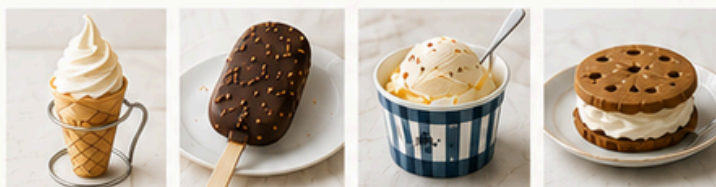
特に濃厚なアイスクリームは、少し待つだけで口どけがぐっと良くなります。



Check!

保存のポイント

ドアの開け閉めが多いと庫内の温度が上がりやすく、アイスが溶けやすくなります。なるべく奥の方に入れるのが◎



Enjoy!

今年の夏は、パッケージの表示をチェックしながら、お気に入りのアイスを探してみてください！



後悔しない マンション購入

資産価値も、暮らしやすさも叶える住まい選び

「家」は、住む場所であると同時に、大切な資産でもあります。

新築・中古・戸建て・マンション…

さまざまな選択肢がある中で、近年注目されているのが

「中古マンション+リノベーション」という選択。

購入前に知っておきたいポイントを分かりやすくご紹介します。

1 資産価値を左右するのは「立地」

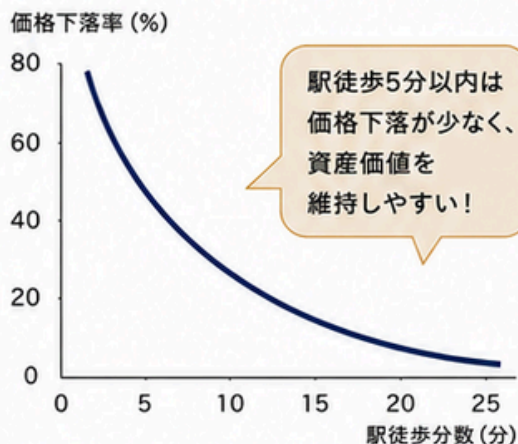


駅に近いほど
資産価値は維持されやすい

- ✓ 売しやすい
- ✓ 貸しやすい
- ✓ 将来も需要が高い

立地は建物よりも
資産価値に大きく影響します。

駅距離と価格下落率の相関



※国土交通省「土地・建設産業・地価公示」、
不動産経済研究所「首都圏マンション市場動向」より

2 中古だからこそ見える安心

外観



共用部 (エントランス)



眺望



完成済みの建物だからこそ、

- ✓ 管理状態
- ✓ 共用部
- ✓ 日当たり
- ✓ 眺望

などを自分の目で
確認して購入できます。

3 リノベーションで理想の住まいへ

Before



After



中古住宅は、
自分好みに間取りや
デザインを変更できる
ことも魅力。
ライフスタイルに合わせた
住まいづくりができます。



毎月の居住費の目安

戸建てでも将来の修繕の為に月2~3万の自己積立が必要である事を考慮すると、
マンションの管理費・修繕費は決して「余計なコスト」ではありません。



エリア選びが将来の価値を決める

ライフスタイルに合った街を選ぶ

子育て世帯



教育施設や公園が充実した、安心して子育てできる環境を。

DINKS



通勤・通学に便利で、生活利便性の高い街を。

シニア



医療施設が近く、静かで落ち着いた住環境を。

将来性を見極める4つのポイント



再開発計画

再開発の有無や計画内容を確認



交通アクセス

駅や路線の利便性、延伸計画などを確認



人口動向

人口の増減や年齢構成をチェック



商業施設

商業施設の充実度は暮らしやすさに直結

これらを確認することで、資産価値の維持にもつながります。

購入前に必ず確認したい3つのこと



長期修繕計画

建物が適切に管理されているかを確認しましょう。



重要事項調査報告書

管理状況や修繕履歴、法的制限などをしっかりチェック。



REINS成約事例

周辺の成約事例から適正な価格や相場を把握しましょう。



POINT

マンションの管理費・修繕積立金は「余計な出費」ではありません。戸建ても将来の修繕費は必要になるため、長く安心して暮らすための大切な備えです。

まとめ

「建物」だけではなく、「立地」と「将来の資産価値」を考えて選ぶことが、後悔しない住まい選びへの第一歩です。



「立地の良い中古マンションを、自分らしくリノベーションする」それが、賢く・心地よく暮らすための新しいスタンダードです。



? QUIZE ?

Q. 花火が夏の風物詩となった理由は？



- ① 夏の空が美しいから
- ② 夏祭りを盛りあげるため
- ③ 死者の霊を供養するため

毎号たくさんのご応募いただき、ありがとうございます。
正解者の中から抽選で10名様に3,000円のギフトカードを
プレゼントさせていただきます。
引き続きたくさんのご応募をお待ちしております。

ご応募はメールにて受け付けています！

応募を希望される方は下記の内容をメールに明記しお送りください。
沢山の応募お待ちしております！

【メール送付先】

▶ MAIL : quize@w-ing.net



■氏名

■電話番号

■住所

■クイズの答え

■ご意見・ご感想

**申し込み締め切り
10月15日（木）**

株式会社 ウイングコーポレーション

〒221-0835

横浜市神奈川区鶴屋町2-12-1横浜カリオカビル5F

TEL 045-321-3870

FAX 045-313-5474

URL <https://www.wing-yokohama.co.jp/>

mail info@wing-yokohama.co.jp

Twitter https://twitter.com/wing_yokohama

Facebook <http://www.facebook.com/wing.yokohama>



twitter



facebook