

皆様ご注目！日々のお暮らしを豊かにする手軽な生活情報誌がここに！

愛・社 區

東京都生活宅配誌

11

November 2025

暖心時刻 從一碗雞湯開始

滋補養生，補回每一天的元氣

愛社區生活誌
電子型錄下載區！



3 冬日限定的溫暖
KINYO泡腳桶、按摩器

7 即刻擁有好咖啡
FUJI咖啡機

9 磐石寬頻
牙齒肉圓、獨享湯包

TOKYO PROPERTY MANAGEMENT



本月主題

訂購專線:(02)7725-9352

東京都line貼圖上架囉!
【安藤晴海農場及節慶篇】等您來下載!



※貼圖僅供下載

2025.11月主題

■ 社區管理快問快答

Q & A 趣味  START

● 公寓大廈住戶未依規定亂丟垃圾在家門口,管理委員會應如何處理?

A 可以,因為社區警衛會幫忙處理。

B 不可以,會讓往來的住戶感到相當不衛生,得報請主管機關處理。

C 可以,不是鄰居門口,所以沒關係。

※ 參考解答詳見P14頁

■ 豆(まめ)知(ち)識(しき)

甩開人工添加物光靠「無花果皮」竟能延長8倍義大利手工麵條保存時間?

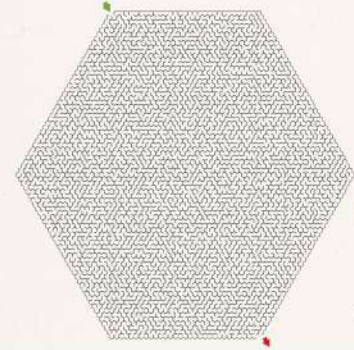
無花果皮中帶有高濃度的總多酚、類黃酮與抗氧化活性物質,分別以粉末形式10%、13%、16%添加至新鮮製作的義大利手工麵條中,並儲存於4°C的冷藏環境,觀察是否有辦法抑制微生物生長之外,更觀察其感官特性,是否因為添加而產生變化,畢竟不是延長保存期限就好,好操作與好吃也是相當重要的實務層面。

根據實驗結果,無花果皮確實具有控制微生物生長的特性,效用與使用量成正比,當使用量達到13%時,保存期可以拉到8天,同時不會對加工過程中的工法,或是口感特性、氣味、顏色等造成肉眼可見的影響。比起過往什麼都不添加的手工義大利麵條,僅需要1天,微生物量就會達到使麵條腐敗的程度。

由此研究說明可知,無花果皮確實能為新鮮手工義大利麵提供更好的保存品質,在那樣的產品上或許能夠提供產業一條新的開發空間。

參考資料:食力foodnext

■ 迷宮小遊戲



日本兵庫 生食級室津生蠔 L

1包5粒(400g±20g)



5包含運組合價

\$1488

單盒5包(紅油*2, 麻醬*2, 蔥油*1)

紅油拌麵 麻醬拌麵 蔥油拌麵



Q勁拌麵禮盒

4盒含運好禮價

\$1450

星月藍海 禮盒

單盒內容物
鳳梨酥*6
星光珠寶盒*2

5盒含運好禮價

\$2500

海陸大餐組合



石狩圓干貝800g
鮭魚輪切300g、鮫魚2入
安格斯沙朗比臉大牛排450g
安格斯霜降超厚切牛排300g

含運組合價 **\$1399**

就是要海鮮組合



帶皮魷魚圈500g
大比目魚輪切350g
20/30巴拿馬鮮白蝦500g
鯖魚片140g*2片、鯛魚片150g

含運組合價 **\$1288**

下酒菜組合

薑絲木耳(全素)220g
上海烤麩(全素)220g
黃金飛魚卵泡菜250g
蒜香耳絲200g、香滷鴨舌80g
蒜味鴨掌200g、蒜香鳳爪200g
煙燻鴨翅245g、香滷牛三寶150g

9菜含運組合價

\$1388



一緒に学ぼう! 一步一脚印!日文小教室

あ行 單字 用語言唸來看

マ マカロニ 馬咖樓你
(通心麵)

ミ ミルクティー 米嚕哭替
(奶茶)

ム ムール貝 母烏嚕凱
(淡菜)

メ メモ 某
(便條紙、筆記)

モ モニター 摸你塔
(螢幕)



日本小知識

文化薰香的季節 11月的日本文化季

進入11月,日本全國瀰漫著濃厚的文化氣息。因為每年11月3日是日本的「文化之日(ぶんかのひ)」,這天不僅是固定假日,也是讚頌自由與和平、推廣文化藝術的重要節日。各地的博物館、美術館、歷史建築都會開放免費參觀,還有許多文化祭、音樂會與傳統表演,是最能感受「日本文化之美」的時刻。

除了官方活動外,從國小到大學都會舉辦一至三日的「文化祭」。學生們通常以班級為單位,親手策劃各式各樣的活動。走廊上貼滿學生們親手繪製的海報,教室搖身一變成咖啡館、迷你劇場或小型美術館或鬼屋!每個班級都展現青春創意與團隊精神,迎接前來參觀的家長與社區居民。許多畢業生也會特地回校探訪,感受那份懷念的青春氣息。

對日本人來說,文化之日或學校的是一場凝聚人心的盛會——透過創意與合作,讓每個人都能再次體會學習與生活的樂趣,享受文化的陶冶。



冬季限定

【安撫按摩椅及腳暖器】line貼圖見P2掃描即下載！

訂購專線:(02)7725-9352

冬季限定

【安撫按摩椅及腳暖器】line貼圖見P2掃描即下載！



KINYO 冬季限定的溫暖

結束一天的疲憊 用溫熱療癒自己



滑動式滾輪按摩足浴機

- 360度旋鈕控制，功能輕鬆選擇
- 自動加熱，盡情享受熱水足浴
- PTC陶瓷加熱保溫，安全可靠
- 盆底滑動式滾輪，加強穴位按摩
- 藥草放置盒，可集中添加藥材
- 防塵/防薰蒸蓋，保留熱氣減少蒸散
- 省力提把，方便好移動

\$1,190 /組



自動按摩恆溫足浴機

- 智能螢幕，可調控模式/水溫/時間
- 自動按摩滾輪，輕鬆享受腳底按摩
- 恆溫加熱，體驗放鬆熱水足浴
- PTC陶瓷加熱保溫，安全可靠
- 藥草放置盒，可集中添加藥材
- 防薰蒸蓋，保留熱氣減少蒸散
- 省力提把+活動滾輪，方便好移動

\$2,290 /組



頸椎熱敷伸展枕

- 舒服 | 輕鬆躺著即可舒展放鬆
- 拉伸 | 雙向高低角度，可深可淺牽引拉伸
- 重力 | 透過自然重力牽引，非外力更安心
- 貼合 | C型曲線，完美貼合頸部更舒適
- 熱敷 | 38°C / 41°C / 44°C，3段熱敷舒緩
- 支撐 | 材質穩固有彈性，有效支撐頸椎

\$990 /組



冷熱敷按摩護眼罩

- 冷敷鎮靜緩解
- 熱敷活絡放鬆
- 冷熱循環交替SPA
- 氣壓眼周按摩
- 藍牙連接音樂

\$3,480 /組



氣壓熱敷按摩眼罩

- 氣壓揉捏，給予全眼放鬆
- PU蛋白皮材質，親膚+好清潔
- 包覆性高，享受深層按摩
- 震動按摩，提振「睛」神
- 恆溫熱敷，舒緩緊繃疲勞
- 內建音樂或連藍牙，愛樂相伴
- 180度摺疊好攜帶，收納方便
- 最高65分鐘續航力，外出隨行

\$1,980 /組



台南府城

【安蘇特微糖及助產】line貼圖見P2掃描即下載！

訂購專線：(02)7725-9352

獨享湯品



【安蘇特微糖及助產】line貼圖見P2掃描即下載！

台南府城排隊名店

傳承30年的好味道

單一地點須湊滿24盒(箱)即享免運，口味可任選！

- 團購時間 -

即日起至11/28(五)

- 配送日期 -

每週五結單
次週完成配送



牙齒肉圓

\$110/盒

內餡：豬肉、醬油、蔥頭酥
醬包：醬油*2、辣椒*2
規格：45公克/顆×10顆

梅花肉圓

\$150/盒

內餡：豬肉、醬油、高麗菜乾、蔥頭酥
醬包：醬油*2、辣椒*2
規格：55公克/顆×10顆

葉子肉圓

\$150/盒

內餡：豬肉、醬油、蔥頭酥
醬包：醬油*2、辣椒*2
規格：53公克/顆×10顆

芋頭肉圓

\$160/盒

內餡：豬肉、醬油、芋頭、蝦皮、蔥頭酥
醬包：醬油*2
規格：55公克/顆×10顆

烹飪方式

1. 肉圓從冷凍庫拿出，不可解凍。
2. 電鍋內放入180c.c.的水，放入鋪好蒸籠紙的平盤，將冷凍肉圓平鋪(勿疊放)後加蓋蒸。
3. 蒸約12-15分鐘，蒸至肉圓呈現透明狀表示已熟，回溫放涼口感更佳。
4. 醬包退冰剪開倒入鍋中充分加熱及攪拌。
5. 將醬汁淋在蒸熟的肉圓上即可食用，亦可依個人喜好加入蒜泥及辣椒醬增添風味。

保存方式

冷凍-18度保存12個月。



秋冬進補喝湯最好 給您暖呼呼的冬天

單一地點須湊滿20包即享免運，口味可任選！

- 團購時間 -

即日起至11/28(五)

- 配送日期 -

每週五結單
次週完成配送



【元采珍饈】獨享小湯

人蔘糯米雞湯

成分：雞高湯、土雞肉、糯米、人蔘、紅棗、枸杞

胡椒雞湯

成分：雞高湯、土雞肉、脆筍片、薑絲、胡椒粉

香菇雞湯

成分：雞高湯、土雞肉、香菇、紅棗、枸杞

鳳梨苦瓜雞湯

成分：雞高湯、土雞肉、苦瓜、蔞鳳梨

蒜頭雞湯

成分：雞高湯、土雞肉、蒜

剝皮辣椒雞湯

成分：雞高湯、土雞肉、剝皮辣椒、香菇、薑絲

注意事項

1. 淨重：500公克、固形物120公克
2. 保存條件：冷凍-18度C以下
3. 保存期限：18個月
4. 食用方法：不須解凍，產品內包裝不拆開直接放入熱水中小火煮10分鐘即可

限時團購均一價

\$100/包



FUJI按摩椅

【安樂椅熊貓場及助慶篇】line貼圖兒P2擇圖即下載!

FUJICAT

KCC-1654

膠囊咖啡機

Capsule Coffee Machine

一 鍵 開 啟 一 整 天 的 美 好



原價2,980元 特價**1,980元**

一鍵啟動 / 瞬間加熱 / 快速沖泡 / 不佔空間

屏東大武山咖啡

大武山海拔750至1500公尺的種植環境,加上高山雲霧滋潤,讓咖啡豆品質優良,果實肥厚,味道甘醇且甘甜。總而言之,大武山咖啡的特色在於其高海拔環境、有機栽種方式、獨特的風味以及產地所蘊含的文化底蘊,讓品嚐者在品嚐咖啡的同時,也能感受到大武山美麗的自然風光與人文魅力,是台灣在地精品咖啡的代表之一。



10PCS(6g)

成分:100%阿拉比卡豆 咖啡豆原產地:台灣大武山

FUJI按摩椅

AI 按摩科技領導品牌



全門市據點

(購買請洽實體門市或官網,活動優惠以現場為準)

FUJI按摩椅

AI 按摩科技領導品牌



全門市據點

(購買請洽實體門市或官網,活動優惠以現場為準)

FUJI按摩椅

【安樂椅熊貓場及助慶篇】line貼圖兒P2擇圖即下載!



錢錢沒有不見
只是變成爽快的樣子

從肩頸按到腰臀 **創新** 的按摩背墊!!

溫感熱敷

指壓按摩

舒緩抓捏



背適得按摩墊
原價15,800元



跟腳機
原價7,880元



休閒椅
原價2,680元



L型柔性人體按摩導軌

原價26,360元

特價

10000元

(恕不參加滿千送百活動)



磐石寬頻

【安裝停車場及助產費】line貼圖見P2掃描即下載!

rockgrouptw.com



磐石寬頻聯網系統整合股份有限公司

——智慧大樓·社區安全·系統整合——

弱電系統維養

社區寬頻網路

監視器監控系統

對講機系統

電子佈告欄

車道ETC系統

車牌辨識系統

門禁卡機系統

大樓自動化

Wi-Fi建置



0800-267-267 總公司04-22973621 0973-526557

免費場勘估價

掃描查看更多資訊



ViVi PARK

【安裝停車場及助產費】line貼圖見P2掃描即下載!



東京都物業管理機構
Tokyo Property Management

X ViVi PARK



專屬禮遇
享受多元生活



第一重 東京都新用戶送30元

即日起至2025/12/31, 首次註冊ViVi PARK APP, 輸入 識別碼 **tokyo** 立即送Vi幣10點!
正確填寫Email加碼送20點! (次月25日贈點)



下載APP

Vi幣可繳付全台60萬格路邊停車和ViVi PARK停車場、加油、充電及吃喝玩樂消費(1點=1元)

第二重 免費臨停1小時

線上填表送**免費臨停1小時**折抵券, 即可
折抵ViVi PARK 指定場站停車費!

* 每個門號限領一次



前往領取

ViVi PARK 24hr 客服專線: 02-2536-6655





房地產專區

【安聯裕康廣場及新慶里】line貼圖見P2請按即下載!

洽詢專線:(02)7725-9366葉專員

房地產專區

【安聯裕康廣場及新慶里】line貼圖見P2請按即下載!

SIMC 東昇國際



東昇精選好房 歡迎委託買賣

東昇國際獲選台北市第一屆
優良租賃住宅服務業者



SIMC 東昇國際



社會住宅 包租代管

自己租不如專業租
免服務費



中央版第五期
臺北市、新北市



掃描QR Code快速搜尋物件



台北市
士林區
Shilin District



劍潭美寓5+6樓

- 【地址】士林區承德路四段3巷28號
- 【屋齡】45年
- 【型態】公寓
- 【建物】50坪
- 【格局】4房3廳3衛
- 【樓層】5F+頂加/5F



物件更多資訊



生活機能

捷運劍潭站
—— 700m步行10分鐘

全聯福利中心
—— 600m步行10分鐘

劍潭國民小學
—— 200m步行3分鐘

公車捷運劍潭站(北藝中心)
—— 700m步行10分鐘

價格

售價 **2350** 萬



新北市
淡水區
Tamsui District



高CP值~低公設比華廈

- 【地址】新北市淡水區沙崙路
- 【屋齡】30年
- 【型態】電梯大樓
- 【建物】48.8坪(含車位)
- 【格局】3房2廳2衛1陽台
- 【樓層】19F/19F



物件更多資訊



生活機能

輕軌淡海沙崙站
—— 800m步行15分鐘

天生國民小學
—— 300m步行3分鐘

指南客運淡海站
—— 600m步行7分鐘

滬尾砲台公園
—— 200m步行2分鐘

價格

售價 **1188** 萬

本月
超級業務
No.1

鄭名廷

- 負責區域 -

中山 大同 萬華
三重 蘆洲

LINE ID 0987750624

連絡電話 0987-750-624

不動產業務員 (112)登字第437103號

大家好,我是名廷,很高興投入不動產租賃業,最大優勢在於服務熱忱專業,交代事項處理迅速。
身為站在第一線的業務,最大努力目標就是讓房東租的放心,房客住的開心,配合公司完善的後勤作業支援,絕對是您租屋的最佳選擇。
歡迎撥打電話諮詢,您將得到最專業完善的服務!

01 新店區中山路

租金 **\$30,000** 元

3房2廳2衛
32.28坪
4F/15F

02 汐止區新台五路二段

租金 **\$16,000** 元

3房2廳2衛
40坪
B3/36F

03 板橋區雙十路三段27號

租金 **\$31,500** 元

3房2廳2衛
32坪
8F/15F

04 中山區德惠街

租金 **\$26,000** 元

獨立套房
12坪
11F/12F

300億元 中央擴大 租金補貼專案

資格放寬

所得各地最低生活費 3倍 以下

金額加碼

原補貼金額 \$2,000-\$8,000

補貼加碼

最高可領\$14,400

35歲以下單身青年
新婚家庭育有未成年子女家庭(含幼兒)
社會或經濟弱勢家庭

育兒家庭生計補助

參考解答: B

社通 臺灣經濟快訊(P11)

常常會遇到很惡劣的住戶,擅自將垃圾放在自己家門口或別人門口,讓往來的住戶感到相當不衛生,依公寓大廈管理條例第六條第一項第二款規定各區分所有人在維護、修繕專有部分、約定專用部分或行使權利時,不得妨礙其他住戶之安全、安全及衛生,此外,第十六條第一項規定:「住戶不得任意棄置垃圾、排放各種污染物、惡臭物質或發生喧嘩、振動及其他與此相類之行為」,因此遇到住戶亂丟垃圾的情形,管理負責人或管理委員會應予制止或按規章處理,經制止而不遵從者,得報請直轄市、縣(市)主管機關處理,主管機關得處以該垃圾的住戶新臺幣三千元以上一萬五千元以下罰鍰,並得令其限期改善或履行義務,屆期不改善或不履行者,得逕行處罰。

參考資料:全國法規資料庫



社區常用備品區

【安泰社區管理處及新豐里】line貼圖P2請點下圖！

訂購專線:(02)7725-9352

社區常用備品區

【安泰社區管理處及新豐里】line貼圖P2請點下圖！



舒潔專區



近期原物料成本上漲，耗材庫存與售價時有變動，如遇缺貨或調價，將另行通知！

一箱免運專區！

舒潔
棉柔舒適
抽取衛生紙

100抽x12包x6串/箱(72包/箱)
平均一包14元

每箱 **1000元**



舒潔

舒潔棉柔厚韌(三層)
抽取衛生紙(透明袋)
110抽(30包/箱)
平均一包22元

每箱 **650元**



舒潔

舒潔棉厚(四層)
抽取衛生紙(透明袋)
60抽(48包/箱)
平均一包13元

每箱 **640元**



滿1200元免運專區

生活用紙

五月花
110抽衛生紙
110抽/72包/箱

每箱 **960元**

捲筒

五月花
大捲衛生紙
500g/235M/捲(12捲/箱)

每箱 **580元**

五月花
大捲衛生紙
800g/235M/捲(12捲/箱)

每箱 **760元**

迷你版

五月花
單抽式衛生紙
250抽/48包/箱

每箱 **770元**

擦手紙

Livi優活
抽取式摺疊擦手紙巾
200張/20包/箱

每箱 **740元**

清潔用品

洗碗精
3.5L/桶、4桶/箱

每箱 **280元**



漂白水
3.6L/桶、4桶/箱

每箱 **280元**



蘆薈洗手乳
4000cc/桶

每桶 **200元**



3M萬用去污劑
1加侖/桶

每桶 **460元**



垃圾袋

垃圾袋(透明)125L
30張/捲、6捲/箱
(94x110cm)

每箱 **1,400元**

垃圾袋(大)45L
30張/捲、30捲/箱
(65x75cm)

每箱 **1,500元**

垃圾袋(中)20L
54張/捲、30捲/箱
(53x63cm)

每箱 **1,500元**

垃圾袋(小)15L
72張/捲、30捲/箱
(43x56cm)

每箱 **1,500元**

區權會用品租借專區



各類設備及會議餐盒皆有多種款式可選擇
詳細租借價格歡迎來電洽詢02-77259356！

投影幕/投影機



音響/麥克風



紅色塑膠椅



黑色軟墊疊椅



會議桌



客製化精緻餐盒



影印紙/燈泡專區

免運

A4紙

PAPER ONE
A4影印紙
70磅/5包*2箱
平均一包120元

每箱 **1,200元**



PAPERLINE GOLDEN
A4影印紙
70磅/5包*2箱
平均一包120元

每箱 **1,200元**



ABiCO
A4影印紙
70磅/5包*2箱
平均一包115元

每箱 **1,150元**



PAPER ONE
A4影印紙
80磅/5包*2箱
平均一包135元

每箱 **1,350元**



A5紙

Double A
A4影印紙
80磅/5包*2箱
平均一包150元

每箱 **1,500元**



A5影印紙
70磅/10包/箱
平均一包77元

每箱 **770元**



8W/10W燈泡

威剛
8W LED 燈泡
12入/箱
顏色:黃光/白光

每箱 **1,050元**



威剛
10W 節能LED燈泡
12入/箱
顏色:黃光/白光

每箱 **1,260元**



節慶活動

詳細活動價格歡迎來電洽詢02-77259352！

餐車小點



餐車小點

豐富小吃進入社區
飲品、炸物、鐵板沙威瑪、
炸彈蔥油餅、章魚燒、現烤pizza

餐車(3hr)優惠價 **14,000元**起

活動表演

A方案(60分鐘)

1.個人魔術秀(30分鐘)
2.折氣球(30分鐘)

優惠價 **10,000元**

B方案(60分鐘)

1.互動秀或魔術(20分鐘)
2.人人大氣球(10分鐘)
3.折氣球(30分鐘)

優惠價 **10,000元**

C方案(60分鐘)

1.魔術(30分鐘)
2.魔術或折氣球(30分鐘)

優惠價 **11,200元**

D方案(60分鐘)

1.變臉(30分鐘)
2.折氣球(30分鐘)

優惠價 **10,000元**

E方案(60分鐘)

1.魔幻泡泡秀(30分鐘)
2.折氣球(30分鐘)

優惠價 **13,600元**



F方案(60分鐘)

小丑折氣球(60分鐘)

優惠價 **6,000元**

G方案(80分鐘)

1.魔術(50分鐘)
2.折氣球(30分鐘)

優惠價 **18,000元**



H方案(60分鐘)

1.變臉(10分鐘)
2.魔術(15分鐘)
3.人人大氣球(5分鐘)
4.折氣球(30分鐘)

優惠價 **14,200元**



社區客製化

公告模板一覽



客製化拒馬



·公告公版 **300元** ·客製化公告 **800元** ·客製化拒馬(設計) **1,000元**

NEW

DUSKIN
樂清服務

來自日本的
衛生管理專家
居家清潔服務
0800-010-100
LINE 客服人員 ➡
www.duskin.com.tw



NEW

FAFAGO
綠能服務
fafago.morcept.tw

社區電動車充電服務
社區完全免費・使用者付費
0915-266-300
CSP 規劃師・張媛英經理



iTake
格新智能

社區宅配智取櫃
02-27320578
LINE 客服人員 ➡
www.itake.space



txPER
PARKXPER

鼎高泊車速
滿意度第一車牌辨識
02-6620-9368
LINE ➡ 免費場勘估價



EGG
磐石寬頻
聯網系統整合

智慧型社區 e 化寬頻網路
門禁監控系統弱電服務
eTag/電子佈告欄
0800-267-267



FUJI 按摩椅

AI 按摩科技
領導品牌
0800-816-988
免付費客服專線
www.efuji.com.tw



三保工程行

防水抓漏
03-376-8500
江先生



果陀劇場
Godot Theatre Company

台灣舞台劇場
喜劇/短劇/馬戲
02-8772-1867
客服人員
www.godot.org.tw



TOKIO MARINE
NEWA
新安東京海上產險

社區公共意外險/車險
02-2928-2277
#5200
林經理



Joyce
喬奇印刷整合有限公司

各式印刷品製作
02-8252-6982
林先生



SENER
中央
中央衛生工程行

化糞池清理
污水池清理
0935-926-666
林呈欣先生



SIC
東昇國際管理顧問
股份有限公司

雙北房屋買賣
代租代管
02-7725-9366
葉專員




打造您的智慧新生活!

Facebook 搜尋「愛社區」! 或立即掃描
QR CODE 即可看到更多資訊!



▲ 立即手機掃描

東京都 line 貼圖上架囉!

【安藤棕熊職場及節慶篇】等您來下載!



▲ 立即手機掃描下載