

あなたと辰巳開発グループを結ぶ暮らしマガジン

ひだまり

2010 Summer
Vol. 10



ポコ
[POCO]
辰巳開発グループ
イメージキャラクター

- “今すぐできる”理想の空間づくり 住人にはわからないわが家のニオイ
- あの人の暮らし パンツエッタ・ジローラモさん
- 教えて！住まいの相談室 寝室のリフォーム Q&A
- 体にうれしい食材NAVI 本日の食材“かぼちゃ”
- 素敵にグリーンライフ 夏の里山をリビングに
- 暮らしのジャーナル カーテンの汚れ 落ちにくくなる前に





RKB番組



シンプル新宮

JRしる駅まで徒歩約10分
西鉄「上の席」バス停まで徒歩1分
都市高速香椎東入口まで車で12分
JR新宮中央駅3月13日開業



※地図の表示は平成22年3月現在にて撮影したものです。



自由見学会開催中

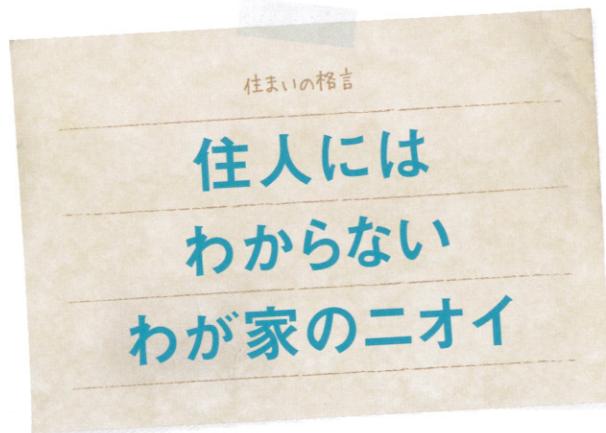
土地建物取引業者登録番号：福岡県知事(2)第148-11号
建設業者登録番号：福岡県知事報-17/第94-357号

Tatsumi
辰巳住研
株式会社

辰巳住研 | 検索

お客様お問い合わせ 九公取「福022」

0120-267-611



- 食品
- 生ゴミ
- 調理時のニオイ
- 人間の体臭
- トイレの汚れ
- 住まいのカビ
- ペット
- タバコ
- 下駄箱の靴や未洗濯の衣類
- など

〈家のニオイの元になるもの〉

合ったものなのですが、住んでいる人にはわからない！ というのが実はやつかいなところなのです。

このニオイはたくさんの生活臭が混じり合ったものなのですが、住んでいる人にはわからない！ というのが実はやつかいなところなのです。

ニオイはどこ家のものですが、その強弱は家のつくりと関係があります。というのは、ニオイをより強くし、悪臭としてレベルアップさせている原因に「布」と「湿気」があるのです。

布はニオイを吸着しやすいという性質を持っています。ですから布類を多用したインテリアにすれば、それだけ多くのニオイをため込み、家のニオイが強く感じられるようになります。

また、住まいの湿気は、カビを発生させてしまうだけでなく、ほかのニオイも増大させます。なかには給排水管が漏っていたりで家の中のニオイが強くなっていたというケースもありました。

気になるニオイを消す！ ニオイのコントロール方法

まず、布類は消臭機能が付加された製品を使うようにしましょう。最近の布地には、タバコやペットのニオイなど特定のニオイを消臭する機能を持つたものもあります。また、畳にも消臭効果のあるタイプがありますので、賢く選んでいきましょう。そ

自宅のニオイ、気づいていますか？ 家には必ずそのお宅のニオイがあります。発生源を見つけてニオイを増大させないように気をつけましょう。

どこからやってくる? それぞれの家の独特のニオイ

ニオイが強い家の共通点。 その意外な犯人とは？

して湿気の原因となる結露は徹底対策を。あまり使っていない部屋や北側の壁面、ま

た湿気のこもりやすい押し入れはこまめにチェックしてください。結露は、壁面とサッシの断熱アップリフォーム、そして換気で防いでいくことができます。風が抜けにくくしてレベルアップさせている原因に「布」とい部屋は、換気扇や扇風機を使って空気の流れをつくり、押し入れはスノコを敷いて風抜けをよくしておきましょう。

家のニオイ対策 4つのSTEP



- STEP 1 ニオイの元となる生ゴミやトイレのチェック
- STEP 2 カーテンなど、布地類の消臭機能を確認する
- STEP 3 断熱リフォームや換気など、家の湿気対策
- STEP 4 ニオイ対策後にアロマなどで香りづけ

Q

**将来の老後に備えて
寝室のリフォームを考えています。
どのような点に注意すればよいでしょうか?**

A

寝室に段差と凹凸は厳禁! トイレまではできるだけ近くに。

年を取るとトイレが近くなり、夜中にトイレに行く回数も増えます。

寝室はできるだけトイレの近くに配し、暗くても安全なように足元灯を取り付けておきましょう。つまずかないよう床に段差をつくりない、身体をぶつけないよう部屋に凹凸をつくりないこともポイントです。安全性を考えると、寝室には置き家具より壁面収納が向いています。また、布団乾燥機や電気毛布がすぐ使えるようにベッドの脇にコンセントの取り付けを忘れないようにしましょう。照明器具は手元で操作できるリモコン式にしておくと便利です。



リフォームの
プロが
アドバイス!!

アドバイザー
Yuu 一級建築士事務所 Office Yuu代表。「リフォームコーディネーター」としてTVや雑誌、講演会等で活躍中。

リフォーム”

とほかの箇所より後回し
れを癒して活力を養う、と
ムを行う際のよくある疑
フォームを行いましょう。

Q

**つい夜更かししてしまい、朝が苦手です。
夜にぐっすり眠れて、朝はスッキリ起きられる
寝室の工夫はありますか?**

A

体内時計をリセットできるメリハリのある寝室をつくりましょう。

体内時計のリズムが狂うと、夜眠れない・朝起きられないということになります。この体内時計をリセットするのに効果的なのが、眠るときは暗く、朝にならざと明るくというメリハリ。このメリハリがないと睡眠の質が下がり、翌日まで疲れを残してしまいます。まずは横になったときに、目に光が直接入らないよう照明器具の取り付け位置を見直しましょう。寝室には柔らかい光が拡散する間接照明が向いています。また、窓は雨戸や厚手のカーテンで覆って光や音をしっかりと遮り、静かで落ち着いた環境づくりをしていきましょう。



編 集 部 はみだし情報



後付け内窓で防音・断熱性能up

今ある窓の内側に取り付けるだけで、防音・断熱性能を上げ、結露も防いでくれる。一戸建てでもマンションでも取り付け可能で、住宅エコポイントの対象にもなっている。

◀ 施工例 トステム
「インプラス」



太陽光による目覚めで体内時計調整を

リモコン操作で自在に開閉できる電動カーテンレールは、朝、ベッドの中から操作すれば、明るい太陽光の下でスッキリと目覚めることができる。タイマー予約機能付きのものもあり。

◀ 施工例 トーソー
「プレミオS1」

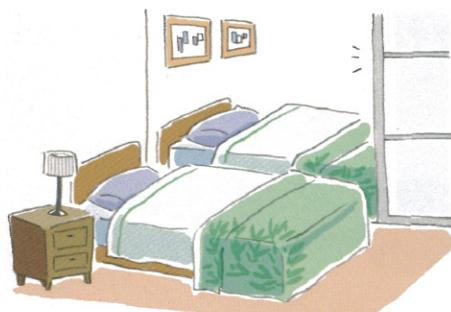


Q

就寝前にベッドで本を読むと、明るいと文句をいわれ、エアコンをつけるかどうかでも夫婦喧嘩に。何かいい解決策はないでしょうか？

A

密着し過ぎず、離れ過ぎずのストレスフリーな寝室プランに。



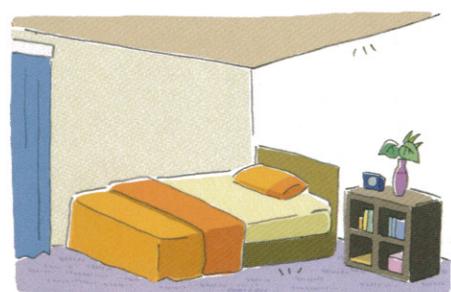
寝室のプランは夫婦関係に大きな影響を与えるといわれています。まったくコミュニケーションが取れない完全別寝やダブルベッドの完全同寝では、お互いにストレスがたまってしまうケースも少なくありません。そこでおすすめなのが、「ときどき同寝、ときどき別寝」の寝室プランです。たとえば、寝室の真ん中に軽い引き戸をつけるリフォームをすれば、たまには一緒に、そしてそれぞれのプライベートタイムも楽しめるストレスフリーな主寝室になります。夫婦のそれぞれの時間を考えた寝室になるようプランニングしていきましょう。

Q

寝室の内装で悩んでいます。住宅展示場やモデルルームに行くと、床はカーペットが多い気がするのですが、なぜですか？

A

長時間過ごす部屋だからこそ、健康に配慮した内装材を選びましょう。



寝室は人生の三分の一を過ごす部屋ですから、健康的な環境づくりが必要です。床はフローリングを選ぶ方も多いのですが、カーペットは吸音効果が高いので音や声が響かず、ホコリを吸着してくれるので空気をキレイに保つことができます。消臭、防ダニ、防汚加工がされたカーペットなら掃除も簡単です。そして壁面には調湿機能がある珪藻土などの健康建材を使って、眠っている間の空気を清浄に保つようにしましょう。天井は白より少し濃いめのベージュ系にしておくと全体が落ち着いた雰囲気になりますよ。

寝室
リフォーム時の
極意

極意其の壱 それぞれに快適度アップの設備を

夫婦の寝室はつかず離れずがストレスフリーの極意。それぞれの空間に照明器具、スイッチ、コンセント、テレビ配線をしておくと、さらに快適度が上がります。

極意其の弐 滑りにくく転んでも安全な床材を

カーペットやコルクは、表面の摩擦係数が高いので滑りにくく、柔らかいので転んでもケガをしにくい床材。寝室だけでなく、廊下や階段にもおすすめです。

極意其の参 陽射しはしっかりカットが安眠の秘訣

強い西日は室温を急上昇させ、夜中になっても室温が下がらず、寝苦しい夜をつくります。西日は部屋に入れないよう庇や遮光カーテンで対策しましょう。



〈テーマ〉

“寝室のリ

寝室は「寝るだけだから」にしがちですが、心身の疲れても大切な場所。リフォーム・質問を参考に、賢く

南 恵子

総合情報サイトAll About(オールアバウト)「食と健康」ガイド
http://allabout.co.jp/health/healthfood/

体にうれしい

食材 NAVI

本日の食材は…

かぼちゃ

年中出回っているかぼちゃですが、国産のかぼちゃはこれからが旬。栄養価が豊富で、冬まで保存も利くかぼやは便利に使えます。



〈主な栄養成分&働き〉

● β-カロテン

摂取後、体内で必要に応じてビタミンAに変わるために、ビタミンA同様に体の抵抗力を高めるが、過剰症がない。

● ビタミンE

血行の流れを促し、肌荒れの防止にも役立つ。ビタミンAやビタミンCと一緒に摂ると相乗効果がある。

選び方のポイント&保存方法

» 選び方

ずつり重みがあり、ヘタが枯れていながら完熟。カットずみはワタが乾いていないものを。

» 保存方法

丸ごとは数ヶ月持ちます。カットずみは、ワタと種を除いてラップに包んで冷蔵しましょう。

かぼちゃは南米・中米が起源とされ、日本には16世紀にポルトガル人が寄港したカンボジアより伝わったことから「かぼちゃ」という名前がつきました。かぼやは、大きく分けて西洋系と日本系、ペボかぼちや系があります。近年は日本の菊座かぼちややすくなかぼちやなどの伝統品種が復活したり、ペボかぼちや系のバーネツやバナナスクワッシュなど新顔が増えました。一般に日本種は水分が多く、粘質、西洋種は甘みが強くほくほくしています。

かぼちは緑黄色野菜なので、抗酸化作用のあるβ-カロテンやビタミンC、ビタミンE、さらにビタミンB群やカリウム、食物繊維なども含まれています。野菜の割に糖質が多く、カロリーが高いのも特徴です。甘みの強い西洋かぼちやの糖質は、日本かぼちやの2倍になります。生野菜100gはなかなか食べにくいですが、調理したかぼちやなら一度にたくさん食べることができます。手軽にさまざまな栄養素を摂取でき、食欲がないときにはおすすめの野菜です。

新顔かぼちやもいろいろ

抗酸化ビタミンがたっぷり

RECIPE

かぼちやのヨーグルトサラダ

[1人分のエネルギー]：約100kcal



材料(2人分)

かぼちや	150g	はちみつ	小さじ1
さやいんげん	20g	カレー粉	小さじ1/2
ツナ(缶詰)	大さじ1	塩、コショウ	各少量
ヨーグルト	大さじ2		

① かぼちは洗って種とヘタ、皮の硬い部分を取り除き、7mm厚さの一口大に切ります。ワタは種からはずし、実とともに蒸し器で7分ほど蒸し、塩少々を振って混ぜ合わせます。

② さやいんげんは、塩を加えた熱湯で軽く茹で、水分を切って冷まして、約2cmに切ります。

③ ボウルに、ヨーグルト、はちみつ、カレー粉、ツナ、コショウを加えてよく混ぜ合わせます。ここに①・②を加えて、塩加減を調整して、しばらく味をなじめます。お好みでトマト等と盛り付けるとよいでしょう。

Point 1

β-カロテンは脂溶性なので、油脂類と合わせると吸収がよくなります。マヨネーズはカロリーが高くなりがち。ヨーグルトを使ってさっぱり仕上げ、ツナやカレー粉の香りを加えてコクを補います。

Point 2

かぼちは茹でもよいですが、蒸したほうが栄養価の損失が少なく味もしっかりとします。使用する水も蒸すほうが少なくできます。

使い切り

活用術
1

カロテンなどの栄養素は、皮や皮に近い部分、またワタに多く含まれます。皮は取り過ぎると煮崩れしやすいので、汚いところだけ取り除いて、むかずに使いましょう。

活用術
2

種はミネラルが豊富。洗って1日天日に干し、フライパンで弱火にかけ、じっくり焙煎して殻をむけば食べられます。そのままおつまみや、またクッキー生地に入れてよいでしょう。



石原 和幸

PROFILE

庭園デザイナー。ガーデニングの本場イギリスの「ケルシーフラワーショー」では、コケを使った独自の世界観が高く評価され、史上初の3年連続金メダルを受賞。小さな鉢植えや花束からランドスケープデザイン、緑化事業まで多方面で活躍中。



家庭で楽しめますよ！
石原和幸の夏の寄せ植え
枝もの、葉もの、垂れるもの、
それぞれの特徴を活かして、
夏の里山をリビングに!
お手軽にできる寄せ植えのポイントを紹介します。

— 石原和幸を応援しよう！ —

石原和幸は、
Chelsea Flower Show 2010
(ケルシーフラワーショー2010)
において
シルバーメダルを
獲得しました!!

出展作品『風花』▼



— ケルシーフラワーショーとは —
英国王立園芸協会が主催し毎年5月にロンドン市内のケルシー地区で開催される伝統行事。1913年以来続く、世界最古にして最も権威のあるガーデニング&フラワーショーです。

株式会社石原和幸デザイン研究所
<http://www.kaza-hana.jp/>



夏の里山をリビングに

陽

射しがまぶしくなる季節。
この時期に特に美しくな
る植物…。その代表的な

ものはなんといっても、コケ！ その美しいコケをベースにして、薄いグリーンや濃いグリーン、ちょっと赤みがかった植物などさまざまな自然色の濃淡で演出した夏の寄せ植えは、緑が映えて最高にコントラストが楽しめるんですよ！

上手につくるポイントは、背が高い枝ものの植物、葉が丸く育つ植物、そして最後に垂れる植物をバランスよく配置すること。この三要素を取り入れることで、まるで自然の風景を切り取つてきたかのような立体的で奥行きのある寄せ植えになります。枝のもの、植物でおすすめなのは、やっぱりモミジ。爽やかな新緑と鮮やかな紅葉の両方を楽しむことができます。全体をコケでカバーしたら、さらにオブジェとして炭の景石を入れると風情が出ます。ちょっとした里山の夏の風景が、ご

寄せ植えは使う植物でその表情を楽しむ世界が広がります。今回は枝があるもの、葉もの、垂れる植物とそれらが持つ形状別に、枝ものはモミジ、葉ものは斑入りのユキノシタ、垂れる植物はロベリアを使いました。グリーンの濃淡を利かせ、そこにポイントで赤い葉か紅葉する植物を入れると、バランスよくまとまります。この季節は根腐れしやすいので、顆粒状粘土の中に細かく碎いた炭を多めに入れましょう。調湿・浄化作用を持つ炭が根腐れを防ぎます。

夏の寄せ植えのポイント

枝もの

ドウダンツツジ ▶



できるだけ自然の形を保持したものを使用し、曲がっている個性を生かすと自然の力強さが表現できます。

【使用例】モミジ、ドウダンツツジ、リョウブ

葉もの

フッキソウ ▶



垂れる植物の葉が小さければ、大きな葉ものを選びましょう。形状が違うものを選ぶことで、植物そのものの形状を楽しめます。

【使用例】ユキノシタ、フッキソウ、ツワブキ、ギボシ

垂れるもの

パコバ ▶



ワイヤーブランチやアイビーなどを使うなら、全体の色の濃淡を考え同系色でも少し色の濃淡を楽しめるものを選びましょう。

【使用例】ロベリア、パコバ、アイビー、ツルニチニチソウ

石原和幸プロデュースの野菜の寄せ植え「ベジ盆」を抽選で5名様にプレゼントします。

応募は綴じ込みのハガキをご利用ください。

たくさんのご応募をお待ちしています。

*写真はイメージです。季節の状況により花や野菜が異なる場合があります。

締め切り 平成22年9月30日(当日消印有効)



暮らしのジャーナル

カーテンの汚れ 落ちにくくなる前に

付着したニオイや繊維に食い込んだホコリ。
気付きにくいだけに、お手入れも怠りがち。
適切なメンテナンスの方法を調べてみました!

汚れの原因は何？

- 01 素材別の長所と弱点を知って、失敗のないお手入れを

一見してキレイに見えるカーテンも、昨年末の大掃除から半年たつと、目には見えないニオイが染みついていたり、微細なホコリが繊維の奥に食い込んでいたり。汚れの原因となるのは、キッチンから流れてくる油煙、タバコのヤニ、空気中に浮遊するチリ、静電気が引き寄せるホコリなどです。これはカーテンに限らず、ソファカバー やクッションカバー、床に敷いた布製のラグなどにもいえること。染みついた汚れが落ちにくくなる前に、適切なお手入れをしておきたいものですね。

お手入れの際に注意したいのが、カーテンなどファブリック類の素材による扱い方の違い。下の表に記載したように、それぞれの素材に長所と弱点があります。なかには発色や光沢を損なっててしまったり、色落ちしてしまうものも。また、自宅での洗濯機洗いが可能か、あるいはクリーニングしかダメなのか、まずは品質表示に記載されている取り扱い方法をよく確かめましょう。最近は、丸洗いできる“ウォッシャブル”加工、汚れを付着させにくい“黒ずみ防止”加工。ホルムアルデヒドを吸着することにより消臭効果もある“ホルムアルデヒド消臭”加工など、高機能加工が施されているものも出そろっています。

自然素材
綿
価格がリーズナブル。染色やプリントもしやすく発色もよい。時間経過による劣化はやや早い。
麻
シャリ感のよさは格別。シワや縮みになりやすいのが難点。太陽光による変色など劣化は少ない。

化学繊維
レーヨン
価格は安いが耐久性は低め。発色や光沢はよいが、シワがよりやすいのが難点。
アクリル
ウールのような柔らかさ、軽さ、保温性あり。毛羽立ちやすい点と熱に弱いことが弱点。
ポリエステル
レースのカーテンに多く使用されている素材。シワになりにくく摩擦にも強い。帯電しやすいため静電気が起きて汚れやすいのが難点。

ホコリは掃除機で吸引。

- 02 ポリエステルは丸洗い可、繊細な素材はクリーニングに

自宅で丸洗いする場合も、クリーニングに出す場合も、まず、カーテンに付着しているホコリを取り払いましょう。掃除機のアタッチメントを布団用にして、吊るしたままのカーテンに当てて吸引します。布団用のアタッチメントは、布を軽く叩きながらホコリを吸引取り、かつ布そのものを吸引しないのでファブリック類のお手入れに大活躍です。布団用アタッチメントがない場合は、履かなくなったストッキングなど、網目状の布をアタッチメントに被せて使いましょう。また、一般的なT字型アタッチメントに被せる布団用カバーも100円ショップなどで販売されています。

続いてポリエステル素材が大半のレースのカーテンについて。ポリエステルは丈夫でシワになりにくいので、自宅での洗濯機洗いが可能です。また、とても乾きやすい素材なので、洗い終わったら即カーテンレールに吊るして、そのまま自然乾燥するだけ。

注意したいのは、一度水につけて乾かすと縮みがちな麻。綿も織り方によっては縮みが激しいものも。風合いを損なわないためにも、麻と織り目の粗い綿はクリーニングに出すことをおすすめします。その際に、目立つシミや汚れがあれば、その部分のシミ抜きをきちんと依頼しましょう。



「ここにしかない」がきっとある。
愛されて30年。信頼と実績の辰巳の住まい。



〈小倉南区〉ビューシティ榆の木坂 モデルハウス2棟公開中



15-4号地



39-5号地

ご見学希望の方は、事前に辰巳住宅までお問い合わせ下さい。

ご希望の方には、モデルハウスを分譲いたします。



37-3 Shop side

37-4 Shop side

37-5 Shop side

海岸通り495 誕生。

Beppu-mura
MINI HOUSE

今は無理だけど、将来小さなお店をやってみたい。

特技を生かして自宅で教室や塾をやってみたい。趣味に没頭できるミニファクトリーを持ちたい。

そんな願いを叶える建売住宅の登場です。



37-3 Home side



37-4 Home side



37-5 Home side

※外観CGは、図面を基に描き起こしたもので、実際とは多少異なる場合があります。

キッズパークタウン どんぐり 子育て応援街区
第一期分譲(3棟)先着順受付中

♥子育て応援キャンペーン2010 ♥

月2万5千円×24ヶ月

総額60万円を支援いたします。



子育て応援街区案内センターにお越しください。

キッズパークタウンどんぐり 子育て応援街区 分譲概要

■キッズパークタウンどんぐり地図概要 ●名称／キッズパークタウンどんぐり ●所在地／福岡県遠賀郡阿庭町 松ヶ台2丁目1番1号 ●地目／宅地実測図面 ●面積／開発総面積：379,000m² ●総区画数：464区画 ●用途地域／第一種低層住居専用地域、第一種住居地域、緑化協定区域(建へい率：50%~60% 容積率：80%~200%) ●設備、施設／水道:岡垣町営水道、下水道:岡垣町公共下水道、ガス:集中LPG方式、電気:九州電力・CATV共用施設システム(衛星放送受信アンテナ設置)・ごみ置き場、防犯灯 ●道路／5m~16m幅アスファルト舗装(一部インターロッキング) ●管理組合加入金／20万円(団地施設利用料10万円、緑化管理基金 10万円) ●開発許可番号／2都開第4-343号 ■建売分譲概要 ●分譲戸数:2戸(オール電化住宅) ●敷地面積／201.93m²~242.57m² ●開発面積／103.29m²~112.37m² ●分譲価格／2,660万円~2,750万円(税込) ●最高価格帯／2,700万円(2戸) ●間取り／4LDK(1戸)3LDK+S(ショーブースペース)(2戸)4DK+2S(ショーブースペース)(1戸) ●建物構造／木造2階建(軸組工法) ●建築確認番号／第H21認証建築検査セ北019980号他 ●完成予定／平成22年6月下旬予定 ●入居予定／平成22年7月中旬予定<海岸通り495> ●完成予定／平成22年9月中旬予定 ●入居予定／平成22年9月下旬予定 ●広告有効期限平成22年6月末日 ●九公取(088)



大人気の建売住宅

子育て応援金対象商品
2万5千円×24ヶ月支給

フラット35S
(20年引き下げタイプ)
適応住宅

地中海の家 いよいよあと1邸!

エコポイント
30万
ポイント付

ハイドロテクト
コート塗装で
いつまでも美しい
白壁

お早めに!!

32-5
号地
分譲価格
2,740万円



※外観CGは、図面を基に描き起こしたもので、実際とは多少異なる場合がございます。

土地販売代理・建物売主

●宅地免許番号／福岡県知事(2)第739号 ●建設許可番号／福岡県知事許可(般-1)第102195号 ●全日本不動産協会員

●建設業許可番号／福岡県知事許可(般-1)第102195号 ●全日本不動産協会員、九州住宅地盤整備協会員

株式会社 団舎暮し

Tatsumi 本社 福岡県筑紫野市松ヶ台2丁目1-1 ☎093-281-1057

株式会社 辰巳開発株式会社

Tatsumi 本社 北九州市八幡西区幸神4丁目7-6 ☎093-644-2500

0120-603-250

辰巳田舎暮し 検索

www.tatsumi.com



表紙デザイン
木版画家
えもと きよひこ
Emoto Kiyohiko

フクロウなどの動物や自然との交流をモチーフにメルヘン世界を生み出す。福岡県産の
八女和紙に墨や色刷りをした木版画を制作。全国各地で250回を超える個展を開催。

●日本美術家連盟会員 ●太平洋美術界会員優秀作品受賞5回

●ホームページ: http://yumemokuhan.com/