

ひだまり

2013
SPRING
Vol.21

暮らしを彩るESSENCE

私のLife Style

Goodリフォーム!知識UP講座

快適住まい術

あると便利!とっておき万能たれ

暮らしの便利帳

癒しの香りに包まれて

三船 美佳さん

～キッチン編～

二世帯で快適に暮らそう

食欲高まる「アンチョビマヨネーズ」
香り&コク

網戸のメンテナンス



「今夜は舟にのって」



癒やしの香りに包まれて

欧米では昔から民間療法として
医療の現場でも使われているハーブ。

ハーブが放つ自然の香りには、

人工的な芳香にはないリラックス効果があります。

この春、癒やしの香りを暮らしに取り入れてみませんか！

Aroma

香りの強弱、室内栽培にも適したものなど、 性質を活かして適材適所に

ハーブには、香りが強いもの、優しく香るもの、そして、日当たりを好むものと日陰を好むものがあります。涼しい場所を好むものが多く、室内栽培にも適したものが何種類も。ただし、窓がなく、光がまったく入らないところに置く場合は、1日に1度、1時間くらいは日に当てるようにしましょう。ジメジメした土を嫌うので、水やりは土がしっかり乾いてからにしたいですね。

■リビング・玄関などには芳香性豊かなハーブを

お客様を迎えるスペースは、さわやかな香りで演出したいですね。芳香が空間全体に漂うように、風が入る窓辺の場所に配置しましょう。

リビング・玄関におすすめのハーブ

オーデコロンミント、ラベンダー、レモンバーベナ、カモミール、ローズマリー

■トイレ・洗面所などには耐陰性のあるハーブを

光が取り込めないことが多いトイレや洗面所には、日陰でも育ちやすい種類を。かわいらしい小さな花を咲かせるハーブもおすすです。

トイレ・洗面所におすすめのハーブ

レモンミント、オーデコロンミント、キャットニップ、ベルガモット、レモンバーム

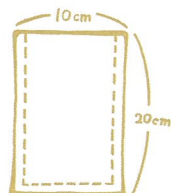


ハーブのサシェ

サシェとは「におい袋」のこと。好きな香りの乾燥ハーブをブレンドして、小さな布袋に入れるだけのサシェを手作りしてみませんか！

材料

- 乾燥ハーブ
ラベンダー、カモミール、ペパーミントなどお好みの香りでブレンド
(合わせて1カップ：両手のひらに一杯)
- 布(10cm×20cmのコットン2枚)
- 糸(適量)
- 輪ゴム(1個)
- リボンorレース(約30cm)



①

2枚の布の3辺を、縫いしろ約5mmで縫い合わせて袋を作り、表に返す。その中に乾燥ハーブを入れる。



②

袋の入り口を輪ゴムとじて、その上からリボンを結ぶ。リボンの代わりにお好みでレースを使っても素敵です。

「北欧の家」

4LDK+ シューズイン
クローゼット

- 延床面積 / 118.53㎡ (35.85坪)
- 敷地面積 / 233.55㎡ (70.64坪)

こだわりが詰まった、
北欧の雰囲気を味わう
モダンな暮らし。

MODEL
HOUSE

家中に、北欧の
優しい雰囲気が流れます。



岡垣ふる里 どんぐり村

「家族のつながりを生む家」。

モデルハウス 2棟公開中!!

カーナビ 遠賀郡岡垣町松ヶ台2-1-1



のびのび楽しむ 「平屋の家」

4LDK+ 小屋裏収納
(ロフトスペース)

- 延床面積 / 103.58㎡ (31.33坪)
- 敷地面積 / 240.87㎡ (72.86坪)

MODEL
HOUSE

LDK22.6帖、最大天井高
約5mの勾配天井の開放感。



ワンフロアの程良い距離感。
家族みんなの笑顔が
もっと近づきます。

家族のつながりを生む家。

田舎暮らし

株式会社 田舎暮らし

〒811-4214 福岡県遠賀郡岡垣町松ヶ台2丁目1番1号 会社情報はHPをご覧ください。

0120-603-250

(株)田舎暮らし SEARCH

この家を見たい場合は、この看板を自印にしてください!!



3 今話題の商品 おすすめ製品



画像提供：クリナップ

ステンレス引出し底板

底板がステンレスになったキッチンキャビネットの引き出しなら掃除も簡単。引き出しは調理器具を収納するスペースですから、いつも清潔にしておきましょう。／クリナップ



画像提供：パナソニック

トリプルワイド

コンロが3つ横並びのIH&ガスのコンロです。手前のスペースで盛り付けもラクラク。お鍋とお鍋がぶつかりにくく、ゆったりと料理ができます。／パナソニック



画像提供：LIXIL (サンウエーブ)

コーナークローゼット

部屋のコーナー部はデッドスペースになりますが、キッチンクローゼットなら有効活用できます。ウォークインタイプなので、中が見やすく大型の食品庫として大活躍します。／LIXIL (サンウエーブ)

引き出しの素材にこだわって選ぶ

最新のシステムキッチンは引き出し式の収納が増えています。引き出し式は収納効率が高いので、キッチンがスッキリ片づくようになります。また、引き出しの内部は、調味料がこぼれるなど意外と汚れやすいもの。そこで引き出しの「素材」にもこだわってみましょう。ステンレス製の引き出しなら、さっとひと拭きでキレイになるので、いつも清潔に保てます。

料理のしやすさを追求した新型

もっと料理がしやすいように、形が変わったコンロもあります。今までは三角形に並んでいた3つのコンロを横一列に並べたら、料理の手順がスムーズになっただけでなく、2人で並んで料理がしやすくなりました。また、まとめ買いをする家庭が増えているので、食品庫はより大型化しています。もっと便利に快適に料理ができるよう、キッチンはずいぶん進化しています。

4 キッチンリフォーム 成功の鍵!



居心地アップを心がけて!

キッチンは利便性だけでなく、快適性も大切です。冬暖かく、夏に涼しいキッチンになるよう居心地アップも忘れずに心がけましょう。寒い冬対策には、冷え込む朝でも元気にお弁当や朝食作りができるよう足元から温める床暖房を取り付けて。熱がこもりがちな夏は、エアコンの取り付け位置と風通しに気を配って。キッチンの居心地がよければ、どんどんおいしい料理ができて、家族が笑顔で喜ばせます。

日々の負担を減らすには
快適性もとても重要!!

キッチンセットの交換だけなら
工事は意外に簡単です。
キッチンを選ぶ際にはショールームで
実物を確認してから、
工事費の見積もりを
取りましょう。



リフォームのプロがアドバイス!!

Goodリフォーム! 知識UP講座



リフォームアドバイザー Yuu

Profile

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」としてテレビや雑誌、講演会等で活躍中。

キッチン編



たまには凝った料理にしたりケーキを焼いたりしたいけれど、手間がかかるし、なかなかできない… という人も多いのではないのでしょうか。料理の手間はキッチンプラン次第! ポイントを押さえたリフォームで、家族が豊かな生活を送れるようにしましょう。

料理下手キッチンになっていませんか?

当てはまるものをCHECKしてみましょう。

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 熱がキッチンにこもるので、夏は揚げ物をしたくない | <input type="checkbox"/> 賞味期限切れの食品をよく発見する |
| <input type="checkbox"/> 冬の朝は寒くて、お弁当作りが辛い | <input type="checkbox"/> 鍋や食器が重なっていて、取り出しにくい |
| <input type="checkbox"/> 収納が足りないと感じている | <input type="checkbox"/> ほとんど使っていない家電製品がある |
| <input type="checkbox"/> ゴミ箱がジャマで動きにくい | <input type="checkbox"/> 後片付けが面倒に感じる |
| <input type="checkbox"/> 作業スペースが狭い | <input type="checkbox"/> キッチンの掃除にうんざりしている |

😊 チェックが0個 → 理想的なキッチンです! さらに炊事を効率化する設備をチェックしてみてください。

😐 チェックが1個~4個 → キッチンには部分的なリフォームでも便利さを実感できます。キッチンの弱点をカバーするようなポイントリフォームを考えてみましょう。

😞 チェックが5個以上 → そろそろキッチンリフォームのタイミングです。キッチンのせいでお料理下手になってしまっているかも。キッチンセットを入れ替えるだけでも家事の効率はぐんとアップします。



画像提供: パナソニック

1 ポイントは料理にかかる手間!

便利なキッチンなら料理上手に!
キッチンには設備選びやプランの小さな差で、料理の手間が大きく変わる場所。ハンドミキサーやボウルがパツと取り出せて、終わったらサッと後片付けができる便利なキッチンなら、ケーキを焼くのはとっても簡単なんです。最新のキッチンは随所に工夫が凝らされているので、料理の腕も自然とアップ! 家族全員の暮らしが変わります。

2 キッチン最新事情 時流をチェック!

キッチン家電の収納方法に注目!
以前に比べフードプロセッサやブレンダーなどキッチン家電の種類や数がぐんと増えました。でも奥のほうにしまい込んでしまっただけで使っていない、出るのが面倒…という声も。それを受けて最新のシステムキッチンにはキッチン家電を有効活用できるような収納の工夫が施されているものがたくさん出てきます。キーワードは出し入れのしやすさ! ひと目で見えてラクに出しのバリエーションも広がります。

あると便利!
万能たれ

とって
おき

食欲高まる香りとコク

「アンチョビマヨネーズ」

多くのマヨラーがいるほど、
マヨネーズはそのままでも十分おいしい
調味料ですが、プラスαすると、
さらに風味も深まり魅力がアップします!

フードコーディネーター・食の健康アドバイザー 南 恵子



材料

マヨネーズ…………… 100g
アンチョビペースト…………… 20g
ニンニク…………… 1/2片

作り方

- ① ニンニクは、皮をむいてすりおろします。
- ② 容器に、マヨネーズ、アンチョビペースト、
①を入れてよく混ぜ合わせます。

※各種のマヨネーズやアンチョビにより
塩分が異なりますので、お好みにより加減
してください。



バーニャカウダ風の味がお手軽に

春野菜とアンチョビマヨネーズサラダ



幅広い食材と相性の良いアンチョビで
コクのあるマヨネーズソース

カタクチイワシを塩漬けし発酵したアンチョビとニンニクを
マヨネーズに加えれば、人気のバーニャカウダ風の味が簡単
に。サラダはもちろんサンドイッチやパエリア、パスタ、カ
ナッペ、ムニエル等に幅広く使えます。

材料 (2人分)

菜の花…………… 4本 パプリカ…………… 1/4個
じゃがいも…………… 2個 タコ…………… 50g
塩…………… 少々 黒こしょう…………… 少々
竹の子(茹で)…………… 80g ※お好みでレタスやハーブ、
ラディッシュなど

作り方

- ① じゃがいもは、皮をむいて芽を取り除き、小口切りにして鍋に
入れ、ヒタヒタの水、塩少々を加えてこぶき芋にします。
- ② 菜の花は、塩少々を加えた熱湯に入れて茹で、食べやすい大き
さに切ります。
- ③ 竹の子は薄切りに、タコとパプリカは小口切りにして、軽く塩
を振ります。
- ④ 皿にアンチョビマヨネーズを敷き、①、②、③とお好みの野菜
を盛り合わせ、上から黒こしょうをかけます。

5名様に!
プレゼント



「たったひとつのマヨネーズ」
300g ¥630 (税込)

主原料となる卵から調味料まで
こだわり抜いたマヨネーズ
マヨネーズの主原料である卵は、「神果卵」
という放し飼いの自然卵。羅漢果やアロエ
ベラのエキス、農薬不使用の米ヌカなどを
配合した安全な天然飼料に加え、ヒナから
四万十川源流域の伏流水で育てるなど、こ
だわり抜いて作られた逸品。油は压榨一番
搾り菜種油、リンゴ酢は国産一〇〇%果汁、
種子島産の洗双糖など、調味料も厳選され
ています。一口含むと、まるでクリームの
ようにすーっと心地よく舌に溶けていく上
品な風味のマヨネーズです。



南さん厳選のBest 1
全国のお取り寄せ調味料
読者 Present

「たったひとつの
マヨネーズ」

四万十・自給農の里



南恵子さんおすすめの「たったひとつのマヨネーズ」を、抽選で5名様にプレゼントいたします。
応募は次ページのとじ込みハガキをご利用ください。当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

●プレゼント応募締切 平成25年6月30日(当日消印有効) 商品のお問い合わせ先 四万十・自給農の里 TEL:0880-29-6058 <http://www.jikyuno.com/>

幸せライフスタイル提案

二世帯で快適に暮らそう

二世帯で幸せに暮らすには分けたほうが快適な部分と一緒にのほうが便利な部分を、しっかりと見極めることが大切です。



金銭面や生活面で豊かになる!?
二世帯での暮らし方

親と同居というと、以前は嫁姑問題などで敬遠されがちでしたが、最近の二世帯住宅は金銭面や生活面で、豊かに暮らせる生活スタイル”として注目されています。

二世帯で暮らせば、家が一つになるので水道光熱費や生活費の節約ができ、また限られた土地を有効的に活かすことができます。

さらに生活面では、親世帯は働く子世帯を子育てや家事の面で応援でき、子世帯は親世帯が病気のときに世話ができるなど、さまざまな面で助け合っ暮らしができます。



三つの同居スタイル。
それぞれのメリットを知る!



二世帯の同居スタイルは3種類あります。すべての生活空間を完全に二つに分ける「完全分離型」、玄関や水まわりなど一部分を共用する「部分同居型」、寝室以外はすべて共有する「完全同居型」です。

それぞれにメリットがあり、「完全分離型」はプライバシーを守りやすく、「完全同居型」は金銭面で一番有利です。「部分同居型」はそのちょうど中間のスタイルで、自分たちがこだわる部分を分けておけば、費用を抑えつつ、それぞれの世帯の快適度が上がります。



それぞれがくつろげる場を。
3畳のミニリビングでもOK!

共用スタイルの二世帯暮らしで作ってみたいのが、それぞれの世帯がテレビを見てくつろぐスペースです。

子世帯の親子が子ども番組を楽しみたいのに、親世帯がリビングでニュースを見ていて遠慮してしまう、寝室にこもって見ている、というような場合は、お互いにストレスがたまってしまいます。

完全同居型でも、寝室のほかにもう一部屋、家族で過ごせるミニリビングを作っておくと暮らしの快適度が大きくアップします。3畳あればテレビを置いたくつろぎの空間にすることができますよ。



これを守ればうまくいく! 二世帯暮らしの心得

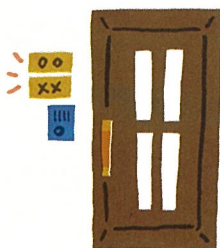
心得その1 → これを分けると快適!

- 郵便物はプライバシーの宝庫。ポストは分けるが吉!
- 洗濯のやり方は千差万別。洗濯機は分けるが吉!
- 生活時間帯が大きく違うなら、お風呂は分けるが吉!



心得その2 → 一緒にすると便利!

- 税金や活用方法で有利な条件が多いので土地建物は一緒に吉!
- 防犯面を重視するなら、玄関は一緒に吉!
- 共働きなら、キッチンと一緒に吉!



心得その3 → 工夫して快適!

- 世帯の間を孫スペースで繋ぐと吉!
- プライバシーは人それぞれ。夫婦の寝室には鍵を付けるのが吉!
- 木造住宅は生活音が漏れやすい。防音に配慮するプランが吉!
- 生活臭は下から上へ上る。高排気の換気設備を付けておくと吉!



困ったときの 暮らしの便利帳 「網戸のメンテナンス」

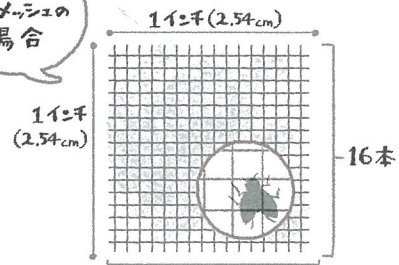
文/生活アドバイザー 田村 康子

だんだん暖くなる季節、
閉め切っていた窓を開けるとともに、
網戸が活躍するシーズンでもあります。
そこで、網目からの小バエの侵入を防いだり、
たるんだ網戸を簡単に補修する方法をお教えます！

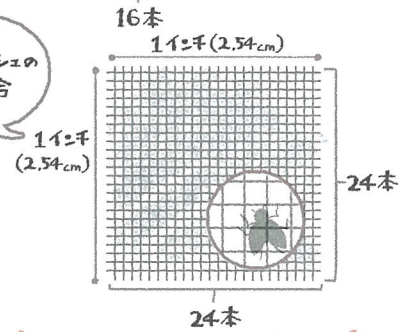
小バエを侵入させない 網戸の網目サイズは？

網戸の網目サイズは「メッシュ」という単位で表されますが、メッシュとは1インチ(2.54cm)あたりの網目の本数のこと。一般的な網戸は16～20メッシュで蚊の侵入は防げます。最近は小バエの侵入も防ぐ細かい網目のものや、花粉の侵入を防げる200メッシュもあります。小バエの中でもショウジョウバエやノミバエは体長が1～2mmで、網目間隔が1.30mmの16メッシュだと通り抜けてしまうことも。それを阻止できるのは、網目間隔が0.75mmの24メッシュ以上。これからますます気温が上がる季節。小バエの侵入をできるだけ防ぐために、張り替えを検討してみるのもいいですね。

16メッシュの
場合

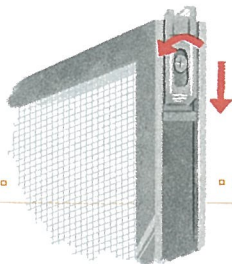


24メッシュの
場合



たるんだ網戸を 簡単に直す方法って？

少しのたるみならドライヤーで直す方法がおすすめです。たるんだ箇所に、網戸から20～30cm離れたところで温風を30秒ほど当てます。温めることで素材が伸びて、再び冷めていく過程で自然な形で縮む、という作用を利用した補修方法です。たるみが大きいときは、ガスケット(ゴムやプラスチックのパッキン部分)を部分的に取り外してから張り直しましょう。まず、マイナスドライバーでたるみを伸ばしたい部分に近いガスケットを取り外します。続いて、たるんだ部分を引っ張りながら、目打ちなど先の細いものでガスケットをはめる溝に押し込んでいきます。再びガスケットを取り付けて完了です。



ガスケットを取り外して網戸のたるみを直す際は、必ず窓枠から網戸を外して行いましょう。網戸の上部に外れ止めが取り付けられていますが、ネジを緩めて器具を下にずらすと網戸が外れます。ベランダなどがない2階の窓の網戸を扱うときは、転落しないように、細心の注意を払ってくださいね！

新スタイルの
Goo-day
コンセプトハウス

Style

たとえば太陽の光や風を窓から取り込んだり、自然の中にいるような気分を演出したり、いつの間にか家族が笑顔になっていく家。それがほんとうのナチュラルな暮らし。人が自然体でいられるそんな家づくりを見てみませんか？



Natural
Country



[門司区] シンプルライフ吉志にて

MODEL HOUSE OPEN

子育て支援の街として評価されている街

シンプルライフ吉志には、
楽しい仲間と いっぱい!
笑顔が

これまでの町内活動が
評価されました。

元気な町内会で
楽しい愛ある街!

元気な町内会が生活を
楽しくバックアップ!
イベントだけではなく、活動や交流、
取り組みも充実しています!

**「2009年につけい
子育て支援大賞」受賞**

吉志新町シンプルライフ町内会グループの活動が2009年の受賞者に選ばれました。



注文住宅用宅地は、お問い合わせ下さい!!

辰巳住宅株式会社
Totsumi 本社 / 北九州市八幡西区幸神4丁目7-4 ☎093-644-1771

この物件に関するお問い合わせは
0120-30-2501
FreeDial

辰巳住宅 検索 Webもチェック!!

辰巳住研 が考えるスマートハウス × 地震や火災に強い2×4工法

ウルトラ スマート な家



辰巳住研から
一歩先行くスマートハウスデビュー!

スマートハウスは
「2×4」工法と、相性がいい

辰巳住研の「2×4」工法は、高気密・高断熱が特徴。
だから、エネルギーを賢く使うスマートハウスとも相性ピッタリ。
面で支える地震に強い工法に、雨水タンクや蓄電池を備え、
災害時にも強いゼロエネルギーの家
「ウルトラスマートな家」を目指しました。

賢いHEMSシステムと丈夫な2×4工法のすてきな出会い。

賢い



HEMS ヘムシステム

エネルギーを賢くつかうHEMS(ヘム)システムは、辰巳住研のスマートハウスのいわば「優れた頭脳」といった役割です。

丈夫



2×4 ツーバイフォー工法

地震や火事に強い2×4(ツーバイフォー)工法は、辰巳住研のスマートハウスのいわば「鍛えられたボディ」といった役割です。

福岡の地を知りつくした辰巳住研が最高のスマートハウスを目指してつくりました。

辰巳住研の「ウルトラスマートな家」、ポコタウン老司で公開中!

宅地建物取引業免許番号/福岡県知事(3)第14811号
建設業許可番号/福岡県知事(般-22)第94357号 (社)全日本不動産協会会員



辰巳住研 株式会社

〒811-3107 古賀市美明3-1-30 TEL092-941-1110

お客様お問い合わせ

ポコタウン老司現地販売センター



0120-602-154

フリーダイヤル

辰巳住研

検索

http://juken.tatsumi.com



表紙デザイン
創作家
紗英
Sae

どこか不思議な雰囲気と美しい色合いがファンの心をとらえる。京都・福岡を中心に個展やグループ展の活動を展開。現在は東京にて制作の日々をおくる。

●京都市立芸術大学出身

☞ホームページ: <http://sae-k.com/>