

ひだまり

春

2009 Spring Vol.5

あなたと辰巳開発グループを結ぶ
暮らしマガジン



AP

窓辺 NUKAZUKA

えどまや



辰巳開発グループ

[暮らしの情報局]

[いざーリフォーム]
【あとの暮らし】
[住むこの質否問題]
[体にやさしいヒートポンプ]

バスルームを、心身を癒やせる家族のリラックス空間に!
ジャガー 横田さん
園芸は屋外で楽しむ? or 室内で楽しむ?
今が旬の桜海老でイライラ解消
最後の初恋

豊のお手入れ術 半年に一度は床下換気を!

あやし家造りネットワーク・千年翠

コラボレーション
COLLABORATION

辰巳住研

●木を使い森を守る森林保護につながる家でありたい。●地元の部材で建てる地産地消の家でありたい。●生産者の顔が見える安心の家でありたい。

あや杉の家 公開中

展示会場
福津市
あけぼの東福間



辰巳住研は地球環境に配慮した取り組みを、“もう”始めています

宅地建物取引業者登録証号：福岡県知事(2)第14511号 建設業許可番号：福岡県知事(核-17)第94357号 (社)全日本不動産協会会員
辰巳住研 株式会社 0120-267-611

お住まい情報満載!! 辰巳住研

<http://juken.tatsumi.com>

検索

お客様の個人情報保護について

個人情報保護法に関する法令と社会秩序を尊重・尊守し、適切な取り扱いと保護・管理に努めています。個人情報の取り扱い方針につきましてはホームページで公表しておりますのでご覧ください。

Century 21

Century 21

世界最大級の不動産ネットワーク
センチュリー21

785の地元、あります。

首都圏・中部圏
関西圏・九州圏 No.1 のネットワーク
店舗数合計785店 (平成21年2月28日現在)

お客様主義
宣言。

不動産物件
求めています

売りたい 謙りたい
貸したい 買いたい

【迅速・確実、信頼のネットワーク】

北海道
北九州
福岡
鹿児島
広島
東京
大阪

アメニティ辰巳

辰巳開発グループ 不動産トータルネットワーク窓口業務

0120-39-0621
TEL.093-645-0621 FAX.093-645-0611
<http://c21.tatsumi.com>

センチュリー21の加盟店は、すべて独立・自営です。

いざ!リフォーム

失敗しないための「ココがポイント!」

バスルームを、心身を癒やせる 家族のリラックス空間に!

●文/生活アドバイザー 田村康子

バスルームは家族のコミュニケーションの場として最適の場所。でも、共働きで落ち着く時間がない、一人でゆっくり過ごせる部屋がないなど、時代とともに生活も変化しています。

そこでバスルームをリラクゼーションの場と考えて見つめ直してみませんか?

光量や色を調節してリラックス映画も楽しめるバスルームに

家中で、リビングに勝るとも劣らないリラックスの場という、「それはバスルーム」という声をよく耳にします。入浴剤やアロマオイルを入れて、リラックスされている家庭も多いことでしょう。最近のバスルームは床暖房や乾燥機等の設備が充実し、使い勝手や安全性がすぐれていますが、さらに自宅のバスルームを快適かつ癒やしのスペースにするために、皆さんはどうな空間を理想としますか?

たとえば、バスルームの照明というと、イメージはシンプルな蛍光灯や白熱灯といったところでしょうか。でも今は、その時の気分や入浴時間に合わせて光量が無段階に調整できたり浴槽内に設置されたライトによって、好きな色に包まれながらの入浴も可能になりました。

また、入浴をさらに有意義な時間にしてく



れる浴室テレビモニターは、リフォーム時に導入の声が高い設備の一つ。現在は15インチ程度のサイズのものも販売されていて、リビングのAV機器にも匹敵するほどの高画質・高音質です。リビングのAV機器と接続することで、テレビ番組だけでなく録画番組やDVDも楽しめます。

忙しい暮らしの中で心身ともにリラックスできる場所はますます重要になってきます。仕事から帰ってきたら、照明を落として一人

また、水栓やシャワーヘッドの種類も多種多样。最近では水道水の塩素を取り除いたり、マッサージ機能がついているなど、高機能シャワーへと変える方法もあります。

さて、バリアフリーを徹底するなど、バスルームの本格的なリフォームの時期についても少し考えてみてください。安全性や使い勝手も重要視したいスペースですから、家族構成の変化や年齢の増加とともに考えておきたいこともありますね。そこで、「バスルーム・洗面脱衣所のリフォームのタイミング」をチェック項目にして下の表に挙げてみました。

我が家はまだ新しいけど、「そういえば両親の家は?」「あるいは『子供たちの家は?』」とチェックしてみることもおすすめします。

で瞑想にひたるもよし、ゆっくりできるお休みの日は、子供と一緒に音楽を聴きながら、また、見たいテレビと入浴を兼ねて時間の有効利用、というのもまたいいでしょう。理想的なバスルームが実現したら、ついつい長い入浴は体によくありません。ご自身の体調に留意して、ほどほどにしてくださいね。

バスタブ交換や壁の装飾など、部分的なリフォームで快適性を高める

バスルーム・洗面脱衣所のリフォームのタイミング

仕様面、機能面、設備面のそれぞれをチェックしてみましょう!

● 仕様

- 浴槽のタテ・ヨコサイズを大きくしたい。
- 壁や床が汚れにくいタイプの新しい素材のものにしたい。
- バスルーム内、脱衣所に収納スペースを増やしたい。

● 機能

- 脱衣所を広く快適にしたい。洗面台を高機能のものにしたい。
- 段差を解消して、入口を広くしたい。
- 必要な場所に手すりをつけ、ドアを横開きにしたい。

● 設備

- 浴室温風乾燥機などを設置して換気をよくしたい。
- 設定温度やシャワーの勢いが一定に保てるものにしたい。
- 給湯システムをエコタイプのものにしたい。



5つ以上の項目にチェックがついたら、近いうちのリフォームを検討してみましょう。

外で? or 室内で楽しむ?

近な室内で楽しみたいという室内園芸派も多数。
しよう。

r 室内派のご意見を聞いてみました!



which do you
select?

Idea
2

室内の気温を下げるということで、最近、話題になっているのがツル性の植物に

気温も下げて収穫もできる
グリーンのカーテンづくり

庭やベランダ、バルコニーでガーデニングを楽しむ場合も、その場を部屋の延長のように楽しみたいもの。特に陽気のいい春は、リビングやダイニングの窓を開けて、育てている草花を眺めながらつろぎたいですよね。そこでおすすめするのが、鉢やプランターを、園芸用のすのこやデッキパネルの上に置いて楽しむガーデニング。害虫や泥はねの防止になり、ベランダやバルコニーでは、コンクリートの放射熱から植物を守ってくれます。製品を購入する際は、防腐・防水、さらに防虫処理がしてあるガーデニング専門のものを使いましょう。



屋外で! Outdoor

●太陽の光や恵みの雨で
自然に育ててこそその植物だと思います。
リビングから眺められる場所で育てれば、
室内からも楽しめるのでは?(31歳 女)

●自然に移り変わる四季の変化を
草花からも感じたいので、
室内にあるあまり変化のない観葉植物だけでは
寂しく感じてしまう。(53歳 女)

●室内で育てる植物は限られてしまうのでは?
花を咲かせる植物が好きなので、
屋外でのガーデニングが主体です。(46歳 女)

●子供が小さいので、
室内で鉢植えなどを育てる
ひっくり返したりしてあぶなそう。
何かいい方法があるといいのですが…。(27歳 女)

●室内での園芸に何度もトライしましたが
うまく育てられません。
光合成ができる外でのガーデニングに
限るよう…。(39歳 女)

Idea
1

そこで植物を楽しむ場合も、
そこは部屋の延長と考えて

Proposal

編集部からのご提案

屋外&室内、植物を 楽しむ方法を紹介

庭やベランダなどの屋外で楽しむガーデニングを、工夫次第で部屋の中からも楽しめる方法を紹介。夏の室内温度を下げるという“グリーンのカーテン”も意外と簡単にできます。また、植物をインテリアの一部として飾りたいときのアイデアも。

室内で!

Indoor

●外でのガーデニングは、虫が寄ってきたり天候に左右されるなど**管理が大変そう**。室内でも育つ草花を日当たりのいい出窓で育てています。(30歳 女)

●最近は室内でも育てられる植物が増えているようだし、**ミニ盆栽やミニこけ玉**など、**手軽に楽しめて、なおかつ愛着がわく**室内ガーデニングを始めてみたい。(38歳 女)

●リビングからの借景が素晴らしいので、その風景にもマッチする**インテリアグリーン**を育ててあれこれ楽しんでいます。(34歳 女)

●足腰が弱くなったので、**屋外での園芸はちょっとムリ**。

孫たちと観察して楽しめるような、室内でも育てやすい植物を探しています。(67歳 女)

●**外国のインテリア雑誌**にあるように、さまざまな植物で**リビングをかっこよく演出**するのか理想。

最近は、そのための小道具なんかもいろいろありますよね。(43歳 女)

編集部からのご提案

まとめ

生活空間に緑が少しあるだけで、気持ちがグッと落ち着いて、リラックスタイムも穏やかなものになりますよね。最近は温暖化の影響もあって、沖縄特産のゴーヤが北海道でも育つ時代。育てたゴーヤで、ぜひお料理も楽しんでください!

室内でもよく育つ観葉植物。しかし、鉢ごとボツンと置くだけでは物足りないものですよね。たった一鉢の植物も、欠かせないインテリアの一部と考えて、さまざまな小道具で演出してみましょう。たとえば、簾の鉢カバーを使うだけで南国風になり、植物の表情はガラリと変わります。また、ヨーロッパ風に演出したいなら、金属製のフラワースタンドや、伸びていくツルを絡ませられるトレリスを使うことをおすすめします。トレリスにからませた観葉植物をリビングの窓の両サイドに置くだけで、素敵なかつエのような空間が出来上がります。



住まいの賛否両論

園芸は屋外で楽しむ

園芸を楽しむのは屋外が基本? でも、できれば身

屋外&室内、それぞれの楽しみ方を検討してみま

屋外派



Whi
sel

Idea

3 植物もインテリアの一部、素敵な小道具で演出を

夏に向けて、実のなる植物のグリーンカーテンづくりに挑戦してみませんか。おすすめは、初心者でも簡単に、そして全國どこでも育てられるゴーヤ。苗を園芸店で購入し、根が大きく張れるように大きめのプランターに植えましょう。どんどんツルが伸びるので、園芸専用のネットにからませて成長を促します。うまく育てばゴーヤの実が収穫できます。成長観察をしながら、親子で楽しむのもいいですね。



体にやさしい

Cooking

今が旬の桜海老で イライラ解消

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/>

春は、新しい環境がスタートしたりと心身ともに疲れやすい季節です。

忙しい中で食生活が乱れるとイライラするなど

ストレスを感じやすくなることもあります。

今回はイライラ対策メニューをご紹介します。

イライラを抑えるための 栄養素

カルシウムには神経のイラ立ちを抑え、安定させる働きがあります。不足すると、脳の活動が低下し、神経や感情のコントロールが乱れてイライラの原因となります。カルシウムの吸収を高めるビタミンD(鮭・しらす干し・干し椎茸等)やマグネシウム(ナツツ類・干しひじき・納豆等)を多く含む食品も併せて摂取しましょう。

また、ぶどう糖を脳へのエネルギーに変えるビタミンBが不足すると、集中できなくなってしまうことがあります。脳神経を正常に働かせるビタミンB₁₂、脳神経の働きを助けるナイアシンなどのビタミンB群を含む玄米や発芽玄米を白米の代わりに使用するとなおよいでしょう。

カルシウムや糖質を うまく組み合わせて

今回ご紹介する「桜えび豆ご飯」は、

旬の桜えびとえんどう豆を使った炊き込みご飯です。桜えびにはカルシウムが豊富に含まれており、えんどう豆も栄養が豊富です。主成分はタンパク質と炭水化物ですが、そのタンパク質はリジンやアルギニン、シスチンなどのアミノ酸を多く含みます。アミノ酸には、20種類もの種類があり、えんどう豆を足すことで、

たとえば、塾や習い事に通い始める、あるいは慣れない仕事で残業が続いたりすると規則正しい食事がとれず、市販のお弁当やインスタントですませてしまいますが、不規則で偏った食生活が続くと、脳に影響なくなりってしまいます。できるだけ

関わる栄養素が不足してストレスに対抗できません。できるだけ

どんなものがあるのでしょう。春は、クラス替えや人事異動、引っ越しなど環境が変化することが多く、ストレスがたまりやすい季節。もちろんストレスは、その根本的な問題が解決されなければ解消しませんが、食事が脳や心の働きに関わっていることもあります。

たとえば、塾や習い事に通い始める、あるいは慣れない仕事で残業が続いたりすると規則正しい食事がとれず、市販のお弁当やインスタントですませてしまいますが、不規則で偏った食生活が続くと、脳に影響なくなりてしまいます。できるだけ

関わる栄養素が不足してストレスに対抗できません。できるだけ

RECIPE

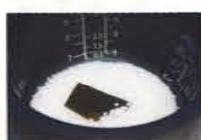
桜えびは旬の生や釜揚げを使うとよいでしょう。
今回は一年中手に入りやすい乾物を使用しました。
干物も香りよく仕上がりります。

材料(2人分)

桜えび 大さじ2 水 180cc
えんどう豆(むき身) 80g 塩 少量
米 1合 酒 大さじ1
昆布 1枚(3cm×5cm角)



①えんどう豆は、塩少々を入れた250ccの水でさっとゆでて、ゆで汁から引き上げ、手早く冷まします。ゆで汁180ccは別にとり、残りのゆで汁が冷めたら、えんどう豆を浸しておきます(※えんどう豆にシワが入らず、ふっくら仕上がります)。



②米は洗ってザルにあげ、水気を切ったら、①のゆで汁180ccと酒・塩・昆布を加えて、軽く混ぜて炊きます。



③炊き上がったら昆布を取り出し、桜えびと水切りしたえんどう豆を加え、全体を混ぜ合わせて10分ほど蒸します。お茶碗によそって、木の芽をのせます。



桜えび豆ご飯

[1人分のエネルギー] : 約300kcal

© 2008 WARNER BROS. ENTERTAINMENT INC.
ALL RIGHTS RESERVED.

『最後の初恋』 海辺のホテルのインテリアで “スローライフ”な住まいに。

① インテリアライト「Mellow Lamp」

¥7,140(税込)

申込番号19-373-10-16

炎の揺らめきを思わせるマットタイプと幻想的な趣のクリアタイプのどちらの電球を選ぶかは、その日の気分次第です。



② UV塗装天板 ダイニングセット&チェアカバー

¥62,790(税込)

申込番号19-095-20-04(テーブル幅130cm+チア4脚)

¥3,990(税込)

申込番号19-073-10+色(チェアカバー同色2枚セト)

食事をしながら互いのことを話し、打ち解けていた二人。映画のシーンにあったようなおしゃれで清潔感のあるダイニングテーブルは、キズや熱に強いUV塗装です。



[テーブル]○サイズ/幅130×奥行80×高さ72cm、約37kg ○材質/天板:MDF(UV塗装)、脚部:天然木(アミノアルキド塗装) [椅子]○サイズ/幅44×奥行60×高さ92(座面高44)cm、1脚約4.5kg ○材質/合成皮革、フレーム:脚部:天然木(アミノアルキド塗装)、中身:ウレタンフォーム ○タイプ [チェアカバー]○色/①モスグリーン②ライトグレー ○素材/ポリエステル100% ○タイプ ③ドライクリーニング

●お問い合わせ先:暮らしのデザイン / <http://www.kurashide.com> ([カタログの申込番号でご注文]に上の申し込み番号を入力) 電話 0120-222333 (9:00~18:00)

狭いスペースにも取り入れやすいアイテムを取り揃えた

『暮らしのデザイン』2009春夏号を先着50名様にプレゼントします。

ご希望の方は郵便ハガキに左下の応募券を貼り、①氏名(ふりがな) ②郵便番号・住所 ③電話番号 ④生年月日 ⑤性別を明記の上、下記の宛先までお送りください。※当選者の発表は、プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。ご注意いただきたい個人情報は、プレゼントの発送および今後のカタログ制作の参考とする以外の目的で使用することはございません。

■応募先:〒141-0031 東京都品川区西五反田八丁目9番5号 株式会社暮らしのデザイン『暮らしのデザイン2009春夏号』プレゼント係

③ コンパクトウッディーソファ

¥18,690(税込)

申し込み番号19-185-10-24

エイドリアンとポールが過ごした海辺のホテルをイメージして、シートなデザインのソファを選びました。落ち着いて語り合う「おとな恋」に似合う空間を。



④ シルクカバーリングシリーズ

A:掛けカバーダブル 190×210cm

¥27,090(税込) 申込番号19-521-20+色

B:掛けカバースーパーワイド 140×200×30cm

¥20,790(税込) 申込番号19-521-50+色

C:¥5,145(税込) 申込番号19-521-11+色

D:¥6,195(税込) 申込番号19-521-12+色



ベッドルームでもリゾート気分を味わいたいときにおすすめのがシルクの寝具。夏に向かう思われがちなシルクですが、人肌のような温かみがあるので、季節を問わず愛用できます。

○色/①ネイビー②ブルー③ホワイト ○素材/繊100% ○日本製 #掛けカバーフタジーナスナ-8カ所付き、ボックスシーツ全面ゴム入り、ピローケース封筒式、手洗いOK

友人が経営する海辺のホテルの留守を5日間だけ預かったエイドリアン(ダイアン・レイン)。宿泊客はたった一人、無愛想なポール(リチャード・ギア)だけ。別居中の夫や子供たちとの関係に悩んでいた45歳のエイドリアンと、高名な外科医としてのキャリアを捨てたばかりの54歳のポールは、互いの苦悩を理解することで、次第に惹かれ合うのだが、嵐が去ったあと、一人が選択した道は……。「きみに読む物語」のベストセラー作家ニコラス・スパークスが贈る大人のラブストーリーは、海に突き出るようにぽつんと建つ小さなホテルが舞台です。最後の初恋を演出するインテリアは、あわただしい毎日に「スローライフ」を漂わせたいときに役立ちそうです。



最後の初恋

海辺のホテルというシチュエーションは、日常から非日常へとスイッチを切り替えるときにぴったり。喜びも哀しもいろいろ経験してきた大人の女性たちにとって、味わい深い珠玉のラブロマンスです。

最後の初恋《DVD》

●価格:¥3,900(税込) ●収録時間:97分 ●
発売元:ワーナー・ホーム・ビデオ ●製作年:2008年 ●監督:ジョージ・C・ウルフ ●出演:リチャード・ギア、ダイアン・レイン、ビオラ・ディビス、クリストファー・メロニー、スコット・グレン

- 読者プレゼント -

今回ご紹介した映画「最後の初恋」のDVDを、抽選で5名様にプレゼントします。応募は挟み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。締め切り:平成21年6月30日(当日消印有効)

暮らしの情報局

畳のお手入れ術 半年に一度は床下換気を!

手入れさえ怠らなければ、畳はとても長持ちするもの。
掃除のコツを知って、定期的なお手入れを行いましょう。

掃除は掃除機orほうき?

湿った茶葉をバラまいて微細なチリをキャッチ



最近は強力な吸引力の掃除機もありますが、実はほうきは畳の掃除に最適。もし、目に見えるようなホコリがたまっていたら、まず掃除機をサッとかけます。その上で、いよいよほうきの登場。畳を掃くときに大切なのは、目に沿って、1枚ずつゆっくりと丁寧に掃くこと。

また、出がらしの茶葉を、水がしたたらない程度に絞って畳の上にバラまいて掃けば、湿った茶葉が細かいチリをからめ取ってくれるのでスッキリ。茶葉には殺菌効果もあるといわれています。そのあとは、乾いた雑巾でから拭きしておきましょう。

もしカビてしまったら?

広範囲のカビは漂白剤を薄めてふき取る

部分的なカビなら、歯ブラシを使い、畳の目に沿ってそっと取り去りましょう。歯ブラシについたカビは、その都度、除菌効果のあるウエットティッシュなどで取り除き、カビの胞子を散らさないように。

広い範囲にカビが繁殖していた場合は、洗濯用・台所用の漂白剤を薄め、濡れ雑巾をきつく絞って拭き取ってください。その後、薬局で販売されている殺菌用のアルコールでサッとひと拭き。さらに乾いた雑巾でから拭きしておきます。漂白剤やアルコールを使う際は窓を開けて風通しをよくしておきましょう。



畳のはずし方って?

干す時間は日中の4時間程度を目安に

半年に一度は畳を上げて床下の換気をしましょう。マイナスドライバーなど先端が畳と畳の間にに入る金具を用意。間に差し込んだドライバーで、はずしたい畳を持ち上げるように斜め上に「エイ」と。そう、テコの原理を使って持ち上げるのです。床から畳みを浮かして、空きピンや本を挟んで風を通しましょう。

外でしっかり干せる場合は、はずした畳と、その下の板に合番を記しておくこと。戻すときに位置が違ううまくはまらないことがあるからです。直射日光を避け、午前11時頃から午後3時頃の4時間程度干しましょう。



「裏返し」「表替え」って?

畳表の表替えまでの目安は3~4年



昔の畳は、表面の「畳表」を裏返すと裏面にもイグサが張られていますので、「畳表の裏返し」を行って両面を使用することができました。高気密の住まいが増えた最近では、イグサを畠表の片面のみに施しているものが主流ですので、「畠表の裏返し」が可能な畳かどうかチェックしてみましょう。

3~4年経つと傷みや日焼けが目立ってきますので、「畠表」を張り替える「表替え」、もしくは「畠表の裏返し」の時期。畠同士の隙間が空いてたり、フワフワした感じがしてきたら、いよいよ新しい畳への「畠替え」時といえます。

こころに、田舎を持つ人の家づくり。



KBC九州朝日放送の人気番組「気ままにLB」とのコラボレーション 田舎modernの家 完成。

 株式会社 **田舎暮らし**
本社 福岡県遠賀郡岡垣町松ヶ台2丁目1-1 ☎093-281-1057

www.tatsumi.com
辰巳田舎暮らし |

どんぐり村のお問い合わせはフリーダイヤルで
 **0120-603-250**
フリーダイヤル

住むなら、こんな家！
家づくりにこだわりのある方へ。

Tatsumi

あなたの住まいづくりをサポートします。

かけがえのない地球と、子供達の未来のために、辰巳住宅ができます。

太陽光発電の家



掲載の外観パースは図面を基に描いたもので、実際とは多少異なる場合があります。

注文住宅・リフォーム(増改築)…をお考えの方は、下記までお問い合わせ下さい！

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

0120-30-2501

お問い合わせは、

詳しくはWEBで!!

辰巳住宅

検索

建設開発グループ
イメージキャラクター
こかど ひろこさん

人と住まいと街づくり



辰巳開発グループは おかげさまで30周年を迎えます。

ヒューマンアメニティのさらなる創造へ、
未来へ向け新たなチャレンジがはじまっています。

ヒューマンアメニティ創造企業として、現在までのフィールドからさらにステップアップした新たな領域へとチャレンジ。
アーバンデベロップメント事業やレンタルアパートメントリレーション事業もそのひとつ。
人の体温を感じるぬくもりのある環境の創造を目指して、快適な暮らしをサポートしてまいります。



30周年記念キャンペーン実施中!

環境保護に貢献。家計に地球に優しい生活

**STOP・ザ
温暖化 破格値促進キャンペーン**

3.04wシステム 定価 240万円 → 211万円を	168万円 (税別)	4.16wシステム 定価 298万円 → 259万円を	198万円 (税別)
--------------------------------	------------	--------------------------------	------------

※金額は日安で屋根形状等によって価格の増減があります。

■キャンペーン期間:平成21年5月10日 ■限定30棟 ■対象:グループ施工建物
■お申込み方法:本誌掲載の辰巳開発総務部及びグループ各社(辰巳住宅・田舎暮らし・辰巳住研・アメニティ辰巳)へお気軽にお電話下さい。

人と住まいと街づくり

**辰巳開発グループ**

北九州市八幡西区幸神4丁目7番6号 TEL:093-644-2500

<http://www.tatsumi.com/>

辰巳開発グループ

検索



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/>