

野瀬建築便り

オリエンタルな香り

通りを歩いていると、ふと甘い香りが頬をかすめました。振り返るとオレンジ色の小さな花が塀沿いの木を覆うように咲いています。毎年この季節に咲く、金木犀（キンモクセイ）。どこからともなく漂って来る甘い香りに、ふと懐かしい思い出が蘇って来ました。

小さい頃遊んだ庭の一場面や古い木戸。近くのお寺の長い石段。どれも甘い香りと共に記憶に残っています。そんな強い香りを放つ金木犀の花言葉は「謙虚」や「陶醉」。華やかな香りなのに花そのものは小さくて、そしてその香りとともに場面がずっと記憶に残るほど印象的。まさに言葉の通り、香りに酔いしれそうですね。

金木犀は中国が原産で、香りの高い花は甘みが強く、お茶やお酒などにも広く使われています。中でも金木犀の花を白ワインに三年間漬け込んで、熟成させた

「桂花陳酒（けいかちんしゅ）」は、この季節にはピッタリのお酒です。サワーやロックで飲むのが一般的で、一口飲むと、甘く芳醇な味わいが口の中に広がります。琥珀色の透き通った魅力的なお酒は、中国の絶世の美女、楊貴妃がこよなく愛したそうです。グラスからふわっと漂う金木犀の香りがオリエンタルな雰囲気醸し出してくれます。桂花陳酒をベースにしたカクテル「楊貴妃」も、とてもミステリアスな魅力です。

金木犀の花には、リラックス効果やストレス解消の効果があります。熱いお湯を注ぐと甘い香りが広がる「桂花茶（けいかちゃ）」は、寝る前の一杯におすすめです。

この季節にしかないオリエンタルな香りに包まれて、身も心もリフレッシュ。素敵な秋の夜長をお楽しみ下さい。



きれいのたね

『月光浴』

秋の夜長は「月光浴」。
独り静かに月と向き合って・・・。



【こんなお月見はいかが？】

夜空にぽっかり浮かぶお月さま。会社帰りや夜の散歩でふと月を見上げて、一瞬心が「無」になってしまう事ってありませんか？涼しくなって夜が長くなるこれからの季節は、月光浴のまさに「旬」なんです。

ベランダに折りたたみのカウチを出して寝そべったり庭にヨガマットを出して寝転んで、ゆったりした気分と服装で月の光を浴びましょう。この時、アロマオイルでマッサージしたりミネラルウォーターを飲みながらでも構いません。

ちょうど今月13日は十三夜で、来月14日はなんとスーパームーン。夜毎に変わる月の形も楽しみながら、そのパワーを取り込んでください。

【絶世の美女は知っていた?! 月のパワー】

月の光には「浄化のパワー」があるとされていて、パワーストーンの浄化に使われたり、心に溜まった「負の感情」を鎮静化してくれると言われています。乱れた体内リズムを整える働きもあり、ストレスが軽減された結果、肌への好影響も期待されるところです。実際インドの古代美容「アーユルヴェーダ」でもハーブオイルでマッサージした後に月の光を浴びるという美容法があり、かのクレオパトラは入浴後に月の光の下でリラックスするのが習慣だったそうです。最近の研究では、私たちの脳は月光を浴びると成長ホルモンの分泌が促進され肌や髪にもいいという事が分かってきました。

クレオパトラもあの月を見ていたと思うと、壮大で神秘的な気持ちになりますよね。

暮らしのエッセンス

古民家風のインテリア

今、古民家暮らしが注目を集めています。
インテリアで古民家風を楽しんでみましょう。



◆なぜ今、古民家が受けるの？

古民家とは昔の日本家屋の事を言います。築年数50年以上前のもので、昭和初期や大正、古くは明治時代に建てられた家屋です。使っている建材や建築方法が今とは全然違うので、古きよき時代の懐かしさや安心感がやすらぎとなり、日本の故郷を感じさせてくれる、穏やかな家屋として人気です。

◆昭和レトロな雰囲気を出そう

スーパーが流行る前は、八百屋さんで買い物かごを持って出かけていました。昔の買い物かごのような籐のかごに、お花を入れてみま

しょう。外から見えないように中に花瓶を忍ばせます。その中にお花を入れると、かごにお花を生けているようです。赤い実のついた枝を一本入れても素敵ですね。

◆火鉢を鉢カバーに

古い火鉢があれば、観葉植物などの鉢カバーとして使ってみましょう。レトロな雰囲気です。

◆灯りの演出

床に置くフロアスタンドがおすすめ。和紙や籐のカバーですらぐ空間を作りましょう。

あたまストロツ子

●まちがいさがし●

下の2つの絵には、違うところが5つあるよ！あなたはいくつ見つけれられる？

(正)



(誤)



答えはページ下にあるよ！

プロが教える収納術

～暮らしをととのえる～

1. 電話の周りを見直します

パソコンの周り同様、電話の周りにもケーブルがあります。電話のケーブルもスッキリさせましょう。

電話の位置はあまり変わることが無いので、ケーブルを配線カバーですべて隠すとスッキリします。配線カバーは100円均一やホームセンターなどにあります。両面テープも付いていて、カッターなどで長さが調整出来るので、意外と簡単に取り付けることが出来ます。

また、最近では固定電話を使う機会が減ってきています。思い切って本体を収納して子機だけを表に出していても、十分使えるご家庭もあります。

～リビングの収納 電話周り～



2. 電話帳をやめてみる

毎年配られている電話帳ですが、最近電話帳で調べた事がありますか？電話帳を使わないのであれば、思い切ってやめることも出来ます。『タウンページセンター』へ電話連絡をするだけで、電話帳の配布は止められます。もし、やはり欲しいとなれば電話連絡で再開も可能です。一度検討してみてもいいでしょうか？

まちがいさがし答え：①猫さんの目が空いているか閉じているか②猫さんの持っている本の表紙が違う③ブドウの枝が無い④スズメさんの持っている筆がペンになっている⑤スズメさんがお絵かきした線の長さが違う

今どきリフォーム事情

～ 書斎づくり～

男性の夢の書斎。小さなスペースでも書斎が出来るとうれしいですね。
子供部屋も大事ですが、お父さんにも寛ぎの空間をプレゼントしましょう。

◆空いた部屋を利用する

リフォームの場合、新たに部屋を増築することも可能ですが、子供たちが巣立った後の部屋が空いていませんか？使われていない和室や客間などがあれば、そこも書斎に出来ます。まずは机と本棚を運び込むだけでも、書斎風になります。本格的に書斎にするなら、部屋を間仕切りして、3畳～5畳の空間を作ると個室になるので、書斎として落ち着いた空間を作ることが出来ます。その際には、壁紙は茶色や黒などの落ち着いた色合いがおすすめです。和室の場合は畳をフローリングに変えたり、照明を変えて、洋間に変えるのがおすすめです。



◆リビングの一角につくる

空いた部屋が無い場合には、リビングの一角に書斎スペースを作りましょう。本棚と一体になった机を入れて、空間を仕切るだけでも書斎風になります。

◆椅子にはこだわる

書斎のスペースが出来たら、こだわりの椅子を探しましょう。おすすめはハーマンミラー社のアーロンチェアです。人体工学に基づいて作られたイスなので、長時間座っていても疲れにくくなっています。座面がメッシュになっているので、夏場は蒸れにくく、腰痛が改善されたなどの声も多く聞くので、書斎におすすめの椅子です。ちょっと高い椅子ですが、12年の保証が付いているので、長い目でみるとコストパフォーマンスにも優れています。

棟梁の日記

皆さんこんにちは！
農業のある暮らしとは、どんなものなの
でしよう？

サンフランシスコの州都サクラメントの近くに「ヴィレッジホームズ」というニュータウンがあります。1981年にできたこのまちは210戸243,000平米と小さいながらも緑豊かな自然に囲まれています。

まちの中心には大きな芝生の広場や集会室、オーガニックレストラン、保育施設などがあります。子供達は目の届くところでいつも生活し、そこでは車の心配をせずに安心して、そして安全に住むことができるのです。それぞれの家には小さな畑もあり、またそれでも足りない人は、まちにある農園を借りることもあります。農産物はあくまでも自分たちが必要な分だけを栽培するのが基本です。自分たちが必要な分とはいえ、全てを一気に自給自足ができる訳でもなく、時間はかかります。自給自足によって食に対する不安を取り除くことは、どれだけ暮らしの安心感を持てることでしょうか。生活にかかるコストを抑え、それぞれが自立する仕組みを考えることはとても大切です。しかしもっと大切なことは、住人同士が同じ意識を持ってお互いの暮らしをサポートし合うということです。

農業のある暮らしは、農業を通して地域のコミュニティができる仕組み、とも言えます。皆さまは、農業のある暮らしについてどう思いますか？

- ・会社名 有限会社 野瀬建築（創業昭和37年）地域と共に五十三年
建設業許可（般-23）第6685号 設計事務所登録第2-1154号
- ・提供できるもの 住宅全般・耐震工事
（天然乾燥材住宅（ともいきの家）を予算に応じてご提供します）
- ・モットー 安くて丈夫な木の温もりを感じる家を提供したい。
- ・会社の場所 三重県津市高茶屋七丁目6番36号
- ・連絡先 フリーダイヤル 0120-34-1829
- ・E-mail noken@miracle.ocn.ne.jp
- ・ホームページ <http://www.noken.jp/>

※配信の停止を希望される場合は、お手数ですが、弊社までご連絡ください。



今月も読んでくれてありがとう！
暑さも落ち着き紅葉が
楽しい時期になってきました！
来月もガンバッテ作ります、
お楽しみに！