

# 野瀬建築便り

## 浴衣で美人

夏の夕暮れ、そよそよと吹く風に誘われて、浴衣でお出かけしたくなりました。古風な柄の浴衣に身を包み、花火大会や夏祭り、縁日などに出かけると、いつもと違った夏が楽しめそうです。

以前は浴衣は呉服屋さんで、と言うのが当たり前でしたが、最近はブティックなどにも浴衣のコーナーがあり、昔と違って浴衣を着る事が身近になりました。柄も古典柄や現代柄、紺地や白地以外にも華やかな色使いで、見ているだけで楽しくなります。

浴衣は、もともとは平安時代に貴族が蒸し風呂に入る時、水蒸気でやけどをしないように着た「湯帷子（ゆかたびら）」が始まりで、麻の生地で作られていました。江戸時代に銭湯ができた事から、湯上りに着るようになり、生地も麻から綿に変わりました。現代で言えば、バスローブのような役割で、銭湯の二階で着られていたようです。それが盆踊り

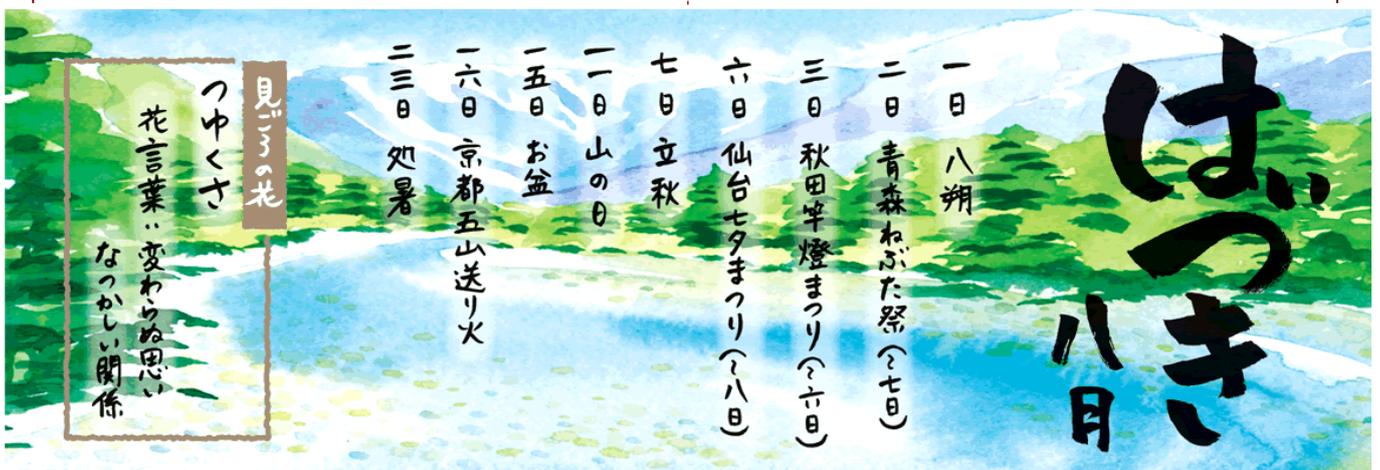
などに着て行くようになり、夏のお出かけ着として定着しました。

外で着るようになった浴衣はそれぞれに意味が込められた模様で、より華やかになりました。

牡丹や芍薬は、大きく花開くので、「幸せ」を意味します。蝶はさなぎから蝶になる様子から、「長寿」や「不老不死」の意味があります。撫子は「笑顔」、菖蒲は「礼儀正しい」など、それぞれに込められた意味を理解しながら柄を選べると、より楽しく選べます。

また、紺地の藍染には防虫効果があり、蚊に刺されないため夜に紺地を着た方がいいとの説や、昼間は白地は透けるので、夜がいい、との説など色々ありますが、今は特に決まりはないようです。

日本の夏の楽しみ。今年の夏は花火大会や縁日などを風流に浴衣を着こなして歩いてみませんか？



# きれいのたね

『意外!?あのチョコが  
キレイに役立つ!』

夏のハワイ旅行のお土産で、ヘルシーと  
キレイをおすすめ分け!

## 【マカダミアナッツチョコ】

香ばしさと甘さのハーモニーがたまらないマカ  
ダミアナッツチョコ。リーズナブルで保存も効  
くから、ハワイ土産の定番として人気です。

「美味しいけれど、カロリーが心配。」という  
声も聞こえてきそうですが、マカダミアナッツ  
にはチョコレートの主成分である糖質を分解す  
るビタミンB1がたっぷり。しかもビタミンB1  
には肌荒れを防止する働きもあるのです。一方  
チョコには抗酸化作用を持つカカオポリフェ  
ノールが豊富。マカダミアナッツとチョコは美  
味しい上にキレイになれるミラクルな組み合わ  
せだったのです。

マカダミアナッツに豊富に含まれるオレイン酸  
やパルミトレイン酸。一価不飽和脂肪酸と呼ば  
れるこれらの成分には、血行促進効果や皮膚中  
の水分をキープする働きと悪玉コレステロール



を減らす働きが認められています。最近の研究  
ではパルミトレイン酸が糖尿病の改善に一定の  
効果をもたらすという報告がされるなど、嬉し  
い可能性がいっぱいです。

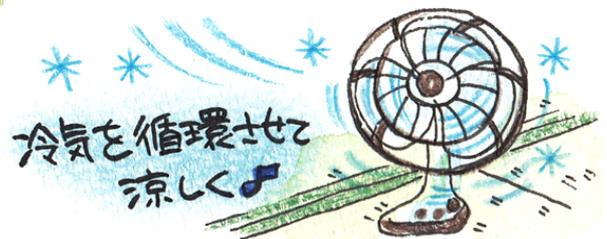
## 【マカダミアナッツオイル】

マカダミアナッツをそのまま食べるのも良いで  
すが、効率よくこれらの成分を摂取したいなら  
マカダミアナッツオイルがおすすめです。ヨー  
グルトやサラダにかけたり、バター代わりにパ  
ンに塗るなど食べ方は好み次第。ボディケア  
やスキンケアに取り入れてみてください。夏の紫  
外線でパサついた髪にトリートメント代わりに  
少量使うと、ツヤが戻ってきます。含有成分を  
確認し、肌や髪に合うか確認しながら少量ずつ  
お試しください。

## 暮らしのエッセンス

### 扇風機を見直そう

つついクーラーに頼ってしまう夏ですが、  
扇風機で心地よく過ごすのもいいですね。



#### ◆エアコンと併用して

エアコンの温度を高め設定して、扇風機を  
併用してみましょう。冷たい風が攪拌されて  
とても涼しくなります。お部屋の空気が早く  
冷える事によって、エアコンの設定温度に早  
く近付くので、電気代もお得になります。

#### ◆空気を循環させよう

暑い空気は上に行って、冷たい空気が下に溜  
まる性質を利用して、扇風機の面を上に向け  
て作動させます。すると空気が循環して冷た  
い空気が上に上がるので、涼しくなります。

#### ◆置く位置も大切

扇風機を置く位置によって効果も違って来  
ます。空気を循環させる場合、エアコンの空  
気が一番あたる床面に扇風機を置いてしま  
しょう。もちろん面を上向きにします。空気を  
より効果的に循環させる事によって、エ  
アコンの設定温度に早く近付きます。

#### ◆昔ながらの扇風機の魅力

扇風機風は体にやさしく、足元が冷えませ  
ん。電気代もクーラーに比べてお得です。昔  
ながらの柔らかい風も心が落ち着きますね。

# 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. トイレの収納を見直す

普段何気なく使っているトイレですが、お客様も使用することがある場所なので、改めて見直してみましょう。広さの割には、収納するものが多いスペースです。洗剤などを、色々と並べているお家もありますが、よく使う物だけに厳選します。衛生用品なども、見直しましょう。

大きめのストック品は目線よりも高い位置に収納します。棚が無い場合は、伸縮出来る棚やポールなどを使って棚を作ると、収納スペースを増やせます。その際に目線が気になる場合はカゴやカフェカーテンなどを使って、目隠しをしましょう。

足元や、タンクの周りも収納スペースとして

### ～トイレの収納～



使えます。タンクの横に棚を作れば、洗剤やトイレットペーパーのストックなども収納出来ます。

### 2. どれくらいで無くなるかを考える

トイレットペーパーはどれくらいで無くなるのか考えてみましょう。1ロール何日持つのかわかれば、一袋の12ロールを沢山ストックしておかなくても、一か月に一度など、買い物をするタイミングがつかめてきます。

まちがいさがし答え：①猫さんが着ているものが甚平か浴衣か②猫さんの付けてるお面の顔が違う③花火の数④リスさんの甚平の柄が違う⑤リスさんの持っている食べ物が違う

# 今どきリフォーム事情

～ ガーデン ～

家の中だけでなく、お庭もリフォームしてみましょう。  
家の外観も素敵にグレードアップしてみてください。

## ◆庭のデザインを変える

新築した時に、レイアウトしたままのお庭。使い勝手が悪かったり、デザインが古くなったりしていませんか？ お庭もリフォーム出来ますよ。お家の中から毎日見えるところなので、雰囲気を変えると景色が変わって見えます。和風から洋風に変えると印象が変わるのはもちろん、庭木の位置を移動させるだけでも、日当たりが変わってきます。普段通る通路も歩きにくくないか、見直してみてください。



## ◆花壇を作る

玄関の近くにちょっとした花壇を増やすだけでも、玄関の印象が明るくなります。季節の寄せ植えをすると、お花選びが楽しくなります。花壇が増やせない場合でも、ちょっと大きめの植木鉢で寄せ植えをしたら、玄関の近くにレイアウトしてみましょう。毎日出入りする時にお花が見えると気分が楽しくなりますよ。

## ◆ポストや表札を変える

ポストが古くなっていませんか？ 外にあるものなので、風雨や紫外線により劣化して表札が見えにくくなっているお家があります。最近は、石や木だけでなくガラスで出来たものやアイアンで作られたものなど、種類も豊富です。

## 棟梁の日記

皆さんこんにちは！

現代の日本の道路は、どんな細い道も舗装されています。

でもそれは、車が通る前提です。雨でぬかるみがないように、歩きやすいように、どんな道もアスファルトで覆われています。

でも本当にそれは、必要なのでしょいか。もしかししたら日本の風景は、道路をアスファルトにしたことで随分と均質化され、楽しみのないものになってしまったのではないのでしょうか。

人が歩く道とは歩きやすさだけではないように思うのです。道ばたに花が咲き、緑がはみ出している道。

植物をよけて歩くのも、たまには緑の中をかきわけて寄り道をするのも、悪くないものです。

消防車などの緊急車両が通るために日本の道路の幅は決まっているのですが、緊急のときに通れる工夫をしながらも、通常は人間のスケールに合った街づくりのほうはずっと気持ちがいいですし、散歩も楽しくなります。

日本の昔の路地のように、車も通れない街を思い出してみてください。緊急車両の課題が解決するならば、今あるアスファルトをはがして、昔のような道に戻すことも考えてみたいものです。

- ・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
- ・提供できるもの 建設業許可（般-23）第6685号 設計事務所登録第2-1154号  
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。



梅雨も明けよいよ夏本番！  
皆さんご自愛下さい。  
お陰様で今月号にて100号  
となりました。  
今後共よろしくお祈りします！