

野瀬建築便り

幸せのマートル

2022年9月。イギリスのエリザベス女王崩御の知らせが世界中を駆け巡り、誰もが悲しみに暮れました。そして国葬の日、全世界に流れた映像の中で、エリザベス女王の棺の上にそっと置かれたリースがとても印象的でした。

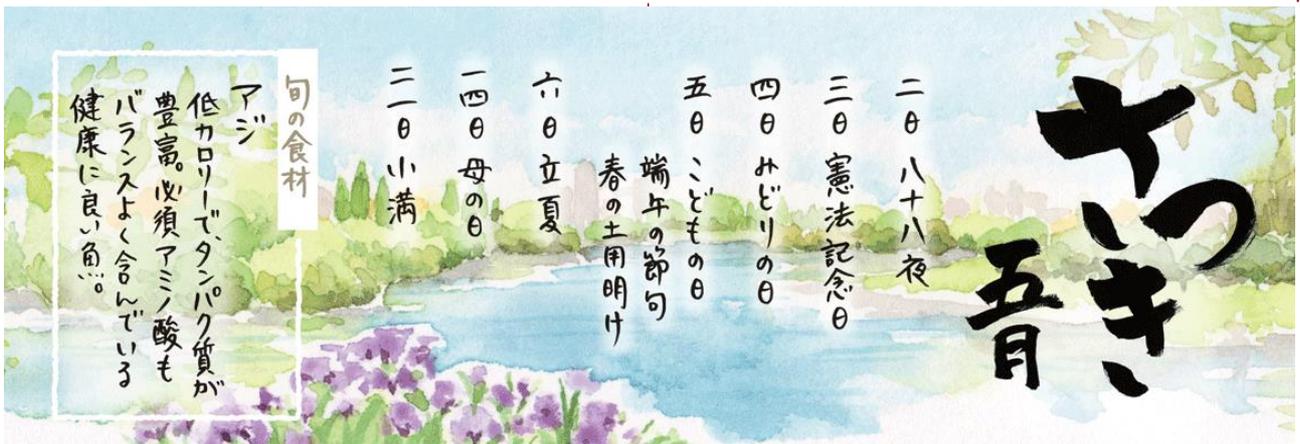
リースに使われていたのは、ピンクやボルドー色のバラや濃い紫色のダリア、ところどころから覗くローズマリーやマートル。バッキンガム宮殿やクラレンスハウスなどにある女王ゆかりの庭で大切に育てられた花々が、最後まで女王に寄り添うように、国王のメッセージとともに棺の上に置かれていました。中でもマートルは、女王にとってひとときわ思い出深い植物でした。

マートルの別名は「銀梅花」や「祝いの木」。5月に咲く白い花は甘い香りが漂い、花言葉は「繁栄」「豊穰」「平

和」「愛」などです。ヨーロッパではマートルはおめでたい木とされており、1840年、ヴィクトリア女王がアルバート公と結婚した際にブーケに入れられました。以降、ロイヤルマートルとして英国王室の結婚式には必ずブーケの中に入れる習わしとなっているそうです。

今から75年前、エリザベス女王がフィリップ殿下と結婚式を挙げた時にも、女王のブーケの中に入れられたマートル。挙式後、その枝を挿し木して宮殿の庭で大切に育てられ、大きく育ったマートルが今回の葬儀で使われたのです。21歳で結婚された女王が亡くなる日まで、そっとその生涯を見守っていたのですね。

女王の生涯に寄り添ったマートル。今年もきっと可憐な花を咲かせていることでしょう。世界の平和を願いながら…。



ときめきMarché ~マルシェ~

ラッセルホブス社
電動ミル

下ごしらえや料理に欠かせない塩と胡椒ですが、ミルで挽きたてのものを使うと、料理がぐっと美味しくなります。ただ、調理中に手で挽くのはちょっと面倒ですね。そんな方に、おすすめの素敵な電動ミルをご紹介します。

【オシャレで洗練された電動ミル】

電動ミルは、手軽に塩や胡椒を挽くことができるアイテムですが、その中でも、ラッセルホブス社の電動ミルは、洗練されたデザインと使いやすさが人気です。塩と胡椒用の2本がセットになっていて、使用後は付属の木製スタンドに収納するので、食卓の上に置いてもスッキリ、見た目も美しくインテリアの1つとしてダイニングを引き立ててくれます。

【ラッセルホブス社ってどんな会社？】

イギリスの代表的な調理家電メーカーで、洗練されたデザインと画期的な製品を生み出す技術力の高さから、ヨーロッパをはじめ、世界各国で高い評価を受けています。

【電動ミルの特徴】

本体上部のボタンを押すだけで、簡単に塩や胡椒を挽くことができます。スパイスが入る部分が透明で残量が一目でわかり便利です。また、セラミック製の刃なので岩塩にも使え、粗さも調節できるため、幅広いお料理に使えます。色はシルバーとブラックの2色から選べます。大き目のレギュラーサイズもあり、キッチンやダイニングに合わせて選べるのも魅力の1つ。ご自宅用や、お料理好きなご友人へのプレゼントにいかがでしょうか？



暮らしのエッセンス

英字新聞をインテリア

書店や駅の売店などに売っている英字新聞を、インテリアに使ってみましょう。

◆英字新聞で兜を折る

端午の節句に、英字新聞で兜を折って飾ってみましょう。背の高い長兜の折り方がおすすめです。折り方はインターネットなどで検索をしてみてください。大きな新聞で折るのでできあがりも大きく、下駄箱の上などに飾るとおしゃれな季節の演出になりますよ。

◆額に入れて飾る

英字新聞を、絵画や写真のように額に入れて飾ってみましょう。額に入るサイズに厚紙を切り、新聞でその厚紙をくるむようにして裏側をセロテープでとめます。きれいな面を表



にして額に入れ、リビングや廊下などに飾ると素敵。額は100円均一でもありますよ。

◆かごに敷いて

アイアンのかごなどに英字新聞を敷いて、おしゃれなクッキー缶や果物を入れてみましょう。フェイクのお花を入れても素敵。

◆ドライフラワーを包む

ドライフラワーを花束のようにして、英字新聞でラッピングしてみましょう。麻紐のリボンが合います。無造作に棚の上に。

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られる？？

(正)



(誤)



答えはページ下にあるよ！

Healthy de Happy

～ 糖尿病 ～

糖尿病には大きく分けて1型と2型があります。今回は、生活習慣病である2型糖尿病のことを説明します。

◆糖尿病を予防するには？

日本では、糖尿病の疑いがある人は成人の6人に1人、約1870万人といわれています。糖尿病を予防するためには、血糖値を急上昇させないことが大切です。

◆血糖値を上げにくい食べ方

血液中のブドウ糖の濃度を血糖値といいます。血糖値を急上昇させないためには、炭水化物を最後に食べることが重要です。炭水化物には糖質が多く含まれているため、最初に食べてしまうと血糖値が急上昇します。一方、野菜やタンパク質には糖質が少ないため、血糖値の急上昇を起こしにくくなります。

食事をする時は野菜→タンパク質→炭水化物の順番で食べることを意識しましょう。



◆定期的に健康診断を受けましょう

糖尿病の初期は自覚症状がほとんどありません。しかし、血糖値が高い状態を放置していると、血管の老化が進みます。また、目が見えなくなる、腎臓が悪くなり透析、手足の神経に障害が出る、などの糖尿病の三大合併症も有名です。適切な予防や治療を行うために、年に1回健康診断を受け、血糖値と糖尿病の過去1～3ヶ月のコントロール状態の評価を行うHbA1c値の確認を行いましょう。(日本糖尿病学会では、正常値は4.6～6.2%です。)

まちがいさがし答え：①男の子が持っている柏餅の葉っぱの向きが違う②右下の草の位置が違う③ロボットさんのスカーフの先の向きが違う④テーブルにある柏餅の葉っぱの筋の数が違う⑤ロボットさんが持っているちまきの長さが違う

今どき リフォーム事情

～ ウォークインクローゼット ～

服をタンスにしまうとシワになってしまったり、見つけづらくなったりしていませんか？
ウォークインクローゼットにすると解決できますよ。

◆服はかけてしまう収納が便利

タンスは引き出しが重く、年々使いづらくなっています。服をハンガーにかけてしまう収納にすると、取り出しやすく、着たい服を見つけやすくなります。また、シワがつきにくいので、すぐに着ることができます。

家の中で使っていない部屋があるなら、思い切ってウォークインクローゼットにするのがおすすめです。リフォーム工事で壁を作って仕切り、ハンガーパイプを設置するとウォークインクローゼットにできます。

◆タンスを処分する機会にも

タンスを処分するのは、かなり大変です。タンスは部屋に入っても、外に出すのは困難で

す。解体しないと、部屋から出せないこともあります。ウォークインクローゼットにする際に、思い切ってタンスを部屋から出すのもおすすめです。



◆ファミリークローゼットにする

家族それぞれが、服を別々の場所に収納していると、たたんだ後にしまうのが大変です。最近ではファミリークローゼットを作る方も増えています。ウォークインクローゼットに家族全員の服を集めることで、しまうのが簡単になり、家族の服も把握できますよ。

棟梁の日記

皆さん！こんにちは。

5月の第2日曜日は「母の日」です。世界でも5月に母の日をお祝いする国が多く、オーストラリアやイタリヤ、フィンランドでは同じく第2日曜日、フランスやスウェーデンでは最終日曜日が母の日とされていて、贈り物もそれぞれで異なっています。

日本にはアメリカから伝わりました。アメリカでは南北戦争が終わった頃、反戦の意味を込めて母の日を作ろうという運動が行われていました。

その運動に携わっていた女性が亡くなった後、その女性の娘が亡き母を偲んで5月に教会で追悼式を開き、その際、母の好きだった白いカーネーションを飾りました。それがきっかけで、アメリカでは5月第2日曜日が母の日となり、カーネーションがシンボルとなったといわれています。

日本には明治時代の終わり頃にキリスト教の行事として伝わりましたが、実際に広まったのは昭和12年に森永製菓が豊島園で開催した行事がきっかけでした。

母の日に日頃の感謝の気持ちを贈ってみませんか。

- ・会社名 有限会社 野瀬建築（創業昭和37年）地域と共に六十一年建設業許可（般-3）第6685号 設計事務所登録第2-1154号
- ・提供できるもの リフォーム専門・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 nose@noken.jp
- ・ホームページ <https://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。



暖かく過ごし易い時期になってきましたね。皆さん花見は行かれましたか。先日愛犬を連れかざはやの里に行ってきました。

来月も頑張って造ります。お楽しみに！