

野瀬建築便り

夏の夜は香りに包まれて

お風呂から上がってゆったり過ごす寝る前の時間。ベッドの横のライトをつけたら、「私時間」の始まりです。今夜は何の香りを楽しみましょうか…。

寝苦しい夜が続く時は、香りで癒されましょう。柑橘系の爽やかな香りはいかがですか？ オレンジやレモン、ベルガモット、マンダリンなどの香りがおすすめです。オレンジの香りには交感神経を刺激し、新陳代謝を高める働きがあるので、気持ちを明るくしてくれます。

ベルガモットが柑橘系？と思う方も多いのではないのでしょうか。あまり知られていませんが、ベルガモットはミカン科の果実なのです。レモンとライム（オレンジとライムという説もあります）を交配させた果実で、紅茶のアールグレイの香りづけに使われています。果実はとても苦みが強いため、食用としては使われ

ず、ほとんどが精油生産のために栽培されています。爽やかな柑橘系の香りと甘いフローラルの香りが組み合わさった華やかな香り。生産地イタリアの風景が目に浮かびます。

香りの冒険を楽しみたい方には、サンダルウッドやイランイランなどがおすすめです。サンダルウッドは甘みのあるウッディーな香りで心を落ち着かせてくれます。イランイランは「花の中の花」という意味で、濃厚で甘い花の香りが緊張や不安を取り除き、安眠作用があります。エキゾチックでどこかミステリアスな香り。真夏の夜は冒険心を掻き立てられます。

コットンに香りを含ませて枕の中に1枚入れたり、枕元の小皿に1滴たらしたり。今夜は香りに包まれて、心地よい眠りにつけるといいですね。



ときめきMarché ~マルシェ~

バルミューダ
トースター

焼き立てのパンを食べると、ふっくらパリパリで美味しいですよね。ただ、冷めると美味しさも半減してしまいます。そんな時に本来のパンの持っている感動的な香りと食感を引き出す、人気のトースターがあります。

【機能性とデザインの両立】

バルミューダは「より良く生きるための道具」で心躍る素晴らしい体験を届けたいと、2003年に東京で設立されました。機能性はもちろん、製品のデザイン性が高く、世界中でデザイン賞を多数受賞しています。そんな製品の中でも一番人気がトースターです。

【トースターの革新的機能】

一見、普通のトースターですが、上部に給水口があり、専用のカップで水を注ぎ入れると、水蒸気を出してパンをふっくらと焼き上げます。このスチームテクノロジーと温度制御により、窯から出したばかりの焼き立ての味を再現するのです。

【パンの種類を調節】

こんがり焼き上げるトーストモードを始め、チーズトーストモードは上火強め、フランスパンモードでは焦げ目をつけない、クロワッサンモードでは表面サクッと、お好みに合わせた焼き具合を調整できます。

類まれな発想力と革新的な機能は、私たちの日常に感動と特別な美味しさを与えてくれます。ちょっと高級なトースターですが、多くの人々に愛される理由がある商品です。



暮らしのエッセンス

魅惑の青いお部屋

暑い毎日ですが、少しでも涼しく過ごすためにお部屋の中に青い色を取り入れてみましょう。



◆青色が効果的

青色には体感温度を低く感じさせる効果があります。そして脳をリラックスさせる効果も。深い青や薄い水色、いろんな青を組み合わせるとお部屋に涼しさを呼びましょう。

◆深海のようなサファイアブルー

サファイアブルーは、宝石のサファイアのよような色。深い海の底に吸い込まれそうな青色です。クッションカバーやタペストリーなどに取り入れると、涼しさが倍増します。

◆ターコイズブルーで異国情緒

夏のお部屋に映えるターコイズブルー。緑がかった青で、エーゲ海のような澄んだ青色です。ターコイズはトルコ石のことで、風水では発展、進展を意味します。異国情緒あふれる青色を楽しんでください。

◆薄い色のホリゾンブルー

薄い青もアクセントに。ホリゾン（地平線）は地平線、水平線の意味で、水平線に近い空の薄い青色を表しています。カーテンやランチョンマットなどにおすすめです。魅惑の青のグラデーションで、快適な夏をお過ごしください。

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 ～子宮筋腫とは～

「女性の2割～3割がかかる」といわれている子宮筋腫。どんな病気なのでしょう？

◆子宮筋腫とは？

子宮の中に良性腫瘍ができる病気です。子宮の内側には子宮筋層という筋肉組織がありますが、その筋肉組織が瘤(こぶ)を作っている状態です。ホルモンの増加により瘤が大きくなり、閉経後は瘤が小さくなると言われています。

◆子宮筋腫の種類

子宮のどの場所に腫瘍ができるかにより、名前や特徴が変わります。
「粘膜下筋腫(ねんまくかきんしゅ)」「筋層内筋腫(きんそうないきんしゅ)」「漿膜下筋腫(しょうまくかきんしゅ)」の3つが主な種類です。多いのが筋層内筋腫で、約7割を占めると言われています。

◆どんな症状があるの？

無症状の場合や、「生理が重い」「生理が長い」など生理へ影響を及ぼすもの、出血などさまざまです。また、それに伴う貧血やめまいなどの症状が現れることも特徴です。子宮筋腫は、不妊症や早産・流産などの原因になるとも言われています。

◆定期検診と早めの受診が大切

子宮筋腫は、無症状のことも多く気付にくい病気です。定期的に子宮頸がん検診を受けて、子宮や卵巣の状態をチェックしておきましょう。また、少しでも異変を感じたら、早めに受診することをおすすめします。



まちがいさがし答え：①頭のひまわりの葉っぱの大きさが違う②右上のネコさんがくわえているものが違う(スプーン・ストロー)

今どき リフォーム事情

～ 床を張り替える ～

毎日歩く部屋の床、お手入れやメンテナンスをしていますか？ 床はメンテナンスをしないと、劣化してきます。劣化が激しくなった場合には、床の張り替えを考えましょう。

◆フローリングの張り替え

フローリングの床の場合は、重ね張りとは張り替えの2パターンがあります。費用が安いのは重ね張りですが、バリアフリーにしにくくなったり、ドアや建具の納まりが付かなくなる場合もあるので、よく考えてからリフォーム方法を選びましょう。和室をフローリングにすることもできます。使わない和室なら、思い切ってフローリングにすることで、使い勝手が良い部屋になるかもしれません。

◆無垢、複合のフローリング

床材のフローリングは、木そのものを切り出した「無垢材」と、合板を貼り合わせた「複合タイプ」があります。無垢材は木そのものの質感があり、傷などが付いた場合は木の伸縮を利用したメンテナンスができます。ただ、

水を吸収してしまうので、濡れた際にはすぐに拭き取る必要があります。

複合タイプは、合板を貼り合わせているため伸縮しにくいので、ゆがみなどはありません。しかし、貼り合わせているため、長年使っていると、めくれたりしてくる恐れがあります。



◆水回りの床

水回りでよく使われるのは、クッションフロアと呼ばれる表面にビニール加工が施されてお手入れがしやすいタイプです。こちらも長年使っていると、色があせたり、めけてきたりします。張り替えは可能なので、定期的に見直しましょう。

棟梁の日記

こんにちは皆さん！

夏の終わりごろ、夕暮れの海で、風や波が止まってとても静かな状態になることがあります。

これは夕風(ゆうなぎ)という現象です。海辺の地域では、海と陸の気温差によって、海から陸に吹く「海風」と陸から海に吹く「陸風」が発生しますが、昼の海風から夜の陸風に変わるタイミングで一時的に無風になることを「夕風」と呼びます。

夕風は夏に発生しやすいことから夏の季語にもなっています。

特に瀬戸内海では、四方を山に囲まれていることから元々風が弱いので、夕風が発生しやすく、発生時間も長いのです。

赤く染まった空と海、風も波もない静かで穏やかな夕暮れの時間……。言葉の美しい響きと、目を閉じると情景が浮かびやすいイメージから、夕風という言葉は曲のタイトルや歌詞にもよく使われます。

夕風が発生するのは夕方5時〜7時ぐらいの間。

ただ、風が止まってとても蒸し暑くなるので、涼を取る準備をしてお出かけください。

- ・会社名 有限会社 野瀬建築（創業昭和37年）地域と共に五十九年建設業許可（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。

暑くなって来ましたね、今年も酷暑の始まりも早く熱中症が多発しています。また室内での発症例も多いので皆さんお気をつけ下さい。来月も頑張って造ります。お楽しみに！

