

# 野瀬建築便り

## 幸せな紫陽花

雨上がりの小路。道沿いのあちらこちらに紫陽花が咲き誇っています。思わず足をとめて見入ってしまう午後の散歩道。紫陽花の季節が巡ってきました。

赤や青など、色とりどりの紫陽花ですが、実は紫陽花は植わっている土の成分によって、花の色が変わります。酸性の土壌では青い花が、中性から弱アルカリ性の土壌では赤い花が咲きます。最近ではホームセンターなどで、青い花、赤い花用の土が売られているので、育てやすくなりました。追肥する場合も、青い花は土壌が酸性になるように発酵油粕を、赤い花の場合は、弱アルカリ性になるように、魚粉や骨粉を混ぜた発酵油粕をまくのがおすすめです。希望通りの色の花が咲くと楽しいですね。

北鎌倉の明月院は真っ青な紫陽花が咲くことで有名です。参道を埋めつくし、

境内の至る場所にある、約二千五百株の紫陽花が迎えてくれます。そのほとんどが、青空のような真っ青な紫陽花です。中でも日本古来の品種のヒメアジサイは、明月院ブルーと呼ばれ、吸い込まれそうな鮮やかな青です。雨上がりの参道を上っていくと、すがすがしい青の紫陽花に心が洗われます。

赤い紫陽花が多く咲くのは、京都宇治市にある三室戸寺です。境内のあじさい園には、約二万株の紫陽花が咲き誇り、杉木立と赤やピンクの紫陽花が、絵画のような華やかさです。薄紅、濃紫、藍色に花の色が変化する幻の花「七段花」に巡り合えると、幸せの予感を感じます。

そしてその予感は、きっと大きな幸せに繋がります。初夏に向けて、梅雨空に咲く紫陽花に元気をもらいましょう。



# きれいのたね

『肌触りのいいリネン』

梅雨時は、気温の変化に体が追いつかず、体調を崩しがちです。また、紫外線も降り注いでいます。日焼け対策もしたいですね。この季節、首に巻いたり肩にかけたりと、一枚あると重宝するのがリネンのストールです。

外は蒸し暑いのに、室内や社内はクーラーが効きすぎて寒いほど。こんな梅雨もリネンでさわやかに過ごしましょう。

## 【リネンとは?】

「リネン」と「麻」はどう違うのでしょうか。「麻」は植物の茎などから取れる繊維の総称で、代表的なのが「リネン」です。ヘンプやシュートなどもそれに該当します。色々な素材を麻と呼ぶことがあるので、わかりづらいですね。実際に日本の家庭用品品質表示法で「麻」表示を許可されているのは、リネンとラミーの2種類のみです。購入前にしっかり確認すると安心です。

## 【使い込むほど柔らかくなるリネン】

リネンは、さらっとした肌触りのよさが特徴です。使い込むほどに柔らかくなり、風合いが増します。また、通気性・保温性にも優れていて、何度も洗えるところが魅力です。ただし、収縮してしまうこともあるので、洗濯表示の確認をきちんとしたうえで、洗いましょう。



## 暮らしのエッセンス

### アロマで梅雨も快適

雨が続くと湿気や臭いが気になりますね。アロマでお部屋の臭いを爽やかにしましょう。



### ◆梅雨時の臭いの原因は

雨が続くと、なかなかお部屋の換気ができなくなり、気温も高く、様々な場所に雑菌が繁殖しやすくなります。下駄箱の中や部屋干しの洗濯物、排水溝の中など要注意です。

殺菌、抗菌、抗ウイルスに優れている。ハッカの香りで気持ちも爽快に。

### ◆殺菌効果のある香り

#### ・ティートゥリー

すっきりした清潔感のある香りで強い抗菌作用。

#### ・ユーカリ

抗菌、抗ウイルス作用、免疫力の向上。

#### ・ペパーミント

### ◆アロマスプレーを作ろう

無水エタノール10ml、精油10滴、精製水40mlをスプレー容器に入れます。全部合わせたら軽く振って、部屋などにスプレーします。精油がシミにならないよう、必ず違う場所で試しにスプレーしてみてください。

※作ったアロマスプレーは2週間で使いきるようにしましょう。



# 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！

## Healthy de Happy ~ペットボトル症候群~

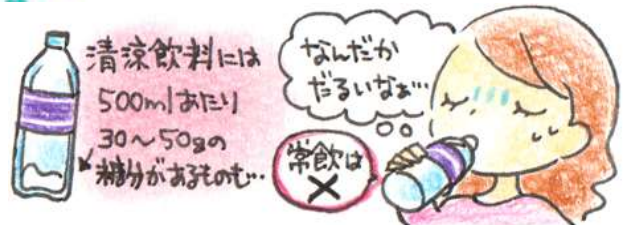
この時期から熱中症にならないよう、まめに水分補給をしている方も多いことでしょう。でも、飲みやすいからといって清涼飲料で水分を摂ろうとしてはいませんか？

### ◆清涼飲料水を摂りすぎていませんか？

甘い清涼飲料ばかり飲んでいると、血糖値が急上昇して、一時的に糖尿病に似た症状になってしまふことがあります。「ペットボトル症候群」はこの症状のことをいいます。

### ◆ペットボトル症候群の名前の由来は？

糖尿病の自覚のない人が、糖尿病の症状のひとつである「喉の渇き」のため、砂糖が入ったペットボトル入りの飲料を、たくさん飲んでいたので付けられた造語です。医学的には「清涼飲料水ケトーシス」といいます。子供や若い方でもかかることがあるので、注意が必要です。



### ◆どんな症状があるの？

「清涼飲料水を飲む→血糖値が上昇→喉が渇く→清涼飲料水を飲む」の悪循環によって引き起こされ、著しい喉の渇き・尿の量が多い・体がだるいといった症状が現れます。ひどくなると、意識が低下し昏睡状態に陥ることもあります。

ジュースなどの甘い飲み物は、あくまでも味を楽しむためのものです。最近はスポーツドリンクや炭酸飲料でも、無糖のものや糖分の少ないものが多くなっているので、健康のため上手な飲み物選びをしましょう。

まちがいさがし答え：①カエルさんの右目のとじ方が違う②右の傘の骨の数が違う③左から2番目のテルテル坊主の服の向きが違う④カエルさんの上着の紐の長さが違う⑤一番手前の葉っぱの切れ目の大きさが違う

# 今どきリフォーム事情

～ 洗濯動線を考える ～

毎日の家事なのに、意外と見直されないのが洗濯動線です。この機会に考えてみましょう。少しの工夫やリフォームで、洗濯が楽になるかもしれませんよ。

## ◆洗濯動線を見直す

洗濯には、分ける、洗う、取り出す、干す、取り込む、畳む、仕舞うなど様々な動作があります。それがスムーズに出来ていればいいのですが、洗濯動線が上手くいかず、洗濯物が山積みになっていて、そこから着る物を選んでいませんか？洗濯のルールを出来るだけ簡単に、家事を楽にしましょう。今決めている干し場所、畳む場所、仕舞う場所がそこでいいのか、使いやすいのかを改めて見直しましょう。

## ◆部屋干し、乾燥機を使う

洗濯の中でも大変なのが、干すことではないでしょうか？一枚一枚整えて、干す。それを外で行なうと、季節によっては億劫になります。最近では、アレルギーの関係もあり、部屋干しされる方も増えています。リフォームで、部屋干し専用の物干し竿を追加したり、

洗濯物干し用のワイヤーを壁に設置したり出来ます。また、最近は洗濯機の乾燥機能が優れてきています。無理に外に干すことにこだわらず、部屋干しや乾燥機を使うなど、洗濯が楽になる工夫も必要です。



## ◆仕舞う場所

服を仕舞う場所が家の中に分散していたり、畳んでから持っていく場所が遠いお家があります。使っていないお部屋やスペースがあるなら、ファミリークローゼットとして、一つの部屋に家族の服をまとめて収納すると、仕舞う時が楽になります。家の中に、見えそうな場所がないか、見直してみてください。

## 棟梁の日記

こんにちは皆さん！

蒸し暑い日が多くなりましたね。

6月21日は、二十四節季の一つ「夏至」

この日は1年で一番昼の時間が長い日とされています。昼の時間が長いということは、日の出が早く日没が遅いということになります。6月21日の日の出と日没の時刻は、場所によって随分違います。

例えば北海道の稚内では、日の出は3時45分、日没は19時25分ですが、沖縄の波照間島では、日の出は5時58分、日没は19時35分と、日没では10分、日の出では2時間13分も違うのです。これにより、この日の稚内は、波照間島より昼の時間が2時間以上長くなります。寒い北の方が昼の時間が長いというのは、なんとなく意外ですよ。

これは、地球から見た太陽の見かけ上の通り道である「黄道」に対して、地球の自転の軸が少し傾いているために起こる現象です。

この為に北の方が昼の時間が長くなり、北極の近くでは太陽が一日中沈まない「白夜」となるのです。

今年の夏至は、宇宙や地球の不思議

暖かくなり過ごし易い季節になってきましたね。今年の梅雨入りは平年より遅く6月下旬以降は大雨との予測です。皆さんお気を付け下さい。来月も一生懸命造ります。

お楽しみに！



- ・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-28）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 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。