

野瀬建築便り

光と切子の世界

少し気温が下がった夕暮れ時、一日の終わりに、キュッと冷えた日本酒が疲れを癒してくれます。グラスはどれにしましょうか。今日は赤い江戸切子で飲んでみたい…そんな気分です。

お酒を注ぐとカッティングされた模様に水面が反射して、瞬く間に輝き始めます。真上から覗くと、星を散りばめたようなきらめき。小宇宙の世界が広がります。

江戸切子は江戸時代後半から現在まで伝統を守り、作り続けられているガラス製品です。明治の中頃からはカット技術やガラス製品の向上で、切子が盛んに作られるようになり、急速に発展していきました。

最初は透明なガラスにカットを施す「透き」という技術が盛んでしたが、近

年では透明なガラスに薄い色ガラスを被せた「色被せ」が一般的になっています。もともと薩摩切子で色被せの技術が発達していましたが、明治以降、薩摩切子が衰退した時に職人が江戸に移り、薩摩切子の技術が江戸切子と融合したことから、江戸でも色被せの技術が発展しました。

赤や青の色ガラスを、ダイヤモンドホイールという円盤状の研磨機で削って模様を描いて行く江戸切子。そのカッティングはとても細やかで、ひとつひとつの模様が折り重なり、光の屈折を生み出します。その中に注がれた冷酒は眩いばかりの光を集め、何倍にも美味しくなる不思議な世界が醸し出されます。

外から見て色のコントラストを愉しみ、中からは光との融合を愉しむ…。そんな切子で今夜は贅沢な一杯をいかがですか？



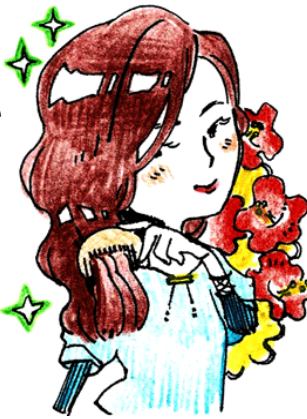
きれいのたね

『現代人にも合う「つげのくし」』

昔はきっちりと日本髪を結うため、つげのくしの使用が主流でした。「髪型が多様化している現代人には合わないんじゃないの?」と思われがちですが、今でも幅広い世代にファンがいます。

【つげのくしでツヤ髪に!】

古くは万葉の時代から、人々に愛されてきたつげのくし。「つげの木」から切り出して作られ、最後の工程で椿油を染み込ませるのが特徴です。使えば使うほど髪がしっとりしてツヤが出ます。これは、椿油が頭皮と髪に栄養分と潤いを与えてくれるからです。また、髪の表面のキューティクルの向きを整える効果もあります。ダメージによるパサつきを感じている人も、ツヤツヤになっていく髪を実感できますよ。



【髪を傷めている方にもおすすめ】

静電気が起きると髪の毛が絡まりやすくなって、切れ毛や抜け毛の原因になります。その点、木のつげのくしは静電気が起こりにくいので、とかすことで髪を傷めることがありません。絡みやすいくせ毛や、ロングヘアの方にもおすすめです。

また、つげの木は成長が遅く、年輪の幅が狭いことから、滑らかで弾力があり、頭皮への刺激も少ないです。カラーリングやパーマを繰り返して髪を傷めている人にも、つげのくしはぴったりですよ。※木のため、水洗いは避けましょう。



暮らしのエッセンス

お酢で夏を乗り切ろう

暑い夏は食欲も減退してしまいますね。お酢を使ったメニューで食欲を挽回しましょう。

◆お酢が体にいいのは?

お酢は、酢酸（さくさん）菌という微生物がアルコールを発酵させて作られています。例えば米酢は、お米を発酵させて日本酒を作り、それに酢酸菌を加えてさらに発酵させると完成します。お酢の主成分の酢酸には血中の脂質を低下させる働きがある他、血圧も低下させ、内臓脂肪を減らし、大腸がんを予防する働きもあります。

◆気軽に酢ドリンク

お酢ドリンクを作る、となったら大変なのは?と構えてしまいますが、基本的には飲み



物にお酢を加えるだけです。気軽に作ってみましょう。100%のりんごジュースと水同量、りんご酢とハチミツをお好みの量入れればできあがり。冷蔵庫に入れて、ちょこちょこ飲むと水分補給にもなりますよ。

◆もずくと大豆で疲れ知らず

味のついていないもずくと、大豆の水煮を合わせて三杯酢で混ぜるだけ。大豆を長いもに変えたり、オクラに変えたりして、暑休めに。毎日お酢を摂って、暑い夏を乗り切りましょう。

あたまストロツチ

●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 ~デジタル時差ボケ~

寝ても疲れが取れない辛い症状、デジタル時差ボケにならないためにできることは？

◆デジタル時差ボケとは？

「ちゃんと寝たはずなのにまだ眠い」「疲れが取れない」もしかすると、それは「デジタル時差ボケ」の症状かもしれません。デジタル時差ボケは、スマホなどの画面を見続けることで体内時計に乱れが生じ、睡眠障害を引き起こしてしまう状態のことをいいます。なんと、現代人の約6割にその症状があるといえます。

◆ブルーライトが関係しているの？

ブルーライトは太陽からも出ている光のひとつです。それ自体に害はないのですが、浴び続けると「メラトニン」という睡眠ホルモン分泌バランスが崩されます。これにより、体内時計の昼夜が逆転してしまい

「デジタル時差ボケ」が引き起こされるのです。こうした体内時計の乱れは、寝付きの悪さや集中力、活力の低下に影響します。夜は目から取り込む光の量を増やさないことが、とても重要です。

◆デジタル機器と上手に付き合う方法は？

目が覚めたら朝日を浴びるといふ、普通のことをしましょう。目に光を入れることで体内スイッチが押されます。また、散歩をしたり窓を開けて外気を取り込んだりして、1日2時間は太陽の下で過ごすことも大切です。そうすることで、体内時計がリセットされ、デジタル時差ボケの解消にもつながっていきますよ。



まちがいさがし答え：①右上のヒマワリの葉っぱの向きが違う②滑り台にいる犬さんのしっぽが見えない③右下の草が1カ所ない④プールの柄で左下星マークが丸マークになっている⑤プールにいる犬さんの水着が違う（ハーフパンツがスカートに）

今どきリフォーム事情

～ 生ゴミ処理機 ～

どこの家庭でも出るのが生ゴミ。置き場所、汁漏れ、臭い、虫など、様々な問題が…。それを解決してくれるのが生ゴミ処理機です。

◆生ゴミ処理機とは？

微生物を利用して生ゴミを分解したり、熱風を当てて乾燥させたりして、生ゴミを減らせる上、臭いや虫の発生も防げます。また、発酵させた生ゴミは家庭菜園の肥料として使うこともできます。

生ゴミ処理機には、バイオ式、乾燥式、ハイブリッド式などがあり、価格、容量、サイズなど様々です。屋内におけるタイプや、屋外用もあります。電気を使うので、屋外の設置場所によっては、電気工事が必要になります。

◆それぞれの生ゴミ処理機の特徴

バイオ式…微生物の力でゴミを分解します。ゴミのほかに、バイオチップ、種菌などを入れて、ゴミを水と炭酸ガスに分解します。

乾燥式…熱や風を送ってゴミの水分を蒸発、

乾燥させます。生ゴミの7割以上は水分なので、コンパクトになります。電気を使って乾燥させるので、電気代がかかり、音も大きくなります。

ハイブリッド式…バイオ式と乾燥式のいいところ取りです。生ゴミを乾燥させるだけでなく、微生物による分解処理も行います。音が静かで、脱臭機能が優秀なので、臭いも気になりにくいです。



生ゴミ処理機はゴミの量が減らせるので、多くの自治体で補助金が出ています。お得に手に入れてはいかがでしょうか？（※詳しくはHPなどで確認してください。）

棟梁の日記

皆さんこんにちは！

夏になると食べたくなるフルーツといえばスイカですね。

砂浜でスイカ割りをしたり、縁側で真っ赤なスイカにかぶりついたり、日本の夏の風物詩といっても過言ではないでしょう。

夏が旬のスイカですが、栽培されている地域が広く、4月頃から売られている地域もあります。また数は少ないですが冬に出荷する地域もあります。

スイカを食べる時、塩をかける方もいらっしゃると思いますが、なぜ甘いスイカに塩をかけるのでしょうか？これは「味の対比効果」をねらったもので、元の味と反対の味を少し加えることで、元の味がより引き立ちます。スイカに塩の場合は、違う味を同時に味わう「同時対比」が起きているんです。

人間の味覚は甘さよりも塩辛さを先に感じるようになっていて、スイカの甘さと塩の塩辛さを同時に味わうことで、甘みがより強調されるのです。

ぜんざいやきなこに塩を加えるのも同じ効果です。

ただし塩をかけすぎると逆効果になってしまうので、かける量には注意しましょう。

- ・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。



季節の変わり目皆さん如何お過ごしですか？
コロナも心配ですが、
熱中症の時期にもなってきました。ご自愛下さい。
来月も頑張って造ります。
お楽しみに！