

# くらしのレター



食卓を楽しくするモノ

テーブルにアクセント

白と黒の

カトラリー

普段何気なく使っているフォークやナイフなどのカトラリー。実用性が重視され、テーブルでは脇役であることが多いですね。ステンレスの無塗装のものが一般的ですが、工房アイザワのホワイト&ブラックシリーズはあえて塗装を重ね、オブジェのような色合いとマットな質感にこだわっています。手にしたときの重量感、シンプルなフォルムも存在感があり、モノトーンの器と合わせると、ぐんとモダンでクールな印象に。カラフルな器や木製の器などと合わせると、また雰囲気が変わり、幅広くコーディネートが楽しめます。

●WHITE & BLACK シリーズ

新潟県燕市にある工房アイザワが製作するカトラリー。18-8ステンレスにエポキシ樹脂の焼付塗装を施し、他にはないマットな質感を実現したこのシリーズ(黒)は、海外の美術館のパーマネントコレクションに選ばれている。テーブルナイフ1,890円、テーブルフォーク1,728円、サラダフォーク1,188円、サラダサービスフォーク・スプーン各5,184円 ※価格は全て税込  
問い合わせ：株式会社アイザワ  
TEL.0256-63-2764

# 夏の日には、スパニッシュで ひと味違うおもてなし

夏の楽しいおもてなしのアイデアを、  
料理・菓子研究家の田島裕美子さんにお伺いしました。

わが家に人を招くとなると、料理やテーブルセッティングなど、あれこれ悩んでしまいますね。

「季節や集まるゲストに合わせてテーマを1つ決めると、メニューが考えやすく、演出もしやすくなりますよ」と、田島さん。「今回は、気のない友人たちとの集まりのために、夏らしく、気軽なスパニッシュをテーマにしました。テーブルは、スペインの田舎町をイメージしてセッティング。スペインバルのようにピンチョススタイルの前菜と、フルーツを漬けたサングリアを用意しました」

まずは、サングリアで乾杯！前菜



## 田島裕美子さん

料理・菓子研究家。兵庫県芦屋市にてフランス料理ベースの家庭料理と洋菓子の教室『ユヌ・プティ・メゾン』を主宰。ケータリングや雑誌などでも活躍。

[www.unepetitemaisonjapon.com](http://www.unepetitemaisonjapon.com)

スペインの田舎町をイメージしてコーディネート。テーブルにはクロスを掛けずに木のぬくもりを生かし、料理は木のトレイやボードに盛りつけます。お皿にはユーカリを一枝添えて爽やかに。ライラックなど初夏の花は素朴な陶器のピッチャーに生けます。

をつまみながらワイワイと、おしゃべりを楽しみます。場がなごんできたら、メインディッシュのパエリアの登場です。「出来たてを鍋ごとテーブルへ出すと、見た目も豪華。サーバー役もゲストにお任せすれば、さらに盛り上がりですよ」。パエリアはある程度仕込んでおいて、タイミングを見計らって仕上げます。また、取り皿は前菜用とメイン用に2枚重ねてセットしておけばスムーズです。「なるべくキッチンに立つ時間を減らすよう、事前に準備できるメニューを考えます。ゲストに気を使わせないのももちろん、ホストもみんなと一緒に楽しみたいですね」



## 田島裕美子さんに教わる おもてなしのアイデア

例えば、食器やカトラリーが人数分揃っていなくても、ナフキンや、葉っぱ、枝などを添えてセットすることで統一感ができます。テイストが同じなら、和食器、洋食器にこだわらず合わせてもすてき。また、テーブルもクロスを掛ければ、雰囲気を変えることができます。お家にあるものを工夫して、自分らしくおもてなしを楽しみましょう。セルフサービスのドリンクセットやお土産など、ゲストに喜ばれそうなアイデアも教えていただきました。



### ◀ ウェルカム ドリンクセット

セルフサービスでドリンクを楽しんでもらえるようセット。

### ◀ ジャンルを問わず、 お気に入りの器で

和食器も無地の明るいトーンなら、洋食器とも相性がよく、どんな料理とも合わせやすい。また、気に入った器は割れても、金継ぎをして大切に使っています。



### ◀ おしぼりを センスよく

トレイ代わりにお皿におしぼりを。葉っぱを添えて、さりげなくおもてなしの気持ちを伝えます。

### ▶ ちょこっとおすそわけ ▶

お口直しのフルーツのピクルスは、多めに作って、小びんに分けてお土産に。



### ◀ テーブルクロスで 雰囲気を変えても

クロスを掛ければ、テーブルの雰囲気ががらりと変わります。春はパステルカラーや花柄、冬はダークな色など、季節やテーマに合わせて選びましょう。

## パーティーを盛り上げるメニュー



### ◀ 前菜は気軽につまめる ピンチョス2種

じゃがいもとマッシュルーム入りのスペイン風オムレット「トルティージャ」は、取り分けやすくカットして。いわしの南蛮漬け風「エスカベッシュ」は、パンにのせてカナッペに。

### ▶ メインディッシュは えびのパエリア

お米にえびの濃厚な旨みがしっかり染み込んで美味。鍋ごとテーブルに出せば、盛り上がります。

詳しいレシピはこちら!

ウェブサイト「TRY家  
コラム(トライエコラム)」  
で紹介しています。



[http://www.daiwahouse.co.jp/column/letter/vol105/comfortableLife\\_recipe.html](http://www.daiwahouse.co.jp/column/letter/vol105/comfortableLife_recipe.html)



### ◀ ドリンクは 華やかなサングリア

スペイン料理にはやっぱりコレ! 甘くてフルーティーな香りがさわやか。



### ▶ 注目の食材で! ビーツのガスパチョ

スペイン風の冷製スープを、今注目の野菜、ビーツを使って。さっぱりとしてほんのり甘みがあります。

# 梅雨時の入浴を快適に

湿気が多い浴室はカビの発生しやすい場所。じめじめしがちな時期こそ、こまめなお手入れで清潔をキープ。快適な入浴で、リフレッシュを。



清潔なお風呂で、親子の楽しいふれあいの時間を大切に。

## ● 汚れを洗い流す

熱めのシャワーで浴室全体の汚れを洗い流す。浴槽は残り湯を抜いて汚れやすい水位線の部分はスポンジで軽くこすっておく。



最後に入浴した人がお手入れする習慣に。

## ● 温度を下げ、水滴を拭き取る

冷水シャワーを浴室全体にかけて温度を下げる。水滴を残さないよう、浴槽や床、壁を拭いておく。



壁面は浴室用のスクイジーを使用すれば便利。

## ● 換気をする

換気扇を2時間以上回す。ドアを閉めてドア下の換気口から空気を通すと、床面から換気扇へ空気が流れ、浴室全体が換気できる。



フィルターは外してホコリを吸い取る。



定期的に換気扇カバーや浴室乾燥機のフィルターのお手入れを。

## ここも見直そう！

### ● 物を減らす

物が多いほど、汚れがたまりやすく、掃除もしにくいので、なるべく物を減らし、すっきりと。



個人で使用する物がかごなどにまとめ、入浴時だけ浴室に持ち込むように。

### ● 収納方法を見直す

床や棚に物を置くと、接している部分にカビが生えやすいので、フックやバーに引っ掛けたり、水切れのいいラックなどを使用するなど工夫しましょう。

### ● 掃除道具を清潔に

最も汚れているのは掃除道具ともいわれます。スポンジなどを使用した後しっかり洗って洗剤を落とし、よく乾燥させます。汚れてきたらすぐに交換しましょう。



流れやすい壁面や頑固なカビには、キッチンペーパーやラップでパック。

## 毎日のお手入れでカビの発生を防ぐ

浴室はカビの生える条件、「温度」「湿度」が高く、「養分」となる汚れがつきやすいので、毎日のお手入れが肝心です。最後に入浴した人は、温水シャワーで「養分」となる汚れを洗い流し、水シャワーで浴室全体の「温度」を下げます。水滴が残っていると水あかが残りやすいので、拭き取っておきます。十分に換気をして「湿度」を下げます。

## 場所別お手入れ方法

### 浴槽

特に水面と触れる水位線や縁、浴槽と壁の境目など汚れがたまりやすい部分を重点的に。浴室用中性洗剤をスポンジにつけて軽くこすり、洗剤が残らないよう洗い流し、から拭きをします。

### 壁・天井

壁は浴室用中性洗剤をスポンジにつけて軽くこすり洗いた後、洗剤成分を洗い流し、から拭きをします。天井はフロアリング用ワイパーに布をセットすれば、お手入れがラク。

### 床

浴室用中性洗剤をつけた、スポンジやブラシでこすりまします。こびり付いた汚れは、浴室用中性洗剤をスプレーして5分ほど置き、汚れを浮かしてからこすり洗いします。凹凸部分に入り込んだ汚れは、先端が細かいブラシが便利。



掃除しやすい道具を選ぶことも大切。

### 排水口

水あかや石けんかすなどがたまるとカビやぬめり、悪臭の原因となります。ヘアキャッチャーにたまったゴミや髪の毛は毎日取り除き、週に1度は封水筒を取り外して浴室用中性洗剤で洗います。排水口内部にたまった汚れもこすり落としておきましょう。

## カビが生えてしまったら

タイルの目地や浴槽と壁の間のコーキング部分、水気が多い蛇口周辺など、カビのつきやすい部分はこまめにチェックし、早めに落としましょう。

### 【カビの落とし方】

- ① 浴室用中性洗剤でカビ部分の汚れを落とし、水分を拭き取ってから、カビ取り剤をスプレー。濡れた状態で使用すると洗浄成分が薄まります。
- ② カビ取り剤をスプレーしたら、そのまま数分放置。こするとカビの菌糸が奥に入り込んで落とすにくくなります。
- ③ シャワーでカビ取り剤をきれいに洗い流し、しっかり乾燥させます。

# 住宅ローンの繰上返済を上手に行うには

マイホーム購入時に借り入れた住宅ローンは、手元の資金に余裕ができれば一部繰上返済して総返済額を減らすことも可能です。ただし、タイミングや返済金額は慎重に考えて無理のないように行いましょう。



繰上返済は計画的に

監修：ファイナンシャルプランナー・堤浩輔  
(株式会社ライフコンサルティング)

## 一部繰上返済には2つの方法があります

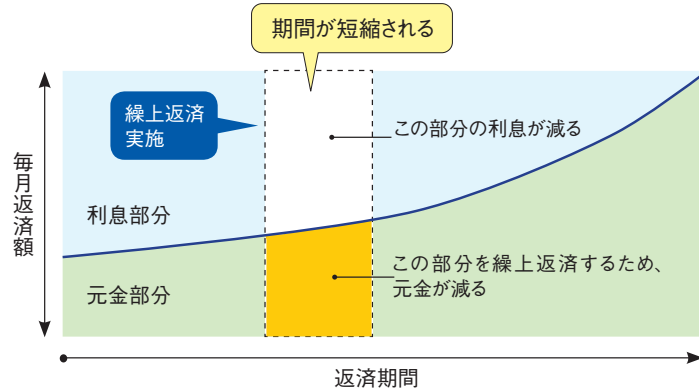
繰上返済とは住宅ローンの元金の一部を返済することで、その元金にかかる利息の支払額を削減することができます。その方法には、毎月の返済額はそのままで返済期間を短縮する「期間短縮型」と返済期間はそのままで毎月の返済額を減らす「返済額軽減型」があります。一般的には、「期間短縮型」で期間を短縮し、利息総額を大きく減らす方がメリットが大きいとされます。

## 繰上返済はいつすればいい？

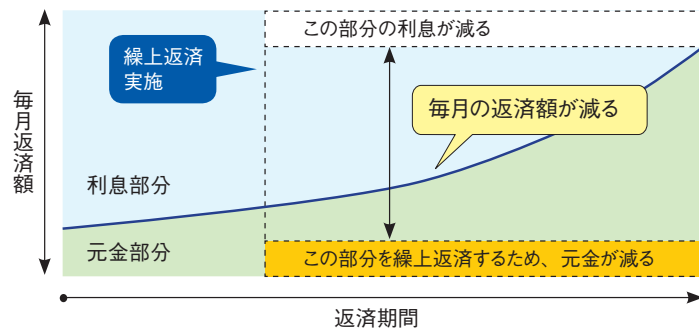
繰上返済は借入当初の方が返済額に占める利息の割合が非常に大きいので、早期に行うほどメリットが大きいとされます。ただし、繰上返済は資金に余裕があるときに行うこと。預貯金がなくなり、教育費などのローンを借入することになれば、本末転倒です。また、住宅ローン減税を受けている期間は、どちらを優先させるか試算してみることが必要です。繰上返済には通常、手数料がかかることも考慮しましょう。少額の返済を何度も行うと、その都度手数料を支払うことになります。フラット35の場合は、手数料が無料。ただし、1回当たりの繰上返済額は100万円以上(金融機関の窓口の場合)となります。

## 一部繰上返済の2つの方法(元利均等返済の場合)

### ■ 期間短縮型…毎月の返済額はそのままで、返済期間を短縮



### ■ 返済額軽減型…返済期間を変更せずに、毎月の返済を減額



## メール便受取対応ポスト & 宅配便の受取・発送ボックス オリジナル機能門柱「Qual-Dbox」を共同開発

Daiwa House News

インターネット通販の利用が手軽になり、宅配便の取り扱い量が増えている昨今、共働き世帯など日中不在で荷物を受け取れないなど不便さを感じている人も増えています。ダイワハウスでは、「大型メール便対応ポスト」「宅配ボックス」の開発を手掛ける株式会社ナスタ、配送サービスの質の向上とドライバーへの業務負荷の軽減を目指す日本郵便株式会社とともに、戸建住宅への新型宅配ボックス普及促進の取り組みを開始。不在時でも荷物の受取や発送、大型メール便の受取可能なオリジナル機能門柱を共同開発しました。荷物受取の待ち時間、発送の手間を省き、時間に拘束されない新たなライフスタイルを創造します。



表札・  
インターホン  
パネル・LED照明

大型メール便  
対応ポスト

宅配ボックス  
「宅配便」「書留」は  
宅配ボックスで受取。  
さらに発送も可能

縦型タイプ

## 受取・発送の4つの課題を解決

### 1 メール便の受取

盗難にも配慮、投入口の大型化等で可能に。



### 2 荷物の受取

不在時でも宅配業者と対面せずに受取ができる。

### 3 荷物の発送

発送のための持ち込みや対面での受け渡しが必要。



### 4 書留の受取

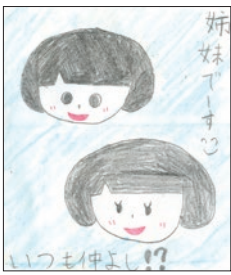
セキュリティの問題をクリアし、2017年6月より開始予定。  
※現金書留は受け取れません

「おたよりひろば」は読者のみなさまとの交流ページです。住まいへのこだわり、日々の暮らしのことなど、みなさまのおたよりをお待ちしています。

開放的で地球にやさしい  
「ジューヴォシグマ」に大満足

●「ジューヴォシグマ」に建て替えて、大満足。毎日家に帰るのが楽しみです。1シーズン過ごして天井高2.7mは開放的で、エネルギー収支ゼロの「ZEH（ゼッチ）」は、地球にやさしく満足しています。天井が高く、神棚の掃除が大変なのが難点です。  
(千葉県/K・Mさん)

子どもの絵はがき



あおちゃん/9歳



ののかちゃん/9歳



たくみちゃん/3歳

わが家の和室は  
便利なフリールーム

●わが家にも狭いですが、和室があります。子どもたちのお昼寝やヨガのときにさっと使えるように、何も物を置かずフリーにしてあります。いろいろな用途に使えるので本当に便利です。「くらしのレター」102号の「和室を生かして暮らしを楽しむ」を読んで、あらためて和室の良さを実感しました。  
(福岡県/Y・Tさん)



自分たちで  
和室をリフォーム

●わが家も和室がありますが、収納があまりにも少なかったため、自分たちで床の間をリフォームして、押し入れにしました。壁も塗り壁から、白のクロスに変えてみました。が「くらしのレター」102号のように、もっと和テイストの色にすればよかったと思いました。すてきなリフォームでうらやましく思いました。  
(静岡県/てんちゃん)

実家の建て替えに  
ついでの提案を

●「くらしのレター」102号の「おたよりひろば」に掲載されていた「ダイワハウスで実家を建て替え」のおたよりに共感。私の実家もかなり古くて、建て替えるを勧められています。しかし親の年になると、なかなか行動が起これないようです。親の二人暮らしには、快適・住み心地のいい落ち着き感、広さより利便さ。ぜひ、提案してほしいです。  
(岐阜県/ピロ子さん)

クローゼットにカビ。  
衣替えの時期に掃除を

●「くらしのレター」102号の「衣替えと衣類の整理」が参考になりました。以前、クローゼットの下端に桐のたんすを入れ、衣類を収納していると、カビが発生。クローゼットの中も掃除をした方がいいですね。そろそろ衣替えの時期なので、がんばって掃除をしようと思えます。  
(静岡県/M・Mさん)



◎「くらしのレター」のバックナンバーはウェブサイトで一部ご覧いただけます。



日々のお楽しみメモ

グレープフルーツのゼリー

グレープフルーツのおいしさをまるごと、シンプルに味わうゼリー。爽やかな酸味とほんのりとした苦み、ルビーとホワイトの透感ある色合いが涼やか。

Cooking 簡単おやつ



材料 (4人分) グレープフルーツ…ルビー・ホワイト各1個  
粉ゼラチン…5g×2、砂糖…大さじ4

- 作り方
- ① グレープフルーツを縦半分に切り、中身をきれいにくり抜き、器にする。
  - ② ①のルビー、ホワイトを別々のボウル等に果汁を搾り、水を足してそれぞれ200mlにする。
  - ③ ゼラチン5gにつき、水50mlでふやかしておく。
  - ④ ②に砂糖各大さじ2と③を加え、火にかける。ゼラチンが溶けたら①に流し入れ、粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やし固める。
  - ⑤ 固まったら、半分に切り、器に盛る。

Good things 暮らしにイイモノ



奈良の自然素材のバスハーブ  
バスタイムは植物のチカラを借りてリフレッシュしてみませんか。ほんのり香る、奈良の自然素材が1日の疲れを癒やしてくれそう。

「日本古来の植物のチカラを感じる」をコンセプトに、古都・奈良から自然で素朴な暮らしを届けるブランドが作る奈良県産自然素材100%のお風呂のためのハーブ。日本に古くから伝わる心や体に良いとされる草木や果物などを乾燥させ、丁寧に手作りにしています。

● jiwajiwa / 「奈良吉野のひのきー森に包まれて深呼吸ー」「なら大和高原のゆず・吉野へいばらのレモングラスー 高原の風にココロ軽やかー」「なら深吉野のよもぎ・奈良高取の大和当帰葉ー“めぐり”を呼び覚ますー」の3種。12g×1個入り各648円(税込)  
問い合わせ: チアフル株式会社 <http://www.jiwajiwa.jp>

## 豆皿と風呂敷を 使ってみよう

●『くらしのレター』102号は、表紙の豆皿がとてもかわいかったです。お菓子をのせて使う方法もいいですね。実は豆皿を持つていないことに気づきました。これから、お店めぐりをしながら、集めていきたいなと思っています。「住まいのお手入れ」の衣替えの風呂敷を使うアイデアも良いですね。今年の衣替えのときにぜひ取り入れていこうと思えました。風呂敷もかわいい柄がたくさんあるので、衣替えにむけて購入してみようと思います。  
(東京都/apoさん)

家づくり  
POST

今月のテーマ  
わが家のペット

## やんちゃな娘

●柴犬の雌を家の中で飼っています。やんちゃなので、壁紙などどこでもガリガリ…。最近はおち着いてきましたが、今さら外で飼うわけにいかず、やんちゃな娘が一人増えたとあきらめています。とってもかわいいので仕方がないか！

(三重県/ペコさん)



## Health & Relax からだにイコト

### 体の脇の筋肉を動かそう

私たちの腰はいろいろな方向に動かしますが、日常生活では前に曲げることがほとんどです。だから体の脇の筋肉は意識しないと使われず、脂肪が付きやすい場所です。今回は積極的に脇の筋肉を動かしましょう。

#### ●サイド・ニー・アップス



① 姿勢を正して立ち、両手を頭の後ろで組みます。



② 片脚を膝を曲げながら上げ、同時に上げた側の体を曲げて膝と肘をできるだけ近づけます。同じ側を10回繰り返し、反対側も同様に行います。

バランスが取りにくい場合は…



椅子や机につかまって脚を上げることから始めましょう。

## Gardening 植物と暮らす

### 涼感を呼ぶ、水生植物を育てる

水中で成長する水草や水上に花を咲かせる蓮など、水生植物にはさまざまな種類があります。

#### 水辺の風景をつくる

水中に根を張り、水辺で育つ湿生植物を寄せ植えに。右の写真は背の高いフイヤシペラス、横に伸び広がるウォーターマッシュルームを合わせて立体感を出し、水辺の風景をつくりました。メダカを入れると、ポウフラ防止になり、見た目も涼やか。



●育て方のポイント…十分な日光が必要ですが、真夏の直射日光は、水温が上がり過ぎるので避けること。水は掛け流すようにして替え、常にきれいな状態を保つこと。

#### 小さなアクアリウム

水中で育つ水草を小さなグラスで手軽に育てて、ゆらゆらとゆれる表情を楽しみましょう。グラスの底に砂や小石を敷いて水草をピンセットで植え、水を静かに注ぎます。水は毎日こまめに替えましょう。

