

くらしのレター



食卓を楽しくするモノ

ハレの日にも日常にも

折敷おしき

折敷とは茶懐石で用いられてきた脚のないシンプルな膳のこと。料理や器を引き立て、テーブルを格調高く、華やかにしてくれます。洋皿やグラスと合わせても、空間がキリッと引き締まり、モダンな雰囲気演出できます。

「暮らしのうつわ 花田」の布目の折敷は、上品さの中にもカジュアルな雰囲気を持ち、お正月やお祝いなどおもてなしの席はもちろん、日常の食卓にも。お茶碗や汁椀、お箸をセットすれば、気持ちも改まり、食事の時間が豊かで大切なものになります。

●花田 長角膳 布目（曙・根来）

写真の折敷「長角膳 布目」は、布張りした上から漆を塗り布目の模様を浮かび上がらせたもの。傷が目立ちにくい利点もある。お手入れは、使ったら絞ったぬれぶきんでさっと拭くだけと簡単なので、日常でも気軽に使いたい。朱塗りの上に黒塗りを重ねた「曙（手前）」と、黒塗りの上に朱塗りを重ねた「根来（奥）」。

各8,640円（税込み）・W42.5×D32×H0.8cm。

問い合わせ：暮らしのうつわ 花田

TEL.03-3262-0669

猫や犬と、仲良く暮らす

猫や犬も大切な家族。一緒に快適に暮らすためには、ペットたちの習性や行動をきちんと理解して、のびのび暮らせる環境づくりが大切です。

猫や犬の習性や行動を理解し 住まいを工夫する

近年では、猫の約8割、犬の約7割が室内で飼われているといわれます。ペットと一緒に暮らすと、抜け毛、ニオイ、床・壁・家具のキズなど悩みが出てきます。また、室内事故にも配慮が必要です。それらは、住まいを工夫することで解決できることもあります。猫や犬の習性や行動を理解して、快適に過ごせる環境をつくりましょう。

ペットの老化に備えて いつまでも快適に

一般的に7歳を過ぎると猫や犬もシニアといわれます。体つきが変わったり、素早い行動ができなくなることもあります。また、長寿命化に伴い、口腔の病気が増え、認知症に似た症状が出てくることも。猫や犬が高齢になったときの暮らしを想定した環境づくりも考えておきましょう。これからペットを飼いたいと思っている方は、最期のお世話までする覚悟が必要です。

猫の好き、苦手



高い場所がお気に入り
敵がいなくて、獲物も見つけやすいから高いところが好き。棚の上もお気に入りの散歩コース。

日向ぼっこが大好き

お日さまを浴びると運動しなくても体温がキープできて、ダニの駆除や殺菌にもなるんだ。



不潔なのはイヤ!

とにかくきれい好き。トイレが汚かったら別のところでしゃうかも。



すき間があったら入りたい

隠れられる狭い場所がくつろげるんだ。



テリトリーへの侵入は許さない!

縄張り意識が高いから、窓から見える家の周りに、ほかの猫がいると気になっちゃう!

お散歩大好き!

運動になるし、お友達もできるし、ストレス発散にもなるよ!



犬の好き、苦手

穴掘りは楽しい!

お気に入りの物はずつつい掘った穴にしまっちゃうの。



狭いところは安心

穴ぐらみたいな狭いところが、なんだか落ち着くんのだ。

お留守番が不安

群れで行動するオオカミがご先祖だから、家族と一緒にいないと不安。



暑いのが苦手

舌を出して呼吸しながら体温を下げていながら、上手く体温調節ができないの。

猫や犬が快適に過ごせるヒント

猫や犬たちのことをよく理解し、いつまでも元気で仲良く暮らしましょう。
 ダイワハウスではペットたちの暮らしを快適にする工夫をご提案しています。

ペットの居場所は？

犬の場合、部屋の隅など落ち着いた場所で、かつ家族の気配を感じられる場所が安心できるようです。なるべく静かな場所に居場所をつくってあげましょう。また、ずっと同じ場所にいると疲れてしまう場合もあるので、あまり人が来ないエリアにもう一つ居場所を設け、気分に応じて行き来できるようにするのがおすすめです。



LDKの一角に設けた愛犬の居場所。家族の気配を感じつつも、人の動線避けてリラックスできるように配慮。体温調節の苦手な犬には、ひんやりしたタイルの床もおすすめ。



硬くて安定感のある爪とぎ柱を設置。気に入ると同じ場所で繰り返すので、壁紙や家具での爪とぎを防ぐ効果も期待できる。

猫は排泄物を隠す習性があるので、トイレスペースは人が目に気にならない隠れた場所に。



お留守番の際は、室温に注意

ペットに留守番をさせるときは、周囲に危険はないか、水はあるか、室温は大丈夫か十分確認して出掛けましょう。特に夏は熱中症の危険があるので、エアコンをかけて出掛けるなど温度対策を万全に。



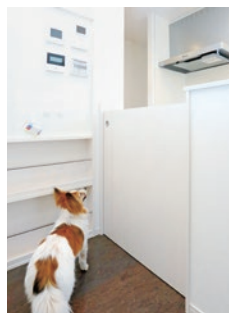
猫も犬も比較的寒さには強いので、冬は屋根付きのハウスやもぐれる場所を用意しておけばOK。夏はエアコンで暑さ対策を。

室内にも危険がいっぱい？

例えば若い大型犬はおもちゃなどを飲み込んでしまう誤飲や誤食が多く、小型犬は滑って転んだり、椅子から飛び降りたり、些細なことで骨折につながるケースがあります。また、配線をかじって感電する事故や、猫がコンロに飛び乗り、やけどすることも。ペットゲートを設置して危険な場所に入れないようにしたり、小物を片付ける収納を作るなどの対策をしておきましょう。



シリコンコーティングで滑りにくいフローリング。

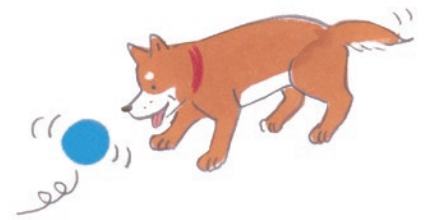


キッチンへの立ち入りを制限するペットゲート。

シニアペットとのつきあい方は？

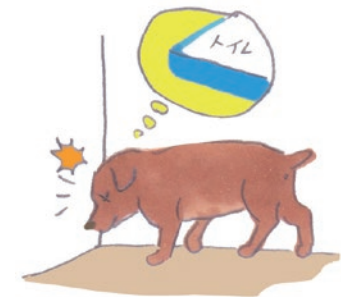
●シニア犬でもできる運動は

体力の低下が心配なシニア犬も、気晴らしをかねて散歩には出掛けましょう。公園などの芝生や土の上での早歩きやジョギング、ボール遊びなども運動になります。また、段差の少ない階段をおやつを使って上り下りさせる運動も筋力トレーニングになり、おすすめです。



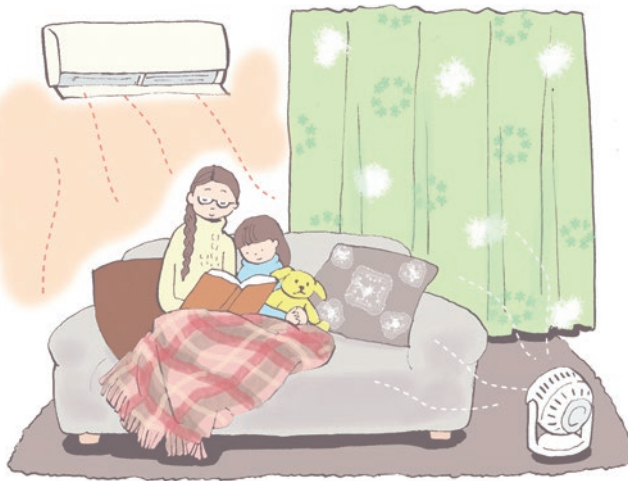
●老化や認知症の症状が出てきたら

高齢になり目が悪くなってくると、環境の変化が負担になります。若いときに覚えた家具の配置などを変えたり、旅行など長距離移動するのは控えた方がよいでしょう。また、日中寝ていて夜になると活発になる、部屋の隅に頭をぶつけてUターンできなくなる、トイレの失敗が増えるなどの認知症に似た症状が出てくることも。早めに気づいてあげて、もう一度トレーニングなどのサポートを。子犬、子猫のときのように名前を呼んで、触って褒めてあげて、スキンシップを増やすことも大切です。



結露を防ぐ 冬の暮らし方

水蒸気を発生させない、湿気をためない、暮らし方の工夫で結露を防いで、寒い冬を快適に過ごしましょう。



部屋全体を暖かく

暖房は水蒸気の発生しないエアコンを使用。サーキュレーターや扇風機を活用して部屋の隅々まで暖かく、冷えた場所をつくらないように。

換気して
水蒸気を追い出す



発生した水蒸気は、換気して追い出す。普段使っていない部屋も定期的に窓を開けて空気を入れ換える。

発生原因を
減らす



洗濯物を室内に干すときは、換気をして水分を外に排出すること。エアコンや除湿器の活用も有効。

結露とは？

暖かい空気は水分を多く含むことができますが、冷たい空気は少ししか含むことができず、そのため水分を多く含んだ空気が冷えると、含まれなくなった水分が水滴となって現れます。これが「結露」です。身近には、冷たい水を入れたコップの表面に水滴がついたり、寒い日にガラスが曇ったりする現象があります。結露はカビやダニの発生原因となり、健康面だけでなく、構造材の腐朽を招いて建物の耐久性を損なうことにもつながります。

水蒸気はどこから？

結露の原因となる水分を含んだ空気、つまり水蒸気は、加湿器や室内干しの洗濯物、調理時のキッチン、入浴時の浴室ほか、人やペットの呼吸、観葉植物など、暮らしの中のさまざまな場所で発生します。

結露を防ぐには？

換気をする

高気密・高断熱の最近の住まいでは、すきま風がなく、冷房効果もアップしている反面、室内に湿気がこもり、結露が起りやすくなっています。こまめな換気を心掛けましょう。

◎ キッチン

調理中だけでなく、調理後もしばらく換気扇を回し、水蒸気を追い出します。

◎ 浴室

入浴後はドアを閉めて、換気扇を回しましょう。冷たいシャワーを浴室全体にかけて、室内の温度を下げてから換気を行うとさらに効果的です。浴槽のお湯をためたままにする場合は、必ずふたを閉めておきましょう。

◎ 寝室

睡眠中の人の呼吸などから、一晩で1人200cc程度の水蒸気が発生。寝る前にしっかりと換気を行い、エアコンで室内を暖めておくことで、外気温度が低下する明け方に発生する結露を減らせます。また、朝になったら、窓を開けて換気を行いましょう。

空気を循環させて 冷気をためない

部屋をいくら暖めても、窓やサッシが外の空気の影響で冷えたままだと、結露が発生する場合も。サーキュレーターや扇風機を活用して、部屋全体に暖かい空気を循環させ、冷えた空気を停滞させないようにしましょう。また、家具は壁にぴったりつけないで、2cm程度のすき間をあけて、空気の通り道をつくるようにしましょう。

住まい全体を暖める

水蒸気は空気中に拡散し、家の中で均一になろうとする性質があります。温度の高い部屋で発生した水蒸気が温度の低い部屋に移動すると、結露の原因に。使っていない部屋も定期的に窓を開けて換気し、日中はカーテンを開けて日差しを取り込むなどして暖めましょう。

湿度を適度に保つ

結露対策を考えると、部屋の最適な湿度は40〜60%。湿度が高いと結露やカビが発生しやすく、湿度が低く乾燥していると風邪をひきやすくなります。湿度計を活用し、加湿器の使用の際も適度な湿度を保つようにしましょう。



ここもチェック！

● 24時間換気システム

24時間換気システムは、室内の空気を常にきれいに保つために、住まい全体の空気を一定周期で換気。冬場は寒いからと止めていると、湿気がこもり、結露の発生の原因となります。必ず稼働させましょう。

● 押し入れ

物をいっぱい詰め込んだ押し入れは、湿気がこもりやすくなります。床にはすのこを敷き、壁から少し離して上まで積み上げないように収納し、空気の通り道をつくります。時々、開け放し、風を通しましょう。



● シューズボックス

玄関も湿気がたまりやすい場所。シューズボックスは、定期的に開け放して空気を入れ換えましょう。また、汗で蒸れたブーツなどは、乾かしてからしましましょう。

住まいのお役立ち情報をお届けするウェブサイト TRY家(トライエ)コラムがリニューアル!

家づくりに関する情報が満載のダイワハウスのウェブサイト「TRY家(トライエ)コラム」がリニューアル。毎日の暮らしを快適にするための情報収集にお役立てください。



暮らしに役立つ
情報をチェック!

住まいや暮らしにまつわる コラムが満載

ダイワハウスのウェブサイト「TRY家(トライエ)コラム」では、「お金のこと」「間取りと暮らし方」など家づくりに関することや、ダイワハウスの最新技術を紹介する「テクノロジー」など、カテゴリ別に住まいに役立つコラムや「くらしのレター」の過去の記事も掲載。リニューアルにより、気になるワードで記事検索ができたり、キーワードで絞り込み検索ができるタグ機能が追加されるなど、さらに使いやすくなりました。

メルマガ登録やおうちアプリで さらに便利に活用

「TRY家コラム」のトップページから、メールマガジンに会員登録いただくと最新情報をメールでチェックでき、住まいづくりに役立つ資料が無料でダウンロードできます。また、ダイワハウスが提供する住まいと暮らしの情報アプリ「おうちアプリ※」は、TRY家コラムがさらに読みやすくなる機能付き。資料請求やお近くの展示場、イベントやキャンペーン情報など、いつでも手軽にチェックできます。

おうちアプリで旬の情報を
すばやくキャッチ!



画像はイメージです
※iOSのみ対応。



「おうちアプリ」



ダウンロードは
こちらから
(iphone用)

おすすめコラム



【暮らしのヒント】
くらしのレター「住まいのお手入れ」の
過去の記事を掲載。



【間取りと暮らし方】
「こだわりが詰まった
快適なキッチンづくり」



【テクノロジー】
「私たちの暮らしとIoT(アイ・オー・ティー)」

●詳しくは、ウェブサイトをご覧ください

トライエコラム

検索

Daiwa House News

留守のときも荷物の受取や発送ができる 既存戸建住宅向け新型宅配ボックス登場!

日中不在で宅配便などの荷物がスムーズに受け取れず、不便を感じていませんか。
ダイワハウスでは、オーナーさま向けに戸建住宅用の宅配ボックス「D's box」の販売を開始いたしました。

大和ハウス工業は、株式会社ナスタ、日本郵便株式会社とともに、物流で課題になっている再配達への軽減に向けて、宅配ボックスの開発を行っています。第1弾として新築戸建住宅に導入し、大変好評でした。そして、第2弾として、2017年10月1日より、既存戸建住宅向け新型宅配ボックス「D's box」を販売開始。独自の仕組みにより、大型のメール便や不在票を安全に受取可能な「メール便対応ポスト」と、荷物の受取・発送、書留郵便の受取が可能な「宅配ボックス」を1台に組み合わせた据置型。電源を用いない製品のため電気工事が不要で、既存戸建住宅にも簡単に設置できます。



「D's box」の設置イメージ



「D's box」/129,600円(税込み)※設置費除く。
サイズW45×H100×D40cm、カラーはダークブラウン、メタリックシルバー、ブラックの3色。



かなたくん/5歳



あおいちゃん/5歳



つきちゃん/7歳

子どもの絵はがき

「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。

ストレッチを実践！
日々体と対話しています

●『くらしのレター』109号の朝起きたときと、夜寝る前のストレッチを早速取り入れ、日々体と対話しています。年齢的に筋肉の弱まりを自覚しており、少しでも上向きになればと励んでいます。
(徳島県／ふきのとうさん)

気持ちよく過ごすために
きちんとお手入れ

●『くらしのレター』109号の「住まいのお手入れ」で、フローリングは、先に掃除機ではなく、ホコリが舞い上がらないうちにペーパーモップをかけるのだと知り、今さらながら納得。夏場は裸足になることが多いので、かたく絞ったぞうきんで拭きました。意外と汚れるものですね。正しいお手入れを知ることで、いつまでも気持ちよく過ごしたいです。
(大阪府／のりさん)



オフィスでもできる
コリをほぐすストレッチ

●『くらしのレター』109号で、たくさんのストレッチの効用や種類についても教えていただきました。普段、オフィスで椅子に座っている間でも、体を多少動かせるなと思い、有用な情報でした。肩こりなどに悩まされることも多い中、ストレッチをして、コリをほぐすよい機会になりました。
(東京都／M.Mさん)

お手入れやレンピ、
ストレッチを参考に

●「住まいのお手入れ」は毎回とても参考になりました。実践させてもらっています。「日々のお楽しみメモ」のレシピを切り取って作ってみました。「からだにイイコト」のストレッチも簡単に続けられそうと思いました。「メンテナンス」についても載せてもらえるのが助かります。
(滋賀県／ジンジャーさん)

赤ちゃんのための
家づくりが知りたい

●生後4か月の赤ちゃんと暮らしています。今はまだ寝返りのみですが動くことができるようになったとき、安全な部屋なのか…。家の収納、物の整理について考えることが増えました。まだアパートで自分の家はありませんが、マイホームをつくるためのヒントもぜひ特集していただけたらと思います。
(大分県／あきかさん)



◎『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

スモークサーモンと大根のマリネ

スモークサーモンがレモンのさわやかな酸味でさっぱりとした味わいに。大根の食感もよく、イクラをのせて華やか。お正月の一品やおもてなしの前菜にも。



材料 (4人分) スモークサーモン…100g、大根…300g、イクラ…大さじ2
マリネ液 [レモン汁大さじ2、酢大さじ1、砂糖小さじ1]
塩…少々、オリーブオイル…大さじ1、ディル(あれば)…適量

作り方

- ① 大根は皮をむいて縦半分になり、ごく薄い半月切りにする。ボウルに入れ、塩少々をふって約10分ほどおき、しんなりしたら水気を絞る。スモークサーモンは大根と同じぐらいの大きさに切る。
- ② 保存容器に大根、スモークサーモンを交互に入れ、マリネ液を全体にかける。冷蔵庫で1時間〜ひと晩おく。
- ③ ②を器に盛り、イクラをのせる。ディルを散らし、オリーブオイルをかける。

Good things 暮らしにイイモノ



インデックス付きのまな板
衛生的に調理するためには、食材ごとにまな板を使い分けることが大切。食材のマークがついたカラフルなまな板は一目瞭然。調理も楽しくなりそう。

肉・野菜・魚・調理済食材を示すインデックス付きのコンパクトなまな板セット。すべり止めや、食材や汁がこぼれないようフチが付いていて、両面使用可能。すっきり収納できるケース付きで出し入れもスムーズ。



●インデックス付まな板 アドバンス 2.0 レギュラー / 5,400円(税込)。
まな板 30×20×0.8cm、収納ケース 30.5×23.5×8.5cm。
まな板のみ食洗機の使用可能。
問い合わせ: ジョセフジョセフ株式会社 TEL. 0570-031-117

お花とスイーツは必須

● おもてなしというほどでは
ありませんが、お花を食卓に置
くのと、スイーツの用意は必須
(自分が食べたいです)。コー
ヒーを豆から入れます。

(奈良県／あおりんごさん)

夫こだわりの、おもてなし

● 夫は私の両親が泊まりに来
たときも、お酒やおつまみ、布
団、外食、その後の団らんと、気

を配ってくれます。食器なども
全部そろえてくれて、本当に私
よりも気にかけてくれます。
両親も喜んでくれて、いつもよ
いおもてなしをしてくれます。

(佐賀県／チエルシーさん)

1歳の誕生日パーティー

● まもなく1歳になる娘の誕
生会は、両家の祖父母を招待
してホームパーティーを計画し
て「部屋のデコレーションは風船を
使おうかな」「大人のメニューは
何にしようかな」といろいろ考
えるだけで、とつてもワクワク
します。

(宮城県／はまぐりさん)

Health & Relax からだにイイコト

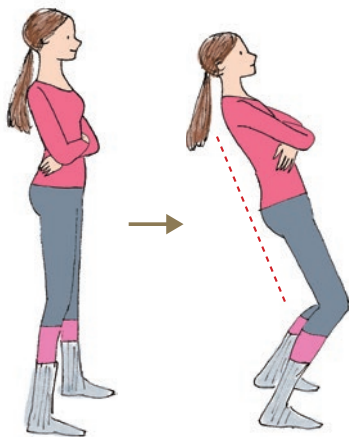
立ち上がってお腹を引き締めよう

前号では座り続けることは体によくないという話をしました。皆さんはできるだけ立ち上がるよう意識していますか？今回は立ち上がって手軽にできる、お腹を引き締めるエクササイズをご紹介します。見た目は地味ですが、意外に筋肉をしっかりと使います。動きが目立たず、いつでもどこでもできるので、ぜひ試してみてください。

① 腰幅程度に足を開いて立ち、両腕をお腹の前で組みます。

② 息を吐きながら、軽く膝を前に出して、膝から肩までを真っすぐにしたまま後ろに倒します。

③ 5秒間その姿勢を保ち、息を吸いながら元に戻ります。3回ほど繰り返しましょう。



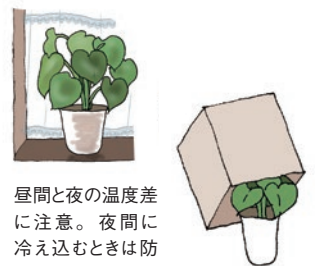
Gardening 植物と暮らす

冬の観葉植物のお手入れ

観葉植物は熱帯・亜熱帯産が多く、それらは寒い冬が苦手。暖かい室内でも、温度や水やりのタイミングに気をつけて、元気に冬を越しましょう。

● 寒さ対策

昼間は日が当たる暖かい窓辺でも、夜間は急激に冷えることがあります。この急激な温度差に耐えられず、枯れてしまう植物もあります。夜は窓辺から鉢を移動させたり、段ボールをかぶせるなどして防寒対策を。また、玄関のたたきの上に直接鉢を置くと、冷えるので注意しましょう。



昼間と夜の温度差に注意。夜間に冷え込むときは防寒対策を。

● 水やり

冬は植物が生育を休止する時期なので水をあまり必要としません。しかし、日当たりのよい窓辺や暖房のきいた部屋では乾燥しやすくなるので、土の乾き具合をこまめにチェックして、乾いたら20～30℃ぐらいの水をたっぷりやりましょう。暖房の温風が直接当たる場所に鉢を置くのは避けましょう。



室内が乾燥しているときは時々霧吹きで葉に水をかけてやるとよい。