

くらしのレター



毎日心地よく たそがれどき 夏の黄昏時に

昼間の暑さが少しやわらぐ、黄昏時。庭やバルコニーでカクテルを楽しみながら、家族で夕涼みをしませんか。刻々と変わる空の色を眺めながら飲むカクテルは、夕日のような真っ赤なカンパリオレンジやミントの香りが涼感を呼ぶモヒート。子どもにはフルーツたっぷりの特製サイダーをカクテルグラスに入れてあげましょう。何気ない夏の日がちょっと特別な思い出になる、そんな時間が過ごせそうですね。

カクテルの作り方(右から)カンパリオレンジ…氷を入れたグラスにカンパリとオレンジジュースを1:3の割合で注ぎ、オレンジを添える。モヒート…グラスにライム、ミント、砂糖を入れてつぶし、氷とホワイトラムを入れて混ぜ、炭酸水を注ぐ。フルーツサイダー…グラスにカットしたフルーツを入れて、サイダーを注ぐ。

キッチンから暮らしを豊かに

家族の食事をつくるキッチンは毎日の暮らしを支える大切な場所。最近では設備もますます進化しています。便利なアイテムを取り入れて、わが家のキッチンをもっと使いやすく快適に。

ライフスタイルに合わせて
こだわりの空間を

キッチンは、ダイニング空間とのつながりによってオープン、セミオープンなどのスタイルがあります。調理しながら子どもを見守りたい、家族や友人と一緒に調理を楽しみたいなど、作業スタイルに応じて選びましょう。最近ではデザインや素材、カラーなどが豊富になり、こだわりのキッチン空間が実現しやすくなりました。

収納や機能性、清掃性など
使い勝手のよさをチェック

使い勝手のよいシンクやレンジ、十分な収納や作業スペースが確保できれば、調理がスムーズに行え、作業効率がアップします。また、清掃性にすぐれたシンクやカウンター、レンジフードなどを取り入れることで、掃除の負担が少なく、いつも清潔なキッチンをキープすることができます。ストレスのないキッチンなら、毎日の料理ももっと楽しくなりそうですね。



●料理を楽しむキッチン

白い人造大理石のカウンタートップが印象的なアイランド型キッチン。広々としたシンクで作業も効率的。



●家族を見守りながら調理できるキッチン

ロースタイルのリビングが見渡せる、ペニンシュラ型のオープンキッチン。散らかりやすいカウンタートップも、ハイカウンターを採用すれば隠すことができる。



●人が集まるキッチン

セラミックのカウンタートップが存在感のあるペニンシュラ型キッチン。ダイニング側からも調理に参加できるので、ホームパーティーなどみんなで料理を楽しむことができる。



●作業性の高いキッチン

動線が短く作業効率のよいU字型（コの字型）のキッチン。調理・配膳スペースや収納も確保しやすく、ダイニング側も見渡せる。

もっと便利に快適に。最新キッチンアイテム

調理やお手入れをラクにしてくれる機器や使いやすい収納など、進化したキッチンアイテムをご紹介します。

使いやすさと機能性を 考慮したシステムキッチン

スペースを有効に使えるコンロやシンク、必要なものがスムーズに取り出せ、たっぷり収納できるベースキャビネットなど工夫されたアイテムが続々登場。システムキッチンがより使いやすく、機能性がアップしています。



調理と後片付けをサポートするシンク。2段のレーンとプレート、水切りかごを組み合わせることでシンクが立体的に使える。



4つの鍋を同時に加熱可能なIHコンロ



オーバル鍋 ワイドパン

●大きな鍋を使用するときは…
中央のヒーターは鍋の大きさに合わせて、加熱範囲が変えられる。オーバル型の鍋や大きなフライパンも使用可能。

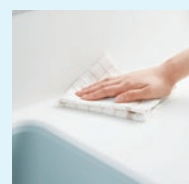
足元まで使える大容量の収納付きベースキャビネット。立ったままで収納物が見渡せ、出し入れしやすい。

手入れのしやすいアイテムで 清潔さをキープ

油污れのフード内侵入防止や自動洗浄など、さまざまな汚れ配慮機能付きレンジフードが登場。さらに静音設計で運転音の静かなフードも。また、すき間がなく汚れがたまりにくいシンクや汚れが拭き取りやすい素材のカウンタートップなどを選べば、手入れが簡単で清潔なキッチンがキープできます。



汚れのもとになる油分の侵入を抑える構造のレンジフード。普段は軽く拭くだけでOK。



段差がなく、汚れがたまりにくいので、手入れがラクなカウンター。

野菜クズや油污れが水流によって、排水口へ流れるので、汚れにくく、洗しやすいシンク。



上質感と機能性を備えた 素材でこだわりの空間を

カウンターやキャビネットなどの素材やカラーのバリエーションも豊富に。キッチンもインテリアの一部として、ダイニングやリビングとコーディネートすることで、統一感のある空間になります。



人造石天板。天然石の風合いが高級感を醸す。汚れが染み込みにくく衛生的で傷つきにくい。



何層にも手塗りで塗り重ねた鏡面塗装の扉。深みのある色合い、美しい光沢が上質感を演出。



セラミックトップ。熱や傷、汚れに強く、優れた耐久性を発揮。

空間をすっきり見せる 収納を設ける

人気のアイランド型など、ダイニングやリビングと一体化したオープンなキッチンの場合には特に、収納スペースの確保が重要。雑多に見えがちな調理道具や食器類、ストック食品などをうまく隠し、またすてきに見える収納を設けることで、すっきりとした空間がつけれます。



ダイワハウスオリジナルのギャラリーカウンター収納。キッチン空間とリビングを仕切りながらもつながるハイカウンターは、「飾る」と「隠す」を両立したデザイン。

※設備アイテムは、メーカーにより特徴が異なります。詳しくはお問い合わせください。

浴室をすっきり きれいに

一日の疲れを癒やす浴室。気になる汚れをすっきり落として、毎日のお手入れでいつもきれいに。快適なバスタイムを過ごしましょう。



浴室の頑固な汚れ

- **水あか**…水道水に含まれるカルシウムやケイ酸が乾いて残った、白っぽくざらついた汚れ。ぬれた状態と乾燥を繰り返すことで頑固な汚れに。
- **石けんかす**…水道水に含まれるカルシウムやマグネシウムなどの金属成分と石けんに含まれる脂肪酸や皮脂汚れが反応してできる、白や灰色のざらざらして固まった汚れ。
- **湯あか**…水あか、石けんかす、皮脂汚れなどが結びついた、白くぬるぬるした汚れ。乾いて幾層にも重なると、こびりついて頑固な汚れに。
- **カビ・細菌**…黒っぽい汚れはカビ、ピンク色は細菌が繁殖した汚れ。排水口周辺のぬめりも細菌とその分泌物。

カビが発生したら…

- ① 浴室用中性洗剤でカビ以外の汚れを落とし、乾拭きをする。
 - ② カビが付着した部分にカビ取り剤をスプレーし、しばらくおく。しつこい汚れは湿布する。水で洗い流した後、乾拭きをして水気を拭き取る。
- ※必ず、換気をして、ゴム手袋、マスク、ゴーグル等を着用する。



こまめなお手入れで
汚れをためない

浴室には体から出る皮脂汚れやシャンプーや石けんなどの洗浄成分、水道水に含まれる成分など、さまざまな汚れが混在し、それらが結びつくことで頑固な汚れに。ついてすぐの汚れなら、洗剤を使わず、お湯で洗い流すだけで落とせます。入浴後のお手入れを習慣にしましょう。

カビを予防する

高温多湿の浴室は、皮脂や石けんなどの汚れを栄養にカビの発生しやすい場所。栄養分となる汚れをこまめに取り除くことを心掛けましょう。入浴後は換気扇を回して湿度を下げ、浴槽などについた水分を拭き取っておきましょう。

場所別お手入れ方法

● 浴槽

普段のお手入れは浴室用中性洗剤とスポンジで。クリームクレンザーなど研磨剤が入った洗剤を頻繁に使ったり、スポンジの固い面を使うと表面が傷つく原因になります。頑固な汚れは、キッチンペーパーなどに浴室用中性洗剤を染み込ませて湿布を。汚れを浮かせてから、スポンジでこすり、洗い流します。

● 排水口

ヘアキャッチャーに髪の毛やゴミがたまるとカビやぬめりの原因になります。こまめに取り除き、目皿、ヘアキャッチャー、封水筒は取り外し、浴室用中性洗剤を使い、丸洗します。排水トラップ本体も、スポンジやブラシでこすって汚れを落としましょう。

● 床

床表面の溝にたまった汚れは、毛先がやわらかな浴室用のブラシでかき出すように洗います。こびりついた汚れは、浴室用中性洗剤を湿布し、汚れを浮かせ、洗い流しましょう。



● 鏡

白っぽい水あかは酢やクエン酸水を吹きつけて、拭き取ります。頑固な汚れは練り歯磨き粉をつけて歯ブラシやスポンジでこすり取ります。シャワーで洗い流し、乾拭きをします。

● 水栓金具

石けんかすや水あかがつく、くもりも。浴室用中性洗剤をスポンジにつけてこすった後、洗剤分を洗い流し、乾拭きをしておきましょう。

● シャワー

ホース部分は浴室用中性洗剤をスポンジにつけてこすり、水洗い後、乾拭きを。ヘッド部分は歯ブラシで詰まった汚れをかき出し、洗い流します。ホースとの接続部分は取り外せる場合は外して、汚れを取り除きましょう。

毎日のお手入れで 汚れを予防

汚れをためないためには、家族で協力して、最後に入浴した人が手入れをする習慣にしましょう。

● 汚れを洗い流す

熱めのシャワーを浴室全体にかけ、壁・床、浴槽などに付着した皮脂汚れやシャンプーなどの汚れを洗い流します。特に汚れのたまりやすい浴槽の水位線周辺や四隅は、スポンジでこすっておきましょう。

● 冷水シャワーで温度を下げる

汚れを洗い流したら、冷水シャワーを浴室全体にかけて、温度を下げます。

● 水滴を拭き取る

水滴を残ったままにしておくと、水あかがたまりやすくなります。浴槽や壁などをバスタオルなどで拭いておきましょう。壁はスクイジーを使うと便利です。



● 換気扇を回す

窓とドアを閉めて、換気扇を2時間以上回します。ドアの換気口から床面、換気扇へと空気が通り抜けて、浴室の隅々まで換気できます。

1年の後半戦、家計を見直しませんか？

2018年も折り返しとなりました。ついこの前に今年の誓いをたてたばかりなのに…という人も多いのでは？ 新年に家計の見直しをした人も、ここでもう一度見直してみませんか。



家計簿をつけたら、
チェックが大切！

ファイナンシャルプランナー 福一 由紀

6月、7月の家計簿をつけてみよう

毎月のお金の流れを見ると、6月や7月の家計簿が実は効果的。というのも、1月は新年、3月や4月は年度末や新年度、5月は大型連休などと特別な出費が多くなります。生活が落ち着く6、7月は、本来のお金の流れが見えやすくなります。まずは家計簿をつけることから始めましょう。いつ何にいくら払ったかを、現金、クレジットカード、電子マネー等全てを記録。最近は、スマホアプリで簡単に記録することもでき、中には銀行口座の記録やカメラで写したレシートなどから自動的に金額が入力されるものもあります。

貯蓄割合をチェックしよう

家計簿をつけたら一番にチェックしたいのは、手取り収入に対する貯蓄割合。その目安として、「子どもがいない・独立した・未就学児の場合は20%」、「小学生15%」、「中学高校10%」、「大学生5%」程度は目指したいところ。これらより極端に少ない（または赤字）の場合、家計の見直しが必要です。

大きな出費予想とボーナスの使い道は？

毎月の収支とあわせて考えておきたいのが、ボーナスの使い道。ボーナスは大きな出費に備えるものと考えましょう。毎月の家計の足しにしていけません。ボーナスからもしっかりと貯蓄にまわせるよう、計画を立てておくことも忘れずに。

家計の見直し方

① 固定費の見直し

家計の見直しで一番効果的なのが固定費の見直し。生命保険、携帯電話、電気・ガスなどの契約プランを一度見直すと、継続的に出費を抑えられ、節約のストレスがなくなります。



ライフステージ別 手取り収入に対する食費・教育費の割合の目安

ライフステージ	食費	教育費
第1ステージ「夫婦のみの世帯（夫30歳未満）」	18%	0%
第2ステージ「夫婦と子どもが2人の世帯（長子が未就学児）」	22%	8%
第3ステージ「夫婦と子どもが2人の世帯（長子が中学生）」	27%	10%
第4ステージ「夫婦と子どもが2人の世帯（長子が大学生等）」	18%	26%
第5ステージ「夫婦のみの世帯（夫60歳以上）」	24%	0%

※ 平成26年全国消費実態調査：2人以上の世帯のうち勤労者世帯（総務省）を参考に作成

③ 予算内でやりくりする

貯蓄割合が少ない場合は、先取り貯蓄を実行し、貯蓄後の残りの金額内で生活することを意識します。項目別に封筒にお金を入れて管理すると、使えるお金が見える化するので効果的です。



Daiwa House News



「家事シェアハウス」全国一斉見学会 — 体験しよう！ 家族で家事をシェアする暮らし — 7月21日(土)・22日(日)開催

暮らしの中には、料理や洗濯、掃除以外に、“出っぱなしの物を片づける”といった無数の「名もなき家事」があふれています。ダイワハウスの「家事シェアハウス」では、家事を分担するのではなく“家族ゴト”と考えてみんなでシェアする…、そんな暮らしを支えるさまざまな工夫を提案しています。

例えば、帰宅してリビングでくつろぐまでに身のまわりの物を収納し、手洗いと着替えも済ませることができる「家事シェア動線」や、玄関に設置した各自の持ち物を個別管理できる「自分専用カタツケロッカー」など。アイデア満載の「家事シェアハウス」を、この機会にぜひ体験してみませんか。



● 詳しくは、ウェブサイトをご覧ください。

家事シェアハウス 見学会

検索

● スマートフォンはこちらから。



「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。

お気に入りの家。大切に住んでいきたい

●新しい家でも生活していると汚れてくるものだと、実感。「住まいのお手入れ」を読んで、まずは基本を知って少しずつお手入れしていこうと思いました。お手入れしながら、大切に住んでいきたいです。
(福岡県／チヨコボールさん)

子どもの絵はがき



ゆなちゃん/4歳



ヤマトくん/9歳



ここちゃん/9歳

長いつきあいの担当者。毎月のコメントが楽しみ！

●『くらしのレター』と共に営業担当者からのコメントが届きます。毎回どんな内容かワクワクして手に取ります。いろいろな所へ旅するのが趣味のようで、もう外国への道は叶わなくなった私には想像するだけで癒やされます。わが家を新築したのはダイワハウスが3軒目。こんなにずっと長くフォローしていただけるのは初めてで、感激しています。これからよろしく願います。
(岐阜県／M・Nさん)



わが家の天井。おいしい思い出です

●娘と息子が中高校生だった頃、夕食に天ぷらをたくさん揚げていました。食べきれない分はごはんの上に天ぷらを山盛りのにせて甘辛いタレをかけた天丼をお弁当に。朝バタバタして娘が持つて行くのを忘れると自分のお昼ごはん。それがとてもおいしく、お弁当を忘れたこともよい思い出です。
(東京都／K・Oさん)

記事を読んで、お掃除のきっかけに

●住まいのお手入れ方法については、わざわざ調べようと思いません。しかし、『くらしのレター』のように載っていると、試してみたくなり、掃除をするきっかけにもなるので、よいと思います。水あかや、タイルの溝にたまった汚れなどが気になるので、今後お風呂のお手入れについてぜひ、取り上げてください。
(兵庫県／J・Eさん)

湯気に歓声が上がるわが家の蒸籠(せいろ)

●数年前、横浜の中華街で購入した4段の小さな蒸籠。蒸し野菜、手作りシユウマイ、残り物の温め直しなど、わが家で食べるごはんは欠かせないものとなりました。少し傷んだところもお直しして、まだまだ現役。お友だちや家族が来たときも、湯気にわあ！と、声が上がります。
(京都府／E・I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

トマトのおつまみパイ

市販のパイシートを使って手軽に作れます。サクサク食感とトマトの甘酸っぱさが、スパークリングワインと相性抜群。塩とハーブをアクセントに効かせて。



材料 (2〜3人分) 冷凍パイシート(常温に戻す)…1枚(約10×19cm)、ミニトマト…5〜6個、塩(あれば粒の粗いもの)…少々、ドライハーブ(お好みでタイム、オレガノなど)…適量

作り方 ①ラップの上にパイシートをのせ、上面にもラップをかぶせ、麺棒でひとまわり大きくなる程度に伸ばす。好みの大きさにカットする。
②ミニトマトを薄切りにする。
③天板にオーブンシートを敷き、①を並べ②をのせ、塩、ドライハーブをふる。
④180℃に予熱したオーブンで30分ほど焼く。

Good things 暮らしにイイモノ

夏の買い物に便利な大容量の保冷バッグ

生鮮食品や冷凍食品など冷たいものを冷たいまま運べるバッグは、買い物はもちろん、アウトドアにも重宝。



買い物かごに直接セットできる保冷バッグ。5層の断熱構造で冷たさをしっかりキープ。サイドに持ち手がついて、出し入れもスムーズです。内側やフロントには小物を入れるポケットつき。使わないときはマチ部分を折り畳めば、スリムな形状になります。



●保冷買い物カゴ用バッグ／サイズ：W42×D28.5×H26.5cm、容量約25ℓ、カラー：ブラック、ブルー、各2,680円(税込み)
問い合わせ：サーモス株式会社 ナビダイヤル 0570-066966

こだわりの味噌汁

● 夜は煮干し、朝はかつおぶしでだしを取り、味噌は自家製。孫達にも味噌汁は汁まで栄養たっぷりだからしつかり飲みなさいといつて食べさせています。

(静岡県／ちやちゃんさん)

新しいテーブルで

● 新居にダイニングテーブルを新調。今までは娘の世話をしながら慌ただしく食べていましたが、心にも少しゆとりがで、夫婦向かい合って食事ができ

きるようになりました。

(神奈川県／Sさん)

夕食は夫婦で交代に

● 夫婦2人暮らし。夕食は交代で作ります。夫の得意料理はお好み焼き、肉じゃが、カレーライス、卵焼き等。2人だと外食するより家で食べる方が、面倒でないように思います。

(大阪府／E・Tさん)

家族そろろうのを楽しみに

● 4月から夫が単身赴任。家族そろって食卓を囲める日を楽しみに、牛すじ煮込みや炊き込みごはんなど、冷凍しておきました。待っているよ。

(千葉県／M・Hさん)

Health & Relax からだにイイコト

一緒に運動を続けよう ③

最近、座り過ぎが肥満や生活習慣病の要因の1つであることが、話題になっています。それに加えて座り過ぎは腰痛の原因にもなります。座ると腰は曲がったままです。定期的に腰をしっかりと伸ばすことが腰痛予防には重要です。そこで、今回は腰、お腹、胸をしっかりと伸ばすエクササイズをご紹介します。座っていることの多い方はぜひ試してください。エクササイズ中は常に相手の体の状態を確認しながら、無理のない範囲で行ってください。腰痛がある場合は、医師の診断を受けてから行いましょう。

体反らし

- ① 2人で背中合わせに腰を下ろし、両手を頭上に伸ばして、腰を伸ばされる人の手首を伸ばす人が握ります。
- ② 手首を握った人がゆっくりと体を前に曲げ、相手を自分の背中にのせて相手の腰を伸ばします。伸ばされる人は力を抜いて、気持ちよく全身を伸ばしましょう。伸ばす人は自分の柔軟性に合わせて、膝を伸ばすと同時に前屈のストレッチもできます。
- ③ ゆっくりと元の姿勢に戻り、交代します。できれば数回繰り返しましょう。



Housekeeping 季節の家しごと

夏のごあいさつ

日ごろお世話になっている人に感謝の気持ちを伝える「お中元」や近況を伝える「暑中見舞い」。タイミングを逃さないように、時期を知っておきましょう。

●お中元

地域によって異なり、関東では7月上旬から7月15日、関西では7月中旬から8月15日までに送ります。遅れてしまった場合は立秋(8月7日ごろ)の前までは「暑中御伺(おうかがい)」、それ以降は「残暑御伺」として贈ります。お中元は継続的にお付き合いのある相手に贈るものなので、1度限りの場合はのし書きを「御礼」とします。



相手の好みや状況を知って、喜んでいただけるものを。

●暑中見舞い

普段はメールで済ませているという人もたまには手書きの便利を。出すタイミングは、梅雨が明けた7月中旬ごろから立秋(8月7日ごろ)の前まで。遅れてしまった場合は、「残暑見舞い」として出します。

