

# くらしのレター



## 毎日を心地よく ひとりの時間を大切に

家事や仕事の合間に、また寝る前に、ほっとひとりの時間を持ちませんか。音楽を聴いたり、本を読んだりして気持ちをリセットし、自分を取り戻す時間は大切です。晩秋のそんなひとときには、体の中から温めてくれるホットフルーツティーをお供にしませんか。いつもの紅茶にドライフルーツを加えるだけで手軽に作れます。お好みでスパイスやラムなどのお酒を少し加えても。ほんのり甘くフルーティーな香りに癒やされ、カフェでくつろぐような特別な気分で過ごせます。

# 自分でできる！子どものお片付け

「子どもが片付けてくれない」「おもちゃが増えてあふれている」「リビングが散らかっている」。「子どもがいる家庭では悩みが付きなもの。子どもが自分で片付けができるようになるためにはどうしたらいいのか保育士の資格を持つ片付けのプロ・山崎由香さんに伺いました。

## 片付けを習慣化するには

「使ったら戻す」が片付けの基本。小さな子どもとの「どうぞ」「ありがと」のやりとりも「ママの手に戻す」りっぱなお片付けです。「脱いだ靴を揃える」「通園バッグを所定の場所に戻す」など、片付けを習慣化するチャンスは、毎日の生活の中にたくさんあります。また、少し大きくなるとお手伝いがレッスンになります。例えば、自分の衣類を洗濯する、畳んで収納する…。自分の衣類を大切に扱うと同時に、どうしたら使いやすくなるのかを考えて収納することで、片付けの習慣が身に付きます。

## なぜ片付けられない？

部屋が散らかって片付かない理由は「物が多い」「物の定位置が決まっていない」の2つ。子どもの成長はとても早く、子どもにとって必要な物の入れ替わりも早いものです。遊ばなくなったおもちゃ、小さくなってしまった洋服などをそのま

まにしていますか。定期的な見直しが必要です。また、定位置が決まっていなくて片付けられませんか。子どもが使いやすくしやすい場所に、収納場所を決めてあげましょう。

## 「片付けなさい」は禁句

ついつい言ってしまう「片付けなさい」。命令口調で言われるとやる気が出ないのは大人も子どもも同じ。「おもちゃ箱と床の上、どっちを片付ける？」のように子どもに決定権を持たせるようにしましょう。そして、少しでも片付いたら「よくできたね」と褒めてあげることが大切です。褒められることでやる気がアップし、自分で考えて行動する力が身に付きます。また、子どもには年齢に関係なく「宝物」があります。それが親には理解できないものであっても一緒に大切に扱うこと。子どもの片付けの主役は子どもです。子どもの気持ちを尊重することがとても重要なことです。

### 小学校高学年

思春期に入り難しい時期。「片付けなさい」の命令口調は禁句です。



「心の状態＝部屋の状態」といわれるので、子どもの話をしっかり聞き、心身の変化に気づいてあげて。

### 中学生以上

片付けの方法が分かれば、自分でできる年齢。子ども部屋の家具やレイアウト、カーテンの色なども決定権は子どもに。



片付かない場合は、親が言うより友達に遊びに来てもらうのも効果的。

### 幼児期

幼稚園や保育園で使う物を自分で用意することで、自分の物を片付けて管理することを学びます。



「使いやすい高さ」に定位置を。おもちゃ箱は細かく分けることがまだ難しいので「大箱」がおすすめ。

### 小学校低学年

小学校入学は子どもにとって一大イベント。このウキウキする気持ちを大切に、おもちゃや服など持ち物を見直すチャンス。



忘れ物を防ぐため、「学校の物」「その他の物」をしっかりと分けて定位置をつくるのがコツ。この先どんな物が増えていくので定期的な見直しが必要に。



山崎 由香さん

ハウスクリーニングと片付けのお店「Happy Life」を夫婦で営む。子どもの片付けから生前整理・遺品整理まで実務やセミナーを開催。生前整理アドバイザー1級認定指導員。10年の保育士経験を持つ。

## こんなときはどうする？ 子どものお片付けのお悩みにお答えします！

### 子どもが自分で片付けやすい 収納方法は？

子どもの様子をよく観察して、使いやすくし  
まいやすい場所に「収納場所＝定位置」を  
一緒に決めましょう。

身長に合わせた収納しやすい高さを意識  
し、毎日、週1回など使用頻度も考慮。定  
位置が決定したら「名札」を貼ると効果  
的。それでも散らかる場合はもう一度定  
位置を見直します。そして、物を増やさない  
ためには、ここに入るだけと「定量」を決  
め、8割のラインを超えないようにします。



収納ボックスには、名札をつける。字が読めない  
小さな子どもにはイラストでも。

### どんどん増える子どもの物。 見直しのタイミングは？

子どもの物の見直しのベストタイミングは  
学年末。進学進級するためと目的がはっき  
りしているので片付けがしやすいでしょう。  
「いる」「いない」に分類し、新しい教科書  
などを置く場所を作ります。迷った物は半  
年だけ保管し、使わなかったら処分。毎年  
行っていると子どもも慣れてきます。また、  
年末の大掃除は「新しい年を迎えるため  
に」片付けを。「新しい本棚が届く」など  
の物を入れ替えるときもいいタイミングです。

### 大掃除をしなくても 普段から片付くようにするには？

普段から親が自分の物を片付けるように  
することが、子どもの見本になります。「今片  
付けているから不要な物があったら出しと  
いてね」と声を掛けると、子どもは親の姿  
を見て、自分もしようかなと思います。  
小さな片付けは「ゴミの日」の前日に。週2  
回点検する習慣にしましょう。片付けとい  
えば大変なものと思いがちですが、小さな  
積み重ねが大切です。

### 作品やお下がりの服など 処分しづらい物はどうする？

子どもの作品は親にとって思い出が強  
く、処分しづらいものですが、子どもは飾  
って褒めてもらうのが何よりうれしいもの。  
そこで、リビングなどに展示コーナーを設  
けて一定期間飾り、作品を入れ替える際  
にどうか子どもと相談して決めましょう。  
保管する場合も一定量を超えたら見直し  
を。また、お下がりの服などは、もらっ  
た時点で自分の物。不要な場合は処分し  
てかまいま

せん。また、人に譲る場合も「合わなかつ  
たら処分してね」と一言添え、相手の負担  
にならないようにしましょう。



写真という形で保管する方法も。  
その際は作品だけでなく子どもと一緒に  
撮影すると、思い出になる。

### リビングに子どものおもちゃや 家族の物があふれている！

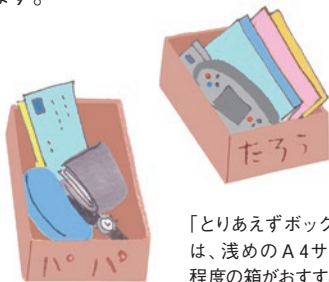
子どものおもちゃ、大人の持ち物、家族の  
共有物など、いろいろな物が混ざると片付  
けにくく、見た目も煩雑です。

例えば、子どもが遊ぶ場所はリビングの隣  
の和室などと「エリア」を決め、すぐ近く  
の片付けやすい場所におもちゃの収納場  
所を設けます。部屋全体が散らからず、  
片付けやすくなります。



シート1枚敷くだけでも遊ぶエリアが  
限定され、片付けやすくなる。

また「ここだけはきれいにする」と決める  
のも効果的。例えば「テーブルの上には  
いつも物を置かない」を家族のルールにし  
たら、置きっぱなしにした物は「とりあ  
えずボックス」に移動し、各自で片付けま  
す。1カ所でもきれいになると、次はカウ  
ンターというようにきれいな場所が広が  
っていきます。



「とりあえずボックス」  
は、浅めのA4サイズ  
程度の箱がおすすめ。

### 片付けられない子どもに ついイライラしてしまう

まずは深呼吸して「なぜ片付けないのか」  
を冷静に観察。わからないときは「なぜ  
いつもここに置くの？」などと優しく聞  
いて「そういう考えもあるのね」といつ  
たん認めてあげること。言われたから  
片付けるのではなく、自分で考えて行  
動できるようになるには、子どもを信  
頼して待つこと。「うちの息子は忘れ  
物が多かったのですが、困るのは自分  
と放っておきました。高校生になり、  
自分で考えて行動できるようになると、  
忘れ物もなくなりました。忍耐力がい  
りますが必ず成果が出ますよ」と山崎  
さん。



子どもの話を聞く  
となるほどと思う  
ことも。

# 壁と天井をきれいに

床はこまめに掃除をしても、壁や天井は見落としがち。ホコリや汚れをきれいに落として、部屋全体をすっきり明るく！



上から下へ、ホコリを払う。高い場所はフローリングワイパーを使えばラクラク！



## ●エアコンのまわり

エアコンと天井とのすきまはホコリや湿気がたまりやすい場所。ハンディーモップでホコリを取り除く。



## ●カーテンレールの上

カーテンレールや窓枠まわり、壁と天井のコーナー部分も念入りに。

## ●テレビの裏

静電気がホコリを吸引寄せ、黒ずみの原因にも。



ホコリが付きやすいのは、こんな場所

## 主な汚れは？

壁や天井は人の動きやエアコンの風で舞い上がったホコリが付着しやすく、そのままにしていると徐々に汚れていきます。また、手あかやペットによる汚れ、子どもの落書き、キッチンからの油煙による黄ばみなどの汚れも付きます。汚れが内部に浸透する前に落としておきましょう。

## 普段のお手入れは？

ハンディーモップやハタキで、ホコリを払います。手の届かない高い所は、フローリングワイパーにドライシートやマイクロファイバークロスなどをセットして拭き取ります。ホコリは高い所から低い所へ落ちるので、床掃除の前に行いましょう。



掃除するときは、ソファやベッドにホコリが付着しないよう古シーツなどでカバー。

## 汚れが目立ってきたら？

ビニールクロス等の表面に付いた手あかや鉛筆の落書きなどの汚れは、柔らかい消しゴムで軽くこすります。落ちない汚れは、中性洗剤を薄めたものを含ませた柔らかい布で軽く押さえ、汚れを浮かせて拭き取ります。その後、固く絞った布で水拭き後、から拭きを。クロスの継ぎ目から水分が染み込むと、はがれの原因になるので、継ぎ目部分の水拭きは避けましょう。表面の凹凸にたまった汚れは、古歯ブラシなどで軽くこすり落とします。



和室などに使われるじゅうらく調のクロスやしつくいなどの塗り壁は、水拭きは厳禁。やわらかいブラシなどでこまめに汚れを払います。

## 結露に注意

結露が発生すると、クロスの裏側に水分がたまり、シミやはがれの原因となります。さらにホコリなどが吸着するとカビが発生する原因になります。水蒸気の発生源を減らし、換気、除湿をこまめに行いましょう。また、家具と壁の隙間を空け、通気をよくします。

## クロスのはがれを補修

家具の角などが当たってめくれたり、のりがはがれてきたら、早めに補修をしましょう。① 汚れや古いのりを拭き取り、はがれた部分が固い場合は、ドライヤーの温風でやわらかくします。② 専用ののりをクロスの裏に塗り、はがれた部分を張り合わせます。専用のローラーなどで押さえ、空気を押し出し、はみ出たのりは拭き取ります。

## 壁・天井掃除の際はここも！

### 照明器具

天井のホコリを払う際に、照明器具の上にたまったホコリも、取り除きましょう。ガラスやプラスチック製のカバーにこびり付いた汚れは、外せる場合は外し、薄めた中性洗剤をスポンジにつけてこすり、水洗いし、完全に乾かしてから取り付けます。

### スイッチプレート

一日に何度も手を触れるスイッチプレートは、手あかがたまって黒ずみやすい場所。水で固く絞ったぞうきんか、薄めた中性洗剤を含ませた布で拭きます。

細かい部分は、エタノールを含ませた綿棒で。



### 室内ドア、ハンドル

ホコリをハンディーモップで取り除き、汚れがひどい場合は、薄めた中性洗剤を染み込ませたやわらかい布で拭きます。その後、水拭き、から拭きをします。ハンドル部分の手あかも拭き取っておきましょう。

# もしものときも安心。 大切な住まいの資産価値を守るために



マイホームを手に入れてからも、転勤や家族構成の変化などライフステージごとに住まいに関する問題は生じるもの。大切なわが家を手放すことになったときも、ダイワハウスの住まいは永く住み継ぐことのできる資産価値の高い住まいです。その価値を適正に査定する「スムストック」についてご案内します。

## スムストックとは？

「スムストック」とは、大手住宅メーカー10社が協力して生まれた安心と信頼のブランド。一定の査定基準を設けることで、大切な住まいの価値を適正に評価します。ダイワハウスの住まいはスムストックの対象です。

### ■ スムストック査定の対象条件

- ① 住宅履歴データ（点検・メンテナンス・リフォーム等）が整備されている。
- ② 50年以上の点検・補修制度に基づく点検が実施されている。
- ③ 新耐震基準をクリアしている。

※対象物件は、1981年6月1日以降にご契約いただいたダイワハウスの鉄骨工業化住宅、および2001年4月1日以降にご契約いただいたダイワハウスの木造住宅（xevo GranWood、D-COMS工法、Dフレーム工法）。※リフォームを大和ハウスグループ以外で行うと、ダイワハウスによる保証や住宅履歴データが継続できなくなることもあるので、ご注意ください。



## スムストック査定方式とは？

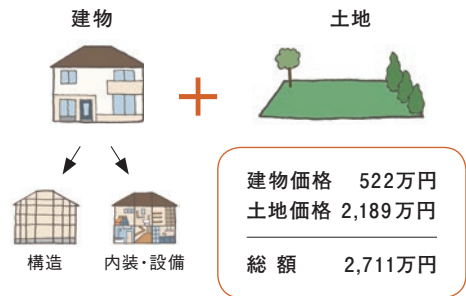
「スムストック査定」は、従来の査定とは異なる3つのポイントがあります。

### ① 建物価格と土地価格を分けて表示

一般的には総額表示されることが多い建物価格と土地価格ですが、分けて表示することで価格が明確になります。

### ■ 査定の一例（千葉県船橋市・築14年の物件事例）

#### 《スムストックの査定》



### ② 構造と内装・設備を分けて査定

構造（スケルトン）を50年、内装・設備（インフィル）を15年と償却年数を分けて査定することでダイワハウスの構造躯体、内装・設備の価値を評価します。

#### 《従来の査定》



### ③ スムストック住宅販売士が査定

ダイワハウスの建物の構造やメンテナンス制度を熟知した「スムストック住宅販売士」が査定から販売までを担当します。

※スムストック査定は必ずしも従来査定よりも高い査定となること、あるいはその査定価格での売却を保証するものではありません。  
※地域によっては査定できない場合があります。

お問い合わせは…

大和ハウス工業株式会社  
リブネス事業推進部

よいストック  
0120-413-109

受付時間：10時～18時（土・日曜、祝日を除く）

**Livness**  
[リブネス]

大和ハウス工業は、優良な既存（中古）住宅の流通を活性化させるため、大和ハウスグループ統一の新ブランド「リブネス」を立ち上げました。既存住宅の売買仲介、買取再販、賃貸管理・空き家管理、リノベーション・リフォームなど、お客さまのさまざまなニーズに幅広く対応します。

「リブネス」について詳しくはウェブサイトをご覧ください。




## Daiwa House News



アイデアも夢も広がる！オーナーさまの家を体感しよう！  
2019年11月9日（土）・10日（日） いっけん発見学会開催

ダイワハウス「xevoΣ（ジーヴォシグマ）」の魅力をご体感いただける「いっけん発見学会」を開催します。伸びやかな大空間をかなえるかつてない「高さ」と、地震に耐え続けるゆるぎない「強さ」を両立した住まいを、オーナーさま邸などの実際の建物で

ご覧いただけます。ぜひこの機会にご参加いただき、2m72cmの天井高、柱や壁に遮られないゆとりのある空間、そして1年を快適に過ごせる「外張り断熱通気外壁」、地震から家族を守る安心安全の「耐震性能」を見て、触れて、感じてください。



● 詳しくは、ウェブサイトをご覧ください。

※会場によってご覧いただける内容・日時が異なる場合がありますので、ウェブサイトでご確認いただくか、担当者にお尋ねください。

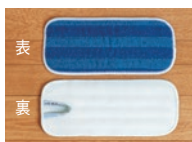
※写真は当日ご覧いただく建物とは異なります。

## Good things 暮らしにイイモノ



**床から壁・天井までお掃除できるモップ**  
 軽量ハンドルで、高い場所もスイスイ掃除できる、清掃の  
 プロ向けに開発されたモップ。家中をピカピカに磨こう！

環境先進国スウェーデンで誕生した、水だけで  
 汚れをかき取れるマイクロファイバークロス付き  
 のモップ。ヘッド部分がぐるぐると動き、軽量、  
 長さ調整も可能なため、床から窓、壁、天井  
 と、1本で360度家中の空間が掃除できます。  
 少量の水で湿らせても、乾拭きでも。クロスは  
 洗濯機で洗えて500回の洗濯保証付き。



クロス裏面(写真下)をホル  
 ダーのマジックテープにセット。

●MQ・Duotex プレミアムモップセット(30cm)／ハンドル長さ100～180  
 cm、ホルダーW23cm、モップクロス(D14×W30cm)1枚付き。10,450円(税  
 込)。交換用クロス1枚2,750円(税込)。  
 問い合わせ：エコフオートハウス TEL.03-6805-1282

## Cooking 簡単おつまみ



日々の  
 お楽しみ  
 メモ

### れんこんのチーズガレット

材料はれんこんと、とろけるチーズだけ。パリパリ食感  
 がやみつきになる、ワインに合う簡単おつまみです。

**材料** (2～3人分) れんこん…100g、とろけるチーズ…80g  
 粗挽き黒こしょう…適量、イタリアンパセリ…少々

- 作り方**
- ① れんこんは皮をむき、薄切りにする。水にさらさない。
  - ② フライパンにとろけるチーズを広げ中火にかけ、溶けてきたら、れんこんをのせる。
  - ③ チーズがこんがり焼けて固まってきたら裏返す。フライ返しで  
 押さえながら、こげ目が付くまで焼く。
  - ④ 食べやすい大きさに切って器に盛り、粗挽き黒こしょうをふり、  
 イタリアンパセリを添える。

## おたよりひろば

「おたよりひろば」は読者の皆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、  
 皆さまのおたよりをお待ちしています。

### 勉強がはかどるリビング

●子どもの勉強がはかどる  
 リビングの特集をしてほしい  
 です。最近の傾向として子  
 ども部屋ではなく、親が家  
 事をしていく横で勉強をし  
 ていると聞きます。わが家  
 には9歳の男の子がおり、こ  
 れから10月に赤ちゃんが生  
 まれる予定です。子は玉、  
 子どもの能力を最大限に伸  
 ばせるリビングを教えてください。  
 (広島県／しおくんのパパさん)



### 増築やリフォームの例を

●わが家は築7年になりました  
 ですが、こうすれば良かったと  
 思うところが何カ所もあり  
 ます。家計との相談になり  
 ますが、もし余裕ができた  
 らリビングを広げたいです。  
 (岡山県／K・Iさん)

### 住む人間も家も…

●ダイワハウスの家に住んで  
 17年。水道の蛇口の閉まり  
 が悪くなったり、食洗機の調  
 子が悪くなったり、水まわり  
 にぼちぼちガタが現れてしま  
 した。住む人間も年をとっ  
 てきて、やれやれと思う今日  
 この頃であります。やはり  
 ダイワハウスで建てた娘の新  
 しい家を見ると「家も進化  
 しているなあ」と、うらやま  
 しい限りです。  
 (宮崎県／M・Oさん)

### 植栽の役割は？

●台風対策が載ってしまし  
 たが、先日の豪雨も怖かった  
 です。実家の近くに川があ  
 り、増水しておりヒヤヒヤし  
 ました。自宅に被害はあり  
 ませんでしたが、庭がとて  
 も汚くなりました。手入れ  
 ができないだろうと植栽は  
 ほとんどしていませんでした  
 が、今回の経験から植栽は  
 見た目だけが目的ではない  
 のかもと感じました。  
 (佐賀県／M・Kさん)

### 畳のお手入れ方法を

●和室の畳が一部色あせた  
 り、変色したりしてきました  
 た。畳のお手入れの方法や  
 変色を防ぐ方法などがあ  
 りましたら知りたいです。  
 (茨城県／N・Oさん)



熊本県／りんちゃん(4歳)



大阪府／りなちゃん(8歳)



愛知県／りかちゃん(5歳)



子どもの絵はがき  
 大人の絵手紙

※おたより・作品・写真の内容は掲載  
 の都合上、一部変更させていただく場  
 合があります。おたより・作品・写真は原  
 則としてご返却できませんのでご了承  
 ください。おたより・作品・写真は本募集  
 テーマに関する当社の他の誌面やウェ  
 ブサイト等に使用させていただく場合が  
 あります。ご応募いただいた作品・写真  
 が他者の著作権や肖像権を侵害する  
 ものであった場合、応募者自身の責任  
 においてそれを解決していただきます。

一緒に運動を続けよう ①9

今回は協力し合って行ったり、またゲーム感覚でも行えるエクササイズです。前回に引き続き、片腕で体を支えるので、くれぐれも無理せずに行ってください。

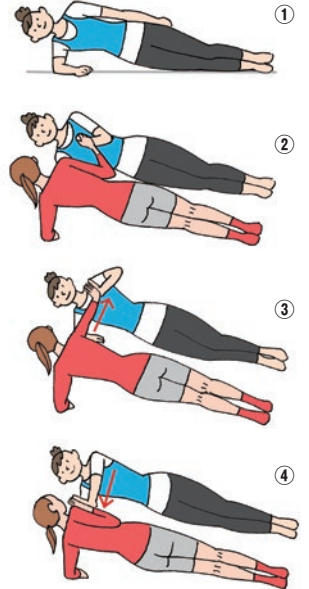
【サイドプランクプッシュ&プル】

① 腕1本分程度離れて横向きで向かい合い、下側の腕と足先で体を支えます。足先で体を支えるのが大変なら膝をついてください。床についた肘の真上に肩がくるようにしてお腹を凹ませて体は一直線にします。

② 安定した姿勢がとれたら、お互い上側の腕を伸ばして手をつなぎます。

③ つないだ手を一人が押し伸ばし、パートナーは押される力に抗いながら腕を曲げ、これを数回繰り返します。

④ 慣れてきたら、相手のバランスを崩すようにゲーム感覚で腕を押し合ったり引き合ったりすると盛り上がります。



監修/スポーツクラブNAS スポーツ健康医科学研究室 室長 後藤真二  
<https://www.nas-club.co.jp>

家づくり POST 今月のテーマ わが家のごちそう

庭でサムギョブサル

● 韓国人の夫が焼いてくれるサムギョブサル(豚の三枚肉)が、わが家のごちそう。キムチや野菜と白いごはんを片手に、庭でワイワイします。

(京都府/Asaeさん)

絶品! 鯛ラーメン

● おめでたいことがあったとき、鯛の姿焼きをお店に頼みます。そして身を外した後の骨や皮を使いスープを作り、ラーメンを。どんな名店にも負けないおいしいラーメンが出来上がります。本当に絶品です。

(東京都/K・Oさん)

朝からおいしいトースト

● 高級食パンをトースターで焼いて何もつけずに食べる。朝からおいしい食パンを家族3人で食べ、父母は仕事に活力を、息子は保育園に頑張っている。

(愛知県/かなさん)

幸せいっぱいフルーツサンド

● 旬のフルーツと生クリームたっぷりのサンドイッチを作り、おいしいコーヒーと一緒にいただきます。レストランよりもっとたくさんのフルーツを挟んで食べると、朝から幸せでいっぱいになります。

(東京都/M・Mさん)