

くらしのレター



毎日を心地よく 自分好みのインテリアに

お家で過ごす時間を楽しく、くつろげるものにするためには、居心地のよさが大切です。そのためにはお気に入りの雑貨をディスプレイしたり、アートを飾るなど、小さなスペースにもこだわって自分好みのインテリアに。好きなものに囲まれていると、何よりほっとして心地よく過ごせるものです。インテリアを全て変えるのは大変ですが、今ある家具をちょっとリメイクしたり、本のブックカバーを替えるだけでも雰囲気が一新。自分で手を加えたものには愛着も湧きます。アイデアとセンスをプラスして、わが家ならではの温かみのある空間をつくりましょう。

インテリアを手軽にリメイクしよう！

自分好みのインテリアづくりのために、DIYやセルフリフォームを楽しむ人が増えていきます。初心者でも手軽に挑戦できるアイテムやアイデアを、ロイヤルホームセンター西宮中央で教えていただきました。

貼るだけで簡単に
イメージチェンジできる

DIYといえは工具を使った木工やペイントといったイメージが大きいですが、最近注目されているのが、シール壁紙と呼ばれる裏面が粘着シールになっている壁紙。のりを塗るという手間がなく、貼るだけで、壁はもちろん、家具やドアなどを簡単にリメイクすることができます。サイズやデザインが豊富なので、北欧風、カントリー調、ブルックリンスタイルなど好みのテイストのインテリアがつけられます。最近ではテレワークの普及で、リモート会議の機会も増え、背景として利用する方も。壁紙シールはアイデア次第で使い道が広がります。そのほかマスキングテープもインテリアのアクセントに使いやすいのをおすすめです。

リメイクが手軽に 楽しめるアイテム

タイルシール

立体感のあるモザイクタイル風のシールも。キッチンや洗面台まわりのリメイクのほか、テーブルトップやトレイなどの小物にも。

「モザイクタイルシール」
「ブリックタイルシール」/
株式会社アール



シール壁紙

裏面が粘着シールタイプの壁紙。簡単にはがして貼り直せるタイプなら初心者でも安心。板目や大理石などの素材柄、北欧風の柄など種類が豊富。



「デコアップリメイクシート」/
株式会社アール



「DECO SHEET (貼ってはがせる装飾シート)」/
明和グラビア株式会社

マスキングテープ

インテリア用にもさまざまな種類が登場。壁に絵を描くように貼ったり、家具を自分好みにデコレーションできる。

「mtCASA tape」50mm、100mmの幅広タイプ、
「mtCASA Shade」遮光機能を持つ窓ガラス用テープ/カモ井加工紙株式会社



※砂壁や綿壁、天然木、凹凸がある面に貼ると剥がれてくる恐れがあります。作業する前に製品を小さくカットし、貼り付けられるか、また面を傷めないか、目立たない部分で確認してください。

壁面のアクセントに。 マスキングテープで作る アートパネル

木製パネル(シナベニヤパネル)をアクリル絵の具などでペイントし、好みのマスキングテープを貼るだけ。壁をおしゃれに飾るパネルが簡単に作れます。



ロイヤルホームセンター西宮中央 (兵庫県西宮市)

関西・関東を中心に58店舗を持つ大和ハウスグループの「ロイヤルホームセンター」。西宮中央店はDIY用品が豊富にそろい、備え付けの工具を自由に使える工房スペース(有料・会員専用)もある。ペットコーナーやガーデニング用品も充実。TEL.0798-38-6650



教えていただいたのは…
本田さん
ガーデン&ルームデコ担当。初心者も参加できるDIYのワークショップ講師も担当。

シール壁紙で家具を自分好みに！

貼るだけで、インテリアに合わなかったり、古くなった家具もすてきに生まれ変わります。

● カラーボックス

シンプルな白い棚が、背板にシール壁紙を貼るだけでぐんとおしゃれになります。組み立てる前または板を分解した状態で貼るときれいに仕上がります。

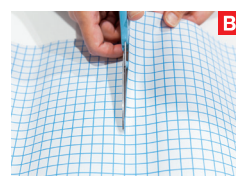
[用意するもの] ※ツールも同様

シール壁紙、カッターナイフ、はさみ、柔らかい布、えんぴつ



[作り方]

- ① シール壁紙の表側に背板を置いて柄の配置を決め、えんぴつで印を付けるA。
- ② 裏側の剥離紙の方眼に沿って、シール壁紙を板より少し大きめにカットするB。
- ③ 貼り始めの部分の剥離紙を少しはがし、貼り位置に固定するC。
- ④ 表に返し、剥離紙を少しずつはがしながら貼り付けていく。空気が入らないよう柔らかい布で押さえながらはがしていくとよいD。
- ⑤ 貼り終わったら、余分な部分をカットするE。



できあがり！



1枚ずつ柄を変えてもOK。カラーボックスが分解できないときは、厚紙に貼ってはめ込んでもよい。

● ツール

ツールの座面にヴィンテージテイストのシール壁紙を貼って、部屋のアクセントに。ティーカップをのせたり、花を飾ったり、サイドテーブルとしても活躍しよう。

[作り方]

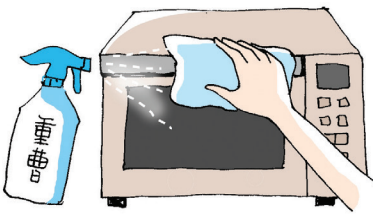
- ① シール壁紙の表面に座面を置き、柄の配置を決め、えんぴつでラインをひくA。
- ② はさみでラインより少し大きめにカットする。
- ③ 貼り始めの部分の剥離紙を少しはがし、貼り位置を決め、固定するB。
- ④ 剥離紙を少しずつはがし、空気が入らないよう柔らかい布で押さえながら貼っていくC。
- ⑤ はみ出した部分をカットするD。側面にもテープ状にカットしたシール壁紙を貼るときれいに仕上がる。



キッチン家電のお手入れ

毎日の食事づくりに欠かせないキッチン家電。食べ物に触れることが多いだけに、いつも清潔に保ちたいものです。

小まめなお手入れや 防止対策で汚れをためない

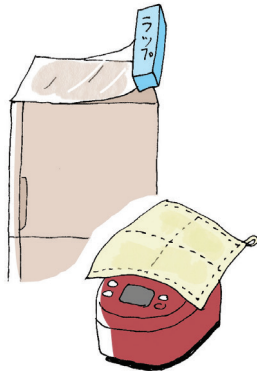


●手で触れる部分を小まめに

電子レンジや冷蔵庫などの扉や取っ手、スイッチなど手で触れる部分は、手あかなどの皮脂汚れが付きやすく、放置すると黒ずみます。重曹水をスプレーして布で拭き取る習慣に。

●ベタつき防止に

家電の外側には調理中に出た油煙が付き、ベタベタした汚れに。さらにホコリが付くと頑固な汚れになります。小まめに重曹水をスプレーして布で拭き取るなどしておきましょう。また、置き場所を見直したり、使用しないときはクロスやラップをかけてガードするなど、汚れを減らす工夫を。



●冷蔵庫の収納を見直す

冷蔵庫内の液だれや野菜くずなどの汚れは、食品をトレーやケースにまとめたり、シートを敷くなどして防止。また食品を詰め込み過ぎないことで汚れに気付きやすく掃除しやすくなります。



●使ったらすぐお手入れ

電子レンジ内には加熱時に飛び散る食品の油やタンパク質などの汚れが付いています。使用後の温かいうちに固く絞った布で水拭きをしておきます。

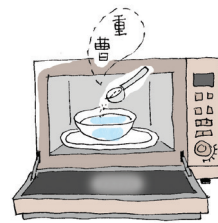


食品を温める際は、ラップをして飛び散りを防ぎましょう。

*家電機器のお手入れの際は、取り扱い説明書をご確認ください。

電子レンジ

電子レンジ内にこびり付いた汚れは耐熱容器に重曹水を入れてラップをせずに2〜3分加熱し、蒸気で汚れをふやかすと落としやすくなります。外側の油污は、薄めた中性洗剤を含ませた布で拭き取り、水拭きの後、から拭きをします。



食器洗い乾燥機

使用後は残さいフィルターやヒーターカバーにたまったゴミを取り除き、残さいフィルターは水洗いを。月に1回程度は、庫内が空の状態専用洗剤を入れて標準運転した後、かごやノズルなどを外して水洗いします。年に3〜4回は庫内洗浄用クリーナーでお手入れを。

冷蔵庫

月に1回程度は、食品のチエックを兼ねて庫内の掃除を。薄めた中性洗剤を含ませた布で汚れを拭き取ります。水拭き、から拭きの後、消毒用エタノールをスプレーしておけばカビ防止に。パッキンの黒ずみは薄めた塩素系漂白剤を布に染み込ませて拭き取ります。

●自動製氷機は…

週1回程度は、給水タンク、浄水フィルターを取り外し、中性洗剤で洗います。ニオイが気になる場合は、クエン酸を使用した専用洗浄剤などでお手入れをしましょう。

オーブントースター

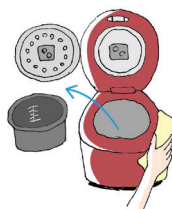
頑固な焦げ付きは、重曹と水を2対1の割合で混ぜたペーストが効果的。焦げ付いた部分に塗り、ラップをして汚れをゆるめてから、水洗いまたは、水拭きをします。

炊飯器

米のでんぷん質が蒸気と混ざり付着し、雑菌やカビの繁殖原因になります。内釜や内ぶたなどは外して中性洗剤で水洗いし、外せない部分は固く絞った布で水拭きを。通気口など細かな部分は綿棒などで汚れをかき出します。

電気ポット

白く固まった汚れは水あか。ポットに水を満水表示まで入れ、クエン酸を水1ℓに対し、大さじ2.5杯程度入れ、沸騰させます。2〜3時間保温の状態です。2〜3時間保温の状態です。2〜3時間保温の状態です。



洗剤の使い分けは？

中性洗剤

主成分は界面活性剤。日常的な汚れ全般に使えるので、どの洗剤を使ったらよいか迷うときはまず中性洗剤を使ってみましょう。

重曹&クエン酸

ナチュラル素材なのでキッチンのお手入れに安心して使えます。アルカリ性の重曹は酸性の油污や焦げ付き、皮脂汚れのほか、ニオイ対策にも。酸性のクエン酸は、水あかなどアルカリ性の汚れに効果を発揮します。拭き掃除には水（もしくは湯）に溶かしてスプレー、頑固な汚れには直接ふりかけるなど使い分けを。

消毒用エタノール（アルコール）

手指の消毒に使い、人体への安全性が高い。消毒・殺菌作用があり、カビや雑菌対策にも役立つほか、手あかなどの皮脂汚れにも効果的。

塩素系漂白剤

主成分は次亜塩素酸ナトリウム。漂白力と殺菌力が強く、カビ取りにも効果的。原液を薄めて使用するタイプやそのまま使えるスプレータイプがあり、使用時は必ず手袋、換気を。



今話題の「サブスク」って？

製品やサービスが「サブスク」で提供されるとよく耳にしますが、この「サブスク」は「サブスクリプション」の略称。いったいどんなサービスなのでしょう。今注目の「サブスク」についてご紹介します。



サブスクで新しい生活を楽しもう!

ファイナンシャルプランナー 福一 由紀

定額料金で一定期間受けられるサービス

「サブスクリプション(サブスク)」とは、定額料金で一定期間受けられるサービスのこと。よく知られているのは、動画や音楽などのインターネット配信で、映画やドラマ、アニメなどのコンテンツが定額で見放題や聴き放題になるものです。また、洋服や家電などの商品を定額でレンタルできるサービスもあります。例えば洋服を次々購入すると費用がかかりますが、月額定額制でレンタルすれば、普段挑戦しないファッションも楽しめ、クリーニング代や保管スペースが不要に。また、家具や家電などを購入することなく利用し、本当に気に入った物のみ買い取ることも可能。上手に利用すれば所有するよりコストを抑えられ、新しい物やサービスを常に取り入れられるのが魅力です。

定期的に見直し必要なサービスだけを利用

気になる費用ですが、日常的に必ず利用するものであればサブスクを使うほうが安くなることが多いようです。というのも一般的に継続利用を前提に料金が抑えられており、使うほどお得になるので、定額料金での利用はヘビーユーザーほど割安に。ただし、これらの費用は家計における固定費になるので、定期的に見直しを。あまり利用しないサービスはすぐに解約し※1、必要になったときにまた再開すればよいでしょう。暮らしを豊かに楽しくするために、サブスクを利用してみませんか。

※1 サービスによっては、契約期間内での解約には解約手数料がかかります。

●いろいろなサービスがあります

動画や音楽

インターネット配信された動画や音楽などのコンテンツをスマートフォンやタブレット、パソコン、テレビ等で視聴可能。コンテンツをダウンロードしてインターネット環境がない場所でも楽しめます。各サービスでそれぞれ得意なジャンル(動画サービスなら、オリジナル作品、洋画、邦画など)が異なります。音楽サービスは、利用環境(スマートフォン、タブレット等)との相性なども確認。無料お試し期間などを利用してチェックしましょう。



洋服

宅配便で送られてきた洋服を一定期間利用し、返送時はクリーニング不要。月額7,000~10,000円程度で3着程度利用できるサービスが主流です。スタイリストが好みに合う服を選んで送ってくれるサービスもあるので、おしゃれに自信のない人も安心して利用できます。



英会話・学習塾

英会話はインターネットを利用し、自宅から好きな時間に1対1で講師と直接会話が出来ます。また、授業動画を配信する学習サービスも。利用回数が多いほど1回あたりの受講料は割安となります。

電子書籍

雑誌専門の読み放題のサービスでは、月額400円台で最新のものからバックナンバーまで450誌以上がスマートフォンやタブレットで楽しめるものも。そのほか漫画や一般書籍、洋書などさまざまなジャンルのサービスがあります。

車

月々の定額料金で車が乗り放題のサービスでは、車を購入することなく、マイカーのように利用可能。不特定多数の利用者がいるレンタカーやカーシェアリングとは異なるサービスとして注目が集まっています。車の維持費を一括して管理できる、保険、メンテナンス、税金、車検の費用も全て含めて月額費用が決められているサービスも登場。



家具・家電

契約期間中、家具や家電を借りられるサービス。おしゃれなデザイナーズ家具や人気ブランドの家電製品なども借りられます。家具や家電を一式そろえる場合なども、利用料金のみで使えるので、初期費用が少なくすみ、負担感が軽くなります。

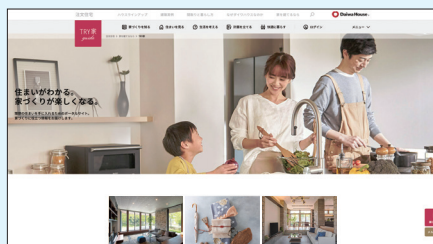


※掲載の情報は2020年7月時点のものです。内容は変わる場合がございますので、ご了承ください。

住まいのお役立ち情報をお届けするウェブサイトが「TRY家(トライエ) guide」にリニューアル

ダイワハウスのウェブサイト「TRY家コラム」が、家づくりに関する情報や暮らしのヒントなどをよりわかりやすくお届けするために、「TRY家 guide」としてリニューアル。「家づくりを知る」「住まいを見る」「生活を考える」など、家づくりのプロセスに応じてコンテンツをご覧いただける構成になりました。また、住まいと暮らしの情報アプリ「おうちアプリ」をご利用いただくと、「TRY家 guide」を手軽に読んだり、カタログ請求や全国の住宅展示場をチェックできるなど便利です。ぜひ理想の住まいづくりにご活用ください。

●TRY家 guide



トライエガイド

検索

Daiwa House News

●おうちアプリ



▼ダウンロードはこちらから



(iPhone用)



(Android用)

Good things 暮らしにイイモノ

スタイリッシュなホットプレート

幅広い料理に使えて見た目もおしゃれ。家族との食事に、ホームパーティーにと活躍しそうです。



機能性とデザイン性を兼ね備えた「STAN.(スタン)」シリーズのホットプレート。スープや具材がこぼれにくい深型で、焼き物だけでなく煮込み料理などにも使えます。プレートは丈夫で傷付きにくく、焦げ付きにくい仕様。熱いプレートに直接手が触れにくいよう、本体ガードが高い安心構造になっています。



具材などがこぼれにくい深さ4cm。樹脂ヘラ付き。

●ホットプレート「STAN.」EA-FA10／サイズ(本体)約W44.5×D30.5×H14cm。最高温度(ふたなし)250℃。電源コード2.5m。重量約4.8kg。温度調節プラグケース、樹脂ヘラ、レシピブック付き。オープン価格
問い合わせ:象印マホービン株式会社 フリーダイヤル 0120-345135

Cooking 簡単おやつ

日々の
お楽しみ
メモ

バスク風チーズケーキ

表面が真っ黒に焦げるまで焼き上げます。濃厚な味わいにほんのり苦みがアクセント。ワインのお供にも。



材料 (直径15cmの型1台分) クリームチーズ(室温に戻す)…400g
グラニュー糖…80g、卵(溶いておく)…2個
薄力粉(ふるっておく)…大さじ1、生クリーム…200ml

- 作り方**
- ① オーブンを240℃に予熱する。
 - ② ポウルにクリームチーズを入れ、ゴムべらでやわらかくなるまでよく練る。グラニュー糖を入れ、よく混ぜる。
 - ③ 卵を加えて切るように混ぜ合わせ、薄力粉を入れ、さっくり混ぜ合わせる。生クリームを加えて均一になるようさっと混ぜる。
 - ④ オープンシートを敷いた型に③を流し入れ、オーブンで40～45分焼く。
 - ⑤ 粗熱がとれたら、冷蔵庫でひと晩冷やす。

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。

夫に感謝!

●きれいな夫とすばらな私。夫は細かな所まで休みのたびにきれいにしてくれてとても助かっています。私は自分のテリトリーのキッチンがきれいにしていますが、他は軽く掃除機をかける程度。でもお互いが好きなように掃除しているので気にならず、常にかきれいに保っていてすごく暮らしやすいです。感謝の気持ちを忘れず、必ず「ありがとう」と伝えるようにしています。

(岐阜県/M.Yさん)



家族の距離感?

●今回のコロナ禍で、家の中でどう家族と過ごせばよいかを考えさせられました。家族間の距離も大切で、口に出しては言わないが、お互い近寄り過ぎず過さずという暗黙のルールができたように感じました。これからの家は、リビングも大事だが、各部屋をいかに少ないコストで快適に過ごすかも考えなければと思います。

(広島県/Tさん)

いつまでもきれいに

●家は人生最大の買い物なので、大切に長く使いたいです。いつもきれいにしておくための情報が満載なので、毎回読むのを楽しんでいます。

(福岡県/だおさん)

夏の思い出

●結婚を機に、大阪から滋賀県へ引っ越して来て驚いたことの二つが、川や水路が多く、きれいなこと。駅から徒歩10分の方が家でも少し歩けば、虫が見られます。この光景が家族の夏の思い出になるよう、そしてこの環境を娘が大きくなっても守り続けたいと思います。

(滋賀県/さんちゃんさん)

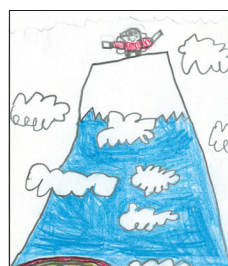


暑がりの夫

●とても暑がりの夫は寝るときに発熱の際に使うアイヌ枕を使っています。頭がヒンヤリして気持ち良く寝られるそうです。私にとっては冷た過ぎて不向きでした。

(埼玉県/にちゃんさん)

子どもの絵はがき
大人の絵手紙



岡山県/そうすけくん(9歳)



群馬県/タケくん(12歳)



愛知県/モリさん

※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 ②8

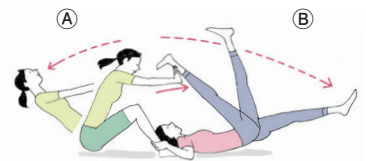
運動を続けていくためには、励まし合いながら行うパートナーエクササイズがおすすめです。今回は腹筋を鍛えます。交代して行くと、鍛えられる部分が違うことに気が付くと思います。ぜひパートナーと行ってお腹全体を引き締めましょう。

【腹筋を鍛えよう】

① 2人ともあおむけになり、1人は両膝を直角になるくらいに立て(A)、もう1人はその足首を両手で持ち脚を伸ばします(B)。



② タイミングを合わせて、Bは脚を上げ、Aは上半身を起こします。※脚を上げたときにAの顔に当たらないように注意。



③ 起き上がったAは、Bが上げた脚を強く押し返します。

④ Bは押された脚が床に着かないように頑張り、Aは頭が床に着きそうになるまで体を倒して、これを繰り返します。

体力に合わせて回数や運動のテンポ、脚を押す強さを調節してください。まずはできる回数から始めて、20回ぐらいを目標に行います。少し休んでから役割を交代して行ってください。

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

家づくり POST 今月のテーマ わが家のお気に入りの場所

自分だけのベランダ空間



● コロナ禍の自粛期間中に、ベランダを大改造しました。今まで使っていたプラスチックタイルを捨て、ウッドタイルと人工芝タイルを敷きました。ミニテーブルと折り畳みチェアを購入し、観葉植物を置き、自分だけの空間に。子どもたちを寝かしつけた後、こっそりベランダで映画を見るのが今の幸せです。

(岐阜県 / Y・Iさん)

落ち着くキッチン

● 私はキッチンの勝手口前が好きでよく座ってボーッとしています。しゃがむとダイニングやリビングからは姿が見えず、たまに娘が「ママ! 見ちゆけた!」とうれしそうに走ってきます。キッチンスペースで寝転がることも…。あの落ち着く感じは何でしょうね。

(島根県 / R・Fさん)

