

リフォームに、新築に、  
住まいづくりのほっとな話題をお届け！

# おうちのはなし

2021.11月号 236



わが家は  
『健康一番家』

< 発行人 >  
株式会社 大成建託  
☎0280-87-6177  
✉info@fp-taisei.co.jp  
〒306-0405 茨城県猿島郡境町塚崎2542-1



## スタジオ・キッチン

— キッチンの変遷とこれから流

- ・キッチンの移り変わり
- ・キッチンの使い勝手と機能
- ・キッチンのデザイン

笑門には  
福来たる

## 健康だいすき！ 壮年Diary

～とある、ひとこま～

### 珍味はA級グルメ!?

11月23日は珍味の日。食の恵みに感謝する新嘗祭がこの日に行われることが由来です。

読んで字のごとく「珍しい味」の珍味は、お酒のおともや小腹がすいた時の手軽なおやつが連想されますが、大量生産されて家庭で消費される「大衆珍味」や少量で高価な「高級珍味」といった分類のほか、燻製やあえものなど製法別の分類もあり、アイテム数は数えきれないほどありそう。意外なことに魚類のかす漬けや味噌漬けも珍味にカテゴライズされているのだそうです。

では珍味って何でしょう。全国珍味商工業協同組合連合会によると、主として水産物を原料とし、特殊加工により独特の風味を生かし貯蔵性を与え再加工せずに食べられるものと定義されています。そのまま食べられる手軽さと嗜好品としての奥深さをあわせもちながら、独自の発展を遂げてきた食べ物と言えましょう。

さて、日本に数多ある珍味の中で三大珍味とされるのが「このわた」「からすみ」「塩うに」です。そして世界三大珍味といえば、「トリュフ」「キャビア」「フォアグラ」でしょう。どの国でも高級品といわれているものです。

ほかにもホヤやイナゴの佃煮、くさや、はちのこ、うるか、へしこなど地域に根ざした珍味から、さきいかやイカフライ、チーズせんべいといったお手軽な珍味まで、どれも珍しいだけでなく、おいしいのは言うまでもありません。

珍味は決して主役にはならないけれど、私たちの食生活を彩ってくれる名バイプレーヤー。だからこそ時代を超え、年齢を問わず多くのファンを引き付けてやまないのかもしれない。

珍味は決して主役にはならないけれど、私たちの食生活を彩ってくれる名バイプレーヤー。だからこそ時代を超え、年齢を問わず多くのファンを引き付けてやまないのかもしれない。

ちなみに私の三大珍味（珍味かどうかは？ですが）は、チーズ、もずく、サバ缶です。

社長コラム



## キッチンの変遷とこれから流

キッチンには、料理を作る場所。そのように考えると変わりようのない場所のように感じますが、意外と時代に合わせて変わっている場所でもあります。使い方が変われば姿も変わり、個性を発揮することもできる場所にもなります。キッチンのあり方を、一緒に考えてみましょう。



# スタジオ・キッチン

### キッチンの移り変わり

歌は世に連れ、世は歌に連れといわれ、様々な世代によって心に残っている歌も違い、歌の記憶によって世代もわかります。それは住まいも一緒に、時とともに変わってきました。

その中の一つに、キッチンがあります。キッチンなどの水廻りは、現代の家になって初めて生まれたもので、決して歴史は古くありません。何百年も続いた竈（かまど）の時代から、今のキッチンに変わって100年も経っていません。

火と水という家にとっては大敵を扱う場所であるキッチンは、本来土間に置かれているものでした。

水甕（みずがめ）と薪から、水道とガス管への技術革新があって、ようやく室内に設置されるようになりました。考えてみれば、それはちょうどTVの普及と同じ頃かもしれません。そして、数々のTV番組とともに、キッチンの姿も変わってきたようです。

最初にキッチンが導入されたのは、公団の集合住宅といわれています。今では普通に使っていますが、DKという表記がこの時初めて使われました。

テレビではNHKの『きょうの料理』が放映され、家庭でつくる晩ご飯のレシピが紹介されます。

家にキッチンがあって、料理のプロが作るレシピがあれば、家で作る料理が豊かになります。

部屋の片隅にキッチンセットがあれば、その部屋はDKとなり、オープンに設置されたキッチンでした。

ところが、キッチンというのは鍋や食器、そして食材と調味料など、家の中でも物が多く、散らかりやすい場所です。料理の種類も増えると、さらに圧力釜やオープンなどの新しい調理器も増えて、さらに乱雑さは増します。

家族はもちろん、お客様には、そのような乱雑なキッチンは見せたくないものです。そこでダイニングからちよつと独立したキッチンが作られるようになります。キッチンがひとつの領域になるのです。そして主婦の城となる一方で『私、作る人。僕、食べる人』という言葉が物議となります。

このキッチンに、男が入り込むようになります。「男子厨房に入るべからず」どころか、男も得意料理の一つを持つのが当然として、雑誌『ダンチュウ』が創刊されます。

そして料理番組でも、プロの料理人ではなく、素人ではあっても料理の得意な芸能人が、料理に

挑戦する番組が増えます。プロ料理人の厳格なレシピを守ることよりも、自分たちの感性で味付けしても良いのです。

すると完全に独立したキッチンよりも、コミュニケーションできるキッチンが求められます。同時に子育て中の夫婦がファミリーールームにいる子どもに目が届くように、対面式のキッチンが主流になります。

鉄人による料理対決の時代を経て、レストランでも厨房が見えるスタイルの店が流行ります。さらに、料理が決して得意でないアイドルが料理をする番組によって、家庭で料理を手掛ける人が増えると、美味しいことよりも料理づくりそのものを楽しむことの方が大切になります。

対面で顔が見えるだけではなく、何人かが一緒にキッチンテーブルを囲んで、みんなで和気あいあいと料理を楽しむのです。それにはアイランド型のキッチンが向いています。

そしてテレビの時代は終わり、今やキッチンがSNSの発信の場になりつつあります。いよいよスタジオ・キッチンの時代がやってきました。

## 使い勝手か？デザインか？

最近ではホームセンターや量販家具屋でも、キッチンを買っているところがあります。疑うほど安い値段で販売されているものもあれば、驚くほど高価なものもあり、あまりの違いに、どのようにキッチンを選べば良いのか惑わされてしまいます。

キッチンを選ぶ上では、まずは使い勝手とデザインがポイントです。そのどちらも、コストに大きく影響します。

使い勝手の中には、機能性と収納力があります。機能性として、コンロやカーン、浄水器、食洗機などの設備があります。これらのポイントだけ簡単にまとめてみました。

### コンロ

以前はガスコンロが中心でしたが、IHコンロも普及し始めています。温度を一定に保ち、効率も良いのですが、調理器具を揃えることや、使い方に慣れる必要があります。それぞれに一長一短あり、ガスとIHが一緒になったハイブリットコンロも出ているほどです。

安全面でIHを進める人も多いのですが、ガスの安全性も進化しています。各戸に設置されたマイクロメーターによる漏れや地震時への対応、ガス器具の立ち消え装置など、安全性に対しても大差があるとはいえません。

### レンジフード

コンロで調理すれば、排気の為のレンジフードが必要です。レンジで大きく変わったのは、シロッコファンが一般的になったことです。

これまでのプロペラ式のファンよりも強力で、外の風圧の影響も受けにくく、静かにありました。しかも遠心力による油切れも良いので掃除がしやすいという利点もあります。ただ、天井高が足りないとか設置スペースの関係でつけられない場合があります。

また外気までのダクトを屋内に引き回すのは長い目でみると賢明ではありません。短くなるよう、間取りの上での配慮をしておいた方が良いでしょう。

# スタジオ・キッチン



## キッチンの変遷とこれから流

### 浄水器 カーン

キッチンに浄水器をセットすることも多くなりました。上水道の出水口に設置されている簡易型から、浄水器本体がシンク下に設置するものがあります。

こうした出水口の水栓金具をカーンと呼びます。語源はクレーンと一緒に鶴の首を意味しています。水と湯が1つの口から出てくる混合水栓が一般的で手元のレバー1つで、温度と水量が調節できます。

さらに、コロナ感染を経て、赤外線センサーによるタッチレスで、水の出し入れがコントロールできるカーンもできています。

また、その他にも生ゴミ処理器などを選ぶこともできます。

### コンロ

食器洗い器は使う水の量を節約でき、手洗いではできないくらい的高温のお湯で洗えるのは、衛生面を考えると利点です。この食洗器の使い方としては、毎日使う食器に使用するのがおすすめです。

例えば家族の食器置き場に、食器洗いの機能がついていると考えるのです。毎日の食後の片付けは、食器を戻して食洗器のボタンを押せば終了です。そして次の家事の時には、そこから食器を取り出します。



### キッチン収納

設備機器の機能に劣らずキッチンの使い勝手を決めるのは収納力です。日本人の食卓では、うどん・そば、ラーメン、スープを食べる時、その状況に合わせて食器の種類を変えることも多く、それだけ収納量を必要とします。

しかし、キャビネットを増やしてキッチンセットを大きくしてゆくと、コストはすぐに上がってしまいます。

また、スタジオ・キッチンのように、何人かで料理をするようになると、食器以上に食材のストックも必要になります。こんな時には、キッチンサイズを大きくするよりも、キッチンのそばに専用の収納としてパントリーをつくる方が得策です。それならば扉と簡単な棚板程度の費用で対処できます。

キッチンの収納扉には開き戸の他に、引出しと引違い戸があります。引違い戸は多くありませんが、扉を開けたままでも自由に動くことができるので、プロの厨房などでは多く採用されています。パントリーの扉も同じ事ですが、意外と閉じることが少ないのであれば開けっ放しにできるよう視線計画を考えるようにします。

また高い部分の開き戸には、地震対策として耐震ラッチをつけておくことが大事です。

### キッチンのデザイン

スタジオのようなオープンスペースで使われるキッチンとなれば、デザインを意識しないわけにはいきません。デザインはコストに大きく影響します。

様々な最新設備の有無にもよりますが、デザインで最も大きくコストが変わるのは面材です。

扉1枚の価格差は大したことなくても、枚数が多いので大きな差となってしまいます。キッチンの機能と収納を充実させると、またそれだけ扉の数も増えます。

こうした扉のグレードは、無垢材、塗装材、張り物で分けることができます。

無垢材や塗装材では、扉の面部分と縁が一体になっていますが、張り物や突板では角に継ぎ目や縁があり、安く仕上げられる扉です。キッチンのショールームなどでよく見比べると、判断できるようになります。

安い面材は水分などによって、扉の下部から表面材が剥がれてくるのを見かけます。コストがかかるものには、当然それなりに価値があるといえます。

キッチンの面材には、他にカウンタートップがあります。一般的にはステンレスが最も多いものです。汚れを防ぐためにも継ぎ目のない一体成型のものがお薦めです。シンクやコンロ、さらには五徳までフラットにしているものもあります。

またステンレスに表面にもエンボスやヘアライン、パイプレーションといった加工があります。長年の調理作業による細かな傷が目立ちにくくなります。

ステンレスよりも質感が豊かなのは、人工大理石です。主にポリエステル系とアクリル系の材料があり、色や柄も豊富です。ステンレスと同じように一体成型もできるので、カウンタートップとしては優良な材料といえます。

キッチンが扉と天板で出来上がっていることを考えると、大工さんが現場で、味のあるオリジナルキッチンを作ることできます。もちろん様々な機器類はメーカー製ですので性能は変わりません。

予算と相談しながらリフォームで、そして新築で、キッチンづくりを楽しんでみてはいかがでしょうか。

# すまい文化の栞

## 世界の家

世界の家をストリートビューで眺めると、その国の住まい文化を想像することができます。

様々な映像を見て、海外の建物では地下室があることは少なくありません。日本では雨が多く、土壌に湿気を含むためあまり普及していません。

隣国韓国でも、カンヌ映画祭で最高賞のパルムドール、とアメリカのアカデミー賞を同時受賞した、韓国映画「パラサイト-半地下の家族」を見ても、地下室は普通にあるようです。

同様に、欧州にも、小さな戸建て住宅の外観にも、床下に窓がある家をいくつも発見できます。でも、それらがすべて地下室とは限りません。

欧米にはじつは「ポニーウォール」と呼ばれる建て方があります。東北の曲屋(まがりや)のように、日本の民家建築にも馬屋が家に組込まれている古民家は多くありました。おそらく、どの国でも同じ感覚で、馬屋は家と組み合わされていたでしょう。

その馬が、ポニーしか入らないような半階分の高さの壁でできているので、名付けられたのがポニーウォールで、純粋な地下室ではなく、収納として使われていることが多いようです。



## Health & Sustainability

### 手と口のカタチ

動物は環境に適合して進化してきました。それだけに様々な種に分かれ、種ごとの形状も違います。その中でも、影響力が大きいのは、主食の食べ物であるといわれています。

例えば、肉食獣と草食獣では、歯の形が全く違います。切り裂くように食べるのか、それとも硬い繊維質をすりつぶすように食べるのかの違いです。

その中でも、特に霊長類では主食との関係で、口だけではなく手の形状も違います。猿は樹上生活に適するように手を進化させてきましたが、種によって手のかたちもまるで違うのです。

最も代表的なのは、童謡でも知られるアイアイです。樹木の幹に潜む虫の幼虫を主食とするアイアイは、片手の中指が極端に細くなっています。その指で木の幹を叩いて空洞を見つけ、細い指で虫の穴をほじって捕まえます。



では私たち人間の手は何を食べるための形状なのでしょう。例えばチンパンジーの手は棒状の枝につかまるのに適していて、さらに遠くの小枝を手元に引き寄せるのにも適しています。

それに対して人間の手は、棒状のものよりも球状のものを握るのに適しています。丸い木の実を食べる、小型の猿は人間とそっくりの手です。親指が他の4本の指と向き合うようになっています。さらに指先で細かいものをつまむことができます。野球のバットを持つよりも、ボールを持つ方が適している形状です。

また歯のかたちも、なにかをそぎ取り奥歯で噛み潰すためのかたちです。研究者によっては、ジャーキーのように乾燥した干し肉や骨を食べるために進化してきたと唱える人もいます。

話は極端ですが、どんな食事の風景があるかによって、家の形状が変わることがあっても良さそうな気がします。



### ～編集後記～

早いもので、今年もあと2か月をきりました。皆様、いかがお過ごしでしょうか。

さて、11月19日夕方から、全国で部分月食が見られるそうです。月食は、月が地球の影に入ることによって起こります。東京の場合、およそ16:30頃から月が出始め、19:30過ぎには部分月食は終わってしまうようです。皆さんも空を眺めてみてはいかがでしょう。

※詳しくは国立天文台HP <https://www.nao.ac.jp/>



### まるで映画館

TV廻りの壁と天井にシックな色を使い、映画館のような迫力を出しています。両側のタイル張りやラグの色が、ナチュラルにおしゃれな空間を演出しています。



## たいしんしんだん 耐震診断

**30年以内に巨大地震が起こる確率は70%以上。  
巨大地震は、いつ起きてもおかしくはありません。**

※このような方は、耐震診断をご検討ください。

- 昭和56年以前に建てられた住宅に住んでいる方
- リフォームを考えている方
- リフォームや改修は10年以上以上したことがない方
- 過去に増改築された住宅に住んでいる方

有資格者による  
耐震診断承ります

まず「家の弱点」を知ることが重要です。当社は耐震診断のプロ「耐震診断士」による現地調査・診断を実施しています。

～住まいは命を守るもの～

「地震に強い家」は、  
「健康一番家」の最大の特徴です。



わが家は  
『健康一番家』  
株式会社大成建託  
〒306-0405  
茨城県猿島郡境町塚崎2542-1

☎0280-87-6177

健康いちばんや



株式会社 大成建託

☎ 0280-87-6177



「うちのはなし」バックナンバーは弊社ホームページでご覧いただけます。

健康いちばんや

ホームページ <https://www.fp-taisei.co.jp>



## 旬を 食べよう！ ポークピカタ

卵液をたっぷりつけて焼くのがコツ

460cal 塩分2.1g

<作り方>

- ① 豚ロースは包丁の先で赤身と脂身の境めの筋を切り、脂身が多ければ少し取り除いて、両面に塩、コショウします。
- ② キャベツと皮をむいたニンジン細切りにして水にさらし、ざるに上げて水気をきります。
- ③ トマトはくし形に8等分し、パセリはみじん切り、サニーレタスは洗って水気をきり、食べやすい大きさにちぎります。
- ④ ボウルに卵を割りほぐし、粉チーズ、③のパセリを加えて混ぜ合わせます。
- ⑤ ①の豚肉に小麦粉をまぶして余分な粉をはらい落とします。
- ⑥ フライパンにサラダ油を熱して中火より少し弱い火にし、⑤の豚肉に④の卵液をたっぷりつけて焼きます。焼き色がつけば裏返し、両面を色よく焼き上げます。
- ⑧ Aを入れて煮詰め、ソースを作ります。
- ⑨ ⑦を皿に盛り、②③の付け合わせの野菜を添えて⑧のソースをかけ、出来上がり。

豚肉に卵液がつきにくい時は、フライパンに少し卵液を流した上に肉をのせて、液を巻き込むようにします。

～ 材料（4人分）～

- ・豚ロース肉(1cm厚さ)・・・4枚
  - ・小麦粉・・・・・・・・・・適量
  - ・塩・コショウ・・・・・・・・各少々
  - ・卵・・・・・・・・・・3個
  - ・粉チーズ・・・・・・・・・・大さじ3
  - ・パセリ・・・・・・・・・・1枝
  - ・サラダ油・・・・・・・・・・適量
- A
- ・フイヨン(または固形スープの素+水) 各 大さじ3
  - ・ウスターソース
  - ・トマトケチャップ
- 付け合わせ
- ・キャベツ・・・・・・・・150g
  - ・ニンジン・・・・・・・・30g
  - ・トマト・・・・・・・・1個
  - ・サニーレタス・・・・・・適量

## おがすい の 男ちゃん

陶芸編



## 家づくり 庭づくり

### 「秋」に学ぶガーデンデザイン

私たち日本人は、古の時代より、四季の中でも「秋」という季節を特別のものとしてとらえてきたといえます。植物の観点からみても、国花も春の「サクラ」と秋の「キク」、また春の薬膳としての七草に比べ、秋は景観的、情緒的にとらえた七草になります。

秋の七草の簡単な覚え方として、それぞれの名前の頭文字をとって、「オスキナフクハ」(お好きな服は?)で覚えます。オミナエシ、ススキ、キキョウ、ナデシコ、フジバカマ、クズ、ハギになります。これらの植物は、午後の夕陽で鑑賞した方が美しく感じます。したがって、庭の中でも夕陽の

あたる場所に植栽します。

日本の秋庭をデザインする時には、まず「情緒」と「借景」という言葉をキーワードに考えておくとよいでしょう。辞典をみると「情緒」とは、事に触れて起こるさまざまな微妙な感情。また、その感情を起こさせる特殊な雰囲気とあります。英語ではatmosphere「雰囲気」、emotion、sentiment「感情」になりますが、とても説明が難しい精神的な意味合いが含まれているように



美しい借景を水面に映し、秋の情緒を楽しむ(京都府立植物園)

思います。

次に、「借景」ですが、造園技法の

ひとつ。庭園外の山や樹木などの風景を、庭を形成すえう背景として取り入れたものとなり、英語では、surrounding landscape「囲まれた環境や景観」です。これも、英語では表現しきれない日本人独特の美意識感情を感じます。

つまり、「情緒のある庭づくり」「借景」を活かした庭づくり」ということになります。

春から夏の花と異なり、秋の花は控えめな色彩、形状をしているものが大半です。自然の紅葉に彩られた自然の山に掛ける、美しい森の中で、美的感覚を体感しながら育てることもガーデンデザインには必要です。

住まいづくりで「空気」について考えたことはありますか？

## キレイな空気で暮らす家

～毎日ふれる空気だから、いちばんこだわりたい。～

集塵効率98.5%！PM2.5や花粉、ハウスダストから家族を守る、ビルトイン空気清浄器付きのお家です。

●詳しくは-



株式会社大成建託

〒306-0405

茨城県猿島郡境町塚崎2542-1

☎0280-87-6177

健康いちばんや

