

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

2022.7月号 253



< 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



## わが家のコーディネート

— 私らしさを演出するテクニック

- ・シンプル・イズ・ベストでいい？
- ・時間がかもし出す雰囲気
- ・「真・添・控」でコーディネート

### NEWS

#### ご用心！室内で発生する熱中症

熱中症といえば、厳しい日射の屋外で発生するものと考えがちですが、発生場所の約4割が住宅内だということをご存知でしょうか。

発生原因としては、屋外での熱中症と同じく

- ①環境：室内の温度や湿度の上昇、風通しの悪さ
- ②身体：乳幼児や高齢者、体調不良の方
- ③行動：長時間の作業、

水分補給ができない状況 があります。



### なんでも相談会

十分に気をつけて、暑い夏を乗り切りましょう！

家のこと、なんでもご相談ください。

### 笑う門には福来たる

## 健康だいすき！ 壮年Diary

～とある、ひとこま～

この夏は猛暑になるとか…。暑い夏を乗り切るには、栄養バランスの整った食事と十分な睡眠が鍵となります。

食事がおろそかになると、スタミナ不足に、睡眠がおろそかになるとリカバリーが十分に出来ずに体から疲れが抜けない、熱中症の原因となります。

熱中症に関する事故は意外にも午前中に多く起きています。ですから、大切なのは朝から熱中症対策をすること！なのです。

その対策の1つは、朝食を食べることです。例えば、ご飯に味噌汁、麦茶コップ1杯。この組合せだけでも500ml近くの水分と適度な塩分、味噌汁を具沢山にすれば栄養も補給できます。

### 熱中症は朝から予防 朝ごはんにはお味噌汁がオススメ！

#### 社長コラム

朝ごはんを食べると食べないのでは、こんなに多くの水分やその他の栄養素に違いが出るのです。

さらに、寝ている間にはコップ1杯以上の汗をかく、ともいわれているので、朝ごはんを食べずに外出・運動することはガソリンのない車で遠出するようなものです。また、カフェインには、利尿作用がありますので、食事の時の飲み物はカフェインを含まない麦茶などがよいそうです。

「汗をかいたら水分や塩分を補給する」の前に、朝ごはんをしっかり食べ、1日の始まりに水分と栄養をたっぷり補給しましょう。



住まいづくりの難しさは、何よりも目の前にないものをイメージしなければならないことです。図面を見るだけで完成をイメージするのは、慣れていても簡単ではありません。その中で、わが家の個性を発揮することはさらに難しいことです。実際に暮らし始めて、住まいながら個性を発揮することは簡単に思えますが、わが家のコーディネートも納得できない人は多いようです。暮らしの空間をコーディネートするのに、どのような進め方をしたら良いのでしょうか。



## わが家のコーディネート 私らしさを演出するテクニック

### 「simple is best」でいい？

住宅メーカーの住宅展示場やカタログ写真に違和感がありませんか。

それはキレイに整えられ、コーディネートも行き届いていますが、本当にこんな生活ができるのだろうかと考えてしまいます。そうでなくても住宅展示場は、現実にそのまま建てられる人はいるのだろうか、疑いたくなるほど立派な家が並んでいます。

住宅メーカーのカタログはいかにも憧れの風景に見えます。でも、こんな生活が本当にできるのでしょうか。現実の生活には、生活を支えるためのモノがあふれています。

その意味では、どうしても作られた空間ではないかという違和感を感じてしまいます。

その違いを理解して、わが家のコーディネート手法は、ないものではないでしょうか。

この様な時に、最もよく聞かれるキーワードは「simple is best」です。様々なモノが雑多に揃うと複雑さが増し、コーディネートが崩れているように感じてしまいます。その点、デザイン要素となるものを極力減らして、シンプルに研ぎ澄ませれば整って感じます。その意味では、確かに「simple is best」は答えの一つではあります。しかし、「simple is best」に徹し

たコーディネートには、先にあげた展示場やカタログの写真と同じような、非現実的な感覚があります。生活感がなく、嘘くさい、どこか作られたコーディネートと思えます。

逆にシンプルでなくても実際に住まわれている写真の中にも、しっかりとしたコーディネートを感ぜさせる方も沢山見かけます。これらの事例の多くが、どこかに迫力を感じさせてくれる

コーディネートです。

「simple is best」とは、住宅を作品として設計しデザインする人のための言葉であり、実際に生活している人の生活に通じるものではありません。

その意味では、生活者にとってシンプルであることは最上なことではなく、基本となるべきことです。基本をシンプルにしておくという意味では、生活者にとっては「simple is base」であることが大事なのです。

そして、ベースとなるシンプルな空間に「時間」をかけて生活を重ねることで、本当のコーディネートが完成してゆきます。つまり、冒頭で感じた違和感というのは、「時間」を感じさせるか否かにあるのです。



## 「時間」の雰囲気

住宅展示場やカタログの写真に、時間が感じられないとはどんなことでしょうか。

展示用や撮影用に揃えたものは一度に揃えたものでしかありません。一方、住まい手が暮らしながら置いているものは、それぞれに違うタイミングで揃えたもので、歴史がにじみ出ています。

現実的な生活の中では、それぞれモノを買うタイミングや購入してくる店が違うのも当たり前であり、ましてや小物類は、数えきれないほどたくさんの揃えるタイミングがあります。

中には先祖伝来の家具があって、自分の意志で選ぶことができなかつたものが混じることもあります。似たようなデザインに見えても、年季の入ったものは、どこか迫力が違うものです。多少の傷や疲れも、その家具や小物の景色の一つとして魅力を醸し出します。

そのわずかな違いが、全体としての統一感を、ほんの少し崩すこととなります。つまり、展示場やカタログの写真に感じる嘘くさは、一度揃えたもので統一されすぎているところにあるのです。どんなに技術力を高めても、年季の入った職人の指先の感性にはかなわないように、私たちはこうした微妙な違いを感じ取っているのです。

## コーディネートのお

一方、統一感がなくなり、雑然としたインテリアは醜いものです。

実際に暮らしていると、その時、その時に必要とされるものを買ってゆくの、どうしても揃えることが難しくなります。もちろん、様々な家具や小物の候補の中から、良かれと思うものを絞り込んで選んだつもりなのですが、一部屋に揃えると、どこか統一感が狂ってしまいます。

統一感と書いても、絶妙のバランスの中にあるということ。インテリアコーディネート勉強は、理論を組み合わせ、この統一感を理解しようとするものですが、微妙なバランスは感性であって、簡単に修得できるものでもありません。

さらに難しくするのは、多少のバランスの不一致も、圧倒的な量で埋めることによって、また新しい統一感が生まれることがあります。

例えば、本棚を想像してみてください。その中に、すべて全集が並んでいるとしたら、それは写真に撮っても綺麗に整理された本棚です。

しかし、全集だけの本棚を置いている人が本当にいるのでしょうか。本も一度に買うものではなく、読みたいものを買ってゆくうちに揃うものです。

当然、サイズや色も違います。

この本を縦横に雑然と入れたのでは、醜い本棚になってしまいます。せめて高さを合わせて並べれば、多少の整理はつきますが、これでも雑然とした感覚はぬぐい去れないでしょう。

ここに、一つのテーマが見えてくると、雑然さが緩和されてきます。例えば、一人の作家の本を並べたり、本のジャンルが統一されると、サイズや色のばらつきが気にならなくなるのです。まさに個性が見えてくるということ。です。

## わが家のコーディネート



### 私らしさを演出するテクニック

また、本棚が数十列も連なって壁の一部となれば、逆に立派なインテリアとして成立し、写真も撮っても写り映えのするものになります。一気に集めることは難しく、集めてきた歴史を感じさせる迫力が生まれます。

時間をかけることは、必然的に複雑さを抱えることとなります。そのためには、家具選びや小物選びにも、コツがあります。

### 「真・添・控」でコーディネート

そのコツを教えてくれるのは、実は華道の中にあります。

流派によって違いがありますが、「真・添・控」とか「主・副・客」といった、3つの役割を知ること。いわゆる主人公、脇役、控え役を表していると考えたら単純です。ここでは仮に「真・添・控」の言葉を借りて書くことにします。

例えば最初に、コーディネートの「真」をしっかり決めておけば、それだけで統一を図ることができるようになります。

様々なアイテムを選ぶ時には、今、目の前にあって手に入れようとするものを「真」として考えがちです。そして、予算とも合わせながら、色々な候補を並べて、一番良いと思うものを選びます。すると、ひとつのインテリアの中にたくさんの「真」が持ち込まれてしまい、互いに主張しあうことで統一感が崩れるのです。「真」はあくまでも、コーディネート全体の中の主人公でなければなりません。

具体的には、空間の中で一番大事にしている、あるいは大事にしたい“モノ”を先に決めることです。大きさの大小は問いません。ソファの様な大きなものでも、壺とかさらに小さなものでもよいでしょう。

そして、その「真」になった“モノ”を尺度にして、買い足してゆくアイテムが合うかを判断してゆくとぶれることが少なくなります。逆に、この「真」が移り変わるとコーディネートは次第に崩れてゆきます。「真」は大切なものだけに、手放すこともないはず。です。

### 「添」は大きさ、「控」は数

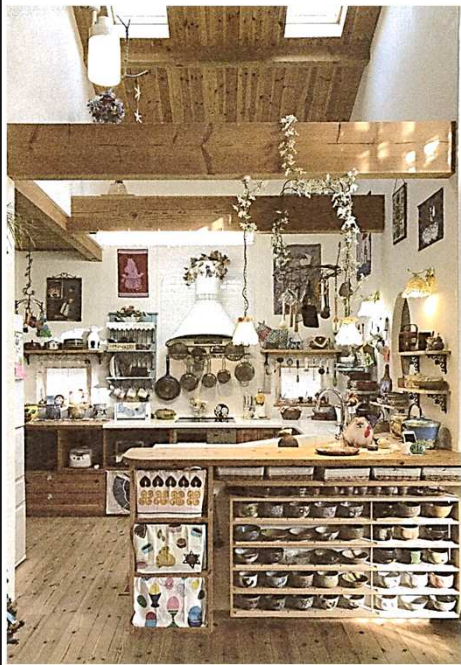
「真」が決まれば、次に「添」です。このコツも単純で、思った以上に大きなものを用意する事です。「真」がしっかりとしていれば、大きなものでも負ける事はないはず。むしろ「添」は、「真」のテーマを空間全体に知らしめてくれる役割を担います。そして、大きさがあるだけに、統一感の基点になってくれます。しかし「添」はあくまで「添」です。「真」とのコーディネートが合わないものは、大きなものを選んではいけません。

3つ目の「控」のコツは、数です。

「真」「添」に沿って選ばれた「控」のものであれば、コーディネートを崩すこともなく、数があればあるほど「真」への本気度を表すことができます。そして数は、当然、時間や歴史も感じさせてくれるようになります。

建築家であり芸術家、哲学者でもあったミース・ファン・デル・ローエが愛用していた言葉である「神は細部に宿る」の通りに、その部屋の中にある細やかなところにまで、「真」のかけらが「控」として行き届けば、まさにこの空間は本物となります。

新築のインテリアをどのようにコーディネートするかを悩むだけでなく、住まいながら我が家流に楽しむことが大切です。しっかり時間をかけて、自分が大切にしたいと思うものを、ぜひ決めてみてください。



# すまい文化の栞

## 江戸日本の経済文化

大阪堂島取引所が、日本で唯一の米先物取引所として2011年に復活してから11年、コメ取引が成立しないまま幕を閉じることになりました。小さな記事ですが、じつは日本の文化や経済の力を知る話です。

堂島米取引所のような商品取引所は、流通している商品の安定化を図るためにつくられてきました。今では商品だけではなく、為替などの金融資産も取引され金融デリバティブと呼ばれるようになり、世界のデリバティ

ブ取引の8割にも及びます。

取引の場となる立会場を備えた世界最初の商品取引所は、1848年のシカゴに始まるというのが通説です。

しかし、実は1600年代にはすでに堂島でコメ取引が始まっています。しかも、単純な現物商品の取引をするのではなく、先物という現物が無くても、証書などの信用を基に将来の取引をするものです。

当時の通貨よりもコメの方が、信頼が高かったことが背景にあります。ですから、藩も大名もそして武士も、何石取とコメの量で示されていました。

こうした先物市場は、保険のような信頼が基礎として必要となるので、国の保障がなければ



維持できません。シカゴの商品取引所ができる100年以上も前の1730年、享保15年に江戸幕府の公認を得て世界で初めて先物取引所として開かれました。

しかも、先物取引は現実の相場との差異を清算する仕組みも必要で、「消合場」という清算機関も備えていました。

黒船がきて、西洋文化が日本に流れ込んできたというイメージばかりが強く残りますが、日本の工芸品や浮世絵などの文化が世界に飛び出していったのと同じように、商品取引やさらに進んだ先物商品取引という経済活動も世界に羽ばたいていたのです。

## Health & Sustainability

### 省エネ義務化

2022年6月15日、参議院本会議で改正建築物省エネ法が成立しました。

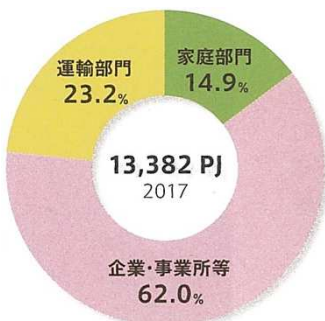
これまでは2,000㎡以上の大規模建築物だけに省エネ化への適合義務が課せられていたものが、2021年4月から、300㎡以上の中規模建築物、いずれも住宅以外は大規模・中規模の届出義務が課せられました。同時に、300㎡以下の建築物は住宅も含めて、

説明義務が課せられます。

そして、今回成立した法律により、いよいよ2025年度から一般住宅を含めた全ての建物に、より高い省エネルギー化を進めた建物とするよう義務が課せられることとなります。

同法の目的は、成立した正式名称の中にあります。その名称は、「脱炭素社会の実現に資するための建築物のエネルギー消費性能の向上に関する法律等の一部を改正する法律案」です。地球温暖化に端を発したエネルギー問題から、脱炭素への取組みは、世界中の国が目指しているものです。

日本も例外ではなく、日本全体のエネルギー消費量で見ても、家庭部門は15%あります。少なく思えるかもしれませんが、実は削減目標の割合が高いのは、産業部門よりも家庭部門、つまり住宅になっています。いよいよ政府も、この目標に向かって省エネへの厳しい舵を切り始めたということです。



コロナによる流通の停滞や、ロシアのウクライナ侵攻で木材価格も高騰している折、さらに工事費の負担が増えると考えられると、住宅取得へのハードルが高くなりそうな機運です。

しかし、それほど悲観するほどのことではありません。平成28年の省エネ基準では、仕様によって断熱性能を確保する方法も示され、義務化される基準は決して高いものではなくて

いるのです。工務店は業務も増えて負担が大きくなっていますが、消費者はそれほど大きな心配をする必要もないでしょう。

### ～編集後記～

早くも7月半ば。暑い日が続いています。皆様いかがお過ごしでしょうか。

昨年はコロナ禍により、中止となった花火大会が多かったのですが、今年は花火大会を開催する自治体も増えそうです。感染防止対策を行いながら、楽しみたいものですね。

\*詳しくは各自治体ホームページ等をご覧ください。

- ・古河市：8/6(短時間・無観客・複数箇所同時打上・会場非公開)
- ・境町：9/17
- ・筑西市：10/15 など

※感染状況等により変更の可能性があります。



すまいのレシピ

### タイルの陰影を柄のように...

TV壁面のタイルに照明をあてることで、陰影を空間のポイントになる柄のように楽しめます。木目オレフィンパネルは実は梁です。デザインのように見せることで梁の存在感をプラスに演出します。



# 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



「おうちのはなし」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！ トマトとカマンベールチーズのパンソテー

カリッとした衣の中にとろ〜りチーズとトマト。やみつきになりそう。

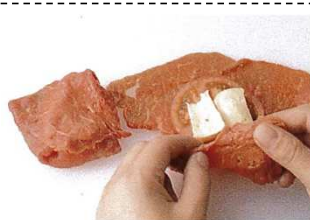


508kcal 塩分1.8g

<作り方>

- ① トマトはへたをくりぬき、1cm厚さの4枚に薄切りにする。カマンベールチーズは8等分に切る。
- ② 牛肉を広げて2枚1組し、軽く塩、こしょうをふり、トマト1枚、カマンベールチーズ2切れをのせて包む。
- ③ ②に小麦粉、溶き卵、パン粉の順に衣をつける。
- ④ フライパンに深さ1cmのサラダ油を弱火で熱し、③を入れて返しながら2〜3分揚げる。油をきって皿に盛り、ラディッシュ、レモンのくし形切りを添えて、出来上がり。

- 〜 材料 (2人分) 〜
- ・トマト.....1個
  - ・カマンベールチーズ.....100g
  - ・牛もも薄切り肉.....8枚
  - ・塩、こしょう.....各少量
  - ・小麦粉(薄力粉)、溶き卵、パン粉、揚げ油.....各適宜
  - ・ラディッシュ、レモン.....各適宜

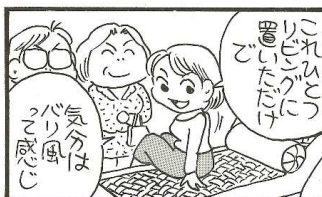


〜POINT〜

広げた牛肉の上にトマトを置いてカマンベールチーズをのせ、しっかりと包む。



## おがすの男ちゃん 家具編



## 家づくり 庭づくり

### キッチンガーデンを楽しもう

最近の園芸業界の植物同動向をみると、急激に野菜苗、ハーブ苗、フルーツ苗の需要が伸びています。

美しい花やガーデンの景観を楽しむだけでなく、暮らしの食文化でもあるキッチンガーデンは、私たちに喜びを与えてくれます。

自分で育てて、食したり、ポプリやお茶にするといった楽しみは女性だけでなく、男性にも人気があります。夫婦でキッチンガーデンを楽しむ姿は、とても素晴らしい生活スタイルです。

欧米のガーデンセンターでは、専用の縁取りや小さな収納倉庫、育苗用の小さな温室のようなハウスなど、キッチンガーデンに必要なグッズが充実しています。

日本でも、戸建ての住宅だけでなく、ベランダやテラスなどの狭いスペースをうまく活用した演出が、今後増えてくることでしょう。通常の花壇にもハーブやフルーツを積極的に選択していくのもよいでしょう。

欧米のガーデニングには、コンパニオンプランツという概念があります。コンパニオンとは「仲良し」という意味です。

コンパニオンプランツは、野菜類などと一緒に植えることで、害虫を防いだり、生育を良くしたり、様々な効果が期待できる植物です。ハーブ類などがその代表です。



たとえば、キッチンガーデンの花壇の縁取りに、線虫の発生を抑制するマリーゴールドと一緒に植えることにより、病害虫の対策になります。また、ラベンダーの芳香は、蚊を寄せつけにくく、私たちの暮らしにも役立ちます。

このように、植物とコンパニオンプランツをうまく組み合わせることで植えましょう。ただし、組合せによっては、互いに生育が悪くなる植物もありますので、注意が必要です。



ラベンダー  
蚊、アブラムシが嫌がる



マリーゴールド  
センチュウ、ウリハムシが嫌がる



ミント  
コナガ、ノミ、アリが嫌がる



セージ  
コナガ、コバエが嫌がる



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。

●詳しくはー



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

