



Have a Break

# Hitoiki Times

ひといきタイムズ

2021 年  
7 月

通刊  
46 号



今月のピックアップ

リフォームパートナー

## 環境アイランド GREEN FLOAT

建 築 家 / 清水建設  
建築想定地 / 太平洋上の赤道直下（イメージ）  
引 用 / hshimz.co.jp



清水建設が構想している環境未来都市。ひとつの“植物”のような都市がつかれないだろうか、という発想から、自然に溶け込んでやさしく共生し、生態系の一部としてともに成長していく、まるで水上に広がる睡蓮のようなアーバンシティ。

CO<sub>2</sub> をゼロにするだけでなく、まるで植物のように CO<sub>2</sub> を吸う都市に。

太陽と大洋の恵みをうけ、海の幸と山の幸を育むことで食糧自給率 100%を可能にしたうえで、廃棄物をエネルギーに変換し、再資源化できる都市へ。

環境に負荷をかけることなく、自立していける環境新時代の都市モデルをめざします。

高さ 700m 以上に日常生活ゾーンを設定。快適歩行距離といわれる半径 500m 以内に、居住およびサービス機能を集積。赤道直下の地上 700~1,000m のエリアでは、強風もなく、気温が一年中約 26~28℃と一定に保たれ、心地よく穏やかに過ごすことのできる省エネ型コンパクトシティです。

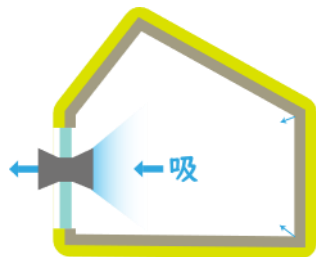
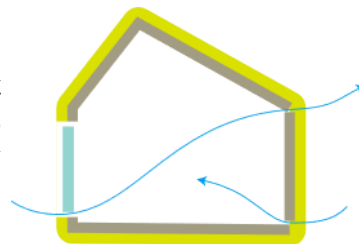


## Lesson 07

# 「エコ住宅」の技法④—高気密

### 気密性は重要です

いくら分厚い断熱材で壁を断熱化しても、隙間があっては意味がありません。「高気密・高断熱」とセットで言われるのはこのためです。気密性を確保するためには、設計もさることながら現場での施工技術が大きく影響します。



### 気密測定

隙間の量を測るには、実際に建った家で「気密測定」を行います。大きな掃除機のような機械を使って盛大に家の中の空気を吸い込み、どれぐらいの空気が抜けたかチェックします。気密測定は法律上の義務ではないので実施しない会社も多くありますが、逆に建築する全棟で気密測定をするような会社は、高気密化に熱心と言えます。

### 気密の性能を表すC値（シーチ）

気密測定で計測した隙間の量は、床面積で割ってC値という値で表されます。数値が小さいほど隙間が少ない高気密の住宅です。昔はC値が5.0以下で「高気密」とされていましたが、最近では技術が発達し、おおむねC値1.0以下の家が「高気密住宅」と言われています。



## 野比家の間取り(2005年～) / ドラえもん





# 居心地のいい部屋で気分も一新！ 片付け上手のコツを伝授

## 住まいの快適レポート

麗らかな春の陽気に誘われて心もウキウキ。お部屋もすっきり整理整頓して気分一新。片付け上手のコツをつかんで、毎日幸せに。

気持ちのいい  
部屋作りを  
実現するための  
**三か条**

- ・ 片付けられない苦手意識を払拭
- ・ 物はためない、増やさない
- ・ 隠す&魅せる収納ですっきりセンスアップ

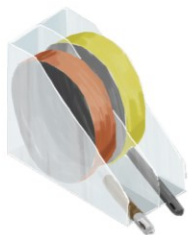
### ✔ これだけは実践したい、片付け上手への道

- 数年、着用していない衣類は処分を。フリマアプリなどの活用も一考です。
- 出す、分ける、しまうの3ステップを実践。
  - 1 すべてのモノを出す。
  - 2 残すモノ、捨てるモノを分ける。
  - 3 残したモノの使用頻度を考慮して、取り出しやすい場所にしまう。
- 日用品や食品のストック買いは計画を持って、必要最小限にとどめましょう。
- 使ったら必ず元の場所に戻すことを徹底。

### ✔ 片付け下手な行動を見直す

- Q** 「片付けるために収納グッズを頻繁に購入してしまいます」。
- A** 収納グッズを購入する前に、まずは何を入れるためのかをイメージすることが大切です。
- Q** 「いざ片付けようと思っても、時間がなくて。まとめてやるために先延ばしになりがちです」。
- A** 完璧は求めない。片付けのハードルを低くして苦手意識を持たないようにするのが得策です。今日はデスク周りを30分間だけといった調子で1箇所、時間を区切って片付けを。

## すっきりきれいなキッチン収納術



### ◀ ファイルケースを活用

フライパンをはじめお皿やキッチンアイテムの収納に大活躍するのが市販のファイルケースです。立てて収納できるので省スペースにまとめられます。



### 調味料類は斜め置きが楽チン▶

背が高く倒れやすい調味料ボトルは、斜め置きできるタイプのキッチンラックががおすすめです。ちらかりがちなシンク下に配置して、すっきりきれいに。

### 壁面利用で収納スペースを確保▼

コンロ周りの壁面は、フックやマグネットなどを利用して吊り下げ式収納を。キッチンツールは一色でまとめるとスタイリッシュです。調味料類もラックに入れて壁面に配置。料理の効率もアップして時短にもなり一石二鳥！



オススメ商品  
リシェルSI

流れるようにスムーズに、料理がもっと楽しくなるキッチン♪

調理をする人の心と体の動きにやさしくフィットして使いやすさを高めてくれる2つのポイントをご紹介します。



©株式会社 LIXIL

### ポイント 1 調理と後片付けを W でサポートしてくれる「W サポートシンク」

2段のレーンと2種類のプレートを組み合わせて、下ごしらえや調理、後片付けを効率アップ。



©株式会社 LIXIL

### ポイント 2 ほしい道具が少ない動きで簡単に取り出せる「らくパツ&収納」

調理している人の動線に沿って道具が取り出せる収納です。扉が斜めに傾く動きを利用して、引出しを開ける為に必要な力を約30%軽減します。



©株式会社 LIXIL

商品のお問合せは…



## 余ったキュウリの梅肉あえ



| 材料 |      |           |
|----|------|-----------|
|    | ＜材料＞ | ＜調味料＞お好みで |
|    | きゅうり | 1 本分      |
|    | みょうが | 1 こ       |
|    | 梅干し  | 2 粒       |
|    |      | 昆布つゆ      |
|    |      | かつお節      |



- ① きゅうりは、袋にいれ麺棒でたたく
- ② みょうがは、千切りにする
- ③ ①の袋に②と梅干(種のままで OK)を入れて

梅干しを潰すように揉みこみ、お皿に盛りつけて完成。

\*お好みで・昆布つゆ ・かつお節を入れてもおいしくいただけます。



冷蔵庫  
開けて眺めて  
何もせず  
ペンネーム イチゴのほころ

ズボン・シャツ  
拾っていけば  
いるあなた  
ペンネーム 宮のふみ

最後まで  
閉めていこうぜ  
ジャムのふた  
ペンネーム 糖質無制限

言い合いの  
後のスイーツ  
半端ない  
ペンネーム もふもふ

微笑んで  
舌打ちするの  
良くないよ  
ペンネーム お酢

なぜかしら  
夫の車  
だけに酔う  
ペンネーム 花がえる

飲むことに  
コップ変えるな  
ファミレスか！  
ペンネーム ともやん

引用 : <https://newscast.jp/>

### リフォームパートナー

〒679-1122 兵庫県多可郡多可町中区中安田 480

お問い合わせ : 0120-600-916

