心豊かなスローライフのための情報

木族の家通信



木の家に住もう! 2012年10月1日号 (毎月1日発行)

発行:株式会社 木族の家発行責任者: 田中 俊男〒390-0874 松本市大手 2-8-6フリータ・イヤル 0120-997470

今月の特集 「あなたの秋は?」

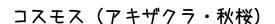
このごろは、誰もがあ然とするような事件が相次ぎ「日本は一体どうなっているんだろう」と不安になってしまうことがあります。日本経済は相変わらず冷え冷えとしており、地方によっては、かつてはにぎやかな商店街であっただろうと思われる所があちこでシャッターがおろされ、この街のひとは一体何処で働いているのだろうと考えてしまうような所もあります。

そんな街を歩いていて思う事はやはり、生活には活気が大切なんだということです。 今までは、時期を待っていたらいつか良い時も廻ってくるだろう、誰かが良い景気を運ん で来てくれるかもしれない、という漠然とした期待を持っていたと思います。でも結局は、 自分の周りは自分で活気を作らなければいけないのだということです。

身近なところで人が集まるイベント、日常生活とちょっと違う変化、思わず立ち止まってその雰囲気の中に溶け込まれたいと望む何か、大人も子供も楽しめる場所、そのような小さな場所を作ったり、人が気楽に立ち寄り、くつろげる空間は大切です。

今年の秋は、近くの行事に積極的に参加したり、どこかの有名な「お祭り」を見学したりして、子供達の純真な活気や、人々の豪快な活力をもらい、このよどんだ日本の空気を一掃したいものです。

自分達の原点を振り返り、爽快な秋の空のように果てしない夢や希望を持ち、新鮮な一歩を踏み出したいものだと思います。





キク科 春まき1年草 秋の代表的な草花。日照時間が短くならないと開花しない短日植物であったが、 現在は、品種改良で大輪早咲き種のセンセーション系が主力。茎が太く切花用のベルサイユ、黄色のイエローガーデン、 花弁が袋状のシーシェル茶色のチョコレートなど多様。

親子すまいかた教室

住まいの防犯 どろぼうにねらわれにくい住まい(その2)

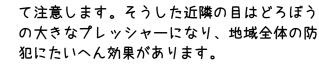
監修:奈良女子大学助教授 瀬渡章子 さん

家のまわり

家のまわりの見通しが悪いと、どろぼうはねらいやすいと感じるようです。高いブロック 塀は、低い格子やフェンスなどにしたほうが、 出入り口や窓などが外から見やすくなり、ど ろぼうが玄関や窓をこじ開けることがしにく くなります。また、塀を低目にするのは、見 やすいだけではなく、屋根や高い位置の窓に 上がる足場をつくらないことにもつながりま す。庭の木も日頃からちゃんと手入れをして、 見通しをよくしておきましょう。

さらに庭には砂利などを敷いておくと、歩く

と人どま人でらいごきな人からに気ぼ。吠っるう所っ人来らに気ぼまえてどで同てやたるいろす士い見場とのすがなをあがにく知なだなのすがなをあがにく知なだれ「にでくりい庭き多、つらいれって、、りい庭き多、つらいれっ



出入り口

錠を開けて、玄関から堂々と入ってきてしまうどろぼうがかなりいるようです。カギをかけておくことはもちろんのこと、錠自体も防犯性の高い種類を選ぶことが大切です。また、錠はひとつだけではなく、2つ以上つけると防犯には効果的です。なぜかというと、開けたり壊したりする時間がかかればかかるほど、どろぼうがいやがるからです。さらに、ドアと枠の間に隙間があると、そこからこじ開けられるおそれがあるので、隙間を埋めるガー

ドプレートというものを取り付けるようにするとよいでしょう。玄関ドアの横やドア自体に明かりとりためのガラス窓がある場合は、注意が必要です。そのガラスを割って手を入れ、中から錠を開けられてしまわないように、割れにくいガラスにしたり、格子などを取り付けるようにするなど用心しましょう。また、ドアに郵便受けがついている場合には、手を入れられないよう、内側にはカバーをつけておくとよいでしょう。

住まいの出入り口には、玄関のほかに勝手口などもあります。こうした出入り口にも玄関

と同様に、防犯性の 高い錠を2つ以上つ けておくと安心です。

ガラス窓

きましょう。とはいっても、窓はどろばうのかのも、とはいってもののないのでは、ののないのでは、できるに関連をできるいができるいができるいができるののない。というでは、できるののないでは、できるができるのには、できるができるのには、ないかがいができるが、ないでは、しているがががいまた。これがいるでは、できるが、またいが、またいが、またいが、またいが、またいが、またいが、またいが、は、は、では、は、では、は、では、は、では、は、いいのでは、いいのでは、は、いいのでは、は、いいのでは、は、いいのでは、は、いいのでは、は、いいのでは、

瓦版10月号

現場実況中継

~ホームページで毎日更新中の現場のようすを瓦版でもご紹介~

◇松本市 Yさま邸 (新築・11月完成予定)



延具枠製作中 木族の家では建具枠は全て無垢材です。

◇松本市 はま邸 (新築・12月完成予定)



<u>→</u> <u>→</u> 我が家が立体になる瞬間は感動!

◇松本市 Kさま邸 (新築・12月完成予定)



<u>上</u>棟 こちらも上棟。今月は3棟の上棟がありました。

◇安曇野市 Fさま邸 (リフォーム・11月完成予定)



オンドル蓄熱砂利搬入 1/7ォームで暖房お手本住宅に大変身♪

◇安曇野市 ○さま邸 (新築・12月完成予定)



<u>→ 1水</u> 朝から作業を始め、お局過ぎに無事「棟」が上がりました。

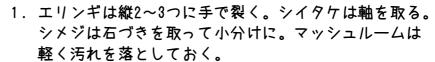


「旬を食べる」

秋が深まるにつれ食欲も増進し「味覚の秋」をたっぷり満喫することができます。新米のおいしさは格別ですが、さつまいも、栗、柿、ぶどう、松茸(香りと値段ではピカー)をはじめとするきのこ類、たっぷりと脂がのって家計にやさしい秋刀魚(さんま)、戻り鰹と並べたらきりがないほどいろいろな食べ物が出まわり、旬をむかえます。旬のものを食べると次の季節を健康に過ごせるといわれています。冬に風邪をひきづらい体質をつくるためにもどんどん秋の味覚を取り入れおいしく食べてください。

簡単レシピ

[きのこのオーブン焼]



- 2. オーブンの天板にきのこ類を並べオリーブオイルを 上から回しかける。 塩をふってからオーブンに入れ、200℃で5~6分焼く。
- 3. 焼き上がったらレモンを絞っていただく。



[戻り鰹]

「目に青葉 山ホトトギス 初鰹」と詠まれるように鰹と言えば5月を思い起こす人も多いでしょうが、産卵のため丸まる太り脂ののったこれからが、かつおの一番美味しい時期になります。表面を香ばしく焼き上げたタタキを、にんにく、生姜、大葉の薬味をそえたポン酢でさっぱりといただいてください。鰹のおいしさを一層引き立ててくれます。

少し残ってしまった鰹は1cm幅ほどに切り、生姜醤油に30分ほど 漬け込み、アツアツの新米に乗せ熱湯をそそぐだけでおいしい 鰹のお茶漬けができあがります。



秋の秋刀魚は、栄養価が高く、血液を浄化しコレステロ―ルを下げ、 中性脂肪や生活習慣病を減らします。たっぷりの大根おろしで食べる のは、同じ脂がのっていても鰹とは違う淡白な美味しさがあ ります。

なにはともあれ、旬の野菜、くだもの、魚と充分に秋の味を味わい尽くしてください。

##	7	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	55	23	24	25	26	27	28	29	30	31
1	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土		月	K	水	水	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
2012年		赤口 地鎮上 棟吉日	先勝	友引 地鎮祭 吉日	先負	仏滅	大安上標吉日	体育の日 赤口 地鎮上 棟吉日	先勝	友引 地鎮上 棟吉日	先負	仏滅	大守		すまい りんぐ 発行日	仏滅	大守	赤口 地鎮祭 吉日	先勝 上棟 吉日	友引 地鎮祭 吉日	先負	仏滅	大守	赤口	先勝	友引 地鎮上 棟吉日	先負 上標 吉日	仏滅	大守	赤口 地鎮上 棟吉日	先勝