お気に入りの服を大切にしたい♪　汚れを効率的に落としたい！

洗濯の豆知識 ③

日々の日課である洗濯。洗濯機に洗った服を取りに行って、物干しコーナーまで運んで干して・・・そうしているとあっという間に時間がたってしまう。そう感じている方は、洗濯の動作を見直してみると、家事がもっと楽になるかもしれません。

1 洗濯の動作から家事の効率化を考える

■「洗濯動線」を考えて家事の効率アップ！

「洗濯」と一言でいっても、洗うだけではありません。洗濯をして服を干した後、乾いたら洗濯物を取り込み、たたんで収納するという「洗う」→「干す」→「たたむ」→「しまう」の動作があります。それら洗濯一連の動作の流れである「洗濯動線」を考えてみましょう。それぞれの動作を簡単にできるよう工夫したり、動作と動作の間の移動距離を短くすることで、効率がぐ～ん！とアップします。

洗う ▷ 干す ▷ たたむ ▷ しまう

■洗濯を楽にする動線の間取りとは

洗濯機、物干しスペース、たたんだ衣類の収納スペースを近い場所に集約して、「洗う」→「干す」→「たたむ」→「しまう」を効率的に行えるようにすることが、洗濯が楽になる間取りの秘訣です。ここでは、具体的な間取りのアイデアをいくつか紹介します。

①洗濯機のある洗面・脱衣室と室内干しができる部屋を隣接させることで、「洗う」→「干す」の動線が短くなり、家事の効率アップにつながります。

②洗濯・脱衣室に直結のクローゼットを確保します。よく使うタオル類やパジャマ、下着や子どもの着替えなどは、取り込んですぐにクローゼットでたたみ、そこに収納することができます。

③洗濯スペースをキッチンの近くに配置するのも、見落としがちなポイントです。朝のお出かけ準備や夕飯の片付けと並行して洗濯する時に最短移動が可能になります。

2 室内干しを活用して家事をスムーズに

家を建てる際、洗面・脱衣室の天井に室内干しユニットを取り付ける家庭も増えています。室内干しユニットには、使う時だけ天井に金具を取り付けて竿をかけるタイプや、電動で 竿を下ろして使うタイプもあります。雨の日はもちろん、共働きや夜に洗濯をしたいという場合にも、室内干しができる設備があれば、家事がぐんとスムーズになりますね。

※「洗濯の豆知識」参考資料：Room plus 168 号

「洗濯の豆知識」は今月号で最終回となります。お読みいただいたみなさま、ありがとうございました！

こころ豊かなスローライフのための情報誌

木族の家通信

No.124

株式会社 木族の家（きぞくのいえ）KIZOKU NO IE
家族が集う木の住まい

2019年3月1日号（毎月1日発行）

快適にくらす耳よりなお話

春の足音が聞こえてきませんか？

日差しのあたたかさを感じられる日が少しずつ増えてきました。
寒さが緩んだ日には、梅の花やフキノトウなど
早春を告げる植物を探しに出かけるのもいいですね。

季節の力イテキ

ホコリっぽい季節もお掃除でスッキリ！

春のお掃除ポイントは？

暦の上では春でも、まだまだ寒い3月。この季節ならではのお掃除のコツがあるんです。花粉が飛ぶこの季節は、空気が乾燥しているので、掃除機をかけるときに花粉やホコリが舞い上がりやすいのです。掃除機を使う前に、部屋を十分に加湿しておくのがポイントです。

水拭きができる掃除機を

掃除機には、サイクロン式や紙パック式による従来のキャニスター型掃除機、スティック型掃除機、ロボット型掃除機などさまざまな種類がありますが、最近は水拭き機能が充実した製品が増えています。掃除機をかけてホコリはスッキリ無くしたいもの。水拭きのできる掃除機を上手に活用したいですね。

より手軽に、便利に進化中！

そのなかでも手軽さで注目を集めているのは、「吸う」と「拭く」が同時にできるコードレスのスティック型掃除機。ヘッド部分に市販のワイパーシートを装着して、ゴミを吸引しながら拭き掃除ができる優れものです。ロボット型掃除機にも吸引と拭き掃除が同時にできるタイプがあり、さらには水拭きと乾拭きを同時に行う製品も販売されています。花粉や埃をためないことが、カイテキへの近道。使いやすい掃除機を選んで、健康的な毎日を送りましょう！

まいにち、養生ごはん

薬膳の考え方をベースに、気軽につくれる「養生ごはん」。食による「こころとからだのセルフケア」を始めませんか？

お湯を注げば味噌汁が楽しめる「滋養たっぷり味噌玉」

少し前から発酵食品の健康面や美容面での効果が注目されています。なかでも身近な発酵食品「味噌」は、「味噌の医者殺し」と言われるほど栄養が豊富に含まれており、この時期流行する風邪やインフルエンザ予防にもおすすめの食材です。しかしその一方で、若い人たちを中心に「味噌離れ」が進んでいるのも事実。そこで今回は、味噌を使った保存食「味噌玉」をご紹介します。お湯を注ぐだけで、いつでもどこでも美味しい味噌汁が楽しめます。

材料（4個分）

味噌大さじ2、黒すり胡麻大さじ1、くるみ2片、クコの実10粒、切り昆布ひとつまみ

作り方

1　くるみは粗く刻んでおく。
2　ボウルに全ての材料を入れてよく混ぜる。3～4等分して丸める（手を汚したくない場合は、ラップを使って丸めてもOK）。
3　カップに2の味噌玉を入れて、熱湯150cc前後を注ぎ、よく混ぜる。

今回のレシピでは胡麻・くるみ・クコの実・昆布などいずれも乾燥した食材を混ぜ込んでいるため、冷蔵庫で保存し1～2週間は美味しく食べられます。お好みで、鰹節や刻んだ長ねぎ、すりおろした生姜などを加えるのもよく合います。週末など時間のある時にまとめて作っておくと、慌ただしい時の朝食やランチタイムなどに重宝します。また、お弁当などに添えて学校や仕事場で楽しむのもおすすめ。滋養たっぷりの味噌玉で、元気にお過ごしくださいね。

（養生キッチンふうど 主宰／松橋佳奈子）

イロイロ情報

より快適に暮らすためのちょっとしたヒントや、完成見学会のお知らせ、イベント情報、木族の家での出来事など
様々な情報をお届けしていきます！

キヅクノイエ NEWS !!!

3月の見学会は
安曇野市で開催～♪

完成見学会のお知らせ

2019年 3月2日(土)・3日(日)・4日(月)

『技あり収納でスッキリつながる空間設計』

◆場所：安曇野市豊科
◆時間：9:00～17:00

■ 延床　32.42 坪（1 階 19.78 坪 2 階 12.64 坪）
■ 間取り　4LDK＋ウォークインクローゼット

★家族の生活スタイルに合わせた収納　★防犯ガラスを各所に採用
★和室の床の間にはカウンターを設えました

2019年 3月21日(木・祝)・22日(金)・23日(土)

『広いウッドデッキとこだわり書斎で悠々LIFE』

◆場所：安曇野市三郷
◆時間：9:00～17:00

■ 延床　34.31 坪（1 階 18.53 坪 2 階 15.78 坪）
■ 間取り　4LDK＋ウォークインクローゼット＋リビング畳コーナー＋ウッドデッキ＋ロフト

★2階にはスキップフロアの書斎　★屋根のある広々ウッドデッキ
★LDK と小上がりの畳コーナーが一つの空間としてつながっています

☆詳しくは HPをご覧ください♪【www.kizokunoie.com】→【見学会情報（メニューバー内）】又は【木族の家からのお知らせ（トップページ下）】をチェック!!

楽しい事がありました 木族の家の出来事

『でてこん会』を開催しました！

／社員と大工さんが集合！＼

＼新社長あいさつ☆／

2月7日に『でてこん会』を開催させていただきました。（参加者は総勢 80 名弱！ありがとうございます）いつもお世話になっている業者さんや大工さんをお招きし、和気あいあいと過ごす時間を設けたいと考えて名付けた『でてこん会』。ビンゴや美味しいごはんを楽しみながら参加者のみなさまと交流できた、幸せなひとときでした♪

その他のお知らせ

ホームページから見学会のWEB予約ができるようになりました！

木族の家の完成見学会は、予約不要でご来場いただけますが、じっくりとご覧になりたい方、スタッフとおうちづくりの相談をじっくりされたい方は、ぜひ WEB 予約をご利用ください。

★スマホ・PC どちらからもご利用できます
★予約フォームはホームページの各見学会お知らせページにございます

カンタン！　安心♪

木族の家 スタッフコラム

Written by サクライ

只今、春の木工教室に向けて木工品を試作中です！写真はある物を作っているところ。どうすれば良い音が出るのか？楽しく作っていただける形になるのか？研究を重ねています。春の木工教室についてはまたお知らせいたしますので、どうぞご期待ください！

現場実況中継

現場実況中継は、木族の家ホームページにてご覧いただけます。【木族の家 HP(kizokunoie.com)】→トップページ下【現場中継】

安曇野市豊科 Oさま邸

新築
3月完成予定

3月2日(土)～
完成見学会です
♪(^◇^)/

1. ユニットバス取り付け

UB、いわゆるユニットバスは、工場で製作された部品を現地で組み立てるタイプのお風呂になります。
四角い骨組みを組み、その各面にパネルを入れて箱を作っていくイメージです。
そのパネルには前もってネジ穴が開けてあり、かつ、パネルの裏側には、下地や金物が設置されています。
（…HP へ続く）

安曇野市三郷 Tさま邸

新築
3月完成予定

3月21日(木)～
完成見学会です
♪(^◇^)/

1. 内部造作打ち合わせ

図面上では分かりにくい高さ、広さ、大きさ、造作家具等を建築主様と建築現場で打ち合わせをしています。やっぱり建築現場で打ち合わせをしないと、建築主様の要望を受け止められないと思います。断熱材も見ていただき見た目の温かさを感じていただきました。

松本市 安曇 Aさま邸

新築
3月完成予定

1. 左官工事（外壁仕上げ）

探していました。気温が日中上がり夜冷え込まない日を。
その日は 2 月の 4 日～6 日でした。
左官職人 8 人で一気に 1 日で塗り壁を仕上げました。
建物廻りにダクトを配置し、ジェットヒーターで温度も上げています。
凍結等も無く、通常の仕上がりとなりました。

塩尻市 大門 Tさま邸

新築
3月完成予定

1. 床柱の選定

間取りの中に、昔ながらの長押の付く本座敷があります。本座敷ですから床柱を建てます。その為床柱を決めています。一位・えんじゅ・紫檀等数多くの床柱から建築主様は、数多くの杉の絞り丸太から一本を選びました。なんと、それは天然の絞り丸太だったのです。絞り丸太は人口で造られたものがほとんどで天然物は貴重です。少々高価です。建築主様の目利きのすごさに感服した日でした。

松本市 里山辺 Uさま邸

新築
4月完成予定

1. 外部造作

松本市里山辺の U 様邸は外部造作がそろそろ終わります。
外部造作とは、ｻｯｼの取り付け、塗り壁の下地、軒天の板張り、格子等です。
今回は軒天について、少し解説します。
まず、軒裏、軒天とは、屋根の裏側で、かつ外壁から外の部分のことです。
上の写真は軒天に板を貼る前と貼った後の違いが確認できます。
（…HP へ続く）

塩尻市 広丘 Kさま邸

新築
5月完成予定

1. 建て方完了

先日建て方が完了し、形になりました。おめでとうございます。
構造部分の施工が終わり、これで大地震が来ても安心になりました。
この寒い中、大工さんはサッシをつけたり、軒天や、外壁の下地など、外の工事を進めていきます。寒いですが頑張ります。うちの外壁は左官工事のため、時間がかかります。外部をなるべく進め、左官屋さんが早めに入れるようにしています。
（…HP へ続く）

3	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引	先負	仏滅	大安	赤口	先勝	友引
2019		←←← Oさま邸完成見学会→→→ (安曇野市)			上棟吉日	三隣亡	地鎮祭吉日					地鎮上棟吉日		地鎮上棟吉日			地鎮祭吉日	三隣亡	地鎮上棟吉日	地鎮上棟吉日	←←← Tさま邸完成見学会→→→ (安曇野市)					地鎮上棟吉日		地鎮上棟吉日	地鎮祭吉日	三隣亡	