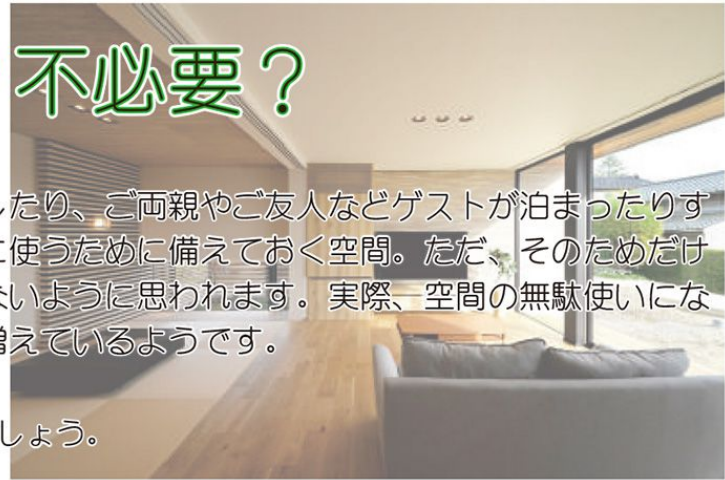


住まいるニュース

Vol.75

和室は必要？不必要？

和室は、仏間として、また来客時におもてなしをしたり、ご両親やご友人などゲストが泊まったりする部屋として活躍します。言うなれば、必要な時に使うために備えておく空間。ただ、そのために和室をつくるのは、使用頻度が低くてもったいないように思われます。実際、空間の無駄使いになってしまうという理由から、和室を作らない方も増えているようです。



まずは、和室を作るメリット・デメリットを見てみましょう。

『メリット』

ベッドやチェアなどの家具を置かなくてもいい和室は、応接間や寝室、お子さまのプレイスペースのほか、赤ちゃんのお昼寝にも使える多目的な場所。洋室より柔軟な使い方ができます。また、畳や和紙など、湿度調節できる素材が日本の気候風土と調和し、一年を通して快適に過ごすことができます。

『デメリット』

せっかく和室のためにスペースを割いても、使用頻度が低いと空間の無駄使いになってしまいます。寝室として使う場合は、布団の上げ下げなどを面倒に感じるかもしれません。



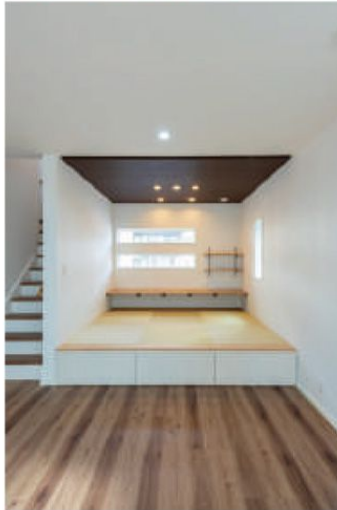
柔軟に使える和室バリエーション

リビングとひとつつながりの和室



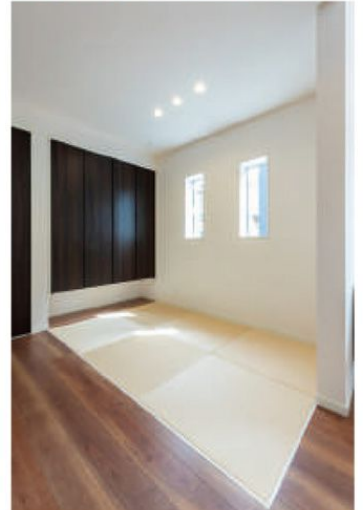
リビングの延長線上に和室を設け、襖や引き戸で仕切るようにします。普段は扉をオープンにすれば、リビングとひとつつながりの、のびやかな空間が生まれます。ポイントは、内装の雰囲気を合せること。壁紙はもちろんですが、意外に目立つのが畳の緑の色。ベージュなどの淡い色に抑えると、洋室と一つの空間にあっても違和感がありません。

小上がりの和室



リビングとつながった和室の中でも、段差をつけた小上がりの和室なら、空間に変化が生まれ間延びした印象も与えません。このとき、リビングでイスに座ったときと、和室で畳に座ったときの目線の高さを合せておくのがポイント。こうすることでリビングとのコミュニケーションがスムーズになります。また畳下を収納にすれば収納家具を置く必要がなく、和室自体も広く使えます。

コンパクトな畳コーナー



独立した和室を作らなくても、LDKに3帖ほどの小さな畳コーナーがあれば大活躍。赤ちゃんのお昼寝やお子さまのプレイルームにはもちろん、パパやママがゴロンと横になって、い草の香りを感じながらくつろぐこともできます。洗濯物を畳んだりアイロンがけをしたり、ちょっとした家事にも使いやすいでしょ。押入れを作る場合は、床から浮いたような「吊押し」がおすす。小さなスペースも広く見えますし、下の空間を床の間代わりに使うこともできます。

ポイントは自由で柔軟な空間づくり

和室の役割は、ライフステージやシーンによって変化します。役割に応じて柔軟に使えるように、自由度が高い空間をつくるのがポイントです。

和室には、家族の人生設計が反映されます。今、どのように暮らしたいのか、という希望はもちろん、将来はご夫婦の時間をどのように使うのか。長く充実した人生に思いを馳せながら、後悔のない間取りの家づくりを目指しましょう。

建設中現場のご紹介



H様邸(丹波市)



N様邸(丹波篠山市)



F様邸(福知山市)



S様邸(福知山市)



A様邸(福知山市)



K様邸(丹波篠山市)



F様邸(福知山市)



Y様邸(福知山市)



F様邸(福知山市)



T様邸(丹波篠山市)



O様邸(福知山市)



O様邸(丹波篠山市)



T様邸(福知山市)

住宅事業部 STAFFコラム



今回の担当は、
営業
前田弥々
です。

今、食べる物に含まれる成分に対する関心が高まっています！
2月14日はバレンタインデーということで、チョコレートの成分についてのお話です。

チョコレートで美味しく健康に！



カカオポリフェノールとは？

さまざまな成分の中でも、注目度が高いものといえばポリフェノール。「動脈硬化予防に効果があるらしい」「カラダのサビ、活性酸素を退治してくれる…」などなど数多くの研究を通じてその多彩な機能が次々に明らかになっていきます。緑茶、赤ワインをはじめ、ポリフェノールが含まれた食べ物は色々ありますが、チョコレートの材料、カカオ豆にもカカオポリフェノールがたっぷり含まれています。実はこのポリフェノール、自然食品から摂取することが以外に難しいことはあまり知られていません。比較的効率よく摂取できるものは、それこそ素材をれごと使うことができるカカオ豆なのです。ポリフェノールが豊富に含まれ、しかも気軽に利用しやすい食べ物、チョコレートやココアというわけです。

カカオプロテインとは？

難消化性の物質は、小腸で消化吸収されず、大腸に届き、便の基材となっただかさを増すことができます。また、腸内細菌のえさとなり腸内フローラを変化させることで、整腸作用を及ぼします。カカオプロテインには、便のかさ増し効果と整腸作用による「便秘改善」の効果が期待できると言われています。



1. 「血圧低下」 ポリフェノール

血管が詰まり、細くなることで血圧は上昇しますが、カカオポリフェノールをとることで、血管を広げる作用が期待できることがわかりました。



2. 「動脈硬化」 ポリフェノール

動脈硬化を引き起こす原因のひとつは、体内に生じる活性酸素によってコレステロールが酸化されること。カカオポリフェノールは強い抗酸化力で、酸化を抑える働きが期待されています。



3. 「美容効果」 ポリフェノール

見た目年齢が若くても、肌は年齢とともに老化します。カカオポリフェノールは、肌老化の原因の一つである「活性酸素」が引き起こすトラブルを防ぐことが期待されています。



4. 「アレルギーの改善」 ポリフェノール

動脈硬化を引き起こす原因のひとつは、体内に生じる活性酸素によってコレステロールが酸化されること。カカオポリフェノールは強い抗酸化力で、酸化を抑える働きが期待されています。

5. 「脳の活性化」 ポリフェノール

能は加齢とともに記憶や学習などの認知機能が低下します。カカオポリフェノールは、脳の栄養と言われる「BDNF」に働きかけ、認知機能を高められる可能性があります。



6. 「便秘改善」 プロテイン

便秘をよくする方法には、便のかさを増すことと、腸内環境を整えることがあげられます。世界で初めて抽出に成功したカカオプロテインの消化されにくい性質に便秘改善の働きが期待されます。



■未来を担うゼロエネルギー住宅

ウィズ
— With —

省エネの工夫で消費エネルギーを減らし、使うエネルギーは自ら創り出す。究極のエコロジー住宅です。



LINEからチャット感覚でお問合せ・カタログ請求

