

住まいるニュース

Vol.78

パントリーは必要？不要？

パントリーとは？

キッチンに近接して設けられた食品や調理器具、食器を収納するスペースのことです。食品貯蔵庫としてだけでなく、机を設けて家計簿をつけたりアイロンをかけたりするプライベートルーム利用も。



パントリーの種類

1. 「ウォークイン型」 出入口が一つの小部屋のパントリー
2. 「壁面収納型」 キッチンの壁利用のパントリー
3. 「ウォークスルー型」 通り抜けできるように出入口が2つあるパントリー

パントリーの種類

1. 「ウォークイン型」 出入口が一つの小部屋のパントリー
2. 「壁面収納型」 キッチンの壁利用のパントリー
3. 「ウォークスルー型」 通り抜けできるように出入口が2つあるパントリー



メリット

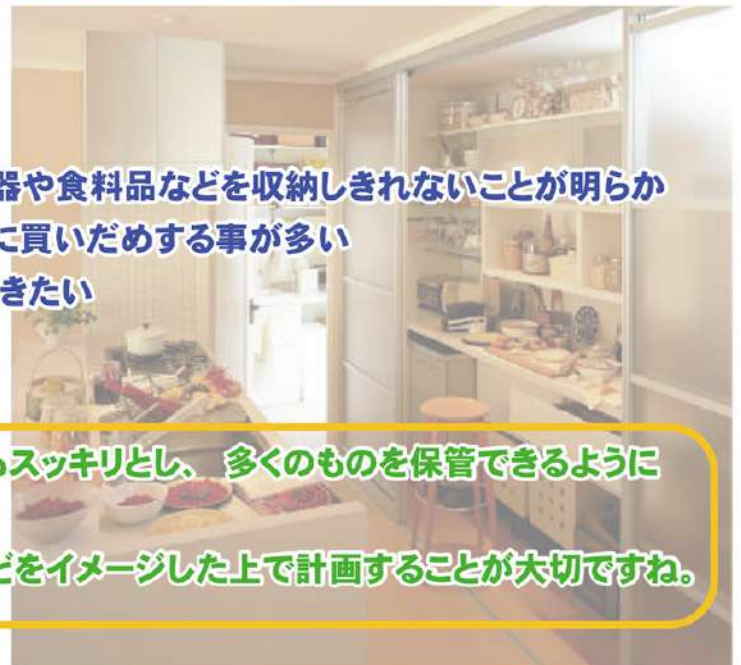
1. キッチンまわりのアイテムを収納できるスペースを大きく取る事ができ食器棚など一般的な収納場所に入りきらないアイテムなども収納
2. 食料品や日用品などを買いだめしても収納場所に困りません
3. 災害に備えて水や保存食などの備蓄にも最適

デメリット

1. パントリーにはある程度の広さが必要になり、キッチン全体に圧迫感が生まれ使いにくくなりパントリーの収納量を増やす為に、キッチンから離れた場所に設置すると、キッチンとパントリーの移動が必要になりストレスに

パントリーが必要な場合

1. キッチン空間の基本の収納スペースでは食器や食料品などを収納しきれないことが明らか
2. 週末などにまとめて買い出しに行き、大量に買いだめする事が多い
3. キッチンまわりを常に片付いた状態にしておきたい
4. 家族や来客が多く、食材のストックが多い



パントリーを設置することで、キッチン周りもスッキリとし、多くのものを保管できるようになります。

暮らし方や使い方、適切な収納力、動線などをイメージした上で計画することが大切ですね。

建設中現場のご紹介



H様邸(丹波市)



O様邸(福知山市)



I様邸(福知山市)



O様邸(福知山市)



T様邸(丹波篠山市)



A様邸(福知山市)



T様邸(綾部市)



S様邸(福知山市)



A様邸(福知山市)



I様邸(福知山市)

実は凄かった！ 「ラジオ体操」



今回の担当は、

コーディネーター
長野貴子
です。

「ラジオ体操」は、日本で一番有名な運動です。

現在では、学校教育の一貫に限らず、さまざまな地域、各自治体
そして多くの企業でおこなわれています。

朝のラジオ体操が日課になっている人も多いようです。



ラジオ体操第一は、わずか3分ほどの運動の中で、頭のとっぺんから、前後、左右、上下と一通り身体を動かすようにできています。それほどハードな運動ではないですが、非常にバランスがとれています。普段使わない背筋に力を入れるような動きを、体操の中では何回もやることになります。結果として椎間板あたりを支える筋肉がトレーニングされることになって姿勢がしっかりしてきます。

ラジオ体操をやっている人は、「姿勢がいいね」と言われることが多いようです。身体の中心がしっかりとしていると言う事になります。これは、健康の条件です！



現代の生活の中では機械化され、身体を動かすことが少なくなっています。そうすると、身体のこわばりや代謝が衰えるので、身体のあちこちに良くないエネルギーが溜まってしまいます。それが、糖尿や高血圧、心臓病といった現代病の大きな要因を作っているようです。ですが、ラジオ体操という運動習慣が身につくことで、エネルギー代謝が良くなり、また姿勢が悪くなることによる身体機能の低下や運動不足から生じる現代病の解決にもつながるようです。

ラジオ体操には、身体を改造したり、強化したりするものではなくて、低下しがちな身体の機能を「メンテナンス」をする役割があるのです。

近頃は、ステイホームや在宅ワークが増え、生活リズムの乱れや運動不足気味で何となく不調を感じているという声もあります、是非そんな方はラジオ体操に取り組んでみてください♪

■未来を担うゼロエネルギー住宅

ウイズ
-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

