

# Green+Plus

観葉植物・ガーデニングのお悩み解決!

第18回

【グリーン・プラス】

## おいしい野菜のためのおいしい土づくり

ポカポカの暖かい春の日差しがまぶしい季節になりました。庭での土いじりを楽しみに待っていた人も多いのではないでしょうか？今年こそ、おいしい野菜を作りたいという人に、楽しみながらできる家庭菜園の土づくりの基本をご紹介します。

### ●野菜は養分、水、酸素を土から吸収

「野菜づくりは土づくり」と言われるほど畑の土づくりは重要です。野菜は土の中に根を張り、そこから養分や水、酸素を取り込みます。ですから、畑の土には、肥料だけでなく、保水性や通気性が求められます。

### ●畑を耕す時は湿度に気をつけて

まず、土の中にいる病害虫を駆除するために、畑を30センチくらいの深さまで掘り起こし、そのまま、一ヶ月くらい外気にさらしておきます。そのタイミングですが、多湿なときに耕すと、土がこねられて硬くなり過ぎます。逆に、乾燥しているときに耕すと、土が細かくなり過ぎて硬くなってしまふため注意してください。

### ●チッ素、リン酸、カリの割合は野菜に合わせて

外気にさらしておいた土を平らにしたら、今度は肥料をまきます。野菜には大きく、チッ素、リン酸、カリの3つの栄養素が必要です。チッ素は葉や茎を育て、リン酸はミを収穫する野菜に必要な栄養素で、カリは根を収穫する野菜に効果がありますので、用途に合わせてその割合を選びましょう。

### ★弱酸性が好き野菜を育てるには「石灰」を

野菜の多くは弱酸性の土を好みますが、降雨の影響などで、土は酸性になってしまいがちです。そこで、畑の土を弱酸性に変えるため、「石灰」をまきましょう。ただし、ジャガイモやサツマイモなどの酸性に強い野菜には必要ありません。



## 編集後記

4月に入り、ようやく春らしい陽気になってきましたね。公園や原っぱの草花が元気に花を咲かせる季節になって、上気分なもつかの間、悩ましいのが花粉症です。日本の花粉症でダントツなのはスギ花粉症ですが、季節や地域によっていろいろな花粉症があり、現在国内で約50種類以上の原因植物があるといわれています。花粉は、眼鏡をかけるだけで3割、マスクをすれば吸い込みを5割程度減らせるそうです。また、花粉症に効く食品として有名なのが、シソやてん茶、もろみ酢、ヨーグルトなど。ある女子プロゴルファーがサツマイモから抽出したクエン酸を飲み物に溶かして飲んだところ、3日で大幅な改善が見られたそうです。クエン酸はレモンなどの柑橘系に含まれているので、果物から摂取しても問題ないそうです。花粉症でお悩みの方は、今年はずいぶん、クエン酸を試してみたいかたがでしょうか？

## 建築用語 プチ辞典 【壁装材】

へきそうざい

壁を装飾仕上げする材料の総称。従来は壁紙を差すことが多かったが、最近では、壁を装飾するタイルやレンガ、木質素材など、さまざまな素材も呼称の対象となっている。主に建物の壁や天井などの仕上げ材として下地材の表面に張り付ける壁装材は、見た目をよくするインテリアとしての役割のほか、下地材の保護や耐久性の向上、不燃性、遮音性、吸湿性、断熱材などの機能を持つものがある。

Original Frame & Usurahi Panel  
F & Pの家

# 住まいるニュース

vol.18

発行：株式会社 FP コーポレーション  
(本社) 〒007-0842 札幌市東区  
北42条東15丁目1番1号 栄町ビル  
TEL:011-741-3382 FAX:011-751-5319

暮らしに役立つ情報満載!  
2012 4月号

戦後、生活様式が西洋化されて、住環境もそれに合わせて様変わりしてきました。最近では、和室の割合が減少傾向にあり、和室が全くない住宅も増えてきました。また一方では、新築するとき、「少なくともひと部屋は和室にしたい」というオーダーが多いのも現実です。そこで、今回は、最近変わりつつある「和室」の考え方についてご紹介したいと思います。

### ●和室は多目的に活用可能な

#### 日本の伝統を身近に感じられる空間

洋室は、ベッドを置いてしまうと寝室としての用途しかありませんが、和室の場合は、布団を押し入れにしまえば、そこで食事をしたり、また、仏間として先祖を祭る場にと、多目的に活用できるのが最大の魅力です。ただし、和室は洋室と比べると施工に手間がかかり、コスト高になってしまうという点がありますが、日本の伝統を身近に感じられる空間として徐々に見直されてきています。

### ●高温多湿の日本の風土が生んだ 優れた量の機能性

日本の長い歴史の中で発展してきた和室文化を象徴する量。高温多湿の日本の風土から生み出された量は、吸音性や吸湿性、断熱効果に優れ、じめじめとした梅雨や暑い夏を過ごしやすく、快適に暮らせるよう、自然の影響を受け入れるような工夫がされています。量の素材である「い草」には、シックハウスの原因となるホルムアルデヒドや二酸化窒素を吸着する効果があり、この優れた能力は、新しくても古くてもその威力にほとんど変化なく、室内の空気清浄作用があります。また、吸湿性は、木炭に匹敵する能力があり、湿度が高い時には無数の気孔から湿気を吸い取って蓄え、室内が乾燥してくると蓄えた水分を放出し、自然に空気の湿度を調節してくれます。その効果は、例えば、6畳の部屋に「い草」を敷き詰めた場合、約0.7リットルの水分を蓄えることができるほどです。

### ●現代の日本人にマッチする 「和モダン」畳スペース

洋風の住宅に昔ながらの和室を作ると、ほかの部屋との隔たりが大きく、どうしても違和感を感じてしまいます。そこで最近では、自由に和室の良さを楽しむ「和モダン」な畳スペースを部屋の一角につくるケースが増えているようです。例えば、フローリングの上に縁のない半畳タイプの畳を畳表の目を互い違いになるように敷きこんで市松模様にする、洋風のリビングに違和感なく馴染み、とてもモダンな感じのする畳スペースができていきます。「和モダン」な畳スペースを作る注意点としては、普段の使い勝手を重視しながら、和室特有の自在な魅力を最大限に生かしつつ、洋室との融合をバランスよく和洋折衷にまとめるのが最大のポイントです。和のテイストを感じられる現代風の「和モダン」な畳スペースは、多様化した現代の日本人の生活にぴったりマッチするのではないのでしょうか？

特集

日本の伝統を身近に感じよう!

# モダンに楽しむ

## 和みの空間

住まいるニュースでは、暮らしに役立つ話題をご紹介します！今回は、最近変わってきた「和室」のスタイルについてご紹介します。



なるほど!

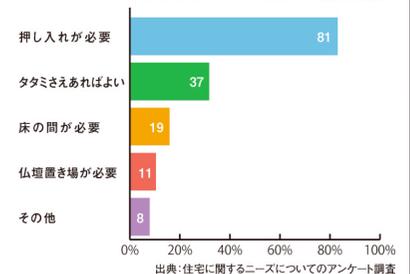
## 納得ノート

第18回

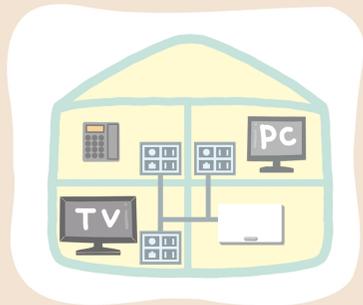
和室に求めるものは?

和室に対してのニーズでは、53%が「必要」と答え、「不要と思ったが、今は必要」と合わせると67%の人が必要だと考えているようです。また、「どのような和室が必要か?」という問いに対しては、「押し入れが必要」と答えるケースが目立ちました。布団を敷く文化の日本では、押し入れがないと不便になってしまうかもしれません。「タタミさえあればよい」という意見も多く、最近、新築される住宅では、和室ではなく、LDKの一角にタタミスペースを設置する例も多くなっています。

どのような和室が必要か? ※複数回答あり



# 家づくりの知恵袋



## 第18回 情報配線

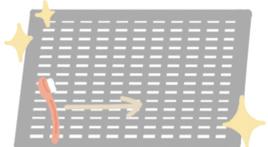
新しく家を建てるときに、電話やテレビの配線、パソコンのLANケーブルなどの情報配線の配線計画をしっかりたてておかないと、新しい機器の増設や機器の配置が変わったときに、露出配線が増えてしまいます。そうならないために、まずは、電話やテレビ、LANの配線を1カ所に集中させます。そこに、通信用機器（ルーター、HUBなど）や放送用機器（ブースター、分配機など）で構成されている情報分電盤を設置します。そこから各部屋に放射状に配管を設置しておけば、その配管を使って配線を追加することも可能です。情報分電盤から各部屋を経由して分岐されるバス型配管と呼ばれる設計もありますが、配管の入れ替えや追加により、いっばいになりやすいのであまりお勧めできません。各部屋には、電源コンセントやテレビ端子、LAN端子、電話端子などが一つになった「マルチメディアコンセント」を設置すると便利です。

## 我が家のお悩み診断! Dr. 住まいる

今月の相談 レンジフードの吸い込みが悪くなった

**Q.** 最近、レンジフードの音が大きくなって、空気の吸い込みも悪くなったみたい。これって故障してるのかなあ?

**A.** レンジフードの吸込み口の前面にあるグリスフィルターにホコリや油汚れが詰まっていると、吸込みが悪くなり、その影響でモーターに負荷がかかり、音が大きくなる場合があります。対処としては、ズバリ、掃除をすること。グリスフィルターを取り外したら、キッチンペーパーをかぶせてキッチン用洗剤をふりかけ30分ほど放置。汚れを浮かせたら、歯ブラシで磨きましょう。



## 聞いて納得! アイデア暮らしの 第18回

今月のアイデア 割れたパウダーも元通り!

パウダータイプのファンデーションやアイシャドーは落とすと、すぐ割れてしまいますよね。数カ所にひびが入ってしまったという場合には、割れた部分に数滴、乳液をたらして指で軽くこすってみてください。粉々になってしまったときには、一度、割れたパウダーを容器からすべて取り出してラップに包んで粉々にします。粉々にしたパウダーを元の容器に移して、硬くて平らなもので10秒以上押しと再生することができます。



## カンタン!旬感クッキング

今月の献立 桜色がきれい! タラモサラダサンドイッチ

材料 (2人分)

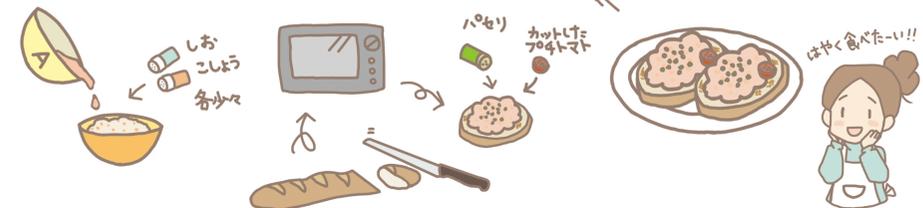
○ジャガイモ … 2~3個	〈Aの材料〉	○塩・こしょう … 適宜
○にんじん … 1/3本	○明太子 … 1本	○フランスパン … 適宜
○バター … 10g	○牛乳 … 大さじ2	○粉末バセリ … 適宜
	○マヨネーズ … 大さじ4	○ブチトマト … 1本

ビタミンを多く含む明太子とジャガイモの組み合わせでアンチエイジング効果も期待できる、お花見にぴったりのレシピです。

### 作り方

- ジャガイモ、にんじんは皮を剥き、小さめに切って茹でる。
- 1を茹でている間に、明太子をほぐし、Aを合わせる。
- ジャガイモとにんじんをザルにとり水気をきってボールに移し、熱いうちにバターを入れ、マッシャーでつぶす。
- 3の粗熱をとり、2で合わせたAを加え、塩・こしょうで味をととのえる。
- フランスパンをカット&トーストし、4をのせ、半分に切ったブチトマト添え、粉末バセリをふりかける。
- 完成~♪

POINT マッシャーでキレイにすりつぶすと滑らかになります。



## 住まいる風水

第18回 桜のパワーで開運宣言!



桜前線が北上して、あちこちで開花宣言が聞かれるようになりました。風水では、自然に触れて季節を感じることで、幸運をつかむタイミングが良くなるとされています。ですから、今年はずいぶん、お花見に出かけてみてください。基本的に吉方位に行くことが良いとされていますので、自分の吉方位を調べて出かけてください。幸運をアップしたいときには、池や湖の畔、仕事運や家庭運アップには公園や高原でお花見すると良い

でしょう。また、これから進学や就職で新生活をはじめると、ピンク色の桜は、人間関係を良くするというパワーを持っていますので、お花見は特におすすめです。風水では、「早い桜を見るな」と言われています。早い桜とは、南方位で咲く桜の意味ですので、自分の住んでいる地域まで桜が北上してくるまで、じっと待って、満開の桜を楽しんでください。