



皆様の「快適な暮らし」のヒントに

# すまい造りメール

第91号 2009年10月号

SINCE 2002.4.1.

発行日平成21年9月18日  
発行元有限会社佐野工務店  
〒237-0068  
横須賀市追浜本町1-25  
TEL 046(865)4010  
FAX 046(865)6139  
http://www.sano-k.net/  
info@sano-k.net

## 鑑賞と監視

街角で見かける小さなスペースにある花、玄関先や花壇の花は、人々の目を楽しませるだけでなく、犯罪抑止の効果や周辺住民のお互いのコミュニケーションを高める効果があります。

花は見て楽しむものです。人目につく場所にあれば、その場所を通る人は、「もう少しで咲くな」「綺麗だね」と注意を注ぐこととなります。すると、その周りにも自然と目が行き届くようになり、小さな変化に敏感になるようです。その後、花や周辺環境をお互いに見守るようになり、会話が生まれるようです。実際に、空き巣の被害が減少したり、不法投棄を未然に防いでいる自治体もあるようです。

ただ、残念なことに、花自体が盗まれることがあります。

## よこすか産業まつり

11月7日(土)8日(日)9:00～16:00、三笠公園で開催される「よこすか産業まつり」に、昨年のリフォームを研究する工務店のネットワーク「かながわりリフォームコックさん」横須賀北部グループ(3社)での出展に引き続き、今年は単独で出展します。ご家族の皆様が楽しんでいただけるようなパーパークラフト教室を開催します。お菓子の空き箱に使用して、自分でデザインした住まいを仮想の街に配置して、みんなで街づくりをしています。お出かけの際には、是非お立ち寄りください。(すまい造りメール第80号参照)



した住まいを仮想の街に配置して、みんなで街づくりをしています。お出かけの際には、是非お立ち寄りください。(すまい造りメール第80号参照)

## ざっくばらん 雑句芭欄

うれしきもの  
まだ見ぬ物語の多かる。  
又一つを見て、いみじう  
ゆかしう覚ゆる物語の、  
二つ見つけたる。  
心おとりするやうも  
ありかし。  
枕草子(第二七六段)  
清少納言

「うれしいもの。まだ読んだことのない物語の一の巻を読み、その先を読みたいとばかり思っていたところ、残りの巻が見つかったとき。それでいて、読んでみたら案外がっかりすることもある。」

この「すまい造りメール」をお読みいただいでうれしい限りです。案外がっかりすることもありますか。

## クイズ(第90号)の答え

平成22年4月に神奈川県でスタートする受動喫煙防止条例のキャンペーンでマスクキャラクターの①スワンソウです。神奈川県にある公共の施設では禁煙となります。白鳥が嫌悪する横顔が印象的です。

## クイズ 問 只和



さて、私は誰でしょうか?

- ①タロビ ②民主くん  
③社民ちゃん ④ともだち

## 次号予告

パーパークラフト教室「みんなde街づくり」などについて取り上げる予定です。

## 「大さんの端は象の鼻」

横浜港発祥の地である「象の鼻地区」が、開港150周年を記念して、横浜の歴史と未来を結ぶ象徴的な空間「象の鼻パーク」として整備されました。新港ふ頭寄りの「開港の丘」には、芝生広場や芸術作品が展示されるカフェ「象の鼻テラス」があり、日本大通りと結ばれている「開港波止場」には、イベントが開催できる開放的な広場があります。また、大さん橋寄りの「象の鼻防波堤」は、横浜港が一望できる新たなビューポイントとなっています。



象の鼻パーク  
大さん橋、バイブリッジ  
赤レンガ倉庫を見渡す  
ことができ、新横浜市長も  
鼻高々です

# 「前略 おせわ様。その後いかがお過ごしですか。」

介護保険制度を利用して住宅改修工事を担当させていただいた、お住まいをご紹介します。

玄関から道路までのアプローチ部分は、敷石が敷設されているため、足元が不安定になり、転倒の危険性がありました。そこで、歩きやすいように、段差を解消し、スロープと手すりを設置しました。また、玄関部分は、土間と框、廊下の床に段差が2段あるため、上り下りが非常に困難でした。そこで、上り下りが楽になるように、手すりを設置しました。それぞれの手すりの仕様は、和風の佇まいを壊さないようなデザインを選択しました。スロープを設置する前にあった思い出のある草木は、茶の間から見える位置に植え替えました。

「デイサービスを利用する時や外出をする時に、不便さを感じる事がなくなり、朝夕の新聞を取りに行くのも楽になりました。」という感想をいただきました。  
(すまい造りメール第87号参照)

▼ 1階平面図 ▼

縮尺 1/100

▼ 玄関立面図 ▼

①②玄関から道路へのアプローチ部分

③玄関部分

## 薬膳料理と陰陽五行説

先日、第10回「すまい造り工房」で薬膳料理教室の講師をしていただいた、石渡千代氏に薬膳料理の基本的な考え方について、お話しを伺いました。  
(すまい造りメール第69号・第89号参照)

中国薬医学に基づく薬膳料理は、自然界に起こるさまざまな現象を分類して、後世の人々に伝えようと体系

化された陰陽五行説が基本となっています。左記の五

行系統表の漢字一字は、それぞれ意味を持っています。例えば、今深まりを見せている秋は、**燥**(乾)の季節で、体内の水分も不足しがちになり、**鼻**の粘膜や**肺**を傷つけやすくなります。**辛**いものの取り過ぎをさけ、梨・白木耳(しろきくらげ)・葱などの**白**い部分を食事に取り入れ、潤すように心掛けましょう。

(管理栄養士・国際薬膳師 石渡千代氏)

(自然界) 五行系統表 (人体)

五味	五色	五化	五气	五方	五季	五行	五臓	五腑	五官	五体	五志	五液	五脈
酸	青	生	風	東	春	木	肝	胆	目	筋	怒	泪	弦
苦	赤	長	暑	南	夏	火	心	小腸	舌	脈	喜	汗	洪
甘	黄	化	湿	中	長夏	土	脾	胃	口	肉	思	涎	緩
辛	白	収	燥	西	秋	金	肺	大腸	鼻	皮毛	悲	涕	浮
鹹	黒	蔵	寒	北	冬	水	腎	膀胱	耳	骨	恐	唾	沈

### お問い合わせ

住まいに関する皆様の疑問や質問、お知らせしたいことや情報などがございましたら、ご連絡ください。また、クイズのご回答もこちらにお寄せください。ハガキや封書、FAX、メールでもお受けします。お名前とご連絡先を忘れずにご記入ください。正解された方の中から抽選で毎月1名の方に、その号に関連したプレゼントをお送りしています。尚、郵送の停止を希望される場合や、バックナンバーやカラー版を希望される場合など、ご遠慮なく、お申し出ください。

ホームページより「すまい造りメール」創刊号からのバックナンバーをダウンロードできますので、アクセスしてください。

皆様の「快適な暮らし」のヒントになることができましたら幸いです。

〒237-0068 横須賀市追浜本町1-25 有限会社佐野工務店 TEL 046(865)4010 FAX 046(865)6139