

# Green+Plus

観葉植物・ガーデニングのお悩み解決!

第7回

【グリーン・プラス】

## ベランダガーデニングをはじめよう!

「広い庭がないとガーデニングは楽しめないのでは?」と思いがちですが、マンションなどのベランダでもガーデニングを楽しむことができます。今回は、狭いスペースでもできる“ベランダガーデニング”についてご紹介します。

### ●ガーデニングとは異なる“温度・風・日差し”の条件

ベランダガーデニングといっても、一般的なガーデニングの栽培方法とは、異なる点が多くあります。なぜなら、ベランダという環境は、“温度・風・日差し”どれをとっても、庭で行うガーデニングとは異なるからです。そのため、ベランダガーデニングを始める前には、まず、日照条件などを確認する必要があります。その条件によって、最適な植物を選ぶようにしましょう。初心者の方は、比較的丈夫なハーブや耐陰性の高いフリージアなどが育てやすいでしょう。

### ●“高温・強風”はベランダガーデニングの大敵!

コンクリートでできたベランダは、夏になるとかなり高温になることから、植物にとって非常に負担がかかりやすい環境といわれています。鉢などを置く際は、直接ではなく、ホームセンターなどで販売しているウッドパネルなどを敷いてから設置するようにしましょう。また、高層マンションなどのベランダでは、強い風が吹くことが多いため、風で鉢などが倒れないよう、しっかりと固定することが大切です。

### ●エアコンの室外機の周辺はNG

ベランダガーデニングならではの注意点として、“エアコンなどの室外機が存在”があげられます。室外機からは、運転中、熱風が絶えず出ているため、室外機の風が当たる所には、植物を決して置かないように気をつけましょう。

### ☆周囲への配慮を忘れずに!

マンションやアパートで行う場合、管理規約などに違反していないかを必ず確認しましょう。また、ベランダガーデニングは、周囲への配慮が必要不可欠です。枯れ葉などの掃除はこまめに行うなどして、近隣住人に迷惑をかけない程度に、ベランダガーデニングを楽しんでみてくださいね。



## 編集後記

降り注ぐやわらかな日差しを体いっぱい感じ、いよいよ春の訪れを肌で感じる事ができる季節となりました。3月に入ると、毎年、卒業式や送別会、新生活の準備などで世間は慌ただしい独特な雰囲気に包まれますが、私は、この何ともいえない雰囲気が好きです。仲の良い友達との別れを惜しんで泣いたり、新しい生活への希望で胸が高鳴ったり…さまざまな人のそんな想いが街中に溢れていて、遥か昔に自分が経験した想いがいつもじんわりと思い出されるからでしょうか。

今では、携帯電話という便利なものがあるので、たとえ友達と離ればなれになってもいつでもすぐに連絡が取ることができますが、私が幼い頃は、そのようなものが普及していなかったため、一生の別れのように感じたものです。いつもは長く感じる学校生活も、卒業式が近くなるにつれて、あっという間に過ぎてしまったことを今でもよく覚えています。そんな心に残る思い出が、たくさん生まれるこの時期。環境が一変する人も、そうでない人も、みなさんにとってかけがえのない日々を、大切にお過ごしください。

## 建築用語 プチ辞典 屋根勾配

屋根勾配とは、屋根の水平面に対する屋根の角度のことをいいます。屋根の角度は、“30°”や“40°”など、一般的な角度を表す表記とは異なり、「4寸勾配(4/10)」というように、底辺を10とした時の高さを寸で表す方法を用います。また、この屋根勾配は、屋根面の大きさや雨量、屋根に使用する材料などに応じて決められています。例えば、瓦を使用する場合は、あまり緩い勾配にすると雨が室内に吹き込んできてしまうため、4/10以上の勾配でなければ屋根を造ることができないというわけです。みなさんがお住まいの建物の屋根も、この屋根勾配によって、最適な角度が決められているのです。

Green Home & Garden Area  
F & P  
FPの家

# 住まいる ニュース

vol.7

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: 011-751-6940

暮らしに役立つ情報満載!

2011 3月号

花粉症を発症する人が、年々増加傾向にあるといわれる現在。毎年、この時期になると、くしゃみや鼻づまりで苦しんでいるという人は多くいらっしゃることでしょ。今からでも、決して遅くはありません! 家族で協力合って花粉症対策を行い、快適な暮らしを送って下さいね。

### ●花粉をカットするフィルターや加湿器などを上手に活用

花粉症対策は、外出時だけではなく、室内でもしっかりと行うことが快適な生活への第一歩です。室内での花粉症対策として、一番大切なのは、室内に花粉を持ち込まないということ。しかし、室内換気システムが設置されている住宅では、いくら窓を閉めていても自然と花粉が室内に入ってきてしまうため、給気口に花粉をカットするフィルターを装着するようにしましょう。また、玄関などの出入り口に、空気清浄機を設置するのももちろん、室内に加湿器を設置するのもおすすめ。湿度が上がることで、花粉が空気中

特集 | 今からはじめよう!

# 花粉症 対策

自宅で

暮らしや住まいに役立つ情報をお届けする住まいるニュース。今回は、自宅で気軽に始められる花粉症対策をご紹介します。



に舞うことを防ぐため、花粉症の症状をやわらげることができます。

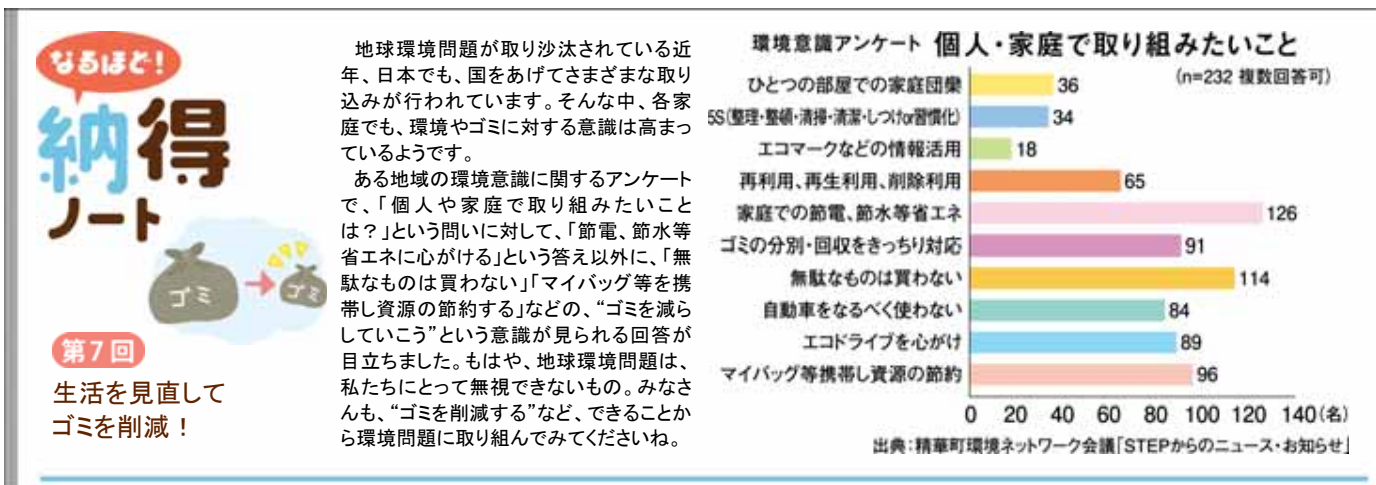
### ●室内に入る前には必ず

衣類などに付着した花粉を除去  
外出をできるだけ控えるということも、効果的な花粉症対策の一つではありますが、なかなかそうはいきませんよね。そこで、大切なのが、外出先から帰ってきた時の対処法です。まずは、玄関に入る前に、衣類に付いた花粉を手で払い落とすということを心がけましょう。特に、ウールやフリースなどの素材は、花粉が付きやすいといわれているため、皮などのツルツルとした素材を着用しましょう。また、衣類だけではなく、髪にも花粉は付着しています。帰宅後は、シャワーを浴びることで、花粉を体から落とすことができます。その他にも、この時期に注意したいのが、布団干しです。衣類同様、布団にも花粉は付着します。午後などの飛散量が多くなる時間帯に干すのは避け、午前中や夜間に干すようにし、取り込む際は、しっか

りと花粉を払い落とすようにしましょう。この時期は、無理に外に干さず、室内干しするというのも有効的な手段であるといえます。

### ●花粉症には効果的なのは 朝方に行う掃除

“花粉を室内に侵入させないこと”これが、花粉症対策で最も大切なことですが、完全に花粉をシャットアウトすることは不可能です。そのため、室内に侵入してしまった花粉は、こまめな掃除で取り除くようにしましょう。掃除する時間帯として一番おすすめなのは朝。人が行動しない夜間に、花粉などは床に落ちた状態になっているため、花粉を除去するにはちょうど良い時間帯なのです。空気中に花粉が舞う前に、ぞうきんなどで拭き掃除をし、その後、掃除機をかけるとういでしょう。一年を通して家族が快適に暮らせるよう、ご家庭でも、今から花粉症対策をはじめてみてはいかがでしょうか。



# 家づくりの知恵袋

## 第7回 障子

昔から、日本家屋になくはない建具の一つの「障子」が誕生したのは、平安時代の中期から末期頃。もともとは、襖から派生したものだといわれており、誕生当初は、屏風や襖などの部屋を仕切る“間仕切り”の総称として使われていた言葉だったそうです。

現在、一般的に呼ばれている「障子」は、扉を閉じたまま光を取り込むことができることから「明障子」と呼ばれ、襖などと区別して呼ばれていたそうです。では、なぜ、平安時代から現在にいたるまで、日本家屋に障子が使用されつづけているのでしょうか。そもそも、障子に使用されている和紙は、室内の湿度調整をする機能や断熱性に優れているといわれる万能素材。ガラス戸と併用することで、冷暖房効果が高まるため、夏と冬の気温差のある、湿度の高い日本の気候に障子の特性がフィットしたのではないかとされています。

また、直射日光を適度に遮り、やわらかな光だけを室内に取り込むことができる障子は、室内にいる人を優しく包み込んでくれる効果もあります。今では、カーテンなどの普及で、使用している家庭は減ったものの、現代風のデザインのものやガラスと併用できる障子なども販売されています。ご家庭でも、障子の魅力を実感してみたいか、がでしょうか。



## 我が家のお悩み診断! Dr. 住まいる

### 今月の相談 ストッキングの伝線…防ぐ方法は?

**Q.** この時期は、娘の卒業式や入学式などで、何かとストッキングを履く機会が多いのですが、普段よく伝線してしまう私としてはとにかく心配で…伝線しづらくする方法があれば教えてください!

**A.** ストッキングの伝線を完全に防ぐことは難しいながらも、比較的伝線しづらくする方法はあります。その方法とは、購入したばかりのストッキングを、袋に入れた状態のまま、冷凍庫に一晩入れておくだけです。履く前に自然解凍する必要はありますが、冷凍していないものと比べると、繊維が固くなり、温まる際に発生する水分が潤滑油の役割を果たすことから、幾分伝線しづらくなるといわれているのです。伝線した時のために、代わりのストッキングを用意しておくというのももちろん有効的な手段ですが、できれば伝線はしたくないものですね。少しでも伝線する可能性を低くしたいという時は、ぜひ、試してみてください。



## 聞いて納得! アイデア暮らしの アイデア 第7回

### 今月のアイデア ほうれん草のゆで汁で汚れを落とそう!

「ついついカーペットにコーヒーをこぼしたりしてしまった…」そんな経験のある方、多いのではないのでしょうか。そんな時は、ほうれん草のゆで汁を含ませたぞうきんで、汚れた部分を拭いた後、乾いたぞうきんで水分を拭き取っててください。まるで、漂白剤を使用したかのように、汚れを取り除くことができます。

実は、ほうれん草に多く含まれているシュウ酸には、還元性があるため、漂白剤のような働きをしてくれるのだそうです。もちろん、カーペットだけではなく、窓ガラスやぞうきんについた汚れなども落とすことが可能。使用する時は、使う量だけ容器に入れ、電子レンジで温めなおして使うと、より効果的に汚れを落とすことができます。



## カンタン!旬感クッキング

### 今月の献立 菜の花とウインナーのトマトソースパスタ

材料 (4人分)	
○菜の花…1パック	○ケチャップ…大さじ4杯
○玉ねぎ…1個	○コンソメ…小さじ4杯
○ウインナー…6本	○オリーブオイル…適量
○トマト缶…1缶	○塩・こしょう…適量
○にんにく…2片	○パスタ…400g

3月が旬の、菜の花を使ったトマトソースのパスタをご紹介します。玉ねぎの甘みとニンニクの風味が口いっぱいに広がるメニューです。

#### 作り方

1. フライパンにオリーブオイルをしき、ざく切りにした玉ねぎとウインナーを加えて、塩・こしょうで炒める。

2. トマト缶とコンソメ、ケチャップを入れて煮込む。



**POINT** 玉ねぎは、小さく切りすぎない方が食感が楽しめます!

3. 菜の花は下茹でし、適当な大きさに切っておく。その後、パスタを茹でる。

4. 2)にパスタと菜の花を加え、ソースと絡めて完成!



**POINT** パスタは、少し固めに茹でておきましょう。

## おうちで気軽に始めよう! 住まいる風水

### 第7回 浴室を見直して恋愛運アップ!?



「恋愛運をアップさせたい!」という方は、ぜひ、浴室の環境を今一度見直すことをおすすめします。浴室は、家の中でも恋愛運に最も影響力が強いといわれ、浴室の環境状態によって、恋愛運がアップするかどうかが決まるとまでいわれている場所です。恋愛運アップを目指すなら、まず、浴室を定期的に掃除し、キレイに保つように心がけましょう。浴室は、悪い気を流し、運の代謝を高める場所だといわれているため、汚れていると悪い気を流し切れずに恋愛運

をアップさせることができなくなります。バスタブに残り湯がある場合も、水の力を停滞させてしまいます。必ずその都度、流すことが大切です。また、浴室内は、湿気がたまりやすい場所でもあります。気の巡りがよくなるように、こまめに換気するとよいでしょう。その他にも、窓際に観葉植物を置いたり、シャンブーなどの小物をコンパクトに収納したりすることで、運氣アップが期待できるといわれています。