

a システム通信

アルファ



伊佐市菱刈本城地内

6月から紹介している本城地区に建つ住宅である。前回同様太良城の城下として建てられた住宅であろうか。隅木は社寺仏閣に見られるむくり(反り)加工され、軒天も垂木の上にヨコ桟を入れて凝った造りになっている。また、戸袋も細工をしてある。甲に住宅の珍しいところは、なかえ(茶の間)と表の間が別棟になっている。



浴衣で楽しむ夏



キラキラ輝く太陽の下、夏を満喫していますか？

夏といえば花火大会やお祭り！家族やお友達と花火を愛でたり、夜店を巡りながら暑い季節を楽しむ、まさに夏の風物詩ですね。そしてお祭り気分をさらに盛り上げてくれるのが浴衣です。浴衣をさらっと着こなせる人で粋で素敵ですよ。

浴衣の歴史はとても古く、平安時代に貴族がお風呂の中で着た「湯帷子（ゆかたびら）」が原型と言われています。その頃のお風呂はサウナのような蒸し風呂に複数人に入る様式で、裸を隠したり水蒸気でやけどをしないように着たのが湯帷子でした。「帷子」というのは麻で作られた裏地のない着物のことで、湯帷子の素材も麻だったようです。その後、裸でお風呂に入るようになると、風通しが良く汗をよく吸う湯帷子はバスローブのように湯上りに着るようになります。さらに江戸時代に銭湯が一般的になると庶民にも広まり、湯上がり後にそのまま来て帰るようになります。素材は綿が主流になり、名前も「ゆかた」と簡略化されます。着心地のよい浴衣は、寝巻きやちょっとした外出着へと変化し、高温多湿な日本の夏には欠かせないものとなっていきました。

江戸時代の浴衣は白地や木綿を藍で染めた紺地のものが主流でした。白地のものはとても涼しいので夏の昼間に、そして藍の香りを虫が嫌うことから紺地のものは夕方や夜に着られていました。浴衣には日本人の生活の知恵も染められているんですね。

近年、浴衣は夏のお洒落アイテムの一つとなり、柄や色もより華やかになりました。最近人気の柄は、大正や昭和時代を思い出させるような少し懐かしいレトロ柄や、昔ながらの古典柄など。朝顔や椿など存在感のある大きめの花柄をあしらったものは可愛らしく着こなせますし、ストライプやよろけ柄の浴衣を選ぶと大人っぽく粋に着こなせます。

長く着たいならやっぱり白や紺の浴衣がおすすめ。シンプルなものでも帯の色によって雰囲気が変わり、黄色や赤色の帯だと可愛らしく、同系色の帯ならすっきり上品に着こなせます。最近ではあらかじめ結ばれた帯を差し込んで使う結び帯も販売されているので、苦手な方は取り入れてみてはいかがでしょうか。帯締めや帯留などの小物を取り入れて、自分なりの浴衣の着こなしを楽しみたいですね。

お洒落な浴衣を素敵に着こなして、今年の夏をより楽しく粋に過ごしてみませんか。

| | | | | | | | | | |
|--|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| | 8月 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
| | はづき | | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| | | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | |
| | | 13 | 立秋 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| | | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | |
| | | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | | |



葉月（はづき）...

葉が紅葉して落ちる月「葉落（はおち）月」から「葉月」となっただけです。8月は旧暦で秋になります。



酵素の力で洗顔

酵素といえば酒や麹、糠、味噌などを思い浮かべますが、これらの成分には美肌効果があります。酵素を含む食品は食べるだけでなく、洗顔料として用いると肌の透明感が増します。酵素洗顔料は、10代のニキビ対策に用いられますが、大人ニキビや毛穴の黒ずみ対策にも有効です。

【酵素のピーリング効果】

酵素は、古い角質や毛穴の汚れを取り去るピーリング効果があります。通常の洗顔料は油を分解する作用が主ですが、たんぱく質を分解する作用をあわせ持つのが酵素洗顔料です。酵素洗顔料を使えば、余分な角質を取り除くことができ、肌がワントーン明るくなります。

【どんな酵素洗顔料があるの?】

- ・パパイヤからとれるパパイン酵素が配合された「パパウォッシュ」（株式会社イー・エス・エス）
- ・お米由来のライステロールやコメヌカオイルを配合した「つるすべ素肌洗顔料」（株式会社コーサー）

- ・豆乳発酵エキス配合の「ビューティクリアパウダーウォッシュ」（株式会社カネボウ化粧品）
- ・米麹のパウダー洗顔料「さくら麹ぼうだあ」（サクラ麹ラボ）などがあります。

【酵素洗顔料のメリットとデメリット】

メリット…通常の洗顔料では落ちにくい汚れを取り除くことができ、クスマの改善と毛穴の黒ずみの緩和、肌のターンオーバーを高める働きがあることです。

デメリット…酵素洗顔料の効果は大きいものの、その分肌への負担もあり、肌の角質を取り過ぎてしまう恐れがあります。また、アトピー性皮膚炎やアレルギー体質の人は、酵素洗顔料が引き金となって、アレルギー症状がでる場合もあるので、肌のトラブルを感じたら使用を控えることが必要です。

酵素洗顔は洗浄効果が強いので週1回くらいのペースでおこない、洗顔後は保湿効果のあるヒアルロン酸やコラーゲン、セラミドなどの入った美容液でうるおいを与えましょう。



ママの時間を作ろう

「夏休みになったら親子でよくケンカをするの」と言う話をよく聞きます。長い夏休み。お母さんも気分転換の時間を持ちましょう。

◆朝型?夜型?

朝型の方は、子供が起きて来る前の早朝に。夜型の方は、子供が寝た後の時間を有効に使いましょ。コーヒーを飲んだり、好きな雑誌を読んだり。1時間でも自分だけの時間を持つと、気持ちの持ち方がちがいます。

◆お昼寝の間に

まだお昼寝が必要な小さな子のお母さんは、30分でも貴重な時間です。「今日のお昼寝の時間は〇〇をしよう」と決めておくとも時間が有効に使えます。一緒にお昼寝して体を休めるのもひとつの方法ですね。

◆ストレスを発散する

子育ては長い道のりです。日頃のストレスが溜まっていれば、ついつい子供にあたってケンカになってしまいます。ご自分なりのストレスの発散方法を考えましょう。ご主人がお休みの日は、思いきって1~2時間子守をお願いして、ショッピングに出かけたり、近所の喫茶店でコーヒーを飲んだり。ストレスが発散できたらまた優しい気持ちで子供に接する事ができます。また、子守をまかされたご主人も日頃の大変さがよくわかり、お母さんにやさしくしてくれるかも知れません。

◆ネットスーパーを利用する

小さい子を持つお母さんにとって、買い物も結構時間がかかり、大仕事になります。最近は、インターネットで注文すると、品物が家に届くサービスが充実しています。いろいろ調べて、上手に利用しましょう。ブラウスやバッグなどもインターネットで買えるので、ストレス発散にはなりますが、買いすぎにご用心。

自分の時間

も大切に...お



カレートースト

みんな!
ごはんにするよ★

材料【4人分】

- | | | | |
|------------|------|---------|----|
| ・カレー | 適宜 | ・ピザ用チーズ | 適宜 |
| ・食パン(5枚切り) | 4枚 | ・粒マスタード | 小1 |
| ・玉ねぎ | 1/2個 | ・マヨネーズ | 大2 |



①



マヨネーズと粒マスタードを混ぜ合わせ、食パンに薄く塗る。

②



スライスした玉ねぎをバラバラと乗せ、その上からカレーを好みの量で乗せ、チーズをかける。

③



アルミホイルを敷いたトースターで5分ほど、チーズに焦げ目が付くまで焼く。パンの耳が焦げるようならアルミホイルで周りを覆う。

今日のエンターテインメント★

夏祭りで踊ろう

お祭りの多いこのシーズン、花火を見に行ったり、屋台を楽しんだりするのもいいですが、踊りに参加するとまた、ひと味違う楽しみが出来ます。

【阿波踊りに参加する】

踊るお祭りとして有名なのは、徳島の阿波踊りです。練習を積み重ね、技を競い合う連の踊りを見るのが一般的ですが、その日に集まった人たちが踊る「にわか連」もあります。服装も自由なので、気軽に参加する事が出来ます。大きな舞台で、大勢の人の前で踊ることが出来るので、充実感があります。

【踊れるお祭りを探す】

阿波踊り以外にも、日本には踊るお祭りが沢山あります。参加自由のお祭りもあるので、各地のお祭りを探して、旅行を兼ねてお祭りに参加してみるのもいいですね。

【連に参加する】

最近では、お祭りで踊る練習をする「連」が色々な地域にあります。連に入り、一つの踊りをみんなで練習して、技を磨き、大きな大会を目指して踊るのも、充実感があります。家族で参加する事も出来るので、親子で楽しむことが出来ますよ。





誕生月の占い



1月
生まれ

自分にとって財産になるものを得られそうな予感。人・モノに限らずピンと来た縁は大切にしましょう。

2月
生まれ

メンタル面の強化が鍵になりそう。なかなか成果が上げられないことも何度も挑戦すれば達成できる模様。

3月
生まれ

不安定な運気でストレスを感じやすいとき。気分転換を図って乗り切りましょう。特に汗を流すのがGood。

4月
生まれ

健康へのアプローチを心掛けると、健康運アップにつながります。また柔軟な考え方をすると吉。

5月
生まれ

部外者の介入で何かと邪魔が入りがち。コミュニケーションの機会を増やしたり親交を深めて乗り切りましょう。

6月
生まれ

運気は上々ですが油断は禁物。少しでも危険を感じることは避けて正解。慎重に過ごしましょう。

7月
生まれ

周囲からこう見られたいと自分を演じると疲れてしまいます。自然体の方が周りとの距離が縮まる暗示。

8月
生まれ

変化を恐れず積極的に幸運をつかんでいく姿勢が大切。自分の隠れた才能やセンスも見つけよう。

9月
生まれ

以前から興味があることは新しい自分を発見するきっかけになりそう。冒険心を持ってチャレンジ。

10月
生まれ

注目度もアップしてモテ期が訪れそう。自分を信じる気持ちが幸せの道を切り開いてくれるでしょう。

11月
生まれ

話題のスポットや人気のショップに行くとかクワクワする出会いや発見あり。明るい装いで出掛けて吉。

12月
生まれ

物事が一段落し自由な時間を楽しめる模様。様々な人と触れ合ったり色々な本を読んで視野を広げて。

居心地のいい家づくり

～ 収納カゴを買う時のコツ ～

1. 寸法を測る

収納用品を買う時には、必ず寸法を測って買いに行きましょう。入れたい物の寸法と、収納する場所の寸法を測っておきます。そうすると、必要な個数だけ買えるので、カゴが余る事を防げます。すぐに見つからない場合には、手帳やスマホに記録しておいて、見つかるまで時間をかけて探しましょう。最近では「写真にサイズメモ」というアプリを使うと、スマホで写真を写した上から寸法を記録できるので、分かり易くて便利です。スマホなら外出先でも持っているので、お店で確認が簡単です。

2. カゴは白

収納カゴを買いに行くと、色々な色やデザインのカゴを売っています。ついつい、色の付いたカゴを手にとってしまいがちではないですか？しかし、中にいれる物にも色がついているので、カゴは白を選びましょう。そうすることで、見た目がスッキリします。

3. 真四角を探す

間仕切に使う時などは、特にカゴ自体が斜めになっていない、直角の収納用品を選びましょう。収納場所にデッドスペースが出来ない様になります。ちょっとしたことですが、直角の物を選ぶだけで、収納出来る量が変わってきます。





【囲炉裏（いろり）と竈（かまど）】

囲炉裏（いろり）は、「人の居場所」「火所」を意味しています。昔は火を起すことが困難をきわめたので、炉はなににもまして火種を保存する大切な場所だったのです。囲炉裏には暖房の目的以外に食べ物の調理・乾燥などの機能もありました。また、食堂やリビング、ときには応接ともなる多目的空間でした。



竈（かまど）は、その目的が調理に限られ、囲炉裏とは別に発達したものです。もともと煙や熱を嫌い屋外にあったものが、次第に屋内の土間に採り入れられるようになります。「くど」「へっつい」などと呼ばれ、火の神が祀られていました。そのうち暮らしの変化とともに飲食の種類や回数が多くなり、竈だけでは間に合わなくなり、その役目の一部が囲炉裏に回ってきます。自在鉤（じざいかぎ）や鉄鍋、鉄輪などの優れた補助用具があったからこそ、囲炉裏は調理の場になり得たのです。

参考文献：物語 ものの建築史「台所のはなし」山田幸一監修／高橋昭子・馬場昌子著：鹿島出

100% SHOPPING
おもてなし 100%

花型パレットでおもてなし

絵手紙を描く時などに使う、花型パレット。昔から梅皿とよばれ、色と色を混ぜる時に便利なパレットです。おもてなしに使ってみましょう。

●お皿にして

花型パレットをお皿にして使ってみましょう。ひとつの部屋に一種類のおかずやおにぎりを入れます。何種類も入って楽しいお皿になります。下にひとまわり大きい丸や、四角いお皿を重ねるとオシャレ感が出ます。

●お菓子を入れて

お誕生日会など、お友達が集まった時には、チョコレートやキャンディを入れて出してみましょう。マーブルチョコなど、小さなチョコレートを入れると可愛いですね。

●パン皿にも

クロワッサンや一口サイズのパンなどを入れてみましょう。真ん中の丸い部屋にはオリーブオイルを入れて食べると、楽しいパン皿になります。



社長のひとりごと・・・



7月前半は連日の雨で、外仕事が出来ずに気をもんでいました。

一転、梅雨明け宣言があったと思ったら連日の猛暑！異常気象です。

日本の各地で豪雨被害も続出しています。被害に遭われた地方の皆さんにお見舞いをするとところです。

間もなくお盆ですが、娘夫婦が帰って来るようです。

夏は避暑もかねて、婿の実家のある北海道に行くようなことを言っていたのですが、婿の希望で鹿児島に帰省となったようです。

孫が帰ってきます。

楽しみです。



| | | |
|---------|-----------------------|----------------------------------|
| 発行元 会社名 | 株式会社システム建築鹿児島 | 伊佐市大口下殿666 |
| 電話 | 0995-23-0777 | Fax 0995-23-0538 |
| ホームページ | http://www.sys-ken.jp | e-mail sys_ken@po3.synapse.ne.jp |
| | | 社長携帯 090-3325-4482 |