

暮らしの窓

K u r a s h i n o M a d o

2018 Summer

夏

東急コミュニティー



これでスッキリ！ 衣類整理が 楽しくなるコツ。

「暮らしの窓」は今号よりリニューアルし、新たに4つの連載がスタート！
もしもに備えて知っておきたい防災情報から、今すぐ使えるお料理レシピ、お掃除のテクニク、マンションを快適に保つためのコツまで、これからは暮らしに役立つ情報をお届けします！

お住まいの皆さまへ、おトクなキャンペーンのお知らせです。

暮らしをサポートするサービス情報が満載。

新たに“情報誌”と“ポータルサイト”が誕生！！



暮らしに役立つサービスやショッピングアイテムを厳選してお届けするお役立ち情報誌



Life Time Portal

ずっとの幸せを、あたり前に。

マンションライフを便利にする機能をはじめ、おトクなアイテムやサービスを取り揃えたポータルサイト



～ Life Time Portal GRAND OPEN 記念～

今だけのチャンス！ ライフタイムポータルでお買い物。プレゼントキャンペーン実施中！

2018年8月31日(金)まで

「暮らしの窓」に折り込まれている



に掲載の商品の中から

プレゼント対象商品マーク



のある商品を

ライフタイムポータルで



ご購入いただくと・・・

抽選で

551名の方に 豪華プレゼントが 当たる！

クローゼットの衣類を スッキリ収納する方法。

衣替えこそチャンス！

もうすぐ7月、夏の訪れも間近ですね。クローゼットを眺めて「衣替えしなくちゃ」と思いつつ、大量の衣類を前にため息をついてはいませんか？クローゼットの収納は、片づけの三大お悩みの一つとも言われており、試行錯誤を重ねている人も多いことでしょう。この衣替えをチャンスに、そのお悩みをスッキリ解決しませんか。

この方法で自分とクローゼットを把握

「服があり過ぎてクローゼットが片づかない！ 着たい服が見つからない！」

クローゼット収納によくある悩みですが、同時に「服をいっぱい持っているのに着るものがない」「何を着ればいいのか分からない」という悩みを持つ方も多いです。

私も昔はそうでした。いろいろな服を着たいと思い、たくさん服を持っていました。しかし、全部を把握できず、着ていない服も多かったのです。そんな私は※ライフオーガナイズに出会って変わりました。クローゼットを「好きでよく着る服“でいっぱいにして、服選びと衣替えが楽になるようにと、片づけを一大決心。自分のライフスタイルに合う服を選ぶために、自分の生活シーンと、それに合う洋服を選んで、その割合が適切かどうかを見直しました。

実際のところ、何を残して何を手放すのか……それを決めるのが一番難しいのでしょうか。「いる・いない」「着る・着ない」というような二択で考えると、保留しがちで決めることができません。そんなときにオススメなの

が、2つの指標を使うことです。

下図のように、「好きかどうか」「着ているかどうか」を組合わせて考えてみます。

① 好きで着ている服

そのままクローゼットに残すことができ、これからも増やしていきたい服。

② 好きだけれど着ていない服

工夫したら着ることも可能？ 着られそうになければ、手放すことを検討したほうがい

③ 好きではないけれど着ている服

いかもしれない。もしくは思い出の服。手放すこと、もしくは買い替えを検討した

④ 好きではなく着ていない服

手放す服。

この4つに分けることができます。この方法だと、残す服が決めやすくなります。

クローゼットはあなたを映す鏡

残す服が決まっても、今のクローゼットでは収納場所が足りない場合は、2つの方法からどちらかを選びましょう。1つは服を手放さずに収納場所を増やす。もう1つは収納場所は増や

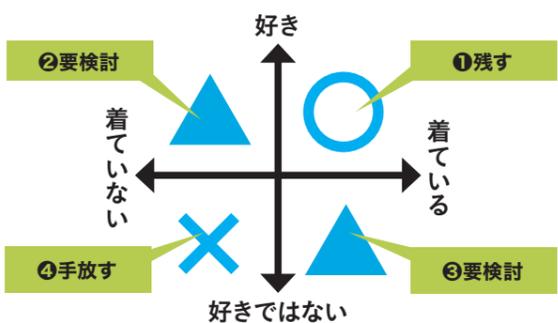
さず、服を適正量にする。この選択は、片づいた状態を維持するためにも重要です。

私の場合は、コンパクトな家に合わせて服を手放し、今あるクローゼットに収めることを選びました。服は適正量になるまでセレクトを繰り返しましたが、「バッグが大好き」な気持ちを大切に、バッグの適正量は考えませんでした。使う機会がなくても、たまに眺めるだけでも、持っていたかったです。服は着るものを、でもバッグは好きな気持ちを優先。ただし、決めた場所以外に新しい収納スペースは作らない。これが私の選択した価値観です。

片づけ方法は人の数だけ、暮らしの数だけあります。なぜなら、好みも思考も行動も家の大きさや間取りも違うから。住んでいる自分が良ければ、全部良いのです。

服を全部取り出して、自分がどんな生活したいのか、何が必要で何が好きなかを考え、一つ一つをセレクトしてみてください。最初は迷うことも多いかもしれませんが、でも、繰り返すことで自分の価値観・優先順位が分かっ、選べるようになります。

片づけは、自分自身と自分の価値観に向き合うこととも言えるのです。



↑ 大好きなカゴバッグは見せる収納に。

← 取り出しやすく、立てて収納されたバッグの数々。好きなものは持っていていい。



株式会社 取めるしくみ研究所
代表取締役 かみて 理恵子さん

アパレルパタンナー・IT系コールセンター等の仕事に25年間従事後、思考と空間の整理を行うライフオーガナイズに出会い、片づけのプロに。「第二の人生は50歳から準備」をモットーに、片づけのコンサルティングや現場サポート、セミナーを行っている。取めるしくみ研究所ホームページ <http://www.osamerulab.com>

※ライフオーガナイズとは…暮らしのストレスを軽減し、有意義な人生を生きることを目的とした片づけの考え方。思考や感情の整理から始め、暮らしを最適化することを目指す。「捨てる」から始めないアプローチが特徴。

10分で衣替えが可能！

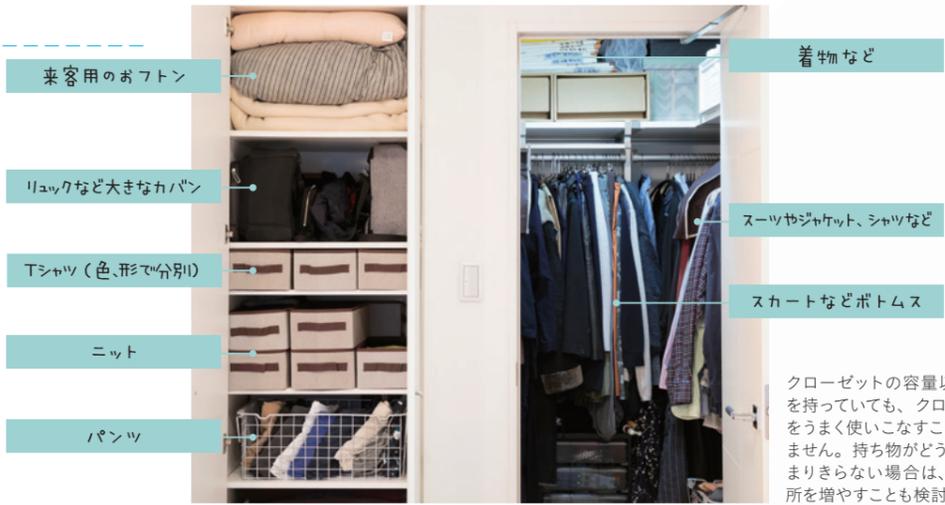
スッキリ＆使いやすいクローゼットの作り方。

『暮らしの窓』2018年3月号でも紹介した「衣替え・衣類収納アンケート」の結果では、8割の方が「衣替えは嫌い」と回答。「収納が面倒」「時間がない」などの理由が挙げられました。ところが、かみて流クローゼット収納では、なんと10分で衣替えが可能！クローゼットを使いやすく、スッキリ整頓するテクニックをご紹介します。

STEP 1

着るもの・使う物を優先して収納しよう！

何がどこにあるのか分からず、衣替えにも手間取ってしまうクローゼットには、実は使わない物がたくさん収納されていることがほとんどです。右ページの考え方に沿って、クローゼットの中身を総点検。不要なものは手放し、思い出の物は別の収納場所にしまうなどして、クローゼットには、着るもの・使う物を中心に収納します。



クローゼットの容量以上の物を持っていても、クローゼットをうまく使いこなすことはできません。持ち物がどうしても納まりきらない場合は、収納場所を増やすことも検討します。

STEP 2

動線を意識して、収納場所を決めよう！

服を着たり脱いだりする際の動きに注目してみましょう。動線と収納場所の関係を見直すことで、脱ぎ着の時間短縮になったり、元に戻しやすくなって服の置きっぱなしが減ります。



アクセサリやタオルは、鏡のある洗面所に置いたり(写真①)、コートや帽子は、玄関収納に納めても(写真②)。クローゼットだけが収納場所ではありません。

STEP 3

奥行を活かし、前後を入れ替える箱を使おう！

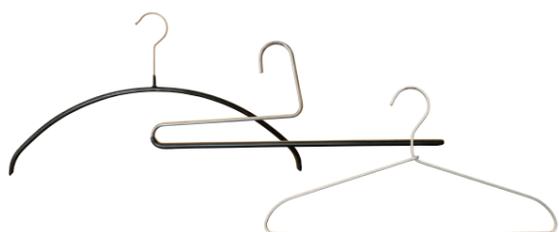
衣替えを簡単にするには、オンシーズン物とオフシーズン物をあらかじめ分けておくことが、最大のコツです。マンション収納は奥行が深めなので、オフシーズンの物を奥に、オンシーズンの物を手前にしまっておけば、前後を入れ替えるだけで衣替えが完了します。



たたみ収納のシャツやセーターは、棚のサイズに合わせた箱を用意し、季節ごとに箱に分けて入れます。季節外の箱はクローゼットの奥へ(写真③)。かける収納では、オフシーズン物にハンガー部分を覆うカバーをかけておけば、一目瞭然。汚れも防げます(写真④)。

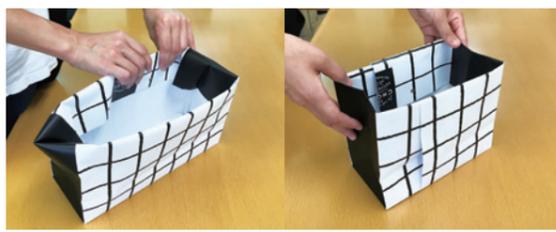
ワンポイント・アドバイス

ハンガー統一でスッキリ



ハンガーを統一すると、クローゼットの見栄えがよくなります。私は無印良品の洗濯用ハンガーを、洗濯干しからクローゼット収納まで統一して使用。女性物ワンピースなど滑りやすい服やパンツには、ドイツの「MAWA」のハンガーを使っています。

紙袋を利用して仮置き収納



ぴったりサイズの収納用品を見つけるのは案外難しいものです。それが見つかるまでの間、簡易的に使いたいのがショッピング紙袋の利用です。取っ手を取外し、高さは上部を折ることで、横幅は袋を縦に切っかみ合わせることで、大きさが自由自在に変えられます。

衣装ケースの上手な使い方



プラスチックの衣装ケースを使用する場合、奥行が深いものは手前1/3ほどにオンシーズンの物を入れ、奥にはオフシーズンの物を収納。入れるものに合わせた深さを選ぶことも大切。深すぎると上にも物を入れたくなくて、何が入っているか分からなくなりがちです。

マンションこそ 気を付けたい！ 熱中症

熱中症と言えば、日差しの照りつける屋外での発症をイメージしがちですが、意外にも室内、しかもマンションだからこそ高まる熱中症の危険があります。今回は、その危険性や対策について、快適で健康的な居住空間を研究する慶應義塾大学教授、伊香賀俊治さんに伺いました。

注意すべきは就寝中の熱中症

熱中症と言うと、暑い屋外で水分を摂らずに倒れてしまう……というイメージを持っている方が多いのではないのでしょうか。しかし、救急搬送された患者のうち約半数が住宅内で発症していたというデータもあり、気を付ける必要があるのは屋外だけではなく、また、熱中症は真夏に多く発症しますが、実は梅雨明けの時期にも多くの人が救急搬送されています。季節の変わり目で体が天候に順応できていないことや、蒸し暑さなどの理由によって起きるのです。よって、いまの時期から家ですべき熱中症対策を知っておくことが大切です。

そもそも、なぜ熱中症になるのでしょうか？ 人は体温が上がるが発汗し、その汗が蒸発することで体温を下げます。しかし湿度が高いと汗が蒸発しにくかったり、体内の水分が不足すると汗が出さなくなります。すると体温が上昇し続け、熱中症になるのです。

特にマンションにお住まいの方に気を付けていただきたいのが、就寝中の熱中症です。木造の戸建住宅に比べて、鉄筋コンクリートの集合住宅では、夜間になっても室温が下がりにくいのです(図1)。コンクリートは温まると熱をため込み、じわじわと放出していく性質があります。そのため外気温が下がっても室温は下がらず、夜間を通して暑い状態が続きます。マンション住まいの方々は、そうした環境下で就寝するため、夜間に熱中症になるリスクが高いのです。

冷房は「弱くつけ続ける」がベスト

では、どのように予防対策をしたらよいのでしょうか？

ポイントは3つあります。

● **ポイント① 温湿度計で部屋の状態を把握する**
まずは、室内の温度と湿度を管理するため温湿度計の設置をオススメします。目安は室温28度・湿度70%、この数値以下を目指してください。湿度が高いと汗が蒸発しにくくなるので、温度だけでなく湿度管理も大切です。

● **ポイント② 日差しを入れない**
室温を上昇させないためには、そもそも日差しを入れないことが大切です。よしずやすだれ、ヘチマなどでつくる緑のカーテンをベランダに設置することが効果的です。ベランダ床全面に日が当たらないように設置できると、表面温度が上がりにくくなり効果的です。ただ、ベランダは共用部のため、マンションのルールによって設置できない場合が多いので、その場合は、室内対策としてカーテンを遮熱・遮光にする、断熱効果のあるペアガラスや内窓を設置するなどの工夫がよいでしょう。

● **ポイント③ 冷房を適切に使用する**
住宅内熱中症患者の約90%が冷房を使用していませんでした(図2)。マンションは夜間、室温が下がりにくい構造ですから、冷房は28度設定を目安に寝ている間もつけ続けてください。タイマーで稼働時間を設定した場合、冷房が切れると、熱を帯びている壁・床・家具からの放熱によって室温はすぐには上がりません。就寝中は水分補給が遅れることもあり、熱中症につながる可能性が高まります。昼夜、冷房を使うことに経済的な負担を感じるかもしれませんが、熱中症の予防に室温・湿度の調整は欠かせません。直接風が当たるのが気になる、という人は、風の向きを変えるなど、気持ちよく過ごせるように工夫してみましょう。

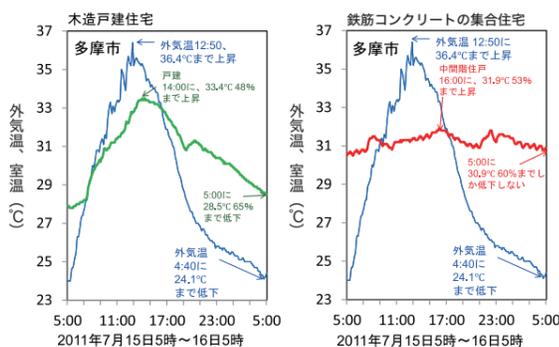


図1：鉄筋コンクリートの集合住宅と木造戸建住宅の室内温度変化(東京都多摩市)

木造住宅の室温は外気温とほぼ連動して上下するのに比べ、集合住宅の室温は変動の幅が小さくほぼ横ばいで推移している。

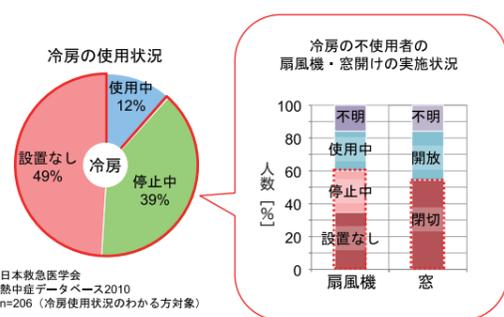


図2：住宅内で発症した熱中症患者の暑さ対策実施状況

「冷房の設置なし」「停止中」の割合を合わせると88%に上る。使用中のケースについては室温が適切でなかったと考えられる。



慶應義塾大学 理工学部システムデザイン工学科
教授 伊香賀 俊治さん

早稲田大学大学院修了。(株)日建設計、東京大学助教授を経て2006年より現職。専門分野は建築環境工学。内閣官房、国土交通省、文部科学省、経済産業省、環境省、厚生労働省などの建築関連政策に関する委員を務める。

くらしを楽しむ
リフォーム

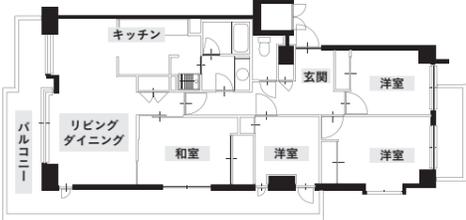
VOL.09

築30年
施工面積/88㎡
神奈川県/Y様邸
家族構成/
50代ご夫婦・ご子息



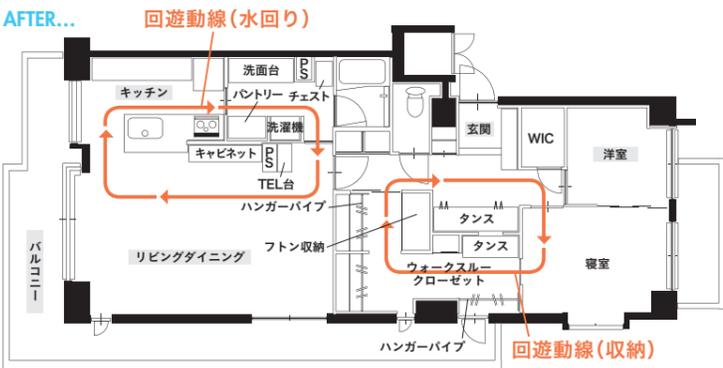
1

BEFORE...



お部屋数が多く、それぞれが独立した空間でした。

AFTER...



活用していなかった和室をなくしつつ、回遊動線を意識した区切りの少ない広々とした空間に。



2



3

- 1 リビングはホワイトとダークブラウンでシックに統一。一面だけ張った石材が良いアクセントに。
- 2 水回りも一新。個性的な壁紙で印象的に仕上げました。
- 3 リビング・ダイニングが見渡せるキッチン。洗面室と浴室への動線をスムーズに。

暮らしをもっと
「楽しく」「便利に」
「素敵に」

今の暮らしを変えるフルリノベーション

居住から27年が経過し、汚れや間取りの不便さが気になっていたというY様ご夫妻。「活用せず物置になっていた」という和室をなくし、キッチンは壁を取り払いオープン・キッチンに。その結果、視界の開けたリビング・ダイニングが実現しました。

ポイントは「回遊動線」。回遊動線とは、行き止まりにならない生活動線を指します。キッチンと洗面所、リビング・ダイニングを回遊動線でつないで、家事効率もアップ。加えて、壁がなくなったことで、洗面所まで窓からの光が届く明るい水回りになりました。

さらに収納を1カ所に集結させ、そのまわりを回遊できるように設計。物の管理や出し入れが効率よく行えるようになりました。また、お手持ちのタンスの大きさや、荷物の量に合わせて収納スペースが計算されているので、無駄なく空間を活用できました。

生活する人の動線を意識してリフォームしたことで、スペースも生活もゆとりある住まいに生まれ変わりました。

費用の目安・カタログ無料進呈

定価制リノベーションパックの標準仕様で工事した場合。

88㎡ **925万** (税抜) ~

- ◆ リフォームしたいお部屋を選んでいただく、部分リフォームも承っております。
- ◆ 定価制パックは首都圏のエリア限定商品です。
- ◆ 定価制システム、標準仕様については下記まで資料をご請求ください。



定価制リフォームシステムがよくわかるカタログ5点セット

マンションリフォームはお任せください。
株式会社東急 Re・デザイン

受付時間：9:00~18:00(平日・土日祝)

0120-994-109 <http://www.coretto.jp/>

東急リデザイン

検索

【提供エリア】東京都、神奈川県、埼玉県、千葉県、滋賀県、京都府、大阪府、兵庫県、奈良県 ※一部ご利用いただけない商品、施工できないエリアがございます。 ※お問い合わせの際は「暮らしの窓を見て」とお伝えください。

対 災 力



知っておきたい マンション防災の 基礎知識

第1回

マンションこそ

”被災生活の疑似体験“が大切

マンションは地震の際、全壊や半壊などの可能性が低いと、マンション住民が避難所に入れない可能性が高いと言われてい

ます。そのため、もしもの被災生活に備えて、ぜひオススメしたいのが「おうちDEキャンプ」です。

これは、「電子レンジが使えない」「トイレが流せない」といった電気・水道・ガスなどのライフラインが止まってしまった生活を疑似体験するご家庭での防災訓練です。「被災生活に何が必要か」「今ある物はどう利用できるか」を体験することで、実際に被災したときに動じない強い心を育てることができ

ます。思い立つたらいつでもできるのが「おうちDEキャンプ」のよいところ。ガスや水道の元栓を閉め、電気を止めたらキャンプのスタートです（冷蔵庫などに影響することを避けるためブレーカーは落とさず、プラグを抜く）。

まずは、食事。卓上コンロとペットボトルの水を使って料理をしてみましょう。調理器具や食器、もちろん手も洗えないので、フライパンにはアルミホイル、お皿にはラップ、食品を手で持つて食べる時にはビニ

ール手袋（粉が付いていないもの）をはめて食べるなど工夫します。次に、リビングで寝てみましょう。いつもの寝具はガラスの破片などが飛散して使えなかつたり、余震で建材のカケラが落ちてくる可能性があるため、ワンタッチテントや寝袋がオススメです。実際にリビングの床で寝てみると、「床が硬くて眠れない」など、具体的な気付きがあります。



危機管理教育研究所代表
国崎 信江さん

文部科学省の防災科学技術委員会など、国や自治体の防災関連の委員を務める防災のプロフェッショナル。

たくさん種類のある防災用品選びも、実際に被災体験をすると「何が必要か」を実感でき、効率よく揃えることができます。また、同じ防災用品でもいろいろなタイプがあります。キャンプを重ねて試しているうちに、ご家族それぞれの視点で使いやすいもの・家族に合うものが分かってきます。

キャンプの時間は3時間以上がオススメです。1回はトイレに行きたくなる長さです。すべてのライフラインを止めるのはハードルが高いという人は、「電気だけ」など、部分的に試してみましょう。

わが家でも3カ月に1回ぐらいの頻度でキャンプをやっていますが、楽しさもあるので子どもは大喜び。ぜひ、夏休みなどを利用して家族で「おうちDEキャンプ」を体験してみたいかですか？

旬の一品

第1回

茄子のたたくき

ニッポンの 美味しい郷土料理

高知県安芸地方



料理研究家
冬木 れいさん

料理研究サロン「大きな亀」を主宰。地方食材を中心にレシピや商品開発も数多く手がける。全国郷土鍋動画webレシピも好評。

「郷土料理」と言うと、ハレの日の豪華な料理が目につかびますが、帰省した時に、お家で必ず食べたくなるような親しみやすい郷土料理が全国各地にたくさんあります。

今回はそんな家庭的な郷土料理の中から、高知県安芸地方で食されている「茄子のたたくき」をご紹介します。

土佐、高知と言えば、「鱈のたたくき」が有名ですが、実は日本有数の茄子の生産地でもあります。「茄子のたたくき」は「茄子」が主役。ほぐした魚や、薬味をふんだんにのせて、ポン酢をかけていただきます。暑い夏に、体を冷やす作用のある茄子をたっぷりの薬味でサッパリといただく。まさに旬の食べ方です。ほぐした魚は、鱈や鯖に代えても、またツナの水煮缶でも美味です。ポン酢の配合は酸味を強めたり、生姜を弱めたり、自在に変化をつけるといいでしょう。

お酒好きの多い高知県民に愛され、ご飯だけでなく辛口の日本酒にもぴったりの日常のおかずです。

●材料● (2人分)

- ・ナス…4本
- ・キハダマグロ、またはピンチョウマグロ…200g
- ・青じそ…10枚
- ・ミョウガ…2個
- ・万能ねぎ…5本
- ・ポン酢…レモン汁 1個分(約40cc)
生姜汁 40cc
醤油 40cc
- ※お好みで蜂蜜を入れても市販のポン酢でも可
- ・揚げ油…適量

●作り方●

- ① キハダマグロは塩をふり、網焼きをして、ほぐしておく。
- ② 薬味の青じそは細切り、ミョウガと万能ねぎは小口切りにする。
- ③ レモン汁、生姜汁、醤油を合わせ、ポン酢を作る。
- ④ ナスは、縦半分に切り、皮目に細かく切れ目を入れてから、一口大に切る。約180℃の油で、色よく揚げる。
- ⑤ 油切りをしたナスを皿に盛り、上から魚のほぐし身を全面に散らし、薬味を覆うようにのせてポン酢をかけます。

簡単&スツクリ! おうちピカピカお掃除術

第1回

梅雨に発生しやすい水アカには“酢水”が効果的!

バスルーム編



株式会社ヘアーズ取締役副社長
家事研究家 高橋 ゆきさん

キッズからシニアまであらゆる世代の暮らしの向上を研究し、家事のスペシャリストとしてテレビ・雑誌などで幅広く活躍中。

バスルームは、体の汚れを落とすと同時に一日の疲れを癒す大切な空間です。常に清潔で、気持ちよく使えるようにしておきたい場所ですが、一方で湿気が多く水アカやカビが発生しやすい場所でもあります。とくに湿度の高い梅雨から夏の時期にかけては注意が必要です。

水アカやカビの発生を防ぐために最も大切なのは、水気を残さないこと。入浴後、床にたまった水気を足で排水口に流したり、ドアのふちをタオルで拭くようにしたりするなど、水気をなくすちよつとしたひと手間が、水アカやカビの発生を防ぐことにつながります。また、湿った空気を停滞させないためにも、換気扇のスイッチは常にオンにしておくこと。これらを習慣化することが、汚れない気持ちのよいバスルームにつながります。

それでもふと気付くと汚れが……ということはありません。今回オススメするのは、水アカを落とす便利アイテム「酢水」です。酢水は、水アカやカルキを除去してくれるうえ、長時間つけ置きをしても素材を傷めない優れたもの。酢と水を4対6くらいの割合で混ぜたものを、スプレーボトルに入れて汚れに吹きかけたり、桶にためて汚れた気になる小物をつけ置きしたりすることで、簡単にバスルームの水アカ汚れを除去することができます。

1. 桶やイスの洗い方



浴槽のお湯が温かいうちにお風呂用洗剤を入れ、桶、イスなどをつけ置きします。このとき、洗剤を噴水線（お湯をかけたときの水位のライン）に沿って吹きかけると、浴槽の汚れも落ちやすくなります。



つけ置きした桶やイスを洗い流して、全体にキッチンペーパーを巻き、酢水を吹きかけます。その上からラップを巻き付け、20～30分後にシャワーで流します。

2. シャワーヘッドの洗い方



桶に酢水を入れ、1時間くらい置いておくと汚れが取れます。

第1回

排水管洗浄は定期的に実施しましょう!

皆さんがお住まいのマンションを安全に快適に保つためには、マンションの維持管理が欠かせません。

この連載では、維持保全管理のプロフェッショナルである*建診ドクターの立場から、管理のコツをご紹介します。

皆さんは、マンション内で一番多く発生する事故が何かご存知ですか?

それは漏水事故です。

漏水事故には、管の劣化による破損、管のつまりと大きく分けて2つの原因があります。

そこで今回は、排水管のつまりを防ぐために重要な排水管洗浄をご紹介します。

マンションの築年数・形態にもよりますが、排水管洗浄は1年に1回定期的に行うのがよいとされています。

洗浄を行わないと、管の内側に汚れが付着して排水管がつまり、排水が逆流してしまい、漏水につながる恐れがあります。

もしも、専有部内で漏水事故が起こってしまったら……ご自身のお部屋だけでなく、

共用部や他のお客さまのお部屋にも被害が出ることも少なくありません。

排水管洗浄は皆さんが毎月お支払いしている管理費等によりマンションの管理組合主導で行っています。共用部の洗浄だけでは事故は防げません。専有部と共用部、両方の排水管を洗浄することが大切だと言えます。

専有部の排水管洗浄は清掃時に在宅していただく必要があるため、皆さんのご協力が重要です。お住まいのマンションを元気に長く保つために、定期的に排水管洗浄を実施しましょう。

《ワンポイント・アドバイス》

キッチンの排水口は、使用後に40度前後のお湯を1〜2分流すようにしましょう。キッチンの排水口には多少なりとも油が流れていきます。冷たいお水と一緒に流すと、油が固まってつまりの原因になることも。お湯を流すだけで、排水管に汚れが付着しにくくなります。



建診ドクターに聞く!

マンションを元気に保つ管理のコツ。



建診ドクター 畠山 哲也(はたけやま・てつや)

株式会社東急コミュニティー
田園都市支店技術チーム
1級管工事施工管理技士/2級電気工事施工管理技士
マンション維持修繕技術者

* 建診ドクターとは…

東急コミュニティーが提供する維持保全管理サービス「建診力」。そこで、マンションのかかりつけ医として、建物の状態をチェックし、それぞれにあった健康維持、治療方法を考える技術員。年に1度、診断結果を「カルテ」にすることで、利用者により分かりやすいサービス提供を目指す。

東急コミュニティー
インフォメーション
INFORMATION

2006年にスタートした東急コミュニティーのお客さま向け会員制自然体験プログラム「TC神泉倶楽部」が、埼玉県神川町の老舗醸造会社ヤマキ醸造グループとのタッグにより、「TC神泉倶楽部ヤマキ畑の楽校」としてリニューアルしました。海外セレブの関心も高い自然農法による野菜づくりを楽しみながら学びつつ、オーガニックなひととを堪能する農業スクールです。味噌・醤油や豆腐などを造り続けているヤマキ醸造グループの畑の一部を使って、農薬、化学肥料、除草剤を使用しない農作業を体験することができます。山の木々の緑も豊かで湧き水にも恵まれた神川町で、受講者の皆さままで協力して、さつまいも、大豆、大根、キャベツ、白菜など、さまざまな種類の野菜づくりを楽しんでみませんか？

7月スタートコース(7月8日(日)〜12月9日(日))の期間中計12回受講のご案内は、本誌折込みのライフタイム通信8ページをご覧ください。

自然農法による野菜づくりが楽しめる！
オーガニック農業スクール
「TC神泉倶楽部 ヤマキ畑の楽校」オープン



前号では「災害時の連絡手段」について伺いました。
約6割が家族との連絡方法を決めていないと回答。

まだ災害時の連絡手段を決めていないという方は、これを機に一度ご家族やご友人と災害時の連絡方法について話をしてみてください。

また、災害時は回線混雑・通信規制などで電話・メールが使えない可能性も。災害用伝言ダイヤル171や被災地以外を連絡拠点にし、そこを介して連絡を取る「三角連絡法」など複数の連絡手段を準備しておくことがオススメです。

通常連絡手段にSNS(SNS(LINE等))は7割の方が使っているという結果になりました。暮らしの窓のアンケートにご回答いただいた読者の皆さまの中には70代以上の方も多くいらっしゃるの、そのことを踏まえると意外と多いなあという印象です。家族で災害時の連絡方法を決めていないと答えた方が約6割。防災用品の備えに比べると、連絡方法についての備えは抜けてしまいがちなかもしれません。また、決めている方の連絡方法は、メール・電話が最も多く、続いてSNS、災害用伝言ダイヤル(WEB版含む)の順でした。熊本地震ではSNSの有効活用が話題にもなりましたね。

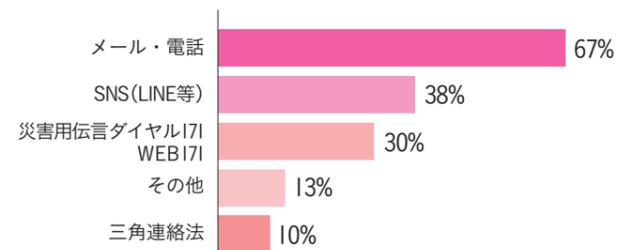
今回ご回答いただいたのは4,484名。たくさんのご回答をいただきありがとうございます。家族で災害時の連絡方法を決めていないと回答したのは4,484名。今回ご回答いただいたのは4,484名。たくさんのご回答をいただきありがとうございます。

【家族で災害時の連絡方法を決めていませんか？】



読者アンケート
QUESTIONNAIRE

【災害時連絡方法(複数回答)】



※ SNS：ソーシャルネットワーキングサービス

抽選で
105名さまに

「暮らしの窓」夏のプレゼント！

インターネットからも
簡単にご応募
できます

お気に入りの衣類をキレイに保つグッズを取りそろえました。「暮らしの窓」が厳選した夏のプレゼント。

1. VENT QUEST / カタログギフト

「美しいもの」「確かなもの」を、日本国内にとどまらず、ヨーロッパからアジアまで、世界の国々より厳しい目で選び抜きました。



2名さま

2. T-fal (ティファール) / 2in1 スチームアンドプレス 8630



衣類の除菌や脱臭、ハウダストにも効果があり、さらに花粉対策の効果も期待できるため、帰宅後の衣類のお手入れにもオススメです。

3名さま

3. Timb.(ティム) / 洗えるカゴ レクタングル L

北欧の白樺カゴをイメージしてつくったバスケットは、置いておくだけでインテリアのエッセンスに。ささくれがないので、衣類やタオルをひっかけてしまうこともありません。幅40×奥行27×高さ16cm



10名さま

4. 浅草アートブラシ社 / かんたん毛玉取りブラシ・匠

繊維の方向に沿ってなでるだけで、毛玉が面白いように取れ、しかも生地を傷めません。カシミアからウール、アクリルまでさまざまな素材に使用可能です。サイズ：約全長 21×幅 5.5×厚み 2.5cm



5名さま

5. MAWAハンガー(マワハンガー) / シルエットタイプ 41 5本セット



表面の特殊コーティングのおかげで衣類をキャッチして滑り落ちません。肩先の緩やかなカーブが特徴で、ドレスやセーター、軽いジャケットなどの形を崩すことなく収納できます。サイズ：W40×H20.5×D1cm

25名さま

6. ドクターベックマン / 携帯用シミ取りペン

衣類の修正ペン「ステインペン」は、食べこぼしや飲みこぼしなど、シミがついたその場で消すことが可能です。携帯しやすいペンタイプですので、化粧ポーチやバッグ、引き出しに常備できます。



30名さま

7. ライフタイムハート「QUOカード」



東急コミュニティーのお客さま向けサービスのシンボルマーク「ライフタイムハート」のQUOカード(1,000円分)

30名さま

プレゼントの当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

応募方法

本紙に封入した「応募用紙」、または「暮らしの窓WEB」からご応募ください。

暮らしの窓 プレゼント

検索



<http://kurashinomado.com/t/004/>

スマートフォンからもご応募いただけます。

応募締切：2018年7月31日(火)



東急コミュニティー

〒158-8509 東京都世田谷区用賀4-10-1 世田谷ビジネススクエアタワー
東急コミュニティーホームページ <https://www.tokyu-com.co.jp/> 暮らしの窓WEB <http://kurashinomado.com/>

●マンション管理業 国土交通大臣(4)第030095号 ●宅地建物取引業 国土交通大臣(12)第1990号 ●建設業 国土交通大臣許可(特-27)第13715号 ●一級建築士事務所 東京都知事登録第23704号(本店)他

