

フジアート



Vol. **42**
2017.11

私とフジアートの人生いろいろ



紅葉のシーズンも終盤、年末の準備が始まる頃となりました。
皆様、いかがお過ごしですか。フジアート株式会社 代表の渡邊富士雄です。

最近、私のまわりで風邪が流行っています。家庭の中でうつされる場合がありますが、大勢の人が集まる場所も要注意ですね。私は冬になるとマスクを付けるのですが、意外に効果を発揮します。暖房による乾燥で喉を痛める事もないので重宝しています。

もうすぐ師走、お坊さんも走る月になりました。十二月は暦も慌ただしく、一気に冬めいてきます。
まず初めの二十四節気は、七日の大雪（たいせつ）です。これは「暖かい地方でも雪が降り始める時期」という意味です。それを細かく区切った七十二候も、初候「天地の気が塞がって冬となる」、次候「熊が冬眠のために穴にこもる」、末候「鮭が群がり川を上る」と進んでいきます。

次に二十一日、冬至（とうじ）です。これは「北半球では昼間の時間が最も短くなる日」です。西洋では大昔、冬至とクリスマスと同じと扱ってお祭りなどをしていたようです。この七十二候は、初候「夏枯草が芽を出す」、次候「大鹿が角を落とす」、末候「雪の下で麦が芽を出す」と進みます。真冬にありながら、自然が成長していく様子が窺えるなあと感じます。

さて、太平洋側では冷え込んで乾燥した日が続く季節ですが、これは天気予報でおなじみのことば「フェーン現象」が起きるからです。フェーン現象というのは、暖かく湿った空気が、本州を東西に区切る脊梁（せきりょう）山脈を上りながら雪を降らせて湿度を下げ、それを太平洋側へ向けて下りる時には乾燥した空気になっているのです。

そして太平洋側の冬のお天気で注意が必要なのは、午後から曇りやすいということです。これはなぜかと言うと、朝からの陽射しで地上の空気が暖まると、その空気は上昇していきます。しかし上空の気温は地上の気温よりも低いため、その温度差を調節するために雲が発生するのです。

この雲は時々、太平洋側にも雪を降らせることがあります。正に「大雪」の時期、というわけですので、天気予報に気を付け、雪に弱いこの地域では早めに対策をとるなど注意しましょう。

皆様はフジアートのホームページをご覧になった事がありますか。現在そのホームページのリニューアル準備中です。できれば年内にはアップしたいのですが作業が間に合っていないです。

特にトップページの構成にこだわり、富士山と江ノ島の動画素材を集めています。カッコいいホームページになりそうで、楽しみです。

皆様にもぜひご覧いただきたいと思います。

代表取締役 渡邊 富士雄



現場の風景

このコーナーでは印象的な現場の風景をご紹介します

「厚みに合わせて」 10月31日 火曜日 天気 晴れ



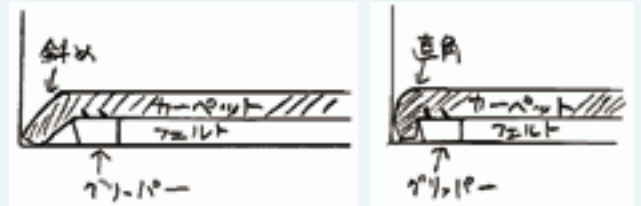
現場監督

岡 俊秀

戸建の洋室カーペットの張り替え工事です。今回はフェルト・グリッパー工法で、全面の交換です。フェルトは防音性・弾力性を備えるためにカーペットの下にひく下地材のことです。グリッパーは壁際に打ちつけて、カーペットを引っ掛けて固定する役目です。

カーペットを全体に広げ、柱部分や壁際などはカッターで切り目を入れ、カットします。ニーキッカーという器具でカーペットがたるんでシワにならないように丁寧に4方に伸ばし、グリッパーに引っ掛け固定していきます。カーペットの余った部分を、トリマーと呼ばれる専用のカッターで壁に沿って切り取ります。

最後に壁際にすき間を開けて、カーペットの端をすき間に押し込みます。外れ防止と見た目をきれいにするためです。この時にすき間が狭いとカーペットが入らず、広いと斜めになってしまいますが、直角に収まると見た目がきれいに仕上がります。カーペットの厚みによって壁際に開けるすき間は違ってきます。



帰ってきました! つぶやき二人三脚



建物診断員

白鳥 勲

みなさ〜んお元気ですか? フジアートのフォーです。今回は基礎の雨水浸透対策とバルコニー防水についてですよ。

家の部位としてはあまり関心のない部分ですが、家全体を支えている部分である基礎内部の鉄筋を外部の雨水から守りましょう。基礎撥水コーティング剤のアクアシールを塗れば南側3年、北側4年前後は効果が持続しますが、基礎に錆の色が出てきてからでは遅いので、気になる方はお電話を下さい! 白鳥が確認に参ります。

またバルコニー防水のメンテナンスは15年に1回、さらにシートからのやり替えが20年から25年で必要です。ここ数年は夏の暑さが尋常ではないので、防水関係も傷みが早くなってきています。早めのチェックをお奨め致します。

- ①基礎は内部からの鉄筋の錆が出ていないかをチェックします。
- ②バルコニーの床面ではひび割れ等が無いかをチェックします。



築25年のお宅の基礎。雨染みが出ています。アクアシールを塗布。



アクアシールを2回塗り。



バルコニーに鉄製の物を置いていた部分が剥がれてきました。熱によってカサブタになってから剥がれたようです。



ケレン・トップ防水を2回塗りします。

※ 基礎コーティングのアクアシールは通常は建坪30で8万円前後、バルコニーのトップコーティングは6㎡までで6万円前後です(移動費別途)。

Happy-Go-Lucky



リフォームアドバイザー
山中 正臣

誰かが意図的に隠しているわけではない——と思うのですが...

皆さんは「もう蛍光灯が生産されていない」という事実をご存知ですか？

2015年に発表されたときには、(社)日本照明工業会の会長がその旨を否定して
いましたが、事例として『パナソニック株式会社』の取り組みを挙げてみると——

2017年10月に生産を終了。

2018年4月末には蛍光灯照明器具一部生産終了。

2019年3月には蛍光灯照明器具完全生産終了。

という予定になっています。

これは、省エネルギー対策が主な理由のように思えるかもしれませんが、本当の理由は蛍光灯の製造に微量ながら使用されている「水銀」と、国連の「水銀条約（正式名称は『水俣条約』）」が関係しています。

つまり、国連会議で「水銀」を使用した体温計や電池、蛍光灯などの使用及び輸出入が2020年までに原則禁止になったのです。日本も既にこの条約に調印をしているので、何らかの特例措置が行われたとしても、遅かれ早かれ「蛍光灯」はやがてなくなってしまうと思われます（と記しながらも何だか未だに実感がありませんが...）。

また、LED照明やLED電球の価格が、以前と比べてかなりリーズナブルになってきた現在では、蛍光灯がLEDに勝る部分が何一つないというのも事実です。

そんなわけで、「ライティングコーディネーター」であるぼくが、いま皆さんにできるアドバイスとしては「いまから『心の準備』をしておいてください」ということと、『『蛍光灯仕様の照明器具』を新たに購入することはおススメできない』ということですよ。

それにしても、この『ライティング』という分野は、知れば知るほど奥が深いのです。

また来月以降も、皆さんのご存じないであろう内容を「ここだけの話」としてお届けしてゆきますね☆



温故知新 The knowledge on your side



リフォームアドバイザー
齊家 春美

今日はお客さまのお宅のうさぎちゃんをご紹介します。

ピーターラビットのモデルになった【ネバーランドドワーフ】という種類のうさぎちゃん、名前は『むった』くん。音もなくじっとしていたので初めは気がつきませんでした。とてもおとなしく、抱っこしたり触らせていただいたら、もうかわいくて♡かわいくて♡ぬいぐるみのようにふわふわで、くりくりのお目目になんとも愛らしい表情。すっかりトリコになり、お邪魔するたびにむったくんに直行です。

ペットがいるお宅では、なかなかフローリングにワックスをかけるのは難しいですが、今回のお客さまのお宅では、入居前に既存のワックスや汚れを取ってからフロアコーティングをされました。フロアコーティングは環境にもよりますが15～20年位はフローリングを保護し、つやつやの綺麗な状態を保ってくれます。そして、コーティングにより床が滑らなくなるのでペットが歩きやすいというメリットもあります。もちろん、爪などの傷もつきにくくなります。荷物移動ができれば、住みながらでも施工できます。

ご興味がありましたら、ぜひスタッフにご相談ください。



日だまり*ゆるりらいふ

家事がちょっと楽しくラクになる豆知識など、無理せずできる、心地よい生活へのヒントを主婦のつぶやきでお伝えします



スタッフ
阿部 桃子

今回はヨーグルトでベイクドチーズケーキ(風)を作ってみました。市販のヨーグルトを水切りすると濃縮され、チーズのような食感になります。クリームチーズ・生クリーム不使用なので、ヘルシー & お財布にも優しい一品です♪

下準備として、ザルにキッチンペーパーをしいてヨーグルトを入れ、ひと晩水切りをします。今回はドリッパーとコーヒーフィルターで水切りをしてみました。ひと晩で下の器いっぱい乳清(ホエー)がたまりました。このレシピでは栄養豊富な乳清を使用しないので勿体ないのですが…。

ボウルにバター(電子レンジで30秒程加熱して溶かす)・砂糖・卵を入れまぜます。水切りしたヨーグルト・レモン汁・小麦粉を加えまぜて、型に流し入れます。180℃のオーブンで20分程焼いて出来上がりです(表面が焦げるようでしたらアルミホイルをかぶせます)。お好みでフルーツソースを添えたり、クッキーやビスケットなどを砕いて牛乳を少し加えたものを型の下にしき、ケーキの土台として作っても美味しいと思います♪

こっくり濃厚なチーズケーキではありませんが、カロリーが気になってしまう私には罪悪感の少ないデザートです(*^_^*)



<材 料>

- ・ヨーグルト(無糖) … 500g
- ・バター … 20g
- ・砂糖 … 大3
- ・卵 … 1/2個
- ・レモン汁 … 大1



編集後記



Thank you for reading.



スタッフ
三角 由香

立冬が過ぎて暦の上では冬に入りました。社内では風邪をひいている人がチラホラ。ほそぼそと続けている朝のちょっとだけヨガも、寒くて体が固いなあ、動きたくないなあと思うことが多くなりました。けれど前回も書いた「少しだけ頑張る気持ち」で動いてみます。それでもやっぱり動きたくない日もあれば、だんだんとポーズが心地よくなってくる日も…。ヨガは、競うものではないので勝ち負けはありませんが、反面、自分自身が相手なので、「めんどくさい」とサボることも簡単だし、逆に「もっと上達したい!」とストイックになりすぎることもあります。人間誰しもつい怠けてしまう性質と、後先を考えずに活発になりすぎる性質を行ったり来たりすることがありますが、その中間の道を見つける(過度な欲求を手放す)という事を学ぶのもヨガの目的です。

『ヨガ・ストラ』という経典にはヨガ修行の第一段階として、日常生活の中で心がけることが記されています。昔から学校やおばあちゃんが言っていたようなこと(暴力はふるわない、嘘はつかない、心身をきれいに保つ、欲張らない、など)です。そうした健全な生活を送るために身体を鍛えることが、次の段階のいわゆるヨガのポーズとして書かれています。ヨガと単なるストレッチやピラティスとは、この目的の部分が大きく違うんですね。

今回は、筋力の弱い私にとって苦手な逃げ出したくなるポーズをご紹介します。

<ウトゥカタアーサナ(椅子のポーズ)>

いわゆる空気椅子の形。一見簡単ですが、正しい姿勢で10呼吸もキープしていると、ジワっと汗が出る強力なスクワットです。体幹を強化して足首を強くし、脚全体の筋肉を鍛える効果があります。

腹部が引き上げられるので、内臓機能も整うそうですよ。まっすぐ立った姿勢から膝を曲げて腰を後ろに落とします。膝はつま先よりも前に出ないように曲げ、身体は前に倒れ過ぎないように上に引き上げます。余裕があれば腿と床を並行に。つま先が外に向かないようまっすぐにし、腰が反らないよう恥骨をおへその方へ引き上げ、“骨盤を立たせる”のがポイントです。これがお手本 →



身体が前に傾きすぎ↑で、おしりが出ます

