

CoCoLiving

vol. 28

SUMMER 2023.6

オリバーホームページ
<https://www.oliver-reform.jp/>

オリバー リフォーム 検索

巻末に
プレゼント付き
クロスワードあり!!

¥0

Take
Free!

「アスリートが
つくる家」。

おうちの中でも
アクティブに！

02 ボルダリングで遊び鍛える空間づくり

04 パーソナルジムを実現した劇的リフォーム



OLIVER 建築設計 / OLIVER 不動産

新築の相談、不動産売買など土地・物件探しから
承る、ラグジュアリーなショールームです



OLIVER リフォーム富山

富山市の中心にあるショールーム
総合的なリフォーム相談を承ります



OLIVER リフォーム富山北

玄関で靴を脱ぎ入るショールームで
自宅の様な安心感があります



OLIVER リフォーム高岡

最大級の展示数を誇るショールーム
住宅設備機器を多数展示しております



OLIVER リフォーム野々市

石川県野々市市にあるショールーム
リフォームの相談を承ります



OLIVER リフォーム金沢

おしゃれな内装のショールーム
ゆっくりと打ち合わせが可能です

OLIVER 建築設計
OLIVER 不動産
☎ 0120-555-401

OLIVER リフォーム
☎ 0120-47-1152 富山エリア
☎ 0120-028-246 石川エリア
営業時間／9:00～18:00 定休日／火・水曜日

ご案内発送停止ご希望のお客様へ

当社からお送りするご案内がご不要な方は、当社にお申し出ください。すみやかにご案内を差し止める手続きをいたします。
ご案内停止の連絡はお手数ではございますが、右記フリーダイヤルにてお名前・ご住所をお申し付けください。

☎ 0120-555-401
営業時間／9:00～18:00

仲間と。子どもと。 アトラクション気分で 楽しめる家

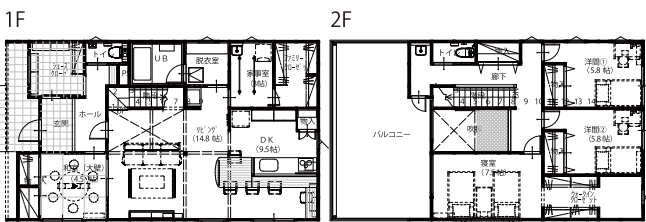


約17帖もの広さがあるテラス。水遊びもできるよう、水道もすぐ側に設置してあります。生活は動画でも公開中→



1階部分右側には、一枚一枚表情の違う無垢セメントの「SOLID」というパネルを施工。左側には耐候性の高い天然木のウエスタンレットシダーを

LDKの内壁は、ご主人のリクエストで染を見せたいデザインに。落ち着いた雰囲気のカフェ材のフローリングとも良く調和しています。天井はレッドシダーを横したクロ仕上げ



キッチンには、細々した消耗品を隠せる大容量の扉付き収納を配置。1階クローゼットには家族の衣類の約半分を収納でき、普段の身支度がぐっと時短に

南砺市の長閑な田園地帯に佇むK様邸。硬質なガルバリウム鋼板と無垢セメントの外装材、対比するように温かな印象のレッドシダーの木材外壁が美しく調和しています。

LDKに入るとすぐに目を奪われるのが、吹き抜けをダイナミックに使ったボルダリングの壁。学生時代、県の強豪テニスプレイヤーだったご主人と同じくテニスプレイヤーだった奥様が「家の中で思い切り息子を遊ばせたい」と考え、実現した本格的なボルダリングウォールは、内装のカラーリングに合わせて、グレーをベースにモノトーンのホールドを組み合わせて、インテリアとしても映える仕上がりです。

お子様が産まれてからマイホームを計画していたご夫妻のもとには、お友達が遊びに来ることが多く、アパート暮らしの時にはとても狭い思いをしていたそうです。家づくりにあたって「広いリビングダイニングを」と望まれた大きな理由は、友人と過ごす時間を楽しむためでもありました。

可愛らしい三角垂れ壁の開口がある階段下は、おもちゃたちのお部屋です。専用の収納部屋があるため、「子どもがいるとは思えないほど部屋が散らからない」と奥様。ミニキッチンやボールプールを置いて「もこちゃんごやしなスペースを確保しているため、お子様連れのお友達とも、気兼ねなく遊べます。」

ダイニングとカウンターを一体化した造作テーブルは、ご主人の一番のお気に入り。8人が一緒に食事できる広さがあります。テーブルでお茶やお酒を楽しんだり、そのまわりビンゴに移動してのんびりおしゃべりしたり、仲間と思い思いに過ごせます。夏には広々とした2階のテラスで、バーベキューやプールなど遊びも広がります。

家の周りに遊び場が少なく、「息子が友達を家に連れてくるくらい大きくなったとき」「Kくんちに行きたい」と友達に言ってくれるような場所をつくりたかったと奥様。近い将来、お子様もたくさんのお友達を遊びに連れてこられることでしょう。これからもずっと笑い声の絶えない、賑やかなお家になりそうです。



難易度が選べる本格的なボルダリングウォール

Let's
climbing

ボルダリングで遊び
鍛える空間づくり

ボルダリングウォールはプロ仕様の施工業者が手がけた本格的なもの。2階のネットでハンモックのようにくつろぐこともあるとか



木目がきれいな和栗のフローリングがナチュラルな印象のLDK



素材とデザインに定評のある「ミヤモト家具」のテーブル＆ソファが似合うリビング空間。もと縁側だった東向きの大きな窓からは、たっぷりの陽射しが注がれます

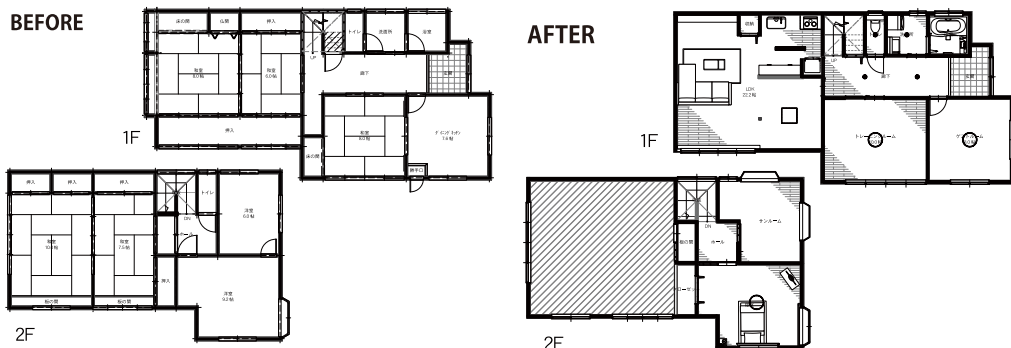
PUMP UP !!



ナビゲーター池端忍さんもアスリートなので、パーソナルジムに興味津々！



5時間のないパーソナルジムで快適トレーニング！



様々なトレーニングが可能なオールインワンラック、エアロバイク、大型ミラーを完備



POWER AND STRENGTH



パーソナルジムを実現した劇的リフォーム

黒を基調にしたトレーニングルームの内装は、スイッチプレートやコンセント、ダウンライトも黒でコーディネート

こだわりを集約させ
思い切りトレーニングできる家

築50年の中古住宅のリフォーム。昔ながらの和室を住みやすく洋室に改装し、一見ナチュラルな内装の普通の改修に見えますが、このリフォームの一番の見所は、自宅とは思えないほど本格的なトレーニングルームです！

スポーツジムと変わらないトレーニングをこなせるオールインワンジムラックを中心に据え、内装をブラックで統一した部屋は、こだけ別世界のように目に映ります。「自分だけのジムを作りたい」というのが、中古物件購入とリフォームの一番の目的だったM様。置きたいマシンも既に決まっており、メインマシンの重量は約800kgでしたので、最優先は床の補強でした。その他のマシンと合わせても1トンの重量に耐えられるよう、既存の床束を丈夫な鋼製束に替えて20本設置。床垂木も通常の倍の数を入れ、床はフロアタイルで仕上げました。ダンベルなどを落とした時の傷や衝撃吸収のため、床の上にはジムマットを敷いてあります。ジムマットはM様が購入、ご自身で全て敷き、敷き終えたその日にジムを解約されたそうです。「5年ほど前からジムに通っていたのですが、体を鍛えるのが楽しくなり、マシンの順番待ちや時間制限がありましたし、コロナ禍ではマスクをつけなくてはならず、とてもストレスを感じていました。今は、好きな時間に好きなだけトレーニングできて嬉しいです！」

築年数が経っていたこともあり、ところどころ老朽化が激しく、断熱性能も低い家だったため、暮らしやすさのためのリフォームもばつりです。水回りは全て一新。昔ながらのタイルのお風呂も最新式のシステムバスに。縁側のある二間続きの和室は、大きな窓から入る光が白い壁を照らす明るいLDKに生まれ変わりました。抜けない柱はダイニングとリビングの空間をわけるアクセントに、床にはあたたかみがあり耐久性に優れている和栗のフローリングを施工しました。

登山や自転車など多趣味なM様。今後はアウトドアグッズを使いやすく収納できる家づくりと、家庭菜園もできる庭づくりもしていきたい、と、住まいを意欲的に楽しんでおられます。

進化する機能性カーテン

音を吸収するカーテン
視覚を遮るだけでなく聴覚面でも
プライバシーを向上させるのが吸音



©creation baumann

あえて建具ではなく
カーテンで仕切る
機能もデザインも進化している
カーテン。近年のトレンドは、窓に使
うだけでなく壁のように仕切るカー
テンの使い方です。
間仕切りとしてのカーテンの働き
には、①開放的 ②開閉が手軽 ③施工
が手軽 ④リースナブルで交換しやす
い ⑤デザインが豊富——などメリッ
トもたくさんあります。
住宅ではキッチンとリビングダイ
ニングの仕切りとして。また寝室や
ウォークインクローゼットの建具の
代わりにカーテンが使われることも
増えてきました。選び方次第でお部
屋をぐっと使いやすくセンスアップ
できます。



©creation baumann

(協力: ORIE <https://www.orie-inc.com>)

カーテンです。音をまろやかに反響さ
せる吸音ファブリックを使ったカーテ
ンは、会議室や図書館、コワーキングス
ペースなどに採用。家庭ではワークス
ペースや寝室に使われています。
これから季節は
遮熱ファブリック
遮熱機能を向上させた遮熱カーテン
は、最近人気の大開口の窓をはじめとす
る様々な窓の暑さ・寒さ対策として大変
効果的です。
遮熱ファブリックには、アルミ蒸着
フィルムを用いたものが一般的ですが、
熱を反射させる遮熱系で織られたもの
が登場し、デザイン性と透過性のバリ
エーションが広がりました。クリエー
ションバウマンなどの海外ブランドから
は、シルバー系の網目デザインやヒダの
ないフラットデザインなど多彩なデザ
インが発表され人気を高めています。

Shop Information vol.28



ティールーム アクティ

ティールーム actea

昨年秋に新規オープンしたミツオカ
グランドストア。開放感と高級感が漂う
館内には、本格的な紅茶を手軽に頂ける
ティールーム actea があります。ス
コンやアフタヌーンティー(予約制な
どイギリスのティータイムをイメージし
たスイーツと、種類豊富な紅茶が揃って
います。イギリスで定番のパンケーキ「ク
ランペット」が味わえるのはここだけ！
紅茶好きさん、クルマ好きさん、ス
イーツ好きさんも、皆でくつろぎ楽しめ
るスポットです。

ミツオカの世界観と共に愉しむ
少しの休息と美味しいプチ贅沢



セレブ気分が味わえると人気のアフタヌー
ンティーは要予約

Shop Data



ティールーム あくてい

ティールーム actea
☎ 076-466-6070

📍 @mitsuoka_actea 📞 @mitsuoka_actea
📍 富山市婦中町下田270-1
🕒 月～金 11:00～17:30(Lo.17:00)
土・日 10:30～18:00(Lo.17:30)
🕒 毎週火曜、第2第4水曜、他不定休あり
📺 あり

ほのかな塩味ともちもちした
食感のパンケーキ「クランペ
ット」と、紅茶のマリアージュを
ぜひ楽しんで



はんもつくかふえ あまか

hammock cafe Amaca



SNS映えるパフェと
ゆらゆら極上の癒し
『母親の腕の中で眠る赤ちゃん』から
構想を得たハンモックのあるカフェ。
包み込まれゆらゆらと漂う時間は、最
高のリラックスタイムです。
そして、もつひとつお客様のお目当ては、
SNSでも話題のパフェ。旬の果物を
中心に、丁寧につくられ組合わされた
具材は、グラスの上から下まで食べ進
む味の取り合わせまで考えられた逸品。
自分へのご褒美タイムをゆったり味わ
う…そんな気分がぴったりの空間です。

蔵をリノベーションした、高い天井と梁が美
しい内観に、吊るされたハンモックが非日常
の趣を高めます



季節で変わるパフェは、中に入っている
具材ひとつひとつをイラストで解説。食
べる前から期待が高まります

Shop Data



はんもつくかふえ あまか

hammock cafe Amaca

🌐 <http://cafe-amaca.com/>
📍 @hammockcafe_amaca
📍 富山県滑川市瀬羽町1882-1
🕒 11:00～16:30(Lo.15:30) テイクアウト11:30～16:30
ランチorパフェをお一人様1オーダー制
📺 Instagramにて告知
📺 あり

OLIVER
LINEUP

THE FUN LIFE

FREAK'S
HOUSE



家は、もっともっと楽しい場所であるべきだと思う。

お気に入りの服を着て 気分が上がるように、

お気に入りの家に住めば人生は

もっと楽しくなる。

家族や仲間、自然とのつながりを大切に、大好きな家で豊かな人生を楽しむ。

それが
オリバーの考える
THE FUN LIFE。



FREAK'S HOUSE
本体価格(税抜) 1,980万円～
(税込 2,178万円～)

延床面積 / 116.45㎡ (35.22 坪)
床 面 積 / 1F: 74.36㎡ (22.49 坪)・2F: 42.09㎡ (12.73 坪)

OLIVER 建築設計



気温や湿度が急に变化するこの時期は体の調整機能が追いつかなくなりがちです。ぜひお試しください。

お話を聞いた先生
ヨガインストラクター
Yukie 先生

ヨガで心もカラダも リフレッシュ

No.13

夏の冷えの怖いのは、自分では気づかないうちに体が冷えているところ。
「私は大丈夫。」と信じていても、実は、隠れ冷え性かもしれません。
冷え対策に呼吸を深める「胸式呼吸」や体全体を使う「戦士2のポーズ」で、身体を温めていきましょう。

「胸式呼吸」と「戦士2のポーズ」にチャレンジ!!

胸式呼吸

胸式呼吸は、息を吸った時に、お腹は膨らまず胸を膨らませる呼吸法です。
深い呼吸を行うことで、筋肉を内側から燃やしていきましょう。

効果

- 冷えた身体を温める。
- 自律神経のバランスを整える。
- 肺周辺の筋肉の柔軟性を高める。

POINT!
足元にある空気を
吸い上げるように吸う。
吐く時は肩を落とすような
イメージで!

1 安楽座になり、両手を肋骨にそえる。
おしりの骨をどっしりと床に下ろし軽く背筋を伸ばす。

2 お腹をへこませたまま、吸って胸(肺)に酸素を入れる。

3 お腹はそのまま、吐いて胸(肺)をしぼませていく。
2・3を繰り返す。

戦士2のポーズ

腰を中心に上下左右に伸びるエネルギーを感じながら、全身でバランスをとります。

効果

- 血流を良くして代謝を上げる。
- 気持ちをリフレッシュさせる。
- 脚を引き締める。
- やる気が出てくる。

1 両脚を大きく開く。同時に両手を肩の高さに伸ばす。

2 上半身の姿勢を保ったまま、右脚を曲げる。ひざは90度近くまで曲げる。
↑ 背骨は床に対して垂直に

3 姿勢を保ったまま、視線を右手に移し、あごを引く。
★反対側も同様に行う

首すじを長く
下腹は引き締める
足の外側も床につける
足裏でしっかり踏む

手のひらは下向き
前の足のかかとの一直線上に後の足の土踏まずがくるように
つま先は前に

前のひざが内側を向く NG
胴体が前のめりになる NG

ホットヨガスタジオ センティア
富山県の方はこちらから
☎ 0120-399-342
石川県の方はこちらから
☎ 0120-399-348

ゆくりスタジオ
富山県富山市上袋545-1 (まちなか天然温泉 ゆくり内)
月～木 10:00-13:30 17:00-19:30
金 休館
土 10:00-14:30 17:00-19:30
日 10:00-14:30

射水スタジオ
富山県射水市黒河5424 (太閤の湯内)
月火水金 10:00-13:30 17:00-19:30
木 休館
土 10:00-14:00 17:00-19:30
日 10:00-14:30

金沢大森スタジオ
石川県金沢市大森2丁目115 (家ちんの湯内)
月火水金 10:00-13:30 17:00-19:30
木 休館
土 10:00-14:00 17:00-19:30
日 10:00-14:30

お得なキャンペーン情報やご入会特典がございます! 詳しくはこちら

最新情報発信中 Follow Me!

かんたん & おしゃれレシピ vol.28

オレンジドレッシング

柑橘系の爽やかな風味が美味しいオレンジを使った手作りドレッシングのご紹介です。フルーツとしてそのまま食べても美味しいオレンジですが、ドレッシングにして新鮮なサラダにかければ後味さっぱり、フルーティな味わいをお楽しみいただけます。♪

Let's ENJOY the Cooking!!

材料 (約4～5人前)

オレンジ 1個(大さじ4)
オリーブオイル 大さじ3
白味噌 大さじ1と1/2
酢 大さじ1
ごま油 大さじ1
醤油 大さじ1/2
塩 少々
黒こしょう 少々

【用意するもの】
フルーツ搾り器
ボウル
泡立て器

お話を聞いた先生
わん さわ しずか
梶澤 静香 先生
フルーツカッティングスタイリスト
ローズスイーツパティシエ
ジェラート / ローフードマイスター
フルーツギフト&ナチュラルスイーツ FRUCRU 店主

作り方

1 オレンジを1/2にカットする。

2 搾り器で大さじ4分の果汁を絞り出す。

3 オレンジ、オリーブオイル、白味噌、酢、ごま油、醤油をボウルに入れる。

4 泡立て器でしっかり混ぜる。

5 乳化するまでしっかり混ぜる。

6 塩と黒こしょうで味を整えます。

7 お好きなお野菜やフルーツ、ベーコンを盛り付ける。

8 盛り付けた野菜にオレンジドレッシングをかけて完成。

一口メモ

日常的に摂りたいオレンジのパワー

クエン酸を含み疲労回復にも良いことで知られるオレンジ。丸ごと一個食べるだけで、一日のビタミンC摂取量の130%をカバーすることができます。そのほかにも、美肌効果、血管を丈夫に保つ効果、脂肪の蓄積を抑制する効果などの健康効果があるようです。

健康リフォーム情報

湿度をコントロールしてカビを防ぐ

家を傷め健康を害するカビを防ぐ有効な手立てとして考えられるのが、湿度のコントロールです。

湿気の溜まりやすい場所は？

家の中で湿気の溜まりやすい場所＝カビの生えやすい場所の多くは
○水まわり ○窓まわり ○収納 です。
ですから、水まわりや窓まわりでは、水はねや結露による水気を溜めないこと、そしてクローゼットや収納においては、湿度を溜めずに換気することがポイントです。

呼吸する建材で調湿する

湿度が高い時は湿気を吸収し、乾燥時には水分を放出する建材には、無垢の木や土壁、珪藻土などの自然素材と、機能性を高めた新建材があります。扱いやすくリフォームやDIYに手軽なのが、タイル状の「エコカラット(LIXIL)」や、ボード状の「さらりあ〜と(DAIKEN)」です。換気しづらい家具の裏や収納の内部に貼るのも良いでしょう。
工事不要でできる窓まわりの対策は、カーテンの交換です。調湿効果のある素材を使った機能的なカーテンが各社から出ています。



綿の2倍の吸湿性を持つ「ささ和紙」のカーテン

湿気を溜めない換気の方法

梅雨の時期の換気には注意が必要です。というのも、外気が湿っている場合、窓を開けて換気しても、湿度の高い空気を入れることになり環境が悪化する可能性が高いからです。雨の日や湿度の高い日は、窓を開けず、扇風機やサーキュレーターで停滞した空気を循環させるようにしましょう。

床下の調湿で家全体の湿気を改善

湿気は下に溜まるため、床下の湿度を下げると家全体の調湿効果を上げることができます。対策としては、床下換気扇や、床下調湿材の設置などがあり、湿気を好むシロアリ対策にも有効です。

おすすめ

調湿建材「さらりあ〜と」

DAIKEN「さらりあ〜と」シンブルパレットは、既存クロスの上からでも貼れるので、リフォームに最適。専用接着剤とカッターでDIYもでき、アイデア次第で様々な場所に貼ることができます。



© DAIKEN



© Panasonic

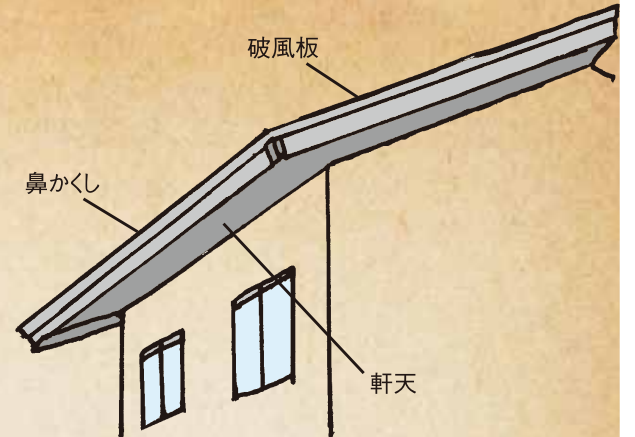
床下換気扇

床下換気扇は床下の空気を循環させ、湿気を留まらせない働きがあります。床下の木材などの腐朽を抑制し家を長持ちさせます。

住まいのお手入れ便利ガイド vol.26

屋根回り 軒先・軒天

軒裏は屋根下流に位置しているため、屋根に起こる不具合が集約される箇所となります。また、破風板、鼻かくしは軒どいなどと一緒に軒先を構成する部分です。屋根の機能を十分に果たすためには、いずれの部分も点検をおろそかにできません。予想される損傷に雨漏り、たわみ、はがれ、腐朽などがあります。



月1回

軒どいの点検

軒裏に不自然に湿っている部分や雨水の通り道ができていないかを点検。木部が腐朽しないうちに早めに専門の業者にご相談を。

年1回

破風板・鼻かくしの点検

雨で軒どいがあふれていたり、集水器の水はねは腐食の原因に。頻繁に起こっていないか点検。

チェック!



こんなときは
どうしよう!

はがれ

部分的なはがれは、釘打ちして押さえ、シーリング材を充填し補修。

クモの巣

通風口や有孔板にホコリやくもの巣があれば、ほうきなどで除去。

色落ち

一部の場合、同じ色の塗料を塗る。



危険

●2階部分など高所の作業は危険を伴いますので専門の業者にご相談を。



ご注意

●通風口や有孔板にむかって水をかけないでください。
●はしごを使用するとき、先端に厚い布を巻きつけ、壁や破風、屋根などを傷つけないようにしましょう。
●自分では困難な場合は無理をせず、ご相談を。

快適な暮らしにランクアップするリフォーム
LEAD A BEST LIFE

お見積り・ご相談は、お気軽にこちらまで
0120-47-1152

全国リフォームコンテスト
で9年連続受賞!
オリバーリフォームが上質な
ライフスタイルの実現
をご提案いたします。

QUOカード 1,000円分プレゼント!!

OLIVER REFORM
株式会社オリバー リフォーム事業部

土・日・祝日もご相談を承ります!
0120-47-1152
<https://www.oliver-reform.jp>

■富山 富山県富山市二丁目2-14
■富山北 富山県富山市上赤江町1丁目1-45
■高岡 富山県高岡市昭和町1丁目1-1
■野々市 石川県野々市市御経橋3丁目5
■金沢 石川県金沢市大河橋西2丁目45

クロスワード

パズルに答えて抽選で
プレゼントが当たる!!
☆答えのヒントは他の記事の中にもあります。

タテのカギ

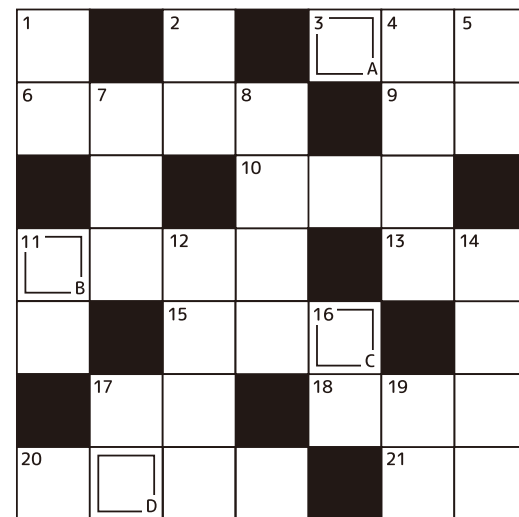
- 公共の団体・事業や神社などに金品を差し出すこと。
- 実体のつかめないもの。不思議な事柄。
- 街の通りを明るくするための電灯。
- 外出して家にいないこと。「〇〇番」
- 深く悲しむこと。悲しみ憤ること。
- 一つの九倍。八つの次の数。九歳。
- 初夏の長雨。はじめた季節。
- 激しい暑さ。「〇〇〇〇日」
- 資本を投下し、企業を運営して利潤を上げる人。
- フィルターでこすこと。「〇〇装置」
- パット、おはし、鉛筆は〇〇状のもの。
- 物を乗せたり人が乗ったりする平たい物。「踏み〇〇」

ヨコのカギ

- 体の動きが軽快であること。
- 船の底。
- こしかけ。座る物。地位。
- とき話に出てくるような、体が非常に小さな人。
- ある物事に必ずついてまわる物。
- 体が大きく、力の強い動物。古くから家畜として飼われている。
- 気が抜かれたように、ぼんやりしているさま。
- 母と子。「〇〇手帳」
- 柵などで囲って草花を植えている場所。
- 子どものために作られた歌。わらべ歌。
- 数や量などが示した値よりも下であること。タコではない。

答えは

A	B	C	D
---	---	---	---



パズルに答えて抽選で3名様にプレゼントが当たる!! 締め切り:2023年6月30日(金) 消印有効



金澤文鳥 加賀紅茶味 5個入

羊羹 × 加賀紅茶 × ドライフルーツ

清香室町 本店

金沢市本多町2丁目1番2号
営業時間 9:00~18:00 (日曜・祝日 定休)
フリーダイヤル 0120-80-2556

雑味のないまろやかな加賀紅茶の甘みを上質な餡にあわせた香り豊かな羊羹です。イチジクやクランベリーなどのドライフルーツがたっぷり、甘さの中に爽やかな酸味を感じるスッカリ味が特徴。お茶やコーヒーにはもちろん、お酒にもピッタリの大人な和菓子です。

【応募方法】

ハガキに必要事項を記入し、下記宛先へお送りください。

宛先 〒939-8211 富山市二口町3丁目2-14

株式会社オリバー

ココリビングプレゼント係

ハガキ裏に下記をご記入ください。

- ①クロスワードの答え ②お名前 ③お名前フリガナ
- ④住所 ※マンション名までご記入ください
- ⑤電話番号 ⑥ココリビングの感想

前月号 vol.27の答え ランドリー

前回ご当選者様 氷見市 M様・高岡市 K様・魚津市 K様 おめでとうございます!

当選確率4.3%

ココリビング for WEB

ココリビングがスマホ・PCでも
ご覧いただけます!

ココリビング 富山



暮らしを彩る
情報満載!!

スマホ・タブレットで
QRコードからアクセス



編集後記 vol.28の振り返りとちょっとした裏話



株式会社オリバー
吉江 亮太郎

巻頭特集の新築施主様、「家の中で思い切り息子を遊ばせたい」のご要望で家の中にボールダリングウォールを設置。
ご家族のみなさんと遊ぶ雰囲気がとても素敵でした。
屋上テラスには、眺めの良い開放的な空間。インタビュー撮影の雰囲気を知っていただきたくOLIVER建築設計のInstagramリールにUPさせていただきました。宜しければ是非紙面内のQRコードからご覧ください。



株式会社オリバー
谷村 直美

新型コロナウイルスは「5類」に分類されるようになりました。これからは自己の体調管理がより重要になってくるように思います。私の所属する店舗では毎朝ヨガを取り入れております。頭と身体が目覚めシャキッとお仕事を始められている気がします。また「今日はちょっと身体が痛い」など不調のサインをみつけることができます。ヨガは心も身体もリフレッシュしてくれるので、皆様の生活にもぜひ取り入れてみませんか? ヨガのポーズを教えていただいたセンティアさんでは体験レッスンも受付しています。



100均アイテムで簡単DIY

ワイヤークラフト

100円ショップのビニール被膜針金を使って
ワイヤークラフトに挑戦しました!

用意するもの

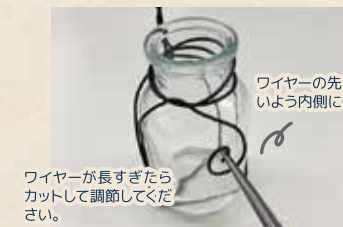
材料費 約900円
seria ビニール被膜針金 1袋
seria ガラス瓶 ボトル型 2本
ニッパ
ラジオペンチ
造花

つくり方

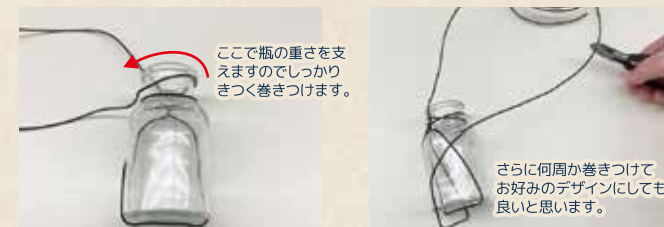
基本的には巻きつけて!曲げて!ねじるだけ!
初心者でも基本は針金とペンチだけしか使わないので簡単に作ることができます。



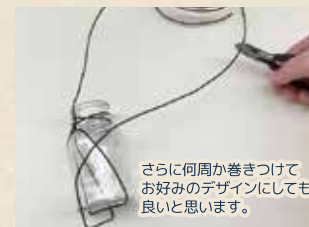
1 ワイヤーを20cmほど余らせて
瓶の底と横部分に巻きつけ瓶
のくびれているところでねじります。



2 20cmほど余らせた方と逆
の方を瓶のくびれ部分に2
周巻きつけます。



3 もう一度瓶を包むように巻き
つけてまた20cmほど余らせ
てニッパでカットします。



4 ワイヤーを20cmほど余らせて
瓶の底と横部分に巻きつけ瓶
のくびれているところでねじります。



5 連結部分の作成です。5.0cm
ほどにカットしたワイヤーを瓶
のくびれ部分に巻きつけ、ねじって
1本にし、先端に渦巻きを作ります。

壁などに引っ掛けて
季節ごとのお花を飾
るのも良いですね

植物のある暮らし

観賞して楽しむことはもちろん、衣食住を素敵に
演出したり…。あなたらしい個性豊かな植物との
生活を始めましょう。

ガジュマル

クワ科イチジク属、原産地は東南アジアなど熱帯~亜熱帯地
方に分布する常緑高木。太い幹と濃い緑の葉は生命力を感じ
させ、独特な形をしています。別名「多幸の木」とも呼ばれ良い
運気を引き寄せると風水アイテムでも人気の観葉植物です。



【育て方】あたたかく湿気のある場所で育てることが最適です

植え付け: 植え替えの時期は5月~9月あたりの日

水はけがよく、養分の豊富な土を好みます。気根の形が独特なので、苗を植
える際は高さのあまりないものがバランス良く、個性的な鉢も似合います。

置き場所: 直射日光は避け、明るく温度が15度以上の場所

できるだけ窓の近くで直射日光を避け、レースのカーテン越しくらいの明る
さの場所が理想です。寒さに弱く、暗すぎると葉が落ちて元気がなくなります。

水やり: 土の表面が乾いたら、たっぷりと水を与えてください

ガジュマルは湿気が好きな植物なのですが、過剰な水は流れ出るように
気をつけてください。水やりしても染み込まない、鉢の底から根が出てい
る、適度に水やりしてるのに枯れてきた場合は、根詰まりしているので植え
替えのサインです。葉水する場合は細かな霧が出る霧吹きが良いです。

+FUN

明日誰かに
話したくなる 植物の雑学 観葉植物のお手入れ②



夏は特に重要になる観葉植物の水やり。タイミ
ングと量が元気に育てるポイントです。
「乾いた土にたっぷり」とは、乾いた状態の土
へ鉢内全体に溢れるくらいの水を与え染み込
んでいくことが理想です。溢れた受け皿の水は
捨てます。根も呼吸しているの、適時に水やり
することにより根腐れの原因を防ぎ土の中の空気を入れ替える重要な役割
があるのです。また葉が萎んでいたり張りがない状態も水やりのサインです。