

卷頭特集

家族の成長に寄り添う  
フレキシブルな住まい

# CoCoLIVING

vol. 38

2026.1

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

卷末に  
プレゼント付き  
クロスワードあり!!

¥0  
Take  
Free!



- 02 住む人によって完成する、家族で染める。「器」という名の住まい  
04 大家族が緩やかに交わる二世帯リノベーション

[ココリビング]

LEAD A BEST LIFE  
**OLMER**

最高の暮らしを送る



**OLMER** ショールーム



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

富山市を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** リフォーム黒部

OLIVER 初の複合店舗。水廻り・外装・  
総合リフォームの全てカバーします

**OLMER** ショールーム **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。

オリバーから「至高」を目指したフラッグシップモデルハウスが誕生しました。「器(UTSUWA)」と名付けられたこのモデルのコンセプトは「アソビと余白」。住まい手が自由に染め上げ、成長させていく余地を残したオリバーの考える理想の住まいです。

「器」の最大の魅力は、家族構成、時間の変化、そして価値観の変遷を柔軟に受け入れられるフレキシブルな設計。例えば、そのものです。ディスプレイや住む人の個性によって、いかようにも表情を変えるキャンバスのような余白を大切にしています。

リビングに隣接した和室や縁側のあるテラスは、リビングの延長として使ったり、プライベートな個室、非日常を味わう空間としてなど、自在に役割を変えることができます。

柔軟性を実現するために、間取りには徹底した工夫が凝らされています。L字型のLDKは程良い目隠し感を保つつ、仕切りや柱を極力なくし開放感との両立を実現しました。1

階段のドアは全てハイドアを採用し、広く見せる工夫と空間の広がりを強調しています。

また、目にさきにいくテヘテールにもこだわりました。窓枠をなくし壁面と一体化させた内装、窓の下枠と巾木などの厚みと材質を揃える、敷居をなくし空間を繋げる、などの細やか

な配慮が、ノイズのない洗練された空間を生み出しています。機能性と家族の繋がりを追求した動線設計にも注目。流行りの間取りをオリバー流にアレンジした最大のポイントは、洗

面化粧台を回遊動線の中心に据えたことです。階段下にすぐ配置した洗面化粧台は、家族の誰もがアクセスしやすい場所である、いつでも家族の記憶を感じられます。まさに、玄関から

ウオーケルルーケローゼット、そしてお風呂や洗面へと直接繋がる動線は、帰宅時のスムーズな移動と最短の家事動線を実現する。

現。リビングを通らずに2階へ上がることもでき、来客時には、生活感の出やすいお風呂やクローゼットを隠せる、プライベートとパブリックのメリハリが効いた設計となっています。

玄関を入ってすぐに窓から望む庭の存在は、外から帰ったときに公の顔から私的な顔へと気持ちを切り替える、心地よいアノゾ空間。四季の移ろいを日々感じられるゆとりを生活

外観は、高耐久木材である杉の「永ら木」と塗り壁、ガルバ

リウムという3つの異なる素材の組み合わせが印象的です。特に、コテ仕上げの塗り壁は、時間帯によって変わる豊かな陰影を生み出し、表情の変化を楽しめます。経年により深みを

増す杉の壁と共に、住むほどに愛着が深まるでしよう。住む人が生活を営み、笑い、泣き、成長していくことで初めてその姿が完成する「器」。オリバーの技術と「デザインの粋」を

集めたこの空間で、ご自身の理想の暮らしを想像してみてください。



「最上の機能美」を追求したパナソニックのハイエンドシステムキッチン「L-CLASS」



相紙の壁、つくりの床、明かり採りの窓など伝統と自然を感じられる和室



## REVIEW

細部に渡ってホテルライクな内装にうつとり。毎日の暮らしで、非日常的なリトリート感が味わえるお家でした!



モデル: 池端忍 / ヘアメイク: アトリエNoel Hair Make Team / 撮影: dot DUCK株式会社

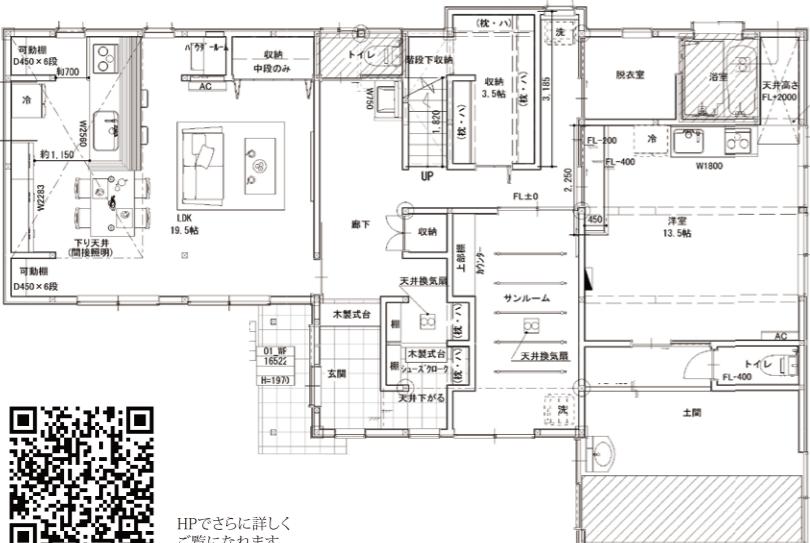
1階のドアと窓は全て天井まで届く高さにし、仕切りも極力なくして広がり感のある造りに。縁側とテラスを望む窓があることで、暮らしに自然を感じる余白が生まれます



親世帯のLDK。2つあった階段を1つなくしてスペースを確保しました



元は縁側のあった2間続きの和室が若世帯のLDKに生まれ変わりました



HPでさらに詳しくご覧になれます。

撮影:利波由紀子



リフォーム後、設備の一新と断熱性の向上により、暮らしの快適性は大幅に改善。お子様たちが自宅に友達を呼ぶ機会も増えたそうです。特に「キッズが別になつたことで、習い事で帰りが遅くなる子どもの食事の用意など、時間を気にせず使えるようになりました」と、生活リズムの違いにも柔軟に対応できる環境が整いました。大家族がそれぞれに心地よく暮らせる距離を保ちながら、一体感も感じられる。そんな「住まいの理想形」を体現したリノベーションとなりました。

もともとは階段が2つあり、2階に段差がある独特な構造。段差は無理に解消せず、階段を1つに減らして空間を確保し、段差部分はステップフロアを設けることで対応しました。小さなお子様と接する時間を考え、3つある子ども部屋のうちの1つは夫婦の寝室と繋げ、将来仕切れるように設計しています。



## 程よい距離感が心地よい、 黒×グレー×木目のスタイリッシュな 二世帯リノベーション

「新築になつたみたい! 初めてのマイホームができた気分で暮らしています」。そう語るのは、大人5人・子ども5人の大家族ならではの賑やかな毎日を送るF様ご一家です。リフォームで最も実現したかったのは、大家族が程良い距離感で暮らせる住まいづくりです。これまで居間がひとつしかなく、団らんする部屋も狭かつたため、リビングを分けて広くしたいという要望がありました。そこで、あまり使われていなかつた二間続きの和室を若世帯の新しいLDKへと大改修。10人家族がゆったりと暮らせる広々としたLDKを2つ確保することができました。

内装のテーマは、奥様の希望である「黒を基調にしたスタイリッシュな空間」です。黒・グレー・木目の3色で統一されたインテリアは、落ち着きがあり洗練された印象。特にショールームでひと目惚れしたというトクラスの黒いキッチンはLDKの主役となり、日中は子どもたちと賑やかに、夜は夫婦でお酒を楽しむ落ち着いた空間として、多彩な表情を見せています。

リビングの一角に設けられたパウダースペースは、奥様のお気に入りポイントです。これまで1階と2階を行き来して身支度していたのを、1階で完結できるようにしたいとのご要望により実現。リビング側から見えないようレイアウトにも配慮しました。奥様自らが選び購入されたLEDミラーが、毎日使う場所を心とぎめく空間に仕上げています。

家族の多さを考慮した設計も特徴的です。これまで洗濯物を干す場所の確保も大変だったことから、約8帖の広々としたランドリールームを計画し、真向かいにはウォーキングクローゼットを設けました。これにより、洗濯から収納までの時短を叶えました。さらに、玄関まわりにはシューズクローゼットとファミリー玄関を設け、家族と来客の動線を分けることで使いやすく整理された空間を実現。家族の多い住まいでも、玄関がスッキリと保てる工夫を凝らしています。



INTERIOR COLUMN VOL. 38

## アウトドアグッズのインドア活用法

アウトドア用品で彩る、自然と調和したインテリアライフ

アウトドアグッズは外で使うもので、そんな固定概念にとらわれていませんか？ 屋外で使うための機能的なアイテムは、実は室内でも大活躍します。今回は、立山町でアウトドア用品を扱うクリプトメリヤ・ジャポニカの舟寄さんにお話を伺いました。

アウトドアグッズの良さは、シンプルなデザイン、耐久性、扱いやすさにあります。日常で取り入れやすいのは、食器類ですね。直火OKのマグカップは、ストーブの上で飲み物を温めることができます。軽量でスタッキングできるカップやプレートは、収納性にも優れています。蓋と本体が別々に使える設計も多く、調理の幅も広がりますね。どんな料理にも馴染み、食卓に心地よい非日常感を与えてくれます。

### 夜の癒しにオイルランプを

寝る前のリラックスタイムに、オイルランプを灯してみるのもおすすめです。電気とも蠟燭とも違った炎の搖らぎは癒しの時間をもたらしてくれます。アウトドア用のランプは安全性にも配慮されており、デザイン性も高いため、ベッドサイドやリビングのアクセントとしても最適です。

### 暮らしを彩るディスプレイ

機能とデザインを兼ね備えたアウトドアグッズは、ディスプレイしても映えます。棚に並べたお気に入りのマグやランタン、壁に掛けたバッグなどは、見せる収納にぴったり。単なる装飾ではなく、自然とのつながりを感じる豊かなライフスタイルへの第一歩。



写真左上: 雷鳥と熊のくまヘル／右上: 国産材でつくられたスマホスピーカー。木の種類で響きが違う／左下: フェールラーベンの世界的ロングセラー、カンケンバッグ

### NAVIGATOR



Cryptomeria japonica 代表

舟寄 文生さん

テントの設営やグッズの試用も体験できます。お気軽にご相談ください。

クリプトメリヤ・ジャポニカ

Cryptomeria japonica



076-482-6508

@cryptomeria\_japonica2021

富山県中新川郡立山町大窪23

12:00~18:00

月曜日・火曜日(祝日の場合は営業)

あり

### 自然を感じるアウトドアグッズが揃うセレクトショップ

「日本杉」の学名に由来する店名の通り、店内は木のぬくもりに溢れ、木製の雑貨や椅子、高感度のアウトドアグッズが並びます。「フェールラーベン」などの本格ブランドアイテムから、立山をモチーフにしたオリジナル雑貨まで、自然とのつながりを大切にした商品が豊富。他では見られないハイセンスなアイテムや富山愛に溢れたオリジナルグッズは、ギフトやおみやげとしても好評。



北欧に学ぶ「育てる」豊かさ

スウェーデンのアウトドアブランド「フェールラーベン」は、自然との共生を大切にし、環境に配慮した製品づくりを60年以上続けています。代表的な布素材である「G-1000」は、専用ワックスを塗つて撥水性を高めたドライフィールドを、通気性を重視したい部分はフック手入れをしながら、長くエイジングを楽しんでいます。アウトドア用品と共に北欧の価値観を暮らしに取り入れることで、ものを使いながら育てる楽しみが生まれるのであります。

### 水栓を交換する

水栓もシングルレバーハンドル式やタッチレス式に替えることで、力が弱くても直感的に使えるため、キッチンや洗面所の操作性が高まります。

### つまづきや転倒を防止する

#### 床を重ね張りして段差を解消

床の段差は小さくても転倒の原因になります。特に、和室と廊下、部屋と部屋の間のわずかな段差や敷居が危険です。フローリングの重ね張りで手軽に段差をなくし、つまずきを防止しましょう。床がフラットになることで、車椅子や歩行器の移動もスムーズになります。ロボット掃除機が動きやすいなどのメリットも。



### 介護保険のリフォーム支援について

要介護認定を受けている被保険者が自宅の住宅改修を行う場合、工事費の7~9割が支給されます。一人あたりの上限は20万円です。

### 工事を分けてもOK

支給金額が20万円に満たない工事の場合は、残額は別の工事で申請することができます。

### 転居した場合は転居先も支援対象に

一人あたり一住宅あたりの適用となりますので、転居した場合は、再度20万円まで利用可能です。

住まいのプロに聞く 知ってトクするリフォーム図鑑

## ワンポイントリフォーム

ONE point Reform

ちょこっとバリアフリー編

### チリリフォームで実現する“やさしい”バリアフリー

「介護リフォームするほどではないけれど、老後に向けて住みやすくしたい」という方へ。身近なチリリフォームで、住み慣れた家をより安全で快適な空間に変えることができますよ。世代を問わず、家族みんなが安心して暮らせる住まいづくりのヒントをご紹介します。



Navigator



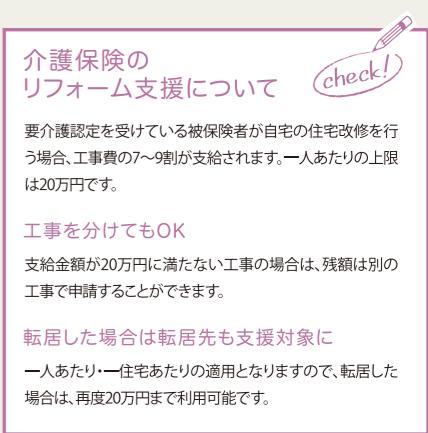
株式会社オリバー  
室 奈央  
コーディネーター  
二級建築士

### 軽い力で使いやすく

#### ドアを開けやすくする



LIXILのアウトセット引き戸は、レールを取り付けるだけで、簡単に引戸にリフォームが可能



### お風呂に安心と温もりをプラス

#### お風呂の床だけ変えるチリリフォーム

お風呂のフルリフォームには大きな費用がかかりますが、「寒い」「硬い」「滑りやすい」といった浴室の課題は、「お風呂の床だけリフォーム」でもある程度解決できます。浴室用の床リフォームシート「あんから」は、貼るだけの施工なので、費用を抑えつつ、滑りにくく冷えにくい床に変えることができます。

### 温度もバリアフリー化

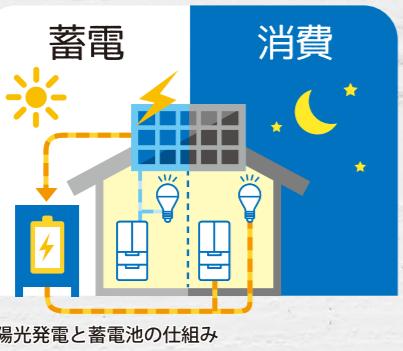
居室との温度差が大きくヒートショックのリスクが高い浴室には、浴室暖房機の設置を。急激な温度差をやわらげて体への負担を減らすことができます。



在来工法の浴室の床に施工した「あんから」(フクビ化学工業)。クッション性もあり転倒時の衝撃もやわらげます



## 太陽光発電と蓄電池



**太陽光発電は蓄電池併用型へ**

家庭用太陽光発電は昔と比べて大きく変化しました。20年ほど前は売電中心の使い方でしたが、売電価格の下落や蓄電池の普及に伴い、近年は発電した電気を自家で使い、電気料金を節約する「自家消費」が重視されてきています。

**システムの仕組み**

蓄電池併用型太陽光発電システムは、天候や時間帯によって電気の流れが変わります。晴れた日の昼間は発電した電気を自家消費し、余った電気を蓄電池に充電・売電します。夜間や雨天時は、蓄電池に貯めた電気を使い、蓄電池の電気がなくなると電力会社から電気が購入されます。

**今後の展望**

今後は、太陽光発電と蓄電池を組み合わせた「スマートハウス」が主流となり、家庭が小さな発電所のようにエネルギーを管理する時代が訪れることが期待されています。ペロブスカイト太陽電池などの次世代型太陽電池の登場や、政府の補助金制度が後押しとなり、普及が拡大する可能性は高いでしょう。

## 太陽光発電は蓄電池併用型へ

## 注目されている理由は3つ

1. 電気料金の節約.. 自家発電・自家消費することで、電力会社から買う電気の量を減らせます。昼間に貯めた電気を夜間に使うことで、電気代を大幅に削減できます。
2. 停電対策.. 自然災害などで停電になつた時、蓄電池に貯めた電気で最低限の電化製品(照明や冷蔵庫、スマートフォンの充電など)を動かすことができます。日中は太陽光により発電するので長期の停電にも対応可能です。
3. 環境への貢献.. 再生可能エネルギーの自家消費を増やすことで、化石燃料への依存を減らし、CO<sub>2</sub>排出量削減に貢献します。また、需要が集中する時間帯の電気の購入が減ることで、安定した電力供給に貢献します。

**OLMER LINE UP**  
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、  
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し、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。

延床面積 / 116.45m<sup>2</sup>(35.22坪)  
床面積 / 1F: 74.36m<sup>2</sup>(22.49坪)  
2F: 42.09m<sup>2</sup>(12.73坪)

OLMER 建築設計

オ・マエスト  
'O Maesto

高岡市太田の雨晴海岸近くに移転オープンした本格ナポリピッツエリア。店名の「マエスト」は、イタリア語で「師匠・親方」を意味する「マエストロ」のナポリ方言。一日も早く本物のマエストロになりたいという店主の想いが込められています。

ナポリから取り寄せた薪窯を使い、400℃以上の高温で素早く焼き上げるピツツアは外はカリッと中はもっちり。小麦のうまみと香りを存分に引き出しおなポリピツツアの真髄を味わえます。



シンプルだからこそ職人の技量が問われる、ナポリピツツアの定番中の定番。耳の焼き目にもこだわり、小麦のうまみと香りを堪能できる自慢の1枚です

白壁や船舶の照明などイタリアを感じさせる内装。アーチ形の通路をくぐれば、窓の向こう一面に海が広がる開放的なロケーションで、まるでイタリア旅行に来たかのような気分に浸れます

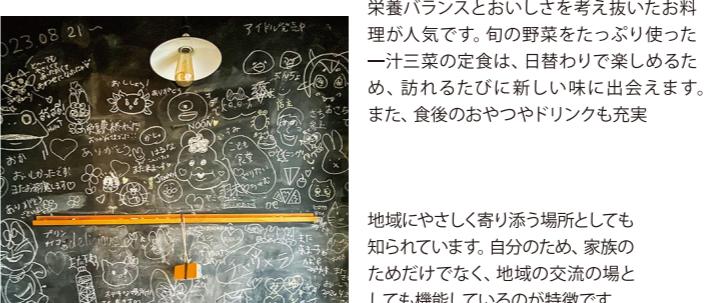
## Shop Data



'O Maesto

0766-44-0510

□ @o\_maesto\_2005  
富山県高岡市太田20-3  
□ [ランチ]11:30-15:00(L.O14:00)  
[ディナー]17:30-21:00(L.O20:00)  
休 木曜  
P 8台  
※お支払いは現金のみ

まめこ食堂とおやつ やむなし  
豆こ食堂とおやつ やむなし

からだとこころに優しいごはんを提供するオーガニックカフェ&食堂。無添加調味料と有機無農薬の食材にこだわり、土鍋で炊く玄米やマクロビ料理を取り入れた定食を提供しています。

野菜嫌いの子も完食するほどで、卵を使わぬスイーツも人気です。キッズスペースの予約も可能。料理教室や年3回の子ども食堂を開催するなど、地域に寄り添う優しい想いが詰まっています。心と体が安らぐひとときをお過ごしください。

## 豆こ食堂とおやつ やむなし

076-413-2264

□ <https://oyasai8674.com/>  
□ @mameko\_yamunashi  
富山県富山市大泉町1丁目7-14  
□ [喫 茶] 平日: 10:30~16:00(L.O.15:00)  
17:00~20:00(L.O.19:00)  
土日祝: 10:30~21:00(L.O.19:00)  
[ごはん] 平日: 12:00~16:00(L.O.15:00)  
17:00~20:00(L.O.19:00)  
土日祝: 11:30~21:00  
休 月曜、火曜(不定休あり) □ 6台

すべての方の健康と幸せのために、最適なプログラムをご提案します。日々の暮らしにヨガを取り入れてみませんか？



妊娠中や産後の不調を軽減。特に大切にしたい骨盤底筋群を調整するポーズをご紹介します。

## がっせきで腰上げ

骨盤内の巡りを促進。同時に腰まわりの緊張を解き、背骨の詰まりもやわらげます。

### Stand by

床にあお向けになり、足の裏を合わせて、かかとを身体の中心に近づける。腕は軽くわきを開いて体の左右で伸ばし、手のひらを床につける。



ここを調整  
大腰筋 腸骨筋 梨状筋  
骨盤底筋群 仙腸関節  
内転筋



×NG  
かかとを身体の中心から離さない。

### 息を吐きながら、腰をゆっくり持ち上げる

息を吐きながら、腰をゆっくり持ち上げる。腰を床から10cmほど浮かせて、30秒キープ。

Point  
産後で余裕のある方は太もものつけ根が天井からひっぱられるイメージでキープ。



Point  
肩や首の力は抜く。

Point  
足の裏を強く押し当てておく。

ヨガの他にも多彩な講座がございます。興味のある情報をチェックしてみてください！

教えていただいた先生



インストラクター  
辻 克奈子

- 骨盤調整ヨガ
- 産前産後マタニティヨガ
- ベビーヨガ
- ベビーヨガセラピー
- キッズヨガ
- スポーツのためのヨガ
- パパ向け子育て講座
- シニアヨガ
- ライフスタイル講座
- 食に関する講座
- 他

## 両親学級

毎月素敵なゲスト講師をお招きし、妊娠・出産・育児のことでの不安を感じているパパ、ママのための産み育てる講座を開催しています。専門家ならではの正しい知識や、不安や疑問に応える多彩な講座は毎回好評をいただいております。子育て真っ只中のパパ・ママも多く参加されるので、情報交換の場としても活用いただけます。参加者の輪が広がっています。さらに講師陣、講座内容をパワーアップし広くご参加を募集します。参加費は無料。開催予定は下記二次元コードから！



**Roots of Life**  
ライフスタイルスタジオ Roots of Life  
富山市黒瀬北町2-1-2 D-BASE 2F  
<https://rol.bodysence.jp>



プログラム提供元  
一般社団法人 Body Sence Institute  
富山県富山市永楽町2-7 Tel. 050-5358-5837  
<https://bodysence.jp>



## がっせきで前屈

骨盤底筋群をゆるめ、リラックス。背中の張り、腰から脚の緊張もやわらげます。

### Stand by

足の裏を合わせて座る。身体の中心からかかとまで40cm程度離し、両脚でひし形を描くようにする。



Point  
身体の中心からかかとまで40cm程度離す。

### 1. ボルスターを脚のあいだに置き 息を吸って背すじを伸ばす

ボルスター（またはクッション）を脚のあいだに縦に置き、両手を左右に添える。息を吸って背すじを伸ばす。



### 2. 息を吐きながら 股関節から上体を倒す

息を吐きながら、股関節から上体を前に倒して、おでこをボルスターにつける。両腕は手のひらを床につけて、楽に前に伸ばす。首や肩、背中の力を抜いて1~5分キープ。

Point  
背すじを伸ばす。

Point  
首や肩、腕の力を抜く。

OK

×NG  
前屈するとき、背中を丸めない。背すじを伸ばしたまま、股関節から上体を倒す。

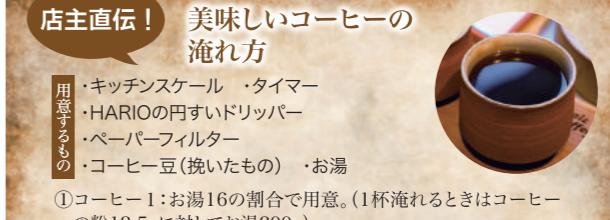


## コーヒーと景色で味わう 贅沢なひととき

600年の歴史を持つ井波別院瑞泉寺。その門前から続く八日町通りは、井波彫刻の工房が軒を連ねる石畳の通りで、心地よい木の香りが漂い、精巧な彫刻が日常の風景にも溶け込んでいる。職人たちが木を彫るリズミカルな音は「残したい日本の音風景100選」にも選定。『車がなくとも不便なく暮らせるほど、生活機能がぎゅっと詰まつたおもしろい町ですよ』と店主が教えてくれた。その魅力に惹かれて県外から移り住む人も多く、お洒落なパン屋さんやクラフトビールの醸造所といった新しいスポットも誕生。歴史と芸術の伝統に、移住者たちがもたらす新しい風が融合する今の井波へ、ぜひ体感しに来てほしい。

Would You Like Some coffee?

haiz coffeeの真髄は、豆本来の果実味を存分に楽しめる浅煎りコーヒー。苦味は穏やかで、口に含むと「コーヒーは果実の種子である」とことを再認識させられるような、華やかな香りが広がる。スイーツも見逃せない。昔ながらのしっかりと舌触りが嬉しいクラシックブリュンは、ほろ苦いカラメルソースと生地の優しい甘さが絶妙なハーモニーを奏でる。また、カカオニブブロウニーは、濃厚なショコラートの風味とカカオニブのカリカリとした食感がアクセントとなり、コーヒーの味わいをより一層引き立てる。週末にはホットドッグなどの軽食も楽しめる。友人同士で訪れて異なる種類のコーヒーを注文し、その奥深い味わいをぜひ飲み比べてみて。



### 店主直伝！ 美味しいコーヒーの淹れ方

- キッチンスケール・タイマー
- HARIOの円すいドリッパー
- ペーパーフィルター
- コーヒー豆（挽いたもの）・お湯



- コーヒー 1:お湯16gの割合で用意。(1杯淹れるときはコーヒーの粉12.5gに対してお湯200g)
- 沸騰したお湯を少し冷まして90°Cぐらいがおすすめ。
- ドリッパーにフィルターをセットし、コーヒー豆を入れ、お湯を50gずつ流し入れて40秒待つ。これを4回繰り返し、計3分以内に200gのお湯をすべて流し入れる。濃いと感じたらお湯を足す。

Point ドリッパーやペーパーフィルターは安価なものでもよいが、コーヒーミルは価格に比例するので、持っていない場合はお店で挽いてもらうのがおすすめ。



2階のカウンター席のテーブルは、ガラスの部分から1階が見える。ゆったりと編み物を楽しむ常連さんもいるんだそう。



カップやお皿は、城端の作家さんに南砺市の土で作ってもらった特注品。カップは手に馴染み、肌触りが良い。プリン専用のお皿は圧倒的な存在感。



私のおすすめ！  
コロンビアの農園に直接訪れ買い付けし、自家焙煎したこだわりのコーヒー  
プランディングディレクター  
フードディレクター  
田中真紀子先生

東京と北陸を拠点に、食まいのプロモーション・広告や書籍におけるスタイリングや店舗開発・食空間のコーディネート等、幅広く活動中。近年では、自身の経験を活かし地域同士を結びながら地域の魅力や風土を活かした商品の企画開発・販路開拓など。プランディングをはじめ開発から販売までを一貫し従事する。



お店紹介  
焙煎所&カフェ  
haiz coffee roastery



富山県南砺市の井波エリアにある納屋をリノベーションしたカフェ&ロースタリー(焙煎所)。個性的な建物だが、落ち着いた雰囲気のカフェでゆったりコーヒータイムを楽しんで。



HP [haiz\\_coffee\\_roastery](https://haiz-coffee.com)

## 健康リフォーム情報

### 漆喰リフォームで空気を健やかに

#### 漆喰とは

漆喰は、エジプトのピラミッドでも使われ、日本では飛鳥時代より使われている歴史ある素材です。消石灰を主原料とした自然素材の塗り壁材で、化学物質を含まないため、小さなお子さんやアレルギーに悩む方も安心できる素材です。

#### 漆喰の3つの健康効果

調湿効果で一年中快適  
漆喰には無数の小さな穴が空いており、湿度が高いときは湿気を吸収し、乾燥しているときは放出することで、ジメジメやカビの発生を抑えます。梅雨や冬の乾燥する季節も、一年を通して快適な湿度を保ちます。



#### 優れた消臭・抗菌効果

漆喰の強いアルカリ性には、タバコやペット、生活臭などの嫌なにおいを分解・吸着する効果があります。さらに、カビや菌の繁殖も抑えるため、清潔で清々しい空気を保てます。

#### 光を和らげ、目に優しい

漆喰壁の表面は光を柔らかく反射するため、照明や窓からの光が眩しそう、目に優しい空間を作り出します。

#### メリットとデメリット

漆喰のメリットは、先にあげた健康効果のほか、非常に高い耐久性を持つことが挙げられます。特に外壁・内壁としては適切なメンテナンスを施せば100年以上保つと言われています。また、防火性が高く、建築基準法の中でも不燃材料としても認められています。和洋どちらのインテリアにも馴染み、あたたかみのあるおしゃれな空間づくりができるのも利点です。

デメリットは、施工に手間や時間、費用がかかりてしまうこと。予算に応じて他の素材と使い分けると良いでしょう。



#### リフォームに適した使い方のヒント

漆喰には、壁紙の上から塗れるタイプもあり、手軽にリフォームに取り入れることができます。調湿・消臭機能を期待するなら、トイレや寝室、玄関などに使用するのもおすすめです。ホームセンターなどでも購入でき、子どもと一緒に塗れる安全な素材なので、家族みんなでDIYを楽しむこともできるでしょう。

快適な暮らしにランクアップするリフォーム  
**LEAD A BEST LIFE**

◀土間のある暮らしの事例はこちら

2024  
TINYモラマイル  
作品コンテスト  
優秀賞

2024  
ハウステック  
施工部門  
受賞

2025  
Jack全国コンテスト  
部門別部門  
優秀賞

全国リフォームコンテスト  
を12年連続受賞!!  
オリバーは上質なライフ  
スタイルの実現をご提案  
いたします。

ホームページから  
事前のご来店予約がお得!  
オリバーへ初めて  
お問い合わせの方には  
QUOカード500円分  
もれなくプレゼントします!!

## OLIVER REFORM

株式会社オリバー リフォーム事業部

一級建築士事務所登録 第(3)1965号 国土交通大臣許可(特-4)第25426号

北陸に7店舗、地域密着のサービスで迅速対応致します!  
■富山エリア 0120-47-1152 <https://www.oliver-reform.jp>  
■石川エリア 0120-028-246 <https://www.oliver-reform-ishikawa.jp/>

壁材として古くから使われてきた「漆喰（しっくい）」は、現代の住まいにもぴったりの機能性を持っており、リフォームの仕上げ材として見直されています。

住まいのお手入れ便利ガイド vol.36

## 壁 じゅらく(土)

現在ではきめの細かい砂壁風仕上げの表面状態を指示していることが多いようです。シックハウスなどの影響も小さく、調湿性があり、湿度を安定させることができます。塗り替え時期がクロスなどと比べると少なく、年月を経過しても変わらない、あたたかみのある独特的の風合いが好まれています。



週1回

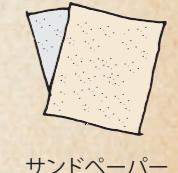
### はたき

大きなブラシや軽くはたきをかけてホコリをとる。

10~15年に1回

### 塗り替え

自然素材なので、経年劣化もある。この時期に塗り替えの検討を。



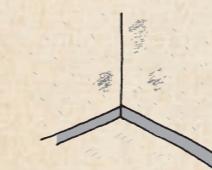
はたき

サンドペーパー

チェック!

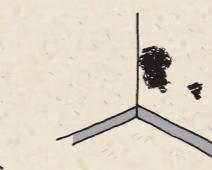


こんなときは  
どうしよう!



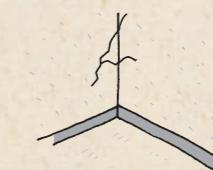
### 軽い汚れ

目立たない程度にサンドペーパーでやさしく削る。まずは、目立たないところで試そう。



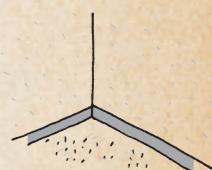
### ひどい汚れ

ヤニなど、汚れが奥まで入ってしまうときれいにすることは困難。塗り替えの検討を。



### ひび割れ

同じ色のペイントをひびに沿って塗る。はみ出た部分をかき落とし、サンドペーパーでならす。



### 表面が ボロボロ落ちる

砂壁押さえ用スプレーを使用。あまりにもひどい場合はご相談を。



#### ご注意

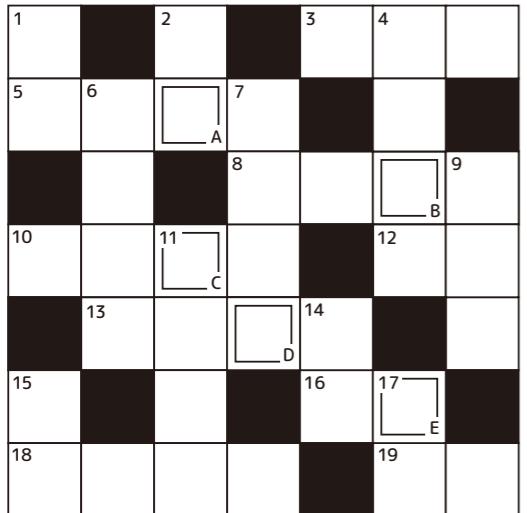
- カビの原因になるので湿気は厳禁。
- 激しく叩いたり、固いものをぶつけないでください。
- ベンジン・シンナーなどの溶剤は使用を避けてください。
- 中性洗剤以外の酸性またはアルカリ性洗剤、クレンザーなどの研磨剤入り洗剤は使用しないでください。
- 金属たわし、ワイヤーブラシなどの固い材質のブラシは使用しないでください。



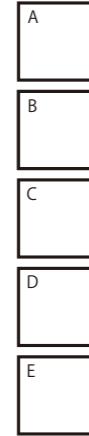
パズルに答えて抽選で  
プレゼントが当たる!!

☆答えるヒントは  
他の記事の中にもあります。

3名様



答えは



ヨコのカギ

- ココア・チョコレートの原料。
- 建物の全部または一部を建てかえること。リフォーム。
- 食道の次に食べ物が入る器官です。
- 休日を英語で言うと……。
- みつ。スリー。
- 池や小川にすみ、水の上を長い足ですべるように動く昆虫。
- 七つ。セブン。
- 日本民族の用いる言語で、日本の公用語。
- 森林にすむ、歯がするぐるぐる太い尾を持つ小型の動物。



Rose【バラのマドレーヌ】  
5個(ストロベリー2個・ホワイト3個)  
[vivant]

フラワーボックスをイメージしたエレガントな「Rose【バラのマドレーヌ】」。フレーン生地は、爽やかなオレンジピール入りでホワイトチョコがけ。ストロベリー生地は、ストロベリーチョコで華やかに仕上げました。冷蔵ならチョコの冷たさと生地の柔らかさを、常温ならチョコと生地の一体感を楽しめます。見た目も美しく、特別なひとときを彩るスイーツです。

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

締め切り:2026年1月31日(土)消印有効

前回 vol.37の答え モノトーン

※当選者の方にはお電話のお知らせにて当選とさせていただきます。

前回ご当選者様

富山市 S様・高岡市 I様・金沢市 B様 おめでとうございます!

当選確率 6%

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.38の振り返りとちょっとの裏話

吉江  
技術集結したフラッグシップモデル「器」。デザイン性、断熱、耐震など確かな安心基準を備え、ワクワク感を形にできる住まいです。ぜひその魅力をご体感ください。

永井  
いつも机とソファの位置関係に悩み、気がつくとソファを背もたれに床に座ってしまっている現状をなんとかしたい。その想いで作ってみました!皆様に快適なソファ生活を!

小林  
巻頭特集の2件のお家、どちらも黒いキッチンがかったいい!実は前号の2件も同じだったんですよ。「黒いキッチン」これからトレンド入りするかも?

竹内  
【福寿草】を飾る際には【南天】も一緒にすることで、「難を転じて福となす」という意味になります。縁起飾りで素敵な2026年にしたいですね。

辰野  
ナポリ直送の窯で焼く絶景ピザと、有機野菜中心の身体に優しいカフェ。作り手の想いが詰まった2軒をご紹介しました。ぜひ足を運んでみてください!

梅野  
ヨガの取材の合間に、私も挑戦!自分の体の硬さに驚きです。記事を参考に、私もヨガを習慣にしたいと思います。

(株)オリバースタッフ募集 オリバーには、中途採用スタッフも輝ける環境があります! エントリーお待ちしております!

「会社説明会」や「面談希望」からでもOK!

リフォームアドバイザー インテリアプランナー 施工管理 配管職人  
新築住宅アドバイザー インテリアコーディネーター 建築板金職人  
不動産コンサルタント 設計士 建築事務 大工など  
詳しい採用情報は  
こちらをご覧ください▶▶▶

発行/株式会社オリバー 〒939-8211 富山市二口町4-4-4 TEL:076-405-9925(代) https://www.cocoliving.jp/ mail: cocoliving@oliver-reform.jp



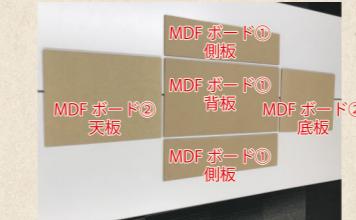
100均MDFボードで作る  
サイドテーブル

ソファやベッドサイドに自分サイズで  
作ってみませんか!

作り方 置きたい場所の高さに合わせてMDFボードをカットしてL字金具で固定していきます!



1 MDFボード①の1枚を半分にカットし15cm幅を2つ作ります。



2 固定前の展開した状態です。



5 底板と側板の下に合わせて有孔ボードをL字金具で固定します。



3 合わせる面にボンドで接着しL字金具で固定します。



6 最後に天板をL型棚受けで取り付けます。

用意するもの

- 材料費 約2,000円
- MDFボード① (300mm×600mm×6mm) 2ヶ
  - MDFボード② (300mm×300mm×6mm) 2ヶ
  - 有孔ボード (29.7mm×21mm) 3ヶ
  - L型棚受け大 2ヶ
  - L字金具小4ヶ入 2ヶ
  - インテリアシート (900mm×450mm) 3ヶ
  - 木工ネジ
  - ボンド
  - ノコギリ



## 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。

### 福寿草

「福」と「寿」の名を持つ、新春にふさわしい縁起花。「元日草」とも呼ばれ、幸福と長寿を願う花として親しまれます。雪の中から顔を出し、太陽の光を浴びて輝くように開く、黄金色のコロンとした花がとても愛らしいです。見る人に福を運んでくれる、めでたい春告げ花です。



【育て方】 福寿草は、春に花と葉を楽しみ、夏は休眠させるのが基本です。

植え付け: 地上部が枯れた後の「秋(9月~10月頃)」が最適な時期です。根がデリケートで傷つくと弱りやすいため、根鉢はあまり崩さずに植え付けます。鉢植えの場合は、水はけの良い山野草用の土などを使い、芽が土に隠れるか隠れないか程度の浅植えにします。

置き場所: 生育期と休眠期で置き場所を変えることが重要です。

直射日光を避け、年間を通してレースのカーテン越しの明るい場所が最適です。エアコンの風が直接当たる場所は避けましょう。

水やりと肥料: 乾燥気味に管理します。

土の表面が乾いたら、鉢底から水が流れるまでたっぷりと与えます。花が咲いている間は特に水切れに注意してください。

+FUN

明日誰かに話したくなる 植物の雑学 ハイテク!太陽光を集める花

福寿草の花は、実はハイテクな「集熱器」になっています。お椀型で光沢のある黄金色の花びらは、まるでパラボラアンテナのように太陽の光を反射させ、花の中心(めしべ)に熱を集めます。まだ寒さが厳しい早春に、数少ない虫たちをその「温かい場所」におひき寄せ、効率よく花粉を運んでもらうためです。可憐な姿に隠された、驚くほど賢い生存戦略ですね。

