富山の暮らしを彩るライフスタイル提案型マガジン

［ ココリビング ］

CoCoLiviNG

巻頭特集

ようこそ、完成見学会へ

vol.03
AUTUMN 2016.10

オリバーホームページ
http://www.oliver-reform.jp/
オリバー　富山　検索

巻末に
プレゼント付き
クロスワードあり!!

02 光庭からの光と風、無垢のパイン材で心地良く
04 段差や梁、柱を生かしてリフォーム 住みやすいコンパクトな空間をつくる
06 ワンポイントリフォーム ～アクセントクロス編～
07 INTERIOR COLUMN 魔法のじゅうたんに思いを寄せて
08 Shop Information イタリアンバル Viva（ビバ）富山山室店
09 トレンド最前線
10 かんたん&おしゃれレシピ きのこの和風ハンバーグ
11 おうちでできるかんたんYOGA 「ねじりのポーズ」で内臓の働きを活発に!!
12 カルチャー教室 COCOLIFE+（ココライフプラス）情報
13 住まいのお手入れ便利ガイド
14 暮らしのハンドメイド／植物のある暮らし
15 プレゼント付きクロスワード

リフォーム

「工事を通してお客様に感動していただける仕事をしよう」

私たちは、お客様が笑顔になれる家づくりを常にご提案しています。安易な考えのリフォームではなく、
プロの私たちが考えて考え抜いたからこそ生まれる暮らしまで変わってしまうようなリフォームをご提案をし続けます。

新　築

「1,000万円からの家づくり」

グッドデザイン賞を受賞したZERO-CUBEを中心にさまざまな規格住宅を販売しています。

不動産

「売りたい方と買いたい方をつなぐお手伝い」

土地探し、住まい探し、家づくりを通じて富山のお客様や地域社会に貢献することができれば幸いです。

住環境の未来を切り開くことで地域社会に貢献します。

住まいのトータルプランナー
株式会社オリバー

0120-47-1152
営業時間／9:00～18:00　定休日／火・水曜日

オリバー富山本店　富山県富山市二口町3丁目2-14
オリバー富山北店　富山県富山市上赤江町1丁目1-45
オリバー高岡店　富山県高岡市昭和町1丁目1-1

オリバー　富山　検索
http://www.oliver-reform.jp/

Welcome to my "New" home!

ようこそ、完成見学会へ

モデル、ピラティスインストラクターとして活躍する
ココリビングナビゲーター 池端忍さんといっしょに、
株式会社オリバーの完成見学会へ行ってきました!

射水市
O様邸
新築

光庭からの光と風、無垢のパイン材で心地良く

四季を通して快適だから、無理せず、らくちん節電

今回、うかがったO様邸は、〝まん中に青い空〟をコンセプトとする光庭のある住まい「ZERO-CUBE KAI」のアレンジバージョンです。

光庭の掃き出し窓を開放すると、白を基調とした室内にたっぷりの風と光が入り込み、とても快適。足元に広がる無垢のパイン材は、冬場も素足で過ごせるほど心地よい感触です。なかでもO様のお気に入りは、キッチンからの眺め。リビング・ダイニングでくつろぐお子さんたちが見えます。「子どもたちは部屋にこもらず、ずっとリビングにいますね」とのこと。その笑顔と言葉が家族みんなの居心地の良さを物語っています。

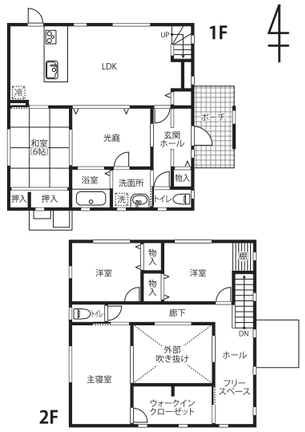
風通しが良いため、エアコンに頼らない暮らしができるのも特徴の一つ。その魅力は、光熱費に反映されています。「6月は電気代が五千円程度だったので、ビックリしました」とのこと。自然のエネルギーを生かした設計に加え、無駄のない照明計画などにより、自然に節電できる暮らしは家族にも財布にも環境にも健やかで優しい家といえるでしょう。

O様邸誕生は、「KAI」のチラシにひと目ぼれしたことがきっかけ。思い描いていた理想の家そのものだったそうです。「これからは光庭で朝食やお茶、バーベキューをしたいですね」。住んでなお、理想の家は家族の夢を広げます。

パイン材のブラウンと真っ白い壁が印象的なリビング。あらかじめテレビを置く部分は決めておき、壁にくぼみをつけてすっきりと配置できるように計画しました

DATA

FLOOR PLAN



■新築費用　2,076万円
■種類　戸建て
■建物 114.28㎡(34.56坪)
1F 57.14㎡(17.28坪)
2F 57.14㎡(17.28坪)
■工事期間　5ヵ月

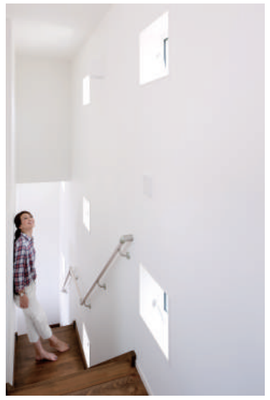
外観は、通常の「KAI」の場合、コンクリートの打ちっ放し風デザインの窯業系サイディングを使用していますが、O様邸ではメンテナンスを重視して金属サイディング(ガルバリウム)を採用。正面はダークブラウン、裏面はホワイトと、色にこだわっているところも特徴です

［お問い合わせ］
0120-47-1152（株式会社オリバー）

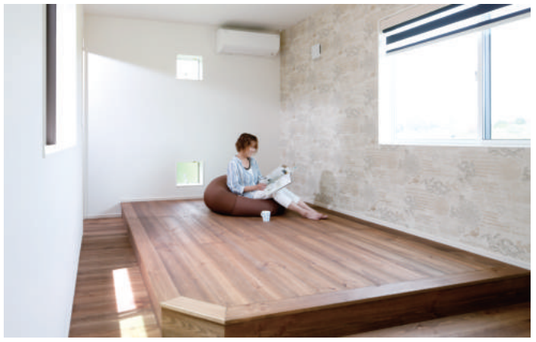
自分らしくアレンジして、より心地よい日々を手に入れる

O様邸は、「ZERO-CUBE KAI」をアレンジした「ZERO-CUBE KAI Act2 CUSTOM」。日々の暮らしやすさ、メンテナンス性、デザイン性へのこだわりが随所に見られます

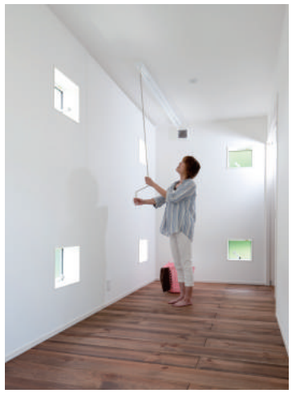
読書や月見酒など、大人の時間をゆったり過ごせる光庭。季節や年齢ごとにいろいろな楽しみ方のできる空間でもあります



小窓から光が入り込み、いつも明るい階段。この吹き抜け空間は、夏の暑い空気を外へ排出し、冬のあたたかい空気を2階へ運びます



寝室は、布団で寝られるよう小上がりを設置。ちょっと腰かけてテレビを観ることもできます



通常のKAIではバルコニーとなるところを、スリッパのまま利用できるサンルームに変更。冬場は、階段からの暖気で洗濯物がすぐ乾きます

担当者より

ただ住む家ではなく、長く住む家として、外壁やデッキ、フローリングなど随所にメンテナンス性を重視した「KAI」となっています

株式会社オリバー
新築・不動産事業部
課長　宇野 和人

見学を終えて

お気に入りは、光庭。光がたっぷり入り、風が通り抜けていくので、夕涼みにも良さそうですね。室内の様子が見渡せるのも安心感があります

ココリビングナビゲーター
池端 忍

広々としたリビングは、元の家より約20センチ天井が高くなり明るく開放的な空間へ。キッチンから隅々まで見渡すことができます

Welcome to my "Renovation" home!

ようこそ、完成見学会へ

高岡市
K様邸
築50年

段差や梁、柱を生かしてリフォーム
住みやすいコンパクトな空間をつくる

古い家の面影を残し
広々リビングにリフォーム

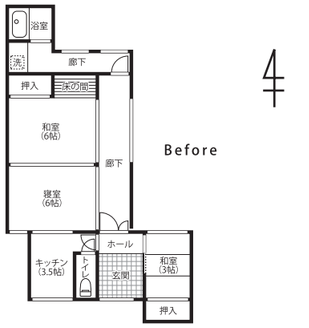
築50年の木造平屋建て家屋を、コンパクトで明るく、住みやすい空間にリフォームしました。施工のポイントは、段差や、古い梁・柱などを生かすこと。元の住まいの個性をメリットに転化し、暮らしやすさを実現しました。

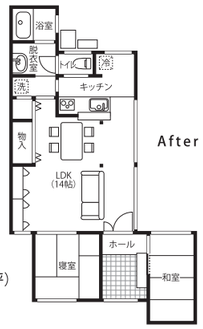
K様ご夫婦からの希望は対面式キッチンにすることでした。「しばしば訪れる娘夫婦や孫と会話が弾む空間を」とのこと。そこで北側の浴室とその横の廊下の約20センチ高くなっていたスペースをキッチンとし、広いリビングを見渡せるようにしました。奥様は、元気に動き回る2歳のお孫さんを見守りながら、炊事をすることができます。

また、リビングの上には大きな梁が走っています。天井は段差が生じた部分に照明を設置し、天井を間接的に照らすことで、柔らかい光に包まれた空間を演出しました。浴室、トイレ、キッチンと水まわりが北側に集まり、家事をする動線が短くなりました。朝日が降り注ぐ大きな窓をそのまま生かしたので、リビングは一日中明るい空間に。そして、玄関の両サイドには和室をつくりました。寝室として使っている西側の和室の窓を開けると、南北に風が吹き抜けます。1階で暮らしが完結できる、コンパクトで心地よい住まいになりました。

DATA

FLOOR PLAN





■リフォーム費用
550万円
■種類
戸建て
■建物
58.9㎡(17.8坪)
■施工面積
56.4㎡(17坪)
■工事期間
2ヵ月

水まわりを一カ所にまとめ、和室2間と廊下をLDKにリフォーム。築50年の平屋家屋がコンパクトでモダンな空間に生まれ変わりました。リビングに入ると見える青色を効果的に使った対面式キッチンが印象的です。コンパクトながら収納も十分なスペースを確保しました

［お問い合わせ］
0120-47-1152（株式会社オリバー）

見学を終えて

明るいリビングが印象的です。収納がたっぷりあって使いやすそう! 古い家の特徴を生かしてリフォームされているので、梁や柱から見える以前の姿も生きているなぁと納得しました

ココリビングナビゲーター
池端 忍

担当者より

オリバーでは、施工後もこまめにメンテナンス訪問をさせていただいております。その後の使いやすさも教えてくださいね! K様ご家族の理想の生活をかなえるお手伝いに携れて幸せです。

株式会社オリバー
リフォーム事業部
コーディネーター
大浦 奈央

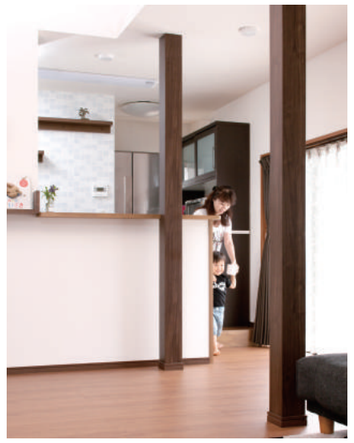
Customer's Voice

理想の生活をイメージしてから
リフォームを考える楽しさを実感

キッチンからはテレビも見やすく、お料理をするのが楽しいです。「小さくまとまった機能的な空間で、子や孫の訪問を歓迎しながら、楽しく暮らす」という理想の暮らしが実現しました。どんな生活をしたいかを尊重してリフォームを考えてくれたのがありがたかったですね

このかわいらしいタイル調のクロスはキッチンの背面です。キッチン全体の内装を淡いブルー系でまとめて統一感を出しました

寝具や衣類など、いろんなものを入れることができる収納スペースです。柱や窓枠と合わせた色でコーディネート



もともとあった段差を生かしたのでキッチンがリビングより一段高い位置に。中央の柱はデザインのアクセントとして活躍します

海を渡ってやってきた

魔法のじゅうたんに思いを寄せて

部屋の雰囲気を左右する一枚のじゅうたん。①質感②お手入れのしやすさ③耐久性④デザイン性など、これらを全て兼ね備えた「魔法のじゅうたん」があったらどうでしょうか。今回はイランの遊牧民が織りなすじゅうたん「ギャッベ」について、石崎家具の宮嶋さんに詳しくお聞きしました。

「魔法のじゅうたん」の正体は？

「魔法のじゅうたん」の正体、それは「ギャッベ」です。ギャッベの特徴は、①夏はサラサラ、冬はポカポカで一年中気持ちいい！②ダニが付きにくく、アレルギーや敏感肌のお子様にも安心③お手入れは掃除機1本で、耐久性は100年以上④メッセージのあるデザインなどがあげられます。現在、日本の一般家庭にも用いられるようになったギャッベですが、もともとはイランの遊牧民が直接大地に敷いて使用していたじゅうたんなのです。

世界に一枚だけの織り手のあたたかな手仕事

ギャッベを織るのは遊牧民の女性の仕事。彼女たちは母親からギャッベを織るための技術を受け継ぎ、結婚するときには自分でギャッベを織り上げ嫁ぎ先に持って行きます。

放牧されている羊から毛を刈込み、糸をつむぐところから製作が始まります。夏は40℃冬はマイナス20℃の厳しい環境の中で育つ羊の毛は、繊細で吸放湿性にすぐれ、豊富な脂分を含むため汚れに強く、冬あたたかく夏涼しく使用できるのです。その後、羊毛を草木で染めて、ひと目ひと目を手作業で織り込みます。丁寧に作られたギャッベは目が詰まっていて、長く使ってもへたりにくいのです。

絵柄は全て織り手のオリジナルデザインで、同じものは2つとありません。織り手は、花・人・動物・風景など心に感じたものを元に自らの感性でギャッベをデザインします。また健康長寿や家庭円満などのメッセージを模様に込めてギャッベに織り込むことも多いです。

ギャッベは、日本の住まいにもんなりと調和し、風合いや質感に注目が集まり「一生ものじゅうたん」として暮らしに取り入れている方も多いそう。優しく素朴なデザインは、工業製品では生み出せない体温のようなものが感じられます。

PROFILE

宮嶋 真吾さん
みやじま しんご

ギャッベと家具のことならお任せください!!

石崎家具

富山店 ARTREE（アートゥリー）

ギャッベ常設80枚

076-420-8611
HP http://www.artree-ishisaki.com/
EM toyama@sucre.jp
住 富山県富山市西長江4丁目8-27
営 10:00～19:00
休 水曜日
P 8台
■10/1（土）～10/10（月）ギャッベ350枚展開催

福光本店

ギャッベ常設25枚

0763-52-0445
HP http://www.ishisakikagufukumitsu.com/
EM honten@ishisakikagu.co.jp
住 富山県南砺市福光6758
営 10:00～19:00
休 水曜日（祝日の場合は営業）
P 3台

砺波店

0763-33-4555
HP http://www.ishisakikagutonami.com/
EM ishizaki@tune.ocn.ne.jp
住 富山県砺波市広上町9-36
営 10:00～19:00
休 水曜日（祝日の場合は営業）
P 6台

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

アクセントクロス 編

私がご案内します！

株式会社オリバー 高岡店
コーディネーター
大浦 奈央

貼るだけで雰囲気が“ガラッと”変わるアクセントクロス
インテリアの一部でもあるクロス（壁紙）でお部屋のオシャレを楽しんでみては♪

壁紙の貼り替えリフォームの際、いざクロスを決める段階になると「無難に」「飽きがこないように」とリフォーム前と同じようなクロスを選ばれる方が多く見受けられます。しかし、思い通りのクロスを選んだはずなのに「もっと冒険すればよかった」と後悔される方も少なくないのです。「派手すぎないかしら」なんて心配なく挑戦できるよう、アクセントクロスの施工例とクロスを選ぶポイントを見てみましょう♪

LDK アクセントクロスで一段とおしゃれな空間に！

落ち着いたリビングの一面をアクセントクロスにする

アクセントに一面だけ落ち着いたブラウンのクロスを選んだ施工例。床や家具の色と調和がとれ、ゆったりとくつろげる空間になっています。

洋服のように壁紙もコーディネートを楽しもう

ナチュラルな床の色に合わせて落ち着いた色合いでコーディネートするもよし、明るい色合いの中にワンポイント使いするもよし。
お好みのテイストに合わせてお選びくださいね。

対面キッチンにも遊び心をきかせて

最近は、LDKのキッチンを対面式にされる方がほとんどです。リビング側からキッチンを見たときに殺風景になりがちですが、柄クロスを取り入れることでお部屋の雰囲気が変わります。

人の目を引くところに取り入れる

飾り棚部分だけにさりげなくアクセントクロスを取り入れました。より大胆な色・柄に挑戦してみることで、空間が引き締まります。

収納 見えない収納こそ、思い切って楽しめるゾーン

アクセントクロスでうっとり空間に変身

収納の背面にアクセントクロスを使ってみてはいかが？ 普段は見えない場所だから、LDKではためらいがちな大胆な柄物に挑戦してみるのもおすすめ。意外と冒険できますよ。

トイレ・洗面 コーディネートしやすい水まわり

トイレや洗面所を明るい雰囲気に

「リビングのクロスは挑戦しにくい…」という方は、まずはトイレや洗面所から色・柄の入ったクロスに挑戦してみては。コーディネートしやすく、ガラっと雰囲気が変わるのでおすすめです。

Point

空間のアクセントになるクロスの貼り分けテクニック

小物をたくさん飾っておしゃれな空間を作ろうとしても、実際はお掃除の手間になることも…。クロスの貼り分けをするだけで空間が引き締まって、より一層おしゃれに見えお掃除もラクラクですよ♪ また6畳くらいのお部屋でしたら、6万円ほどのご予算から貼り替えができます。

トレンド最前線

新しいアウトドア「グランピング」がブームに

贅沢なキャンプスタイル「グランピング」が登場

キャンプは楽しいものだけど、準備に片付けとヘトヘトになるイメージがありませんか？そこで新しいキャンプスタイル「グランピング」が注目を集めています。

大きめの豪華なテントにはベッドやトイレが完備されており、バーベキューセットも施設に準備されています。手間いらずで、贅沢に大自然を満喫することができると人気です。日本各地でグランピングスポットが増えているので、もしかしたら夏休みにチャレンジした方もいるかもしれませんね。

屋上やベランダを使って手軽にアウトドアを楽しんでみませんか？

家の中につくるリフレッシュ空間

遠くに出かける時間がない場合に取り入れたいのが、よりお手軽な「ベランダグランピング」。普段の生活から少しだけ非日常的な暮らしが楽しめると人気です。

ベランダグランピングは、自宅のベランダにレジャーシートやラグを敷き、テーブルと椅子を設置。料理や飲み物を準備してベランダに出ればOK！家で気軽にアウトドア感覚を楽しむことができます。自分好みに模様替えしたベランダやバルコニーはお気に入りのスペースになりそうです。

一般的な広さのベランダもリフレッシュ空間に変身します

ちょっとした工夫でお子様も喜ぶ楽しい時間が過ごせますよ。

株式会社オリバー
新築・不動産事業部
課長
宇野 和人

ZERO-CUBE+FUN シンプルは美しい。

1,000万円のスタイリッシュな家をベースに、こだわりや楽しみをプラスする住まいの新発想。

ZERO-CUBE KAI ACT2 CUSTOM まん中に青い空。

発想を変えたら、新しい家族の風景が見えてきました。

多数のメディアに掲載されています

各メディアから取材依頼殺到。デザインや価格設定だけでなく、「+FUN」というオプションシステムへの質問が集中。空間を広げたり、スカイバルコニーを設けたりと、自分流の家創りができる"楽しさ"が注目を集めています。

Shop Information vol.3

イタリアンバル Viva（ビバ） 富山山室店

ワンコインで楽しめるお子様連れにも優しいお店

富山市街地を囲むようにして走る草島線沿いにはたくさんの飲食店が軒を連ねています。なかでも目を引くイタリアンカラーの赤と緑の看板が目印の「Ｖｉｖａ（ビバ）」さんは、イタリアンのお店で昼から夜中までオープンしています。驚くのはその価格。なんと40種類もあるピザ、パスタやドリアも全てワンコインの５００円で楽しめます。３００円～５００円のアルコールメニュー、ノンアルコールメニューがともに大変豊富で、話題のチアシードを使ったカクテルまで用意されています。

おしゃれでお酒も扱うお店だから子ども連れは敬遠されるのでは？と心配された方、ご安心ください。お子様専用の椅子はもちろん、おむつ交換スペースまで設けられているので小さなお子様連れでも気軽に立ち寄れます。

さらに、オープンスペースはペットの同伴もＯＫとのこと。お子様もペットもみんなで楽しめるＶｉｖａさんでお手軽イタリアンを堪能してみてはいかが？

リーズナブルでも味は格別！　注文を受けてから生地を伸ばし石釜でパリっと焼き上げます

Shop Data

イタリアンバル Viva 富山山室店
076-461-6211

住 富山県富山市太田81-1
営 日・平日　11:00～23:00（L.O22:00）
　金・土・祝・祝前日　11:00～25:00（L.O24:00）
　ランチタイム　11:00～17:00
休 木曜日
P 15台

広々とした店内には約60席も用意されています。
貸切なら80人ほどの大規模パーティーも可能

かんたん＆おしゃれレシピ vol.3

きのこの和風ハンバーグ

秋の食材、きのこを豊富に使ったヘルシーハンバーグのご紹介。きのこは食物繊維が豊富で食べごたえがあり、ダイエットの強い味方です。ハンバーグは青じそと大根おろし、ポン酢でさっぱりといただきましょう!

材 料（2人分）

合びき肉……140g
玉ねぎ……1/2個
パン粉……50cc
牛乳……大さじ2
卵……1/2個
塩……小さじ1/2
こしょう……少々

(A)
生しいたけ……2枚
しめじ……1/4パック
マッシュルーム……2個
酒・しょう油……各少々

(B)
大根……100g
青じそ……2枚
ポン酢しょう油…適宜

お話を聞いた先生

せお みれい
瀬尾 三礼先生

甲南女子大学短期大学部家政科食物栄養専攻卒業。ジャパンクッキングセンター「辻クッキング銀座校」を経て、総合カレッジSEO料理講師として勤務。現在総合カレッジSEO富山校校長。

つくり方

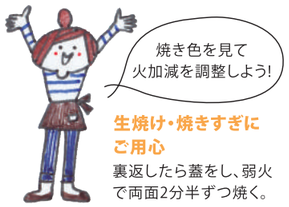
① 玉ねぎはみじん切りにし、フライパンに油をなじませて炒める。

② (A)の生しいたけは薄切りにし、しめじは石つきを取ってほぐす。マッシュルームはスライスする。

③ 合びき肉・①の玉ねぎ・牛乳に浸したパン粉・卵を入れて混ぜ、塩・こしょうで味付けしよくこねる。4等分し、形を整える。

ポイント

縮むので少し大きめに整形する。



生焼け・焼きすぎにご用心
裏返したら蓋をし、弱火で両面2分半ずつ焼く。

④ フライパンに油を足して③を並べて強火で焼き、焼き色がついたら裏返し、火が通ったら取り出して器に盛りつける。

⑤ ②のきのこ類を炒め、酒・しょう油をふって味付けし、④のハンバーグにのせる。

完成

⑥ (B)の大根おろしと青じそをのせ、ポン酢しょう油をかける。

一口メモ

きのこは繊維質の宝庫!
たくさん食べてすっきり美人を目指しましょう

今回使用したしいたけ、しめじ、マッシュルームなどのきのこ類は、繊維質がたくさん含まれている点が特徴です。繊維質が多いことで便通の改善や体内の有害物質をデトックスする効果が期待できます。そして女性にうれしいのはカロリーが低いこと。低カロリーで食感もよいので食べごたえがある食材としても人気です。カロリーが気になるメニューを食べるときの副菜としてきのこを取り入れて、栄養バランスの良い食卓を目指しましょう。

総合カレッジSEO 富山校
076-482-4549
HP http://www.seo-school.com/
住 富山県富山市高田527
富山県総合情報センター情報ビル1F
FAX 076-482-4548

簡単でおしゃれな料理がマスターでき、楽しく学べる料理教室

おうちでできるかんたんYOGA vol.3

夏の暑さがやわらぎ、少しずつ過ごしやすい秋に近づいていますね。おいしい食べ物が多いので、ついつい「食欲の秋」になってしまう方も多いのでは? 今回は、そんな季節でも代謝をアップし内臓の働きを助けるポーズをご紹介します!

石田つかさ先生のプロフィール
ヨガスタジオ サタナマ主宰。健康運動実践指導者、ヨガインストラクターの資格を持つ。自身のスタジオでのクラスのほか、出張ヨガやイベントなどでヨガを広めている。

「ねじりのポーズ」で内臓の働きを活発に!!

① 両脚を曲げ、クロスさせて座る

右脚は立てて左ひざの外側に、左脚は曲げてかかとを体の右側におく。左右のお尻に体重が均等にのるように座る。

② 上体をひねり、片手を上げる

右手を後方に引くと同時に、背筋を伸ばしながら左手を真上に引き上げ、上体を右側にねじる。

③ さらにねじりを深める

左ひじを右ひざの外側におき、息を吸いながら背筋を伸ばして、息を吐きながらひじとひざで押し合い右側にねじる。

Easy!

左脚は伸ばした状態で、右ひざの外側に左手をおき、呼吸にあわせてゆるやかに体をひねる。

石田つかさ先生のワンポイント!!

ヨガの練習を行う場合の注意点

なるべく空腹時がおすすめです。特に今回のような「ねじりのポーズ」は、下腹部をマッサージし、ウエストを引き締める効果もあるので、満腹時に行うと気分が悪くなる人も。体調にあわせて行いましょう。

「チン・ムドラー」で体のエネルギーを感じよう!

親指と人差し指をつけた形をヨガでは「チン・ムドラー」といいます。親指は神(宇宙)、人差し指は自我(心)を表し、結ぶことでエネルギーを体内に閉じ込めて活用できるようにするといわれています。

ビーライン上袋　ヨガスタジオ サタナマ

076-493-6010
HP http://www.b-line-toyama.net/
住 富山県富山市上袋605番2
それいゆビル3F
営 平日:9:30～12:30 14:00～20:30
土曜:9:30～14:00
休 日曜・祝日

健康リフォーム情報

室内温度の変化をゆるやかにして
ヒートショックから身を守る

ヒートショックとは、あたたかいリビングから寒いトイレに行ったときなどに、急激な温度変化で心臓発作や脳卒中を引き起こしてしまうことです。ヒートショックを防ぐために住まいの温度差を無くし、家全体をあたたかくしておくことが大切。そしてその鍵となるのが住まいの断熱性能を上げるリフォームです。

断熱性能を上げれば、外気の影響を受けにくくなるので家の中の温度差が少なくなります。断熱リフォームのポイントをご紹介いたします!

床下

床をめくって断熱材をはめ込みます。地面からの底冷え防止に。

壁

壁をはがして断熱材を中に吹き込む方法は、断熱効果が高くおすすめ。

天井

天井裏に断熱材を敷き詰めることであたたかい空気が逃げにくくなります。

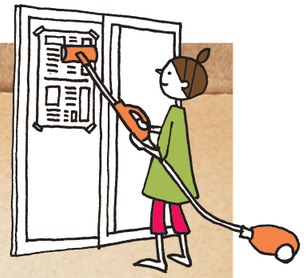
断熱性能が高い家に移り住んだ人ほど健康改善が見られるという調査結果があります。省エネはもちろん、健康面も考えて高断熱高気密住宅の義務化がイギリスや日本などの各国で進んでいます。

◎寒い冬の訪れを前に、断熱リフォームを計画してみてはいかがでしょうか。

住まいのお手入れ便利ガイド vol.3

雨戸・網戸編

台風シーズンの後には、雨戸の外側と内側にハタキをかけておきます。網戸の拭き掃除は風のない日がおすすめ。ハタキをかけた後に雑巾で丁寧に水拭きします。汚れがひどいときは、ガラスと網戸を重ねて、水をたっぷりと含んだ雑巾で流すように洗います。内側からも水拭きし、仕上げに乾拭きしましょう。



週数回

ハタキ

網戸の掃除はハタキが効果的。力を入れ過ぎると網がたるむので注意。目詰まりすると十分な通気が得られなくなる。

月1回

掃除機

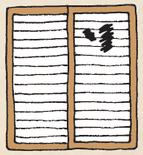
網戸の裏に新聞紙をあてて掃除機をかけるとホコリがよく取れ、網のたるみも防げる。内側、外側の順でかけよう。

半年に1回

雨戸隅々掃除

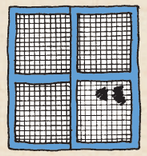
雨戸が外せる場合は、たわしでこすりながらシャワーホースで勢いよく水をかけて洗う。その際、ブラシ付きホースがあると便利。油を含んだ汚れは重曹水をスプレーしてこすり、水で流した後自然乾燥させる。戸袋やレールの掃き掃除もお忘れなく。

こんなときはどうしよう！



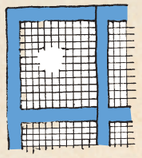
ひどい汚れ（雨戸）

住宅用洗剤を直接スプレーしてナイロンたわしでこする。その後、水洗いして乾拭きする。



ひどい汚れ（網戸）

住宅用洗剤を溶かした液をつけたブラシやスポンジで、両側からたたくように洗う。その後、水洗いして陰干しを。



網戸の穴

穴の開いた部分をカットし、購入した同系の網を一回り大きなサイズにカットする。穴の開いた部分にかぶせ、ボンドで固定して修復する。

住まいのお困りのことはオリバーへご相談ください

私たちは最高のリフォームを提供する建築のプロフェッショナル集団です。

多岐に渡る知識や経験によって、必ずお客様にご満足いただけるリフォームをご提案し、お客様の上質なライフスタイルの実現をお約束いたします。
住まいのお悩みはどんなことでも私たちオリバーにご相談ください。

＼ オリバーとお客様の５つのお約束 ／

1. やる気あふれるアドバイザーの対応や人柄でお客様に安心をご提供いたします。
2. 自社施工・自社管理を徹底し、高品質の工事をご提供いたします。
3. 万が一のときにもアフターサービスやメンテナンスに迅速に駆けつけます。
4. 仕入れにも力を入れ、より良いものをより安くご提供いたします。
5. 19,000 件を超える豊富な施工実績から得た建築のノウハウを生かしてご満足いただけるリフォームをご提案いたします。

おりばあ　イメージキャラクター　池端 忍

住まいのトータルプランナー
株式会社オリバー
国土交通大臣許可(般-26) 第25426号　一級建築士事務所登録 第(1)1965号

お問合せ先　0120-47-1152
富山本店　富山市二口町３丁目2-14　TEL.076-492-6628(代)　FAX.076-492-6639
富山北店　富山市上赤江町１丁目1-45　TEL.076-482-3128(代)　FAX.076-482-3129
高 岡 店　高岡市昭和町１丁目1-1　TEL.0766-25-2873(代)　FAX.0766-25-2874

ホームページ http://www.oliver-reform.jp

CULTURE

株式会社オリバー主催 カルチャー教室

COCOLIFE+
ココライフプラス

いっしょにチャレンジしよう！

モデル
ココライフプラス
プロデューサー
池端 忍

株式会社オリバーでは、毎日の暮らしにワンランク上の＋αを目指したカルチャー教室**COCOLIFE＋（ココライフプラス）**を2016年から開講しました。
おしゃれで素敵な毎日はたったひとつの＋αかも? あなたの毎日を素敵に彩りませんか?

9/24 SAT 10:00〜12:00 ピラティス教室

ピラティスでスッキリ軽やかに

ピラティスはもともとリハビリ用のエクササイズなので「健康的に無理せずスリムになりたい」という人にピッタリ。骨盤のゆがみ、疲れやすさ、姿勢の悪さや肩こりなどを解消する効果も期待できます。続けるうちに骨格や筋肉のバランスが整い、内臓の働きもアップします。ピラティスで健康的な暮らしを手に入れませんか?

定員　20名 ※要予約
会費　500円
場所　サンフォルテ 多目的スタジオ

講師　池端 忍（いけはた しのぶ）先生
・モデル
・ウォーキングインストラクター
・ピラティスインストラクター

11/26 SAT 10:00〜13:00 パーティ料理教室

クリスマスに向けて! パーティ料理に挑戦

パーティ料理教室では、「フライパンで作る簡単ローストビーフ」・「アクアパッツァ」・「きのこのパイ包みスープ」・「ティラミス」を作ります。どれもなかなか手を出しにくそうな料理ばかりですよね。でも瀬尾三礼先生の的確なアドバイスの基に、楽しく素敵な料理の時間を満喫しませんか?

定員　24名 ※要予約
会費　2,000円
場所　総合カレッジ SEO富山校

講師　瀬尾 三礼（せお みれい）先生
総合カレッジSEO富山校校長
野菜ソムリエ・調理師・栄養士

開催場所

富山県民共生センター
サンフォルテ
富山県富山市湊入船町6-7
富山駅北口から徒歩約10分

総合カレッジSEO富山校
富山県富山市高田527
富山県総合情報センター情報ビル1F

お申し込み・お問い合わせ先

ココライフプラス運営係（株式会社オリバー　担当：二橋・吉江）
0120-47-1152
http://www.oliver-reform.jp/freepaper
〒939-8211 富山市二口町3丁目2-14　TEL 076-492-6628　FAX 076-492-6639

前回のレポート

楽しんで小物入れを作る 紙バンド手芸教室

紙でつくったとは思えない頑丈な小物入れを制作

紙バンド手芸が初めての方でも1・5時間～2時間で作れる小物入れを制作しました。頑丈にするために編む順番を考えるのが脳の体操のようでしたが、皆さん上手に作れました。

親子で協力して紙バンド小物に挑戦し、夏休みの思い出になりました

7/30(土)サンフォルテにて

クロスワード

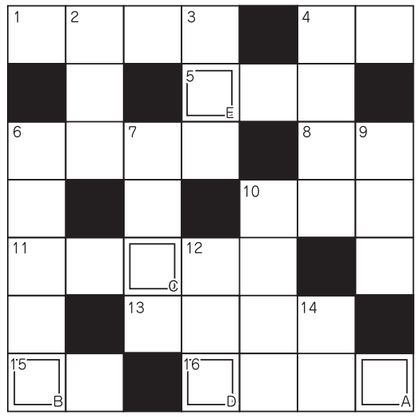
パズルに答えて抽選で
プレゼントが当たる!!

タテのカギ

2. 生活のために働くこと。働いて得る収入。「○○○がしら」
3. カギをかけて罪人を閉じ込めておく場所。
4. 「秋」「科」「積」などの漢字の左側の部首。
6. どこの国籍も持っていないこと。
7. 他の道より距離が短く、目的地まで早く行ける道。またその道を通っていくこと。
9. 相撲取り。
10. 力を込めて作った作品。
12. ある物事を始めた最初の人や店。
14. 木をくりぬいて鼻緒(はなお)をつけた、日本特有のはきもの。

ヨコのカギ

1. 今、または今からあまり離れていない過ぎ去ったときを表す。最近。このごろ。
4. 屋根の下端の、建物の外壁より外に張り出している部分。
5. 土用の丑の日に食べる魚。
6. 大麦を殻付きのまま煎ったものを煎じた飲み物。
8. 物のまわりの部分。物のはし。ふち。
10. その場その時に応じること。「○○○応変」
11. 靴をみがくこと。
13. 賃金を引き下げること。
15. 建物や機械の土台。もとになる事柄。基本。
16. 普通郵便よりも早く配達する制度。



答えは A B C D E

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:2016年10月31日(月)消印有効

チーズケーキ&サブレのまんまるセット　サクラスイーツ&ポエム

マリエとやま店

富山県富山市桜町1-1-61 マリエとやま1階

❶クラシックチーズケーキ　❷博多あまおうのチーズケーキ
❸サブレ

濃厚なチーズケーキがメインのサクラスイーツ&ポエムさん。こだわりは素材を吟味し、素材の味わいを大事にしてお菓子作りをすることだそう。素材が生かされたスイーツは幅広い年代に人気です。今回は編集部が厳選したまんまるお月様みたいなクラシックチーズケーキと博多あまおうのチーズケーキの2種、地元素材を使用したサブレの詰め合わせをプレゼント!

［応募方法］
ハガキ ※下記へお送りください。

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

前回号 vol.02の答え　しんりょく

編集後記

ココリビング3号では、当社で施工させていただいたお客様のお住まいにおうかがいしました。「ライフスタイル提案型マガジン」として富山に住む方々の等身大の姿を紹介でき、住まい方のご提案ができたかと思います。今回の撮影でご協力いただいた、O様、K様。本当にありがとうございました。読者のみなさん、次号も楽しみにしていてくださいね!

株式会社オリバー　吉江 栄太郎

3月の創刊から半年、3号となったココリビングはいかがでしたか? 他誌に比べるとゆっくりペースではありますが、それは1ページ1ページ大切に、丁寧に仕上げるためでもあります。富山にお住まいの方に、他では見られないお役立ち情報満載でお届けできるよう、取材に撮影にがんばってまいりますので、次号新春号も楽しみにしていてくださいね。

株式会社オリバー　二橋 昭子

発行／株式会社オリバー　〒939-8211 富山県富山市二口町3丁目2-14　TEL:076-492-6628(代)　http://www.oliver-reform.jp/freepaper　mail: cocoliving@oliver-reform.jp

暮らしのハンドメイド vol.1,2

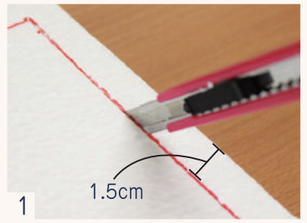
軽くて安全なファブリックパネル

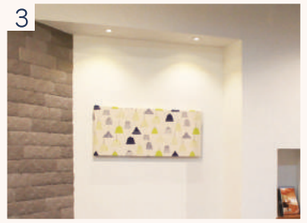
～お好みの生地でお部屋をセンスアップ～

タッカーを使わずに作れる簡単ファブリックパネル
生地を傷めないので、飽きたら外して再利用が可能です♪

用意するもの

・発泡スチロールボード(厚さ3cmのもの)
・好きな生地(ボードより一回り以上大きいもの)
・カッター　・定規　・押しピンor両面テープ
・カード
(クレジットカードやキャッシュカードのような厚みのあるもの)





How to make

1. ボードをお好みの大きさでカットし、端から1.5cmのところにカッターで深さ1cmの切り込みを入れる。
2. 生地をボードより6cm大きくカットし、1の切り込みにカードを使って生地を押し込む。ときどき裏返してピンと生地が張れているかを確認しながら全ての生地を押し込んで完成!
3. 両面テープか押しピンで壁に取り付ける。

POINT
押しピンを使う場合はボードに十字の切り込みを入れて押しピンを押し込みます。

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。

パキラ

パキラは「発財樹」「money tree」という縁起の良い別名を持っています。風水的にも「運気が上がる」とされ金運や仕事運がアップするといわれています。寒さにも強く日陰でもOK。乾燥や害虫にも強いため、観葉植物の初心者にもおすすめ。

［育て方］

置き場所:明るい場所
室内では日光の当たる明るい場所においてください。暗い場所でも耐えられますが、日当たりが少ないと生育が悪くなる場合があります。

水やり:夏場は1週間に2～3回、冬場は1週間に1回
土が乾いたらたっぷりと水を与えます。水の量の目安は受け皿に水がたまらない程度にしましょう。受け皿に水がたまった場合は、そのままにしておくと根腐れしてしまうので捨ててください。また、生き生きとした葉を保つためには霧吹きで葉に直接水を吹きかける「葉水」もおすすめですよ。

温度:5℃以上
冬の室内では5℃以上を目安にして下さい。またエアコンの風は直接あてないようにしましょう。

+FUN
金運や仕事運アップの意味があり、育てやすさが魅力のパキラはプレゼントにも重宝され、新築祝いや開業祝いに贈られることがあります。大きさはチェストの上に乗せて楽しめる小さなものから、部屋の印象を左右する大きな鉢植えの物までさまざまな種類があるので、置き場所を考えてから選んでみてくださいね!