

COCOLIVING

[ココリビング]

巻頭特集

ハッピーな
子育て家族の家

vol.04
WINTER 2017.01

TAKE FREE!

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

オリバー 富山 検索

卷末に
プレゼント付き
クロスワードあり!!

02
オリジナルをプラスして、
自分らしい暮らしを

04
古さを残しながら
現代の暮らしに
マッチした住まいへ

06 ワンポイントリフォーム
～造作家具編～

- 07 INTERIOR COLUMN
ほっこり、どっしり。ホームリースタイル
- 08 Shop Information
SÉGRIÈS(セグリエ)
- 09 トレンド最前線
- 10 かんたん&おしゃれレシピ
パングラタン
- 11 おうちでできるかんたんYOGA
「猫と牛のポーズ」で血行を改善して体ポカポカ!!
- 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rezent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、お客様が笑顔になる家づくりを常にご提案しています。安い考え方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の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
OLIVER 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

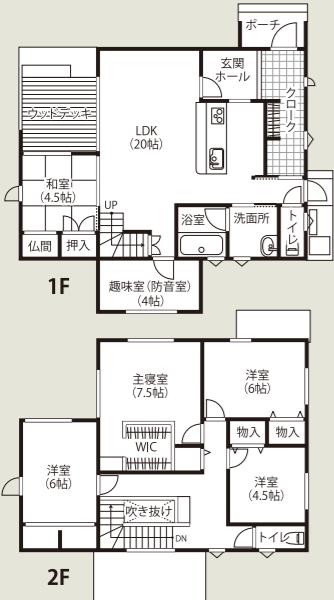
オリバー 富山 検索
<http://www.oliver-reform.jp/>



Data



Floor Plan



- 新築費用 2,420万円
- 種類 戸建て
- 建物面積 95.22m²(28.80坪)
- 延床面積 133.10m²(40.26坪)
- 工事期間 5ヶ月
- 家族構成 大人4人(両親+夫婦)
+ 子ども1人

「自分たちのライフスタイルに合わせて、部屋を増やせたことが良かったです」とご主人。実際に玄関のシューズクローケやご主人の趣味室、2階のウォークインクローゼット、2階のトイレ、階段式のウッドデッキなど、標準仕様にはないオリジナルの空間や収納などを思いのままにできるのが、「ZERO-CUBE+BOX2」の魅力です。

[お問い合わせ]
0120-47-1152
(株式会社オリバー)



Customer's Voice

親身かつ柔軟な対応に、
大満足の家づくり

オリバースさんに依頼したのは、展示場の想像以上の良さに加え、担当者の方との出会いも大きな決め手でした。親身になって話を聞いてくださり、急な変更にも対応してくれました。大満足しています!

HAPPY
な
ポイント

家族の笑顔が増えるから、
お子様ものびのびと



お子様もワンちゃんも
楽しめる空間ですね

LDKからスムーズに入りできる階段付きのウッドデッキは、オリジナル。家族でお茶やバーベキューなどを楽しめます



お子様の部屋には
人気のクロスを使用し、お洒落でありながらも、子どもらしさを感じさせるお部屋に



天井に黒を用い、畳を黒とグレーの2色使いにすることで、他にはないモダンな雰囲気を演出



ご主人の趣味、ギター演奏を思う存分楽しめる防音室。断熱材と、吸音材を使用した天井のおかげでまったく音が漏れません



オリジナルをプラスして、
自分らしい暮らしを

子育て家族の 家

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 池端忍さんと一緒に、
株式会社オリバーの新築住宅とリノベーション住宅を
見学してきました。

富山県富山市 O様邸
新築

生活感のない空間の中に、
家族の温もりがいっぱい

今回おじゃましたO様邸は、「ZERO-CUBE+BOX2」です。もともと「ZERO-CUBE+BOX2」に興味を持たれていたご夫婦が、オリバーの住宅展示場を見学したことがきっかけ。「ZERO-CUBE+BOX2」を選ばれたのは、玄関からキッチンに行く時に便利な動線と豊富な収納、パズルのように部屋数を増やすことが大きな要因でした。プラスした空間のひとつが和室。今はお子様の遊び部屋として活用されています。「引き戸は常に開放し、キッチンから目が届くので安心です」と微笑む奥様。さらに急遽、奥様のご両親の部屋を造ることができたのも「ZERO-CUBE+BOX2」ならではの良さといえるでしょう。

白と黒の外壁に赤のドアが映える外観。内装も、白と黒でまとめた生活感のない空間をテーマとした、ホテルのようにスタイリッシュな雰囲気。そのような中で、楽しく暮らしていきたい」という想いがこめられています。また、水に強く滑りにくい床材や、調湿・消臭効果を持つ内装壁材エコカラットなど、愛犬への思いやりも。「この家をずっと大切に扱っていきたくて」と微笑むご夫婦の表情が成功の証です。

HAPPY
ハッピーな

子育て家族の家

富山県富山市 K様邸
リノベーション

古さを残しながら
現代の暮らしにマッチした住まいへ



K様邸は、築50年のご主人の実家で、3年ほど空き家でしたが、ご家族で住み始めることを機にリフォームした住まいです。オリバーを選ばれたのは全面リフォームを得意としていることに加え、担当の飯野さんは人柄に惹かれたことが要因でした。

リフォームのテーマは、古さを残しながら、白と黒をベースにしたシンプルモダンなデザイン。ご主人「育った家を残したい」という思いを汲んで、和室の立派な天井などはそのまま生かすことで昔の面影を残しながらも、かつての和室・廊下は家族がゆったりと過ごせるように広々としたLDKへ。お洒落なタイル貼りの柱をアクセントとした、シンプルモダンな空間となっています。

奥様のご希望であった「洗い物をしながら、家族みんなに目が届く対面キッチン」も実現。キッチンに立ち、ソファでのんびりくつろぐご主人や、のびのびと走り回るお子様の姿眺めながら、料理をされているそつです。また、家事動線にも配慮。新しい洗面脱衣室＆物干し場では、「お茶をしてのんびり洗う、干す、しまう」といった一連の動作がスムーズに行え、奥様の負担を軽減しています。

構造上必要で、抜くことができなかった柱には、空間のアクセントとしてタイルを貼っています

トイレは畳2帖分もあつたため、使いやすさを考慮し、半分の大きさに縮小。壁・床・カウンターも一新



子育て家族の家づくりのポイント

家族との一体感と動きやすい家事動線を意識して
子育て中のお客様のご要望には「家族全員が見渡せるリビングが欲しい」と話してくださる方が多いです。小さなお子様がいらっしゃると目が離せないことが多いですね。私たちは、今回紹介したように家族との一体感が保てる対面式キッチンのLDKをご提案するケースがありますよ。

Data

Floor Plan

Before

After

■リフォーム費用 1,813万円
■種類 戸建て
■施工面積 305.7m²(92.4坪)
■施工箇所 全体(浴室、キッチン、トイレ、給湯器、外壁、内装)
柱・土台を残し、それ以外をほぼ解体してリフォーム
■工事期間 90日間
■家族構成 大人2人(夫婦)+子ども1人

旧宅は、十分な部屋数と広々とした廊下のある住まいでした。そこで、現代の暮らしにとってムダなスペースを必要なスペースにまわすことで、暮らしやすい間取りにリフォーム。リフォームで最も難しいといわれる階段の掛け替えも行っています。階段の配置はそのままに、急だった勾配を緩めることで、より安心・安全な住まいになりました。

[お問い合わせ]
0120-47-1152
(株式会社オリバー)

HAPPY
な
ポイント

ひろ~い洗面脱衣室＆物干し場は
忙しいママの味方



対面キッチンはオープンでありながらも、「手元は隠したい」との要望から部分的に壁を設けて隠したいところは隠せるように



トイレは畳2帖分もあつたため、使いやすさを考慮し、半分の大きさに縮小。壁・床・カウンターも一新



構造上必要で、抜くことができなかった柱には、空間のアクセントとしてタイルを貼っています

プロに聞く!



株式会社オリバー
リフォーム事業部
リフォームアドバイザー
飯野 経子

昔の面影と共存する

K様邸は、築50年のご主人の実家で、3

年ほど空き家でしたが、ご家族で住み始めることを機にリフォームした住まいです。

オリバーを選ばれたのは全面リフォームを

得意としていることに加え、担当の飯野さ

男前や北欧、カリiforniaスタイルの次に来る!

ほっこり、どっしり。 ホームリースタイル



現代のインテリアトレンドは、ファッショントレンドと同じように、変化のスピードが早くなっています。どんなスタイルの家具でも簡単に手に入るようになりました。消費者好みも多様化すると同時に、さまざまなインテリアスタイルが提供されるようになりました。例えば、北欧スタイルは根強い人気があり、今や日本のインテリアの定番になりました。また、力強く素朴な地中海沿岸の手作り感あふれるものや、民族性のあるものが注目されました。また、「男前インテリア」と呼ばれる、男っぽくもありとして、生活感がないすっきりしたデザインの家具が人気を集めようになりました。



PROFILE
砂河秀悟さん
すなかわ しゅうご
FMとやまのラジオ番組「grace」でインテリアや雑貨を紹介中!

bAzbAz高岡本店



0766-64-0777

http://www.reliable-bazbaz.co.jp
bazbaz@orion.ocn.ne.jp
富山県高岡市福岡町大滝175番地
10:00~19:30
年中無休(1月1日、2日はお休み)
P 40台

ワクワクできる アイテムとの 出会い

国道8号線大滝西信号のすぐそばに位置するショールームのようなたたずまいが印象的なお店。店名には「わいわい、ぎやかな」という意味が込められています。



ホームリースタイルの家具は富山県の大きな家にマッチする、どっしりとした温もりあるデザインが特徴

富山県のインテリアを扱うショップにお話をうかがうインテリアコラム。今回はbAzbAz(バズバズ)の砂河さんに2017年のトレンドキーワードを教えていただきま

イントリニアのティストも

多種多様に

居心地のよいインテリア

リラックスできる

リラックスできる

居心地のよいインテリア

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

造作家具 編

理想の家具が見つからない…! そんなときはオーダーメイドしませんか?
取り付け場所もサイズも思いのまま。造作家具の魅力をご紹介します♪

「造作家具」とは、リフォームや新築の現場で作って、家に固定する家具のことです。既製品の家具を買うときに、「隙間にぴったり入らない」や、「入れたいもののサイズが合わない」といったお話をよくうかがいます。しかし、この造作家具なら、現場で打ち合わせをしながら製作するのでベストなサイズのものが仕上がります。さらに、壁や天井に固定してしまうので、地震対策につながる点もポイントですよ。

リビングや目につく部分に使いたい、デザインも機能も優秀な造作家具

机 パソコンや子ども用の机の造作

パソコンデスクや学習机は、「サイズもデザインもぴったりのアイテムが見つからない」とお悩みの方が多いです。造作家具なら木材を加工して塗装で仕上げることもできるので、理想のデスクをつくることができます。



テレビボード ホコリに悩むテレビボードも造作しよう

テレビボードの裏側は、静電気によってホコリがとても溜まりやすい部分です。しかし造り付けのテレビボードなら、ホコリがたまる隙間がなくなるので安心ですよ。デザインも思うように製作できます。



カウンター ダイニングテーブルも造作で

ダイニングキッチンのスペースが限られている方におすすめ。対面式キッチンの向かい側にカウンターテーブルを造作すれば、限られた空間もゆったり使えます。



リビング収納 扉をつけて目隠しもできます

もちろん、既製品と同じような扉を取付けることもできます。床やドアの色に合わせて統一感のあるすっきりとした空間が実現します。



使いやすい環境を作る造作家具

ウォークインクローゼット ウォークインクローゼットはすっきり♪

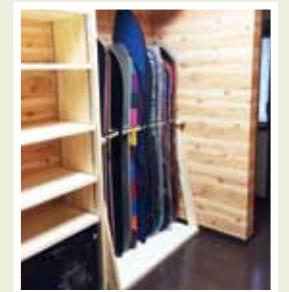
ウォークインクローゼットの中は棚やパイプを造り付けるとしまいやすく、そして見た目すっきりと仕上がります。パイプの高さを可動式にすれば、コートと子ども服など、丈の違う衣服を効率よく収納できます。



趣味のもの

趣味のものこそ造作家具で収納

スノーボードなど大きなグッズの収納は頭を悩ませるものですね。既製の家具でスノーボードを収納するのは至難の業です。造作家具なら、スノーボードを傷めず、転落防止対策もバッチリの収納がつくれます。



DIY業界で話題の「黒板塗料」の魅力



「ZERO-CUBE +KIDS」なら黒板塗装やお子様の成長に効果的な工夫がたくさん

こでも使える点が黒板塗料の良いところ。使い方も一般的なペンキと同様です。まるで魔法のよくな黒板塗料を使えば、壁だけではなく家電や家具まで、発想次第で家の中のものを黒板にすることができます。

魔法のペンキ

壁一面に塗ってア
クセントウォール
のように仕上げて
もおしゃれです!

株式会社オリバー
新築・不動産事業部
課長
宇野 和人



今、全国で人気のZERO-CUBEが富山で建てられます!

<http://zero-cube.jp/zero-cube/>

私たちはなぜか

スタイルが人気の「カリボルニア」工務店が奇跡のコラボレーションで「ZERO-CUBE MALLIBU」が、期間限定で富山全域に建てられます。




ZERO
CUBE
+ FUN

Shop Information vol.4



SÉGRIÈS

パンや焼き菓子も揃う
大人かわいい
セレクトショップ

富山市中心部、北日本新聞社さん
近くの「SEGURI-ES(セグリエ)」
さんは、大人カジュアルがコンセプトの
セレクトショップです。2008年に
スタートしたショップには、国内外か
らのシンプルで上質な、そして遊び心
をくすぐる洋服やアクセサリーが並
んでいます。

このセレクトショップで買えるのは

洋服だけではありません。水・木・金・土曜日限定で、富山市内の「ブーランジエリートランティア」さんの天然酵母パンを約10種類販売。湘南で人気の「avec café & déli Hayama」さんの焼き菓子も常時並びます。焼き菓子にはファンが多く、入荷待ちが出るほど人気なのがだとか。自分に合ったときめく洋服と、焼き立てのパンやかわいい焼き菓子をセレクトできるS-EGR-IESさんで、お買い物を楽しんでみてはいかが。

A collage of two photographs. The left photograph shows a display in a shop with various items, including a large glass bowl containing wrapped soaps and a bottle of oil. The right photograph is a close-up of a colorful, textured soap bar.



思わず手をのばしたくなる、大人かわいいアイテムが勢ぞろい。
店長の目利きでセレクトしたアイテムだけを集めました。2016年9月にリニューアル

Shop Data

SÉGRIÈS(セグリエ)
t. 076-411-7522



□ <https://www.facebook.com/segries>
国 富山県富山市
舟橋南町6-13
10:30~18:00
木 火曜・祝日
2台
info@segries.jp



ランチやランチに合わせて天然酵母のパンを買いたい来るファンは多いそうですね

コロンとかわいい形のオートミールのボールクッキー。
湘南の人気スイーツ!!

おうちでできる かんたんYOGA

vol.4

寒い冬、雪が積もって家に閉じこもりがちな方も少なくないでは? 運動する機会が少ないと血行が悪くなり、体のコリとなってあらわれることも。今回は、動きのある連続したポーズで血行を良くし、体を温めるポーズをご紹介します!

「猫と牛のポーズ」で血行を改善して体ボカボカ!!

1 四つ這いになる



手は肩幅、ひざは腰幅を開いて、四つ這いの姿勢になる。手首は肩の真下、ひざは腰の真下に置く。

2 背中を反らせる
(牛のポーズ)



息を吸いながら、斜め前方を見上げるよう背中を反らせ、お尻を上向きに。続けて③へ。

3 背中を丸める
(猫のポーズ)



息を吐きながら、おへそを覗き込むように背中を丸めて、お尻は下向きに。②と③を呼吸に合わせて繰り返す。

Variation!

さらに胸を大きく反らせて
「子犬の伸びのポーズ」

お尻はひざの真上

手を前に這わせながら、胸は床の方向に。目線は手と手の間を見るように。

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。



石田つかさ先生のワンポイント!!

良いことづくめの「猫と牛のポーズ」

ダイエットに効果的とテレビで取り上げられたこともある、「猫と牛のポーズ」。実は、血行改善やダイエット効果だけでなく、たくさんの嬉しい効果が得られます。このポーズは腰周辺の筋肉を緩め、腹部にしっかりと力を入れることで腹横筋というお腹のインナーマッスルを鍛えることにより、腰痛や反り腰の緩和に役立ちます。加えて肩のストレッチ効果があるので、肩こりを解消する効果も期待できます。さらに、腹部のインナーマッスルの強化により、便秘の解消などにも役立ちます。

初心者の方でも挑戦しやすいポーズなので、ぜひ生活に取り入れてみてくださいね!

ビーライン上袋 ヨガスタジオ サタナマ



076-493-6010

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

健康リフォーム情報

放っておくと危険!

結露の怖い話

冬場、窓ガラスに水滴がつく「結露」に悩まされている方も多いのでは? 寒い時期の窓ガラスは外気にさらされると冷たくなっているのに対し、室内は暖房で暖められていますよね。その暖かい空気が冷えた窓ガラスにぶつかって冷やされ、空気中の水蒸気が水滴となって窓ガラスに付着することで結露が起ります。

結露の正体は、ただの水滴かもしれません。放置しておくと困ったトラブルが起きてしまします。

①壁やカーテンにカビが発生

②湿度の高い場所を好むダニが繁殖

③木材を腐食し住宅の寿命を縮めてしまうなど、健康にも影響を及ぼします。

◎結露を予防して、家族や住まいの健康を維持しましょう!



結露の解決法

- 適度に換気し、室内の水蒸気を逃がそう
- 窓周りの断熱を強化しよう

既存の窓
例え、内窓を取り付けることで断熱効果がアップします。
内窓

かんたん&おしゃれレシピ vol.4

パングラタン

寒い季節にぴったりな栄養満点食材をチーズで“とろ~り”と包み込んだパングラタン♪ 見た目にも色鮮やかでお子様にも喜ばれる一品です。お友だちを誘ってお家ランチはいかがですか。

Let's ENJOY
the
Cooking!!



材料 (2人分)

(ホワイトソース)			
バター	大さじ3	パセリ	少々
玉ねぎ	1/4個	小麦粉	大さじ3
えび	4尾	牛乳	200cc
ブロッコリー	1/2株	コンソメスープ	100cc
しめじ	1/2パック	塩	小さじ1/3
		こしょう	少々

つくり方



① 玉ねぎは薄く切り、しめじは石づきをとつてほぐす。えびは背わたを取つて洗つておく。ブロッコリーは小房に分けて塩ゆでする。



② 厚手の鍋にバターを溶かし、玉ねぎを炒め、しんなりしてきたらしめじ、えびを加えてさらに炒め、小麦粉を加える。



③ 粉っぽさが無くなったら、牛乳、コンソメスープ、塩、こしょうを加えとろみが付くまで煮る。これでホワイトソースのできあがり。



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「辻ヶ谷クッキング銀座校」を経て、総合力レッジSEO料理講師として勤務。現在総合力レッジSEO富山校校長。



ホワイトソースは鍋底が消えない程度の固さを目安に。

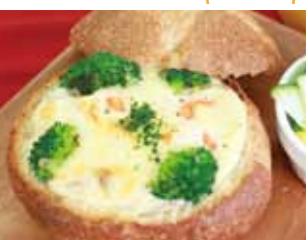
完成



④ フランスパンは上部を切り落とし、中身をくり抜く。



⑤ ④に③のホワイトソース、茹でブロッコリーを入れ、ピザ用チーズを乗せて230℃のオーブンで焼き色が付くまで5分ほど焼く。



⑥ パセリのみじん切りを散らしてできあがり。

一口メモ!

寒い季節こそ免疫力アップを! 栄養いっぱいの食材で元気な体を目指しませんか?

今回の「パングラタン」には免疫力を高める食材がたっぷり。玉ねぎの“ツーン”とした刺激の元となる硫化アリルには、免疫力を高めるために大切な白血球やリンパ球を活性化する作用があります。ブロッコリーとチーズ

に含まれるビタミンAには、皮膚や粘膜の抵抗力を高める効果があり、風邪などの細菌感染を予防する働きも。ビタミンたっぷりの野菜とチーズと一緒に摂取することでさらに栄養バランスが整いますよ。



総合力レッジSEO 富山校

076-482-4549

http://www.seo-school.com/
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
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



住まいのお手入れ便利ガイド vol.4

クッションフロア・フロアタイル

塩化ビニール樹脂またはポリ塩化ビニールの発泡性をもつクッションフロアは構造上、歩行感がソフトで断熱性、遮音性に優れた床材です。水に強く、お手入れもしやすいため、キッチンやトイレ、洗面所などの水まわりから廊下、子ども部屋まで幅広く使用できます。



週数回

そうじ機

普段のお手入れはとても簡単。ホコリやチリをそうじ機でキレイに吸い取るだけでOK。

週1回

ぞうきんがけ

週に1回程度、ぞうきんがけをしておくとダニ対策に有効。固く絞ったぞうきんを使用しよう。

不定期

ワックスかけ

専用の樹脂ワックスを塗ると材質を保護し、美観を維持することができる。ワックスをかける前にはキレイに汚れを取り除いておくことが大切。ワックスは直接床にまかず、少量を乾いた布にとって薄くのばそう。その際、ムラにならないように注意。乾かぬうちに歩くと、跡が残る。

チェック!



ひどい汚れ

水で薄めた中性洗剤で拭き取ってから、洗剤が残らないように水拭きする。



はがれ

劣化した接着剤をヘラではがし、クッションフロア用の接着剤で補修する。



べたつき

床がべたべたするときは、お湯に中性洗剤を溶かし経年劣化により表面が固くなると割れやすい。割れたぞうきんを固く絞って拭く。場合は張り替えを。



ひび割れ

経年劣化により表面が固くなると割れやすい。割れたぞうきんを固く絞って拭く。場合は張り替えを。

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。

株式会社オリバー
住まいのトータルプランナー

国土交通大臣許可(般-26) 第25426号 一级建築士事務所登録 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
富山北店 富山市上赤江町1丁目1-45
高岡店 高岡市昭和町1丁目1-1

ホームページ <http://www.oliver-reform.jp>

TEL.076-492-6628(代) FAX.076-492-6639
TEL.076-482-3128(代) FAX.076-482-3129
TEL.0766-25-2873(代) FAX.0766-25-2874



イメージキャラクター
池端忍

オリバーとお客様の5つの約束 /

- 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 20,000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。

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

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。

おしゃれで素敵なお日々はたったひとつの+αかも?あなたの毎日を素敵に彩りませんか?

1/29 SUN
10:00~12:00

暮らしを彩る プリザーブドフラワー教室

いろんな色のプリザーブドフラワーを使って、自分らしいアレンジメントを作成してみましょう

プリザーブドフラワーはお手入れが楽ちなんですよ。ギフトにしても喜ばれる一品です

プリザーブドフラワーとは、生花の持つ水分と保存液を置き換える技術により、枯れることなくずっと美しい姿を保つことのできるお花のこと。管理も簡単で、水やりの必要がなく、湿度や日光、ホコリなどに気を付けておけば、数年間に渡って楽しめます。

しかも、保存液に安全なオーガニックの着色料で色付けすることにより、現実にはありえない色のお花をつくることができ、夢の花といわれています。

近年ギフトやインテリアに幅広く用いられ、とても人気が高まっているプリザーブドフラワーのアレンジメントを体験してみませんか?

日 時 1月29日(日)

10:00~12:00

会 費 2,000円(材料費込)

場 所 サンフォルテ研修室

しまざき しのり
講師 島崎 志紀 先生
Preserved Flower Irie -aiiri~-

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

お申し込み・お問い合わせ先

ココライフプラス運営係 ☎ 0120-47-1152

(株式会社オリバー 担当:二橋・吉江) <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

美しい体づくりピラティス教室

モデルでココライフプラスのユーザーでもある池端忍さんを講師にお迎え、ピラティス教室を開催しました。普段使わない筋肉を使うのがかなり辛い。でもたった90分のセッションで腰痛が改善されたという方も。

体に負担のかからない運動で
インナーマッスルを鍛える

13

12

クロスワード

タテのカギ

- 留守中にかかってきた電話に自動的に応答し、相手のメッセージを録音する機能を備えた電話。
- 一緒にいくこと。また、その人。同伴者。
- 体が細長く、大きな複眼と四枚の羽を持つ昆虫。
- 水に覆われていない土地。
- 走者。
- 屋根の端の、建物の外壁より外に張り出している部分。
- 巻貝の殻のようにぐるぐると巻いていること。また、その形のもの。○○階段。
- 自分のやっていることや周りの物がわかる心のはたらき。
- 山手線の駅名。高田馬場・○○池袋。または、目のまわりが白い鳥。
- あざやかな赤色の宝石。
- アメリカ西部の牛飼いの男。○○ボーイ。

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:2017年1月31日(火)消印有効



ほくほくおでんセット

梅かまミュージアム U-meij館
富山県富山市水橋肘崎482-8

富山の名産品のかまぼこの老舗メーカー梅かまさんのほくほくおでんセット。その魅力は、紅ずわい蟹や甘エビを贅沢に使用し、人参やゴボウなどの野菜も入った練り物です。かに面、巣ごもり、矢車、えび巻、かに玉、かに爪、三色串におでんだしを付けて、すぐにおでんが楽しめる充実セットを3名の方にプレゼントいたします。

[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。

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

前回号 vol.03の答え つきみそう

編集後記



あけましておめでとうございます。新春号のココリビングは楽しんでいただけましたでしょうか。今年も一年間、読者の皆様に楽しんでいただける情報をたくさんお届けできるように、感度のよいアンテナを立てていきたいと思います。今年も春夏秋冬と、季節ごとの旬の情報を楽しみにしてくださいね。富山の情報や住まいの情報をお伝えしていきます。それでは2017年もどうぞよろしくお願いします。

株式会社オリバー 吉江 栄太郎



あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひいたします。ココリビング新春号はいかがでしたでしょうか。実は私、毎年冬になると寒さのせいで体が縮こまってしまい肩こりや腰痛、果ては吐き気までもよおしていました。ところが、今年はヨガページで紹介させていただいている「猫と牛のポーズ」を実践してみたところ、とても調子がいいです。皆さんもぜひ挑戦してみてくださいね。

株式会社オリバー 二橋 昭子



壁に彩りを添える

タイルステッカー

～手軽にオリエンタルな雰囲気を楽しもう～

手軽にタイルの風合いが楽しめるタイルステッカー。賃貸住宅にお住まいの方や現状復帰したい方にもおすすめです。



用意するもの

- タイルステッカー (ホームセンターやインテリアショップで手に入ります)
- はさみ
- マスキングテープ (ホームセンターの塗装コーナーで手に入ります)

How to make

- 貼る場所を決める。水拭き後、乾拭きをして下地の汚れをきれいに取る。
- ステッカーのはぐり紙をはがして貼り付ける。
- 長さが中途半端な場合は、はさみで切って調整する。

POINT

賃貸住宅にお住まいの方や、雰囲気を変えたいときにきれいに剥がしたい方はマスキングテープの上からタイルステッカーを貼ると現状復帰しやすいです。

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。

ラベンダー

ラベンダーは、茎の先に稲穂のような小さな紫の花を咲かせる小低木です。アロマセラピーなどでは芳香成分としても親しまれる上質な香りが特徴です。花を乾燥させた「ポプリ」も人気があります。



【育て方】

開花時期:5月~7月、植え替え時期:3月~4月

ラベンダーは、鉢植えのまま育てると根がきゅうくつになるため植え替えが必要です。生長がはじまる3月~4月頃、一回り大きな鉢に植え替えるようにしましょう。地植えの場合、植え替えは必要ありません。

日当たり・置き場所:日当たりの良い場所

日照不足に気を付けましょう。梅雨~夏は高温多湿を避けるため、風通しのよい場所で管理します。ラベンダーは比較的寒さには強いので、たいがいの種は0°C以上あれば越冬できます。

水やり・肥料のポイント:乾燥気味の土壌を好む

水やりは土の表面が乾いてからで大丈夫です。肥料は植え付ける際に土に混ぜ込んでおけば、年1回、9月頃に追肥を与える程度で充分です。用土は水はけがよく、腐葉土などの腐植質の入った土が適しています。

+FUN



花を楽しんだら、ラベンダーの香りが長く広がる「ポプリ」や「サシェ」にしてみては? ラベンダーの香りには、リラックス効果やストレスを和らげる効果があります。また、防虫効果を活用して、サシェにしたラベンダーをタンスや引き出しにいのばせておけば、衣類の虫除けにもなりますよ。