



forsense
FOR YOUR SENSE

株式会社フォーセンス

〒102-0083
東京都千代田区麹町3-5-2
ビュレックス麹町601

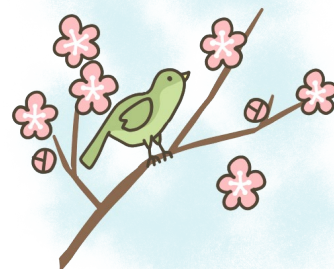
TEL 03-6272-4230
FAX 03-6272-4231

暮らしの歳時記 2月

立春(2月4日頃)

冬と春の季節の変わり目「節分」の翌日が立春です。気温は低くても太陽が高くなり、光は明るさを増します。旧暦では、1年の始まりは立春からと考えられていて、立春から数えて88日目を「八十八夜」と言い、茶摘みをする目安にしたり、210日目を「二百十日」と言い、台風などを警戒する日としていました。

立春と聞くと、春が来たような暖かそうなイメージがありますが、実際には一番寒さが厳しい時期です。風邪などに注意して過ごしましょう。



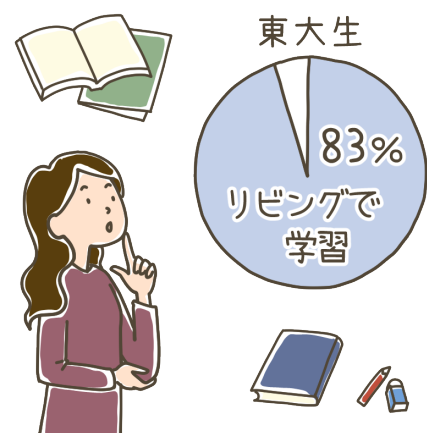
おうちがしあわせ ～子供部屋は必要?不要?～

東大生の8割がリビングで勉強する?

家族が団欒したり、食事をしたりして過ごすリビングで勉強する『リビング学習』

「東大生には、リビング学習をしていた子が多いらしい」「リビングで勉強すると成績がアップする!？」などリビングで学習できる環境があると、頭のいい子が育ちやすいという情報も多く見られます。

実際に、東大生のリサーチ結果として「83%がリビングで勉強していた」とあります
(出典:主婦の友社「東大脳の育て方」)



自分専用の子ども部屋では、漫画やゲームなどの誘惑が多く、一人での学習はなかなか集中することが難しくても、家族がそばに居るリビングでは、親がいることがある種の“強制力”や“監視力”として働き、自ずと勉強することができた、モチベーションを保てたという声が上がっています。

また、家族が同じ空間にいることでの心理的なメリットも多く、頑張りを見守られている安心感や、親子の良好な関係性を築ききっかけとなることなども大きな特長です。

「勉強は○○するもの」という固定概念を取り払って、子どもはもちろん親にとっても安心できる学習場所を探していきましょう。



住まいる通信

発行日2024年2月1日

2024

2

月号



目次

食の旬暦	1
食の旬暦	1
家づくりのワンポイント	
アドバイス	2
暮らしのマナー	2
家を建てよう	3
住まいのヒント	3
暮らしの歳時記	4
おうちがしあわせ	4

イラスト: ぱるぱる

食の旬暦

2月【チョコレート】

幅広い世代に人気のお菓子の「チョコレート」ですが、その起源である紀元前の古代メキシコではカカオは「神様の食べ物」といわれ、お金の代わりになるほど大変高価なものでした。当時のチョコレートは今とは違って、カカオ豆をすりつぶしたドロドロした渋く、苦い飲み物で、人々はそれにとろもろの粉を加えたり、バニラやスパイスで香りをつけて飲んでいました。その後ヨーロッパに渡り、オランダ人のヴァン・ホーテンのココアパウダーの発明や、イギリス人のジョセフ・フライのチョコレートの固形化など様々な改良が加えられ、甘く、口当たりの良い現在のようなチョコレートの形となり世界中に広がっていきました。

【生チョコレートの作り方】

(材料)板チョコ200g・無塩バター35g
生クリーム100cc はちみつ5g ココア適量



- ①常温に戻して柔らかくなったバターと、細かく刻んだチョコレートをボールに入れる。湯煎にかけ、木べらで混ぜながらなめらかになるように溶かす。
- ②小さな鍋に生クリームとはちみつを入れ、弱火と中火の中間の火にかけ、木べらで混ぜながらはちみつを溶かす。
- ③沸騰したら火を止め、①のボールに加え、なめらかになるまでよく混ぜる。
- ④オープンペーパーを敷いた容器に③のチョコレートを流し入れ、冷蔵庫で1時間冷やし固める。
- ⑤④を取り出し、約1.5cm角に切り分ける。容器にココアを入れ、カットしたチョコレートにまぶせば出来上がり。

家づくりのワンポイントアドバイス 家具のレイアウト②

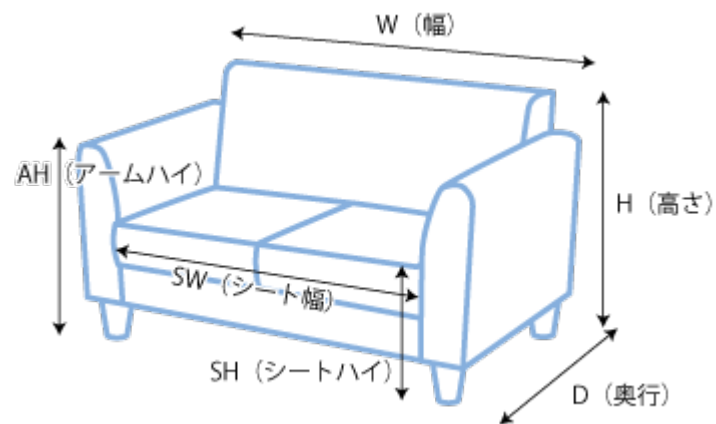
ソファ選び&レイアウトのポイント

■サイズのチェックを忘れずに…

ソファを選ぶ時は、全体のサイズはもちろんですが、シートのサイズなどもチェックしましょう。

床から座面までの高さをシートハイ(SH)と呼びますが、ゆったりとくつろぐ為には、低めのものがお勧めです。この高さが高すぎると、腰や膝の下が圧迫されて座り心地に影響するので、実際に座って自分の体にあったものを選びましょう。

ソファ各部の名称

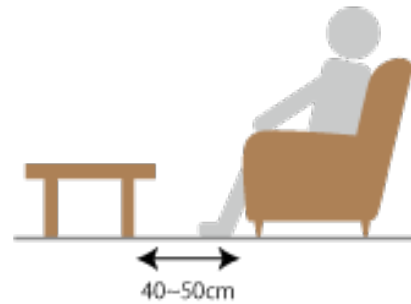


座り心地に大きく影響するのが、床から座面までの高さ「シートハイ」です。また、アームソファなどの場合はひじ掛け部分が大きい為、実際のシートの幅が思ったより狭く感じることがあります。実際に座ってチェックしましょう。

■快適な配置をしましょう。

部屋を広く使う為に、ソファを壁際に配置することも多いと思いますが、その場合、壁にぴったりとくっつけずに10～20cm位は離して置きましょう。壁にぴったりとくっついていると、見た目にも窮屈に感じ、実際に座った時にも壁の圧迫感を感じます。

ソファの前にテーブルを配置する場合は、足を組んだり伸ばしたりするスペースを考え、40～50cmは離すと座りやすくなります。



また、ソファに座ってテレビを見る場合、一般的にはソファからTVの距離を2メートル位離れた方が良いと言われています。(TVの大きさにもよります。)

■目線の先はすっきりと…

ソファを配置する時に気を配りたいのがズバリ「目線」。テレビや窓の外に自然に視線がいくように配置し、余計なものが視界に入らないように、すっきりと片付けておきましょう。

暮らしのマナー ～ コートの扱い方～

コートの脱ぎ方&着方

目上の方のお宅へ訪問する際、コートはいつ脱いでいますか？

コートを着たままや、手袋やマフラーを着けたままでの挨拶はマナー違反となってしまいます。玄関先だけの挨拶の場合でも、コートを脱いでからチャイムを鳴らしましょう。

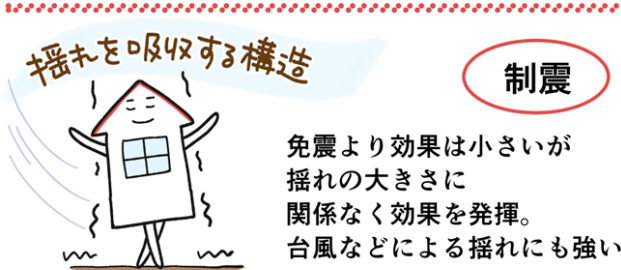
コートを脱いで手に持つ場合、スマートに簡単に出来るコートの持ち方は…

- ①コートの両肩の内側にそれぞれ両手を入れます。
- ②そのまま左右の手を合わせ、コートを半分に折ります。
- ③右側の手は入れたまま、左側の手をクルッとひっくり返し、左側の肩部分を裏にしながら、表のままの右側肩の部分に乗せます。(左右逆でも可)
- ④表地に汚れがつかない裏向きのきれいな2つ折りになります。これを腕にかけて持ちましょう。



家を建てよう

vol.2 耐震・制震・免震とは



住まいのヒント ～書類整理を楽にするグッズ～

家の中には、ついいたまってしまう書類が多くありますね。書類を保管したり処分する時にあると便利なグッズをご紹介します。

ケシポン

配達物の住所や宛名を簡単に隠せるグッズ。ローラータイプ、スタンプタイプ、箱用のオープナーがついたものなど種類も豊富です。



メーカー: PLUS
<https://bungu.plus.co.jp/product/security/keshipon/>

スキットマン 取扱説明書ファイル

名前の通り、取扱説明書専用の収納ファイルです。取扱説明書やCD、保証書など、それぞれを入れる場所があるので、必要なときにすぐに取り出せます。



メーカー: KING JIM
<https://www.kingjim.co.jp/products/series/sukittoman/manual.html>

シュレッターはさみ

知られたい個人情報、ギザギザの3枚刃で粉々に裁断できるシュレッターはさみ。消したい情報の部分に罅を入れると2.2mm幅の範囲を極小のチップ状に裁断します。



メーカー: サンスター文具
<https://www.sun-star-st.jp/items/220705135425/>