

# まりも / 風

マリモコミュニティからの季節便り

45  
2019  
WINTER



【四季の窓景】 第12回：雪化粧を纏う女富士 山梨県南都留郡 H様邸

**特集** 運気の上がる色と素材でセンスよく！

## あったか小物で お部屋が体感2°Cアップ

**住人十色**

「日の当たるキッチンがアイデアの宝庫です」

料理家 稲垣晴代さん

**知ると知らぬは紙一重**

L字金具で家具を固定すれば地震がきても安心？

# Living

リビング

家族が集まるリビングは、幸運色の赤をさりげなく

家族が集まるリビングは、暖かみのある和やかな空間を演出したいもの。暖色を効果的に使えば、簡単に叶います。中でも、今年の幸運色である茶と赤を上手に取り入れましょう。クッションやソファーカーパー、ひざかけなどの小物から取り入れると、部屋のテイストを崩さずにバランスよく仕上がります。色の効果で体感温度がアップしますよ。

## 花瓶

今年のラッキーイメージは山。先細りの形で発展運をチャージ

## 絵画

こちら山をイメージした優しいトーンの風景画で、全体運を上げて

## クッションカバー

数個置く場合は同じ色ではなく幸運色と柄を組み合わせて、「変化」の波に上手に乗って

Color Column

## 効果的な色の使い方

体感温度を効果的に上げるには、暖色をクッションカバーやスリッパ、ひざかけなど、肌にふれるものに採用するのがおすすめ。触り心地の良い素材を選んでみて。

## 風水師

### 河合祐子さん

ニワトリサロン主宰。風水をはじめ、数秘術、西洋占星術、手相など、さまざまなジャンルに精通し、スピリチュアル・クリエイターとして活躍中。『大人の風水-思い通りに願いが叶う...』(日本文芸社)など、著書多数。https://r.goope.jpniwatorisalon



## 色のソムリエ

### 小関かおりさん

FLAX公認カラーセラピスト、カラーメンタリスト®。色彩心理学をベースとしたカラーセラピーなど、色を通して内面・外見の魅力を読む。各種出張講座や個人カウンセリング、プロ養成講座の講師としても活動中。http://commepavillon.com



教えてくれたのは

# あつたか小物で お部屋が体感2℃アップ

運氣の上がる色と素材でセンス良く！

寒さがつとも厳しいこの時季。せめて家の中では暖かく過ごしたいですよね。でも、暖房の使い過ぎは体にも環境にも優しくないので、とても気になります。そこで、色の効果で体感温度とさらに欲張って運氣も上げるインテリアをご紹介します。色と素材の選び方、それらをバランスよく配するコツなど、ノウハウが満載です。

## 2019年の 運気を上げる 色と素材は？

2019年は八白土星が中宮の年。この年は「変化を好む」という特徴があります。八白は「積み上げる」という意味で、イメージとしては山。また、土星のイメージは文字通り土。山と土から連想される、色や素材や形が運氣アップのキーワードになります。

### 色

大地や山をあらわすアイボリーと茶、その「土の気」を生み出す火のエネルギーを示す、差し色の赤の3色がラッキーカラーです。運氣を冷やす真っ黒や重い青はできるだけ避けましょう。

-  **アイボリー**  
オフホワイトからベージュに近い色まで。
-  **茶**  
焦げ茶から薄茶まで幅広く、黄色も含まれる。
-  **赤**  
アースカラーを感じる濃いオレンジもOK。

### 素材

モコモコやふんわりなど、立体感のある素材や、土や植物など、大地から生まれるイメージの自然素材がラッキーアイテム。人工素材のプラスチックは避けて。

-  **スウェード**  
革を起毛させたふんわりでやわらかな素材。
-  **ウールやフェルト**  
毛の長いウール製品。モコモコ感があると吉。
-  **自然素材**  
シルク、綿、麻、陶器、ガラスなど。



### 観葉植物

背の高い植物を置くと、仕事運&勉強運がアップ

### ソファーカーバー

伸縮性のある素材で、家族中に良い運氣を広げる

### ひざ掛け

上質なものを揃えて愛情運と女性らしさをアップ

### ラグ

毛足の長い茶系のラグで仕事運をアップ

各アイテムの詳しい解説は次ページにて

## 暖色を意識的に使うと 体感温度も運氣もアップ

色によって、体感温度が変わるってご存じですか？ 色のソムリエ、小関かおりさんに伺ったところ、色は脳を刺激する要素のひとつで、ホルモンの分泌を促して交感神経に作用。それにより、実際に血圧や血流にも変化がおこり、体温にも影響を及ぼすそうです。「色を意識したインテリアにするだけで、手軽に季節に応じた快適な「体感温度」を作り出すことができます。暖かさを感じさせるのは、やはり暖色。特に赤が効果的で、体感温度が2〜3℃も高くなると考えられているんですよ」と小関さん。視界に入るポイントにちよつと赤をおくだけでも、効果があるといえます。

色といえば、風水。風水師の河合祐子さんによると、色にはそれぞれパワーが秘められていて、その年によってラッキーカラーがあります。「2019年は、アイボリー、茶、そして赤。この3色展開が幸運の鍵です」と河合さん。なんと、体感温度アップに効果的な赤や茶などの暖色が、運氣アップの色でもあったのです。ラッキーカラーを取り入れるポイントとは、バランスをとること。「風水は調和をとることも大切にしています。幸運を呼ぶ3色にすべて一新する必要はなく、色の意味を意識しつつ、無理のない範囲で取り入れてみて下さいね」と、河合さん。

風水では、新しい年の始まりは、運氣を上げる1番いいタイミングです。運氣アップのポイントの欄を参考に、アイテム選びをしてみてください。体感温度を上げつつ運氣も上げて、幸せな1年に向けて最高のスタートをきりましょう。

※「陽」と「陰」の気について… 記事内で「陽」と「陰」、2つの気の記述が出てきます。これはどちらかが良い、悪いではなく、単に性質の違いを表しています。住まいで言えば、陽の気は活動のエネルギーを持つので人が多く集まるリビングに宿り、陰の気は静寂のエネルギーを持つので寝室に導くのがよいとされています。

## 【カーテン】

植物などの自然モチーフやボーダー柄、チェック柄も土の気。面積の広いカーテンに使うと、貯蓄など、生活の土台に関する豊かさを蓄える気を選んでくれます。無地なら幸運の3色で。



これもおすすめ



財運

リビングの  
運氣アップのポイント

- ① 幸運色のうち、赤は差し色として取り入れる
- ② モコモコやふんわりなど立体感のある素材を選ぶ
- ③ 人が集まる場所なので、明るく暖かな空間を作る

## 【ソファカバー】

色はゆったりくつろげる茶やアイボリーがおすすめ。素材は伸縮性のあるニットや綿素材を選んで。伸縮性のある生地は物事の広がりを意味し、家族で座ると運氣の広がりや成長を共有できます。



社交運

これもおすすめ



仕事運

## 【ラグ】

もともと足元は土の気が支配するので、特に土をイメージする茶色や黄色を選んで。これらの色は貯蓄を生み出したり、安定感をもたらす運氣も招きます。他にも毛足の長い素材がおすすめ。



これもおすすめ

発展運

## 【クッションカバー】

幸運の3色すべてを取り入れれば、「変化を好む」2019年に多様性を持って対応できます。他にも花モチーフで人気運が、果実柄で全体運がアップと、柄を上手に組み合わせるとさらに吉。



これもおすすめ



人気運

## 【観葉植物】

背の高い植物は、仕事運や勉強運アップに。また、丸みを帯びた葉の植物は金運や人との繋がりを深めてくれる人間関係運を上げてくれます。鉢は必ず自然素材のものを選んで。

仕事運  
勉強運



これもおすすめ



金運

人間関係運

## 【ひざかけ】

肌触りが大切なので上質な素材にこだわりたい。土の気を持つアンゴラやウールがおすすめ。幸運色の他、癒しを与えてくれる森の中にあるイメージから、グリーンという選択もあります。

愛情運

これもおすすめ



まだまだ  
あります！

## リビングの 運気アップアイテム

### ティッシュケース

風水では、使うことによって消耗するものは、「動き」を表すものと考えられます。現状を打開して、運気に変化をつけたいときは、赤系の色がベスト。新しい情報が入ってきます。土の気の素材を選ぶことを忘れず。



情報運

### スリッパ

肌触りのよさと運気アップの両立が叶う素材はフェルト。赤を選ぶと、足元に積極性が出て行動力が上がります。幸運色以外の色を選ぶなら、肌なじみのよい薄めのグレーなど、白に近いものを。



出会い運

### カレンダー

2019年は「積み上げていく」ことで運気がアップする年でもあります。季節の移ろいで時間の流れを感じさせる絵柄がおすすめ。四季の景色を楽しめる風景のカレンダーを飾って。



発展運

### 照明

風水では明るい＝陽の気が強いと考えます。人が集まるリビングには、均等に明るい光が届くものを選びましょう。複雑な形よりすっきりしたデザインのものがおすすめです。



家庭運

### 貯金箱

土の気の年は貯蓄にも適した年なので、貯金箱を置くのもいいです。おすすめのモチーフは丸みのある豚。豚も土の気を持つ動物なので、運気アップが期待できそう。



金運

### ゴミ箱

ゴミは不浄なアイテムと考えるので、強い浄化パワーのある白を選ぶのがポイント。できれば、人工素材のプラスチックは避け、籐などの自然素材でできたカゴタイプを選ぶと、より効果的。



健康運

### これはNG!

#### 汚れをそのままにする

ラッキーアイテムをどんなに揃えても、汚い部屋には良い気は入りません。運気を上げるには、毎日の掃除が大切です。きれいをキープして。

#### リモコン類をバラバラに置く

電波を出すものは気が強いので、バラバラに置くと気を発する場所が増え、やすらげません。ボックスなどにまとめていれておきましょう。

#### 古い雑誌や新聞を放置する

古い情報をそのままにしておくと、せつかく蓄えた良い気が枯れてしまうことに。運気を下げるので、こまめに片付けましょう。

### 【絵画】

2019年の幸運な「形」のイメージは山。山モチーフの風景画や、気持ちが明るくなる抽象画でもOK。また、自然素材の植物や果実もいいでしょう。絵を飾ることで気の流れがよくなります。

全体運



### 【花瓶】

山をイメージさせる背の高いものや、台形のものを選ぶのがポイント。部屋の中に山を演出することで、運気がアップします。陶器、ガラスなどの自然素材を選んで。

発展運



金運

### 【置物】

食料を溜め込む習性があるクマは金運につながるモチーフ。木製の置物、ニットのぬいぐるみなどで、ぜひ取り入れてみてください。同じ習性のある牛モチーフもおすすめ。



# Bed room

ベッドルーム

寝ている間に消耗した  
運気を効率よく補充

仕事に家事に勉強に、日中活動していると、どうしても運気は消耗します。寝室は幸運アイテムに包まれるような空間を演出して、運気をしっかりとチャージしましょう。また、2019年は「変化を好む」年。寝室はどうしても変化に乏しい場所です。マンネリ感が出たら、順次新しいものに買い換えるのも運気を上げるポイントです。

## 照明

少し暗めの色を選ぶと  
健康運が上がります

## 香り

甘酸っぱい  
フルーツの香りで  
人気運をアップ

## ベッドリネン

睡眠中は特に  
幸運色を重ねることで  
良い気に包まれる状態を作って

## ラグ

土のようなやわらかい感触のラグで  
朝起きたときの第一歩に好影響が

Color Column

ベッド  
ルームに  
おすすめの色

体感温度を上げる赤は、体と心を活動的にする色でもあります。そこで、寝室には茶系を中心に落ち着いた色を配して。安眠をサポートしてくれます。

まだまだ  
あります！

# 寝室の 運気アップ アイテム

## 鏡

鏡や時計など額縁のあるものは、全方位から運気を引き寄せる八角形のものを選んで。鏡は寝姿を映すと寝込むことにつながるので、置く位置に注意して。



全体運

全体運



## 絵画

寝室は体を休める場所。青や黒という落ち着き過ぎるトーンは陰の気を強め過ぎるので、かえって疲れが増加します。やわらかいトーンの植物が◎。

## カーテン

リビングのカーテンよりトーンを落とすことで、少し陰の気を取り入れます。そうすることで、体と心が休息モードになり、パワーチャージ効果がアップ。遮光性の高い素材を選びましょう。



財運

## 置物

地熱を利用した温泉のある観光地で購入した置物などを寝室に飾ると、寝ながらにして良い気を得る効果が期待できます。土の気を持つ、寄せ木細工や和のモチーフが特におすすめです。

健康運



## これはNG!

### 寝室の入り口に頭を向ける

ドアから入ってくる気が直接頭にぶつかって熟睡を妨げるので、頭を入り口に向けるのはNGです。ベッドの位置を工夫しましょう。

### 大きな時計をおく

大きな時計はゆったりした気分をそぐので、寝室には不向きです。時計を置く場合は、目覚まし時計など小ぶりなものにしましょう。

# ベッドルームの 運気アップのポイント

- ① 幸運色のうち、赤は取り入れない
- ② できるだけ肌触りのよい自然素材を選ぶ
- ③ 安眠に導くため、落ち着いたトーンの空間を作る

## 【観葉植物】

寝室には日陰に強いモンステラやアイビーなどを選びましょう。値を腐らせてしまうと、悪い気を呼び込むので注意。葉が丸いものなら、金運・人間関係運アップに。



金運  
人間関係運

## 【ベッドリネン】

シーツや枕カバーなど、寝具のベースは落ち着いたアイボリー系を基調に。そこにアースカラー系の黄や茶の薄がけをふんわりと重ねるのがポイント。素材は、自然素材の綿やウールで。

全体運



これもおすすめ



## 【香り】

オレンジやりんごなど、実が丸い形のフルーツの香りがおすすめ。ディフューザーを使う場合は陶器などの自然素材のものを。キャンドルもOK。その場合は眠る前に消すことを忘れずに。

人気運



これもおすすめ



## 【ラグ】

足裏には運気の出入り口があります。睡眠で補充した運気を取り逃がさないように、ベッドから出た第一歩は重要。やわらかい土を踏むような、モコモコした素材や毛足の長いものを敷くのがベスト。

全体運

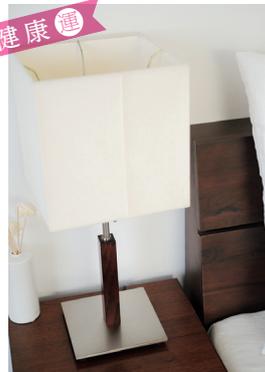


これもおすすめ



## 【照明】

リビングのように全体を照らす大きなものや光が広がるものでなく、小ぶりの照明がおすすめ。土台は濃茶など落ち着いた色、シェードは自然素材のものを選んで。



健康運



これもおすすめ

# マンション便り

マリモコミュニティが管理するマンションから、管理組合の取り組みや理事長様の声をお届けします。今回は広島県広島市のマンションで行われた、「クリスマスツリー飾りつけ会」の様子取材しました。

## ポレスター宇品アクアテラ

広島県広島市は海と山に囲まれ、穏やかな気候の風光明媚な地。今回お邪魔したポレスター宇品アクアテラはショッピングセンターが目の前にあり、海や公園、小学校にもほど近く、恵まれた環境に位置するマンションです。

こちらで毎年12月初めに行われる恒例行事が、エントランススペースのクリスマスツリーの飾りつけです。竣工した年から続いており、今回で7回目を迎えました。

子どもたちは担当フロント小田が用意したオーナメントやモールに目を輝かせます。「これ、どうやってつけるの?」「ここを引っかけるんだよ」と子ども同士が教え合う姿も微笑ましく、「一緒にやろう」とご両親の手を引っ張ってツリーに向かう子どももいます。緑一色だったツリーがあっという間に生まれ変わり、エントランスは一気にクリスマス

ムードに包まれました。

この素敵な空間は、管理員の宇津巻が責任を持って、いつもピカピカ、塵ひとつない状態をキープしています。

子どもたちの楽しみの一つは、飾りつけ終了後のお菓子のお土産。小田が用意した小袋を受け取った子どもたちはうれしそうにエレベーターに乗り込んでいきました。なかにはチョコやスナック菓子などが4種類も! 小袋を開けたときの子どもたちの笑顔が思い浮かぶようです。

理事長の近藤美沙子さんは「分からないことだらけですが、小田さんが細かく気配りしてくるので助かります。行事を機に子どもを通して仲良くなれることも多く、私も子育ての悩みを相談できる友人ができました」と話します。

こういう行事を通して居住者同志の交流が生まれ、安心と笑顔が広がっているようです。

広島県広島市

## 子どもを通して 居住者をつなぐ クリスマスツリー 飾りつけ会



上：右から理事長の近藤美沙子さん、弊社担当フロントの小田功、管理員の宇津巻優。

下：14階にあるスカイラウンジからは市街や港を一望できる。1時間500円でキッチンも利用可能なので、誕生会やパーティにも使える。花火大会の日は無料で開放されて大賑わい!



ポレスター宇品アクアテラ  
広島県広島市  
南区宇品西6丁目1番28  
15階建 全124戸  
2011年10月竣工



Layout  
in the Room

Living &  
Dining Room

# 住人 十色

マンションでステキな暮らしを楽しむ

ケータリングと料理家の仕事で、忙しい日々を送る稲垣晴代さん。  
仕事の現場でもあり、大切な家族団らんの場でもあるお住まいを拝見し、  
そのこだわりと、オンとオフをスムーズに切り替えるポイントを伺いました。

## 料理家

稲垣晴代さん

愛知県生まれ。調理師学校卒業後、飲食店での勤務を経て、独立。ケータリングユニット「MOMOE」を主宰する傍ら、雑誌や書籍などのメディアでもレシピを発信中。『MOMOEの作りおき-1つの食材で作る小さいおかず』（宝島社）など著書も人気。<http://momoegohan.com>

## ■ MANSION DATE ■

間取り：1LDK

延床面積：55㎡

築35年になる鉄骨鉄筋コンクリート造の9階建てマンション。南方向は低層住居専用地域のため、眺望と日当たりに優れています。さらに、幹線道路沿いにもありながらも静かな環境。複数の私鉄の駅に囲まれ、バス停も近く利便性が高い。

「日の当たるキッチンにいますと、  
アイデアがどんどん浮かんでいきます」

(1) リビング兼子供部屋の東側壁面は、下がり天井の奥行きに合わせて棚を設置。  
 (2) 脚を折り畳んでパタンと収納できる学習机。使わないときはしまえるのでこまごましたものの目隠し代わりに。  
 (3) 収納する物に合わせて、棚の高さを細かく設定。圧迫感のない白木もポイント。



(3)



(2)



(1)

## 仕事と生活の両面に フィットした部屋

ケータリングユニットを主宰する稲垣晴代さん。旬の野菜をふんだんに使った彩り鮮やかな料理が多くの支持を得る一方、料理家として、雑誌や書籍などでも活躍中ですが、そんな稲垣さんが暮らすのは、都内でも人気の住宅街。交通の便がよく、活気のある商店街や落ち着いた飲食店も多い、生活しやすいエリアです。

「ケータリングの仕事は、オーダーを受けたお弁当やお料理を基本的に自分で運転して届けるので、移動に便利な場所は必須条件でした。撮影でも食材の買い出しなどいろいろな準備も車を使いますし、プライベートでは1児の母ですから、仕事と子育て、家事との両立や、子育てをしやすい地域ということもあわせて考えた結果、このエリアが最も条件にぴったりでした」

結婚当初は賃貸の一軒家同じエリアでしたが、日当たりが悪く、子供が生まれるのをきっかけにマンション探しをスタートしたそうです。

「もうひとつの条件が、日当たりがいいことでした。仕事場としても、生活の場としても、とにかく明るく、開放感のある部屋がいいな、と。でもなかなか条件に合う部屋は

見つからなくて…。大きな窓が真南にあるこの部屋を内見したときは、これだ！ともう一目惚れでしたね」

## カーテンをつけず 日当たりと眺望を満喫

幹線道路沿いにあるマンションですが、キッチンとリビング兼子供部屋が面しているのは反対の南側。車の騒音は気にならず、周辺は低層住居専用地域のため見晴らしが抜群です。さらに、近くには都内有数の大きな公園もあり、季節によって変化する木々の眺めにも癒やされます。その南側の窓には、なんとカーテンがありません。

「どこからも見られないから目隠しする必要もなく、はじめからカーテンはつけませんでした。寝室ではないので、朝日も気になりませんし。この眺望のおかげでとても部屋が広く感じます。仕事をしていても気持ちがいいんですよ。窓から降りそそぐ自然な光で、野菜などの食材も生き生きとして見えます」

自宅で雑誌などの撮影をする機会が多くなり、お子さんの荷物も増えたことで、実は2年ほど前に全面的にリフォームしたそうです。いちばんのポイントは収納スペースを造ることでした。



(6)



(5)



(4)



(7)

- (4) 愛用の「ストウブ」の鍋。スープや煮込み料理のほか、季節の炊き込みごはんにも。  
 (5) 稲垣さんのケータリング弁当でおなじみの曲げわっぱは、自宅にも多数。  
 (6) 野菜の味を引き立てる調味料と油は、どれも製法にこだわった上質なもの。  
 (7) 固定式のテーブル兼作業台は約120×200cm。圧迫感が出ないよう白を選択。

## 稲垣さん直伝

### 旬の野菜で作り置き

ほうれん草を使ったうまみたっぷりのひと品。チャーハンやパスタの具にも重宝します。



#### 材料(作りやすい分量)

ほうれん草2束、ホタテ水煮缶2缶(140g) A【しょうゆ大さじ1、砂糖大さじ1、白いりごま大さじ2、ごま油小さじ1】

作り方 ①ほうれん草は塩ひとつまみ(分量外)を加えたたっぷりの湯でゆで、水けをしっかりしぼり、3cm長さに切る。  
 ②ボウルにAを入れてよく混ぜ、①、缶汁を軽くきったホタテを加えてあえる。  
 ※保存期間：冷蔵庫で約5日

ほうれん草と  
ホタテのごまあえ

#### アレンジ



ほうれん草と  
ホタテの卵焼き

材料(2人分)「ほうれん草とホタテのごまあえ」大さじ2、卵2個、だし汁大さじ1、サラダ油適量  
 作り方 ①ボウルに卵を割り入れ、ごまあえと

だし汁を加えてよく混ぜる。  
 ②卵焼き器を熱してサラダ油を薄く敷き、①の½量を流し入れる。奥から手前に巻き、奥に寄せる。あいたところにサラダ油を薄く敷き、½量を流し入れて同様に巻く。これをもう1度繰り返し、形を整える。

## リフォームのポイントは大容量の隠せる収納棚

「料理スタジオでも撮影はできますが、使い勝手のいい調理器具や調味料を持ち運ぶのはとっても大変。何より、使い慣れたキッチンじゃないと、効率が悪くて時間ばかりかかってしまっんです。ただ、そうするとスタッフの方がわが家にいらっしやる。そのたびに片付けるのもひと苦労なので、隠せる収納が必要でした」

仕事柄、調理器具や調味料、器も一般的な家庭よりものが多い稲垣さんのお宅ですが、キッチンの壁に取り付けられた大容量の収納スペースに、物がスッキリ。取り出しやすいスライドドア（写真5）や、明るい空間がさらに生きる白を基調とした内装など、稲垣さんのアイデアが随所にちりばめられています。中央には、作業台としても使える、流し台がついた備え付けの大きなテーブル（写真7）も。

「コンロと流し台を向かい合わせに配置するなど、動線も考えました。複数の料理を同時進行で作るので、広い作業スペースが必要になります。この白いテーブルの下には業務用の冷蔵庫を設置。撮影用の料理だけでなく、仕事で忙しい日のための家族用の作り置きおかずも詰まっています」



リビング兼子供部屋の壁の収納（写真1）は、扉をつけずにストレージボックスを活用。棚は仕切りが多いので、物の定位置を決めやすく、片付けが楽に。物が増えすぎるとを防ぐ効果もあるそうです。「CDや本など、大きさに合わせた棚（写真3）をリクエストしました。折り畳み式の子供の学習机（写真2）もお気に入りです」

## 仕事とプライベートが無理なく共存

撮影のときは、キッチンとリビング兼子供部屋の間をカーテンで仕切って目隠しし、プライベートではフルオープンにして大きなリビングスペースに。カーテンを開け閉めすることで、気持ちもスムーズに切り替えられるそうです。キッチンの大きなテーブルは家族団らんの場になり、食事はもちろんのこと、稲垣さんが仕事や家族のために料理している間、その傍らでお子さんが宿題をしたり、ご主人がくつろぐ風景も日常だとか。

「みんな思い思いのことをしていても、身近に感じられる私も家族も、安心して過ごせる場所で、仕事の活力も生まれてきます。リフォームして、さらにかげがえのない空間になりました」

# お住まい

ポレスター甲府アルプス通り

H様邸

# 拝見

the room  
next door

日本を象徴する名山、富士山をはじめ、南アルプスや八ヶ岳連峰、奥秩父連峰などに囲まれた山梨県甲府市。JR甲府駅から徒歩約20分、甲府盆地を南北に抜けるアルプス通り沿いに建つ「ポレスター甲府アルプス通り」が、今回伺ったHさんがお住まいのマンションです。

「もともと山梨出身で、結婚を機に東京へ引っ越しました。主人が亡くなってからしばらく1人で生活していたのですが、息子が姉妹や親戚が近くにいる地元に戻ったほうが安心じゃないかと提案してくれました。このマンションを購入してくれたんですよ」とHさんの決め手は、角部屋で東向き窓があることだったそう。

「朝からキッチンやダイニングにたっぷり光が射し込むので、すごく気持ちがいいんです。この時期は一日のほとん

どを、趣味の編み物をしながら、ダイニングで過ごすことが多いですね」  
40年以上続けている趣味の編み物の他にも、1年前からは月に一度の書道教室や絵手紙教室に通っているといいます。引っ越してきた当初は友達がいなくて不安もあったようですが、今ではマンション内の交流も深まり、教室で出会ったお友達に編み物を教えてあげることもあるのだそう。

「以前、足を骨折してしまっ  
たときに、管理員さんがゴミ  
出しを手伝ってくれて。何か  
あったら何でも言うてくださ  
いと、すごくよくしてくださ  
ったんです。うれしかった。マ  
ンションのお友達も、頻繁にお  
見舞いに来てくれたんですよ」  
困ったときはお互いに助け  
合うという、都会暮らしには  
なかった環境に感謝している  
というHさん。毎日を楽しむ  
暮らしぶりが印象的でした。

光がたっぷり射し込む  
空間で、趣味を楽しむ毎日

Mansion Owner



製作を依頼された帽子は、この冬すでに7個も編み上げたとか。観葉植物の世話や多彩な趣味を楽しみながら、充実した日々を過ごしています。



### ① キッチン

東向きに窓が設けられた、広さ4.0帖のキッチン。趣味のパン作りも余裕でできる広い調理台に、こだわりの食洗機も設置しています。料理好きで食にこだわるHさんも、大満足の使い心地だそう。



我が家のご自慢インテリア

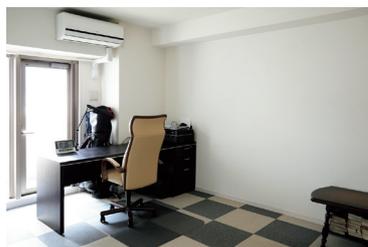


上：ダイニングの椅子に敷かれたカラフルなチェアパッドは、Hさんの手づくり。お友達から「素敵ね」と、よく褒められるそう。下：こちらもHさん手づくりのお皿。一枚一枚に愛着があるので、引っ越しときに全部持参したほど大切にしているのだとか。



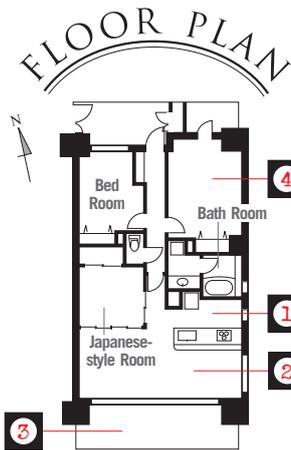
### ② リビング

ダイニングと合わせると15帖の広々としたリビングには、趣味の観葉植物がずらり。「緑に囲まれていると気持ち落ちつきますよね」と、笑顔のHさん。



### ④ 洋室

玄関を入ってすぐ左側にある9.1帖の洋室は、息子さんの専用部屋。息子さん家族がいつ来てもいいように、週に3日は掃除を欠かさないそう。



広さ84.18㎡の3LDK。角部屋の3面採光にバルコニーという設計なので、光がたっぷり射し込む明るい住まいです。



### ③ バルコニー

奥行2m、幅7.4mの広々としたバルコニー。夏は花火が、晴れた日には富士山がくっきり見えるそう。甲府盆地ならではの絶景も、こちらのマンションの魅力。

## このマンションを担当しています



ポレスター 甲府アルプス通り  
山梨県甲府市塩部3丁目2番7号  
13階建 全36戸  
2009年9月竣工

「住民の方が気軽に相談できるように、常に笑顔がモットーです。安藤さんは着任してまだ日が浅いですが、いつも話しやすい雰囲気を作ってくれているので、何かあるとすぐに報告して的確な指示を受けるようにしています」と筒井。「住民の方の安心、安全、快適な住環境を整えることがフロントの仕事だと思っています。そのために、筒井さんとはつねにコミュニケーションをとって、迅速な対応を心がけています」と安藤。互いに信頼し合いそれぞれの役割を果たすことで、よりよい住環境作りを目指しています。



右は、担当して9年になる管理員の筒井忍。左は、9月から着任したばかりというフロントの安藤悠貴。

# 時節の贈物



**A** ストープ  
 鋳物ホーロー鍋

「住人十色」で登場した稲垣晴代さんが愛用しているストープ。料理の美味しさが格段に変わる魔法の鍋。煮物や炊飯はもちろん、焼く、炒める、蒸す、揚げるなど幅広い料理に活躍します。ピコ・ココット ラウンド18cm ブラック¥23,000(税抜) / ストープ [www.staub-online.com/jp/ja/home.html](http://www.staub-online.com/jp/ja/home.html)

**1** 名様

## 熊野筆セレクトショップ

### チークブラシと

**B** 携帯用リップブラシのセット

「マンション便り」で訪れた広島県から熊野筆のブラシをプレゼント。やわらかく程よい弾力が特徴の山羊毛のチークブラシと、携帯用リップブラシのセットです。モチ◇フデ¥4,259(税抜) / 熊野筆セレクトショップ [www.kumanofude.com](http://www.kumanofude.com)



**5** 名様



**8** 名様

**C** 甲府ワインポート・ドメーヌQ  
 スパークリングワイン 赤

「お住まい拝見」で訪れた山梨県甲府市は開府500年を迎えます。それを記念して造られたこのスパークリングワインは、ぶどう、酵母、醸造とすべて甲府市産のもの。甲府スパークリング マスカット・ベリーA アリカント 2018 ¥2,314(税抜) / 甲府ワインポート・ドメーヌQ [kofuwineport.jp](http://kofuwineport.jp)

希望賞品の記号を選んで、このページに添付されたハガキに必要事項を記入してご応募ください。切手は不要です。当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

【締め切り】2019年3月15日(金)

## 風ノ架け橋

皆様のご意見や  
 ご感想を紹介！

管理員さんがとても良い方で、出かける時も安心です。管理員さんの人柄もマンション住まいの重要な事だと思います。

(宇部市 KYさん 66歳)

新築で入居し、10年が経ちました。共用スペースやゴミステーションを毎日綺麗にしている。東側のベランダからは霞ヶ浦、南側のベランダからは富士山、西側のベランダからは筑波山が望める我が家はとても快適です。

(土浦市 KAさん 53歳)

購入、入居して8年が過ぎました。良いタイミングで良い場所に購入できたなど今も満足しています。状態よく永く暮らせるように、手入れや毎日の掃除をしっかりするようにしています。

(姫路市 AHさん 54歳)

屋上が広く子供達ものびのび

遊んでいます。お出かけとなるで大変ですが、気軽にに行けて助かります。季節の花や虫も見られて親子で楽しんでいます。

(鳥取市 TYさん 33歳)

リビング、寝室、ベランダの広い物件を探していたところ、ぴったりのマンションに出会い、早10年が経ちました。今

でも大好きで住みやすい我が家です。

(福井市 WEさん 49歳)

朝晩、寒くなってきました。ベランダから見える富士山も雪化粧となり、冬の最高の贈り物です。

(甲府市 KHさん 68歳)

昨年子供が生まれ、今は裸足

で家中を動き回って大変ですが、床暖房があるので助かります。

(さいたま市 IYさん 34歳)

年に2回の火災報知器の点検等、日々マンション管理の徹底さに感謝しております。こちらに住んで本当に良かったと思っています。

(呉市 KSさん 32歳)

# 転ばぬ先の知恵

第12回

マンションという集合住宅である以上、避けては通れない近隣トラブルや管理に関する問題。今回は決して他人事ではないバリアフリーなどについてひも解いていきます。



## 相談1

高齢で歩行が困難です。マンションの階段やエントランスなどの共用部分に手すりをつけていただきたいのですが、どこに相談すればいいのでしょうか？

まずは理事会に相談をしてみるのがよいでしょう。総会に上程する議案に手すりを設置する議案を含めてもらい、総会での承認を求めることになります。基本的な考え方として、階段やエントランスは共用部分とされており、手すりの設置は「共用部分の変更」に当たります。区分所有法第17条は、原則として共用部分の変更には総会の決

議で、区分所有者及び議決権の各4分の3以上の賛成が必要としつつ、「その形状又は効用の著しい変更を伴わないものを除く」と規定されています。これを踏まえると、手すりの設置は、形状や効用の著しい変更を伴わないと考えられますので、第17条の適用はないと思われます。総会の決議で、区分所有者及び議決権の過半数の賛成を得れば

承認することができます。なお、現在の建築基準法では手すりの設置が場所によっては義務化されているので、この法律を折りこんだ議案であれば、総会で承認を得られやすくなる可能性があると思います。人間誰しも年をとるもの。これを機にマンションのバリアフリー化を住民全体の問題として考えてみるのもよろしいかと思えます。

## 相談2

隣人がマンションの廊下に自転車や古新聞などを放置し続けています。何度か注意しましたが、撤去に応じてくれませんが、災害時に避難の妨げになりそうなので、撤去させたいのですが…

マンションの廊下に自転車や傘、古新聞や古雑誌などの私物を置くというトラブルは集合住宅でよくある事例と言えます。

共用部分は、管理組合に維持管理権限が認められた、マンション全体の効用を維持するための部分です。そのため、使用細則などにも、共用部分に自転車等を放置しないように規定している例が多く見受けられます。

また、災害時に避難を円滑にするため、消防法や自治体の火災予防条例によっても禁止されています。まずは理事会に相談して、理事会や管理会社から、隣人に対して規約や細則に違反していることを説明し、注意してもらおうが良いでしょう。

一方、相談者ご自身で撤去することはほしくないで下さい。共用部分の管理権限は管理組合にあ

るのであって、区分所有者個人にあるわけではありません。とはいえ、放置している物の所有権は所有者にありますので、管理組合といえども勝手に撤去することはできません。無断で他人の私物を撤去したとなると、所有者との間でトラブルになり、場合によっては窃盗や器物損壊といった刑事事件に発展しかねないので、十分に注意下さい。

Adviser  
桑田英隆 先生

1974年東京生まれ。桑田・中谷法律事務所所属。マンション管理士の資格を持つ数少ない弁護士。11月に次男が七五三を迎えて、子どもの成長の早さを実感しています。

本連載へのご相談は巻末のハガキにて



# 紙 一 重

備えあれば憂いなし!でも、間違った方法なら意味がありません。そこで、わが身を守るための“防災の新常識”をご紹介します。

## 家具の転倒防止

家具はつっぱり棒や、L字金具でしっかり固定!  
これなら、どんな地震がきても安心ですよね?

つっぱり棒では対策不十分

現在、さまざまな家具の転倒防止グッズが流通しています。選ぶ基準は、震度7レベルの地震を想定した検証実験済みの製品であること。家具を倒れにくくする”など、あいまいな表現をしている製品はNG。先日の「大阪府北部地震」で、そのような製品で固定した家具が転倒したという報告もあるので絶対に避けて。

両面テープ式の製品も有用

L字金具など金具で家具を固定するグッズは、壁版だけでなく、ネジを柱に固定しなければ意味がありません。そこで両面テープで壁と家具を固定する製品がおすすです。しっかり固定できるうえ、壁に傷がつかないものメリット。メーカーが公開する実証映像を参考にしながら、賢く転倒防止を行いましょ。

最も対策すべき家電は冷蔵庫

家電の転倒で最も危険度が高いのが冷蔵庫。大型であれば100kgを超える重量です。その下敷きになったら命に関わるけがをします。また扉が開いて、ガラスの瓶や調味料などが飛び散り、二次災害の可能性も。冷蔵庫は3日分の食料が確保できる備蓄庫です。災害時の生命線になるので、絶対に転倒させてはいけません。

## 防災訓練

防災訓練で、消火器の使い方は教わりました!  
一度参加して覚えたので、火災になっても大丈夫!

防災訓練は毎年参加すべし

防災訓練は、一度参加しただけでは不十分です。災害時に使用する消火器などは、日常でほとんど使用しないため、繰り返し使い方を確認しなければなりません。ゆえに、定期的な防災訓練を受けることが大事なのです。一年に一度は防災訓練に必ず参加して、自分や周囲の人々の命を守る術を身につけましょ。

共用部の消火器も活用しよう

火災対応で大事なのは、発生から2分以内の初期消火。特に、集合住宅は一戸の火事が大火災につながるため、冷静に消火器を使えるか否かが命綱になります。自宅や共用部の消火器の使用法、設置場所を防災訓練で再確認しましょ。さらに火元に投げ入れるだけで消火できる消火用具もあります。

119番の模擬通報も大切

大火災を最小限に食い止めるには、すみやかな119番通報が求められますが、非常時はうまく対応できないものです。そこで、災害の種類、場所、状況、氏名を指令員に伝える、模擬通報の訓練を行いましょ。同時に、「火災通報装置」がマンション内のどこにあるかも確認。これらも重要な防災訓練と、心得て!



[監修] 岡部梨恵子さん / 防災アドバイザー・防災士