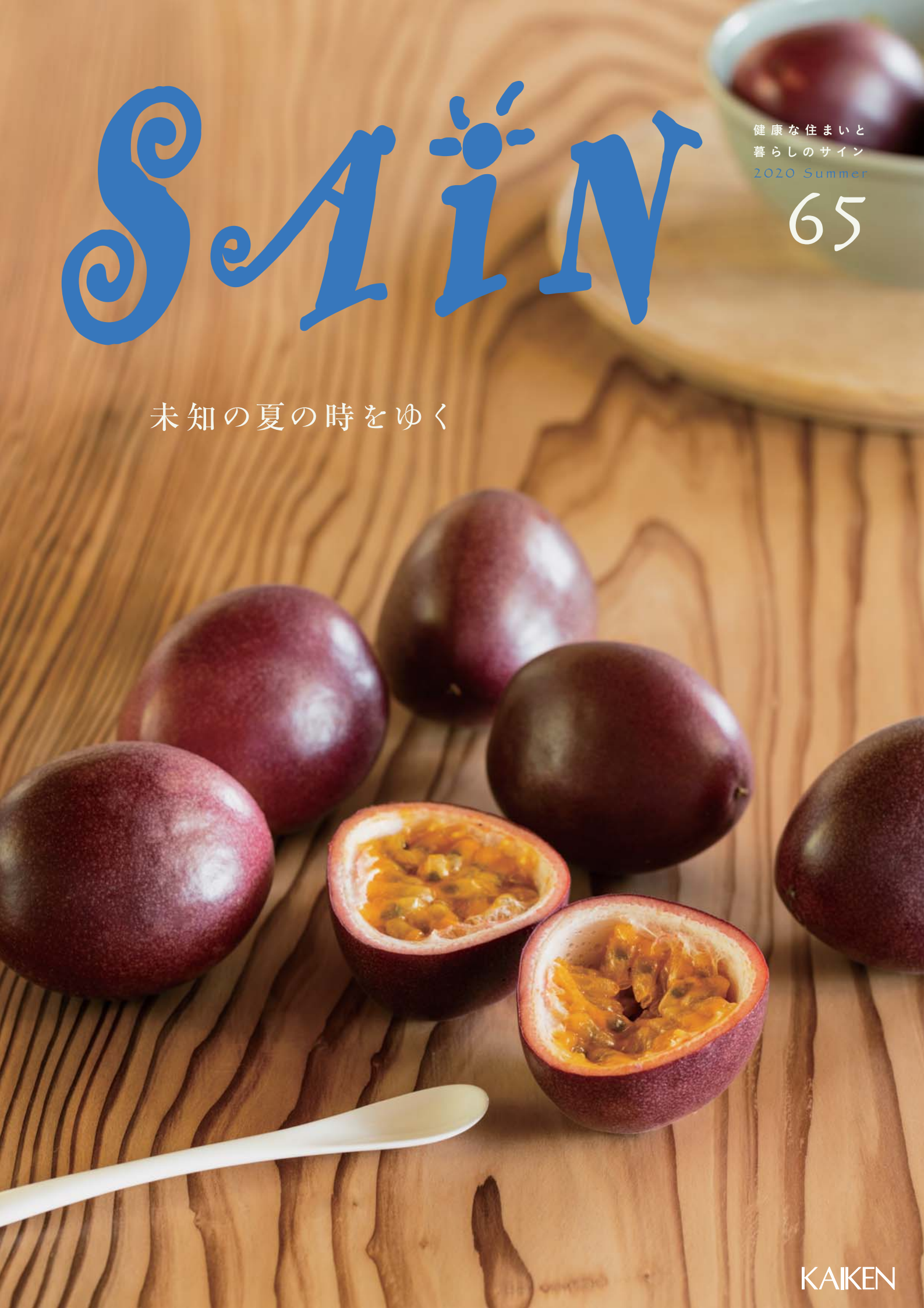
SAIN

健康な住まいと
暮らしのサイン
2020 Summer
65

未知の夏の時をゆく



KAIKEN

SAiN

2020 Summer 65

サイン二〇二〇年夏号を
お届けいたします

世界の有り様が変わり
季節はうつろっても
私たちの行方は
見晴らせないまま
なのかもしれませんが

都市の空は澄んで
光る海を風が渡り
森が息を吹き返す
再生の時になる
のかもしれません

できることを考えるヒントが
サインで見つかりますように

SAiN 65号 目次

02 いまお伝えしたいこと
代表 浦上直メッセージ

03 はじめのサイン
「無添加」というだけでは
「健康住宅」と言えない？

04 カイケンブランド
健康自然建材

05 空気がうまい家 全国体感録
四季の自然と調和する
心と体に風通しのいい家

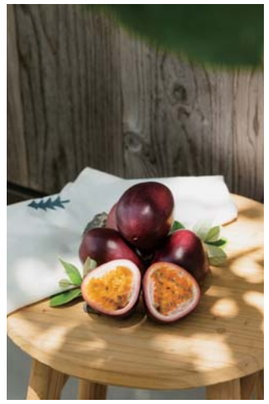
09 [SAiN特集]
ウイルスから家族を守る
住まいとライフスタイル

11 施主 渋谷浩一郎様エッセイ
四季めぐる空気がうまい家

13 おもやの食卓
夏の旬食材
パッションフルーツ

16 サインエッセイ
変わりゆく世界
未来のために現在(いま)を生き抜く

17 こだわりプレゼント
編集ほのぼの後記



「旬を楽しむ自然体の暮らし」というテーマでお届けしている『SAiN』。2020年夏号の表紙は、「パッションフルーツ」です。英語の「passion」といえば「情熱」の意味ですが、パッションフルーツの場合、「キリストの受難」を表すそうです。
時は16世紀の大航海時代、南米に渡ったスペインのイエズス会士がこの花の十字の形を目にし、キリストが磔（はりつけ）になった十字架に見立て「受難の花：Passiflora」と呼んだことが由来になったとされています。
一方、日本では、この種の花を時計の文字盤に見立てて「時計草」と名づけ、パッションフルーツの和名は「クダモノトケイ（果物時計）」となっています。
コロナ禍の受難を乗り越えて、新たな時代の時を刻みたい2020年の夏。パッションフルーツで、免疫力アップを。

『SAiN』のお申し込みなどはWEBサイトで。
http://www.e-kaiken.com/sain/
©KAIKEN CORPORATION

カイケンから、いまお伝えしたいこと

家族を守れるライフスタイル

カイケンコーポレーション株式会社 代表 健康住宅アドバイザー 浦上 直 Sunao Urakami

マイクロソフト創業者のビル・ゲイツ氏は2015年当時から人類の最大の敵はウイルスであるとの危惧を示していました。

「私たちの世代が最も恐れ準備を進めるべきなのは、戦争による核爆弾ではなく、空気感染するウイルスである」
※2015年 ビル・ゲイツ氏TED TALKでの講演より

今、地球は二酸化炭素の増加により気温が上昇し、異常気象化となり、大水害や台風被害、北極や南極の氷の融解、それによる海水面の上昇と太平洋の島国の沈没危機などが現実に起こっています。
自然を破壊し緑地を無くせば動植物の生態系や生息にも影響を及ぼし、人間と自然動物の生活、生息範囲の境目が曖昧になり、これまでに経験していないウイルスや細菌からの感染が起こると警告している学者もいます。

スウェーデンの環境活動家グレタ・トゥーンベリさん、当時16歳の彼女が国連で各国の首脳を前に演説したのはまだ記憶に新しい出来事です。
彼女は同国の永久凍土が融け出して美しい景観が一変していることに対して、経済優先の政策が原因であることを指摘し、地球滅亡はすぐ近くまで迫ってきていると訴えていました。

永久凍土が融け出せば、何十万年もの間、凍土の中で眠っていた未知のウイルスや細菌が復活する可能性があることにも私たちは目を向けておかなければなりません。

日本においても経済優先の政策を取ってきたからこそ、今の発展や繁栄があるのも事実です。それに対して否定はいたしませんが、ただこのままでは今後の地球の運命や人類の生命を脅かす事態になることを想像すれば、やはり考え直していく必要があります。
新型コロナウイルスは、そのことを警告しているように思えます。

弊社は創業以来、地球環境蘇生を社是にして発展してきた企業です。住む人にとって、安全で健康で、そして環境に優しい家づくりをモットーに建築資材の研究・開発を行ってきました。
住む人の命を最優先に考えた健康自然建材、家の空気を変える「幻の漆喰®」や免疫力を高める「音響熟成®木材」などを開発し、またその素材を最大限に活かし、尚且つ新建材、集成材、ビニールクロス、塗料等の化学物質を含む建材を一切使用しない、新たな次元の健康住宅ブランド「空気がうまい家®」を完成させました。命を最優先に考えた日本で最高峰の安全で健康な住宅です。

「幻の漆喰®」が鳥取大学との共同研究にて鳥インフルエンザウイルスの感染価を100万分の1にするという結果を出しました。

ウイルスの遺伝子は人や動物のDNAとは異なるRNAの遺伝子を持ち、インフルエンザウイルスも新型コロナウイルスも同じ遺伝子情報を持っていることが分かっています。
あくまで可能性の話になりますが、鳥取大学での実験で上記の結果を得られたということは、「幻の漆喰®」は他のウイルスに対しても類似の効果を発揮するのではないかという希望的観測を立てることが出来ると思います。
この「幻の漆喰®」を使用した住宅はこの18年間で全国に2万棟以上建てられてきましたが、家庭内感染の報告例が記憶にないくらい極めて少ないのも、その裏付けの一つと言えるでしょう。もちろん弊社の事務所や自宅でも同様ですので、自身の生活の中でもそのことは実感済みでもあります。

弊社が開発した新次元の健康住宅ブランド「空気がうまい家®」は空気感染から住む人を守り、さらに免疫力を高めてくれるウイルスに強い家です。
今後、新型コロナウイルスとは長い共存になるかと思います。
「幻の漆喰®」と「音響熟成®木材」の部屋で安心して暮らし、家族を守れるライフスタイルをご提案いたします。

Stay Home, Save Family

無添加というだけでは健康住宅と言えない？

無添加という言葉を聞いて皆様はどのように感じられますか？「添加物が入っていないので体に良く健康になれる」と感じられる方がほとんどではないでしょうか。実際、添加物が多く使われているより、出来る限り入っていないほうが体に良いことは間違いないでしょう。しかし「無添加」という表示は、添加物が一つでも入っていなければ、無添加として商品が出せるという曖昧な定義のもとにあります。

例えば、合成着色料を使用していない商品であれば、防腐剤が入っていてもその商品は無添加商品といえるのです。食品はもちろん、石鹸やシャンプー、化粧品など私たちが口に入れるものから肌に直接ふれるものに「無添加」という言葉を目にしていることでしょう。その中で「全成分無添加」という商品、ましてや原料もすべて無添加という商品などは見ることは少ないと思います。いえ、ほとんどないでしょう。

では、全ての原料・成分が無添加であれば安全なのでしょうか？

また、私たちが日々住まう家を考えたときはどうでしょうか。やはりすべて無添加とは言えません。住宅の内部を可能な限り木や漆喰などの自然な材料で作ったとしても、お風呂、キッチン、トイレ、サッシ、換気扇、照明などの設備機器は化学建材になるでしょうし、木の表面は何か塗っているのではないか、また塗っている場合、その塗料は安全なのか、使用されている接着剤・防蟻剤は大丈夫なのかなど。さらに木の原産国はどこなのか？　素材は天然そのままなのか？　内壁の材料は？　などなどたくさんの疑問が生まれてくるでしょう。

また、全くの自然のものであっても、木を糊で固めた集成材であっても、海外から入ってきて薬品づけになっていても、表面に何か塗ってあっても、防腐剤や糊が使用されている珪藻土も、自然素材がひとつでも入っていれば、その商品は全て自然素材という枠の中にくくられてしまいます。家においては「自然素材」＝「無添加」というイメージも強いでしょうが、どちらにしても定義は曖昧なのです。

それでも出来る限り自然に近い無添加といえる家を建てたとして、安全で健康であるといえるのでしょうか。花粉症やアトピーなど、何かしらのアレルギーを持つ人口は3分の1以上ともいわれ、シックハウス症候群や化学物質過敏症も増えている現在は、食べ物や水、日用品だけでなく、家づくりにおいても家族や自分の体のために健康を考えている方が多くなっています。

ビニールクロスが主流だった壁も、和紙や漆喰・珪藻土などの呼吸する素材が増え、合板使用の新建材から天然無垢材の床が増え、化学建材から発生するガスをなくそうと無添加で健康的な素材が選ばれるようになりました。しかし、本当の健康住宅かどうかの判断も難しいし、無添加なだけでは健康な家とは言い切れないのです。

生活をしていく上で必要なもの、家具・家電・衣類などの生活必需品なくしては、ほとんどの方が不便と思われることでしょう。では、家具・家電・衣類などの生活必需品から化学物質のガスが放散していることはご存知でしょうか？　それらを無添加の家にいれてしまうとどうなるか…。もう答えはお分かりですね！　そうです、無添加の家は放散されたガスを吸収してしまい、今までと同じ不健康な家になってしまうのです。

では、どうすれば本当に健康な住宅をつくることができるのでしょうか？　そのためには様々なものから放散されているガスを「吸着し分解する」必要があるのです。

そうすることで本当の健康な住宅は生まれるのだと考えています。

カイケンコーポレーションでは「本当の健康住宅」を真剣に考え、「幻の漆喰」「清活畳」「音響熟成木材」という健康自然建材を開発しました。この健康自然建材をバランスよく使用することで、呼吸をし、化学物質を分解し、さらには清々しい空気を作り、快適で安全な住宅を生み出すことができました。

また「幻の漆喰」においては、ホルムアルデヒド分解速度や鳥インフルエンザウイルス感染価を100万分の1に抑制するなどの結果も得ています。

さらに、花粉症の原因物質である花粉アレルゲン濃度を低減・抑制する効果も実証されています。

これこそが、「引越した後も本当の健康住宅」なのです。

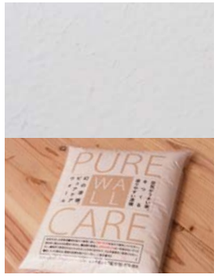
幻の漆喰®

天然の空気清浄器

有明海の赤貝や銀杏草（海藻）などを使った完全天然素材の壁材。光と熱に反応する独自の光熱触媒作用を持ち、半永久的に室内の化学物質や有害物質を吸着・分解して住空間の空気を清浄に保ちます。ホコリも減ってお掃除もラクに。

幻の漆喰®

ピュアケアウォール®



幻の漆喰を塗りやすくモダンに

鉱物を原料とした天然素材を使用し、光熱触媒の技術で生成。原型となる幻の漆喰と同じく、化学物質の分解力に優れ、さらに今後の左官職人不足にも対応できるよう、塗りやすく仕上げています。

幻の漆喰「10の特徴」

①焼肉などの臭いは2時間程度でほとんど感じなくなる　②タバコの煙・臭いは吸いながら分解　③ペット臭がほとんど感じられず、ペットのうぶ毛はほとんど浮遊しない　④手垢が付きにくい　⑤綿ぼこりが発生しにくい（テレビへのホコリの吸着が少ない）　⑥アトピーの反応が緩和される　⑦ぜんそく・鼻炎・花粉症の反応をやわらげる　⑧抗菌作用　※大腸菌・黄色ぶどう球菌・サルモネラ・腸炎ビブリオ（日本食品分析センター）　⑨鳥インフルエンザウイルス感染価が100万分の1に　※鳥取大学伊藤教授と共同研究　⑩花粉症の原因物質を低減・抑制　※埼玉大学大学院王教授と共同研究

幻の漆喰® そとかべ

光熱触媒作用で「経年美家」を実現

外壁専用の幻の漆喰「そとかべ」は、光熱触媒技術を利用して汚れやすい外壁材をクリーンに保ちます。耐水・耐熱・耐変色・耐緑色化および耐カビ試験により、強靭さや耐久性を証明。時と共に味わいを増す「経年美家」の住まいを実現します。

音響熟成®木材

免疫力をアップする木「財」

南九州産の杉を、クラシック音楽を聴かせながらじっくりと常温で音響熟成したこだわりの木材です。木が本来持っている油分やエキスが残り、防菌・防カビなどの作用に加え、人間の免疫力をアップする働きがあるとされています。

音響熟成®木材

うづくりの床

素足にやさしく心地いい床材

「うづくり」とは、木の年輪を浮き上がらせる加工法。自然な凹凸が足裏を心地良く刺激して血行を良くし、冷え症の方もご安心頂け、こどもたちの扁平足予防にも効果的です。また、凹凸が室内の光を拡散して目に優しく、眼精疲労を和らげます。

竹炭入り清活畳®

さわやかで清々しい健康的な空間に

6畳2間でドラム缶1本分の竹炭が入った「清活畳（せいかつだたみ）」。竹炭は化学物質を吸着する能力が備長炭よりも優れるとされています。い草の爽やかな香り・肌ざわりが、すがすがしい空間をつくります。

リニューアル進行中 最新情報はウェブサイトでどうぞ

本当の健康住宅、健康自然建材を知りたい方、花粉症やアレルギー、シックハウスなどでお悩みの方、住むほどに愛着がわく自然素材の家づくりをお考えの方、ぜひご覧ください。

アクセスはこちらから

www.e-kaiken.com

ウッドデッキから眺める朝日。少し早起きして淹れたコーヒーが、一日の始まりに沁みていきます。

日が落ちてライトアップされたT様邸は、エクステリアデザインの素晴らしさがより際立ちます。

Airy Home Four Seasons Harmony

四季の自然と調和する心と体に風通しのいい家

空気がうまい家 ═ 全国体感録

音響熟成木材・幻の漆喰・清活畳を使用した家族にやさしい「空気がうまい家」。全国に広がるその魅力をご紹介します。

福岡県 ═ T様のお住まい

二〇二〇年福岡県行橋市に完成したT様邸。広々とした土間とウッドデッキが屋内外をつなぎ、吹き抜けの住空間が開放感を広げる38坪2階建のお住まいです。そこはまた、鳥インフルエンザウイルス感染価を一〇〇万分の一にする幻の漆喰と、免疫力を高める杉の力が活かされた音響熟成木材を使った、ウイルスから家族を守る家でもあります。

内と外を繋ぐ仕掛けが凝らされたT様邸。敷石のアプローチも風情があります。

T様邸の設計デザインには、「自然と調和するパッシブな設計」と「家と庭の中間ゾーン」という2つのテーマがあります。

建物の外観を含め、敷地内の外部空間全体であるエクステリアを、お住まいになられる方の好みに合わせてデザインできるのは、戸建住宅ならではの愉悦です。

シンボルツリーとなる樹木や、野趣あふれるアプローチ、家と庭の間の「場」をつくるウッドデッキ…そこには歳月がデザインしていく余白があり、幻の漆喰と音響熟成木材という健康自然建材と共に、住まいの経年価値を育んでいきます。

それぞれの空間に凝らされた知恵と技術が生む心地好さ

音響熟成木材「黒」のちゃぶ台は、この上ない和みアイテム。窓の向こうのウッドデッキと庭を眺めているだけで、幸せを感じてしまいそうです。

光がたっぷり入る二階の空間は、多様な使い方ができそうです（写真上）。ご主人の書斎を兼ねる和室（写真下）。奥の壁に備え付けの机の下は掘りごたつ式になっていて、時が経つのも忘れてしまいそうな居心地です。

音響熟成木材を使ったオリジナル家具も絵になります（写真上）。キッチンには使い勝手のいいカウンターも（写真下）。

理想の暮らしを実現する、住まい手と作り手のコラボレーション

T様邸を拝見してあらためて感じられるのは、家づくりは「お施主様と工務店さんのコラボレーション」ということです。

「こんな暮らしがしたい」というお施主様のイメージが豊かであればあるほど、作り手のインスピレーションも広がります。

住まい手と作り手のコミュニケーションが深まるほど、様々なアイデアや工夫が生まれ、家づくりは楽しく深化していく。

その根底には、お互いの信頼が育む「リスペクト／敬意」があるのだろうと思います。

お施主様の希望に対する工務店さんのリスペクト。工務店さんの知恵と技術に対するお施主様のリスペクト。そこに、本物の健康自然建材に対するリスペクトも…。T様邸のお住まいの風通しの良さと空気の心地好さには、そんな家づくりの幸福感が満ちています。

思いもよらなかったコロナ禍を経て、世界の様相はあっという間に変わってしまいました。

これからは、家づくりはもちろん、何事にも「本質」が問われていくことになりそうです。

「空気がうまい家」の本質は、住む人にとって安全で健康で、環境に優しい家づくり。

その答えのひとつが、四季の自然と調和する、心と体に風通しのいい、T様邸です。

Passive Design with Nature

自然と調和するパッシブな設計

土間玄関から二階まで吹き抜けで繋がり、さわやかな風が通る開放的で心地いい大空間。自然の力を活かした、夏涼しく冬暖かいパッシブな設計です。

Between Home & Garden

家と庭の中間ゾーン

「家」と「庭」を繋ぐように設計されたウッドデッキ。広い玄関の土間空間と共に、「内」と「外」の中間ゾーンは暮らしの楽しみを広げてくれる場になります。

パンデミックとなった新型コロナウイルス感染症。
家で過ごす時間が増えた今回のコロナ禍で、
あらためて「安全で健康な住まい」の大切さについて
考えられた方も多いと思います。

ウイルスから家族を守る住まいとライフスタイル

今回の特集では、ウイルスから家族を守ることができる
住まいとライフスタイルについてご紹介いたします。
ウイルスとの共存を余儀なくされるこの時代は、
本当に価値ある住まいが問われている時代でもあります。

自然の力がカギをにぎる ウイルスに強い住環境

●物の表面に付着したウイルスは時間がたてば壊れてしまいますが、物の種類によっては24～72時間くらい感染する力をもつといわれています(※1)。

●新型コロナウイルスの場合、プラスチックやステンレスの表面では最長2～3日も生存するという研究結果もあります(※2)。

●日本の平均的な住環境は、壁や天井はビニールクロス、床は合板フローリング、キッチンや家具などもステンレスや表面がコーティングされた合板がほとんどで、このような住環境で仮にウイルスが付着した場合、ウイルスが長く残ってしまう可能性があるともいえます。

●独自の光熱触媒作用で化学物質を吸着・分解する幻の漆喰は、鳥インフルエンザウイルス感染価を100万分の1に低減する効果が実証されており、ウイルスの基本構造はどれも同じため、新型コロナウイルスなどにも同様の効果が期待されます(※3)。

●風邪やインフルエンザ予防の大敵は「乾燥」ですが、本物の無垢・無塗装の音響熟成木材には、室内の湿度を調整する作用があります。この「調湿作用」を持つ木造の建物は、インフルエンザウイルスの感染リスクを減らすという研究もあります(※4)。

●幻の漆喰も音響熟成木材も、自然の力を引き出した本物の健康自然建材。ウイルスから家族を守る住環境とは、自然の力が活かされた住環境なのではないでしょうか。ぜひモデルハウスや見学会などで「空気の違い」をご体感いただければと思います。

鳥インフルエンザウイルス感染価を100万分の1にする幻の漆喰® 幻の漆喰®ピュアケアウォール®

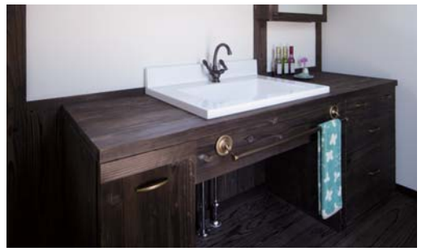
鳥取大学鳥由来人獣共通感染症疫学研究センターによる鳥インフルエンザウイルス(H5N3型)の培養実験で、幻の漆喰®に塗ったウイルスの感染価(感染性ウイルスの数)が30分後に100万分の1に低下しました。センターの伊藤教授は幻の漆喰®の主成分の水酸化カルシウムが水分を含んで強アルカリ性になり、ウイルスを死滅させたと分析しています。
同様の実験で幻の漆喰®ピュアケアウォール®でも同等の結果となり、抗ウイルス効果を実証しています。

花粉症の原因物質も大幅に低減

花粉症研究の第一人者である埼玉大学大学院王教授との共同研究で、花粉症原因物質の花粉アレルゲン濃度を幻の漆喰®が約93%、幻の漆喰®ピュアケアウォール®が約98%、大幅に低減・抑制することが実証されています。

感染のリスクを減らし 免疫力を高めるライフスタイル

Lifestyle To Protect Family From Virus



【手洗い・うがい・マスク・消毒で感染予防】
まずはウイルスをできるだけ体内に入れないことが重要です。こまめな手洗いやマスクの着用は基本ですね。

【バランスのいい食事を食べ過ぎず】
免疫力を高めるには、栄養バランスのいい食事が欠かせません。食べ過ぎや不規則にならないよう気をつけて。

【入浴・運動で血行を良くしておく】
免疫の働きを良くするためには、血行を良くしておくことも大切です。日々の入浴や適度な運動を積極的に。

【体内時計を意識してぐっすり睡眠を】
睡眠不足やストレスは免疫力を低下させます。「体内時計」を意識して自然のリズムにそった規則正しい生活を。

免疫力を高める音響熟成®木材

音響熟成®木材は、木に熱などの負荷をかけない独自の「音響熟成®」で大切な油分やエキスを残し、杉が持つ本来の力を活かしています。杉には、ウイルスや細菌毒素などから生体を守る「免疫グロブリンA」の増加を促し、人間の免疫力を高める効果があるとされています。木の命が木材の命に引き継がれた音響熟成®木材は、免疫力を高める杉の力が存分に引き出された木材です。

ストレスを癒すリラックス空間で健康的に

木の命が生きている音響熟成®木材は、心安らぐさわやかな天然のアロマで、やわらかくぬくもりのある手ざわり。その木目は目にも優しく、心身ともにリラックスできる空間を生み出します。フローリング材は年輪の凹凸が足の裏を心地良く刺激する「うづくり」加工で、夏はべたつかず、冬は冷たくなりすぎず、一年中快適です。免疫力にとって、ストレスは大敵。自然の息吹が香る無垢・無塗装の音響熟成®木材を使った住空間で、日々のストレスを癒し、ウイルスに負けない健康的な日々をお過ごしください。

※1：厚生労働省「新型コロナウイルスに関するQ&A」より（https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryou/dengue_fever_qa_00001.html#Q2-1）　※2：米国国立衛生研究所（NIH）、米国疾病管理予防センター（CDC）、カリフォルニア大学ロサンゼルス校（UCLA）、プリンストン大学の研究者らによる発表　※3：毎日新聞2011年5月20日「漆喰に殺ウイルス能力」記事内より　※4：「木造校舎の教育環境ー校舎建築材料が子ども・教師・教育活動に及ぼす影響」（財）日本住宅・木材技術センター発刊（2004年）

三年目の赤紫蘇の気持ち

Feelings of red perilla in the third year　text by Shibuya Koichiro

施主様からの特別寄稿

四季めぐる空気がうまい家

文◉渋谷浩一郎 様

京都府宇治市で空気がうまい家にお住まいの渋谷様ご家族。四季めぐるその暮らしを、施主様ならではのエッセイにしてお届けいたします。

庭のミョウガダケを切る次男の綴(つづり)君。薬味大好き。

今年は、例年とは全く違った春の過ごし方をした方も多いと思います。

私も例年なら、近所の方と集まり、春のキノコや山菜を採りにいくのですが、大人しく過ごそうとしました。

それでも我慢できずに、息子達と少しだけ山と川に出かけて山菜摘みを楽しみました。

ただ、例年と異なった時間を過ごすことで見えてきたことがあります。

・外に出て思い切り遊びたい
・友達と集まって楽しい会をしたい
・スポーツを楽しみたい

やっぱり人って、こういう事が好きな生き物なんだなぁ…。

きっとあなたも、「もの」が欲しいという気持ち以上に、こうした「体験的・活動的なこと」が好きなのかもしれないと、感じたのではないでしょうか。

ところが、この話と矛盾する点も人はもっているようです。

何でも三年続けると上達するはずなのに…

いくら「体験的なこと」が好きな生き物と言っても、それを継続することは苦手だという側面を誰もがもっています。

例えば、

「健康のために毎日軽い運動をする」

「新しい資格をとりたいから毎日勉強する時間を確保する」

と心に誓っても、なかなか続けることはできません。しかも、それを三年以上も継続させるなんて、かなり難しいものです。

そして、難しいからこそ、三年以上継続することができれば、見違えるほど人は成長することもできるし、大きな成果も出やすいということも私たちは知っています。

「何かすることは好きだけど、続けるのは苦手」…こうして言葉にしてみると、人って不思議だなぁと思うと同時に、不思議だからこそ面白いのかなぁと思います。

こんな事を言っている私も、実は、最近継続に失敗したことがあります。

「庭の端に生えている雑草を毎日少しずつでも抜こう」という計画です。

もしこれを秋まで毎日実践すれば、きっと雑草一つない整備の行き届いた庭になるだろうと思ったのですが、残念ながら継続できない日も出てしまっています。一本でも雑草を抜けば、継続できたことになるのに。

なぜ、継続が大事だと分かっているのに挫折してしまうのだろう?

きっと、あなたも同じような疑問を感じたことがあると思います。

私の場合は、「数日、雑草を抜かなくても何も困らないから」継続できなかったのではないかと考えました。その証拠に、「雑草を抜かなくては困るという状況になると、作業をするか?」と尋ねられると、「作業を行います」と即答します。多少、時間がなくても、体が疲れていてもきっと作業を行います。

つまり、人は環境によって行動が大きく変わるということです。

当たり前と言えば、当たり前の話なのですが、実は、庭に生えていた赤紫蘇は、環境の大切さと継続することの大切さを力強く教えてくれています。

三年目の赤紫蘇が教えてくれたこと

庭があると「家庭菜園でもしよう」と思われる方も多いと思います。

我が家にも小さい庭がありますから、そこで家庭菜園を楽しんでいます。私の場合、香りの強い野菜が大好きなので、バジル・唐辛子・紫蘇・ネギなどを育てることが多いのですが、ホームセンターで種や苗を購入しても、一年目はあまり成長しません。

けれども、二年目になると種や苗を購入しなくても、雑草の様に生えてくるものもあります。なぜかそうして生えてきたものは、世話をしなくてもたくましく育っていくものです。

左の写真は、三年目を迎えた赤紫蘇です。

もちろん、種を購入したものではありません。赤紫蘇には申し訳ないのですが、昨年生えていたことすら忘れていたにも関わらず、こうして生えてきているのです。

彼らと話ができると、とても楽しいと思うのですが、きっとこんな物語があったのでしょう。

一年目は、

「なんだか知らない土地に来たから生活しにくいなぁ。でも、なんとなくこの地のことが分かったから、子どもにはこの地で生きるコツを教えておこう。」

勝手に庭に生えてきた赤紫蘇。

そして、この地で生きる二世代目の赤紫蘇は、要領よく生き、我が家のそうめんの薬味として活躍してくれました。

そして三年目。彼らは、もうこの地で生きるベテランなのでしょう。発芽する量も随分増えて、自信満々で芽を出し始めました。

これから、大した世話をしなくてもたくましく育ってくれるだろうと思います。

山に出かけたときに見つけたセリ。
美味しいセリ鍋になりました。

赤紫蘇は、動くことができないために、与えられた環境を受け入れるしか生きていく道はありません。それでも三年もの時が経つと、随分たくましくなることを教えてくれています。きっと味も香りもたくましくなっているだろうなぁと思いながら、つまみ喰いを我慢しています。

少し間引いてもいいのですが、そうめん好きな息子達は、もう少し大きくなるのを待ってから、薬味として使いたいようなので、もうしばらく我慢することにします。

この我慢は、あと少しの期間ですから、継続できると思います。

See you next time!

季節を味わう

おもやの食卓

なんでもいつでも揃う
いまこの時代に、
あらためて「旬」のものを
見直してみたいと思います。
旬のものは、体にいいし、
なんといっても、
みんなでおいしく
いただけますから。

夏の旬食材 パッションフルーツ

亜熱帯果樹のパッションフルーツは、日本では主に鹿児島県の奄美群島や沖縄で栽培されています。

果肉部分には果物の中でもトップクラスの含有量のβカロテンが含まれます。βカロテンは、体内でビタミンAとして働き、免疫力を高めてくれるので、今の時期に特に食べておきたいフルーツと言えます。

また、胎児にとって重要な栄養成分の葉酸をはじめとしたビタミンB群もたっぷりと含むので、女性には特に嬉しいフルーツです。

ビタミンやミネラルが豊富な種ごと食べられるフルーツでもあるので、ぷるぷるの果肉と一緒にしっかり種を噛んで食べれば、栄養価が余すことなく摂取できます。

買ってきたパッションフルーツは、お部屋で追熟させると、酸味が飛んで甘みが増します。追熟完了のサインは表面のシワ。シワが入ってから冷蔵庫で冷やしていただきます。

産地の奄美群島では、ヘタのところを少しだけ切って黒糖焼酎を注ぎ、一晩冷蔵庫で寝かせ、パッションフルーツ焼酎として楽しんだりもします。

栄養も夏の香りも余すことなく

そのまま食べても十分美味しいパッションフルーツですが、今回は「カード」という、本来は柑橘類から作られるデザートスプレッド（spread＝塗り物）をパッションフルーツで作ってみます。

パンやパンケーキ、アイスやヨーグルトにかけても、クリームチーズやリコッタチーズと一緒にデザートやワインのお供としていただいても楽しい万能スプレッドです。

種ごと使うことで、丸ごと余すことなく、栄養も夏らしい香りもいただくことができます。

文と料理　三輪時子

みわ・ときこ／東京造形大学卒業後、デザイン会社勤務を経て2011年鹿児島に移住後、2013年フードスタイリストとして独立。雑誌、広告の仕事の傍ら鹿児島市に chipie -salon of foodies- という名のアトリエで料理教室などを開催している。

Cooking example

季節を味わう

おもやの食卓

そのまま食べてもおいしいパッションフルーツにひと手間かけると、さわやかに香り立つ夏の魔法がかかります。

愛のあるところ、そこに眼がある

大著『神学大全』で知られる中世イタリアの神学者、トマス・アクィナスの言葉です。愛するからこそ、気に入っているからこそ、物事の深層が見えてくることがあります。料理にかける「手間暇」というのも、愛情ゆえの深層の探究、なのかもしれませんね。美味しい魔法には、愛のある仕込みが肝心。音響熟成木材と幻の漆喰で仕込んだ空気がうまい家も、愛していただくほどにその奥深い真価を実感していただけますように。

母家

パッションフルーツカード
レシピはウェブでご紹介しています

www.e-kaiken.com/omoya/

SAIN ESSAY

変わりゆく世界 未来のために 現在(いま)を生き抜く

浦上 日章
Urakami Nissho

私たちの想像をはるかに超えるスピードと影響力で、あっという間に世界の景色を変えてしまった新型コロナウイルス。

出口はあるのか、いつ訪れるのか、それともまだ入口に過ぎないのか……。考えを巡らせても想像の域をさまようばかりです。

とにかく今私たちを不安にさせているのは「正解が分からない」ということだと思います。言ってしまえば未知との遭遇ですから、当然確実な回答など用意されてはいません。

ただ一つ間違いなく言えるのは、一歩ずつでも確実に、前に向かって進んでいかなければならないということ。

歴史を振り返ってみても、過去幾度となく同じような状況を乗り越えてきています。明確に闘う手段が確立され、必ず安心できるその日が来ることを信じて、今はできることを全力で行い、自分自身を含め、大切な人達を守るための生き方を選択していくことが最も大切だと感じています。

しかしながら、こんなにも深刻で大きな影響になるとは、発生初期の段階では想像すらしていませんでした。

今回のことが直接の原因で失われてしまった命もたくさんあります。

まさか!?と思うような情報がメディアから流れてくるたび、より身近に危機感を抱くようになり、自分自身あまりに無力で認識が甘かったことを痛感いたしました。後悔はしたくない、そう強く思うようになりました。

どんな理由があろうと決して是としてはいけない出来事ばかりですが、全てを無駄にしないためにもそこに何を感じ取るのか、一つ一つの行動と選択が瞬時に未来を分けてしまう可能性があるのだということを受け止め、この先の教訓としていかなければならない、そう思います。

新型コロナウイルスは、私たちの意思とは無関係に、日々の生活スタイルだけではなく、経済の状況すらも大きく変えてしまいました。

それまで当たり前に行われていたことが、突然出来なくなる、ある意味強制的な時代の変革。そう表現せざるを得ません。

これから先、また別の予期せぬ新たな脅威と遭遇するかもしれない。このような逆境と日々共存していかなければならない未来が待ち受けているかもしれない。

あくまで個人的な見解になりますが、私たちはそういう未来を少しでも回避するためにも、改めてこの地球環境という奇跡的な環境下で生かされていることに感謝し、手と手を取りあって、命の源であるこの環境を大切に守っていく必要があるのだと感じます。

そして、それこそが即ち自分たちを大切にするということと同義であり、明るい未来への近道であり、希望であると思うのです。

世界はこれからも事あるごとに大きな変革を遂げていくことでしょう。ですが命と環境を尊重する想いだけは決して変えずに持ち続け、後世へと正しく導いていかなければならない、私たちに課せられた大事な使命だと思います。

だからそのために……現在(いま)を精一杯生き抜いていきましょう!

SAiN 読者アンケート

ぜひアンケートにお答えいただき、プレゼントご応募ください！

ご愛読いただきありがとうございます。これからも読者の皆様にますます喜んでいただける情報誌『SAiN』にしていくために、どうぞアンケートにご協力をお願いいたします。お名前・生年月日・性別・ご住所・TEL・職業・『SAiN』裏表紙に記載されている「正規取扱店名」をご記入の上、アンケートにお答えいただき、下記宛先までご応募ください。下のアンケート専用ハガキ・WEBでもご応募できます。

Q1 『SAiN』を知ったきっかけは？
①セミナー　②見学会・展示会　③DM　④友人・知人からの紹介　⑤その他

Q2 「健康住宅」のイメージは？

Q3 いちばん印象に残った記事は？（番号をご記入ください）
①表紙　②P1. 目次　③P2. 代表メッセージ　④P3.「無添加」というだけでは「健康住宅」と言えない？　⑤P4. KAIKENブランド　⑥P5・6・7・8. 全国体感録（福岡県T様邸）　⑦P9・10.［特集］ウイルスから家族を守る住まいとライフスタイル　⑧P11・12. 施主 渋谷浩一郎様エッセイ　⑨P13・14・15. おもやの食卓　⑩P16. SAiNエッセイ　⑪P17. こだわりプレゼント　⑫P17. 編集ほのぼの後記　⑬裏表紙　⑭その他（　　）

Q4 役に立つと思われる記事はどれですか？（「Q3」の番号よりお選びください）

Q5 今後取り上げてほしいテーマ　**Q6 『SAiN』へのご意見・ご感想**

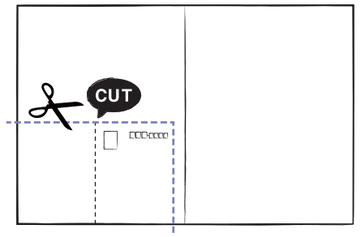
Q7 ご希望のプレゼント番号とプレゼント名（第1・第2希望まで）

ご応募締切 2020年8月16日 当日消印有効

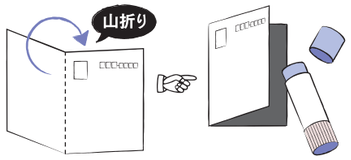
●ハガキ応募先 〒814-0171 福岡市早良区野芥2-27-5
カイケンコーポレーション（株）「SAiN」夏号vol.65 プレゼント係
●WEB応募先アドレス ＊スマートフォンは右のバーコードから☞
https://fkfb.f.msgs.jp/webapp/form/21221_fkfb_2/index.do
※当選者の皆様は次号（2020年秋号 vol.66／2020年9月発行予定）にて発表させていただきます。

アンケート専用ハガキの使い方

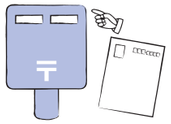
1. ハガキにご記入いただいた後、切り取り線に合わせて、ハガキを切り取ります。



2. 切り取ったハガキを山折りにし、中面にのりをつけ、貼り合わせます。



3. 記入漏れがないか確認いただき、郵便ポストへ投函ください。



キリトリ

（フリガナ）　生年月日　年　月　日
お名前　性別（男性・女性）
ご住所　〒
お電話
Eメール　メールマガジン配信 □希望 □希望しない
ご職業　会社員・公務員・自営業・学生・主婦・その他

『SAiN』を知ったきっかけは？（番号を○でお囲みください）
① セミナー　② 見学会・展示会　③ DM　④ 友人・知人からの紹介　⑤その他（　　）

「健康住宅」のイメージは？

いちばん印象に残った記事は？（番号を○でお囲みください）
①表紙　②P1. 目次　③P2. 代表メッセージ　④P3.「無添加」というだけでは「健康住宅」と言えない？　⑤P4. KAIKENブランド　⑥P5・6・7・8. 全国体感録（福岡県T様邸）　⑦P9・10.［特集］ウイルスから家族を守る住まいとライフスタイル　⑧P11・12. 施主 渋谷浩一郎様エッセイ　⑨P13・14・15. おもやの食卓　⑩P16. SAiNエッセイ　⑪P17. こだわりプレゼント　⑫P17. 編集ほのぼの後記　⑬裏表紙　⑭その他（　　）

役立つと思われる記事は？☞上の質問の回答番号よりお選びください＜　＞

今後取り上げてほしいテーマ

『SAiN』へのご意見・ご感想

ご希望プレゼント番号とプレゼント名をご記入ください　第1希望　第2希望

※アンケートにご協力ありがとうございました。プレゼント当選者は次号『SAiN』に掲載いたします。

山折り

料金受取人払郵便
城南局承認
201
差出有効期間 令和2年4月1日から令和4年3月31日まで ＜切手不要＞

郵便はがき

814-0190

福岡市早良区野芥2-27-5
カイケンコーポレーション（株）

『SAiN』夏号vol.65 プレゼント係

ご愛読頂きましてありがとうございます。
アンケートにご記入いただきましてご応募ください。

この『SAiN』の裏表紙に記載されている正規取扱店名を下記にご記入ください☞

※お預かりした個人情報は、カイケンコーポレーション（株）と正規取扱工務店からのイベントや見学会のご案内、本やプレゼント発送、アンケート集計以外には利用いたしません。尚、お客様の個人情報は厳重に管理し、第三者に譲渡することはございません。

キリトリ

こだわりプレゼント

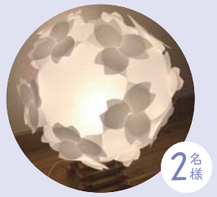
※ご応募締切 2020年8月16日（日）

1 音響熟成木材 手づくり テーブルセット

音響熟成木材手づくり家具の中でも人気が高い、テーブルと椅子のセット。使い込むほど木肌がなめらかになり、美しいツヤも出て、時とともに愛着が増していきます。写真のデザインで、寸法調整につきましてはご対応させていただきます。※当選者決定後の製作となります

2 音響熟成木材とコハルライトのコラボライト

特製和紙シートを組み立てると、桜の花びらが立体的にうきあがる素敵なインテリア照明器具「コハルライト」。さくら色と電球色に切替でき、2つの違う雰囲気が楽しめます。このコハルライトと音響熟成木材の手づくりスタンドをセットにした特別コラボアイテムです。



3 オーガニックワイン リースリング ベーレンアウスレーゼ 白

特別な年にだけ作られる、オーストリア・クレムスタールのデザートワイン。淡くゴールドを帯びて輝くイエローの色。華やかで甘い気品が漂う、熟してとろけそうな果実の香り。そして、幸福な余韻を長く残す、上品で繊細な甘口の味わいがお楽しみいただけます。

4 ヴィーガンクッキー リリーバリー クッキー詰め合わせ

ヘルシーで体に負担をかけないお菓子が評判の福岡のヴィーガン・スイーツカフェ「リリーバリー」。白砂糖、卵、乳製品などを使わず、メープルシロップやオーガニック食材などのピュアでクリーンな素材を使った、奥深い味わいのクッキー詰め合わせです。

ご当選おめでとうございます！ 2020年 春号（64号）プレゼント当選の皆様

①音響熟成木材手づくりテーブルセット
内丸 英莉 様

②音響熟成木材×コハルライト コラボライト
辻 嘉和 様　細川 香織 様

③オーガニックワイン
工藤 豪人 様　笠松 左耶花 様　篠崎 美和 様

④ヴィーガンクッキー詰め合わせ
渡瀬 唯 様　片山 亜紀 様　小野 桃香 様
藤井 智之 様　末竹 明日香 様　田中 信子 様

☞今号のプレゼントは左ページのアンケートにお答え頂きハガキ・WEBでご応募ください
＊WEBサイトプレゼントご応募アドレス
☞ https://fkfb.f.msgs.jp/webapp/form/21221_fkfb_2/index.do

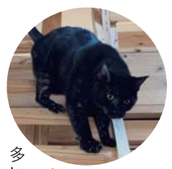
右のバーコードからもお申し込みフォームへアクセスできます☞

編集ほのぼの後記

新型コロナの影響で被害や不幸に遭われた全ての方々に対して、心からのお見舞いとご冥福をお祈りいたします。また今もなお最前線で奮闘いただいている医療従事者の方々をはじめとする全ての人に心からの敬意と感謝を申し上げます。

どんなかたちであれ、この現状もいずれは少しずつ落ち着きをみせてくるかとは思いますが、私たちはこれからもこれまで通り、自分自身だけでなく、かけがえのない大切な人を守るため、より健康な住空間で暮らすことの必要性を発信し続けていく、そのことに全力を投じていきたいと思います。

チロクロ日記



家で過ごす時間が増えた今の時期だからこそ、これまで以上にペットと過ごす時間が増えた方々も多いのではないでしょうか。6月にも入り天気もジメジメとしてきて、またこの時期とは思えないすごい暑さの日もあり、私たちだけでなく、チロクロにとってもなんだか過ごしにくい日が続いています。建物の中で過ごす時間は人生の大半を占めます。このような状況下でさらにその時間も増え、改めて住空間って大切だなぁと考えさせられています。それではまた次回！

SAiN 編集部 浦上日章

「空気がうまい家」
KAIKEN CORPORATION
カイケンコーポレーション株式会社
◎お問い合わせはフリーダイヤルでお気軽に（9:00〜17:00 ※土日祝／休）
0120-874-814
●本社／〒814-0171 福岡市早良区野芥2-27-5
●電話／092(874)6110 ●FAX／092(874)6113
◎最新情報はWEBサイトでどうぞ http://www.e-kaiken.com カイケンコーポレーション
●「空気がうまい家」「音響熟成木材」「幻の漆喰」「清活畳」はカイケンコーポレーション株式会社の登録商標です。商標登録「音響熟成木材」登録第4739348号取得「幻の漆喰」登録第4739347号取得「清活畳」登録第4827042号取得●「音響熟成木材」「幻の漆喰」「清活畳」は正規取引店のみでお取扱いしております。類似品にご注意ください。お取扱い工務店等はWEBサイトでお確かめいただけます。

SAiN 2020 SUMMER ISSUE vol.65　発行●カイケンコーポレーション株式会社　〒八一四〇一七一福岡市早良区野芥二の二七の五　電話〇九二(八七四)六一一〇
【季刊】年4回・3月・6月・9月・12月発行
© KAIKEN Co. All Rights Reserved.　※無断転載・複製を禁じます

お問い合わせは●カイケンコーポレーション健康自然建材 正規取扱店