

Colorful

HASHIMOTO HOMES
LIFESTYLE MAGAZINE

2019
APR&MAY
VOL.29
隔月発行

「特集」

新茶

Japanese First Tea

畳

Given the living

Timeless modern accessories us

バタフライツール 株式会社天童木工

HEALTH

リフレッシュに最適! 簡単ストレッチ

RECIPE

新茶に合うお菓子、どら焼き



Hashimoto
HOMES
TIMELESS MODERN

新茶

いよいよ新茶の季節。縁起の良い新茶で心も体もほっこり。

「新茶」とは、その年の最初に生育した新芽を摘み採ってつくったお茶のことです。
鹿児島などの温暖な地域から摘み採りが始まり、桜前線と同様に徐々に北上していきます。
「新茶」と「一番茶」とは基本的に同じお茶のことで、呼び方が異なるだけです。

その使い分けとしては、「一番茶」はその後に摘み採られる「二番茶」「三番茶」などと対比して使われることが多く、「新茶」は一年で最初に摘まれる「初物（はつもの）」の意味を込めて、また「旬」のものとして呼ばれる際などに使われます。
新茶の特徴は、何ととっても若葉の「さわやかですがすがしい香り」にあります。

また、新茶は「二番茶」「三番茶」に比べて苦渋みのあるカテキンやカフェインが少なく、旨み、甘みの成分であるアミノ酸が多い傾向にあります。

八十八夜

八十八夜とは、立春から数えて八十八日にあたる日のことを言います（だいたい5月2日頃）。
八十八夜は、春から夏に移る節目の日、縁起のいい日とされてきました。
この頃は、茶摘みの最盛期でもあり、気候条件も含め、極上のお茶となります。
また、八十八夜に摘み採られるお茶は、古来より不老長寿の縁起物の新茶として珍重されています。

せっかくですから“旬”を感じながらご自宅でほっこりとしてみませんか？

おいしい新茶のいれ方（2人分）

おいしさの目安（1人あたり）

- 茶葉の量 ——— ティースプーン2杯くらい
- 湯の温度 ——— 70～80℃
- 湯の量 ——— 150～200ml
- 浸出時間 ——— 約40秒

- ① 茶葉を入れる。
（1人あたりティースプーン2杯くらいが目安。茶葉は心もち多めに入れたほうが、味わいが深くなる。）
- ② お湯を一度湯のみに移し、湯冷ました湯を注ぐ。
（お湯の温度：70～80度）
- ③ 約40秒抽出した後、急須を軽く2～3回まわす。
※これにより茶葉が開き、味がしっかりと出る。
- ④ 少しずつ均等に注ぎ分け、最後の1滴までしぼりきる。

ポイント

新茶は、渋みや苦みが少なく、逆に旨みが多いため、若葉のようなさわやかな香りがあります。さわやかな香りとほどよい渋みを楽しまたい場合には、やや熱めの湯でさっと抽出するとよいでしょう。逆に、湯を70度くらいまで冷ましてからじっくりと抽出すると、旨みの多い味わいになります。

暮らしを考える

今号のテーマ
「畳」



●リビング内にある畳コーナー

日本人の暮らしに長きに渡り採用されているロングセラーアイテム

畳の歴史は古く、奈良時代、聖武天皇が使ったのが畳の始まりとされています。その頃は、座るときに敷いて座らない時は片付けており、今でいうと座布団のようなものでしょうか。以降、寝殿造りから書院造りへ様式が変化し、部屋が独立していきました。江戸時代からは畳を中心とし、そのサイズに合わせて柱の間隔や戸、障子の大きさも決められてきました。現代においても、我々は部屋の大きさをリビングであっても「〇畳」と聞くとそのサイズ感をイメージしています。

●ちょっとロフト的な 隠れ家のような畳コーナー



●独立した客間



●食事は座ってとるから
畳敷きに



現代人の暮らしにも溶け込む

21世紀以降は、暮らしそのものが欧米化したこともあり、“座る”が椅子やソファが中心となり和室がなくなってきており、畳の需要が減ってきました。しかし最近では、フロアにはない保温と湿度調整の機能から、温かみや快適さを感じるものとして人の暮らしに溶け込み、和室だけではなくLDKになじむようにその一角へやさしさを再認識される形で採用される家も増えてきています。



タイムレスモダンな小物たち#03

LONG LIFE DESIGN



株式会社天童木工 バタフライスツール

蝶が羽を広げているかのようなフォルムがその名の由来。同形の2枚の成形合板と1本の金属棒を組み合わせるシンプルな構造ですが、美しく柔らかな曲線が魅力的です。

日本の工業デザインの礎を築いた柳宗理氏により、図面やスケッチを描かずに手を動かしながら進めるデザイン手法でこのフォルムが生まれました。

日本の美意識と西洋から取り入れたモダニズムが融合したデザインは、どのようなインテリアでも落ち着いた彩りを与えてくれます。

日本を代表するデザインとして国内外で非常に高い評価を受け、ニューヨーク近代美術館、ルーブル美術館のほか、世界各国の美術館に収蔵されています。

1956年の発表から60年以上に渡って愛され続けてきたこのスツール。日本的な香りのするフォルムと欧米モダニズムが融合し、戦後日本の近代化の象徴であるとして、2016年にグッドデザイン・ロングライフデザイン賞を受賞。

リフレッシュに最適！ 効果的で簡単なストレッチ！

ストレッチは入念に準備をしておむものばかりではありません。仕事中のスキマ時間や寝る前に、目的にあった方法で実践できるとも身近で安全な運動です。

座ったままでできたり、会社でできたり、寝たままでできたりなど様々なやり方があるので気軽に普段の生活に取り入れて健康で気持ちのいい毎日を過ごしましょう。

ただ、急に体を動かすとケガをする危険性もあるので自宅でじっくりストレッチをする場合はその前に準備体操をしておきましょう。

- 気になった時にその場でできる簡単なストレッチを毎日の習慣にすると◎
- 寝る前のストレッチは快眠効果もあって効果的
- 仕事のスキマ時間にサクッと実行するのも◎



(足全体のむくみに効く) ※左右5秒キープ×3セット

足の裏を両手でしっかり持ち、そのまま足をあげる。
できるだけ足をのばしながらつま先が天を向いている角度をキープ。

デスクワーカーにおすすめ 簡単首肩ストレッチ



10秒×3セット



左右
10秒×3セット

首の筋肉がほぐれると、目の疲れも取れます。
肩こりは凝りすぎると頭痛・吐き気をもよおすこともあるので血流を良くしましょう。

体を動かすとポジティブになり、うつ病の症状が緩和されるという研究結果があるそうです。
運動嫌いでも、手軽に気持ちよくできるので続けられる、それがストレッチです。

RECIPE



簡単! フライパンでつくる和スイーツ♪ 基本のどら焼き

材料(4個人分)

- 卵……………1個
- はちみつ(水あめでも)…大さじ1
- 薄力粉……………70g
- 水……………大さじ2
- 上白糖……………30g
- 重曹……………小さじ1/3(2g弱)
- しょうゆ……………小さじ1/4
- あん(大納言粒あん)……120g

【おいしくなるコツ】
パンケーキの和風版。フライパンをきちんと温めてから生地を流すときれいにふんわり仕上がります。

調理方法

- ① 溶き卵と上白糖・はちみつ(水あめ)をボールに入れて泡立て器から生地がとろりと落ちるくらいまで泡立てる。少し白っぽくなる程度でよい。泡たてすぎないこと。
- ② 重曹を水で溶いて加え混ぜ、しょうゆ・薄力粉を加えて泡たて器でさっと混ぜる。混ぜすぎは焼き縮むので注意。ラップをして15分~30分休ませる。ずっと流れるくらいの固さ。
- ③ 熱したフライパンに生地を大さじですくって(ミニ生地大1・普通サイズ生地大2)一杯分ずつ天板にながす。7cmφくらいに広げる。
- ④ 表面が乾いてぶつぶつと穴があきはじめてたら、フライ返しで裏に返す。表8分裏2分の感じで裏はざっと焼く。
- ⑤ 焼き色の面を上にしてバットにペーパータオルをしいてのせ、ラップをして乾かないようにして冷ます。
- ⑥ 皮一枚にあんを広げ、別の一枚ではさんで完成!皮は翌日の方がしっとりとして美味しい。

豊かな暮らしを実現する健康快適住宅

Hashimoto HOMES



■ EVENT 情報 ■

EVENT 1

4.14 SUN / 5.19 SUN 13:00-16:00

住まいの賢学会～バスツアー～

オーナー様邸の実際の暮らしを
拝見する人気の企画！
住まいづくりされる方にはぜひおすすめです。

EVENT 2

5.3 FRI / 4 SAT / 5 SUN / 6 MON & 11 SAT / 12 SUN 10:00-17:00

新築実例見学会「ふたつのリビングを愉しむ家」
in岡山市北区青江

ハシモトホームズが得意とする
ナチュラルモダンスタイルの住まいが完成！
ぜひお越しください。



MODEL HOUSE OPEN

売 地 情 報

岡山市南区浦安南町

西日本を中心とした豪雨により被害を受けられました皆様には心からお見舞い申し上げます。
一日も早い復旧を心からお祈りいたします。

(お問い合わせは弊社ホームページまたは下記のフリーダイヤルまでご連絡ください。)

ハシモトホームズ/橋本興産株式会社  0120-31-5151 www.h-homes.co.jp
〒702-8022 岡山市南区福成2丁目21番31号 (ハシモトホームズリビングスクエア)



「COLORFUL (カラフル)」は、ハシモトホームズが提案する暮らしを豊かにするライフスタイルマガジンです。季節を感じ、日常にプラスして、ちょっとお洒落で楽しい気分を感じて欲しいとの想いでハシモトホームズのスタッフが自ら製作をしています。定期に購読を希望される方は、ホームページよりご連絡ください。無料で送付いたします。