

vol. 22

団地生活の安全・安心・快適をサポートします

JS plus
[ジェイエス・プラス]

JS LIFE DESIGN MAGAZINE

CONTENTS



- 1 特集
バスタイムをもっと楽しもう！～お風呂でココロもカラダもリフレッシュ～
- 8 快適生活のミニ知識
本多弘美の 収納上手へのポイントレッスン ～リビング編～
- 9 随筆
「メモ帳から」その22 大槻茂
- 10 CLOSE UP 団地ライフ
わが街づくりの合言葉は「子どもたちに故郷を！」
千葉県千葉市の千葉幸町団地自治会
- 12 平野レミの“早ワザごはん”
- 14 こんにちはJSです。
技術開発品のご紹介をしていますー技術開発研究所 開発企画課
- 16 読者のお便りから READER'S COLUMN
- 17 JSからのお知らせ JS INFORMATION

表紙イラスト：国分 チェミ

特集

バスタイムを もっと楽しもう！

～お風呂でココロもカラダもリフレッシュ～



お風呂はリラックスできる絶好の空間です。
お風呂に入っのんびりすると、疲れがとれて
ココロもカラダもさっぱりしてリフレッシュできます。
そんな毎日のバスタイムですが、入り方次第で
入浴効果が驚くほど違ってくるのをご存知ですか？

お風呂の入り方の基本をきちんと知って
気持ちよく温まりましょう。

身近な植物で季節を感じる薬湯の楽しみ方や、
お風呂でこりをほぐす方法などもご紹介。
極上のリラックスタイムを過ごしましょう。

気持ちよく入浴するためのバスタイムの基本



まずはお風呂の入り方の基本のおさらいから。「基本は知ってます」と言う方も、ちょっとお耳を拝借。お話しは、東京ガスの都市生活研究所でお風呂の研究をしている興梠真紀さん。お風呂空間の専門家に、さっそく教えていただきましょう。

●血行促進効果が高い入浴法

日本人は昔からお風呂が大好き。寒い時期は熱いお湯につかって温まりたくります。

「お風呂の入りで、みなさん誤解しているのがその温まり方です」と興梠さん。えっ、誤解！？

「お湯の温度を熱くすると湯船に長く入ってられないので、温まるのは皮膚の表面だけになります。これでは体の芯から温まって血行を良くすることができません。血液は1分間に約1周のスピードで体内をめぐる。体の芯から温まるには、ぬるめの温度でゆっくり入ることがおすすめです」

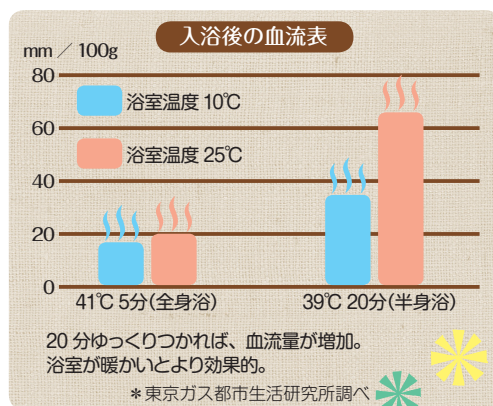
寒い時期に、ぬるめのお風呂に入るなんて思ってもみませんでした。興梠さんに、ぬるめのお湯について詳しく教えてもらいましょう。

「熱いかぬるいかは 40℃が境になります。38℃から 40℃がぬるめ、冬場は 40℃くらいが適しています。ベビー用の湯温計などを使ってお湯の温度を確かめてみると、実際に入浴温度が分かります。ぬるめのお湯につかると副交感神経が働き、心と体をリラックスさせてくれる効果があります。長くお湯につかると、全身の血行が促進されて体の芯か

らポカポカします。ぬるめのお湯は、体が冷えているときやリラックスしたい就寝前などにぴったりです」

のんびり温まった後、すぐに寝ちゃえば熟睡できる？

「残念ながら、体温が高い状態のときは深い眠りに入りにくくなります。少なくとも、就寝の1時間以上前に入浴をすませてくださいね。そうすると、快眠を得やすくなります」なるほど。誤解していることが、いろいろありそう……。



●ヒートショックに気をつけよう！

「冬場の入浴で気をつけたいのがヒートショックの危険です」と興梠さん。

ヒートショック、それは何ですか？

「ヒートショックというのは、温度の刺激が引き起こす血圧の急変動などが体へ負担を及ぼすことです。例えば、暖かな部屋から冷え切った浴室に移動して裸になると、寒さで血管が収縮して血圧が急激に上がり、お湯につかると、今度は血圧が急激に下がります。浴室の温度が低いほど血圧変動が激しくなり、心臓などに負担を与えます。特に高齢者は負担を受けやすく、深刻な事故につながる可能性があります」

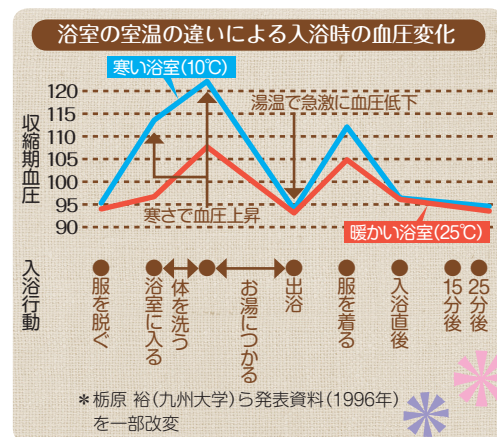
なんと！浴室での死亡事故は交通事故による死亡率より高いという統計もあるそうです。ではヒートショックを避けるためには、どうすればいいのでしょうか？

「居室と脱衣所、浴室の温度差が少ないのが理想的です。冬場に一番風呂に入るときは浴室や脱衣所を暖かくする工夫をしてください。浴室は水を使う場所なので居室用の暖房器具は安易に使えません。浴室用の暖房機があると安心で便利です。他に手軽な方法としては、シャワーを高い位置から浴槽に向けて給湯すると、湯気で浴室が暖ま



り、お湯も無駄になりません。そして家族が続けて入ると、浴室が暖まっていますので安全に入浴することができます。間取りにもよりますが、

脱衣所は暖房器具を使って暖めたり、ドアを開けて居室から暖かい空気を取り入れるようにするといいですね」



興梠 真紀さん - maki koroki -

東京ガス株式会社にて都市生活研究所主幹研究員。風呂文化研究会事務局長。浴室空間やお湯空間のあり方の研究を専門にお風呂の研究に努めている。生活者のニーズ研究やお風呂などの設備の技術開発を数多く手がけた経験を生かし、生活者の視点から新たなお湯の使い方や住空間の提言を行っている。主な著書に共著『しあわせバスタイムレシピ』がある。



もっとリラックスするための入浴法



お風呂に入るとポカポカ温まって、心も体も芯からリラックスできます。お湯の中でのんびりとリラックスするための入浴法を、興梠さんに教えていただきましょう。

●半身浴でゆっくりリラックス

「お風呂でリラックスしたいときは浅めのお湯にゆっくりつかする方法がおすすめです」と興梠さん。

浅めのお湯の入浴法といえば、半身浴ですね。

「はい。半身浴はみぞおちの下あたりまでゆったりつか入浴法です。深いお風呂に比べて体にかかる水圧が少ないので、体への負担が少なくなります。半身浴の良いところは、まず長く入れること。肩までお湯につかる全身浴に比べて、半身浴は心臓にかかる負担が少なくゆったり長く入れるのでリラックスできます。入る時間は、血行が良くなり体が芯から温まってじんわり汗ばむくらいが目安です。39℃のぬるめのお湯で20分、ゆっくり半身浴をすることでストレスが減りやすくなることがわかっています。家族で共用のお風呂でお湯を減らしたくない場合には、お風呂用のイスを湯船の中で使うといいですね」

冬場に長い間お風呂に入ると、寒くなってくるのが気になりますが……。

「肩が寒いときはタオルをかけたり、お湯が冷めてきたら、ときどきシャワーでお湯を湯船に向けて給湯して、浴室も湯船も暖め



ながら入るといいですね」

バスグッズを扱っているお店をのぞいてみると、半身浴用のケープや、頭と首をリラックスさせるバス用の枕など、半身浴専用のグッズが揃っています。また、ケープの代わりにトレーナーのすそを短く切ったものも十分使えます。

●昼間浴でプライベートタイムを楽しむ

暖かい昼間に入浴するのはいいが、と興梠さん。

「バスタイムは誰にもジャマされないで、のんびり過ごせる自分だけの時間です。子育て中のママたちの間で好まれているのが、昼間にのんびり入浴すること。子どもたちのいない昼間にゆっくりお風呂に入って体を温め、ママたちも疲れをとってリフレッシュできるみたいですね。お風呂のフタをデスク代

わりにして、その上にタオルを広げれば濡れた手をすぐに拭けますし、水分補給用のペットボトルなども置けるので便利です。ゆっくり雑誌を読んだり、音楽を聴いてリラックス。

🔥 基本的なお風呂の入り方

①かけ湯

足から順にかけ湯をして軽く汚れを落とし、体に湯温をなじませます。

②お湯につかる

ゆっくりつかって、汗ばむくらいまで温まります。温まってきたら、顔や首のマッサージをするといでしょう。

③体や髪を洗う

体が温まると汚れが落ちやすくなり、皮膚も柔らかくなっています。タオルなどで体をゴシゴシこすらないで、石鹸を泡立てて、泡を体につけて軽く洗うくらいで大丈夫。

④お湯につかる

サッとつかただけ。脚などのマッサージをした後は、お湯につからずに上がります。よくなった血液やリンパの流れを水圧で阻害してしまうこともあるので。

⑤かけ水

最後にシャワーで手足に「かけ水」をして手足の温度を下げると、湯冷めしにくくなります。



のぼせ予防には冷たいペットボトルなどを使って、おでこか首の後ろを冷やしてください」

●全身浴で肩こり解消！

つらい肩こりには、肩までつか全身浴がおすすめ、とのこと。

「体のこりは、温めて血行をよくすることでほぐれやすくなります。お湯に肩までつか全身浴で、こりがかなりほぐれます。つか時間は10分を目安にしてください。泡が出るタイプの入浴剤を入れたり、お湯の中で繰り返し手足の指を閉じたり開いたりすると、血行促進効果が高まり、こりがさらにほぐれやすくなります。」

🔥 シャワーを使いこなそう

シャワーをもっと活用してほしいという興梠さん。

「石鹸を使わずに1分間シャワーを浴びるだけでも体臭の原因となる皮脂を落とし、その後の皮脂量も抑制するので、体臭予防に有効です。また、朝シャキッと目覚めたいときは、まずコップ1杯の水を飲んで睡眠中の発汗による水分不足を補った後で、41℃から42℃くらいの熱めのシャワーを3分から5分くらい浴びます。熱いシャワーを浴びると交感神経の働きが活発になり目覚め効果に」



バスタイムをもっと快適に



いつものバスタイムをより楽しくするために、誰でも簡単に実行できることを興侶さんが提案してくれました。ちょっとした工夫で、快適で贅沢なバスタイムを過ごしましょう。

●季節のお風呂を楽しもう

「日本の季節行事として親しまれてきた薬湯で、お風呂を楽しむことができます。冬にぴったりの薬湯をご紹介します。

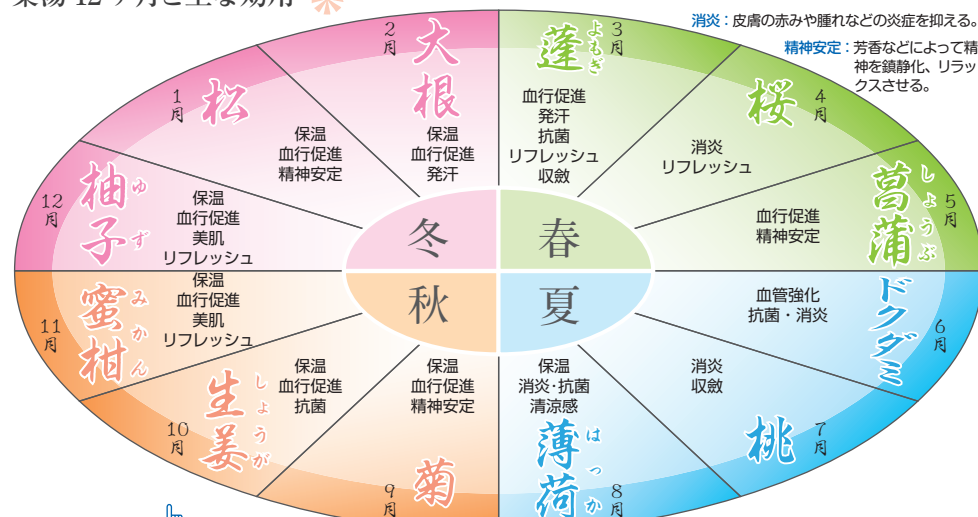
“柚子湯”は、柚子の芳香成分が気持ちをほぐしリラックスできます。血行を促進し、新陳代謝も活発になり、しっとりとした冬の乾燥した肌に潤いを与えてくれます。

“松湯”は松の葉に含まれている精油成分が血行を促進し、森林を思わせる香りが気

持ちをほぐします。

“大根湯”は、栄養豊富な大根の葉を干して使います。干すことで葉に含まれるビタミンやミネラルなどの成分が出やすくなります。葉には温泉成分と同じような塩化物なども多く、皮膚のタンパク質と結合して膜となり保温効果を高めます。入浴後も発汗が続く、新陳代謝が促進されます。身近な植物の香りや効能を楽しむ薬湯を、ぜひ試してみてください」

薬湯 12 ヶ月と主な効用



収斂 (しゅうれん)：血管を収縮させ、分泌物を抑える。止血や消炎効果がある。

消炎：皮膚の赤みや腫れなどの炎症を抑える。

精神安定：芳香などによって精神を鎮静化、リラックスさせる。

【薬湯の注意点】

- ① 葉や花、実などを循環口・排水口に詰まらせないよう、なるべく袋に入れて使しましょう。
- ② そのまま浮かべたときは、お湯を流す前に取り除いて。
- ③ 入浴後はその日のうちに掃除してください。

* 東京ガス「季節のお風呂十二ヶ月」より

冬の薬湯の作り方



柚子湯

大きめのボウルに柚子を2～3個入れ、2ℓの熱湯をかけて20分ほど蒸らします。冷めたら袋に入れ、絞り汁を浴槽に注ぎ、布袋はそのまま湯に浮かべます。また、果実を半分あるいは輪切りにしてお湯に浮かべても。



大根湯

大根の葉は1本分を風通しのよい日陰に吊して乾燥させ、細かく刻んで布袋に詰めて浴槽に入れ、水から沸かします。

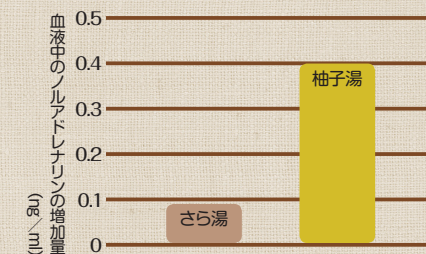


松湯

松の生葉 200～300gをぬるま湯でよく洗って鍋に入れ、水から火にかけて15～20分ほど煮出し、布でこします。煮汁だけを使います。



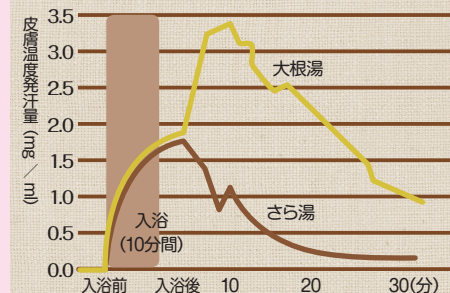
■柚子の血管拡張効果



▲冬の血行促進に効果的な柚子湯

* 東京ガス都市生活研究所調べ

■大根の発汗量の変化



▲冬のカラダ暖め効果が高い大根湯

* 東京ガス都市生活研究所調べ

●お風呂をちょっと贅沢な空間に

「ほんの少し、バスルームの雰囲気を変えてみましょう。キャンドルを灯したり、お風呂用のフローティングキャンドルを浮かべたり、水中用懐中電灯をバスタブに沈めて、幻想的な雰囲気を楽しめます。お気に入りのバスグッズやシャンプー、好きな香りの石鹸を使うのもいいですね。お風呂上がりに、肌触りのいいホテル仕様のタオルやバスローブを

使ってみると、お風呂上がりがいつもより気持ちよく過ごせます」

ぬるめのお湯につかりながら、爪や肘のお手入れをしたり、女性なら顔のマッサージやパックをするのもいいですね。よい香りに包まれて、揺らめく灯りを見ながら、ゆっくり流れていく時間。心も体も心地いいバスタイムを過ごしましょう。



モノがあちこちになってしまう、通信物やパンフレットがどんどん増えていく…、そんなリビングの困ったを解決することから始めましょう。

リビングは家族みんなが集まり物を持ち寄るので、散らかりやすく、物があふれやすい場所です。何をどこにしまうかははっきりさせる“指定席”を作ることが必要です。

テレビまわりの収納

リビングでは、テレビを中心に個人の物や共通の物が集まってくるので、テレビの近くにDVD・ビデオグッズや家族共有生活雑貨のしまい場所を用意して収納しましょう。分類後、決まった場所にしまい込んでおくだけで見た目もスッキリ。



▲手作りの収納家具（中・小型テレビ用）を作ってみましょう。テレビ台の両側にカラーボックスを置き、上に天板を渡すだけ。同じ要領で背文が同じ低めの家具二つに天板を置いてOK。どちらもし字金具等でしっかり固定しましょう。リモコン類はテーブルやソファー近くを指定席と決めて箱やカゴなどに。

日々増えていくものをまとめる

公共料金の領収書、ダイレクトメールや郵便物等の整理を後回しにすると、どんどんたまってしまいます。まずはざっくり大雑把に分けておけば、時間があるときに家計簿に移しかえるなど、後の整理がかんたんになります。

公共料金の領収書は一般のものと分けておくとう便利。下敷きにクリップで留めて、電気、ガス、水道等に分けて古い日付から順にためていきます。



▲ティッシュ箱を二つ折りにして背中を貼り合わせると、確認前＆確認後の郵便物を整理する箱になります。年賀状もOKです。



◀取扱説明書、保証書、カタログ等は分類インデックスを用意してA4ファイルケースに入れましょう。中が少しぐらいゴチャゴチャでも棚にしまえばスッキリ。



「メモ帳から」その22

大槻茂

古来、皇太子のことを東宮とも言い、住まいを東宮御所と呼ぶ。東宮御所の事務方の責任者が、東宮大夫（とうぐうだいぶ）である。平成元年に大夫に就任、皇太子さまと雅子さまとのご結婚に尽力した菅野弘夫さんが、11月23日に亡くなった。知遇を得たのは、菅野さんが前職の国立公文書館長時代だった。私は昭和60年に宮内庁詰めの記者を外れたので、直接仕事で接したことはないが、皇太子ご夫妻がらみの忘れられない思い出がある。

平成5年夏、私は妻と山陰を旅した。

夕刻、萩市のホテルでテレビのニュースを見ていると、自然公園大会の式典に出席するために、結婚間もない皇太子ご夫妻が萩市を訪問されたことを放送していた。その画面に、随員の菅野さんが大きく映っていたのである。市内の小料理屋で飲んでいるうちに菅野さんに会いたくなり、宿舎にいるはずの菅野さんに「萩にいるんですよ。飲みに出て来ませんか」と電話をした。すると、「いや懐かしい。こっちにおいでよ」ということで、妻と2人でご夫妻の宿舎を急遽訪ねた。

厳重な警戒の中、大夫の手配のおかげで丁重に部屋まで案内された。手ぶらでは失礼と、昼間、自宅用買った萩名物の夏みかんをくりぬいた羊羹をご夫妻と大夫に一つずつ持参した。大夫の晩酌の相手をする事約一時間、さて帰ろうかという段になり、大夫が「両殿下が館内で買い物をするから、ご挨拶したら」と言う。皇太子さまとは久しぶり、雅子さまとは初めてである。

「菅野さんもあなたも、ずいぶん酔っていたわよ。お二人はニコニコされて、私たちのお見送りまでしてくださったの、覚えている？」

不覚にも細かいやりとりは忘れたが、ご夫妻と菅野さんの明るいおおらかな笑顔が今も鮮やかに目に浮かぶ。



イラスト・ナメ川コーイチ

大槻茂 SHIGERU OHTSUKI

読売新聞社に入社後、社会部、生活情報部を経て、現在、青森大学客員教授。主な著書に「新天皇家の人々」「そばとうどん」「渋谷天外伝」など。

滑川公一 KOHICHI NAMEKAWA

イラスト・漫画修業のため渡仏。帰国後に個展「バリと猫と…」'82年度日本漫画家協会優秀賞受賞する。作品に「世界のショートショート傑作選」「なにぬねこ」など。

わが街づくりの合言葉は「子どもたちに故郷を！」

千葉県千葉市の千葉幸町団地自治会

●何もないところからのスタート

千葉幸町団地は、千葉市美浜区に広がる埋め立て地に建設された大規模な団地です。敷地内は棟と棟の間が広くとられ、ゆったりとした空間には緑の芝生、遊歩道や棟前道路が整備されています。

総戸数4695戸。入居開始は昭和44年、翌年1月に自治会が発足して今年で40周年を迎えました。その歴史を20年以上に渡り自治会で活動している長岡正明自治会会長に振り返ってもらいました。



■会長の長岡正明さん

「当初は、埋め立て直後に建設された砂塵が舞う陸の孤島でした。憧れの公団住宅に入居したのに最寄りの駅に出る通勤通学の足がない、子育てに必要な保育所や幼稚園、学童保育がないなど問題が山積で、当時の役員の方々のご苦労なさったと思います。自治会はバス会社と交渉したり、子育て施設の設置を行政に交渉したり。お母さんたちは階段ごとのつながりで子どもの面倒をみるなど、新入居者同士で支え合い助け合いました。団地で育つ子どもたちにとって楽しい思い出が残る故郷にしたいと、みなさんが尽力された想いや伝統を引き継いでいきたいという気持ちで活動しています」

●年間行事で楽しい故郷づくり

自治会では年間を通じてさまざまな行事

を開催しています。「詳細は毎月発行している新聞“幸町団地自治会ニュース”を全戸に配布してお知らせしています」と巖倉勉事務局長。



■事務局長の巖倉勉さん

話題が行事のことになると、お二人とも実に楽しそうで話は尽きません。お二人の話をギュッと凝縮してご紹介すると……。

「5月の子どもの日には、高層住宅から綱を渡して鯉のぼりを泳がせ、フリーマーケットや竹馬で遊びます。7月は団地祭を3日間にかけて開催。住民の方が30軒以上の夜店を用意して、みこしが繰り出し、盆踊りや太鼓演奏、花火も打ち上げと、毎年3千人が集まる夏の最大行事です。今は大学生になった団地生まれの子どもたちが幼なじみと“団地祭で会おう”なんて約束しているん



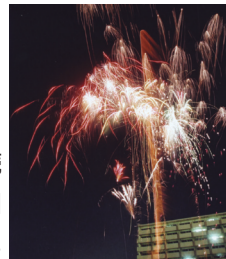
■豪快に泳ぐ鯉のぼりのもと、フリーマーケットもにぎわう。



■お父さんたちが凝り凝り作った手造りの勇壮なみこしは、浅草の製造業者に教えてもらった本格的なもの。

今回は40周年を迎えた千葉幸町団地の自治会をお訪ねします。故郷づくりを目指して開催する年間行事、その取り組みをご紹介します。

■家庭用とは思えない迫力満点の仕掛け花火が団地祭の夜空を彩る。



ですよ」と長岡会長。

巖倉事務局長が続けて「10月は、日帰りのバス旅行です。

今年は4台の大型観光バスで常陸太田市へ。ぶどう狩りやアウトレットでショッピングを楽しみました。11月から12月にかけては、街区ごとに餅つき大会を行います。毎週日曜日にどこかの街区で餅つきです。1月には新春囲碁・将棋大会を開催。団地内に囲碁・将棋クラブがあり、小学生から大人まで世代間交流が盛んです。クラブの人たちは子どもの面倒をよくみます。子どもがめきめき上達して、大人たちを相手に堂々と対局して楽しそうなのですが、子どもに負けると大人が悔しそうで(笑)」

地域との連携も積極的で、防災訓練は中学校と一緒にいきます。長岡会長は「今まで生徒会を通して中学生の参加を募りましたが、今年から授業の一環としての参加となりました。平日の日中、災害発生時に活動できる大人は仕事などで誰もいません。頼りになるのが、体力・知識・判断力が備わっていて地域のこともよく知っている中学生です。防災訓練に参加して覚えた知識が災害時などに活かされるはず」と、地域の中学生に大きな期待を寄せています。

●気配りのある人間関係を築きたい

行事を盛り上げる秘訣はどこにあるので



■7月の七夕祭り。短冊に願いを書いて笹に吊します。アニメの上映もあり、浴衣姿の子どもたちが集まっています。



■街区ごとの餅つき大会。つきたてのあんこ餅やきな粉餅、つみれ餅や石狩鍋が味わえます。



■子どもたちを相手に大人も真剣勝負。熱い対局風景。



■お揃いのユニフォームで東西2班に分かれて、火曜と金曜に登下校の安全を守る防犯パトロール。

しょう。巖倉事務局長は「できるだけ多くの人に参加してもらおうと、いつのまにか人の輪ができる。そうやって開催してきたことが力になっているのではないだろうか」と。

隣で長く長岡会長は「新入居時のようなふれあいやお互いを思いやる細やかな気配りのある人間関係を築くことが理想ですね。そうすれば孤独死も子育ての悩みも解消されるのではないのでしょうか」と言います。

Remi Profile

シャンソン歌手で料理愛好家、

夫はイラストレーターの和田誠さん

シェフではなく主婦として自作料理に情熱を燃やしている。

最近では自ら手がけるブログが人気。http://www.remmy.jp/



平野レミの 早ワザごはん

歯ごたえがクセになっちゃう！ とりひき肉のシャリッとバーグ

とりひき肉のハンバーグはとってもヘルシー。

ダイエットにもぴったりのメニューなのよ。

パクッと一口、ひき肉のしっとり感と一緒に
れんこんのしゃりしゃり感を同時に味わってみて。

この食感、一度食べたらやみつきになるわよ。

とり肉、干しいたけのうまみとコクに
シノの葉の香りとごま油で中華風の味わいをプラス。

口の中でいろいろなハーモニーを楽しんでみて。

■ 材料(4人分)

とりひき肉 …………… 200g
れんこん(粗いみじん切り) …… 1カップ
干しいたけ(戻してみじん切り) …… 2個

【A】

酒・ごま油・しょうが汁 … 各小さじ2
片栗粉 …………… 大さじ1
青じその葉(細めに切る) …………… 10枚
サラダ油 …………… 大さじ2
青じその葉(飾り用) …………… 適量
酢じょうゆ …………… 適量

■ 作り方

- ① フライパンにサラダ油大さじ1を熱し、粗いみじん切りにしたれんこんを軽く炒める。
- ② ボウルに、とりひき肉を入れ、①のれんこん、戻してみじん切りにした干しいたけ、【A】を加えて、よく混ぜ合わせる。
- ③ ②の生地を小さめの小判型に丸めて形作り、サラダ油大さじ1で焼く。青じそと一緒に盛り合わせる。
- ④ 酢じょうゆをつけていただく。お好みで辛じょうゆをつけてもOK。

技plus

- れんこんは粗みじんに切るのがポイントね。大きく切るとまとまりにくくなるし、歯触りも良くないの。
- れんこんを炒めるときはしゃきしゃき感を出すために、フタをしないでね。フタをするとれんこんがホクホクになっちゃうわよ。
- カロリーを少なくするならむね肉やささみを使ってね。冷たくてもおいしいから、お弁当のおかずにもおすすめよ。



第13回

レミパン 読者プレゼント☆

前回に引き続き、ご紹介のお料理がさらに簡単においしく作れる「レミパン」(平野レミ考案)を、抽選で1名様にプレゼント！詳しくは16ページに。

こんにちは
JSです。

こんにちは JS です。 技術開発品のご紹介をしています 技術開発研究所 開発企画課

団地生活をより快適にするために、技術開発研究所では集合住宅の維持および修繕に役立つ建築・設備機器や工法の開発と水質検査を実施しています。開発品の周知に努めている開発企画課の倉田智彦課長にその取り組みについて話を伺います。

Q. 開発企画課の仕事について教えてください。



▲技術開発研究所・開発企画課の倉田智彦課長

——主な業務は、技術開発研究所全体を取りまとめ、パンフレットやビデオなどを作成し、開発品をPRする活動や調査研究を行っています。社内に向けては、開発したさまざまな建築・設備機器や工法を全国の支社・支店に説明するなど、JS全体で情報の共有を図っています。

団地にお住まいの方に向けては、開発品の情報を紹介しています。その際に直接寄せられる声に耳を傾け、またアンケートなどをお願いして、お住まいの方のさまざまなご要望を伺って研究開発に生かしています。

団地にお住まいの方に向けては、開発品の情報を紹介しています。その際に直接寄せられる声に耳を傾け、またアンケートなどをお願いして、お住まいの方のさまざまなご要望を伺って研究開発に生かしています。

2009年の11月には、JSの取り組みを広く知ってもらうために住宅や建築関連の専門家が集まる日本最大規模の展示会「ジャパンホームショー」(*)に初出展しました。

Q. 開発品を展示しているところがありますか？

——さいたま市田島の「スクエアJS」内にある「ストック技術実験館」「ストック技術提案館」「本館」で、開発品や研究中の技術・水質検査関連の数々を実際に目で見て触っ

て体験していただけます。開設は2006年、3年間で約6200人(2009年12月1日現在)のお客様にお越しいただいています。JSの技術や研究を多くの人に知ってもらいたいですね。

Q. JSならではの開発品や工法を教えてください。

——団地にお住まいの方にお馴染みの「ミニ防水パン」はJSの代表的な開発品です。昭和40年代に建設された団地には洗濯機用の排水設備がなく、排水ホースを浴室に渡して排水するなど、不便なうえに漏水事故の心配もありました。市販のものは当時の間取りに合わず、コンパクトなサイズの防水パンの開発が必要でした。施工実績は約9万件に上り、設置可能なUR賃貸住宅には概ね



「ミニ防水パン」
洗濯排水ホースを直接排水口に接続。排水管特殊継手を使用するため、共用排水立管を切断しないで接続可能。ただし、共用立管の太さによっては取付けできない場合があります。
【特許登録・意匠登録】

「ユニットバス後付手すり」

金具は、木軸やコンクリート、石膏ボード、ALCといった取り付け下地ごとに開発し、既存のユニットバス壁パネルに取り付け可能。優良な住宅部品の開発・普及を中心に活動しているベターリビング協会の優良住宅部品の認定を取得。

【特許・意匠登録出願中】



▲下地が石膏ボードと木軸の場合の取り付け方

設置されています。

浴室での転倒を防ぐ「ユニットバス後付手すり」は、安全な強度を備えた手すりを後付けするのは至難の業といわれるユニットバスへの取付を実証しました。現在では一般的になりつつある浴室の手すりですが、平成6年ごろまでに設置されたユニットバスには付いていません。当時は今のよう高齢化社会を想定していなかったのでしょうか。JSは手すりメーカーと共同で安全な強度を確保できる金具(アンカー)を開発しました。強度は「大人が力いっぱい引っ張っても大丈夫」という安全基準60kgfをパスしています。現在、実際の住宅で試験施工を実施し、UR都市機構の採用に向け取り組んでいるところです。

また、近年、実用性の高い「給水管引抜工具」を開発しました。配管廻りの床コンクリートに穴をあけずに給水管そのものを油圧ポンプで引抜くことができる工具です。これまでパイプシャフト内の共用給水立管を撤去するためには、床コンクリートスラブごと

ダイヤモンドカッターで穴をあけ、撤去作業を行っていたのですが、電線管や電話線などの切断事故のリスクも多く、また大きな騒音の発生や作業時間が長いためにお住まいの方に多大なご迷惑をおかけしていました。この工具を開発して、低騒音、作業時間の短縮を実現することができました。

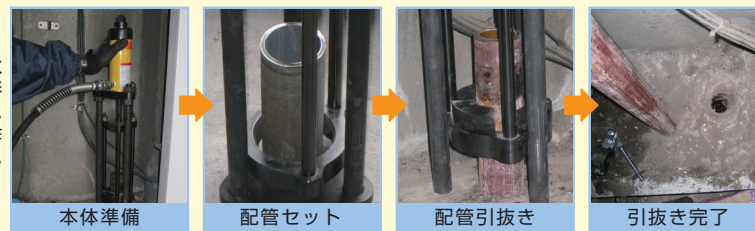
Q. これからの研究開発の課題は？

——これからの大きな課題として取り組んでいるのが、お住まいの方、特に高齢の方からの要望が多い「後付けのエレベーター」です。コストダウンを始め課題は多いですが、いろいろなタイプのエレベーターの可能性などを追求していきたいですね。

これからは改修の時代。長年にわたり集合住宅の改修工事を手掛けてきたJSが持つ総合的なノウハウや実績、技術を生かしていきたいですね。未来に向けたエコ関連品等の新たな技術開発に取り組むために、これからもきめ細かくお住まいの方のご要望を情報収集していきたいと思っています。

「給水管引抜工具」

口径50mm以下の給水管引抜工具。作業に伴う騒音を約50%低減。従来の工法と比べて作業時間を約70%短縮。
【特許登録出願中】



本体準備

配管セット

配管引抜き

引抜き完了

お便りをたくさんいただいています。
誌面の都合上、お便りをすべてご紹介できないのが残念です。

「おたより」

子供との通園途中、道端に咲くタンポポの花やセミの鳴き声から子供と一緒に季節を感じています。自然の大切さを子供に教えられたように思います。

大阪府／H・Sさん

敬老の日、いつも自治会の皆さんの気配りで楽しいお茶会をすごしています。

東京都／T・Tさん

今住んでいる部屋はベランダから富士山が見えます。ある日チャイムが鳴り「引越しを考えている者ですが、こちらは富士山が見えますか?」と。同じ考えでお部屋を検討する方がいると分かり、ちょっと嬉しくなりました。

埼玉県／M・Kさん

◆川柳、団地生活気質◆ だんちせいかつかたぎ

棟ちがい 住んで至福の 嫁姑
T・Sさん

にわか雨 あがってみれば 蟬の声
Y・Mさん

お隣りの 団地へ5才 冒険へ
I・Hさん

夕立の 風涼し ひまわりゆれて
I・Mさん

マイ財布 カードばかりが 増えていく
Y・Yさん

ケンカかな? コミュニケーション 夫婦だね
M・Sさん

読者プレゼント

① 第13回 レミパン …1名様



② エコバッグ…25名様



☆ レミパンプレゼント当選者 …………… ☆

第11回 千葉県 宮内典子さん 第12回 千葉県 シマクラクミコさん

おめでとうございます。レミパンを送らせていただきました。

本誌同封のアンケートにお答えいただいた方の中から抽選で、平野レミさん考案の「レミパン」とプレイヤーズの「エコバッグ」をプレゼントします。アンケートのプレゼント希望欄をチェックし、送ってください。2品希望も有効です。

締切りは平成22年3月末日。

※エコバッグの色は選ばません。ご了承ください。

東京ビッグサイトの展示会「ジャパンホームショー」にJSが初出展

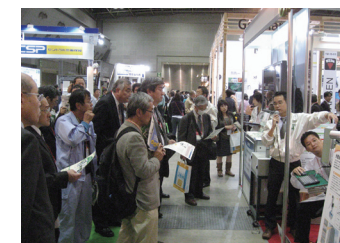
2009年11月11日～13日に東京ビッグサイトで開催された「第31回ジャパンホームショー」にJSが初出展しました。この展示会は企業約550社が出展し、住宅や建築関連の専門家が集まる日本最大規模のもので、集合住宅にお住まいの方のためにJSが開発したさまざまな製品や技術が、集合住宅の長寿命化や資産価値の向上に少し

でも貢献できればと考えての出展でした。

本誌(P14、P15)で紹介した開発品以外にも、システムキッチンや後付け出窓、LED照明、電気式床暖房といったJSならではの製品を展示し、開発技術を実演しました。初出展ということもあり、「気になったブースは?」という会場アンケートでも上位にランクされ、大いに注目されました。



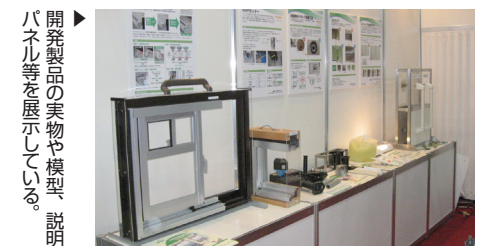
約9m×3mの広さのブースで製品展示と技術の実演を行う。



もともと人気の高かったJS技術の実演タイム。この時間帯は外壁点検機「スーパードール」を実演中。



展示されている「ユニットバス後付手すり」の模型を実際に手でさわりながら興味



開発製品の実物や模型、説明パネル等を展示している。



座って料理ができる、お年寄りに優しいシステムキッチン「ミニター」を展示。



JSが開発した新しい工法、技術等をビデオで紹介。

- JSplusは管理サービス事務所にも置かれていますので、ご利用ください。
- 本誌創刊号からのバックナンバーを、JSのホームページに掲載しています。一度ご覧になってください。