



# イデア

# 通信



第12号

2004年11月10日号

奇数月10日発行



伊藤です

この頃急に寒くなってきましたね。お風呂に入るのが楽しみな季節です。入浴は、お湯の熱、水圧が体を刺激し自律神経を調節する効果があります。それによりストレスが解消されるのでできれば入っておきたいものです。お湯の温度によって効果は違いますが一番理想の温度は39度。この温度ならゆっくりつかれます。つかっている間、音楽を聴いているとリラックスしますね。僕は歌を歌うのが好きです。人にはお聞かせできませんが、とても気持ちがいいものです。皆さんは入浴中何をしていますか？

※入浴をする上で気をつけること

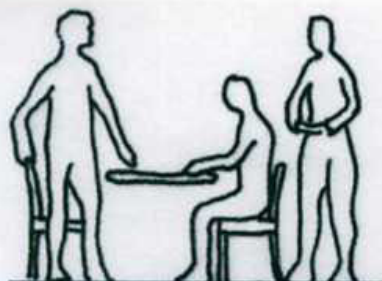
- ◎食後＝すぐに入ると消化するために必要な血液が体表に集まり、内臓へ行く血液が減ります。食後は1時間～1時間半ほど休憩してから入ると良いです。
- ◎運動後＝すぐ入ると疲労物質を分解できず、かえって筋肉痛や疲労を引き起こします。1時間休憩し入ると代謝がスムーズに進みます。



足元が冷えてきましたね  
家具に合ったラグのサイズ  
を見直してみましょう！  
Check&Check

ラグ：家具の下  
に敷く物

適切なサイズより  
小さい場合が  
ほとんどです。



80～ 40～50 60～  
(必要寸法cm)

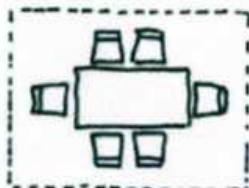
4人掛けの場合



Just size  
160×230cm  
200×250cm

6人掛けの場合

Just size  
200×300cm



座卓・コタツの場合



Just size  
200×200cm

家具に合うサイズのセンターラグを  
選んでいますか？ダイニングキッチン  
では、椅子を引いた時にラグの大き  
さにゆとりはありますか？



長椅子2人以上の場合



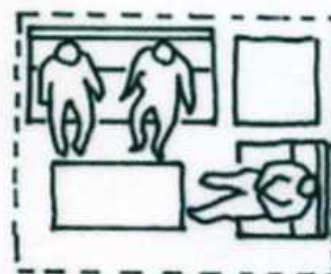
Just size

ソファを乗せる場合  
200×300cm

L型3人掛けの場合

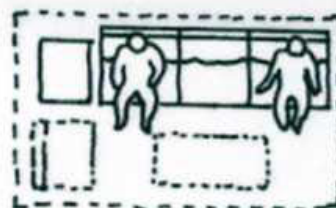
Just size

ソファを乗せる場合  
160×230cm  
200×250cm  
足元だけの場合  
140×200cm



直列型の場合

Just size



ソファを乗せる場合  
200×300cm  
足元だけの場合  
140×200cm  
160×230cm

L型4人掛けの場合

Just size

ソファを乗せる場合  
200×300cm  
足元だけの場合  
140×200cm  
160×230cm





# 色

## について少し勉強してみましよう その②

今回は、実際部屋に色を取り入れるに当たって気をつけることや、色を違う視点で見たポイントをお知らせします。

突然ですが、旅客機はどこ航空会社も「白」。どうしてなのかわかりますか？答えは単純。白が一番軽く見える色だからです。黒や濃紺の飛行機と白の飛行機。どう見ても白い飛行機の方が優雅に空を飛びそうですよね。それに速そうだし、落ちそうもない。電車でも白を使っているのは・・・そう新幹線です。やっぱり軽やかに、速く現地に着きそうだというイメージを与える為に白が役に立っています。さらに新幹線の場合は、横にストライプを入れることで、速さをアピールしています。



それとは逆に、今人気のある北斗七星などの寝台車は白ではありません。早く着くことより、ゆったりと時間を使って旅を楽しむこと、つまり重さをイメージできるように、青が使われています。色によって重さの感じ方も変わります。同じ大きさ同じ重さの白



い箱と、黒い箱があります。黒い箱を持った時に感じる重さの比重をご存知ですか？白い箱を1だとすると、黒い箱を持ったときには1.5倍もの重さを感じるのだそうです。だから、引越しに使うダンボールは白なんですね。作業員がなるべく軽いとるように配慮されているわけです。すごいですね。

お部屋で重さを考えると家具が思いつきますね。雰囲気によって変わりますが、リビングのソファを重たく重厚感を出したければ、黒の革張りが思いつきます。それとは逆にどうみても重たく感じる収納棚などは、白などの明るい色にし、壁と一体化させてしまう方法もあります。



心地よいカラーバランスは

**70 : 25 : 5**

心地よいカラーコーディネートは、上のようなデータが出ています。目に写る視空間を100とし、その70%を占める天井や壁を温かみのある白やアイボリー、ベージュなどのベーシックカラーにすると、10cmも天井を高く見せることができます。

また、空間の25%を占めるカーテンなどの色を決めるには、アイデア通信9号で紹介をした色の心理効果を良く考えましょう。パステルトーンが適当ですね。そしてアクセントとして残りの5%にビビットなカラーを使います。強い色なのでクッションや花、置物などで使いましょう。



色によって感じる“匂い”というのがあります。例えば「黄色いインテリアのトイレ」ってなんかいや～な感じですよ。それは、視覚と臭覚は同じイメージを持っているからなんです。では、どんな色がどんな香りと結びつくかというと、甘い・軟らかな・優しい香りは「ピンク」、さわやかな・すっきりとした香りは「グリーン」、甘さを残したすっきりとした香りは「オレンジ」、テリケートで神秘的な香りは「パープル」が、香りの特徴を良く表しています。入浴剤などはいい例ですね。みなさんの家ではアロマセラピーを使っていますか？インテリアの色に合わせた匂いを選ぶと、居心地の良い部屋ができると思います。他にも色と感触、色と音などがあります。

人間の五感と振群の相性でどんな効果があるのかは、また別の機会にお知らせします。

## へえ～な出来事



ロンドンには、“自殺の名称”と呼ばれていた橋がありました。その橋の色は黒。余りにも自殺者が多い為、橋の色を緑に変えたところ自殺者が減ったという事実があるほど、色はある感情を生み出すんです。

2017年11月27日

### リフォーム展示会 11/27(土)10:00よりイトーヨーカ堂桂台店向いグランポア1Fにて

毎年、恒例となりました展示会を行います。★プロが教える換気扇・エアコンクリーニングの仕方(実演)

★えっこんなところに収納？すっきり収納したい方必見！★普段絶対にこの金額ではできないお買い得限定商品多数  
これは早い者勝ち！お買い物ついでにのぞいてください。皆様のご参加をお待ちしております。

### YOKOHAMAハーバーライト・ファンタジー

11月に入ると街はあっという間にクリスマスモードになりますね。みなとみらい地区ではイルミネーションとキャンドルツリーに彩られた幻想的な風景が見られます。場所は横浜ポートサイド～みなとみらい21～大さん橋～日本大通り～山下公園～元町～山手で、光の散歩道ができます。今年は、みなとみらい線が開通しましたので、より足を運びやすくなったと思います。たまにはご家族で夜のお散歩はいかがですか？(場所により11/30～12/25迄)



住まいの問題解決隊 株式会社イデア

〒247-0033 横浜市栄区桂台南1-9-1グランポア2F

営業時間9:00～20:00 電話7リ-ダイヤル 0120-39-3992

※イデア通信は、今までに工事をした方、資料請求いただいた方、セミナーに参加いただいた方を対象に配布をしています。

ご意見・ご要望・ご提案なんでもお待ちしております。(熊澤)