WELL-DO

快適生活情報誌 ウェルドゥ
WINTER-2019 Vol.49

feature特集 Winter Natural Skincare & Scandinavian Skincare Items

冬のスキンケア特集!
北欧のナチュラルスキンケアアイテム

我が家の快適☀日和
Living inspection

アメリカンテイストに抱かれた
スタイリッシュな高機能二世帯住宅。

Sophisticate & American Style ※東京都・A邸

悦楽時間の住人

第43話 フランシラ ナチュラルセラピストスクール日本校校長
フランシラ&フランツ(株) 取締役副社長 竹内 恵美さん

フィーカの小箱
SCANDINAVIAN CULTURE BOX

Staff Hot news
スタッフ通信✻2019 Winter

北欧スイーツキッチン
北欧のおいしいお菓子㊶ ミューク・ペッパルカーカ

WELL-DO Check!!
新築住宅・リフォームは
増税前に、かしこくおトクに!

Information✻ **リフォームの一大拠点・港北ニュータウンで**
リフォーム相談会開催します。

Exhibition ✻ **アルヴァ・アアルト もうひとつの自然**
[次回展示] **ルート・ブリュック 蝶の軌跡**

Present✻ **フランシラの**
ハーブボディローション〈土管のおやじ〉を
5名様にプレゼント!

Made for your life JUTEC HOME

feature特集 Winter Natural Skincare & Scandinavian Skincare Items

冬のスキンケア特集！
北欧のナチュラルスキンケアアイテム

冬は寒さや乾燥などでお肌にとってはとても過酷な時期。さらに木枯らしや花粉などによるアレルギーも気になる季節です。そこでお肌の健康について生活全体から捉え、さらに植物天然成分を使った北欧のスキンケアアイテムをご紹介。お肌を健康に保つための冬のスキンケアを考えてみませんか。

お肌の健康に大切な4要素

スキンケア

スキンケアコスメは成分を確認して、適切に使いましょう。

皮膚表面の皮脂・常在菌によって保護されている肌。それを手助けしてあげるのがスキンケアの目的です。スキンケアコスメには、石油系化学物質が使用されているものも多く、皮膚が本来もっているブロック機能を損ねてしまう場合もあります。さらに刺激性・アレルギー性のある物質は肌に直接触れるので、とくに注意が必要。必ず内容成分を確認して、オーガニックコスメがおすすめです。

洗顔は素早く、やさしく

well-do49

うるおい成分が流出しないよう素早くすすぎます。それから擦らずに肌を軽く押さえるようにふき取ります。
洗顔に適した水温は脂性肌32～36℃、普通肌30～34℃、乾燥肌26～28℃、混合肌28～32℃が目安です。

できれば使用を避けたい成分
- ●防腐剤　●タール系色素　●鉱物油
- ●合成界面活性剤　●合成ポリマー
- ●ポリエチレングリコール、セテアレス合成物
- ●アルファ・ヒドロキシ酸（乳酸、グリコール酸）
- ●アルミニウム化合物
- ●香料

適切なスキンケアで肌荒れ・乾燥を予防。

睡眠

疲れを残さない質の高い睡眠が大切です。

お肌の健康維持にとって、良い眠りは欠かせません。肌のターンオーバーを促す成長ホルモンは、睡眠後3時間の間にもっとも多く分泌されます。つまり睡眠不足の解消とともに、就寝後3時間に質の高い睡眠をとることが大切です。睡眠不足になると、シワやシミを増やし、毛穴が開いて、クマ・くすみ・肌荒れの原因となります。もちろん日常の健康維持やアンチエイジングにも良い眠りは不可欠です。

心地よい眠りのために
- ●就寝2時間前までに食事を終える。
- ●ぬるめのお風呂でゆっくりと身体を温める。
- ●就寝前はパソコン・スマホなどの画面を見ない。
- ●夕方以降は間接照明の部屋で過ごす。
- ●快適に眠れる温度は18～23度 湿度は50～60%
- ●リラックスを促す香りも効果的。
- ●ハーブティーなど、ノンカフェインの温かい飲み物。

疲れを残さない快適な睡眠が大切。

食生活

バランスの良い食事で、栄養補給＋お肌づくり。

バランスの良い適量の食事はお肌づくりの基本。そして細胞を劣化させる〈糖化〉防止は、AGEs※の多い食品を過剰に摂取しないこと。また食べる順番〈野菜・海藻等→タンパク質→炭水化物〉も意識しましょう。つまり水溶性食物繊維（根菜・海藻・こんにゃなど）を先に食べることで血糖値の上昇が緩やかになり、糖化を抑制。また〈生→蒸す→煮る→いためる→焼く→揚げる〉の順でAGEs値が高くなるので、調理法も偏らないように工夫が必要です。もちろん、よく噛んで時間をかけて食べることも大切です。

※AGEs＝Advanced Glycation End Productsの略語。終末糖化産物で老化や様々な病気の原因物質のひとつと言われています。

お肌の健康に大切な栄養素
- ●たんぱく質／肌の弾力、シワ・弛みを抑える
- ●ビタミンE／血行を促進、新陳代謝を促す
- ●ビタミンB2・B6／肌の再生を促進
- ●亜鉛／肌のバリア機能アップ、デトックス
- ●ビタミンA／免疫を高め、肌の健康維持
- ●ビタミンC／肌のアンチエイジング
- ●鉄分／コラーゲンの生成、シミ予防
- ●必須脂肪酸（オメガ3・オメガ6）／潤い保持
- ●食物繊維・発酵食品／腸内環境を整える

過剰摂取を避けたい食品　●糖分・油脂　●トランス脂肪酸　●添加物の多い食品　●冷たい飲物

お肌の健康を支えるバランス良い食事が大切です。

空気環境

カラダを冷やさない心地よい空気環境。

お肌の状態は、絶対湿度ではなく相対湿度に反応します。つまり空気中の水分量ではなく、湿度（空気中に含まれる割合）に影響を受けます。一般にお肌に最適な湿度は60%～65%だといわれていますが、1月の平均湿度（東京）は約50%、時には20%を下回ることもあります。さらにエアコンで暖められると相対湿度も低下し、いっそう乾燥します。温度が5℃上がると湿度が約10%低下するといわれています。乾燥は皮膚のトラブルを招くだけでなく、喉の痛みや風邪の原因にもなります。

お肌に快適な室内環境は
- ●室内の湿度を60%程度に保つように加湿器などで湿度調整を。
- ●花粉・ダスト・ウイルスなど、アレルギー原因物質のないキレイな室内環境。
- ●ストレッチなどの軽い運動で冷えないカラダづくり。（冷えると代謝が落ちて老廃物が蓄積）
- ●空気を汚さず、乾燥させない蓄熱式温水床暖房は、遠赤外線によるやさしい暖かさでお肌にも最適。ヒートショック（部屋間の温度差）もないので快適な室内空間に保ちます。

ジューテックホームでは蓄熱式温水床暖房や空気清浄機能付換気システムを標準採用しています。

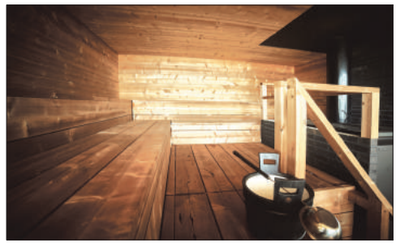
室内の温度・湿度を保ち、クリーンで快適にしましょう。

北欧流スキンケア！

北欧には、独自のスキンケアや健康法が古くから伝えられています。また一般的な、北欧の食品のなかにも、注目の美容成分が含まれていて、最近、日本でも脚光を浴びています。お肌と健康のために取り入れてみませんか。

Löyly フィンランドの入浴法 ロウリュ

フィンランドに伝わるサウナの入浴法のひとつ。熱したサウナストーンにアロマオイルなどを加えた水をかけて水蒸気を発生させ、それを浴びて発汗作用を促進する蒸気浴です。殺菌効果や血行促進を目的に、白樺の枝葉を束ねた〈ヴィヒタ〉で身体を叩くのも特徴。80℃以下の中温高湿なので肌にやさしく、汗腺が刺激されて肌の老廃物を汗と一緒に排出させることができます。最近は首都圏でもロウリュを取り入れた公共入浴施設が増えています。ぜひご体験ください。



Peat 天然の泥成分 ピート・スキンケア！

森の湿地帯の地中深くに200種以上の花・ハーブ・樹木・水ゴケが自然に朽ちて発酵し、豊富なミネラル分を含む世界でも珍しい天然の泥成分。その泥化した繊維には、植物のフミン酸やフルボ酸が含まれ、毛穴の汚れを落とし、保湿力を高めて、肌にツヤと潤いを与えます。フィンランドでは昔からスキンケアに活用されてきました。最近はピートを使った洗顔料やパックも人気です。

ハーブやミネラルを豊富に含む北極圏の森の泥（ピート）を使用。お風呂に入れてゆったりとリラックス、フェイス・ボディのパックとしても！

Frantsila Peat
フランシラ ピートトリートメント（入浴料&パック）
●500mL　¥9,800

Saft ビタミンたっぷりの健康・美容ドリンク〈サフト〉

スウェーデンの家庭では摘み採ったベリーで〈サフト〉という濃縮シロップがつくられます。冬の貴重なビタミン補給源として保存食の役目を果たしてきました。水やアルコールで割ったり、ジャムやスイーツ、煮込料理にも使われています。リンゴンベリーの他、ブルーベリー、ラズベリー、りんごやエルダーフラワー、白樺など種類も様々です。

サフトの作り方はカンタン！
リンゴンベリー（ラズベリー・ブルーベリー・ストロベリーなど）に1／2量の水を加え、アクを取り除きながらよく煮詰め、布などで濾す。濾したものに20～30%量の砂糖（蜂蜜）を加え、再び火にかける。沸騰したら熱いうちにすぐに耐熱ビンに詰める。
※水・砂糖の分量は使う材料によって加減してください。

Lingonberry 美容成分が凝縮 リンゴンベリー（コケモモ）

ドリンクやお菓子、料理まで、北欧では食卓に頻繁に登場するリンゴンベリー。ビタミンC、クエン酸が豊富に含まれ、レスベラトロールやプロアントシアニジンの含有量が突出している北欧産野生種リンゴンベリー（コケモモ）。レスベラトロールには肌のシミや白斑を防ぐ美肌効果があり、プロアントシアニジンには毛細血管の保護作用や活性酸素の除去に優れています。

無農薬・無添加
リンゴンベリー100%のフリーズドライパウダー。スムージーやドリンクにして。

Biokia Lingonberry Powder
ビオキア
ワイルドリンゴンベリーパウダー
●野生のリンゴンベリー　●30g（グルテンフリー）
¥1,280

ピュア・ヘルシー・フェアーを信条に1973年、フィンランド北部に誕生したビオキア。

無農薬のリンゴンベリーを濃縮したジュース。水で割ったり、ドリンクに少し加えて。

Biokia Lingonberry Powder
ビオキア
ワイルドリンゴンベリー濃縮ジュース
●野生のリンゴンベリー、砂糖　●375ml
¥1,680

リンゴンベリーを凝縮したセーラム（美容液）。潤い補給や乾燥対策等に幅広く活躍し、肌になじませた途端に芯から濃密な潤いで満たして、その状態をキープ。しっとり感が持続し、乾燥や日差しを受けた肌を整えます。

Frantsila Lingon Berry Extra Arbutin and OPC
フランシラ
リンゴンベリーOPCセーラム
●30ml
¥12,000

デンマークの有名ブリュワリー〈ミッケラール〉が手掛けるランビックスタイルのフルーツエール。野生酵母で醸され、リンゴンベリーの甘酸っぱさとコクがあって〈幻のフルーツビール〉と呼ばれている。

Mikkeller Spontan lingonberry
ミッケラー
スポンタン リンゴンベリー　クラフトビール
●麦芽、ホップ／サワーエール（アルコール7.7%）
●375ml
¥1,800

Skincare Cream 蜜蝋でしっとりナチュラル手づくりクリーム

蜜蝋は天然の優れた乳化剤で、安心・安全。そして保湿性に優れ、しっとりとやわらかなお肌へと導きます。作り方もカンタン！　耐熱容器の中で蜜蝋を溶かし、ホホバオイルを加えて、クリームケースに流し入れて固めるだけです。アロマオイルでお気に入りの香りをつけたり、なめらかに仕上げたい場合はシアバターを。ふんわり仕上げたい場合はワセリンを加えます。

	蜜蝋とホホバオイルの割合			
	蜜蝋 4	ホホバオイル 20	アロマオイル 2滴	
シアバターでなめらかに！	蜜蝋 4	ホホバオイル 20	シアバター 4	アロマオイル 1滴
ワセリンでふんわりと！	蜜蝋 8	ホホバオイル 20	ワセリン 10	アロマオイル 2滴

※蜜蝋とオイルの割合です。仕上がりが固い場合はオイルを多めに、柔らかい場合は蜜蝋を多めにします。季節や使用感などお好みの割合をみつけてください。
※ホホバオイル以外に、スイートアーモンドオイル、アルガンオイル、カレンデュラオイル、ココナッツオイルなどお好みで。

お肌のケアに効果的なアロマオイル
- ●ラベンダー／細胞の成長を促し、皮脂のバランスを整え、保湿効果もあります。直接肌につけることも可能です。
- ●ゼラニウム／身体のホルモンバランスを整え、保湿効果、抗炎症作用があります。
- ●フランキンセンス／抗菌作用や抗炎症作用があり、皮膚細胞の再生を促します。
- ●キャロットシード／抗酸化作用があり、細胞を活性化して、アンチエイジングのケアにも効果的です。

※エッセンシャルオイルは天然成分100%ですが、植物からオイル分のみを抽出しているため原液は強力に作用します。そのため希釈して使用するのが一般的です。また妊娠中や持病・アレルギーを抱えている方、ペットを飼っている方は専門家にご相談ください。

＊表示価格には消費税は含まれておりません。＊標準価格は販売店・輸入状況等によって変動する場合もあります。

feature特集 Scandinavian Skincare Items

北欧のナチュラルスキンケアアイテム

最近、注目されている北欧発のナチュラルスキンケアアイテムをご紹介します。日頃のお手入れにお役立てください。

Marja Entrich マリヤ・エントリッチ

amasiastore.jp/

創業70年、スウェーデンの自然派スキンケアブランド。「肌につける化粧品の原料は、体内に投与しても安全なものであるべき」という創業者のスピリットそのままに天然原料によるトータルスキンケアを提案しています。

Marja Entrich Avokadoöljy
マリヤ・エントリッチ アボカドオイル（フェイス＆デコルテ）
●15mL ¥4,900

オーガニック完熟アボカドを冷却圧搾法によって抽出。ビタミンA・B群・D・Eさらにはオレイン酸・リノール酸が豊富で肌荒れ、乾燥肌、敏感肌、ニキビ肌などの悩みを緩和。全肌タイプに対応し、フェイスをはじめマルチに使える美容オイル。

SKANDINAVISK スカンジナビスク

skandinavisk.com

15年におよぶ北欧の旅にインスパイアされたイギリス人が、デンマークに設立したホームフレグランスブランド。北欧の自然・暮らしをテーマに、洗練された香り・デザインが魅力。

●LEMPI〈愛〉ローズ・イチゴ・ガーデンピオニー・オークモスの香り。

●RO〈平穏〉フレッシュグラス・木の葉・アンバーウッドの香り。
●SKOG〈森〉スプルース・マツ・モミの木・レザー・スズランの香り。
●OY〈島〉モス・ドッグローズ・クラブアップルの香り。

アロエベラ、アプリコットオイル、シアバターをベースに植物由来の成分配合。しっかり保湿してくれます。

Meraki メラキ

デンマークに誕生したボディケアブランド。カラダもココロも大切にしたい人たちへ、自然の良質な素材とスカンジナビアの美学でつくられた高品質なシンプル&クリーンなプロダクトを展開。

www.housedoctor.com/

肌に潤いを補給し、なめらかに導きます。すべての肌のタイプに適合。レモンとオレンジベースのさわやかな香り。

Meraki Body Lotion
メラキ ボディローション
●300mL ¥4,000

Irma イヤマ

Irma.dk/

創業130周年、デンマークのスーパーマーケット〈イヤマ〉。エコサード&北欧エコラベルの認証を取得したオリジナルオーガニックコスメシリーズが誕生。マークをあしらったシンプルな機能的パッケージも魅力。

シアバター、アボカドオイル配合。ノビの良いクリームタイプで、乾燥するボディもしっとり滑らかに。

Irma Bodylotion
イヤマ ボディローション
●250mL ¥2,000

アロエベラ葉汁、アボカドオイル、ビタミンE、シアバター配合。かさつく手指もしっとり滑らか!

Irma Handcream
イヤマ ハンドクリーム
●ボトル 250mL ¥1,800
●チューブ 150mL ¥1,500

Frantsila フランシラ

「自然なものをそのまま受け入れる」をコンセプトに、自生する植物とオーガニックハーブを組み合わせて、永い歳月をかけて植物からつくられた200種類以上のオーガニック製品を生み出しています。また、フィンランドの統合ケアブランドとして医療・介護・SPA・サロンなどへの分野にも広がり、自然療法士の育成にも取り組んでいます。 www.frantsila.jp/

フランシラの森に自生するオーガニックハーブがたっぷりと含まれたエイジングケアクリーム。しっとりと保湿しながらも肌の表面はべたつきません。4種のバラとスギナエキスなどの植物エキスやフラワーエッセンスで、肌と心が受けるストレスをケアします。

Frantsila Nourishing Face Cream
フランシラ オーガニック ローズクリーム
●40mL ¥6,800

Frantsila AG Facial Cream
フランシラ AGクリーム
●40mL ¥6,800

敏感肌の人にもおすすめのコンフリーなど、豊富なビタミンを含むコールドプレスされたオーガニックベジタブルオイルが肌の土台を整え、ハリを与えます。

保湿力のあるローズ水をベースに、ライムのエッセンシャルオイルが毛穴を引き締めます。肌にハリとみずみずしさを与える、どんなタイプの肌にも合う化粧水です。

Frantsila Rose Facial Tonic
フランシラ フェイシャルウォーター
●150mL ¥5,500

エコサート認証を取得したエイジングケアライン エコ・ボタニカルサイエンスの〈GLOBE HOPE〉。世界16カ国で販売され、2018年秋、日本上陸。注目成分、オート麦エキスのベータグルカンが皮膚にハリを与えて、キメを整えます。リッチセラムは皮膚を引き締めてたっぷりと潤いを与える美容液です。

GLOBE HOPE
グローブホープ LUMOUS リッチセラム（美容液）
●30mL ¥8,600

True Organic of Sweden トゥルーオーガニックオブスウェーデン

スウェーデンに誕生したナチュラルコスメブランド。シンプルに、できるかぎりオーガニックに、100%自然分解可能なパッケージなど環境保護やサスティナブルを意識した展開をしています。

www.trueorganic.jp/

保湿・保護効果に優れた多機能クリームです。フェイスから目のまわり、唇、髪、ハンド、ひじ、ひざ・かかとなど全身に、男女を問わず、赤ちゃんにも使用できます。

True Organic All You Need Is Me
トゥルーオーガニック オールユーニードイズミー
●15mL・50mL（100%天然由来・95%以上オーガニック）
¥2,200・¥4,800

ピュアなオーガニックオイルが贅沢に配合されエイジングトラブルをケアしながら美しい肌へ導く、まさに万能美容オイルです。軽やかなテクスチャーでベタつきも少なく、自然に馴染む。心地よい香りもうれしい。

True Organic Face It
トゥルーオーガニック フェイスイット
●30mL（100%天然由来・97%以上オーガニック）
¥6,300

SKANDINAVISK Hand & Body Lotion

スカンジナビスク ハンド&ボディローション
●300mL ¥3,000

●FJORD〈フィヨルド〉リンゴ・プラム・ペアー・カシス・ラズベリーフラワーの香り。

SKANDINAVISK Hand Cream
スカンジナビスク ハンドクリーム
●75mL ¥2,500

潤いのある手肌に整えてくれるヒマワリオイル配合。べたつかず、サラっとした優しい使い心地。肌に優しく、保湿効果があります。

Meraki Hand Cream
メラキ ハンドクリーム
●50mL ¥2,500

L:A Bruket ラ・ブルケット

北欧スウェーデン発、ヴァールベリの伝統的スパ療法をベースにした海洋系オーガニックスキンケアブランド。海と陸から厳選されたオーガニック素材と癒しの香り、そしてスタイリッシュなボトルが、日々の暮らしを上質なものに変えます。トレンドアワードやデザインアワード受賞。

labruket.se/

ココナッツオイル、シアバター、エイコサペン酸を豊富に含むメドウフォーム油配合、手肌の乾燥によるあれを防ぎ潤いを与える べたつきの少ないハンドクリーム。

L:A Bruket Hand Cream
ラ・ブルケット ハンドクリーム（3サイズ各5種）
●50mL ¥1,800・70mL ¥6,500
250mL ¥6,700

ニンジンエキス、シアバター、ホホバオイル、ベルガモットオイルなどを配合し、乾燥肌を健やかに保ち、翌朝ふっくら、滑らかな肌を叶えるフェイスクリーム。

L:A Bruket Facial Cream
ラ・ブルケット フェイシャルクリーム
●50mL ¥6,500

URTEKRAM ウルテクラム

デンマーク発のナチュラルボディケアブランド。Urte（ハーブ）+Kram（良質の）が意味するところは肌につけるものは、食べ物と同様にクリーンであるべきという想い。エコサート認定。

www.urtekram.com/

アーモンドオイルをベースに赤ちゃんから使える無香料タイプの保湿剤。刺激の強い成分は配合していません。デンマークの喘息・アレルギー協会認定商品。

URTEKRAM Baby Lotion
ウルテクラム ベビーローション
●250mL ¥2,400

Vakinme ヴァキンミー

2016年、スウェーデンのヨーテボリで誕生したボディ&ホームケアブランドです。ミニマリズムに徹したデザイン、ライフスタイルに心地よくフィットするシンプルなプロダクト、オーガニック成分でつくられた3種の香りが肌を整え、リラックスを促します。

●Daggmossa〈ダグモッサ〉ローズ&グレープフルーツの香り
●Bjouktuva〈ビョークトゥヴァ〉グリーンレモン&ベルガモットの香り
●Akermynta〈オーケルミンタ〉ライム&パセリ、ミントの香り

ナチュラル・オーガニック成分を使用。ソフトで保湿効果があり、収れん作用を持つウィッチヘーゼル、シアバター、ひまわりオイル、ビタミンE配合。

Vakinme Body Lotion
ヴァキンミー ボディローション
●250mL ¥4,500

高い保湿効果で、さらっとしたハンドクリーム。アーモンドオイルとシアバターが肌に必要な成分を補い、樺の木エキスとアロエベラが肌を整えます。

vakinme.com/

Vakinme Hand Cream
ヴァキンミー ハンドクリーム
●50g ¥2,700

Lumene ルメネ

フィンランドのナチュラルコスメブランド。環境に配慮し、ベリー・リンゴ・白樺・野草など、豊かな自然から抽出した年齢別のラインナップが魅力。

www.lumene.com/

野生のクラウドベリーとビタミンC、ピュアな湧き水、2種類のヒアルロン酸を配合。すべての肌質に対応し、軽いタッチで肌に潤いを与え、なめらかに整えてくれます。

Lumene Glow Boost Essence
ルメネ グローブーストエッセンス
●30mL ¥3,480

Derma ダーマ

derma.dk/

デンマーク生まれのオーガニックベビーケアアイテムのブランド。環境を意識した製品づくりや厳選された自然由来の成分はアレルギーにも考慮され、肌をすこやかに保ちます。エコサートやノルディック・エコレーベル認定。

オーガニックのアロエベラ葉エキスで肌を柔らかく、しなやかに整える保湿力の高いクリームです。

Derma Eco Baby Cream
ダーマ ベビークリーム
●100mL ¥1,800

肌に潤いを与えソフトで滑らかな弾力のあるお肌へと導きます。入浴や全身のケアに、ご家族でどうぞ。

Derma Eco Baby Oil
ダーマ ベビーオイル
●150mL ¥1,800

Björk&Berries ビョーク&ベリーズ

スウェーデン発のボタニカルスキンケアブランド。香水、ボディケアアイテム、パフュームキャンドルなど、香りをテーマに、人工的な香料は使用せず、必要最小限の素材で最大の効果を提供。

bjorkandberries.com/

サラッとべたつきの少ないオーガニック白樺オイルでほのかな香りと高い保湿性が魅力。肌にしっとりと弾力を与えます。

Björk & Berries White Forest Body Oil
ビョーク&ベリーズ ホワイトフォレストボディオイル
●100mL ¥3,675

HUKKA DESIGN フッカデザイン

www.hukkajapan.com/

フィンランド北東の湖で28億年前に生成された天然石ソープストーンを素材に、マッサージセラピーからサウナアイテム、リビング、キッチン・テーブルウェアなど暮らしを快適に彩る製品を送り出しています。ソープストーンは、極めて高密度で蓄熱性を持つ天然素材。汚れも浸透しにくいので、洗えばいつも清潔。食洗機対応。

保温保持時間が長く、全身のコリをほぐしたり、リンパを流したりとセルフマッサージに活躍。

HUKKA DESIGN Facial stone
フッカデザイン フェイシャルストーン
●W56×D16×H15mm・0.1kg ¥1,580

平たいストーンは狭い部位やツボをスムーズに刺激。コンパクトで持ち運びにも便利。

HUKKA DESIGN Massage stone
フッカデザイン マッサージストーン
●M φ75×H30mm・0.3kg ¥2,580
●L φ85×H31mm・0.5kg ¥2,780
●XL φ107×H37mm・0.8kg ¥3,980

Klinta クリンタ

スウェーデン南部のクリンタで生まれたフレグランス・スキンケアブランド。森・湖・花畑などの自然からインスピレーションを得て、環境と社会に優しく、再生可能である成分を使用。リラックス＋温感＋保湿効果で、日常の贅沢とちょっとした幸せを体感してください。

www.klintaco.se/

選べる6つの香り
●オレンジブロッサム&ラベンダー ●レモンバーベナ&ジンジャー
●バブル&ピンクグレープフルーツ ●サンダルウッド
●コットンフレッシュ ●サクラ

FOREO フォレオ

www.foreo.com/

スウェーデン発、世界35か国で販売される美容家電ブランド。〈For Every One〉最高品質の美と健康をテーマに、世界初のシリコン製スキンケアデバイスを発表。累計1,000万台を突破し、世界中で様々な賞も受賞しています。

FOREO LUNA mini 2
フォレオ ルナミニ2
●H76.2×W80.5×D22.2mm・約93g（本体のみ）
¥18,000（充電用USBケーブル・取扱説明書・保障カード付）

やさしく落とす、整える。部位によって裏表を使い分けるクレンジング専用モデル。オールスキンタイプ。

スウェーデンの自然をイメージしたナチュラルなオーガニックキャンドルはあかりやアロマの香りを楽しむだけでなく、溶けたロウはマッサージオイルとして肌を保湿してくれる優れもの。

Klinta Massage Candle
クリンタ マッサージキャンドル
●S φ50×H65mm・90mL（18H） ¥1,800
●L φ71×H85mm・200mL（45H） ¥3,800

o.Moi オモワ

omoi-skincare.com/

デンマーク発のスキンケアコスメブランド。エッセンシャルオイルやオーガニック成分を中心に、シンプルにすこやかで美しい素肌へ導く保湿ケアシリーズ。

ネロリをベースにラベンダー、ゼラニウムを配合。ひとつで顔・髪から全身に。

o.Moi All In One Balm
オモワ オールインワンバーム
●50mL ¥7,900

o.Moi Soothing Facial Oil
オモワ スージング フェイシャルオイル
●30mL ¥5,900

スウィートオレンジ、ゼラニウム、フランキンセンスを配合。乾燥した肌をしっとりとなめらかに整えます。

ここで、ちょっと ひとやすみ!

ちょっと手を休めて、スキンケアに関連したクイズです。答えは、⑩ページの下をご覧ください。

Q1
希少鉱物「シュンガイト（癒しの石）」に含まれ、ビタミンCの172倍の抗酸化力を持つ美容成分は?
ヒント! 化粧品の成分としても注目されています。

Q2
江戸時代、美白効果のある美容成分としてよく使われた鳥の糞。その鳥は何?
ヒント! 春告鳥とも言われます。

Q3
美容効果のある泥パックで有名なアイスランドにある世界最大の露天温泉は?
ヒント! 映画や音楽のタイトルにもあります。

読者プレゼント!

フランシラのハーブボディローション〈土管のおやじ〉を5名様にプレゼント。

詳しくは裏表紙のプレゼントコーナーをご覧ください。ご応募お待ちしております。

*表示価格には消費税は含まれておりません。*標準価格は販売店・輸入状況等によって変動する場合もあります。

我が家の快適☀日和
Living inspection

2階LDKの床はウォルナットを採用。1・2階全面に蓄熱式温水床暖房設置で真冬も快適に過ごせる。
ランダムに置かれた絵画やポスターがアメリカの居宅をイメージさせる。

Sophisticate & American Style

東京都 A邸

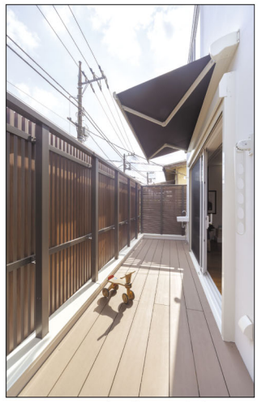
アメリカンテイストに抱かれた スタイリッシュな高機能〈二世帯住宅〉。

木調ルーバーとビルトインガレージをアクセントに
シンプル・モダンの白い外壁。
室内は白を基調に随所に
アクセントカラーを配し、
アメリカンテイストに仕上げられている。
スタイリッシュで機能的空間が
3世代の暮らしを快適に支える。

ARCHIPELAGO

塗り壁＋アルミ製の木調ルーバーが採用されたシンプルモダンな外観。

広々とした玄関ホール。右手にはゆったりのシューズインクローゼット。あえて中を見せるつくりに。

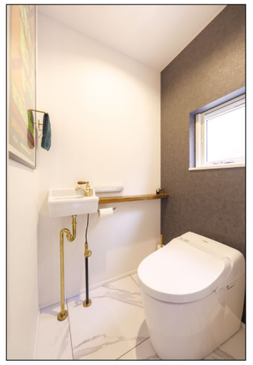


メンテナンスフリー人工木のワイドなバルコニー。
木調ルーバーでプライバシーにも配慮。

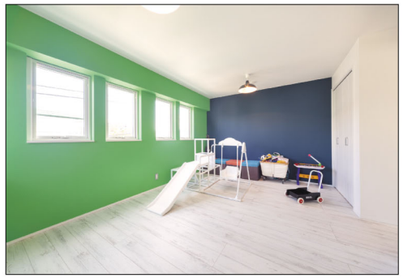
KOHLAERのペデスタル洗面化粧台。
ガス乾燥機〈乾太くん〉も設置。

ビビッドなオレンジのアクセントウォールが印象的な天井高2.6Mの開放的な2階LDK。

2階のスタイリッシュなオールステンレスのアイランドキッチン。



トイレの水栓・パイプも目を引くデザインに。



3階子ども室は奥の黒板クロスに合わせて
窓側壁面を鮮やかなグリーンでコーディネート。

自由度と機能性で磨かれた アメリカンスタイル。

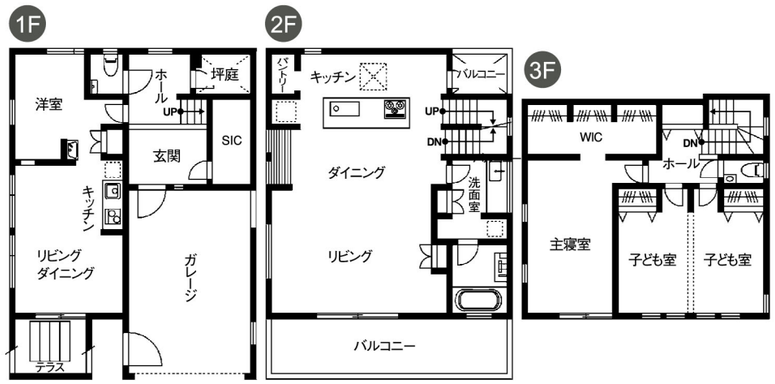
お母さまと同居するために、実家を二世帯住宅に建て替えることにしたAさん。そこで憧れのアメリカンスタイルの住まいをカタチにしてくれるハウスメーカーを探すことから住まいづくりが始まった。複数の会社を比較検討した結果、最終的にジューテックホームに依頼することになった。その決め手は、優れた住宅性能と住まいづくりの自由度。建築家の巧みなデザイン、イメージを的確にカタチにするだけではなく、さまざまな提案や細部にまで配慮していただいたと、期待以上の仕上がりにAさんもすっかり満足している。

快適な暮らしを支える 優れた機能性。

1階はビルトインガレージとお母さまの居住スペース、2・3階がAさんご夫妻とお子さまのスペース。その適度な距離感は二世帯が快適に暮らす上ではとくに重要だ。1・2階に蓄熱式温水床暖房が設置され、真冬の室内もやさしい暖かさに包まれる。また、2×8構造の屋根で、夏の暑さ対策も万全。2階に天井高2.6Mの広々としたLDK（23.7畳）とバスルームが設けられ、共有スペースとして家族のコミュニケーションにも配慮された。快適な住宅性能とそれぞれの思いを叶える空間レイアウトが、永く心地いい家族の暮らしを支え続ける。

ライフスタイルを満たす 上質な素材やインテリア。

オールステンレスのアイランドキッチン、木肌が美しいウォールナット床材が採用されたリビング・ダイニング。洗面室にはKOHLERの洗面化粧台を採用、ガス乾燥機〈乾太くん〉も設置。いずれもスタイリッシュかつ温かみあるセレクトだ。ホワイトを基調に、それぞれ効果的なアクセントカラーが壁面に配され、絵画・ポスターと相まって空間に彩りを添えている。素材やインテリアの調和、アメリカンテイストを上手く取り込んだ空間づくりは、Aさんのライフスタイルを体現するとともに、快適な住み心地を叶えている。



Staff Voice

オーナーさんは、住まいに対する、しっかりとした自らのスタイルをお持ちでしたので、それを的確にプラスαでどうお応えするか。そこに重点をおいて設計にあたりました。仕上がりにもご満足いただき、良いお手伝いができたと思います。

建築家 坂下 兼三
Sakashita Kenzo

House Data

■敷地面積／ 95.61㎡（28.92坪）
■延床面積／144.05㎡（43.57坪）
■1階面積／ 40.72㎡（12.32坪）
■2階面積／ 56.01㎡（16.94坪）
■3階面積／ 47.32㎡（14.31坪）
■構造／木造軸組工法（屋根2×8構造）
アーキペラーゴ〈設計：坂下 兼三〉

●お問い合わせ／ジューテックホーム（株） 0120-206-244

悦楽時間の住人

第43話 人がいて、そこに住まいがある。仕事と余暇、そしてこだわりのライフスタイル。そんな暮らしの情景を訪ねる――悦楽時間への旅。

自然のチカラで心と身体の両面から癒す。ホリスティックケアで活力と幸せな暮らしを！

フランシラナチュラルセラピストスクール日本校校長
フランシラ&フランツ（株）取締役副社長
竹内　恵美さん

竹内さんの著書『北欧式ナチュラルセラピー――森の精からの贈り物』
BABジャパン出版局・2006年

14世紀から脈々と受け継がれているフランシラの森。そこで育まれたオーガニックハーブをベースにしたコスメや自然療法によって、心身の調和を促すフランシラの取り組みを日本で実践する竹内恵美さん。フランシラナチュラルセラピストスクール日本校の校長として、多くのセラピストを養成している。日本では数少ない医療・リンパセラピスト養成校にも認定され、医師や看護師、介護士、あん摩指圧マッサージ師など、医療従事者の受講者も多く、ホリスティックケアのプロフェッショナルを輩出している。

竹内さんは学生の頃からファッションモデルの仕事に就き、英語通訳ができるモデルというオファーがきっかけでフィンランド大使館の仕事に携わる。それまではムーミンやサンタクロースの国として馴染みはあったが、とくに強い関心はなかった。しかし、その出会いは竹内さんのその後の生き方を大きく変えることになった。都会の華やかな世界で生きてきた竹内さんにとって、森と湖に抱かれたフィンランドの風景、そして教育や福祉、環境、デザインなど社会のあり方にも強い衝撃を受けた。すっかりフィンランドに魅せられた竹内さんは、フィンランドと日本の架け橋としてのエージェントを設立。皮革・毛皮製品やウェディング用下着等の企画・販売を手がけた。ブランドの企画・展開の充実した仕事ではあったが、仕事中心の多忙な毎日、そして歳とともに次第に疲労や肌のトラブルに悩まされるようになった。その時、フィンランドの友人に勧められたのが、癒しを求める人々が世界中から訪れるというヒーリングスポット〈フランシラの森〉だった。そこで得た深い癒しの体験から、5年をかけてフィンランドで自然療法士のディプロマを取得。心身の両面からアプローチするというコンセプトのもと、フランシラとのコラボレーションでさまざまなコスメを開発。それをきっかけに多くの人々の心身の悩みを解決したいという想いは高まるばかり。しかし、オーガニックや癒しという言葉すらまだ耳慣れない頃、いわば時代を先取りし過ぎていたこともあって、なかなか受け入れられない時期もあった。それでも竹内さんの想いと地道な活動、さらには自然志向の時代の流れもあって、徐々に社会に浸透し愛用者も増えてゆく。2013年には世界で唯一のホリスティックなケアを実践するフランシラのスクールを日本に開設。現在、保険適用の「リンパ・浮腫セラピスト」認定校として、医療だけでは解決できない心身のケアや介護などで多くの悩みに応えている。

世界でも有数の長寿大国の日本はこれから、ますます高齢化社会が加速する。そこで充実した老後を迎えるために大切なのが健康寿命。元気に生き生きと暮らすためには、統合的なホリスティックケアは欠かせない。竹内さんはスクールやボランティアなどの活動を通して、その重要性を強く感じている。そこでの活動と並行して、エコサート認定のエイジングケアライン〈グローブホープ〉が11月に発売された。誰しも若々しく歳を重ねたいもの、そして健康も肌もケア次第で実年齢との差を大きく変えられる。そんなミドルエイジ・シルバーエイジの方々の想いに応えたいという。

冬のスキンケアについて竹内さんに訊ねてみると、まずは洗顔の後のオイルケアが必須。日本では馴染みが薄いオイルスキンケアだが、良質なオイルで肌を柔らかくして、オイルがブースターとなって冬の乾燥から肌を保護してくれる。もちろん化粧のノリも良くなる。続けることでその違いが実感できるという。まずは、フランシラのフェイシャルオイルから試してもらいたい。

竹内さんのエシカルな取り組みにも、ようやく時代が追いついてきた。ホリスティックケア、多彩なコスメ、オーガニック素材の子供服MAINO（マイニオ）など、様々な活動のひろがりは、いずれも自然を基軸にサスティナブルを意識したもの。心身ともに豊かに暮らすためのサービスや商品―Quality of lifeをこれからも提供していきたいという竹内さん。その原点は〈フランシラの森〉での癒し体験から繋がっている。美しく、心地よく、イキイキとした暮らし――人生を楽しむためのココロとカラダのケアを通して、これからも多くの人に幸せを届けてくれることだろう。

●フィンランドのフランシラのハーブ農園

●フランシラ研修センターのサウナ小屋

●エコサート認定のエイジングケア・コスメティックス〈グローブホープ〉2018年秋に日本登場。

●充実のコースでホリスティックケアを習得・体験できるフランシラのスクール&サロン

竹内　恵美 Emi Takeuchi

1989年フィンランドとの貿易会社を起業。フィンランドにてフランシラ11代目当主ヴィルビ・コルミエ女史にナチュラルセラピー全般を5年間にわたり師事。〈フランシラ・オーガニックショップ〉を全国展開。フィンランドで医療用リンパドレナージの研鑽を積み、2003年、フランシラナチュラルセラピストスクール日本校を設立。高齢者介護、緩和アロマケア等、統合ケア普及を目指し活動中。

- ●フランシラナチュラルセラピストスクール日本校校長
- ●フランシラ治療院院長
- ●フランシラリンパ浮腫サポート〈リンパカフェ〉運営
- ●東京医療専門学校卒業。鍼灸あん摩マッサージ指圧師
- ●日本赤十字社医療センター・アロマケアボランティアぐるーぷ事務局代表（～2010）
- ■著書『北欧式ナチュラルセラピー―森の精からの贈り物』（2006・BABジャパン出版局）
- ■フランシラ&フランツ https://www.frantsila.jp
- ■フランシラナチュラルセラピストスクール日本校 www.frantsila.org/

フィーカの小箱

SCANDINAVIAN CULTURE BOX

お家で過ごす時間をより充実させてくれる北欧の上質な音楽・本・映画をご紹介。

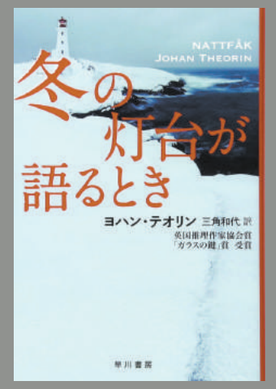
MUSIC　Ballads ＊ Margareta Bengtson

美しい歌声と美貌に魅了されるスウェーデンの歌姫・マルガリータ・ベンクトソンの2016年来日記念盤として発表された珠玉のバラード集。アカペラ・グループ〈リアル・グループ〉のソプラノ・シンガーとして活躍し、その後、ジャズヴォーカリストとして活動。ピアニストにマティアス・アルゴットソンを迎え、ペーター・アスプルンドのトランペット、ディッケン・ヘデレニウスのトロンボーンをフューチャーし、スタンダードの名曲を披露。北欧の澄み切った空気のような透明感のある歌声は冬の暖かい部屋でゆったりと聴きたい北欧ジャズ・ファン必聴盤。

Ballads〈Margareta Bengtson〉
レーベル：Spice of Life　2016年
JAN：4562263550846

BOOK　Nattfåk＊Johan Theorin

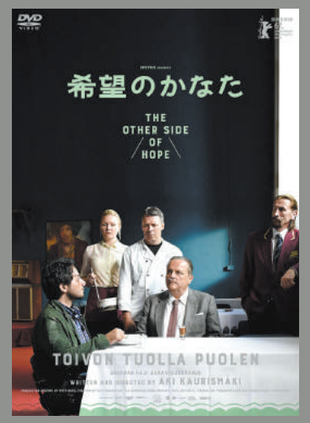
エーランド島の古い屋敷に移り住んだ主人公とその家族。しかし、やがて一家を不幸が襲う。悲嘆に沈む家族を屋敷で起きる異変が追い打ちをかける。無人の部屋で聞こえる囁き、何者かの気配がする納屋…。死者が現世に戻ってくるというクリスマス、猛吹雪で孤立した屋敷を歓迎されざる客たちが訪れる。エーランド島四部作の第二作。スウェーデン推理作家アカデミー賞最優秀長篇賞、英国推理作家協会賞インターナショナル・ダガー賞、ガラスの鍵賞の三冠受賞。冬の夜おすすめの傑作ミステリー。



冬の灯台が語るとき
●ヨハン・テオリン〈著〉●三角 和代〈訳〉●早川書房・2012年
●ISBN-10：4151797025

MOVIE　Toivon tuolla puolen＊Aki Kaurismäki

内戦が激化する故郷シリアを逃れた青年が、生き別れた妹を探し、偶然にも北欧ヘルシンキに流れつく。空爆で全てを失くした今、彼の唯一の望みは妹を見つけだすこと。移民問題を抱えるヨーロッパの現実に直面しながらも、レストランのオーナーが彼に救いの手を差しのべ、自身のレストランに雇い入れる。オーナーの彼もまた行きづまった過去を捨て人生をやり直そうとしていた。それぞれの未来を探すふたりはやがて家族となり、彼らの人生には希望の光がさし始める。カウリスマキ監督が社会の片隅でひっそりと生きる人々に光をあて、信念とアイデア、巧みな演技力で描き出す現代の寓話。ベルリン国際映画祭監督賞受賞作。



希望のかなた
●監督：アキ・カウリスマキ　●キャスト：シェルワン・ハジ、サカリ・クオスマネン、カティ・オウティネン
●2017年・フィンランド・98分

JUTEC HOME
スタッフ通信
2019
Winter

Staff Hot News

ジューテックホームのスタッフが衣食住・旬の情報をお届け！

スタッフの紹介・おすすめの情報をお届けするコーナー。今回の登場は、チームマネージャー 髙橋 哲也さん

プロフィール
- ●趣　味：読書
- ●好きなもの：小旅行・温泉
- ●仕事のモットー：お客さまと建築家・スタッフとの橋渡し役として尽力したい。
- ●一級建築士

ジューテックホームで設計部門を統括するチームマネージャーの髙橋哲也さん。ジューテックホームに転職したきっかけは、質を重視した仕事がしたいという想いから。以前から建売住宅の設計に携わっていたが、デザインや性能の質を求められることもなく、ひたすら数をこなしてゆく仕事にモチベーションを保つことが難しくなっていた。ジューテックホームは一棟一棟に時間を掛けてオーダーメイドで築き上げてゆく。お客さまの住宅に寄せる想いも強いので、常に新鮮な気持ちで取り組むことができる。さらに数多くの人達が関わる住宅建築。お客さまと建築家・スタッフとの間を円滑に繋ぐチーフとしての重要な役割も担っている。学生の頃からアルヴァ・アールトやル・コルビジエのモダン建築に興味を抱いていた。

今もそのエッセンスを住まいづくりの妙味として仕事にも活かせたらうれしいと語る髙橋さん。そしていつもお客さまの想いを的確に受け止め、それを巧みに住まいに反映させてゆくこと。そこに重点を置いて取り組んでいる。

休暇は、温泉など夫婦で小旅行で羽を伸ばしているという髙橋さん。しばし仕事を忘れるくつろぎの時間だ。そして読書は日常に欠かせない楽しみ。好きな作家は村上春樹で、青春三部作と言われる初期の作品からずっと読み継いでいる。最近はファンタジー小説の人気作家・万城目学がお気に入りだとか。日常と非日常――いずれも独自の世界観を持った人気作家。言葉で綴られたその独自の世界を体現できる貴重な時間でもある。

最近では、お客さまも住宅性能だけではなく、自らのライフスタイルにフィットする住まいを求められるケースも多くなった。だから提供する側としても、より暮らしの風景を意識した住まいづくりが重要だと考えている髙橋さん。設計においても、物心両面から住まいを見つめるアプローチを大切に、それぞれの人生のストーリーを想い描く――よりパーソナルな意識でお客さまの想いに応えることで、理想の住まい日々を追い求めている。

●髙橋さんが設計した住宅

●上田城（長野）の紅葉風景

●村上春樹著
『風の歌を聴け』
『1973年のピンボール』
『羊をめぐる冒険』の青春三部作

北欧スイーツキッチン

北欧のおいしいお菓子㊶ ミューク・ペッパルカーカ

「やわらかい」を意味するミューク。クリスマスの時期には欠かせないソフトなスパイスケーキです。あられ糖とナッツがアクセントになって、香ばしく甘さ控えめに焼き上げました。

お好みでホイップクリームとリンゴンベリー（コケモモ）ジャムを添えても美味しいですよ！

＊協力／自然焼菓子工房TOCO

材　料　16cmクグロフ型1個分

- 無塩バター……50g
- サワークリーム……50g
- 塩……2g
- てんさい糖……50g
- 卵……1個
- 薄力粉……100g
- 重曹……小1/2
- 牛乳……50cc
- シナモンパウダー……小1
- カルダモンパウダー……小1/2
- クローブパウダー……小1/2
- ジンジャーパウダー……小1/3
- オレンジピール（みじん切り）……20g
- レーズン……20g

〈トッピング〉
- ヘーゼルナッツ（ホールを半分に刻む）20g
- アーモンド（ホールを半分に刻む）……20g
- あられ糖……適量

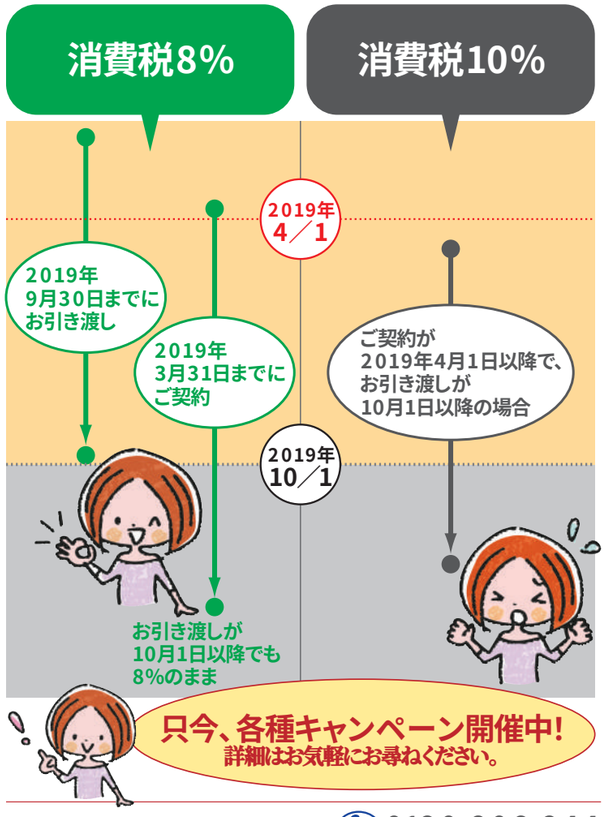
作り方

❶型に薄く溶かしたバターを塗り、粉を振って冷蔵庫で冷やす。粉・重曹・スパイス類は合わせて振るっておく。バターと塩・サワークリームを合わせ（A）湯煎する。
❷ボウルに卵を割りほぐし、てんさい糖を加え、泡だて器でよく混ぜたら湯煎にかける。混ぜながら砂糖を溶かし込み、人肌に温まったら白くもったりするまで泡立てる。
❸Aを2～3回に分けて入れ、その都度によく混ぜる。
❹③に粉類を1/3入れゴムベラで混ぜ、粉っぽさが残っているうちに牛乳1/2を入れて混ぜる。残りも同じように繰り返し、最後に残った粉類1/3に、オレンジピールとレーズンを加えて混ぜる。
❺生地を型に流し入れ、表面にヘーゼルナッツとあられ糖をふって180°Cのオーブンで約30分ほど焼く。粗熱が取れたら型から外して冷ます。

WELL-DO Check!!

新築住宅・リフォームは増税前に、かしこくおトクに！

2019年10月1日から、消費税8%が10%に引き上げられます。新築住宅やリフォームなど、金額によっては数十万円以上の差額になります。そこで、消費税8%で取得するための流れを確認してみましょう。直前には駆け込み需要も予想され、さらに2020年のオリンピック開催と相まって、工期が長引く場合もありますので、早めの計画が必要です。さらに各種キャンペーンも開催中！　お気軽にご相談ください。



●お問い合わせ・詳細・ご相談はお気軽に。　フリーコール 0120-206-244 ツーバイシックスにしよう！

［プレゼント応募ハガキ］恐れ入りますがアンケートにご協力ください。

■現在お住まいの居住形態は？
□一戸建て　□分譲マンション　□賃貸一戸建て
□賃貸マンション　□アパート　□その他（　　）

■ジューテックホームを何で知りましたか？
□WELL-DOを見て　□当社ホームページ・ブログ　□検索エンジン
□検索エンジン以外のWeb媒体　□個人のブログ・Webの口コミ等
□住宅情報誌　□雑誌・情報誌広告　□チラシ・DM　□イベント・展示会
□モデルハウス　□街頭広告・看板等　□ご家族・ご親戚・お知り合いの紹介
□当社営業担当　□その他（　　）

■現在住宅の購入をお考えですか。
□すでに購入している　□2～3年以内に購入予定
□時期は決めてないが予定している　□予定はないが、いずれ購入したい
□購入の予定はない

■購入を予定されている方にお尋ねします。
●どんな住宅をお考えですか。
□注文住宅　□建売住宅　□マンション　□リフォーム
□リゾート・セカンドハウス　□その他（　　）
●住宅の購入に際して特に重視する点は？（複数選択可）
□耐久・耐震性　□居住性　□デザイン　□健康・環境性能　□省エネ性能
□内装・設備　□立地・環境　□間取り　□外観　□採光　□収納力
□アフターメンテナンス　□価格　□その他（　　）

■WELL-DOをご覧になるきっかけは？
□ジューテックホームで住宅を購入して　□モデルハウス・見学会
□相談会・イベント　□Webサイト　□その他（　　）

■今回、おもしろかった、役に立った記事は？（複数選択可）
□特集　□我が家の快適日和　□悦楽時間の住人　□フィーカの小箱
□スタッフ通信　□北欧スイーツキッチン　□WELL-DO Check!!　□その他

●WELL-DO・ジューテックホームへのご感想・ご要望がございましたらご記入ください。

■高性能住宅ジューテックホームの資料、イベントのご案内など、お得な情報をお届けいたします。　□希望する　□希望しない

ご協力ありがとうございました。　2019W

WELL-DO bookmarker 編集後記

モデルハウスのライトアップ

サンタ?

モデルハウス風景

都筑区民まつり

都筑区民まつり

冬のスキンケア特集いかがでしたか。本格的な寒さのシーズンに備えて、お肌も身体もしっかりと寒さ・乾燥対策したいですね。ところで11月3日の都筑区民まつりは多くの方々にお越しいただきました。これで3年連続の協賛・出店です。ご来場いただいた皆さま、本当にありがとうございました。今後も地域のイベントに積極的に参加してまいります。ジューテックホームを見かけたらお声掛けください。

仕事や入試、またパーティーや忘年会・新年会、成人式など、様々なイベントなどで何かと慌ただしい季節です。体調に気をつけて良い年末年始をお迎えください。ジューテックホームのモデルハウスも、すっかりクリスマスモード。新年は3日からオープン予定です。キャンペーンも開催中ですので、あたたかいモデルハウスへぜひお立ち寄りください。皆さまのお越しを心よりお待ちしております。

4ページクイズの解答
- Q1 A→フラーレン　天然のフラーレンは、フィンランドの国境にほど近いロシアのカレリア共和国が唯一の産地
- Q2 A→ウグイス　幕末の川柳にも「鶯の糞でみがいて花の露」とあり きめを細かく整える酵素が含まれ、肌の洗浄力も強い。
- Q3 A→ブルーラグーン　面積は約7,000m²。アトピーなど皮膚の治癒効果があるといわれ、美肌効果を求めて。世界中から年間4,000万人が訪れる。

料金受取人払郵便

都筑局承認 582

差出有効期間
平成31年5月
31日まで
〈切手不要〉

224-8790

（受取人）
横浜市都筑区新栄町4―1
ジューテックホーム株式会社
快適生活情報誌ウェルドゥ編集係 行

お名前	フリガナ	ご年齢	歳
		性別	男 ・ 女
ご住所	〒		
お電話	― ―		
E-mail	@		
ご職業			
同居のご家族	単身 ・ 夫婦 ・ 夫婦と子供1人 ・ 夫婦と子供2人 夫婦と子供3人以上 ・ 親と同居 ・ 3世代同居 その他（ ）		

キリトリ線

↑折り線（谷折り）↑

お手数ですが、個人情報保護のため、折り線に沿ってを谷折りにして、のりしろ部分を糊付けして貼り合わせてください。

［読者プレゼント応募ハガキ］

■応募方法／上記ハガキに必要事項および裏面のアンケートにご記入の上、キリトリ線で切り離して、折り線に沿って貼り合わせてください。切手は貼らずにそのままポストに投函してください。
■応募締切／2019年2月10日必着
■当選発表／プレゼントの発送をもって代えさせていただきます。
※ご記入頂いた個人情報ならびにアンケートの内容はプレゼント発送および資料請求やご案内などの発送目的で使用させていただきます。ご記入頂きました個人情報は、ジューテックホーム株式会社が責任をもって管理・保管致します。

のりしろ　のりしろ　のりしろ

Present

必要事項および裏面のアンケートにご記入ください。

※デザイン・色調等は異なる場合があります。

読者プレゼント！

18世紀に実在した森のセラピスト伝説のレシピを再現したフランシラのハーブボディローション〈土管のおやじ〉を5名様にプレゼント。

・2013年フィンランドケア製品大賞受賞
・100ml＊老若男女を問わず、ご家族でご使用できます。

■応募締切2019年2月10日必着
■発表は発送(2月)をもって代えさせていただきます。

Information
お役立ち情報

リフォームの一大拠点・港北ニュータウンでリフォーム相談会開催します。

横浜港北ニュータウンには、クリナップ、TOTO、タカラスタンダードなど、住宅設備機器メーカーが集結しています。ジューテックホームは、創業95年の住宅専門商社グループなので、大手メーカーとのタイアップによるリフォーム相談会を随時開催しています。リフォーム前の情報収集に、また疑問などもお気軽にご相談ください。キッチン、バスルーム、洗面化粧台、トイレなど、あなたの暮らしにピッタリの一台をみつけませんか。只今、キャンペーン開催中！ぜひお気軽にお立ち寄りください。

新春のリフォーム相談会

1月19日(土)・20(日) 10:00〜17:00
クリナップ横浜北ショールーム
横浜市都筑区中川中央1-26-16〈横浜市営地下鉄「センター北駅」より徒歩2分〉

プレゼント！
当日、WELL-DOをお持ちいただいた方には、ご来場記念プレゼント！ さらにお見積りをご依頼いただいた方に、プレゼントをご用意しています。ご来場お待ちしております。

リフォーム相談会の詳細・ご質問はお気軽に！
●ジューテックホーム（株）フリーコール0120-206-244まで

Exhibition
おすすめ展覧会情報

アルヴァ・アアルト もうひとつの自然

フィンランドの建築家アルヴァ・アアルト（1898-1976）は、個人邸宅から公共建築までを設計する一方、家具や照明、ガラス器などのプロダクトデザインも手がけました。そこにはフィンランドの豊かな自然のなかに見出した有機的なフォルムが生かされています。ヴィトラ・デザイン・ミュージアム企画による世界巡回展である本展は、日本における20年振りのアアルトの個展です。

2019.2.16[土]〜4.14[日] 東京ステーションギャラリー

●開館時間／10:00〜18:00
※金曜日は20:00まで
※入館は閉館の30分前まで
●休館日／月曜日(4月8日は開館)
●入館料(当日・消費税込)／
一般：1,200円
高校・大学生：1,000円
中学生以下 無料
＊障がい者手帳等持参の方は100円引き(介添者1名は無料)
●アクセス
・JR東京駅丸の内北口改札前
・東京メトロ丸の内線「東京駅」より徒歩約3分
・東京メトロ東西線「大手町」駅より徒歩約5分
・東京メトロ千代田線「二重橋前」駅より徒歩約7分
●お問い合わせ／03-3212-2485
●http://www.ejrcf.or.jp/gallery/

アルミン・リンケ撮影、ルイ・カレ邸
Alvar Aalto, 1956-59/61-63
© Armin Linke, 2014

［東京ステーションギャラリー次回展示］
ルート・ブリュック 蝶の軌跡

フィンランドの国民的セラミック・アーティスト、ルート・ブリュックの日本初の本格的な回顧展。1940年代から名窯アラビアの専属アーティストとして活躍したブリュックは、50年代後半から膨大な数のタイルを用いた立体作品に取り組み、80年代に数々の大型インスタレーションを手がけました。繊細な色彩と物語性に満ちた、知られざる作家の世界をお楽しみください。

2019.4.27[土]〜6.16[日] ＊詳細は展覧会サイトでご確認ください。
●https://rutbryk.jp

お住まいに関するご相談・ご質問はお気軽に　フリーコール 0120-206-244 ツーバイシックスにしよう！

年末年始営業のお知らせ
よろしくお願い申し上げます。
休業期間▶2018年12月29日(土)→2019年1月2日(水)
年末は12月28日(金)まで
年始は1月3日(木)から通常営業(水曜定休)いたします。

R70 古紙パルプ配合率70%再生紙を使用
PRINTED WITH SOY INK
この情報誌は、古紙配合率70%再生紙を使用し、環境にやさしい植物性大豆油インキで印刷しています。
快適生活情報誌WELL-DO Vol.49 2019WINTER（冬号） 2018年12月15日発行（年4回発行）
※本誌の写真および記事の無断転載はお断りします。

ゼロエネルギーで、暮らそう。
ZEH builder
ZEH28B-00976-C

理想の住まいをカタチに。
JUTEC HOME
ジューテックホーム株式会社
〈一級建築士事務所・宅地建物取引業〉
〒224-0035 横浜市都筑区新栄町4―1 Phone 045-595-3222
www.well-do.com