

# SMILE

VOL.46 HOUSE & LIFESTYLE MAGAZINE



井坪工務店  
有限会社 井坪工務店

春号  
Spring

## 施工事例集

見て楽しむ、読んで納得!  
当社の家づくりがわかる

暮らしの中のESSAY

ひと・こと・ものかたり  
わたしの本棚を探し求めて

MY LIFE

ポムミエル

清水 輝之・亜希子

お取り寄せの逸品

伝承の逸品  
ハイマツキー

暮らしの à la carte

モノも心も軽くなる! ~断捨離を日々の暮らしに~  
「服」とあなたの関係は...

SMILE  
VOL.46  
HOUSE & LIFESTYLE MAGAZINE



2026年3月発行  
井坪工務店  
有限会社 井坪工務店 〒395-0004 長野県飯田市上郷黒田693  
TEL.0265-22-5262 FAX.0265-22-5254



Photo Essay

## 日本の建築物



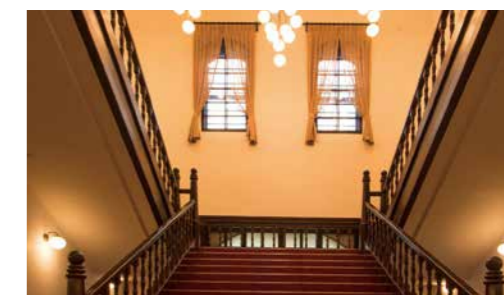
### 旧金澤陸軍兵器支廠兵器庫

石川県 / 金沢市出羽町

明治から大正にかけて建てられた3つの赤煉瓦倉庫。  
イギリス積みの煉瓦、アーチ窓、切妻棧瓦葺のどれもが端正にして荘厳。

現在の石川県立歴史博物館の赤レンガ建物3棟は、かつて陸軍兵器庫だった。竣工時期はそれぞれ別で、第3棟が明治42年(1909年)、第2棟が大正2年(1913年)、第1棟が大正3年(1914年)となる。煉瓦造の3棟は昭和58年(1983年)に原形をできるだけ保存するため、第3棟は内側にパトレス(H形鋼による鉄骨の架構)による補強、第2棟は屋内空間に鉄骨の柱や梁の骨組を追加する構造補強、第1棟は内側の主要な梁や柱を撤去し、煉瓦壁と鉄筋コンクリート構造体を接着させる工法を採用。3つの補強工法を実施することで、現在も建物が当時のままに保たれている。

この建物は、陸軍兵器庫の後、昭和21年(1946年)から昭和47年(1972年)まで金沢美術工芸専門学校(現:金沢美術工芸大学)の校舎として使用され、大学の移転に伴い、石川県が所管、昭和61年(1986年)に石川県立歴史博物館として開館した。そして平成27年(2015年)いしかわ赤レンガミュージアムとしてリニューアル、木々の緑に囲まれながらその魅力的な佇まいと共に人々に愛されている。平成2年(1990年)には国指定重要文化財に指定された。



第1棟中央階段 / 中央階段は、特に改修工事で撤去された古い木材を再利用して作られており、漆喰仕上げの壁や天井と共に大正初期の雰囲気が溢れる。

旧金澤陸軍兵器支廠兵器庫(石川県立博物館)

石川県金沢市出羽町3-1  
TEL.076-262-3236

- 年代: 明治42年(1909年)~
  - 建築様式: 煉瓦造2階建
  - 指定: 国指定重要文化財 平成2年(1990年)
  - 開館時間: 9:00~17:00(入室は16:30まで)
  - 休館日: 年末年始(12/29~1/3)、資料の展示替え期間
  - 入館料: 一般300円、大学生240円、高校生以下無料
- <https://www.ishikawa-rekihaku.jp>

ACCESS





# MY LIFE

性格が人によって違うように暮らし方も千差万別。様々な分野で活躍中の方は、生き方にも確かなメソッドを持っています。そんな方達の生き方を紹介し、皆様の暮らしの糧になればと思います。



## 毎日に寄り添うベーグル

田んぼと畑に囲まれた青森市浪岡のJR大釈迦駅からほど近い場所に佇むベーグル店。店内は、どこかホッとする香ばしく、甘い匂いに包まれています。

亜希子 「毎日食べても飽きのこない味を目指し、個性を出しすぎない配合にしています。お米のように、主張しすぎず、やさしい甘みで飽きのこない味わいを追求し、生地を20時間低温発酵させて焼き上げるのが当店のベーグルの特徴です」

使用する素材には、地域で採れた野菜や果物が多く使われています。

亜希子 「りんごとハチミツは、実家の農園で採れたものを使っています」  
りんご農家に生まれ育った亜希子さんにとって、身近だったりんごは「はちみつ」が店名の由来。ポムミエルは伝説のポム(りんご)ナミエル(はちみつ)の造語です。

亜希子 「ハチミツは通常ありますが、りんごは生果のまま使うので、10月から翌年の4月頃までの季節商品になります」  
季節ごとに商品のラインナップは変わっても、全工程を手作業で行う姿勢は変わりません。

輝之 「お客様に手に取ってもらうことを想像して、ひとつ一つ丁寧に作ることを意識しています。ベーグルは真ん中に穴が空いていますが、この穴の大きさひとつで出来が変わってくるんです」  
製造から接客に至るまで、夫婦二人三脚での作業ですが、メニュー開発は主に亜希子さんが担当しているそうです。

亜希子 「イタリアンやフレンチレストランに勤務していた経験が活かされていると思います」

## 移住から始まった縁

埼玉県出身の輝之さんが移住を決めたのは、友人が青森に転勤になり、遊びに来たことがきっかけだったそうです。

輝之 「青森の人の温かさを感じましたし、自然や風土にも惹かれました。寒いだけの冬、暑いだけの夏ではなく、ここには楽しめる四季がある。季節を感じながら生活できるのがいいなと思いました」  
こうして地域おこし協力隊として浪岡に赴任した輝之さん、亜希子さんはその頃、東京からリターンし、同じ地域でカフェを開業していました。

亜希子 「お客さんとしてお店に立ち寄ってくれたのがそもそもの出会いです。その後、顔を合わせる機会が増え、知人との食事やイベントを通じて、自然と一緒に過ごす時間が増えていきました。周囲の後押しもあって、交際がスタートしました」  
移住者として地域に溶け込もうとする輝之さんの姿は、亜希子さんにとっても次第に頼もしく映るようになっていきました。

輝之 「協力隊で青森に来た時から、任期末も残って青森に残ることだけは決めていました」  
同じ時間を過ごすうちに、お互いになくはならない存在になっていったお二人、

亜希子 「私はどちらかというと大雑把な性格で、夫は細かいところまでよく気がつくタイプ」  
輝之 「妻は、急いだり焦ったりせず、自分がやれることをやる、というマイペースな性格。それが結婚の決め手です」  
性格の違いにも心地よさを感じ、関係は夫婦へと変わっていききました。

お米のように、主張しすぎず、  
やさしい甘みで飽きのこない味わいを追求

1. 焼き上がりを確かめながら声を掛け合い、一つ一つ丁寧に仕上げている製造現場のひとコマ。
2. ふんわり軽いコッパンパンに、お好きな具材をサンド。スイーツ系から惣菜系までラインナップが多彩。
3. 柔らかくもっちりとした食感が魅力のベーグル。定番から季節商品まで所狭しと並びます。



4. 新商品の開発は亜希子さんの担当。これまでに生み出してきた商品は、150種類以上にのぼります。
5. 選ぶ楽しみが広がる、さまざまな種類のベーグルに迷うひととき。
6. ミツバチの力でりんごを受粉しているため、亜希子さんにとってはハチミツも身近な素材。
7. 同じ敷地内には輝之さんのお父様が営む「自家焙煎珈琲・創カフェ」があり、商品の持ち込みが可能です。

毎日の食卓を思っ夫婦で焼き上げる、ベーグル

## 清水 輝之・亜希子

しみず てるゆき あきこ



長時間低温発酵による、もっちりとした食感と穏やかな甘み。日常に寄り添う味を目指し、一つ一つ丁寧に仕上げられています。



気づいたこと、感じたことをつれづれなるままに書き綴る

## 社長のひとり言

2026年 3月

### 巣立ちの春に思うこと 前を向いて歩く者たちへ

正月二日の昼過ぎ、箱根駅伝の往路ゴールを見ながら、私は思わず息を呑んでいた。

トップでゴールテープを切った青山学院大学の選手が、倒れ込むようにして仲間を支えられる。その顔には、苦しさや安堵が混じり合っていた。

駅伝を見るたび、私はいつも同じことを思う。走っている選手たちは、ほとんど後ろを振り返らない。たまに一瞬だけ肩越しに背後を確認することはあっても、すぐにまた前を向いて走り続ける。どんなに苦しくても、どんなに差が開いていても、前へ。その姿が、胸を打つ。

今年の春、我が家の末っ子である長男が、神奈川の大学へ進学する。これで三人の子どもたちが、全員それぞれの道へ。最近の長男は、少し変わった。妻や母に「料理を教えてください」と頼むようになり、朝も起こされる前に自分で起きようと努力している。そして不思議なのは、高校卒業までのカウントダウンを口にしなくなったことだ。

以前は「あと〇日で卒業だ」と、嬉しそうに数えていたのに、きっと、期待と不安が入り混じって、簡単に言葉にできなくなったのだろう。その複雑さを抱えながら、彼は静かに準備を進めている。

駅伝とは不思議な競技だ。一人で走るのに、一人ではない。自分の走りが次の誰かにつながり、やがて大きな物語になっていく。襪に込められているのは、速さだけではない。託す覚悟と、受け取る責任だ。

親としての私も、今、一つの「区間」を走り終えようとしている。それは、誰にでも、いつか必ず訪れる区間なのだと思う。

子どもたちに託してきたもの、彼らが受け取ってくれたもの。その重さを思うと、少し寂しくもあり、同時に誇らしくもある。

仕事も、子育ても、人生も、きっと同じではないだろうか。過去の成

功にすぎることなく、失敗を引きずりすぎることなく、今の自分にできる一歩を積み重ねていく。その一歩が、いつか誰かの力になると信じて。

春になれば、我が家のリビングは今より少し静かになる。夜、それぞれの時間を過ごす中で、短い言葉を交わすだけの日も増えるだろう。けれど、減ることは失うことではない。言葉が減った分、互いを尊重する時間が、年月を重ねながら静かに積もっていく。

読者の皆さんの中にも、今年、新しい「区間」を迎える方がいらっしゃるかもしれない。環境が変わり、役割が変わり、立ち位置が変わる。人生の節目は、いつも少しの不安と、確かな期待を連れてやってくる。

でも、駅伝の選手たちのように、前を向いて進もう。派手でなくていい。速くなくていい。

自分自身に「よく走った」と、静かにうなずける一年を、一歩ずつ、重ねて。



Text by Toshiharu Itsubo March, 2026

ご感想はWEB・巻末ハガキでもご記入が可能です。素敵なプレゼントが当たるかも!



#### Profile

井坪 寿晴

㈱井坪工務店代表取締役社長  
趣味は運動と読書。  
上達しない写真。  
最近のMyブームは音楽鑑賞。  
美しい音楽に心が癒されます。



#### Recent

春にはこの家を巣立つ息子と過ごす、残り少ない夕食の時間。会話は少ないが、同じ食卓を囲む気配が妙に心地よい。思春期を過ぎ、男として自立へ向かう息子。その成長の証こそが、この父とのごちこなさなのだろう。距離を置きながらも確かにそこにある絆。この何気ない日常こそが、かけがえのないものだと思ふ今日この頃です。

●HPにて「社長のブログ」を日々更新中!ぜひご覧下さい。

## MY LIFE



**夫婦で守る店のかたち**  
亜希子さんが経営していたカフェは閉店し、新たな場所までベーグル専門店として再出発する道を選びます。  
亜希子 「当時、青森にはまだ専門店がありませんでした。東京で食べたあの味が忘れられなくて、自分でやってみようかと」  
輝之 「妻は思ったことをどんどん進めるタイプで、思ったことを形にするのが得意。周りの期待も感じていたのですが、自分は妻のサポートを頑張るぞ!という感じでした」  
店は軌道に乗り、新たにコッペパンの販売を始めようと、設備投資を進めていた最中、世の中はコロナ禍へと突入します。  
輝之 「深く考えても落ち込むだけ。自分たちの考えだけに頼らず、周りの声を聞きながら、その時できる対策を選んできました」  
亜希子 「いい時もあれば、悪い時もあ。家業を見てきたので、それは分かっています。二人でいれば、きっと

なんとかなるって思ってたんです」  
それは状況を楽観しているからではなく、これまで積み重ねてきた経験と隣にいる相手への信頼があったからこそ。  
亜希子 「正直、今でもコロナの影響を引きずっていて、店を続けるのが精一杯。でも、特別なことじゃなくて、「続ける」を重ねていくことが大事だと思っています」  
派手な理想を掲げるのではなく、目の前の暮らしと仕事を丁寧に紡いでいく。そうした日々の積み重ねの先に、店は少しずつ地域に開かれた場にもなっているようです。  
輝之 「夜に焚き火を囲みながら、みんなで棒パンを焼いたり、ミュージシャンを呼んで歌ってもらったり、定期的にイベントを開催しています。そういう場を作ること、この地域が少しでも盛り上がりつつ、これからの地域が少しくも盛ります。店を続けること、日々を営むこと、人が集う時間と場所を育てていくこと。二人の歩みは、確かな手応えをもって、この地に根を下ろしています。」

#### 清水 輝之・亜希子



清水 輝之 ●埼玉県出身。車の部品メーカーでエンジニアとして勤務したのち、青森市浪岡の風土と人の温かさに惹かれて移住。結婚後は亜希子さんと二人三脚でベーグル店を立ち上げ、現在は製造に加え、備品や資金管理、移動販売など運営全般を担っている。

清水 亜希子 ●りんご農家を営む両親のもとで育ち、「いつか両親のりんごを販売できる場所をつくりたい」と夢見ていた。飲食店での勤務経験を重ねる一方、パン製造を学ぶために学校にも通い、帰郷後にカフェを開業。その後、ベーグル専門店として現在の店をオープンさせた。



#### Pommier-ポムミエール

所在地:〒038-1301 青森市浪岡大釈迦前61-13  
電話番号:0172-55-0591  
営業時間:10:00~17:00  
定休日:不定休  
URL:<https://pommierkanetafarm.wixsite.com/pommier>  
Instagram:<https://www.instagram.com/pommier.kanetafarm/?hl=ja>  
★ネットショップから購入も可能です。  
<https://pommier.raku-uru.jp/>

... Closet is also where you can find yourself ...

# 「服」とあなたの関係は...

～クローゼット徹底見直し～



Teacher



やましたひでこ公認  
断捨離®チーフトレーナーの  
**三島理恵**です。

「開かずの間」を娘の部屋にするために絵本1,100冊を断捨離した密着取材が2017年第一回「ウチ、断捨離しました!」(BS朝日・2時間スペシャル)で放送され、反響を呼んだ。2019年1月より、やましたひでこ公認の断捨離®トレーナーとして活動中。

●BLOG <http://ameblo.jp/7doors-cool/>  
●HP <https://danshari-windoor.com>

爽やかなお天気の日には、クローゼットの扉も全開にして「風」を通してあげたい季節ですね。  
今のあなたにとってクローゼットは、どんな場所でしょうか?今号では、断捨離視点での「クローゼット徹底探訪」をしてまいります。

## 洋服は食べ物と同じ?!

まず、「洋服は食べ物と同じ!」と言われたら、どういう意味?と思われませんか。

「匂」のものが一番おいしい  
・滋養とエネルギーに溢れている

新鮮な「お刺身」や「お野菜」と同じく、洋服にも「匂」があり、私たちに「元氣」という栄養を与え、エネルギーにしてくれる。だから、クローゼットはいつも新鮮な風が循環する空間にしておくことが大切!

いかがでしょうか?  
もしあなたが「そんな風に洋服の見方

## 【今号の実践】

では断捨離実践、まいりましょう。

### 実践 01 ワンアクションの 法則

「フタを取ろう、箱から出そう」です。あなたもクローゼットの中に「フタ付きの箱にキッチン取めて保管しているモノ」はありますか?埃を被らないように「丁寧に仕舞っているつもり」。しかし、しかしですよ。私達は「見えない」と忘れてしまいがち。結局生かすことなく「死蔵品」に!?

この状況を「もったいない!」と思うようになりまし。だから日頃からパツと見て、パツと手に取れるように練習しておくといんです。

こんな身近なモノが良い練習アイテムです。



ここには「冬用」として「タイツ」「ストッキング」「靴下数種」があります。機会に合わせ、

全量が見えているので▼選びやすく、数量限定なので▼取り出しやすく、どれもお気に入りなので▼楽しい気分

### 実践 02 扉の向こうに何を 「隠す」のか!?

他にも、ニットセーターも「ワンアクション」。



押し入れや収納棚と同じように「扉」がついていると「閉じてしまえば見えません」。突然の来客などで「とりあえず隠せる場所」にモノを押し込んだという経験は、私だけではないかと思えます。

例えば、クローゼット上段は、ぎゅうぎゅうにモノを詰め込んでいるのは、人には見られなくありません。ここに隠れているのは「余裕がなく疲れている自分」「詰め込みすぎてアップアップしている自分」だとモノが教えてくれます。



を「変えるのも面白そう!」と思われたなら、クローゼットの中身の入れ替え時かもしれませ。 「ある」の「ない」、 「ない」の「ある」の禪問答?

食べ物なら「賞味期限」が大幅に過ぎれば傷んで捨てやすですが、洋服となると腐らない故、簡単に増え行きます。洋服ダンスはぎゅっちり!なのに「着るものがない」

やましたひでこが20、30代の頃でしょうか。このことに気づいたことが「断捨離®」の最初の原点なのだそうです。

こんなに洋服が「ある」のに「ない」という感覚、あなたもありますか。つまり「着たい服がない」、自分にとって「匂」を過ぎていて実は「飽きて」しまっているけど、認めたくない。「高かったから」「いたいたものだから」「いつか着るかも」などなどの思いがべったり張り付いていて、捨てられない。

それは執着が可視化した状態だと気づいたのだそうです。

## 着替え=気変え

洋服ダンスやクローゼットがぎゅっちりで、扉を開ける度に溜め息が出ているとしたら??どう変えて行きたいですか。

身にまとう服がしっくり来ると「気分がアップ」しますよね。逆に「なんとなく着心地が悪い」と「一日中」とんより。

服装、という文字の通り「服で装う」。断捨離®では「洋服の機能」は「私たちを守り、演出してくれる」の2つとらえます。

そしてまた、「着替える」とは「気変える」であると言われます。過去は過去、今は今で、クローゼットの見直しにびつたり季節。新しい「匂」を自分に出会う

ために。

## クローゼットは○○○なほど良い

やましたひでこは、スカスカなほど良いと言います。私自身もこれまで足りたり引いたり、何度もやってみるうち、感覚が以前とは違ってくることに気づくのは「面白くない」と腑に落ちる、そのくりかえしなのです。

ちなみに、なぜスカスカが良いか?という「間(ま)」がとても大事だからです。

ほんのちよつとの「間」ではなく、大いに「間」を取るくらいでちょうどいい。

ぎゅっちりだと「新しい出会い」「新しい運」が入って来たくても、スペースがなければどうにもなりません。ではどうしていきましようか。

## 今、着たい服を「〇着」選ぶ

よく「〇着あればOK!」などと見かけますが、私にとっては誰が決めた数は今ひとつ機能しません。その人には合うかもしれないけれど自分は違うかもしれない。〇着と決めることが目的ではなく、クローゼットの扉を開けたら「こぎげん」な気分になれるのは「〇着」を都度見つけられる自分に。

あなたも、ご自分のクローゼットで試してみてください。



ゆったりした余白は、ゆったりと構えられる自分自身。クローゼットをスカスカにしてみるって、勇気が要るものです。



でも、取って「間(ま)」を置くと、思いもよらない発見があるのも本当なのです。何か苦しいことがあった時こそ、やってみる価値はあると思います。



## 今号のまとめ

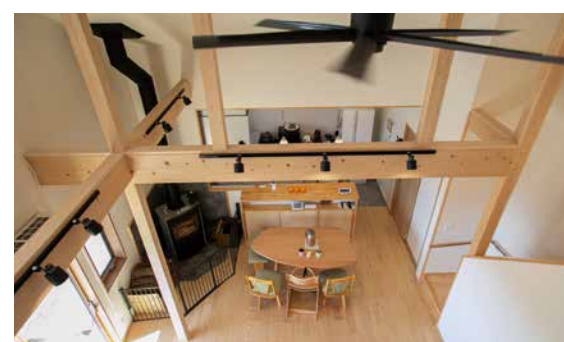
- ・食べ物も洋服も「匂」を意識して
- ・洋服は守り、演出してくれるもの
- ・クローゼットが教えてくれる自分
- ・扉の向こうに隠さない
- ・「間(ま)」の大切さ



こだわりのLDK。開放感があります



キッチンから和室まで繋がる大きな空間となります



2階からLDKへの眺望

### 家づくりへの想い

結婚を機に、いつかは自分たちの家を持ちたいと考えていました。広い庭のある暮らしへの憧れが、家づくりへの背中を押してくれました。家を建てると決めてからは、展示場を見学したり、様々な会社のSNSやホームページを見たりしながら、土地探しも同時に進めていきました。理想の家と土地を求めて、情報収集の日々でした。

### 井坪工務店との出会い

井坪工務店を知ったのは、SNSに表示される見学会のチラシや、伊那の総合展示場への出展でした。中でもWB工法に興味を持ち、実際に展示場を見学することにしました。その際、担当者の方が丁寧にしっかりと説明してくださり、技術や工法について深く納得することができました。この信頼感が、井坪工務店に決める大きな理由となりました。

### 理想を形に

間取りを決める際、絶対に譲れなかったのは広く開放感のあるLDKと、それに繋がる和室、そして吹抜けと薪ストーブでした。特にこだわったのはLDKです。家族が最も長く過ごす空間だからこそ、家具の配置や実際の生活動線を何度もシミュレーションしました。水回りの動線も重視し、ランドリーで干した洗濯物をすくしまえるようクローゼットを近くに配置するなど、日常生活の利便性を追求しました。南側には庇を長めに出し、夏の直射日光対策も万全にしました。

### 快適な新生活

引渡し後の生活は、想像以上に快適です。冬はアパートと比べて驚くほど寒くなく、夏は庇の効果でエアコンの効きも抜群です。吹抜けのあるLDKは開放感に溢れ、和室の扉を開ければさらに広い空間として使えます。ウッドデッキを通じて庭へと繋がる動線は、室内と屋外の一体感を生み出し、本当に気持ちの良い空間となっています。アパート時代は隣や上下の部屋に常に気を使っていましたが、今は自分たちの家でのびのびと暮らせています。以前は悩まされていた結露もなくなり、ストレスフリーな毎日を送っています。



落ち着いた外観。ウッドデッキ周りが使い勝手○!



下駄箱の上は季節の飾り物を置きます

## 開放感のある家

施工事例集  
K様邸



# 01



和室を取り入れ量でくつろげるスペースを



洗面室は壁にタイルを貼ったりオシャレに綺麗に仕上げました



2階ホールはフリースペースとして活用できます

ご感想はWEB・巻末ハガキでもご記入が可能です。素敵なプレゼントが当たるかも!





開放感のあるLDK。家族の集まる大切な空間です



こだわりの薪ストーブ。空間に合った佇まいとなりました



子供達の「秘密の部屋」

### 家づくりのはじまり

転職により転勤がなくなったことをきっかけに、私たち家族は念願のマイホームを建てることを決意しました。まずは土地探しから始め、2社ほどの住宅会社を見学する中で、インスタグラムを通じて井坪工務店と出会いました。以前から木の家を建てたいという強い想いがあり、「BinO」のデザインに一目惚れ。その加盟店である井坪工務店への依頼を決めました。

### こだわり抜いた理想の空間

間取りを決める際、絶対に譲れなかったのは薪ストーブの設置と、それが映える吹抜けや高い天井のデザインです。また、愛猫との暮らしを考え、広々とした空間づくりやドアを減らす工夫、キャットウォークの設置にもこだわりました。何より重視したのは冬も暖かい家であること。家族全員が快適に過ごせる住環境を目指しました。

### 想像以上の快適な暮らし

引き渡し後の暮らしは期待以上です。冬はとも暖かく、夏も快適に過ごせています。生活の大半を過ごすのはリビングで、薪ストーブと吹抜け、3連窓から差し込む光が作り出す明るく開放的な空間は、家族みんなのお気に入りです。1日中暖かく、天井の高さによる開放感は何物にも代えがたい心地よさがあります。子供たちは小屋裏部屋を「秘密の部屋」と呼び、遊び場として大変気に入っており、遊びに来るお友達からも大好評です。

### 家族の絆を深めた家づくり

以前は朝起きると急いで暖房をつけたり、タイマー設定をしたりと慌ただしい朝を過ごしていましたが、今では朝から暖かく、のんびりと薪ストーブに火をつける時間が何よりの幸せになりました。基礎工事から子供たちとほぼ毎日現場を訪れ、家が出来る過程を見守ることができたのも、家族にとってかけがえのない経験となりました。井坪工務店の皆様には、素敵な家を建てていただき、また貴重な経験をさせていただき、心から感謝しています。



2階ホールにはワークスペース！吹抜けと繋がる空間にあります



スマートかつシンプルな外観となっております



この家で大きくなっていったね

## 木のぬくもりあふれる理想の住まい

# 02

施工事例集  
A様邸



愛猫の為にキャットウォークを設置。ペットも家族です



飾り棚兼キャットウォークへの階段をつくってみました



キッチンには広く使い易い空間に、壁にはマグネットでお便りを付けられるように

ご感想はWEB・巻末ハガキでもご記入が可能です。素敵なプレゼントが当たるかも！



お取り寄せの逸品

# 伝える、残す。 伝承の逸品

ゼブラ株式会社

〒162-8562 東京都新宿区東五軒町2-9  
TEL.0120-555335

<https://www.zebra.co.jp>

ゼブラ ハイマッキー 1本165円(税込)  
線の太さ/太6.0mm、細1.5~2.0mm  
インク/油性染料(アルコール系)  
サイズ/軸径21.8x全長140.8mm  
重量/25.1g 色/全12色

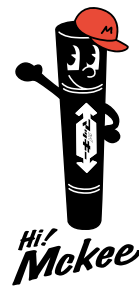


**ZEBRA**  
Open your imagination.



当時の開発者達が泊まり込みで考えたという親しみやすい愛称は造語。品質を表す「Hi(ハイ)」と「Mark(マーク)」をつなげて「Hi-Marker(ハイマッキー)」に。現在全12色。時代とともに生活シーンに合わせて選べる14種のファミリ商品を開発・販売。国内市場シェアも約4割の定番商品になっている。ご家庭で、学校で、職場で広く愛用される1本。うっかり手やモノにインクが着いた時も慌てないで。対処法はゼブラホームページのお問い合わせを参考に。尚、「Hi-Marker 特設サイト」ではキャラクターの紹介とミュージシャン岡崎体育氏とのコラボ楽曲が楽しめる。興味のある方は是非ご覧になってください。

# ハイマッキー 長年使った マークが あつた。



累計販売本数10億本、ゼブラのロングセラー商品である油性マーカー「ハイマッキー」。1976年8月に発売開始、今年で50周年を迎える。視覚的に分かりやすいようにボディも太字から細字に向かって段々細くなる形で立体商標取得。矢印付きの特徴的なロゴは現在まで変わらず、見た目で覚えてもらったこともロングセラーに役立ったのでは。

以前はガラス瓶にインクが入ってペン先が1本付いたものが主流で、インクの匂いも気になった。その牙城を破ったのが「ハイマッキー」。1本で角太・丸細の両用が書けるプラスチック製。全て国内の自社工場で生産し、アルコール系インクで匂いや安全性に配慮した。

## 暮らしの中の ESSAY ひと・こと・ものかたり

### わたしの本棚を探し求めて



(写真・森優子/オーストリア・ウィーン)

お恥ずかしいことに、現在の住まいに引越してからもう半年も経つというのに、私と夫はいまだリビングの三分の一ほどを段ボール箱の山に占領されたまま暮らしている。箱の中身のほとんどは本で、要するに新しい本棚をずっと買いたがねているせいだ。  
良いものが見つからないと言うより、決められないのである。この迷宮状態は、おそらく次の二つが要因だ。  
① 選択肢が豊富すぎる  
② 良くも悪くも年の功

お恥ずかしいことに、現在の住まいに引越してからもう半年も経つというのに、私と夫はいまだリビングの三分の一ほどを段ボール箱の山に占領されたまま暮らしている。箱の中身のほとんどは本で、要するに新しい本棚をずっと買いたがねているせいだ。  
良いものが見つからないと言うより、決められないのである。この迷宮状態は、おそらく次の二つが要因だ。  
① 選択肢が豊富すぎる  
② 良くも悪くも年の功

ものとして、手放して活かしきょうになるほど思っただ。そしてはつきり自覚したのだ。本との付き合い方は人それぞれでも自分にとっての本は読んで終わるものではないんだなということ。  
たぶん私は読書というより本という物質が好きなのだ。世界には素敵な物語や絵や写真を生み出す人、自分には考え及ばぬような思想や体験があり、それらを届けようとする人がいるから本がある。送り出された億千万冊から選り出した本、それらの背表紙が並ぶ光景に喜びを感じる自分のような人間は、何も無理して手放さずとも思い至ったのである。

トワネットの祖父にあたるカール六世による建立で、「財政危機のさい一冊売ったら国が持ち直した」という逸話も残るほど貴重な蔵書が20万冊もあるらしい。  
その父親には息を呑むしかなかったが、実は自分にとって最も印象深かったのは、意外にもあちこちに空きのある本棚がぼつぼつ見受けられたことだった。そこでたまたま現地人の青年と言葉を交わすチャンスがあったのでそれについて触れてみたところ、彼はふふんと鼻を鳴らして自慢げにこう答えたのだ。  
「この本は飾りじゃない。司書に管理されながら生きてるんだ。棚のあちこちにある空きスペースはその証拠みたいなもので、ここには次どんな本が並ぶんだろうってわくわくするでしょ。」  
時を経てなお麗しく生き続け、未来のある本棚……ああ、なんて素敵なの！  
うちの書棚の停滞は、そのさい生じた壮大すぎる憧れが一因であることも付け加えておきたい。

#### 森優子 Mori Yuko

旅行エッセイスト。1967年大阪生まれ。ガイドブックの編集ライターを経て独立。著書は「旅から」(幻冬舎)「女性のためのトラブル知らずの海外旅行術」(晶文社)ほか多数。足で歩いた各地の空気感や旅のノウハウを伝えるトークショーのファンも多い。



Facebook 森優子のページ  
<https://www.facebook.com/yuko.mori.944>



3省連携でリフォームをお得に！

# 住宅省エネ2026キャンペーン

予告 5/16<sup>土</sup>・17<sup>日</sup>  
松川情報センター  
リフォームフェア

国土  
交通省

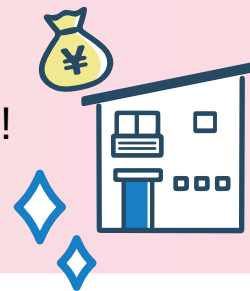
## みらいエコ住宅 Campaign 3

- ◆断熱改修 (天井・壁・床)
- ◆エコ住宅設備 (高断熱浴槽、節水トイレなど)
- ◆子育て対応改修 (キッズスペース、安全対策など)

最大40万円～100万円/戸

ポイント

補助上限額は築年数とリフォーム後の省エネ性能のギャップによって変動します！  
古い住宅ほど高額補助のチャンス！



ここが  
すごい！

- ◆併用OK！ 3つの補助金を組み合わせて使える
- ◆ワンストップ申請！ 一括申請で手続き簡単
- ◆全世帯対象！ リフォームは年齢・世帯制限なし
- ◆登録事業者が申請！ 自分で手続き不要

ここが大事！

対象工事開始日：2025年11月28日以降

申請受付開始：2026年3月下旬予定

重要な日程

申請締切：2026年12月31日まで

※予算上限に達し次第終了

【注意事項】

- ◆申請は登録事業者（リフォーム会社など）が行います。
- ◆予算に達し次第終了するので早めの検討を！
- ◆詳細は各省庁の公式サイトで最新情報をチェック。
- ◆地方自治体の補助金と併用できる場合もあります。

## 3省連携キャンペーンとは？

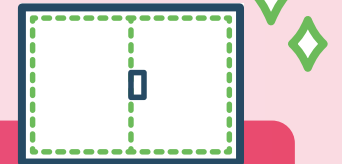
国土交通省・経済産業省・環境省の3つの省庁が連携して、住宅の省エネリフォームを応援する補助金制度です。ワンストップ申請で、複数の補助金を組み合わせて利用できるのが最大の特徴！



## 先進的窓リノベ Campaign 1

- ◆高性能の断熱窓への交換 (Uw値1.9以下など)
- ◆内窓の設置や窓ガラスの交換も対象
- ◆工事内容に応じて定額補助

環境省



最大100万円/戸

## 給湯省エネ Campaign 2

- ◆高効率給湯器 (エコキュート、ハイブリッド給湯器など) の導入
- ◆機器の性能に応じて補助額が決定
- ◆寒冷地での設備撤去にも追加補助

経済  
産業省



機器ごとに定額

# Culture from SMILE

新作映画から人気のDVD、オスメの新刊本までラインナップ!

## MOVIE



### 『人はなぜラブレターを書くのか』

1通の手紙が奇跡を起こした。実話に基づく物語。

その手紙は20年以上の時を経て、事故で亡くなった青年への想いを綴ったラブレターだった—  
1通の手紙から明かされる、1人の青年が生きた証が、日本中を深い感動の渦へ—。

●2026/4/17(金) 全国東宝系にて公開  
配給:東宝 監督:脚本:編集:石井裕也『舟を編む』『パンクバーの朝日』『月』  
出演:綾瀬はるか 富真あみ 細田佳央太 / 菅田将暉 妻夫木聡 佐藤浩市

©2026 映画「人はなぜラブレターを書くのか」製作委員会



### 『Michael/マイケル』

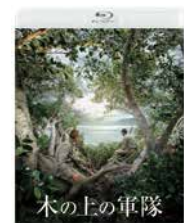
キングの誕生を目撃せよ

『ボヘミアン・ラプソディ』製作陣と『トレーニング デイ』監督が贈る  
“キング・オブ・ポップ”マイケル・ジャクソンの伝記映画。  
世界を熱狂させた伝説が、今、スクリーンで蘇る。  
主演に抜擢されたのは、マイケルの実の甥である新星ジャファア・ジャクソン。

●2026/6/12(金)より全国公開  
配給:キノフィルムズ 監督:アントワン・フークア(『イコライザー』シリーズ、『トレーニング デイ』)  
脚本:ジョン・ローガン(『アビエイター』『グラディエーター』)  
出演:ジャファア・ジャクソン、ジュリアーノ・クルー・ヴァルディ、コルマン・ドミンゴ、ニア・ロング、  
ケンドリック・サンブソン、マイルズ・テラー、ローラ・ハリアー他

Glen Wilson / Courtesy of Lionsgate

## DVD



●2026/3/4(水)発売 Blu-ray ¥6,000(税込)

### 『木の上の軍隊』

あの日、俺たちは、  
この島に残された2人だけの軍隊だった

1945年沖縄—  
終戦を知らずに2年間、ガジュマルの木の上で生き抜いた日本兵の実話に基づく物語。  
作家・井上ひさし原案の傑作舞台を映画化!

監督:脚本:平一敏 原作:『木の上の軍隊』(株式会社こまつ座・原案井上ひさし)  
出演:堤 真一 山田裕貴 津波 竜斗 玉代 勢 圭司 尚文 岸本 尚泰 城間 やよい 川田 広樹(ガレージ  
セール) 発売:販売元:株式会社ハビネット・メディアマーケティング ©2025『木の上の軍隊』製作委員会



●2026/3/25(水)発売 ブルーレイ+DVD セット ¥5,390(税込)

### 『スプリングスティーン 孤独のハイウェイ』

走り続ける一魂の叫びへ

アメリカの魂、ロックの英雄、ブルース・スプリング  
スティーン。世界の頂点にのぼりつめる前夜、伝説  
の名曲“Born in the U.S.A.”誕生に秘められた彼  
の魂の旅路を描く感動の音楽ドラマ。

監督:脚本:スコット・クーバー 原作:ウォーレン・ゼインズ  
出演:ジェレミー・アレン・ホワイト 発売元:ウォルト・ディズニー・ジャパン  
発売:販売元:ハビネット・メディアマーケティング ©2026 20th Century Studios

## BOOK



●好評発売中 ¥825(税込)

### 『嘘つきジェンガ』

気づいた時には、もう戻れなくなっていた  
直木賞受賞作『鍵のない夢を見る』と連なる、圧巻  
の辻村ワールド!  
騙す者と騙される者の切実な葛藤と後悔を描く、  
スリリングな短編集。

著:辻村深月 出版社:文春文庫



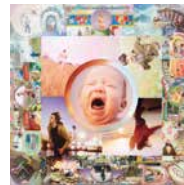
●好評発売中 ¥781(税込)

### 『財布は踊る』

毎月2万円。その貯金があなたの人生を変える。  
『三千万の使いかた』著者の最新作は、「お金のつく  
りかた」超実践小説。  
生活に根差す切実な想いと未来への希望を描く  
傑作。

著:原田ひ香 出版社:新潮文庫

## CD



●2026/3/25(水)発売 通常盤 ¥3,300(税込)  
TOY'S FACTORY / TFCC-81201

### 『産声』

Mr.Children

『Mr.Childrenの音楽が秘める無限の可能性』を探  
究。一音一音を生命を宿した、渾身の最高傑作。進化  
を続けるミスチルサウンドを、ぜひご堪能ください。



●2026/3/27(金)発売 初回生産限定盤 ¥3,810(税込)  
WARNER MUSIC JAPAN / WPCR-18813

### 『Whatever's Clever!』チャーリー・ブース

ヒットを連発し、世界を魅了するチャーリー・ブース  
通算4作目となるスタジオ・アルバムを発売!  
日本企画の7インチ紙ジャック仕様は初回生産限定。

# Cooking from SMILE

旬の食材を使った季節のレシピを紹介!

## 鯛とふきのカルパッチョ



美しく透明感のある  
シャキシャキのふきを  
柔らかな鯛の身で巻き込みながら  
召し上がれ♪

春の訪れと共にますます美味しくなる鯛と  
グリーンの清涼感いっぱいのふきを生食にし、  
旨みたっぷりの和風のカルパッチョに仕上げ  
ました。

### Mako 料理研究家

2005年NHK「第15回きょうの料理大賞」で  
グランプリを受賞。その後開いた料理教室  
「Creative kitchen」も大盛況。NHK「きょう  
の料理」「あさイチ」の料理コーナーで講師を  
務める。現在はテレビや雑誌を通じて沢山のレ  
シピを伝えている。著書に『禁断のレシピ』  
(NHK出版)『大皿料理でおもてなし上手!』(世  
界文化社)『スタミナおかず』(世界文化社)等  
がある。



## RECIPE

材料 ●2人分

- 鯛(刺身用鯛).....200g
- ふき.....20cm×4本
- 昆布茶(顆粒).....小さじ1
- 梅干し.....大1個
- オリーブオイル.....大さじ2



### 美味しいふきの選び方

しっかりとハリがあり軸の根本の色が  
綺麗なものを選びます。

作り方

- 盛り付けるお皿を冷蔵庫に冷やしておく。
- 昆布茶小さじ1を大さじ1弱の熱湯で綺麗に溶き、冷ましておく。
- ふきは生のまま皮を剥き、4~5cm長さに切り分けした後、縦に細く切り流水で5分ほど晒しアクを取り除く。

### 皮剥きのポイント

生食の場合は、長いまま皮を引きながら剥くと手早く簡単に皮が剥けます。

- 梅干しは種を取り除き包丁で叩いておく。
- 冷えたお皿に冷めた昆布茶のペーストをドーナツ状に塗り広げ、その上に薄めに斜め削ぎ切りにした鯛をお皿にくるりと並べる。
- 鯛1枚づつに叩いた梅干しを少しずつ乗せ、晒しておいたふきを中央にたっぷり乗せる。
- 全体に美味しいオリーブオイルをたっぷり回しかけていただく。

### ふきの保存方法

ふきは購入後、なるべく早めに下処理をします。  
塩で板ずりして洗い、たっぷりの熱湯で2分ほど茹でたら流水に取り、  
皮を剥きます。使いやすく切って5分ほど流水に晒しアクを取り除き、  
きれいな水に浸して冷蔵保存します。  
水は毎日替え、2~3日以内に色と香りが残っているうちに使い切りましょう。



ひらめき時間！ **間違い探しクイズ** From SMILE 難易度：やさしい



左右の絵をよーく見比べてみよう！ちがうところが**6か所**あるよ。

**「花粉症」**  
 コロナ禍ではマスクや手洗い・消毒の効果なのか、花粉症になる人が以前より減ったと聞く。症状のない人こそ普段からの予防が大事！

クシユン、グズグズ、シヨボシヨボ：春先ともなると周囲にこんな症状の方が多く現れる。そう花粉症だ。その症状には、古代の人々も悩まされた病気がたとえられている。紀元前460年頃の古代ギリシャの医師ヒポクラテスは、体質と季節、風が関係していると述べており、紀元前100年頃の古代中国の記録にも春にくしゃみや鼻水が増えるという記述があるという。19世紀にはイギリスで「Hay fever（枯草熱）」と呼ばれる症状が多くなると見られ、これはイネ科の牧草の花粉が原因であることが分かり、それによってこの時期の季節性アレルギー性鼻炎と花粉との関係が明らかに。

日本では、1961年に初めてブタクサ花粉症が報告され、後に1963年にスギ花粉症が確認された。これ以降、60種類以上の花粉症の

報告がある。中でもスギ花粉症は、花粉症患者の大多数を占め、経済発展や植林活動が原因ともされる。現在、花粉症は国内で一般的なアレルギー疾患となっており、国民の約20%が罹患しているのでは、と言われる。花粉症は昔から今日にかけて人々を悩ませてきた病気で、多様な要因によって形作られてきた。

主な症状はくしゃみや鼻水・鼻づまり目のかゆみ。症状の重みの中には倦怠感やだるさなど全身に影響することもある。

花粉症を予防するには、マスクやメガネの着用、花粉の飛散時期の外出を控えること、帰宅時の手洗いうがい、そして衣服に花粉が付着していることがあるため、よく払いとることが大事。おかしいな、と思ったら早めに医療機関を受診することをお薦めする。



Language of a calendar 暦には毎日素敵な記念日があります。その記念日に秘められた物語や謂われをご紹介します。

Find **6** differences



- 間違い探しの答え合わせはこちら！
- すべての違いを見つけられましたか？間違い探しは、楽しみながら注意力や観察力を鍛えることができ、脳の健康維持にも役立ちます。次回もぜひチャレンジしてみてください。
1. さくらんぼの数
  2. ハチが持っているバケツ
  3. うさぎの耳
  4. お花のかたち
  5. カタツムリの位置
  6. うさぎの持っているジョウロ

わが社の **がんばり人** Vol. **46**



仕事の付き合いでしか知らない彼が、きまじめ一本に見える彼女が、実はとっても楽しい一面を持っていた！当社社員やパートナーにスポットを当ててその人となりをご紹介します。

2025年入社 設計部  
**大山 純矢**  
 Oyama Junya  
 ■WORK/設計業務全般  
 ■妻



お客様の「ありがとう」の為に頑張ります

暮らしに向き合い、  
 一緒につくる家づくり

**顔に見える住まいのために**  
 医療・福祉施設を多く手掛ける設計事務所、約12年間勤務した後、独立して住宅を中心とした設計を行ってきました。仕事にやりがいを感じる一方で、不特定多数ではなく、住まう人一人ひとりの顔が見える家づくりに深く関わりたいという想いが強くなりました。長野への移住を機に出会った井坪工務店の、設計から施工まで一貫してものづくりに向かう姿勢に共感し、入社を決めました。

**一緒につくり上げる設計の仕事**  
 設計部として、お客様との打合せやプラン仕様の検討、見積作業などを担当しています。仕事で大切にしているのは、お客様と一緒に家づくりを進めていく姿勢です。どのような資料があれば伝わりやすいか、どんな対話がより良い打合せにつながるかを常に考えています。思いに寄り添いながらも、別の視点から提案することで、納得のいく住まいを形にしていきます。

**これからの目標は**  
 井坪工務店では、完成後も20年、30年と住まいと向き合い続けています。家は建てて終わりではなく、暮らしとともに育っていくもの。その考え方に共感しています。工務店の中にいる設計者だからこそ、設計と現場の距離が近い家づくりができると感じています。これまでの経験と、入社後に学ぶことを重ねながら、一つひとつの住まいに丁寧に向き合い、お客様のこれからの暮らしを支える設計をしていくことが目標です。

井坪工務店  
 スタッフから  
 設計部リーダー  
**棚田 勝**  
 穏やかな姿勢の中に、揺るがない判断力と行動力を備えた仲間です。今後も「ありがとう」の為に、共に成長していきましょう！

仕事の  
 マスト  
 アイテム  
**三角スケール**  
 図面を書く時の相棒。このスケールで図面に寸法を落としていきます。設計担当の自分には必需品です。



設計部皆で物件の擦り合わせもしていきます



当社の「今」をおとどけるホットなニュースレターコーナー **Company News**

01 **2026年工作始め**

1月5日、井坪工務店の2026年工作始めの式が執り行われました。社員一同が集まる中、神主が神棚の前で厳かに安全祈願を行い、本年の工事における無事故・無災害・事業の発展、社員とその家族の健康を祈願していただきました。新年の決意を新たに、社員一同気持ちを引き締めて業務に取り組む事を誓いました。

本年も井坪工務店をよろしく願い申し上げます。



02 **第58期経営計画発表会**

1月24日、2026年度第58期経営計画発表会を開催しました。全社員が一堂に会し、新年度の事業戦略や目標について共有を図りました。市場環境の分析や重点施策、数値目標などが示され、各部門のリーダーからは具体的な行動計画も発表されました。社員一同、新たな挑戦に向けて決意を新たにす機会となりました。今年も全社員一丸となって、お客様からの「ありがとう」に向けて邁進してまいります。



■ **巻末ハガキの使い方**

巻末ハガキは読者の皆様のご意見や要望をお聞きし、本誌作成の参考にするための大切な「ご意見箱」のようなハガキです。またプレゼントの応募にも利用できますので、ご活用下さい。

- **プレゼント応募**…プレゼントをご希望か否かを□にチェックを入れて下さい。
- **読者アンケート**…面白かった記事の□にチェックを入れて下さい。
- **ご意見・ご感想・お困りごとなど**…お電話をするまででは無い事でも、気になっている事があればお気軽に相談内容等をご記入下さい。また、お知り合いの方に新築やリフォームをお考えの方がいらっしゃいましたら□にチェックを入れて下さい。後日担当者よりご連絡させていただきます。

※個人情報保護法にもとづき、お客様の個人情報は厳重に保管、管理いたします  
※当社では、お客様のお名前、ご住所などの個人情報は、目的以外には一切使用いたしません  
※ご記入いただいた個人情報は、お客様の了承を得た場合を除き、第三者に提供・開示いたしません。

**ご応募頂いた方に 抽選プレゼント!**

巻末ハガキに必要事項をご記入の上、ご応募ください。



**プレゼント Present 3名様**  
応募締切2026/5/31(日)  
**ゼブラ ハイマッキー 限定12色セット**  
発売50周年のハイマッキーから、キャラクター「Hi! Mckee」が描かれた限定12色セット。1本ずつ違うデザインで使うのが楽しくなります。  
■発売元:ゼブラ株式会社 ■セット内容:黒、青、ライトブルー、緑、ライトグリーン、黄、ピンク、紫、赤、オレンジ、ライトブラウン、茶  
※プレゼントの当選は、発送をもってかえさせていただきます。