

[therapia(セラピア)]は療養を意味する「therapy(セラピー)」をモチーフとした言葉です。その言葉が示すように、コンセプトを「癒しとなる住まいの創造」と設定しました。デリケートな視点で、魅力ある暮らしの情報をお届けします。

[セラピア] Life information free magazine

# Therapiä

VOLUME 010  
2009.SPRING

中央グリーン開発の

みんなでエコdeパシャ!  
身近なエコをご応募ください!

暮らしステキセミナーのご案内

## 中央グリーン開発の新築分譲住宅

● バレットコート浦和 緑花未来 ☒

ナカムラクんの  
住まいの  
ワンポイントアドバイス  
【家庭菜園～夏野菜に挑戦しよう～】

『入居者訪問インタビュー』  
ご紹介契約の輪



住まい価値創造企業

**POLUS**

ポラスグループ

ポラスグループの中央グリーン開発がお届けする  
暮らし情報マガジン  
2009年(平成21年)3月13日発行

□発行部数 / 10,000部  
□発行 / 中央グリーン開発株式会社

本印刷物は再生紙を利用しております。

中央グリーン開発のエコD0!



# みんなでエコde/パシャ! 身近なエコをご応募ください!

あなたの身近なエコを応募しませんか? ついつい見逃しがちな身の周りのエコに目を向けて、気軽にご参加ください。応募作品の中から、ユニークなエコ、みんなが気軽に始められるエコを厳選し、中央グリーン開発のホームページまたは、次号セラピアで紹介させていただきます。私たちも今月は、みんなで「エコde/パシャ!」してます♪

## 応募方法



皆さんのエコ!パシャ!投稿をお待ちしております♪

## みんなでECOを考えよう。10daysエコキャンペーン開催報告

2008年11月8日～17日の10日間、『パレットコート七光台』の自治会の皆さんと中央グリーン開発が主体となって、エコキャンペーンを開催しました。地域のお店やスーパーの方々にもご協力いただき、自治会・地域商店・中央グリーン開発が合同で取り組んだ、エコ活動となりました。多くのご家族が楽しみながらエコに参加していただいた様子をご紹介します!



### eco action エコde/パシャ!

「身近なECO」の写真を撮ってメールで応募しよう!という、携帯1つで誰もが参加できる企画参加型のエコアクションを実施。明るい未来を次世代にも...  
という気持ちから、お子様の絵も同時に募りました。

みなさんが応募したエコde/パシャ!

楽しい名画たちよこの子たちの笑顔をずっと守りたいですね。



### eco action 小さなエコで大きく貢献

コツコツとできる、小さなエコ活動で地球に大きく貢献!ということで、プルタブ回収、エコキャップ回収、MOTTAINAI募金をおこないました。現在も引き続きパレットコート七光台インフォメーションギャラリーにて集めています。

プルタブ800Kgで  
車椅子1台に!



#### プルタブ回収

北部小学校の活動支援のため、アルミ缶のプルタブを回収。

キャップ800個で  
ポリオワクチン1本に!



#### エコキャップ回収

ペットボトルのキャップを回収。

7円で1本の植林ができます。  
アフリカの植林活動に!



#### MOTTAINAI募金

ワンガリ・マータイさんがおこなう植林活動「グリーンベルト運動」への募金活動です。

## ★エコキャンペーンに参加した住人の皆さまからの感想★

子どもたちがリサイクルやエコに興味をもってくれるようになったので、良かったです!

エコに協力できて良かったです。ずっとマイバッグ持っています。

エコを意識することは良いこと。これからは色々なエコをしてみようと思います。

買い物袋を持参することに抵抗がなくなりました。良いきっかけになりました!

良いキャンペーンだと思う。もう少し期間が長いと良かったかも。協力などを増やしてまたやってほしい!

# 暮らしステキセミナーのご案内

## ① フラワーアレンジメント教室～春のお花を使ったイースターのアレンジ～

**内容:** イースターにぴったりのアレンジ。  
銀座のお教室からお招きした講師に習います。

**会場:** 「パレットコート七光台インフォメーションギャラリー」

**開催日:** 2009年4月11日(土)

**時間:** 1回目/10:30～ 2回目/14:30～  
※所要時間 約2時間程度

**対象:** どなたでも参加できます。(お子様は保護者同伴をお願いします)

**定員:** 各回6組

**参加費:** 1,500円(材料費込み)  
※一般開催4,000円のコースです。

**持ち物:** 筆記用具、エプロン、ハサミ、持ち帰り用の袋

**締切:** 2009年3月30日(月)  
※応募多数の場合は、抽選とさせていただきます。  
(抽選結果は4月6日(月)までに当選者の方へご連絡します)



## ② 家庭菜園教室～無農薬の野菜づくりに挑戦！～

**内容:** 土の作り方、苗床づくり、苗の選び方など野菜作りの基礎講習。  
講習後、モデルハウスの庭を利用して、植付け体験をします。

**会場:** 「パレットコート七光台インフォメーションギャラリー」

**開催日:** 2009年4月25日(土)

**時間:** 1回目/10:30～ 2回目/14:00～  
※所要時間 約1.5時間程度

**対象:** どなたでも参加できます。(お子様は保護者同伴をお願いします)

**定員:** 各回5組

**参加費:** 500円(材料費込み) ※参加者にはスコップと自身で作成した苗ポットをお持ち帰り頂けます。

**持ち物:** 筆記用具、長靴、園芸用手袋(あれば)、汚れても良い服装

**締切:** 2009年4月6日(月)  
※応募多数の場合は、抽選とさせていただきます。  
(抽選結果は4月13日(月)までに当選者の方へご連絡します)

**申込方法** インターネット(お申し込みフォーム)又はFAXにて承ります。

▼お申し込みフォーム

<http://www.polus-green.com/event/ksp.php>

**お問合せ**

TEL. 048-990-8016

ポラスグループ中央グリーン開発(株)  
暮らしステキセミナー係 担当:横谷・寺澤

会場



東武野田線「七光台」駅 徒歩10分

### セミナーご予約<FAX返信シート>

FAX送信先 ▶ 048-990-8014

■下記欄にご記入の上、FAXをお願いします。

お名前	(フリガナ)	FAX番号	※抽選結果のご連絡をさせていただきます
申込数	組	メールアドレス	※抽選結果のご連絡をさせていただきます
参加人数	大人 人 / 子供 人	ご希望の回に☑を入れてください	
ご住所	〒 -	希望日時	①フラワーアレンジメント教室【4/11】 <input type="checkbox"/> 1回目/10:30～ <input type="checkbox"/> 2回目/14:30～ ②家庭菜園教室【4/25】 <input type="checkbox"/> 1回目/10:30～ <input type="checkbox"/> 2回目/14:00～
電話番号			

## 中央グリーン開発の 菜園プロジェクト

『自宅での安全で安心な野菜づくり』を  
お客様にお勧めできるように、  
本店の屋上で土づくりから実践中



落ち葉コンポストで腐葉土づくり



昨年の屋上菜園の様子



こんなに立派な野菜が  
穫れましたよ

## 暮らしステキセミナーの活動紹介

例えば…こんなセミナーを開催しています。

- 石けん教室
- ガーデニング教室
- インテリアセミナー
- エコウィル体験会
- 構造見学会…etc.



### ガーデニング教室参加者からのご感想

・ガーデニングが初体験だったので、楽しく簡単に学べました。  
・想像以上の仕上がり!寄せ植えのポイントなど丁寧に教えてもらえた。  
・お花も可愛くて、すぐに飾れるのが嬉しい。

# 家庭菜園～夏野菜に挑戦しよう～



今回は、庭が産地となる『家庭菜園』をピックアップします。庭先から穫ったばかりのトマトを頼張る…。なんと贅沢な夏の風景を目指して、春にしっかりと準備しましょう。

## STEP 1

### 土作り

- 2m×2mの土地をレンガやお好みの資材で囲む
- ゴミや枯れ草を取り除いた後、粒状の石灰30gを10回畑全体にまく
- くわで耕し、堆肥を約7～10kg畑全体にまく
- 化成肥料30gを10回、リン30gを3回畑全面にまいて耕す



よく耕し土を細かくすることで、種をまきやすくなり、根が成長しやすくなります。堆肥や腐葉土をたくさん入れて土をフカフカにしましょう!

## STEP 2

### 春に植える種や苗

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月
キュウリ	→	→	→	→	→	→	→
ゴーヤ	→	→	→	→	→	→	→
ナス	→	→	→	→	→	→	→
ピーマン	→	→	→	→	→	→	→
ミニトマト	→	→	→	→	→	→	→

〔作業時期の目安〕 植えつけ → 追肥 → 収穫 →

### ○苗の選び方○

キュウリ、レタス、キャベツなどは本葉が4～5枚程度。トマト、ナスはつぼみか花が咲いているものが良いとされています。



- 「茎」 葉と葉の節間が短いもの
- 「本葉」 病虫害の形跡がないもの
- 「双葉」 双葉がついていて、緑色が濃いもの
- 「根」 根がしっかりと土を取り込んでいるもの

## STEP 3

### 陽当たりによって、育てる野菜もいろいろ

#### 《陽当たり良好》

トマト キュウリ ナス ピーマン  
大根 ニンジン

※陽当たりの良さを活かして、窓際にネットを張ってゴーヤやヘチマを育てると、日よけの役目になります。一石二鳥!



#### 《半日影》

ほうれん草 小松菜 春菊  
里芋 ショウガ



#### 《日影》

ミョウガ セリ ミツバ



## STEP 4

### 病気や害虫を防ごう

#### 連作障害

同じ場所で同じ野菜や同種類の野菜を続けて作ると病害虫などの発生が多くなり、野菜の育ちが悪くなることを「連作障害」と言います。

#### 〈連作障害の対処法〉

- 同じ場所に同種類の作物を作らない。
- 堆肥などの有機物を加え土を健康にする。
- 連作障害の少ない作物を育てる。

#### 病気を防ぐコツ

- 陽当たり・風通しを良くして、除草する
- 間引き作業などを適期におこなう
- 抵抗性のある品種やつぎ木苗を優先的に選ぶ

ポラスの屋上でも植えつけました!



ジャガイモ、ブロッコリー、パセリなど。準備OK!

### スタッフの紹介

- Q1 今までの仕事で心に残っているエピソードは? Q2 今行くとしたら、どこへ行きたい?それはなぜ? Q3 学生時代のあだ名は?なぜそのあだ名になったの?  
Q4 似ていると言われたことのある有名人は誰? Q5 自分でしている環境にイイことは?

- A1 契約に携われたお客様「あの時、声を掛けてもらえて良かった」と言ってもらえたこと。  
A2 オーストラリアのグリーン島、島の宿泊がプライベート感たっぷり最高だった。  
A3 リョウ…。そのままです(汗)。  
A4 松坂大輔、シブがき隊のふっくん。  
A5 シリコンカップ利用のお弁当を持参。信号待ちでのアイドリングストップです(家計にも嬉しい!)



■氏名: 吉田 亮 ■所属: 設計部企画設計課2係 ■出身地: 埼玉県鳩ヶ谷市  
■趣味: テニス(ちょっとした部活動中)、音楽(ライブへ行く)、愛車でドライブ

- A1 「坂本さんだから買います」とお客様から言われた時、正直グッときました。  
A2 海外ならどこでも。大学生の時以来行ってないの。  
A3 もっちゃん。さかもっちゃんが省略されたからだと…。  
A4 ミスチルのボーカル桜井さん。  
A5 休日は電車を利用しています。



■氏名: 坂本 寛和 ■所属: 千葉支店営業課二課1係  
■出身地: 千葉県野田市 ■趣味: 野球、ゴルフ、ドライブ、旅行etc.