



Okamura LIFE

free paper



House ではなく Home をつくる

Okamura LIFE vol. 22 2025. 7. 1 発行 発行元：株式会社オカムラホーム 〒276-0029 千葉県八千代市村上南2-16-25 tel. 047-409-9905

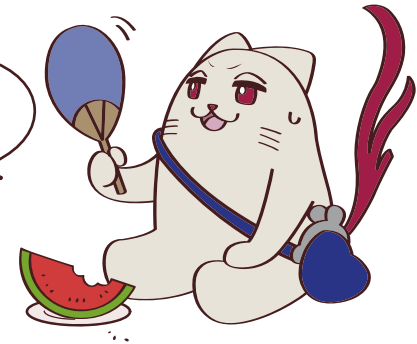


オカムラホーム 公認キャラクター

おかぽむ



熱中症注意！



オカムラホーム公式 SNS

facebook



Instagram



twitter



LINE



<https://www.okamura-home.co.jp/>



注文住宅専門店 木こち家ラボ

その後、どのように暮らしていますか？

船橋市 S様



明るく清潔感のあるLDKで、元気いっぱい遊ぶお子様と愛犬。そしてそれを優しい笑顔で見守るS様ご夫婦。絵に描いたように幸せいっぱいなご家族ですが、お話を聞くと、なんと家づくりはすでに2回目とのこと。

「最初の家も注文住宅だったのですが、あまり家づくりの勉強をせず駆け足で建ててしまっ。後悔することが出てきたんです。そんな気持ちのまま一生暮らしていくのは無理だし、30代を過ぎると住宅ローンも厳しくなるかなという思いもあり、住み替えることにしました」と、優しい語り口とはうらはらに、実に思い切った決断をされました。

お家づくりは2回目なので不安はあまりなく、1回目の経験から、「住んでからのことを考えた家づくり」が大切だと学んだご主人。木こち家ラボのプランニングやアフターサポートなどが信頼できる点だったそうです。

奥様も、HEAT20 G2仕様の優れた気密・断熱性や、耐震等級3が標準仕様となっている当社の住宅性能に安心感を持たれたそう。「木こち家ラボさんの建売を何件か見学しましたが、どれもあたたかみのある感じで、家族と暮らすイメージもできて、とても良かったですね」とお話くださいました。

以前の住まいで感じていた課題をすべてクリアして完成した、新しいS様邸。ご夫婦が特にこだわられたのは、ずっとストレスフリーで暮らせること。ご主人は「共働きで忙しいため、家事や子育てなど日常の生活はすべて1階で完結するようにしました」と話します。その言葉通り、1階にはリビングをはじめ、

キッチンなどの水まわり、ファミリークローゼット、そして寝室まで、すべてまとめた効率的なレイアウトに。脱衣室・ランドリールーム・洗面・クローゼットを直線上に配置した時短動線など、家事をスムーズに行える工夫も満載です。奥様も「年を重ねても無理なく快適に過ごせる家にしたかったので、この間取りはとても満足しています」と笑顔を見せます。さらに、外からの視線を遮る設計も取り入れられており、日々の暮らしに安心とゆとりをもたらしています。

シンプル＆さわやかなインテリアもストレスフリーの要素では…とお聞きすると、「私はあまりこだわりがなくて。でもセンスの良いコーディネートさんが、自分たちにぴったりの提案をどんどんしてくれました」と奥様。その中でもひととき目を惹く全面タイル貼りの壁はご夫婦が希望されました。シンプルなものLDKにモダンさをプラスした、S様邸のシンボルともいえるこの壁は、注文住宅だからこそ叶えられたもの。2回目の家づくりは気持ちにゆとりをもって、細部までじっくりと考えて取り組まれていたことがうかがえます。

「私たちの好みやセンスの合った設計さん、コーディネーターさんに担当してもらったので、プランニングやインテリアもスムーズに進められました。新しい家はすべてに満足していますが、一番気に入っているところをあげるとすれば、キッチンです。料理が趣味なのですが、冷蔵庫やカップボードなど、生活感のなるものはすべてパントリーにまとめてスッキリさせたので、気分良くノリノリで作業できます。あと家の中の温度差が少ないから、寝つきもよくなりましたね」と心豊かに過ごされているご様子でした。

一大決心で挑んだ2回目の家づくりを、大成功におさめたご夫婦。これからも永く快適に暮らされていく姿が想像できて、嬉しくなりました。





住宅再生専門店 ヴィンテージ木こち

その後、どのように暮らしていますか？

富里市 S様



重厚な瓦屋根、焼杉の板張り、白い塗り壁が印象的なS様邸。一歩足を踏み入れると、歴史ある大きな梁や繊細な組子細工の欄間はそのままに、落ち着いた風合いを活かしたシックなLDKや、ニューヨークスタイルのランドリールームなど、和洋が融合したスタイリッシュな空間が広がります。

この懐かしくも新しい住まいは、S様のご実家でした。当初マンション購入を検討されていたご夫婦は、価格に対する狭さや間取りの自由度のなさに疑問を感じていたそうです。そんな時、ご実家の今後について考える機会があり、リノベーションを選択。

奥様がネットで古民家リノベーションの会社を探し『ヴィンテージ木こち』に出会います。『数社に問い合わせましたが、ヴィンテージ木こちさんのプランが一番良かった。費用だけでなく、デザインや使い勝手まで考えられていたのが気に入りました』とS様は語ります。『打ち合わせも事務的ではなく、ワクワクさせてくれました』と奥様も笑顔で振り返ります。

築50年以上のS様のご実家は、お母様が大切にされていたため非常にきれいな状態でした。そこで『ヴィンテージ木こち』は、活かせるものは最大限に活かしつつ、ご夫婦の希望する間取りやインテリアを取り入れたプランを提案しました。かつて親族が集った和室は襖を取り払い、立派な梁が見える吹き抜けの大空間LDKに再生。伝統的な建築様式に合うよう落ち着いた色の建具やインテリアで統一され、家族が

くつろげる場所となりました。『リビングが一番気に入っています。動線もしっかり考えて作ってもらったので、とても暮らしやすい』とS様も満足げです。洗濯がはかどるランドリールームやS様専用書斎など、生活を豊かにする工夫も随所に凝らされています。土間を改装して作られたおしゃれな空間も、『お友だちとお茶や食事を楽しめます』と奥様に大変喜ばれました。

今回のリノベーションでは、気密・断熱性や耐震性も大幅に改善されました。『特に耐震補強工事をしてくれたことが大きな決め手でした。きちんと数値を出して提案してくれたので安心できました。今では地震がきてもあまり気付かなくなりましたね』とS様。

一年中快適に、そして安心して暮らせる住まいを手に入れたS様ご夫婦。『マンションの時のように子どもの声になって仕事ができないとか、窮屈な感じがするといったストレスがなくになりました。自分の居場所ができたのも良い』と住み心地について語ります。奥様も『一人ひとりで自由に過ごせるスペースができて落ち着けます。子どもたちも走り回って、のびのび過ごせるようになりました』と、家族皆が快適になったことを実感しています。

最後に、古民家や空き家再生を考える方へのアドバイスとして、『新築ではないですが、設備や内装を自分たちで決めたり、個性的な洗面室を作ってもらったりと、自由にできることがとても多かった。こういう選択肢も楽しい』と、ご家族のライフスタイルに合う素敵なお住まいを実現したS様ご夫婦らしい、夢の広がるお言葉でした。





地域情報く頑張っているママをご紹介します

長寿食堂 かぐれ

管理栄養士・健康運動指導士

押久保 美貴子さん



長寿食堂かぐれで活躍されている管理栄養士の押久保さんは、大学生と高校生の二児の母でもあります。押久保さんが管理栄養士を目指したきっかけは、高校時代のユニークな経験だったと話します。

「ずっとバスケー一筋で、高校でもバスケー部に所属していたのですが、引退後、部活を辞めた途端に筋肉が落ちて脂肪がつき、体重が10キロも増えてしまったんです」と当時を振り返ります。焦りから「ご飯を抜く」という極端なダイエットに走り、一時的に5キロの減量に成功したものの、すぐに6キロのリバウンドを経験。「これは正しい知識を身につけて、きちんと体調管理をしなくては」という思いが募り、管理栄養士の道を志しました。

大学で専門知識を学び、管理栄養士として働き始めてから「管理栄養士って深いな」と感じるようになったそうです。「栄養計算上はこうあるべき」と数値で示すことはできます。でも、人には心があり、それぞれの生活習慣や考え方があふれるんですね」と、一般的な栄養指導だけではうまくいかない現実を直面した経験を語ります。そして、その中で「食というのは、単に成分や数値で表すものではない。その人の生活の中いかに溶け込み、寄り添えるかが大切だ」という、管理栄養士としての揺るぎない信念を持つようになったと力強く話してくださいました。

あったからです。「ずっと、病気になる前の段階の人たち、つまり『予防の現場』で食の大切さを伝えたいと思っていました」と押久保さん。そんな中、長寿食堂かぐれが掲げる「食を通じて予防医療を実践していきたい」という考えに強く惹かれました。自身の目指す管理栄養士像と会社の理念がまさに合致し、迷わず就職を決意。以来20年以上、地域の人々の健康を「食」で支え続けています。

長寿食堂かぐれが提唱する「一日一食玄米生活」という「かぐれStyle」。このスタイルには「毎日の食事がストレスになってはいけない」という思いを込められています。「美味しい、楽しい、幸せになってもらうための食」を目指し、押久保さんが提案するのは、「主食を一日一食、白米から玄米に変える」という無理のない一歩。「最初は好きなものを食べながらで良い。健康はそんなにハードルが高いものではない」と語り、気軽に始められる健康習慣を後押しします。

玄米を取り入れることで、腸が元気になる、体内の老廃物が排出されるといった効果が期待できるそうです。実際、お客様からは「気分が明るくなった」「寝つきが良くなった」といった嬉しい声が届いているといいます。

「美味しいと健康を天秤にかけると、どうしても美味しいにはかなわない」と押久保さんは言います。そこで生まれたのが、その両方を叶える「美味しく玄米を食べられる長寿食堂かぐれ」なのです。長寿食堂かぐれは、我慢することなく、誰もが食の喜びを感じながら健康になれる場所を提供しています。

「私の役目は、多くの方へ健康を広めに行くこと！健康を伝える伝道者だと思っています」と笑顔で話す押久保さん。声がかかれば、企業や自治会などへ積極的に出向き、健康講座を開催しています。栄養知識を伝えるだけでなく、健康運動指導士の資格も持つ押久保さんは、椅子ヨガのワークショップも開催し、参加者の身体を動かすサポートも行っています。食と運動の両面から地域の人々の健康を支えています。お客様が笑顔が一番の喜びだという押久保さん。これからも、その情熱で多くの人々を健康へと導くことでしょう。



長寿食堂 かぐれ

住 所：八千代市八千代台北 6-8-9
電 話：0120-489-590
営業日：ランチ 月～金 11:00～14:00



公式 HP



一般社団法人 MIRAI KOMINKA for School

第5期 産×学×官SDGs 共同プロジェクト

—— 学生のActionで街を元気に！ キックオフ！ ——



千葉県内の高校を中心に、地域と連携した実践的な学びを提供する「第5期 MIRAI KOMINKA for School」が開始しました。今年も各校でキックオフ式が行われ、学生たちは地域課題の解決や地域資源の魅力発信に向けて、意欲的にプロジェクトをスタートさせました。

佐倉市では、佐倉高校・佐倉東高校調理国際科・印旛特別支援学校さくら分校の3校が参加。
佐倉高校は、第1期目より継続して参加しており「環境」「観光」「こども食堂」「食育」の4テーマで活動。バイオ炭の農業活用やインバウンド向け観光プランの提案、地域の居場所づくり、SDGs給食の企画など、今年も多彩なプロジェクトが展開されます。佐倉東高校では、1年生40名が「咲crepe（サクレープ）」プロジェクトにチャレンジ。地産地消とSDGsをテーマに、スイーツ系・惣菜系のクレープを開発します。プロのパティシエによる講義や、地元牧場やお茶畑でのフィールドワークなど、学びと実践を組み合わせた取り組みが進行中です。
印旛特別支援学校さくら分校では、農芸芸コースの生徒がバイオ炭の効果を検証する実験を実施。サツマイモを使い、バイオ炭の有無で成長や収穫量の違いを観察し、ゼロカーボンシティに貢献する学びを深めています。

船橋市では、市立船橋高校商業科の1年生80名が、学園祭「α祭」に向けてSDGsフィードを企画。地域企業と連携し、例年高評価を得ているオリジナル商品づくりに挑みます。市の特別講義や、SDGsに関する専門家の授業を通じて、社会課題への理解を深めます。
八千代市では、千葉英和高校調理部は、長寿食堂かくれと初コラボ。地元食材を活かした心と体に優しいお弁当づくりを通して、地域貢献型の食育活動に取り組んでいます。
また、初の中学生によるプロジェクトも始動。阿蘇米本学園の中学生が、廃校となった小学校の利活用について考える、地域の未来を見据えた新たな取り組みが始まりました。
今期、初の参加となる流山市。特別支援学校流山高等学園の木エコースで学ぶ生徒が、弊社が住宅を建てる際に余ってしまった、木材を活用し社会貢献を目指します。
そして、東京都中野区の新渡戸文化学園がコロナ禍を経て、2年ぶりにプロジェクトに参加。今回は、東京の伝統と今を融合させた「東京のおみやげ」開発に挑戦します。
今後も千葉市の生浜高校、四街道市の四街道高校がキックオフを迎え、参加校の輪はさらに広がっていきます。
地域と学校と企業が力を合わせて生み出す、新しい価値と未来にご期待ください。



@miraikominka4sch

MIRAI KOMINKA for School

最新情報はInstagramからご確認いただけます。

オカムラホームは持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています



フランス家庭料理

ビストロ・ポトフ



地産地消の旬の食材を活かしたフランス家庭料理を提供。素材の味を大切に、落ち着いた雰囲気の店。ワインや日本酒も豊富で、昼も夜もゆったりと食事が楽しめます。

DATA

住 所 | 千葉県習志野市津田沼 2-8-6
電 話 | 047-403-7205
営 業 | lunch 11:30 ~ 14:30 (LO13:45)
時 間 | dinner 17:30 ~ 21:30 (LO20:30)
定休日 | 日曜日
駐車場 | 有
料 金 | ランチ1,000 円～

※急なお休みをいただく事もございます。ご了承くださいませ。



理髪店

Hair entertainer
Gollista



木のドア越しにゴリラが覗くユニークな理髪店。カフェのような空間で、バリスタ風のオーナーが丁寧なカウンセリングと高い技術で理想のヘアスタイルを実現。店内には驚きとくつろぎを提供する工夫が満載。



DATA

住 所 | 八千代市緑が丘 3-7-4
ビーグルハウス 101
電 話 | 047-411-8114
定休日 | 毎週月曜日、
第2第3の
月曜日は連休



洋菓子店

スイーツアリッサム



戸賀澤寿史オーナーシェフはフランス修行後、明治記念館や新井リゾートホテルで経験を積み、2008 年に八千代市でスイーツアリッサムを開店。多数のコンクール優勝歴があり、店内は天然木を使った明るく温かい空間。種類豊富な生菓子やこだわりの焼き菓子が充実しています。焼き菓子はふるさと納税返礼品としても好評です。



DATA

住 所 | 千葉県八千代市高津 699-11
電 話 | 047-450-4720
営業時間 | 10:30 ~ 18:00
定休日 | 水曜日
※臨時休業あり
駐車場 | 有



食堂

長寿食堂 かぐれ



地域の人々が集える食と健康の場。発酵玄米や季節野菜を使った「まごわやさしいこ」の長寿御膳が人気。栄養士監修の献立と、運動指導で健康づくりをサポートします。



DATA

住 所 | 八千代市八千代台北 6-8-9
電 話 | 0120-489-590
営業日 | ランチ
月～金
11:00 ~ 14:00



USER VOICE



ご来店いただいた
お客さまの声

髪色が明るく抜けやすいので、色が抜けにくく落ち着いた色味をリクエストしました。ざっくりとしたオーダーでしたが、的確にアドバイス頂き大満足のカラーになりました。またカラー専門店ということで安心してお任せすることができました。



リフォームをするうえで、
オカムラホームを選んだ理由は何でしたか？

もともと自宅で開業する予定だったので、自宅を建てたオカムラホームさんなら安心だと思い、お願いしました。最終的には別の場所での開業になったのですが、引き続き物件を探してくれて、とても心強かったです。開業に必要な手続きもサポートしていただき、本当に助かりましたし、自分で購入した棚の取り付けなども手伝ってくださってありがたかったです。

お店づくりで
こだわったポイントはどこですか？

手軽に、安く、短時間でカラーができるというカラー専門店ならではの良さは大事にしつつ、店内の雰囲気には特にこだわりました。「安っぽく見えない」「おしゃれで高級感のある空間にしたい」とお願いし、グレーを基調にした落ち着いた内装に仕上げてもらいました。

オカムラホーム担当者より



STAFF COMMENT

今回、オカムラホームでは、建物所有者様に対して、空きビルの活用提案を、そして、使用者様に対しての開業出店サポートを実施。店舗に関しては、施設の工事だけでなく、開業に必要な営業許可や店舗のセットアップまでをトータル的にサポートし、双方にメリットのある事業提案をさせていただきました。



color of U カラーオブユー

- 予約制となっておりますのでご予約をお願いします。
- OPEN 10:00 CLOSE 18:00 (時間外ご相談ください)
- 定休日 水曜・日曜
- 勝田台駅南口より徒歩 8 分
- 千葉県八千代市勝田台 2 丁目 17-2



ご予約はこちら

オカムラホームのリフォームがプロデュース！

REFORM EXAMPLE

空きビルに新たな息吹を吹き込んだリフォーム事例

カラー専門店

color of U

オーナー

三山 香菜子さん

ヘアーカラー専門家をオープンしようと思った
きっかけを教えてください

独立開業にあたり、差別化が必要だと感じ、カラーに特化した専門店を選びました。以前に勤めていた大型店では時間に追われ、担当が工程ごとにも変わることも多く、お客様と十分に向き合えませんでした。その経験から、一人ひとりのお客様としっかり向き合える環境を作りたいと思うようになりました。



このテナントビルでの開業を決めた
きっかけは何でしたか？

もともとは自宅で開業する予定でしたが、予想以上に費用がかかることが分かり、別の場所での開業に切り替えました。空きテナントを自分でも探しつつ、オカムラホームさんにもお手伝いいただいていたところ、自宅近くの八千代中央から少し範囲を広げた中で、条件の良い物件を紹介していただきました。



やちよ絵手紙の森美術館

最近、季節感がなくなった？と言う人がいます。今まで日本の梅雨どきのイメージでは、しとしと降る静かな長い雨の日が梅雨らしさ？だったと思うのですが、この頃は豪雨の被害が出る程の大雨になって季節感がなくなった、と言うのも理解できるような気がしますね。しかし、その後の厳しい暑さと言えばそれこそ日中は外に出られない暑さ、熱中症の危険が多発する暑さです。この夏を、どうやって過ごそうか、どうやって乗り切ろうか、と高齢者の皆様の心配はつきません。しかし、花壇の花たちは、常に正直でヒマワリの背丈も伸びて今にも蕾が開きそうに膨らんでいます。ギラギラ照り付ける夏の陽射しに負けるものかと、真っ直ぐに空を見上げています。さあ、今年の夏も思いっきり生きてみようと思う。

さあ、夏が始まるよ

文・絵

瀧下むつ子
書 瀧下白峰



今後の予定

7月1日(火)～8月3日(日)「夏の到来！暑さに負けない絵手紙作品展」

さて、今年も厳しい暑さがやってきます。自然は優しいけれど厳しい面もありますね。まずは暑さに負けない健康！元気が一番です。とにかく「心が元気！」これが先です。館内の作品たちは、心を元気にします。心を癒してくれる作品群ですよ。

お知らせ

8月4日(月)～8月25日(月)まで夏期休館となります。

書道教室

八千代市立郷土博物館／毎月第1・3金曜日 10:00～12:00
八千代文化伝承館／毎月第2・4木曜日 10:00～12:00
村上団地1-37棟／毎月第2・4土曜日 9:30～11:30

絵手紙教室

八千代市立郷土博物館／毎月第2水曜日 10:00～12:00
緑が丘(旧京成バラ園カルチャー教室)／毎月第1水曜日 10:00～12:00
フルルガーデン八千代2Fみんなのコミュニティ／毎月第1木曜日 10:30～

絵手紙ギャラリー

Picture letter gallery.

◆定休日：毎週月曜日、最終月末は月・火休み ◆住所：八千代市村上南2-16-25
◆電話：047-487-6265 ◆mail：info@yachiyo-etegemi.jp



OKAMURA LIFE

PHOTO CONTEST

@Instagram

2025 Summer

応募期間：7/14Mon～8/31Sun

オカムラホームのオーナー様限定企画

OKAMURA LIFE 部門

家族（ペット含む）との暮らしの1枚をエピソードを添えてご応募ください。
お子様のふとしたコマやペットの可愛い瞬間など自慢のお家と一緒に撮影してください！

お家自慢部門

こだわりの詰まったお家を思いっきり自慢してください。



< 賞品の一例 >

OKAMURA LIFE 部門
WONDERFUL 賞

DEEBOT YI PRO PLUS
お掃除ロボット
(1名様)



応募方法&詳細はこちら ▶
過去の応募作品は
Instagramでご覧になれます！
@okamura_photocon

