

県産材を積極的に活用する神田木材は 「いしかわの木が見える家づくり推進事業者」 です！

当社で新築・増改築すれば

森林保全・維持への貢献
県産材使用での経済貢献
さらには…

え！

10万円の補助！！

詳しくは下記まで
お問合せください

40数年もの間、家づくりに携わってきた神田木材では、二級建築士で不動産コンサルティング技能登録者が分かりやすく土地探しについての疑問などご相談にのっております。もちろん宅建免許、建設業の許可もあり土地・建物合わせてのアドバイスもさせていただきます。

お気軽に下記まで電話・FAX・メールでどんどん聞いてくださいね。

〒921-8044
石川県金沢市米泉町10丁目39-5
フリーダイヤル 0120-483-146
TEL 076-249-6211
FAX 076-249-6204
URL <http://www.kandamokuzai.co.jp>
Mail kanmoku@kandamokuzai.co.jp



家づくり工房 かねだ

— 神田木材株式会社 —

“おんぼら〜っとするひとときを”

かんもく mail 

平成22年
10月

いつもお世話になっております。「家づくり工房かねだ」神田木材です！今月も、皆様のお役にちょっとでも立てるような情報をお送りしたいと思いますので、最後までお読みいただけたらうれしいです（^_^）／



記念日カレンダー



木の日 10月8日

「木の日」は1977年（昭和52年）に林野庁と木材利用推進中央協議会等が業界の発展と木材の利用促進を図るため、「木」の字（十に八）にちなんで10月8日を「木の日」と定めたものです。

以後毎年全国各地で様々なPR活動やイベントが行われています。

木は二酸化炭素を吸収し、酸素を排出します。木が集まると森林となり、森は降った雨を土に溜め、洪水や水不足を防ぐ「緑のダム」の役割をしています。そして森の地中に染み込んだ水はゆっくりとろ過され、汚れが取り除かれて、土や石からのミネラル分を含むおいしい水となっていきます。このように、森は私たちの生命の源である大切な水を育んでくれるのです。



しかし、違法伐採や過剰伐採、大規模な農地などの開発、不適切な焼畑農業などにより、1990年から2000年にかけて世界の熱帯地域の天然林は、毎年1,420万ヘクタール、本州の約3分の2の面積が失われています。また、日本の2005年の木材輸入額は約1兆2千億円にのぼり、その多くを中国、マレーシア、カナダなどから輸入しています。

家などの建物や家具等、その他、私たちの身の周りは、木材を原料とする製品に溢れています。だからこそ、一人ひとりが木材を大切に利用し、また増やしていくことが必要なのです。

この10月8日の「木の日」をきっかけに木や森を学び、守り育てることの大切さを再認識してみたいかがでしょうか。

私たち神田木材にとりまして、10月8日は特別な日といえます。

自然と人を愛し、自然と人にやさしい家造りを心がけ、国産、しかも県産材を中心に、自然の素材を最大限に生かした健康住宅を皆様にお届けします。





ECO な暮らし

食エコ～食事を見直す

毎日の食事から、カラダに地球にやさしいことを始めませんか。

食から始めるエコロジー、名づけて「食エコ！」。

食生活の工夫で CO2 を削減しましょう。

1 まずはお米を食べてフードマイレージを削減

フードマイレージとは、食材の重さに輸送距離をかけて算出したもので、数値が大きくなるほど、余分なエネルギーを使っていることになります。国産のお米なら、輸送距離も少なく、フードマイレージの削減につながって食料自給率もアップ！

2 洗い物を少なくして水資源を節約

盛り付ける食器についても大きさや数を考えて、洗うときに使う水やお湯の量も少なくして済むように工夫しましょう！



ともに子育て

「ありがとう」の言葉

ありがとうの言葉は、どのように子どもに教えたらいいのでしょうか。言葉がまだ出ないうちは、見よう見まねで、親が頭を下げるところを見せて真似させたり、促すように頭を下げさせましょう。まだ言葉を話せなくても、親が「ありがとう」と、一緒に言ってあげるといいですね。

繰り返しているうちに、だんだんと言葉でも言えるようになってきます。言葉がわかるようになったら、気持ちを表す言葉を添えるといいですね。「おもちゃ貸してもらって、うれしかったね」「順番変わってくれて、OOちゃんやさしいね」など。

ありがとうの言葉を自然に遣えるようになるには、日常一緒に過ごしている家族間のやりとりもとても大切。家族だから当たり前と思わずに、まずはお父さんとお母さんの間で、ありがとうの言葉を使うことを心がけたいですね。



かんもくのお料理レシピ！～朝の定番食材をのせるだけ

朝のミニ丼「鮭のい丼」

- ① きゅうりは薄切りにする。
- ② ごはんを適量、器によそう。
- ③ ②におにぎりのりを敷き、①と鮭をのせてのり佃煮とマヨネーズを添える。



<材料>・・・（1人分）

ごはん	適量
鮭フレーク	30 g
きゅうり	1/2 本
のり佃煮・マヨネーズ	各小さじ 1
おにぎりのり	適量

ポイント！

味付けされているのり佃煮のみを使用するのではなく、おにぎりのりを組み合わせて 2 種類使用し、のりの風味と食物繊維を増やしなが塩分を抑えた工夫をしています。

かんもく お役立ちノート

お疲れ現代人には森林浴がおすすめ

● 森林浴の効能

独立行政法人森林総合研究所が中核機関として実施している課題「森林系環境要素がもたらす人の生理的効果の解明」で得られた成果の一部として、3 日間の森林浴により、NK 細胞が放出する 3 種類の抗がんタンパク質、パーフォリン（Perforin）・グランザイム（Granzyme A,B 等）・グラニューライシン（Granulysin）（通称“抗がん三兄弟”）がいずれも増加することが明らかになったそうです。

森林浴によって NK 細胞の機能が高まることで、生体の抗がん能力も高まる、ということになるわけです。

● どこで森林浴？

林野庁が「日本の森林を 21 世紀に引き継ぐため、また、自然保護の精神を養い国民の健康増進に役立てること」を目的として、全国各地から 100 ケ所の森を選定したものが「森林浴の森日本 100 選」です。

因みに石川県内では次の 2 ケ所が選定されています。お休みにご家族でお出かけしてみたいはいかがですか。

鉢伏山	（石川県鳳至郡能登町）
石川県民の森	（石川県加賀市）

