## 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…



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いています。

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。

**T**921-8044

石川県金沢市米泉町10丁月39-5 フリーダイヤル 0120-483-146

TFI 076 - 249 - 6211 076 - 249 - 6204

URL http://www.kandamokuzai.co.jp Mail kanmoku@kandamokuzai.co.ip





家づくり工房 かんだ 神田木材株式会社







平成 22 年 10月

いつもお世話になっております。「家づくり工房かんだ」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

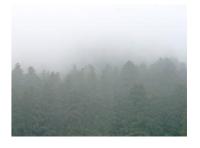


# 木の日 10月8日

「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てはい かがでしょうか。

私たち神田木材にとりましても、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!

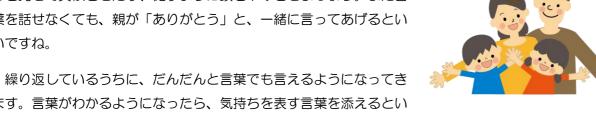
2 洗い物を少なくして水資源を節約

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 お湯の量も少なくて済むように工夫しましょう!

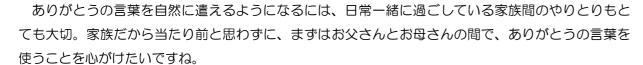


#### 全 ともに子育て 「ありがとう」の言葉

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。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。



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、〇〇ちゃんやさしいね」など。











### 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「鮭のり丼」

- ① きゅうりは薄切りにする。
- ごはんを適量、器によそう。
- 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 適量 おにぎりのり

### 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ら塩分 を抑えた工夫をしています。

# かんもくがお役立ちノート お疲れ現代人には森林浴がお薦め

#### 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、牛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ヶ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ヶ所が選定されています。お休みにご家族で お出かけしてみてはいかがですか。

> 鉢伏山 (石川県鳳至郡能登町) 石川県県民の森 (石川県加賀市)





