

## 旬の味覚

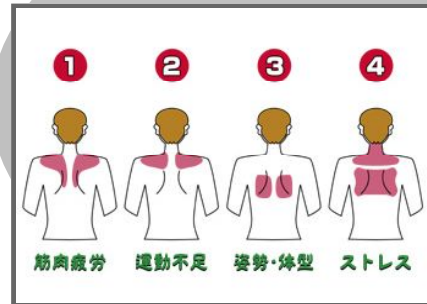
### たけのこ

時間がたつと、えぐ味が増すので掘りたてほど美味。新しいものは先がピンとして皮がしっとり、白っぽいものの方が柔らかい。ゆでるときは皮つきのまま、ぬかを入れたお湯でゆで、ゆで汁につけたままさますとうまみが逃げず、えぐ味が消えます。煮物、和え物、吸い物など、春を告げるメニューは多彩で美味。とくに、木の芽和えやたけのこご飯はこの時期欠かせない一品。うすくちしょうゆを使うと色がきれいに仕上がります。



## 健康読本

### 肩コリの原因いろいろ



- 1) スポーツによる筋肉疲労。スポーツでは僧帽筋や肩甲骨骨などを使い続けることが多い。
- 2) 運動不足による筋肉の血液循環不良。腕や首を支える筋肉が動かないために血液の循環が悪くなる。
- 3) 姿勢・体型による緊張。主にセキツイのすぐ横にこりがあらわれる。
- 4) 精神的ストレス。全身のだるさ・倦怠感を覚える。女性は特に気疲れが原因。

## 住まいの知識あれこれ

### 木の家ー災害に対する強さ

驚かれるかもしれませんが、木は優れた耐火性能も備えています。高温になると急速に強度が低下してグニャリと曲ってしまう鉄やアルミニウムなどの金属素材に対して、柱や梁などの太い木は、燃えると表面に炭化層が生まれ中心部まで火が進まないため、強度低下は極めてゆるやかなのです。また、地震による揺れのエネルギーは建物の重さに比例するので、強度と同時に軽さも兼ね備えた木の家は、地震の影響が少なく、大きな被害を受けずに済みます。



快適な住まいの情報はいつでもJYから

# 住まいの広場

5月5日 第5号

### 【構造現場見学会のお知らせ】



新しく始めました新築現場の【構造現場見学会】を行っております。今現在建物の重要部分である構造躯体を見ることが出来ます。地震時に大きな力を発揮する『ホールダウン金物』や『アンカーボルト』『耐力壁』等、完成してからは見ることが出来ないところがたくさんあります。また構造材は国産の50年以上の杉材を使用しております。土台と7寸角の大黒柱は桧材です。現場見学ご希望の方は、当社にお問い合わせください。

※詳しくは当店へ、お気軽にお尋ねください

編集室  
だより



さわやかな風と目に染みる新緑がアウトドアへといざなう5月。ゴールデンウィークをはじめ休日は戸外で過ごすことも多い季節です。スポーツで汗を流したり、野山へピクニック、美しい花々を育てるガーデニングなど楽しみ方はいろいろ。でも最後に落ち着くのはやはり我が家、だからこそさわやかな季節にふさわしい住まい作りをしたいものですね。

安心・安全・快適な住まいをカタチにする

(有) 山本建築工業

〒400-0032

山梨県甲府市中央5丁目2-6

TEL: 055-233-8873

FAX: 055-233-8860

E-mail: info@ymkn.co.jp

URL: <http://www.ymkn.co.jp/>

