

快適マンション Toyo Green Board

東洋グリーンボード Vol.9

色とりどりの草花が顔を出しはじめ、春の心地よい空気が感じられるようになってきました。
これからのシーズンは、山や川などへの行楽が盛んになりそうですね。
さて今号は、「水」についての特集です。毎日、飲む大切なものだからこそ、
正しい知識を得て、快適で健康的な暮らしを送りましょう！

特集

毎日、口にする「水」について考えよう！

● おいしい水ってどんなもの？

暮らしの知恵ポケット

お風呂の水のムダをなくして、賢く節約しよう！

- 和洋折衷のゆったりリビングをはじめよう
- 管理員全体研修会
- 4月更新予定のホームページ情報

インフォメーション

アンケートにご協力ください！

プレゼント！「デンファレ(洋蘭)の花」を3名様に

毎日、口にする「水」について考えよう！ おいしい水ってどんなもの？



「水」は生きていく上で欠かせない重要なもの。多かれ少なかれ、誰もが必ず毎日、口にしていることでしょう。そんな水だからこそ、最近では人々の関心が高くなってきており、様々なコンセプトの水が数多く販売されています。無味無臭のイメージが強い水ですが、多々ある水にはどんな違いがあるのでしょうか？ 含有するミネラルによる硬度をはじめ、昔から飲用されていた温泉の水や最近注目の海洋深層水など、水について探っていきます。

実は、いろいろな味がある「水」。おいしさの感じ方も人それぞれ

一見、何の実質もない水であっても、「おいしい!」と感じたり、「ん?」と違和感があったり、といろいろです。それは、含まれている成分やその量などによって、味が微妙に変わるから。また同じ水を飲んでも、おいしく感じるかどうかは個人差が大きく、そのときの気温や体調によっても変わります。一般的に、水の味に影響する要素は、次のものが挙げられます。

■ミネラル

水の味を大きく左右するのが、カルシウムやマグネシウムなどのミネラル。ミネラルが少ないと、比較的あっさりとした淡白な味になり、多いと苦味や渋味を感じるようになります。

■におい

においは味にも影響を与えるもの。においの原因としては、かび臭や塩素臭などがあります。

■炭酸

湧き水や地下水には炭酸が溶けています。炭酸は適度なさわやかさを与えますが、多すぎると刺激が強くなります。



■温度

水がおいしいといわれる温度は、一般に10~15℃くらい。冷やして飲むと、おいしく感じられます。

ミネラルが多く溶けているのが硬水。日本は硬度の低い軟水が一般的

水は、雨や雪が地下に浸透し、岩などに含まれる鉱物を溶かし込んで流れていきます。その過程でミネラルが多く含まれると硬水、少なければ軟水となります。ヨーロッパに硬水が多いのは、石灰質の大陸を長い時間かけて流れるので、ミネラルが多く溶けているから。逆に、日本に軟水が多いのは、地下を流れる時間が短いからです。

この水の硬さを示す硬度は、水に溶けているカルシウムとマグネシウムの量により算出します。計算式は、
カルシウム×2.5+マグネシウム×4=硬度
硬水と軟水を見分ける目安は次の通り。ちなみに水道水は、硬度が30~100くらいだといわれています。

区分	硬度
軟水	0~60mg/L
中程度の軟水	60~120mg/L
硬水	120~180mg/L
非常な硬水	180mg/L以上

水を多く使う日本の料理は、やっぱり軟水が適している

料理は水の影響が強いもの。硬度の違いにより、料理方法も違います。軟水が多い日本では、煮物や汁物、茹で物など、水を使った料理が豊富。一方、硬水の多いフランスなどでは、蒸す、油で炒める、牛乳やワインを加えて煮るなど、水をあまり使わない料理が多いようです。



ワンポイントアドバイス

“日本の名水百選”をご存知ですか？

昭和40年代から高度経済成長期にあった日本は、著しい発展を遂げる一方、環境破壊や環境汚染なども進んでまいりました。そこで環境庁(現・環境省)は昭和60年3月に、全国各地の湧水や河川の中から100か所の名水を選定、すぐれた自然の水を再認識するとともに、水環境や水資源への関心を高める役割を果たしています。

以下のホームページに紹介されていますので、興味のある方はアクセスしてみてください。

<http://www.env.go.jp/water/meisui/>



飲める水は他にもいっぱい。体にいい水もあります

飲むことができる水にも、多くの種類があり、それぞれ特徴があります。

■海洋深層水

太陽の光が届かない200m以深を流れている海水。表層の海水のように汚染の影響がなく、光合成も行われないうので細菌類が少ないキレイな水です。ミネラルが豊富で、年間を通じて約9℃という低温を保ち、水質が安定しているのが特徴。脱塩などにより、飲料水として商品化もされています。

■温泉水

地下のマグマ活動によってつくられる温泉には、ミネラルが多く含まれています。ミネラルが少ない温泉水の中には、飲めるものもあります。

温泉の水は、単純炭酸泉、食塩泉、硫黄泉などの泉質により、胃腸病や慢性肝臓病、神経痛、高血圧などに作用するといわれます。でも、腎臓に疾患のある人は塩化物泉を飲んではいけない、といったように、飲泉してはいけないものもあります。そのため飲泉にあたっては、専門医の指導を受けるなど、十分に注意が必要です。また、保健所からの飲用許可を得ていることを確認し、注意事項を守って飲みましょう。

■アルカリイオン水

電気分解により、アルカリイオン化した水。胃酸過多・慢性下痢・消化不良・制酸・胃腸内異常発酵に効果があるといわれます。ちなみに酸性イオン水は、アストリンゼント(収れん)効果がありますが、飲用には適していません。

暮らしの知恵ポケット

■お風呂の水のムダをなくして、賢く節約しよう!

「もったいない」という言葉が世界的な広がりを見せる中、ムダをなくすよう心がける人が増えてきているようです。でも、まだまだ工夫次第で節約できることはありそう。そこで、今回はお風呂の水を節約する術をご紹介します。できそうなことから、やってみましょう!

※ここで紹介した数値は、あくまでも目安です。浴槽の大きさやメーカーの仕様などにより、水費や金額は各ご家庭で異なります。

1 お風呂の残り湯で洗濯を

お風呂の残り湯を洗濯に再利用しましょう。残り湯の約半分を使ったとすると、約90リットルの節約。

1か月の節水量

90リットル/日 × 30日 = 2700リットル

2 シャワーを出しっぱなしにしない

使っていないのにシャワーを出しっぱなしにしていませんか? 実は1分間に約12リットルも流れています。家族4人が2分間ずつ節約すると、1日で96リットルの節約。

1か月の節水量

96リットル/日 × 30日 = 2880リットル

3 お湯を入れすぎない

浴槽の縁までいっぱい湯を張って入ると、一瞬にして大量の湯が流れ出て、もったいない! 浴槽の大きさにもよりますが、ここでは1回の湯量を50リットル節約で計算。

1か月の節水量

50リットル/日 × 30日 = 1500リットル

1~3を同時に実行すれば、1カ月で7080リットルの節約。

1リットル=0.24円で計算すると、1カ月で約1700円の節約になります!

和洋折衷のゆったりリビングをはじめよう

畳が丘「畳コーナー収納ユニット」



商品代40%OFF

ただし、工事費別途負担

期間限定 平成18年5月末日 まで

フローリングの洋室を、畳の良さも味わえる和洋折衷のリビング空間に変身させてみませんか？ 上部に畳を使った「畳コーナー収納ユニット」を利用すれば、いつでもごろっとできる「畳」の雰囲気を楽しめます。もちろん収納力もバツグン！ 広さや形も自由に選べます。



畳付きのデザインで部屋に重厚さをプラス。厚みのある本格的な畳が落ち着いた雰囲気です。



三角コーナーユニットがスムーズな動作を確保。



ちょっとしたスペースでも手軽に座卓が楽しめる。座卓等は2畳タイプから設置可能です。

東洋グリーン建物株式会社では松下電工ホームソリューション社と提携し、商品受注を承っております。お部屋のサイズに合わせたプランと共に、様々なレイアウトが可能。大掛かりな工事は不要ですので、お気軽にお問い合わせ下さい。

お申込・お問い合わせ先

東洋グリーン建物
営業開発部

電話 03-3508-1640
FAX 03-3508-1650

管理員全体研修会

「快適空間マンションライフのベストパートナー」をモットーに、資産価値の維持、そして快適で利便性の高い環境の創造、理想のコミュニティ実現のため、管理員の業務研修を強化しています。具体的には、①全体研修会、②ブロック別研修会に分けて、合計年4回の研修を定期的に行っています。

今年も1月25日に霞ヶ関ビル35階に当社の管理員/社員が一同に集合して、第1回の全体研修会を開催。熱心な雰囲気の中、右記項目を中心に研修がおこなわれました。

- 社長講話
～06年度会社経営方針
- マンション標準管理指針と
防災対策推進支援活動
- 建物の構造耐久
- 保潔業務



Information

▼ アンケートにご協力ください！

- ①住まいについて知りたいこと、興味のあること、気になることなどがあれば教えてください。
- ②住まいのお掃除について、質問やお悩みがありましたらお書きください。また、お掃除の裏ワザなどがありましたら教えてください。
- ③すでにホームページ「toyogreen.net」をご覧になった方は、ご意見・ご感想と今後取り上げてほしいテーマを教えてください。

▼ アンケートにお答えいただいた方の中から抽選で3名様にデンファレの花をプレゼント！

PRESENT!

プレゼントを希望される方は、上記のアンケートにお答えの上応募ください。応募いただいた方の中から厳選なる抽選の上、3名の方にプレゼントいたします。



●応募方法/ご希望の方は、お名前、住所、電話番号、(お持ちの方はFAX番号、メールアドレス)、アンケートの答えを明記の上、官製はがき・FAX・e-mailのいずれかでグリーンボード事務局Vol.9係までご応募ください。当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

●締切/2006年4月28日(金)必着

※アンケート・プレゼントにご応募いただいた方の個人情報はプレゼント発送以外の目的で使用することはありません。

4月更新予定のホームページ情報

東洋グリーン建物のホームページ「快適マンション」
<http://www.toyogreen.net>では、暮らしに役立つ情報を毎月お届けしています。

4月予定

【生活カレンダー】

- 家の遊び 「紙相撲で遊ぼう」
- 花の基本 「花を気軽に」

【マンションの住環境】

- 大規模修繕のポイント 「外壁改修の必要性」

快適空間マンションライフのベストパートナー
東洋グリーン建物株式会社

〒106-0001 東京都港区虎ノ門1丁目6番8号 虎ノ門ビル3階
TEL.03-3508-1040 FAX.03-3508-1650
e-mail: kaitekimansion@toyogreen.net
<http://www.toyogreen.net>