



マイボードです！

夏だ！海だ！サーフィンだ～！

連日うだるような暑さが続いています但皆さんいかがお過ごしでしょうか？高知、山梨、群馬では40度越えを記録するなど、ここは赤道直下のアマゾンか？と思わず錯覚を起こしてしまう程の暑さですね。さて、そんな暑い日には海でサーフィン！？という事で今回のテーマはサーフィン。学生の頃からもう20年以上続けています。(ん～？仕事よりも長くやっている！？)今回はサーフボードにテーマを絞ってその作り方をご紹介させて頂きます。



これがサーフボードの原型(フォーム)です。オーストラリアからこの状態で工場に入荷されます。簡単に言うと発砲スチロールの塊です。

すでにサーフボードの形になっていますが、ここからさらに電気カンナで仕上げていきます。



写真は元プロサーファーでありシェーパー(サーフボードを削る職人)の山口さん。自分のサーフィンの師匠です。



水平器を置いてロッカー(サーフボードの反り具合)をミリ単位で確認します。ロッカーはサーフボードの“命”です。



こうしてシェープが終わった状態です。いってん自宅に持ち帰りました。きれいにシェープされていますね。芸術品です。



ここから自分の出番です。アクリル絵の具でボードに模様を描いていきます。あ～腰が痛い、、、でも楽し～♪



ジャン！できました。夏なのでトロピカルなイメージでカラフルに仕上げてみました。裏も同じように塗ります。



塗り終わったボードを再び工場へ。次はラミネートという作業です。ボードの上にグラスファイバーをのせます。



その上に液体の樹脂を流し込みへらで均等に。(裏も同様に。)両面乾いたらもう一度樹脂を塗り重ね、乾いたら研磨して出来上がり。



出来上がったボードにフィンを設定します。サーファーにとって至福の瞬間です！

だいぶ端折って説明させて頂きましたが、いかがだったでしょうか？何を作るにも機械で量産される昨今、このように一本一本全ての工程を手作業で行うサーフボード作り、本当に素晴らしいですね。今回、工場を見学させて頂き改めて感じました。また取材に協力してくれましたドミンゴサーフボードさん、学生の頃からお世話になっていますが、どうも有り難うございました。さあ～出来上がったサーフボード、どんな乗り心地なんだろう～、楽しみ、楽しみ。次回はこのサーフボードで華麗なライディング？をご紹介できるかなあ～？

サーフアートギャラリー！？

最近、自分でペイントしたサーフボードをいくつかご紹介。



BEFORE→AFTER リフォーム工事見学会

兄弟3人ワンルームで遊ぶ！寝る！勉強する！



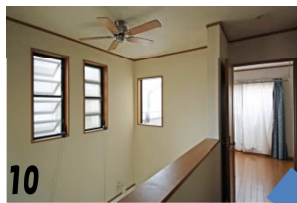
さあ、今回は子供部屋を改装しましたS様邸の現場をリポートさせて頂きます兄弟3人（長男小4、二男小2、長女幼稚園年長さん）が毎日仲良く生活できるように2階をリフォームさせて頂きました。もともと北側の洋室6畳が子供部屋でしたが来春、一番下の女の子が小学生になるのでこれを機に兄弟3人それぞれがベッドに勉強机、収納を確保できるようにしたいというのがご要望でした。

ご両親には個室を設けるという発想はなく大部屋に3人仲良くというのがコンセプトでした。スペースを有効利用できるようにロフトベッドを採用して空間を縦に使い、勉強机のスペースを確保しました。解体の際、天井に余裕がある事がわかり急ぎょ、梁型は出てしまいましたが、天井を上げる事（5センチ）にしました。これによりベッド下の高さ（145センチ確保）に余裕ができました。大人が座っても頭がつかえません。間取りに関しては吹き抜けを塞いで女の子のスペースに。男の子二人のベッドは北西側の壁に横並びに。これらロフトベッドの配置により、お部屋の真ん中は広くスペースが確保できました。どうですか？楽しそうなお部屋になったでしょ？



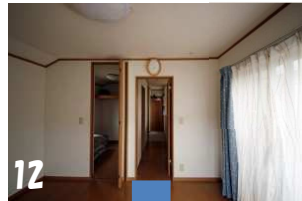
BEFORE

AFTER



1階リビングの吹き抜けを塞いで女の子のロフトベッドに。窓がたくさんあってとっても明るいこのお部屋の特等席！

真ん中にそれぞれのクローゼットを設けることでお互いに適度な距離感が。これで隣を気にせず勉強に集中できるかな！？



工事が終わってから兄弟3人楽しそうに本棚や収納に物を並べていました。ロフトベッドも大好評！これから大きくなるまで大事に使ってね！こちらは記念撮影でのスリーショット。みんないい顔してますね～。



一番下の女の子のスペース



真ん中の男の子のスペース



一番上の男の子のスペース

今回の子供部屋リフォームの内容はホームページの施工事例にも詳しくご紹介しています。また新着情報のコーナーでは現場の途中経過を掲載していますので是非ともご覧ください！

嫁の徒然日記

6月にお客様からたくさんの梅の実を頂きました。お庭の梅の木になった実だそうです。とても大きく立派な梅の実に感激しました。何にしようかしら...とネットでいろいろ調べたところ、梅干し、梅酒...とどれもこれも魅力的！結局、子供たちも楽しめるようにと梅シロップに決定しました。よしっ！と張り切って保存ビンを買に行き、一つ一つ梅のヘタを取り除き、さっと洗って、布巾で水気をしっかり拭き取る、と準備は完了。保存ビンに梅、そして同量の氷砂糖を交互に入れ、あとは氷砂糖が溶け、梅のエキスが出るのをじーっと待つだけ。保存ビンに入った梅と氷砂糖はグリーンと白のコントラストが美しく、見ているだけで何とも幸せな気分♪そんな時、ふっと殺気を感じ、振り返ってみると氷砂糖を狙った怪しげな影が二つ...、梅のエキスが出るまで氷砂糖が無くならないか...のだけれど...、毎日のお世話は氷砂糖が早く溶けるように1日に1, 2回ビン揺すってあげる事。時々ふたを開けてガスを抜く事。数日経つとふたを開けた瞬間に梅の香りが！あまりにいい香りなので、保存ビンの前を



通るたびにふたを開けてしまいます。開けたり閉めたり、、、中毒患者たちに見守られ氷砂糖は二週間ほどで溶け、待ちに待った梅シロップが完成しました。出てます、出てます、梅の香りが！！お水で割ったり、炭酸水で割ったり、市販のジュースとは大違いな芳醇な香りにウツトリ。出来上がるのに二週間かかりましたが、あっという間に無くなってしまったのは言うまでもありません、、、

Bells kitchen presented by maiko

こんにちは。暑いですね～(汗)こんな言葉しか出ない程今年は暑い！外に出るだけで汗が噴き出ます。サウナか！という位、、、こんな時にはそうめんや冷やしうどんがいいですよええ。サッパリ、ツルツと。が、しかしこの所、隠れ栄養失調という言葉をよく聞きます。暑さでそうめんや冷やしうどんばかり食べてしまう、そうなんです！炭水化物ばかりなのです！夏場に積極的に取りたいビタミンやミネラルが不足しているのです。体調が悪くなる前に野菜をたくさん食べましょう。さて今回は見た目にも涼しげな生春巻きをご紹介します。



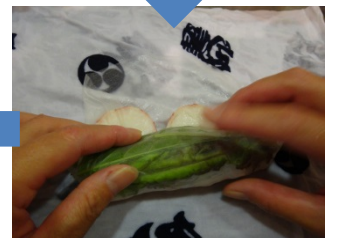
材料 (10 本分)

ライスペーパー 10 枚	鶏胸肉 1 枚
しその葉 10 枚	ショウガ 2, 3 枚
春雨 30 g	ネギ (青い部分) 1 本分
キュウリ 1 本	塩 大さじ 1/2 酒 少々
サニーレタス 4, 5 枚	
ニラ 1/3 束	エビ 10 尾



作り方

鶏胸肉に塩をよくすり込み鍋に入れかぶる位の水とショウガ、ネギの青い部分、酒を入れ火にかける。沸騰したら 10 分間茹でる。火を止めたらそのまま冷めるまで置いておく。冷めたら、さいておく。エビ→茹でて、殻をむき、半分に切る。春雨→茹でて水を切っておく。しその葉→半分に切る。キュウリ→干切り。ニラ→半分の長さに切る。サニーレタス→ちぎっておく。



ライスペーパーを水にさらす際、まだ固い状態でOK。巻いているうちに柔らかくなります。まな板の上に濡らして軽く絞った布巾を敷き、ライスペーパーをのせる。手前から5センチ位の所にしそ、サニーレタス、キュウリ、春雨、鶏胸肉を順に重ねて置いていく。(具材が多すぎると巻ききれなくなるので要注意) 具を押さえながら一回転巻き、左右両端を具材の長さに合わせて折り曲げる。ニラを挟むように置く。皮の奥から5センチ位の所にエビを置く。(赤くなっている方を下にして置くと巻きあがりキレイです。) なるべく隙間ができないようにしっかり巻き上げて完成～！すぐに食べない時や、残った時は、一本づつラップに包んでおくということです。さあ～出来上がった生春巻きですがお店ではスウィートチリソースで食べる事が多いのですが甘いのが苦手な方の為に、サッパリとしたソース(ニョクマムソース)もご紹介いたします。もちろん、シーザーサラダドレッシング、ゴマドレッシングなどお気に入りのドレッシングをつけて頂いてもOK！いろいろ試して下さいね。

「ニョクマムソース」
ニョクマム 大さじ2
レモン汁 大さじ1
酢 大さじ1
赤唐辛子 1/2 本



※ニョクマムとはベトナムで調味料として用いられている小魚を塩漬け発酵させた魚醤（ぎょしょう）です。タイのナンプラーは有名ですね。ナンプラーの方がニョクマムよりも塩気が強いようです。



ビールの美味しい飲み方講座

今年も暑い夏がやってきましたね。ビール好きには、よっ！待ってました！ってなもんですよね。ですが20代の方々はビールに苦手意識をもっているようで、ビール市場は低迷しているようです。残念です。仕事終わりのビールは砂漠の中のオアシスくらいに美味しいものなのに、、、という事でこのコーナーではビール好きには新感覚！ビールが苦手な人には、美味しく飲んでもらう為のコツをお教えいたします。



いつもの缶ビールをより美味しく飲む方法☆

- ① 缶ビールもグラスも「冷蔵庫」に冷やしましょう。ビールの適温は6～8度。よくグラスを「冷蔵庫」に冷やす方がいますが、反対に冷やし過ぎは味が濁ったり、味がわかりにくくなるようです
- ② 缶ビールを高く持ち上げ勢いよくグラスに注ぎます。グラスは傾けてはいけません。垂直です。淹のイメージです。
- ③ 泡がグラスの縁まで到達したら、一旦泡が落ち着くまで待ちます。
- ④ 今度はグラスと缶を近づけて泡を持ち上げるようにゆっくりと注ぎます。きめ細かい泡が雲のように立ち上がってきます。ビールと泡の比率は7:3を目指しましょう。そうになったらゴール！召し上がれ～☆

ワンポイントアドバイス

泡はビールの中から炭酸ガスが逃げ出そうとするのを押さえ、空気に触れて味が落ちるのを防ぐ役割をしています。だから、飲み干すまで泡を消さないようにするのが、ビールをおいしく飲むコツです。

ビールをいろんなもので割って一味違うビールを楽しむ☆

- ① トマトジュース 5:ビール 5 ←自分のお気に入りです！
- ② カルピス原液 3:ビール 7
- ③ カルーア 3:ビール 7（お酒をお酒で割るので飲み過ぎ注意！）
- ④ ガリガリ君ソーダ味の半分をグラス内で砕く。→ビール適量を入れる。
- ⑤ ビールを半分よりちょっと下にグラスに入れる。→バニラアイスを大きめのスプーンですくって入れる。（ビールを入れすぎると泡が吹きこぼれるので要注意！）

ビールには無限の可能性が秘められています！是非ともいろいろとお試してください。

夏、バンザイ！ビール、バンザイ！

編集後記

今年の夏は本当に暑い！高知県の四万十市では国内観測史上最高の41度を記録。さらに4日連続の40度超えも全国初。皆さん体調にはくれぐれもお気をつけ下さいね。さて暑いといえば今年の我が家も“熱い”んです！ベルズレターにたびたび登場している長女がシンクロで予選を勝ち抜き、見事、全国ジュニアオリンピックに出場決定！さらに私事で大変恐縮ですが、自分も予選を突破して全日本サーフィン選手権に出場する事になりました。一夏に家族2人がそれぞれ全国大会に出場なんてそーありませんよね。まさにアスリート一家！？という事で娘は毎日、朝から夜まで、自分は仕事の合間を縫って？日々練習に励んでいます。どちらも8月末に大会が行われます。この結果は次回（11月発行予定）ご報告させて頂きます。頑張るぞ～！それでは次回をお楽しみに～

住宅の新築やリフォーム、木材製品の購入等を検討されている皆様へ

**その木、
どこの木？**
木材利用ポイント実施中

地域材の適切な利用は、地域の森林の適正な整備・保全、地球温暖化防止および循環型社会の形成に貢献し、農山漁村地域の振興につながります。ぜひこの機会に、地域のため、次世代のために、積極的な地域材の活用をご検討ください！



今ならチャンス！スギ、ヒノキなどの地域材を基準以上利用するなどの条件を満たすと、以下を対象としてポイントが付与されます。

① 木造住宅の新築・増築又は購入

1棟あたり**30万ポイント** ※特定被災区域の住宅であって、「全壊」等と認定された場合は、1棟あたり50万ポイント

② 住宅の床、内壁および外壁の木質化工事

内装および外装木質化工事の合計ポイント付与数の上限は**30万ポイント**

床	新築	9m ²	2.1万ポイント	以降3m ² 増えるごとに7千ポイントを加算
	リフォーム	9m ²	3万ポイント	以降3m ² 増えるごとに1万ポイントを加算
内壁	新築	9m ²	1.5万ポイント	以降3m ² 増えるごとに5千ポイントを加算
	リフォーム	9m ²	2.1万ポイント	以降3m ² 増えるごとに7千ポイントを加算
外壁	木質系外壁材	10m ²	1.5万ポイント	以降10m ² 増えるごとに1.5万ポイントを加算
	新規外壁材	10m ²	7千ポイント	以降10m ² 増えるごとに7千ポイントを加算

※新規外壁材とは、耐火性・耐久性などの性能、対象地域材の利用方法、林業・木材関係業界との連携等の面で新規性が認められるもの

③ 木材製品および木質ペレットストーブ・薪ストーブの購入

1製品あたりのポイント付与数は価格の10%程度。上限は**10万ポイント**

1pt = ¥1

1ポイント1円相当で、
地域の農林水産品などと
交換できます。

ポイントを利用して交換できる商品等

地域の農林水産品など / 農山漁村地域における体験型旅行 / 全国型商品券・プリペイドカード・地域型商品券 / 森林づくり・木づかい活動に対する寄附 / 特定被災地域に対する寄附 / 即時交換（当該工事を行った登録工事業者がその工事と一体的に実施する別の木材を使用した工事などの代金に充当すること）

※全国型商品券・プリペイドカード（農林水産品関連商品券は除く）への交換、即時交換を行う場合、付与されたポイントの50%を上限に利用することができます。



この用紙は簡伐材/ILPを
使用しております。
認定番号 K0301090

※工事の対象期間、ポイントの付与条件、申請方法、ポイント交換商品などの詳細は、下記の木材利用ポイント事務局のホームページをご参照いただくか、ナビダイヤル（有料）までお問い合わせください。

ご登録方法、協議会の連絡先、
ポイント付与の条件など、詳しくは

木材利用ポイント事務局 <http://mokuza-points.jp>

木材利用ポイント

検索

電話 0570-666-799

ナビダイヤル（有料） PHS、IP電話からのお問い合わせ（有料） 03-6701-3270 ※受付時間 9:00～17:00（土・日・祝日含む）