

NPP

NAKAMURA PAPER PACKAGE

今回の特集
生活習慣
改善法



その他の作品は「こちらから」▶

COVER'S TOPIC

シャインカービング

宇佐美 香織さん

今回は、飯田市で新しい彫刻アート・シャインカービングの講師をされております宇佐美さんを紹介します。シャインカービングとは、あらかじめデザインが印刷されたビニールシートを彫刻刀で彫ることでステンドグラスのような美しい作品を作ることができます。う岐県岡田市発祥の新しい彫刻アートです。絵心がなくともどなたでも楽しめるので、老若男女問わず気軽に始めることができます。

宇佐美さんはインスタグラムを通じてこのアートに出会いました。無料体験キットで初めて彫ったとき、ステンドグラスのようなキラキラした美しい作品に感動したのが始めるきっかけになったとのことでした。

コロナ禍で外出が制限される中、全国のシャインカービングをされている方々とオンライン講習で知り合い、沢山の仲間を作ることができました。そして夢中になれる趣味を見つけたことで巣ごもり生活も楽しく充実して過ごすことが出来たといえます。この楽しいアートをもちと周りの人に知ってもらいたいという思いを胸に、オンライン講習会等で技術を磨き、シャインカービング認定講師の資格を取得されました。

現在は主にりんご並木のエコハウスにて三ヶ月に一度のペースで講座を開催。秋には天竜峡マルシェやおかまつり等に出品してワークショップや作品の販売もしております。

今後は引き続きエコハウスでエコカフェ講座を開催、そして親子で楽しめるワークショップも企画したいとのことでした。更に学校やフリースクールなどの特別授業として体験していただけるように活動していく予定だそうです。自分の経験を生かして、日常生活の中で何かに没頭する時間、自分のための癒しの時間を見つめるきっかけ作りが出来たら嬉しいですねとおっしゃっていました。色鮮やかに輝く作品からは、宇佐美さんの作品づくりに対する愛情が伝わってきました。

個別でも体験講座を受け付けておられるそうです。自分の新しい可能性や趣味を見つけるために一歩踏み出してみませんか？

連絡先：090-4161-17516（土日祝日・平日は17時以降）

祝事だより

富永農園株式会社 様

先駆的な考え方で農業経営や地域農業の発展に貢献した若手経営者らを顕彰する「第83回中日農業賞」で最高の農林水産大臣賞を、富永農園株式会社富永創治様を受賞されました。

大学卒業後に父親の元で就農した富永様は、売上の9割近くをりんごが占めていること、家族や近隣農家の手助け頼りになっていることなど、現状に経営改革の必要性を感じました。そのため、単身でアメリカのアイオア州へ渡り、人が集まるファーマーズマーケットなどで農作物や加工品を売るなど日々研鑽を積まれたそうです。その経験を通して、言葉以外の部分でも相手の求めていることを読み取る力を身に付けられました。また、どのように人を集めるか、どうすれば人に売れるかを学ばれたそうです。帰国後は、学んだ経験を生かしてさくらんぼ狩り、ブルーベリー狩りといった観光農園を始められました。観光事業は地域の人のつながりも増え、地域の景観の維持にもつながったそうです。また、繁忙期が重ならないようにしながら多品種の栽培や加工を始めたり、機械の導入などの効率化を進めたりすることで、従業員の通年雇用を可能にされました。今では、約24ヘクタールもの土地を活用している富永様。「いつか中川村に『くだもの村』を創りたい」と将来の夢を語ってくださいました。富永農園様の今後益々のご発展を心より祈念申し上げます。



TRIVIA

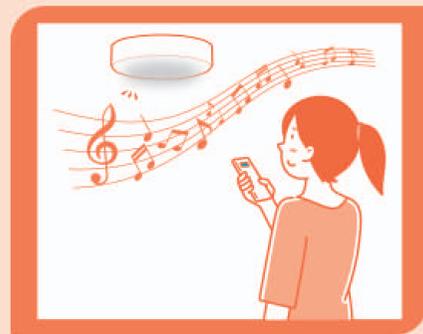
雑学講座
納豆にも「旬」がある

コロナ禍を経て、一人一人の健康に対する意識が向上しました。健康を保つ食材の一つとして、納豆があげられます。最近では「腸活」とうたい、体の内側から健康になろうというのが、昨今のブームです。そんな納豆にも旬があるのをご存じでしょうか。その旬の時期とは、新豆が取れる11月〜12月を指します。また、発酵のタイミングで言うと、納豆菌を付けて発酵させてから大体一週間たったところが、ベストの味とされています。発酵したての納豆は、周りが白くなっているが、発酵から一週間ほどたつと豆の周りが白から透明に変わってきます。したがって、納豆菌を付けた製造日から一週間たったものを食べるとよりおいしく頂けるといいう事になります。

TRENDY ITEM

ステルス家電

今売られています



『ステルス家電』とは家具と一体型の家電です。その種類は様々で例えばバスマットに体重計、クッションにマッサージ器、シーリングライトにスピーカーやプロジェクターまたは空気清浄機機能付きなど、一見では家電とわからないようにインテリアとして違和感のない家電です。一台で多機能であることでスペース的にも有効です。新生活を始める人にも強い味方になりそうです。

おじやまします

亀喜総本家 様

今回ご紹介するのは岐阜県八百津町で明治創業の和菓子屋、亀喜総本家様です。八百津町本町には栗きんロードという情緒豊かな道があり、その道沿いにお店を構えておられます。毎年9月10月の栗きんロードの季節になると地元愛好家はもとよりわざわざ遠方より八百津町を訪れて来店され、栗きんとんを買っていかれるお客様も多いとのこと。また社長、伊佐治様の奥様は、観光協会のおもてなしPerryリーダーをされており日頃より八百津町の観光スポットの魅力を発信されておられます。中でも一推しは建造六八年になる丸山ダムです。このダムは今新しいダムへと建て替えが進んでいます。古いダムはそのままにその上に新たに建てられるそうです。その状況を丸山ダムの写真撮影を続けてファイル「月刊丸山ダム」にコメントを添えてまとめておられます。このファイルは亀喜総本家様の店舗のカウンターに置かれてあります。拝見すると丸山ダムの四季折々の雄姿と、添えられたコメントに心を打たれます。ぜひ八百津町にお越しいただき美味しい和菓子をご堪能いただき、丸山ダムの新しい姿への変遷をご覧くださいと思います。亀喜総本家様のますますのご発展と、「よっしー」様の活躍を心からお祈り申し上げます。

〒505-0301 岐阜県加茂郡八百津町八百津3921-1(定休日:水曜日)

TEL 0574-4310147



WORKING PAPER

vol.69 「源氏物語」に登場する紙

はたらく紙



和紙が普及し始めた平安中期以降に、女性たちによって物語や日記、随筆など多くの作品が書かれています。紫式部の「源氏物語」は長保三(1001)年から寛弘三(1006)年頃までの間に書かれ、清少納言の「枕草子」は同じく長保三年に改稿本が完成しています。この時代になると上流社会では紙はふんだんに使われており、これらの作品の中に舶来の唐や高麗の紙、紙屋院の紙、陸奥の紙、女性が愛好した雁皮

の薄紙など、紙についての記述が数多く出てきます。たとえば「源氏物語」では「唐の紙ども、入れさせ給ひつる御厨子開けさせ給ひて、なべてならぬを選び出でつつ」(賢木)、「唐の紙の、いとすぐれたるに、草に書き給へる、いとすぐれて、めでたしと、見給ふに、高麗の紙の、はだこまかに、なごうなつかしきが、色など花やかならず、なまめきたるに、おほどかなる女手の、うるはしく、心とどめて書き給へるは、たとふべき方なしと」(梅枝) などとあります。

ここに出てくる「高麗の紙」とは、中国で評価の高い「白垂紙」かもしれせん。この紙は楮紙で、よく叩解された原料を使った白くて光沢のある紙といわれています。

また鈴虫の巻に「唐の紙はもろくて、朝ゆふの御手ならしにも、いかがとて、紙屋の人を召して、こと仰言賜ひて、心ことに清らかにすかせ給へるに」とあり、紙屋院の紙の品質が中国からの輸入紙より優れていたことが書かれています。

印 印刷物にもっとインパクトが欲しい、もっと目立ちたいな、など思われた経験はありませんか？そんな思いを解消できる「箔印刷」のご紹介です。箔押しには料金や数量などのさまざまな問題がありますが、「HAK」で解消ができます。

「HAK」は箔を印刷するためのプリンターです。特徴としては
・1枚からでも印刷ができ小ロットに特化し、高精細のクオリティーです。
・金、銀、銅、青、緑、赤、ローズゴールドの箔の種類が豊富。機械の使用手順も簡単です。

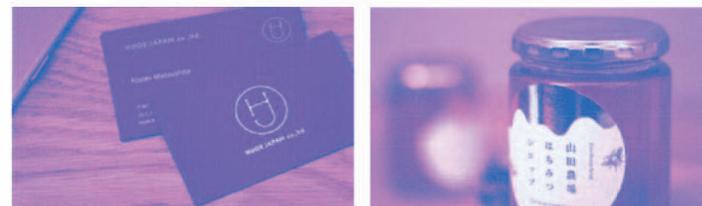
①レーザープリンターで箔印刷したいデザインをプリント
②印刷したい色の箔ホイルを機械にセット
③プリントした用紙をHAKにセットしスタートボタンを押す

こんな簡単な作業で、プライスカード、名刺、招待状、POP、メニュー表、ラベル、パッケージなど多くの商品に箔印刷ができ、仕上がりさらにワンランクアップします。

ご興味のある方はぜひ弊社営業までお問い合わせください。



様々な商材、パッケージの「箔印刷」に活躍します



1 箔プリンター

ス パウト付スタンドパウチをご紹介します。

プラスチック製の注ぎ口とスクリーキャップが装着されたラミネート袋の印刷加工が可能です。特徴①キャップ付きだと保管がらくらく

何度も分けて取り出せませす。簡単に開け閉めができます。簡単に開け閉めができます。

特徴②少量ロットや多品種商品に対応

デジタル印刷に必要なだけのロット生産が可能です。シリーズ品展開での販売におすすめです。

特徴③びん、プラボットの代替に

中身を無駄なく取り出すことができます。小さくたたんで廃棄が可能。

注ぎ口の直径・16.1mmφ

最小サイズ・T150mm×Y100mm

最大サイズ・T350mm×Y250mm

例えば規格品のスタンドパウチにシール貼りで対応されているメーカー様、直接フィルムに印刷すること

で売り場での印象を変えられてみてはいかがでしょうか。

お問い合わせは弊社営業部まで。

2 スパウト付きスタンドパウチ



【特徴】
①キャップ付きだと保管がらくらく
一度に使いきることなく、簡単に開け閉めができます。
②少量ロットや多品種商品に対応
デジタル印刷に必要なだけのロット生産が可能。シリーズ品展開での販売におすすめです。
③びん・プラボットの代替に
中身を無駄なく取り出すことができます。小さくたたんで廃棄が可能。

当社取扱いのおすすめ商品

農 業生産者も使う本格派の捕虫シート「New虫バンバン」をご紹介します。両面捕虫シートになっているので、多くの害虫をこれ一枚で捕獲することが出来ます。作物の近くに設置することで飛翔害虫の捕虫効果が上がります。自分で育てた作物に出来るだけ薬を使いたくない！できるだけ「無農薬」で育てたい！そんな方にオススメの商品です。

害虫を効率よく誘引する波長の黄色でコナジラミ類の捕獲力アップ！マルハナバチはほとんど付着しない特殊な粘着剤を使用し、片手&ワンタッチでらくらく取付け、濡れても乾けば粘着力はもとどおりになります。剥離紙付きなので手にベタつかないですし、紙製なので使用後の廃棄処分が簡単です。

高性能粘着式捕虫シート「New虫バンバン」の詳細は、弊社営業担当までお問い合わせください。



虫バンバン 3



害虫を効率よく誘引する黄色

環境にやさしい乾燥剤 ナチュラソープ 4

NaturaSorb® FNシリーズ
FNシリーズは、天然に産出する粘土鉱物ベントナイトクレイ(NaturaSorb®)を用いたコンパクトかつ経済性に優れた業務用乾燥剤です。

電子部品、精密機械および輸送コンテナなどの防湿に優れた吸湿能力を発揮します。使用する吸着剤ベントナイトクレイは、化学的に安定していて、腐蝕性・潮解性・毒性がなく天然鉱物で環境にやさしいです。

優れたコストパフォーマンスで、5g~1kgまで豊富なラインアップ。包装材料としてPET/PP不織布を使用しており、耐久性に優れています。

ご要望に応じたサンプルも承ります。当社営業部までお問い合わせください。



階段よりもエスカレーター、エレベーターを使う
トレーニング代わりに階段を使う

階段昇降は足腰の大きな筋肉を使うため、エネルギーをたくさん使います。筋肉を鍛え、代謝をよくします。

移動に車を使うことが多い
体を使って移動する

歩いて20分程度の場所は、歩き+交通機関にして歩く機会を増やしましょう。



定期的に運動を行っていない
速歩とすきま時間の筋力トレーニングがおすすめ

- 歩幅を広げてテンポ良く歩くことで運動効果がぐっと上がります。
- テレビのCMなどのすきま時間にはスクワットなどの筋力トレーニングを！

お酒をたくさん飲む
適量を知り、休肝日を週に2日設ける

お酒の適量は一週間に日本酒換算で7合程度。1日の最大飲酒量は3合までと心得ましょう。平均して飲むか、メリハリをつけるかは自由ですが、肝臓を休ませるために週に2日の休肝日を連続して設けることも大切です。



喫煙者である
禁煙にチャレンジする

たばこは百害あって一利なし。自分にも周囲の人にも害を及ぼします。

- たばこの代わりに、熱いお茶、冷水、ノンカロリーの飴やガムで気分転換。
- 自分だけでは禁煙が難しい人は、禁煙外来を利用して。一定の条件を満たせば保険適用になる医療機関もある。



- しばらくはお酒の席に近寄らない。
- たばこはそれ自体がストレスに繋がるので、禁煙に成功すれば自信もつく。
- 禁煙の効果は初日から現れ、10年後にはほぼ非喫煙者と同じになる。

ストレス解消も大切に

食事と運動で肥満を解消使用としても、ストレスがたまっていると、ストレス解消に暴飲暴食をして結局太る、不安が解消せず何をやっても効率が上がらない、というように効果がありません。健康に、効率よく肥満解消するには、ストレス解消も大切なのです。

入浴

ぬるめのお湯にゆっくりつかる。

運動

適度な疲労で入眠しやすくなり、リフレッシュ効果も。

ストレッチ

睡眠の前後、筋肉や関節などを痛くない程度に伸ばす。

音楽

聴くもよし、歌うもよし。

アロマテラピー

芳香浴、バスオイル、アロママッサージなど。ほのかな香りで心身をリラックス。

森林浴

フィトンチッドが爽快感をもたらす、リフレッシュ。

趣味をもつ

仕事以外の好きなことに熱中して、気分転換を。

動物を飼う

動物とのふれあいは、心を和ませます。

映画をみる

特に笑えるもの、楽しいもの、心とむむのがおすすめ。

深呼吸

自律神経の働きを整えます。ゆっくり息を吐き、吐ききったらお腹を膨らませながら鼻から息を吸う。

睡眠

すべての休養の基本です。自分なりのリズムで。

快適な睡眠のために睡眠環境を整えてみましょう。★

光…ごく控えめな間接照明がおすすめ。起きたら朝日を浴びて体内時計をリセット。

布団…敷布団はある程度硬さのあるものだと寝返りがうちやすいです。掛け布団は通気性がよく軽いものを。

枕…自分にあった高さで、頭を乗せると若干沈むものを。

色…寝具は寒色系でまとめて心を落ち着かせます。

こんな生活習慣が危険信号です
普段の習慣をチェックしてみましょう



- お腹いっぱいになるまで食べる
- 野菜をあまり食べない
- 魚よりも肉をよく食べる
- 揚げ物など油っこいものをよく食べる
- 階段よりもエスカレーターやエレベーターを使う
- 定期的に運動を行っていない
- 移動には車を使うことが多い
- お酒をたくさん飲む
- 喫煙者である
- ストレスがたまりやすい
- これといった趣味がない
- 睡眠不足である

お腹いっぱい食べている
ゆっくりよく噛み野菜から

野菜やきのこは食物繊維が豊富で満腹感を得やすい食品。ゆっくりよく噛んで食べれば、他の食品の量が少なくても満腹に。



野菜をあまり食べない
かんたん野菜料理と野菜ジュースで補充

自分で作るかんたん野菜料理で手軽に野菜の補充を。市販のものは乾燥させた野菜に水を足しているものが多いので、表記の野菜の量の半分と考えると。自分で作った料理やジュースなら、確実にたっぷり野菜がとれます。

- ジューサーで野菜ジュースを作る。
- 薄切りにした野菜、チーズやハムを層状に重ねて電子レンジで数分加熱。味付け不要ですすぐできる。



魚よりも肉をよく食べる
肉と魚は1対1。
手のひらサイズが目安

肉ばかり食べていると、コレステロール値や中性脂肪が高くなります。

- 肉と魚は1対1の割合で。特に青魚はLDLコレステロールを下げる働きがあるのでおすすめ。
- 合わせて1日2食以内、一度の量は手のひらサイズが目安。



1食分の目安

油っこいものをよく食べる
あぶらは調理法と、とる食品の種類で控える

- 揚げ、炒める→焼く、蒸す、ゆでる。
- フッ素樹脂加工の調理器具を使い、油を使わずに加熱。
- 肉は脂肪の多い部位を控える。



特集

家庭紙キャンペーンのお知らせ

今年も6月から8月中旬までトイレットペーパーやティッシュペーパーなどの家庭紙がお買い得になる特販キャンペーンを開催いたします。お盆までの期間限定の特値販売ですので、会社での年間使用分をまとめてご購入頂く法人様もいらっしゃいます。また、個人のお宅や勤務先への配達も行っておりますので、社員の方がご自宅用としてもご購入頂けます。3ケースでのご購入で1ケースにつき100円引きになりますので、最近と同僚の方と一緒に購入されるという方も増えてきております。

6月から弊社の社員がチラシをお持ちさせて頂きますが、ご興味のある方は、事前に弊社営業担当までご連絡頂ければと存じます。

法人様はもちろん、
個人のお客様も大歓迎です！

トイレット
ペーパー

キッチン
ペーパー

BOX
ティッシュ



環境整備

REPORT



弊社ではこの時期、会社の周辺、社内の整備を4班に分けて行っています。駐車場周辺、社屋周辺、社屋裏、物置の整理の4か所です。それぞれに、草取り、除草剤、周辺の整備、網戸の張替えなど、毎年のことなので段取り良く手分けして行うことができました。

終了後慰労を兼ね、花見をおこない、社員同士の懇親を深めることができました。

今回本誌で使用する紙

北雪COC

メーカー抄紙機停機によりご使用いただきました「北雪」が販売中止となり、新たに「北雪COC」として発売しております。

従来の「北雪」の紙質を継承し、新たに「森林認証紙」として環境に配慮しております。

（90）〜（360）までの幅広いラインナップになっておりますので、あらゆる用途に使用可能です。色目にも特徴がある「北雪COC」ぜひご使用ください。

紙提供 平和紙業株式会社

MATERIAL

EDITING POSTSCRIPT

4月に入り子供たちの学校も始まり、新しいランドセルが歩き始めました。会社では新入社員の皆さんが入られたことと思います。暖かくなり縮まっていた身体や、頭もリフレッシュする良い季節になりました。何かを始めるウキウキした自分がいます。

編集後記