

8月に入りまだまだ暑い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。
今回は秋の味覚「栗」についてご紹介させていただきます。

秋といえば食欲の秋です。

皆さん 秋の食べ物というと、何を思い浮かべますか？

サンマ、マツタケ、芋、柿、などなど候補はいくつかありますが
「写真見たから栗しか思い浮かばないよ」という方も多いでしょう
というわけで今回は「栗」に関する豆知識のお話です！

栗（9月中旬から10月上旬）



1. 栗は、果物？野菜？木の実？

栗の食べ物といえば、モンブランや甘露煮などをイメージして「甘いから果物だ！」と思いがちですが、
ところがそんなに単純ではありません。

栗は分類上、「種実類」に含まれます。・・・と思った方、そんなに単純でもありません。

え？じゃあ野菜なの？と思った方・・・違います！。

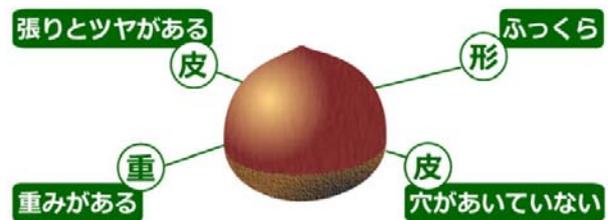
じゃあ何なんだ、となりますが、実は「果物」なのか「野菜」なのか「木の実」なのか、という明確な
基準はないそうです。私の考える正解としては栗は「種実類」であり、甘いことから「果物」もしくは
「木の実」が適切かな、と思います。

2. 栗に多く含まれている栄養素は？

他の食品と比較し、栗に多く含まれている栄養は、「カリウム」です。栗には、可食部100gあたり、
カリウムが460mg含まれているそうです。カリウムはナトリウムと相互に働き、過剰に摂取した
ナトリウムを体外へ排泄する作用があります。また、むくみの解消や、高血圧の改善、利尿作用にも
効果的と言われています。（ほうれん草、豆乳、納豆にも、カリウムが豊富に含まれています。）
カリウムの摂取目安量は、成人男性で2500mg、成人女性は2000mgなので、栗を500gくらい
食べれば、栗だけでカリウム摂取達成可能です。ぜひたくさん栗を食べましょう！（カロリーに注意）

3. おいしい栗の選び方は？

- ① 果皮がつやつやとしていて光沢がある
- ② すっしりと重さを感じる
- ③ ふっくらと丸みがあり1粒が大きい
- ④ 虫食い穴に注意
- ⑤ 天恩貯蔵が熟成された栗は甘味が強い



4. 「モンブラン」ってどういう意味？

栗を使った食べ物といえば・・・そう、モンブランです。

ケーキのモンブランは、フランスとイタリアの国境にある山のモンブラン
が由来なのですが、日本語にすると、どのような意味になるでしょう？

A：白い山 B：茶色い山 C：宝の山 D：空っぽの山

これは、フランス語が詳しい方なら簡単ですね。

モンブランは「MontBlanc」となり、「Mont」が「山」、「Blanc」が
「白い」を意味します。よって正解は、Aの「白い山」となります！



これからの季節は鮮やかな紅葉も楽しめます。適度な運動を行い「健康維持」がんばりましょう。

平成30年度三遠南信小手沢地区工事用道路建設工事

「平成30年度 三遠南信小手沢地区工事用道路建設工事」を施工させていただきました、小池建設株式会社です。6月30日をもって完成となりました。
1年3ヶ月と長い期間でありましたが、周辺地域の皆様には、多大なるご協力いただき、誠にありがとうございました。

工事箇所



完成写真



KOIKE
Civil Engineering

小池建設株式会社

長野県飯田市下久堅下虎岩3089-2
TEL 0265-28-8100 (本社)
現場代理人 藤本 賢太郎
監理技術者 塚田 健二

令和2年度 三遠南信喬木工事用道路建設工事

工事着手のご挨拶

この度、『令和2年度 三遠南信喬木工事用道路建設工事』の施工をすることになりました北沢建設株式会社です。

工事期間中は工事車輛の通行等により地域の皆様方には大変ご迷惑をおかけしますが、安全第一にて作業を進めて参りますので、ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

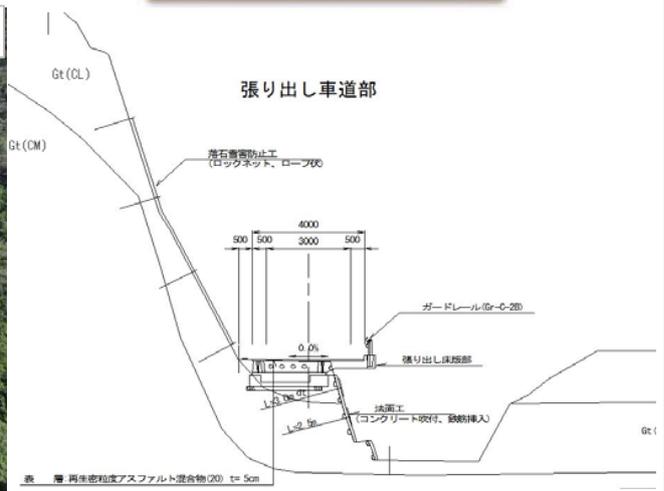
平面図・施工範囲



上空写真



断面図



安全を全ての基本に
北沢建設は「安全第一」が基本です。



北沢建設株式会社

【本社】 飯田市吾妻町7番地 TEL 0265-23-0072
【現場事務所】 三遠南信喬木工事用道路作業所 TEL 0265-48-6105

【現場担当者】

監理技術者：宮下 克寛

現場代理人：中島 祐希

令和2年度 三遠南信 3号橋下部工事

この度、『令和2年度 三遠南信 3号橋下部工事』を施工することになりました勝間田建設株式会社です。

富田諏訪神社前の村道改良と三遠南信道 3号橋 P 2 橋脚の施工を行います。工事期間中、工事用車両の通行等で地域の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。



工事期間： 令和2年7月1日～令和4年2月25日

工事内容： 道路土工 1式、法面工 1式、擁壁工 1式、ブロック積工 1式
舗装工 1式、排水構造物工 1式、防護柵工 1式
構造物撤去工 1式 R C 橋脚工 1式、仮設工 1式



勝間田建設株式会社

3号橋下部 作業所

TEL 0265-22-3480 (本社)

現場代理人 ・ 岡井 源光

監理技術者 ・ 館松 司

令和2年度 三遠南信飯喬PC上部工事

この度、「令和2年度 三遠南信飯喬PC上部工事」を担当する事になりました(株)安部日鋼工業です。現在、三遠南信1号橋にて大変お世話になっております。また、飯田で仕事ができることを大変うれしく感じております。地域の皆様にはご迷惑をおかけすることのないよう、安全には細心の注意を払い工事を進めて参りますので、ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

位置図



3号跨道橋

形式：プレキャストセグメント単純PCT桁橋
橋長：46.5m 支間長：45.5m
有効幅員：2.5m
横断勾配：1.5% 縦断勾配：8.876%

喬木高架橋

形式：プレテンション方式PC単純中空床版橋
橋長：17.0m 支間長：16.9m
有効幅員：9.5m
横断勾配：1.5~2.0% 縦断勾配：3.0%

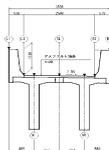


本工事は、3号跨道橋と喬木高架橋のPC上部工を2橋施工する工事です。橋桁は2橋とも工場にて製作し現地へ運搬して架設を行います。特に3号跨道橋は、桁長が長いので分割にして運び込み現地にて組み立てます。そして喬木高架橋は、橋桁を14本並べた橋梁になります。



現場代理人・監理技術者
伊藤 章次

断面図



3号跨道橋

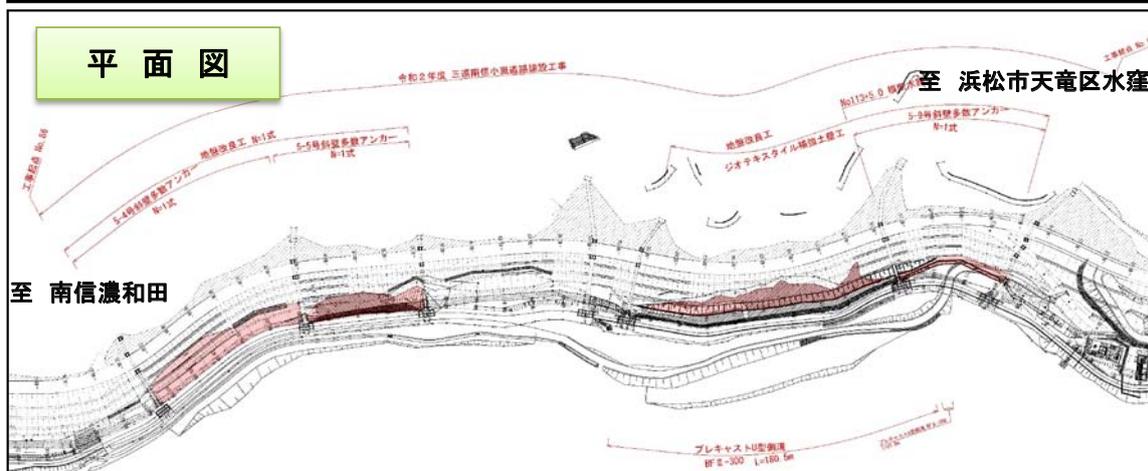


喬木高架橋

令和2年度 三遠南信小嵐道路建設工事

この度、「令和2年度 三遠南信小嵐道路建設工事」を施工することとなりました木下建設株式会社です。本工事は、斜壁多数アンカー補強土壁とジオテキスタイル補強土壁の擁壁工事及び路体盛土工事が主な工事となります。

工事期間中におきましては地域の皆様にご迷惑をお掛けしますが安全第一で工事を進めてまいります。ご理解ご協力をよろしくお願い致します。



木下建設株式会社

【本社】 飯田市松尾町1丁目22番地 ☎ 0265-22-2780
【現場事務所】三遠南信小嵐道路作業所 ☎ 0260-31-0117

お気づきの点がありましたら
下記までご連絡ください。

【現場担当者】
現場代理人・監理技術者
梅本 智佳



令和2年度

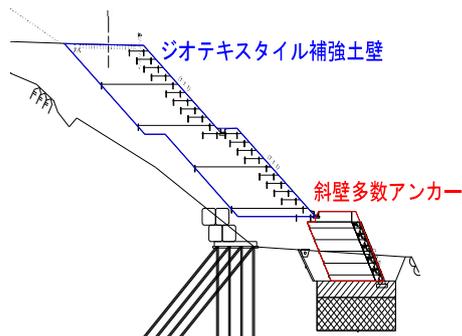
三遠南信此田地区道路建設工事

〈工事着手のご挨拶〉

この度『令和2年度 三遠南信此田地区道路建設工事』を施工することになりました神稲建設株式会社です。

本工事は、道路の盛土中に補強材料を敷設する補強土壁工法の施工が主な工事となります。工事期間中、工事車両の通行等により近隣の皆様方にはご迷惑、ご不便をおかけしますが、何卒ご協力とご理解のほど 宜しく お願い致します。

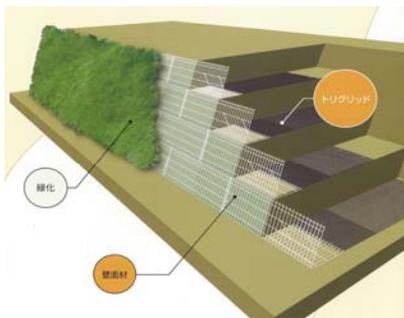
〈標準横断図〉



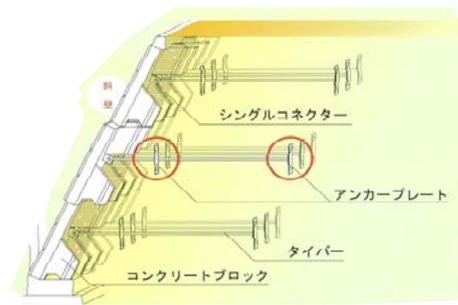
〈位置図〉



〈完成イメージ〉



【ジオテキスタイル補強土壁】



【斜壁多数アンカー】



神稲建設株式会社

【本社】飯田市主税町18番地

TEL 0265-59-7011

【現場事務所】R2此田地区道路作業所

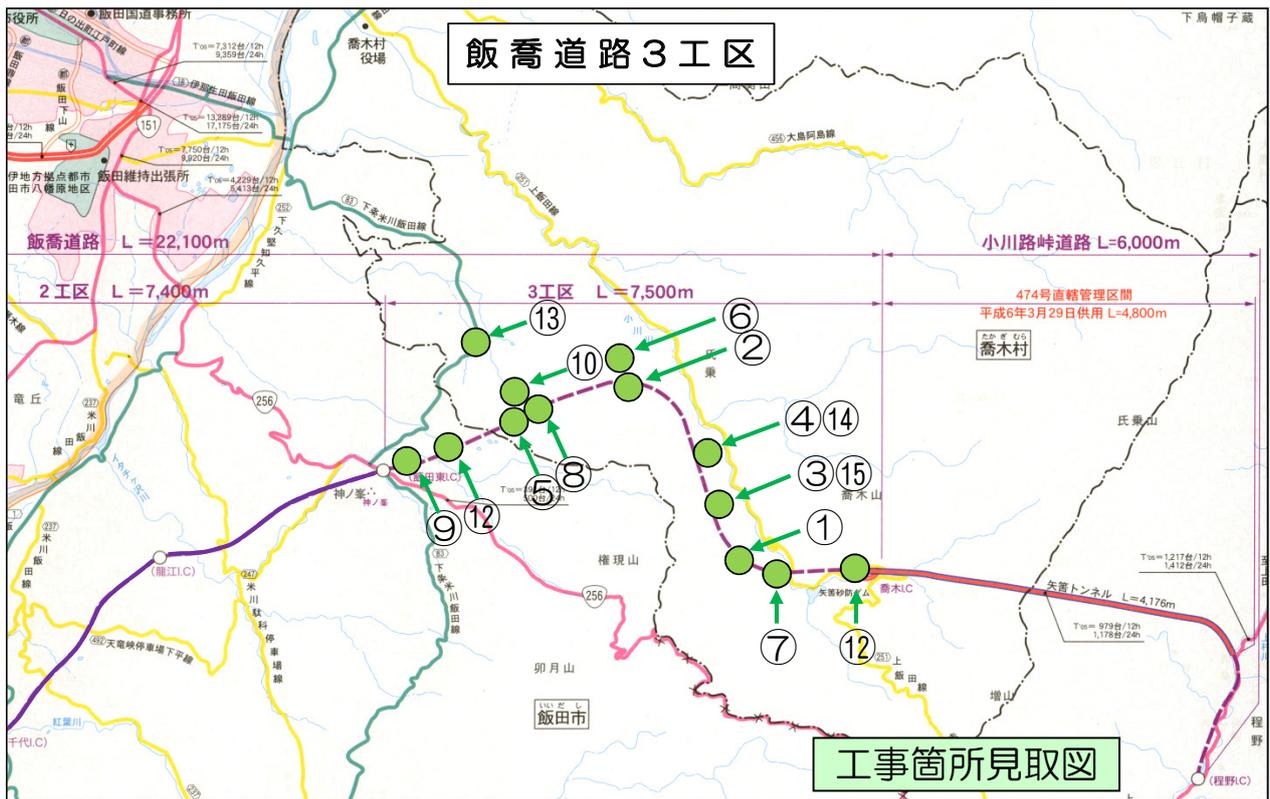
TEL 0260-31-0085

【現場担当者】

現場代理人: 林 恭平

監理技術者: 増田 健治





番号	工事名	担当業者	工期	進捗率：7月末
①	令和元年度 三遠南信二日洞地区工事用道路建設工事	名工建設(株)	R2.2.6~R3.2.26	55.5 %
②	令和元年度 三遠南信雨沢道路建設工事	勝間田建設(株)	R2.3.23~R3.2.26	2.7 %
③	令和元年度 三遠南信小豆沢地区工事用道路建設工事	長豊建設(株)	R2.4.1~R3.2.26	1.5 %
④	令和元年度 三遠南信牛首沢地区工事用道路建設工事	神稻建設(株)	R2.4.1~R3.3.15	15.1 %
⑤	令和元年度 三遠南信小手沢道路建設工事	(株)ヤマウラ	R2.4.13~R3.2.26	0.5 %
⑥	令和元年度 三遠南信雨沢工事用道路建設工事	木下建設(株)	R2.5.7~R3.2.26	2.0 %
⑦	令和元年度 三遠南信矢筈地区工事用道路建設工事	木下建設(株)	R2.5.7~R3.2.26	3.0 %
⑧	令和2年度 三遠南信3号橋下部工事	勝間田建設(株)	R2.7.1~R4.2.25	0.0 %
⑨	平成30年度 三遠南信1号橋PC上部工事	(株)安部日鋼工業	H31.2.16~R3.3.12	52.4 %
⑩	平成30年度 三遠南信小手沢地区工事用道路建設工事	小池建設(株)	H31.4.10~R2.6.30	100.0 %
⑪	令和2年度 三遠南信喬木工事用道路建設工事	北沢建設(株)	R2.6.16~R3.2.26	0.9 %
⑫	令和2年度 三遠南信飯喬PC上部工事	(株)安部日鋼工業	R2.7.15~R3.2.26	0.0 %
⑬	令和元年度 三遠南信富田地区道路建設工事	木下建設(株)	R1.7.12~R2.8.17	98.8 %
⑭	令和元年度 三遠南信牛首沢工事用道路建設工事	神稻建設(株)	R1.7.10~R2.7.31	100.0 %
⑮	令和元年度 三遠南信小豆沢工事用道路建設工事	小池建設(株)	R1.7.11~R2.7.31	100.0 %



工事箇所見取図

番号	工事名	担当業者	工期	進捗率：7月末
①	平成30年度 三遠南信池島トンネル本坑工事	(株)安藤・間	H30.8.10~R5.3.24	17.6 %
②	平成30年度 三遠南信小嵐トンネル本坑工事	五洋建設(株)	H30.8.9~R5.3.24	22.5 %
③	令和元年度 三遠南信小嵐本線橋PC上部工事	川田建設(株)	R2.3.26~R4.1.31	2.6 %
④	令和元年度 三遠南信小嵐地区道路建設工事	木下建設(株)	R2.4.21~R3.2.26	11.1 %
⑤	令和元年度 三遠南信此田道路建設工事	神稲建設(株)	R2.4.13~R3.2.26	8.2 %
⑥	令和2年度 三遠南信小嵐道路建設工事	木下建設(株)	R2.7.7~R3.3.19	0.0 %
⑦	令和2年度 三遠南信此田地区道路建設工事	神稲建設(株)	R2.6.8~R3.2.26	0.0 %
⑧	令和2年度 三遠南信八重河内道路建設工事	小池建設(株)	R2.7.10~R3.3.19	0.0 %

【連絡先】

飯喬道路3工区
 (株)安部日鋼工業 三遠南信1号橋PC上部工事作業所内
 令和2年度 三遠南信工事連絡協議会
 飯喬道路支部
 TEL 0265-49-0583 FAX 0265-49-0584
 E-mail : yukinari.matsui@abe-nikko.co.jp

青崩峠道路工区
 五洋建設(株) 三遠南信小嵐トンネル本坑工事作業所内
 令和2年度 三遠南信工事連絡協議会
 青崩峠道路支部
 TEL 0260-31-0511 FAX 0260-31-0512
 E-mail : hidekazu.aoki@mail.penta-ocean.co.jp



お読みになった感想やお気付きの点などがございましたら、お知らせください。