

おかげさまで **七飯店 2周年 まいどっさん No258 6月号** 日本一金物店

表札、新しくしませんか？ by 福彰



ゴールデンウィークも終わり六月になりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？  
六月八日で、七飯店をオープンさせて頂いてから二周年を迎えることが出来ます。

これもひとえにお客様、仕入先様、各関係者の厚いご支援、弊社専務と社員スタッフの皆様へのお役立ち、そして創造を絶する多難の時代に創業者の利助、弊社会長と引き継がれた魂と築いてくれた礎に感謝しなければなりません。

さまざまな感謝を胸に、五月二十一日(月)〜六月九日(土)までの期間中、オープン感謝セールを開催致しますので、是非ご来店下さいませ様宜しく御願致します。

五月二十九日(火)七飯店〜マキタ  
六月 六日(水)美原店〜マキタ

七日(木)中島店〜日立

七日(木)七飯店リョービ

八日(金) : :

もちろん、七飯店の二周年オープン感謝セールをメインに、各店も各メーカーの実演展示会イベントなど、期間中、感謝を込めての特価で同時開催致しますので、重ねて宜しく御願致します。

歴史、継承に感謝！

代表取締役 山本大樹

毎日元気に働ける事に感謝！  
健康な体づくりを心がけましょう。  
健康な体は 毎日の大切な食事と  
正しい生活習慣・適度な運動から  
ハイゲンキも補助食品として  
健康にお手伝いします。

玄米酵素ハイゲンキ



Hitachi Koki

(株)北海道日立 函館支店



函館市西桔梗町 858-5 Tel.48-6411

Makita

ヒューマンハードウェアの  
(株)マキタ 函館営業所



函館市西桔梗町820番3Tel.49-9273

MAX

使う人の声を製品にする

(株)マックス



札幌市中央区大通り東6丁目12-18  
Tel.(011)261-7141

天井ボード張り、これさえあれば楽々安心♪



1人で張れる

失敗することなく、安心してボードが張れる

ビス止め不要

天井野縁に引っ掛けるだけの可動式だからビスは不要

携帯に便利

軽量コンパクトで腰袋に入れて持ち運びが自由

取り付け方法



1.野縁に本体を嵌める  
2.天井ボードを差し込み作業完了  
3.ビス止めが済んだら完了  
※天井野縁の凹凸に合わせて調整してください。

使い回しの場合



取り外し方法 (吊り野縁をまたいだ場合)



※電線が通っている場合は、安全に確認してから取り外しをお願いします。  
※野縁が凹んだ場合は、安全に確認してから取り外しをお願いします。

寸法 40mm タイプ JAN コード

4571427312008

天井 25mm タイプ JAN コード

4571427312015

天井 50mm タイプ JAN コード

4571427312059

### KDS.

床や壁のタイル貼りに  
90°と45°のラインが簡単にわかる  
**フロアレザー**

**大好評  
発売中!**

■壁のタイル貼りに

■床のタイル貼りに

**販売店**  
コーナン株式会社 (株)コーナン販売株式会社  
〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1 本館 10F  
電話:03-5561-0001 (内線) 03-5561-0002 (総機) 03-5561-0003 (本部)

**石膏ボードの天井に  
取り付けができます。  
石膏ボードの天井に「ボードピン」  
のみで取り付けするため、下地に加工  
する必要はありません。**

**天井を傷つけないため  
取付處が目立ちません。  
「ボードピン」の幅は9.9mmのため、  
周囲の石膏ボードを傷つけないで  
最適な力で取り付けが可能です。  
接着剤の付く面積も小さく、クロスを  
貼り返さなくても大丈夫です。**

**掛け過ぎを知らせる  
「赤い警告表示」が安心。  
赤い表示が見えたら掛け過ぎのサイン。**

**女性でも使いやすい構造に配慮。  
全長210mm、重さ1.2kg、高さ調整可能  
4ヶ所調整可能**

**取付處が目立たないから  
賃貸物件も  
OK!!**

**石膏ボード天井対応  
室内物干  
物干竿 1m付  
KS-DAS105**

**下地探し不要!  
天井面に「ピン」を刺すだけ!**

物干竿  
1m

(ピン)を刺すだけ!

**NASTA**

### ヒットの予感!? 金物マガジン

「金物マガジン」に掲載されました。  
**Hasegawa**

**point 1**  
point 2  
point 3

「金物マガジン」に掲載されたのは、コロボレックのカラーであるハセガワフレック。ヘッド部分だけに施したシンプルでデザイン的なデザイン。自重でまもられたボディの構造がより、より一層安定している。

「金物マガジン」に掲載されたのは、コロボレックのカラーであるハセガワフレック。ヘッド部分だけに施したシンプルでデザイン的なデザイン。自重でまもられたボディの構造がより、より一層安定している。

「金物マガジン」に掲載されたのは、コロボレックのカラーであるハセガワフレック。ヘッド部分だけに施したシンプルでデザイン的なデザイン。自重でまもられたボディの構造がより、より一層安定している。

**お酒類各種・贈答品…迅速配達  
日本酒各種豊富に取り揃えています**

**(有)滝川商店**

函館市 上新川町 11番地2号  
電話 (0138) 41-8587

**システム制御工事・電気建築設備工事  
冷暖房及び自動制御機器保守サービス**

**株式会社 ケイソー**

函館市山の手1丁目33-20  
☎(0138) 55-4466・FAX(0138) 52-9306

**埋設型 融雪槽**

**有限会社 マルイ建材**

七飯町字中野58-15  
TEL65-0111 FAX65-1111

## 気になるダイエット

### ●ご飯とパン

ご飯、パン、パスタなど炭水化物はエネルギーのもととなっていきますが、水と共に生きていく上では必要ではある。

よく糖質制限しなければと思う人も少なくない。炭水化物は腹持ちがいいので、油分の多い、

おかずの食べ過ぎを防いでくれるようだ。

パスタの場合は、オリーブ油を使用するのでご飯より高カロリーにはなるようだ。

パンもバターをつけるから高カロリーになりやすいのもたしか。ご飯は粒状なので口で完全にかみ砕かれない状態で胃に送られるので、テンピン質の消化や吸収がゆっくりになるという効果があるようなので、ご飯が腹持ちバランスともに良さそう。

### ●サラダ油とオリーブ油

オリーブ油はダイエットに良いと思われるようにですが、サラダ油とカロリーを比較すると全く同じであるようだ。しかし、オリーブ油は、不飽和脂肪酸であるオレイン酸が含まれコレステロール下げてくれる働きがあるそうです。

油は一人当たり大さじ2杯程度に抑えたほうが良さそう

トンカツ一枚分の油の吸収量は、大さじ一杯分程度であるよう。残りの大さじ一杯の油で、サラダとトースト一枚分くらいはまかなえそうです。

## 日本一おばあちゃんの知恵 キュウリの極意

### ●キュウリの酢のものも塩もみをする

はりつやがあり、表面が痛いぐらい堅いイボのキュウリが新鮮であるようだ。

キュウリ料理をおいしくする秘訣は塩もみである。キュウリの九六%は水分でできている。

塩もみしないキュウリは、三杯酢をかけても酢がしみ込みにくい上、キュウリの水分が外に出て、酢を薄めてしまおうという。

最初に茶さじ一杯の塩もみをし、中の水分を追い出しておけば、酢はキュウリの中に、よく染み込むし、酢が薄まることはないのである。

### ●サラダのキュウリはフォークで節目

サラダにキュウリを入れるときには、ドレッシングがしみ込みやすいように下ごしらえをすると良いようだ。

キュウリを切る前、フォークで表面全体に、縦の節目を入れると、ドレッシングが浸透しやすくなり美味しくなる。

そのあと、キュウリを好きな形に切っていくといい。

生きてる限り、ばあさんの  
知恵を 教えるよ！  
来月もお楽しみに・



金物総合商社

(株)飯山札幌営業所

札幌市東区北31条東6丁目1-10  
Tel.011-704-8866

長靴、作業靴、雨合羽、軍手

弘進商事(株)函館営業所

函館市 北浜町 2番25号  
Tel.(0138)40-3845



金物総合商社

三星商事(株)函館営業所

函館市 大川町 7番1号  
Tel.(0138)42-2054

★ドライフルーツの栄養が高いわけ

モデルや海外セレブの美容食としても人気のドライフルーツ。日本でも〇〇グラというドライフルーツをミックスしたシリアル食品が、三年前に爆発的にヒットした商品であるからご存知のはず。

このドライフルーツであるが、乾燥させることで、果物の栄養成分が変化してくるようだ。

生のおんと乾燥あんずを比較すると、可食部一〇〇グラムあたりのカリウム含有量は二〇〇ミリG(生)から一三〇〇ミリG(乾燥)へ、鉄分は〇・三ミリG(生)から二・三ミリGへ、食物繊維は一・六G(生)から九・八Gへと、それぞれ乾燥した状態のほうが多くなっているようだ。

ドライフルーツは、水分が抜けて凝縮することに加え、皮ごと乾燥させる果実もあるため、生の果物の皮をむいて食べるより、ミネラルや食物繊維を多く摂ることができるようです。

また、ドライフルーツは、甘味が強いので、少量で空腹が満たせるというメリットもあるらしい。生と同じ重さを比べると、カロリーはけっこうあるようだ。ダイエットにいいと薦める美容家も多いらしいが、食べ過ぎでは肥満の元となるから気をつけなければならぬ。

乾燥させた果物のビタミンCとなると、けっこう落ちてくるといわれるから、生のフルーツは必要ではある。上手に摂りたいものですね。

毎度ありがとうございます。

当店でお薦めしております玄米酵素「ハイ・ゲンキ」は健康に必要な栄養素が四〇種類以上であり、食物繊維がごぼうの四倍です！玄米を麹菌で発酵している為、発酵により消化・吸収が良くなるのです。試供品は当店にあります。

アセロラとレモンの植物由来ビタミンCです。

「ハイ・ゲンキ C」 1・2G 六〇包入

二、五九二円(税込)

春到来！  
今年も、弊社では、  
各メーカーさん  
物置、ガレージ フェンス  
など  
販売致しております。  
更に、外構工事承ります。  
各店社員まで  
お問い合わせ下さいませ。

**DAIKEN**  
株式会社ダイケン



ヨド物置 エルモ  
アルミ亜鉛合金めっき  
ガルバリウム鋼板を使用  
※オプションの小窓及び扉受けと一画金具を置く



ガレージ ガレージディア  
**GARADIA**



七飯・店  
展示・販売中！  
物置



**YKK AP**

**LIXIL**  
Link to Good Living

**TAKUBO**

**Panasonic** 電動工具 金物卸商社  
**新城 株式会社**  
札幌市白石区菊水元町8条2丁目13-12  
TEL(011)874-8442

フレッシュハートで温もりの!再出発!  
☆ナイトシルク☆  
**かわしま**  
函館市本町2-10 ジュエリービル 2F  
電話(0138)-53-2202

**株式会社 キムラ** 住まい方の創造と提案  
**(株)キムラ 函館営業所**  
函館市西桔梗町589-44  
Tel(0138)49-5331