

暮らしの「快適・素敵」を応援する、北陸電力からの生活情報誌

えるみふらざ

2013
Autumn
No.89

秋号



北陸風土彩々 北陸の匠技

GUEST 俳優
西村 和彦さん

エネルギー・ゼミ
「暮らしのミカタ、未来のミカタ。」

我が家のごちそうレシピ
秋刀魚の鉄焼風&
きのこたっぷり
炊き込みご飯

ニュース & トピックス

インフォメーション
ライフ & カルチャー
教えてドクター! 色彩ダイエット

北陸の匠技

多種多彩な伝統工芸と、その技を受け継ぐ匠たちが現代に息づく北陸地方。

歴史に磨かれた北陸の「匠技」が、今、世界から熱い視線を集めています。



匠技を受け継いで700年、福井の越前打刃物

越前打刃物の歴史は、1337年に京都の刀匠千代鶴國安が現在の福井県越前市を訪れたことに始まります。刀剣制作に適した、良質な土と水のある土地を求めていた國安はこの地で農民に鎌を作るようになり、その類まれな切れ味は、木に切り傷をつけ漆を採取しながら各地を渡り歩く「漆かき職人」により全国へと広がりました。越前打刃物の特徴は、

地金と鋼を鍛接する鋼着けの工程に、國安が考案したとされる技法「柱置法」を用いた、薄く研ぎやすい刃です。その鍛造技術は700年近い年月を経た現代にも受け継がれ、世界各国の著名な料理人たちが愛用するなど国際的に高い評価を獲得しています。越前市では現在20軒程の工房で職人が活動し、匠技を未来につなぐ若手の育成にも力を注いでいます。



北陸から世界へ、
新たな匠技のカタチ

高岡銅器 & ガウディ建築

「アントニオ・ガウディの作品群」として世界文化遺産に登録されるスペイン・バルセロナのグエル邸。別邸の正門「龍の門」には、高岡銅器メーカーが復元した鐘が使用された。



越前打刃物 & ボキユーズドール

フランス料理世界一を決める「ボキユーズドール」。権威あるこの大会で、越前打刃物のテーブルナイフが用いられた。審査員がナイフを持ち帰ってしまったというエピソードも。



九谷焼 & ハイメ・アジョン

世界的に活躍するスペイン人デザイナー、ハイメ・アジョンと九谷焼のコラボレーション。デザインと職人技が出会い、九谷焼の歴史に新しい1ページを作った。



守っていく。変わっていく。
それが僕の「技」になる。

風景、人、味。僕が出会った北陸

北陸は30代の頃、当てのない一人旅をした思い出の場所。実家のある京都から東京へ戻る際は、湖西道路を通って敦賀へ向かい、五箇山などを気の赴くままにドライブしました。そこで出会った美しい風景は忘れられません。口ケでも何度も訪れて、土地ごとの味覚を楽しみました。

今春、福井県福井市で行われた「ふくい春まつり 越前時代行列」では、柴田勝家役を務めました。桜舞う福井城下を練り歩き、多くの方に観に来て頂きました。その時に越前おろしそばも味わい、美味しさに驚きました。

北陸は多様な伝統工芸が息づく場所でもありますよね。400年の歴史を持つ銅器の町、富山県高岡市を訪れた時は銅物工房を見学しました。印象的だったのが銅物職人さんの「毎日同じ事を繰り返しているようで同じ日は一日もない。だから面白い」という言葉。黙々と作業する姿に、男として純粋に憧れたのを覚えています。

めざす俳優像は「職人」タイプ

一見華やかに見えて、日々の修練の積み重ね。この意味において職人と俳優は似ているかもしれません。僕がこの道を選んだのは、プール付きの豪邸に住みたいという純粋な憧れでした。でも現実は台詞を叩き込んでリハーサルを重ね、ようやく本番を迎えるという地道な世界です。何より努力しない者は生き残っていけません。

伝統工芸において、複数の匠の技が融合して美しい器が生まれるように、監督や俳優、スタッフ各々が技を発揮し、一つの作品ができる。この点でも僕がめざす俳優像は職人に近いですね。どんな現場でも求められる以上の結果を残し、何かを掴まなければ次のチャンスは来ないこと、受け手がいて必ず評価がつきまとうこと、ものづくりの世界の厳しさに通じる気がします。

変わることでしか、前へ進めない

北陸の伝統工芸もそうですが、技というものは変わり続ける進化できないと思うんです。昨日よりも今日、良いものを作ろうとするから前へ進むことができるのではないでしょうか。



今回のゲスト

俳優
西村 和彦さん
(にしむら・かずひこ)



そんな僕は、昔は変わることが嫌でした。俳優のイメージを守りたくてバラエティー番組に出なかったし、撮影現場でも喋らなかった。それが変わったのは妻の一言が大きいですね。「いろんなイメージのあなたがいても、西村和彦として積み上げた20年は搖るがない」。北陸の匠の技も同じで、確かな歴史が礎にあるからこそ新しい魅力も生まれていくのだと思います。

以前は、現場では自分で作り込んだ役を“発表する”だけでしたが、今は違う考え方の人と意見を出し合うのが楽しいです。頑なだったのが、いい意味で肩の力が抜けました。俳優としての信念を守ること、変化を楽しむこと、それが僕の「技」かもしれません。

今年で47歳。今まで立ち止まらずに走り続けてきたので、一度ふり返りの作業をしたいですね。仕事や家族のことを見つめ直し、俳優として人間として未来へ進むヒントを見つけたい。自分の位置を確かめるためにも、大好きな北陸を再訪してみたいですね。

Web限定トーク公開中!
西村さんのさらなる魅力は『えるふぶらざNet』で! → www.elfplaza.jp

1966年京都府生まれ。88年NHK「翼をください」でデビュー。日本テレビ「警視庁鑑識班」シリーズで主演ほか、さまざまなドラマに出演。バラエティー番組では、素の部分と京都弁を交えた本音の「西村節」が大好評。プライベートでは二児の父として子育てを楽しむほか、ハンドボールを通して東北の子供たちの支援を行う。奥様は英漢字書家・國重友美さん。

エネルギーの
未来を考えれば、
これからの暮らしも
見えてくるはずです。



山本先生

エネルギー・ゼミ 暮らしのミカタ、 未来のミカタ。

知っているよう
で知らない、暮らしと
エネルギーの関係。
教えて、山本先生！



える子さん

山本先生に聞きたい！
今回の
テーマ

自然エネルギーを、もっと活用できないの？

主婦の方を対象にした講演の時によく出る質問があります。「海洋立国だから、波力、潮力、海水の温度差を利用した発電ができるのでは」「火山国だから地熱を利用すれば原子力発電は要らないのでは」という素朴な疑問です。今回は、その疑問にお答えしましょう。



海洋立国日本なのに海の力は利用はできないの？

発電コストと発電量が、大きな課題になります。

「大きな可能性を秘める海洋あるいは地熱エネルギーをなぜ利用しないのか？」という質問への答えを簡単に言えば、発電コストと発電量の問題です。例えば、潮力、波力発電で電気を作れば、皆さんの家庭の電気料金がかなり高くなる恐れがあります。しかも、日本で必要とされる電気を作るためには日本の近海を全て発電設備で埋め尽くしても足りません。

地熱発電にも、導入にはいろいろな問題があります。よく指摘されるのは温泉への影響です。地熱発電のために温泉が出なくなる可能性があり、大きな問題となります。加えて地熱発電特有のリスクですが、発電所を作った後に熱水が出なくなり発電できなくなることがあるため、慎重な開発が必要なのです。

いま地熱発電は日本の発電設備量の0.2%を占めるだけですが、単純にこれが原子力発電に代わる設備になるためには今の100倍程度の設備が必要です。



Point!

海洋および地熱エネルギーは短期間で日本を支えるエネルギーとするのは難しいと考えています。



では、太陽光発電や風力発電はどうなの？

日本でも開始された買取制度。先に導入したドイツで起こっている問題を見てみましょう。

世界をみると、自然エネルギーの中心は風力、太陽光発電です。日本でも昨年7月から固定価格買取制度(Feed-in Tariff、FITと呼ばれます)が開始されました。自然エネルギーの導入が増えるのは望ましいことですが、自然条件によって発電が左右され

るという問題(前回夏号でご紹介)がベースにあるほか、日本に先立ちFITを導入した欧州では大きな問題が二つ出てきました。

一つは消費者の負担額が大きくなっていることです。ドイツでは、標準家庭(一月の電気消費量約290kWh)の買取負担額が

一月15ユーロ(2,000円)を超えるようになりました。電気料金が上昇していますが、この負担額でも昨年の発電量のシェアは太陽光5%、風力8%しかありません。ドイツ政府は昨年から買取額の引下げを毎月行っていますが、FITの制度では設備を設置する人が困らないように、買取額が10年以上保証されます。つまり、一旦上がった電気料金は長期間下がらないのです。



固定価格買取制度のしくみ

「再生可能エネルギーの固定価格買取制度」は、再生可能エネルギーで発電された電気を、その地域の電力会社が一定価格で買い取ることを国が約束する制度です。今はまだコストの高い再生可能エネルギーの導入促進を目的に、電力会社が買い取る費用を電気の利用者全員のみなさんから賦課金という形で集める仕組みとなっています。

※資源エネルギー庁「再生可能エネルギー固定価格買取制度 ガイドブック」より



ドイツでは、自然エネルギーの導入を支えるために、消費者の負担が大きくなってしまいました。



買取制度で、家計の負担が大きくなることもあるのね！

買取の負担だけでなく、送電設備にも多額の費用が必要になります。

もう一つ問題が出てきたのが、送電線です。風力発電、大規模太陽光発電設備は広い土地を必要とするので、あまり人家が密集しておらず大きな送電線がない場所に設置されます。そのため新たな送電設備が必要になります。自然エネルギーが増えた欧州では送電設備が不足するようになり、20兆円以上の送電線の建設資金の負担が問題になっています。その上、送電線建設予定地の土地買収が進まないとの問題も出てきました。

自然エネルギーを利用することは重要ですが、電力供給に問題を生じないような形で、徐々に増やす形を考える必要があります。日本のFITの買取価格は諸外国との比較では高くなっているために、負担額と電気料金が増加する可能性があります。そうならないように、様々なエネルギーをうまく組み合わせて利用することが安価で安定的な電力供給の鍵になります。

新たに建設される自然エネルギーには送電設備の新規増設が必要になることも！



発電が不安定な再生可能エネルギーを導入しても今までの発電、送電設備は維持しておく必要があります。減ることはありません。そのために、設備が増え、電気料金は上昇することになります。安価で安定した電力供給のために必要なエネルギーのあり方を考えいかなければなりません。



ゼミの先生

山本 隆三

Yamamoto Ryuzou
常葉大学 経営学部 教授

プロフィール／1951年生まれ、京都大学卒。住友商事、パール学院大学国際文化学部教授を経て2010年4月から現職。現在、(独)新エネルギー・産業技術総合開発機構(NEDO)「技術委員」、日本商工会議所「エネルギー・原子力政策研究会委員」、(財)アジア太平洋研究所「関西経済白書編集委員」、国際環境経済研究所「主席研究員」などをつとめながら、さまざまな報道番組への出演、多数の著作の発表を通じて、エネルギー・環境政策に関する言論活動も活発に行っている。



あうちで 料亭の味
りょうてい

さんま くわやき 秋刀魚の鉄焼風 & きのこたっぷり 炊き込みご飯

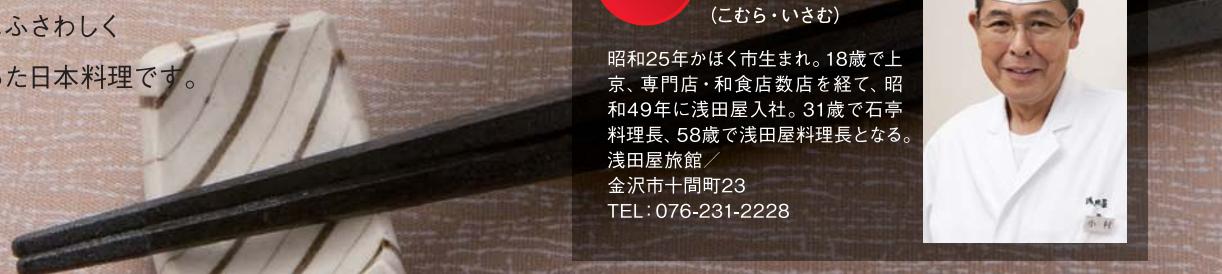
北陸の有名料理店の調理長が

「ひとつ上の家庭料理」の作り方、

プロのテクニックを教えます。

今回は、実りの季節にふさわしく

秋刀魚ときのこを使った日本料理です。



秋刀魚の鉄焼風

材料 (4人前)

1人前/419kcal

秋刀魚	… 4尾(中)
酒	… 200cc
みりん	… 100cc
砂糖	… 大さじ2
濃口しょうゆ	… 大さじ2 2/3
片栗粉	… 適量
揚げ油	… 適量
(お好みの季節野菜)	



1.



2.



3.

「鉄焼」は、鶏肉や鴨肉を鉄板で焼き、甘辛い味に仕上げる料理です。
タレを煮立て、揚げた秋刀魚を入れる。タレが十分にからんだら取り出して皿に盛りつけ、粉山椒または刻み生姜を添える。お好みで里芋の旨煮など季節の野菜を付け合わせてできあがり。

きのこたっぷり炊き込みご飯

材料 (4人前)

1人前/349kcal

米	… 2合
もち米	… 30g
だし	… 400cc
酒	… 大さじ2
みりん	… 大さじ1
薄口しょうゆ	… 大さじ2
まいたけ	… } 各1/3袋
しめじ	… } 各1/3袋
えのき茸	… }
うす揚げ	… 1/5枚
にんじん	… 1/4本
ぎんなん	… 10個
オリーブ油	… 小さじ1



1.



2.



3.

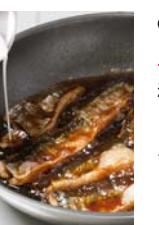
お好みのきのこ類は石づきを取り除き、一口サイズに切る。うす揚げは2cm程度の細切り、にんじんはイチョウ切り、ぎんなんは半分に切る。Ⓐの調味料をあらかじめ合わせておく。

フライパンを熱してオリーブ油をひき、きのこ類・うす揚げ・にんじん・ぎんなんを油でコーティングするように、強火でさっと炒める。米ともち米は洗米してザルに上げておく。

炊飯器に洗い米と合わせだしⒶのうち390ccを入れ、炒めた具材を加えて炊き込む。炊きあがったら盛りつけ、貝割菜などをのせてできあがり。

※ 合せだしの量は白米を炊く際の水加減より、ほんの少し多めにするのが目安。

料理人の技



●秋刀魚の鉄焼風
片栗粉でタレのからみがアップ!
秋刀魚とタレをからめる際、タレのところみが足りない場合は水溶き片栗粉を少々加えると、タレが一層からみやすくなります。



●きのこたっぷり炊き込みご飯
もち米を加えて、よりふっくらと!
米の量の1/10のもち米と一緒に炊くことで、白米のみの場合よりご飯がしっとり・ふっくらと炊きあがります。

ばい貝の煮付け

伝え残そ、
郷土の味わい。



ばい貝にはいくつかの種類があり、北陸でとれるものは「越中バイ（白バイ）」と呼ばれる種類です。「倍々にふくらんでめでたいことが重なる」と、縁起のよい食べ物といわれています。

材料

ばい貝(小) … 15~20粒

水 …… 200cc

酒 …… 50cc

砂糖 …… } 各大さじ2

みりん …… } 各大さじ2

しょうゆ …… }

- ① ばい貝は塩水でやさしく洗い、汚れのある部分はたわしでこする。
- ② 鍋にばい貝と、貝がひたるくらいの水をいれ、沸騰させる。1分程加熱したら貝をザルにあけ、水で洗う。
- ③ 鍋にⒶをいれ一煮立ちさせ、②のばい貝をいれる。沸騰後、弱火～中火で5分程煮る。

ニュース&トピックス

志賀原子力発電所における津波等に対する安全強化策について

平素は当社の事業活動につきまして格別のご配慮を賜り厚くお礼申しあげます。

当社は東京電力(株)福島第一原子力発電所の事故を受け、「電源確保」、「冷却機能の確保」、「発電所敷地内への浸水防止」等の観点から、志賀原子力発電所における津波等に対する「安全強化策」を着実に実施しております。

そのうちの「緊急安全対策」を平成23年4月までに完了し、また、一層の信頼性向上を図るための「更なる対策」につきましては、一部を除いてほぼ完了いたしました。

引き続き、志賀原子力発電所のより一層の信頼性向上に向け、安全対策に全力で取り組んでまいりますので、皆さまのご理解を賜りますようお願い申しあげます。

■安全強化策の進捗状況(平成25年9月末現在)

安全強化策		進捗状況
緊急安全対策(平成23年4月中に完了)		完了
更なる対策(下記項目)		
電源確保	非常用電源(大容量)の配備	完了
	外部電源早期復旧による所内電源の確保	完了
	外部電源の信頼性確保	完了
	浸水した原子炉補機冷却系ポンプの機能回復手段の整備	完了
	水源の多様化 <ul style="list-style-type: none"> ・大坪川ダム水取水用の水中ポンプ、ホース等の配備等 ・復水貯蔵タンク、トレーンチの耐震信頼性向上 ・耐震性貯水槽の追加設置 	完了
	原子炉補機冷却海水ポンプ代替品の配置	完了
冷却機能確保	消防車追加配備(計3台)	完了
	ディーゼル駆動消火ポンプ燃料タンク大容量化	完了
	配管等の耐震裕度向上	完了
	格納容器ベント専用電源の設置	完了
	防災施設・資機材等の強化 <ul style="list-style-type: none"> ・緊急時対策棟の設置 ・防災資機材専用倉庫の設置 ・モニタリング設備の強化 ・個人線量計の追加配備、高線量対応防護服の配備 ・構内主要アクセス道路の補強 ・復旧作業用クレーン車の常設 	運用開始*
	がれき撤去用重機の配備	完了
その他強化策	原子炉建屋水素排出設備の設置	完了
	緊急時協力会社集合棟の設置	準備中
	防潮堤の構築	完了
	取水槽及び放水槽廻りへの防潮壁の設置	完了
敷地内防 止の策	取水槽及び放水槽廻りへの防潮壁の設置	完了
	浸水対策の強化(扉の水密化、配管貫通部の水密性強化)	完了
	※引き続き、遮へい機能の強化について検討中	



防災資機材専用倉庫の設置



●志賀原子力発電所イメージ図

防災施設・資機材等の強化

緊急時対策棟の設置(免震構造、独立電源、除染施設等): 平成25年9月運用開始



各種訓練の実施

大規模災害により電源や冷却機能が喪失した場合などを想定し、日中や夜間、さらに厳冬期などにも、緊急時に的確な対応ができるようにさまざまな訓練を続けています。

平成25年度(8月末)訓練実績: 225回

これまでに、各種訓練を900回以上行い、安全強化策の実効性を高めています。



志賀原子力発電所敷地内シーム追加調査計画の変更について

当社は、平成24年7月18日、原子力安全・保安院からの「敷地内破砕帯の追加調査計画の策定について(指示)」に基づき、7月25日に「追加調査計画」を報告、平成24年8月10日より調査を実施してまいりました。

平成24年12月7日及び平成25年6月6日には調査結果を、原子力規制委員会に報告しております。

現在、平成25年6月25日に提出した追加調査計画に基づき、敷地内シームと周辺断層の関連性に関する調査及び発電所敷地周辺の小さな断層の活動性に関する資料のとりまとめを実施しているところですが、更なる詳細な調査を実施するため、同年9月26日に最終報告時期を9月末から12月下旬へ変更した計画を原子力規制委員会に報告いたしました。

当社は、引き続き、徹底した調査に取り組み、志賀原子力発電所の安全性・信頼性の更なる向上に努めてまいります。

「安全強化策」「敷地内シーム追加調査」の詳細については当社ホームページに掲載しております。<http://www.rikuden.co.jp/>

北陸電力株式会社

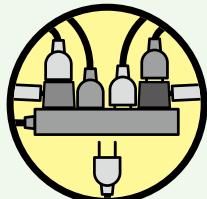
インフォメーション

電気の安全な使い方。 みなさんのご家庭でも、ご確認ください。



プラグは濡れた手で触らない!

水は電気を通しやすいので、濡れた手でプラグやスイッチに触ると感電する危険があります。必ず乾いた手で取り扱いましょう。



危険なタコ足配線はやめよう!

同時に何台もの電気製品をタコ足配線で使うと、コードが加熱して危険です。電気製品が増えた場合はコンセントを増設しましょう。



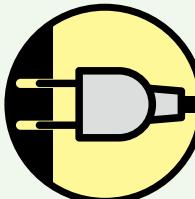
蓄熱式電気暖房器の周辺にものを置かない!

上部や吹出口周辺に衣類等を置かないで下さい。
火災に至る可能性があります。



プラグはキレイに掃除しよう!

長い時間、差し込んだままのプラグにはホコリがたまります。湿気を帯びると漏電や発火の恐れがあるので、乾いた布などで掃除しましょう。



プラグはしっかりと差し込もう!

差し込みの浅いプラグには、ホコリがたまつたり異物が接触したり、ショートや加熱の原因になります。プラグは奥までしっかりと差し込みましょう。



お客さま宅の屋内配線の安全調査にご協力をお願いします。

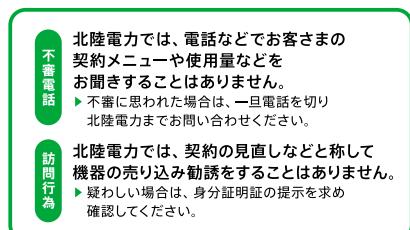
北陸電力では法令に基づく屋内配線の安全調査を、調査機関に委託して行っております。調査員は「業務委託証明証」を提示し、安全調査を無料で行います。



- 調査員は「業務委託証明証」を着用しておりますので、ご確認ください。

北陸電力を装った訪問行為・不審電話にご注意ください。

北陸電力の従業員や北陸電力から委託された施工者の名前を巧みに利用した訪問行為やセールス電話が多数報告されています。不審に思われた場合は、北陸電力までお問い合わせください。



- 北陸電力では、電話などでお客さまの契約メニューなどをお聞きすることはありません。
- ▶ 不審に思われた場合は、一旦電話を切り北陸電力までお問い合わせください。
- 北陸電力では、契約の見直しなどと称して機器の売り込み勧誘することはありません。
- ▶ 疑わしい場合は、身分証明証の提示を求め確認してください。

北陸電力を装った例

- 電気の契約を見直しするため、契約メニュー・電気料金・契約電力や使用量を教えてほしい。
- 機器の設置で電気料金が安くなるので、設備を見せてほしい。
- 「北陸電力からのお知らせ(検針票)」を見せながら、電気料金を請求する。

電気に関するご相談・ お客さま
お問い合わせは… サービスセンター



0120-167540

月～金/9時～19時受付
(祝日・年末年始を除く)

教えてドクター! 色彩ダイエット

実りの秋を迎え、食べ物が美味しい季節となりました。つい目に入ると食べたくなる秋の味覚ですが、視覚を利用したダイエット法があることをご存知でしょうか。色には、人間の生理や感情に働きかける大きな力があります。これを活用して、簡単に無理なく食欲をコントロールしてみましょう。



色が与える影響

私たちの身の回りには、さまざまな色があり、その影響を受けて生活をしています。飲食店の看板に暖色(赤や黄)が多いのは食欲増進効果を、病院や銀行の待合室などに寒色(青や緑)が多いのは気持ちを落ちつかせる効果を狙っていることもあるそうです。

他にも色には、多くの効果があり、これをうまく活用することでダイエット効果が期待できます。

- 赤 … 食欲増進、アドレナリンの分泌促進、気分高揚など
- 黄 … 消化器系の動きを促進、精神の衰弱抑制
- 青 … 鎮静効果、食欲抑制、集中力促進、催眠効果
- 緑 … リラックス効果、疲労軽減

寒色を取り入れる

人間の味覚というのは視覚に大きく左右されることが分かっているので、色彩を利用して食欲を抑制してみましょう。青色は呼吸数や心拍数、血圧を下げ、副交感神経を刺激し、食欲を抑える働きがあります。青色をうまく食卓に取り入れることで、食欲抑制につながります。

例えば…

- 食器やランチョンマットを青色にする
- ダイニングのカーテンを青色にする
- 食卓に青色の小物を飾る

どちらが食欲をそそりますか?



補色を逆利用する

刺身に大葉が添えられている理由として食中毒の予防効果がありますが、それ以外にも盛り付けを美しく見せる効果もあります。赤身の刺身と緑の大葉は『補色』、いわゆる反対色の関係にあり、相手の色を引き立てる役割を果たしています。これを逆利用し、補色を使わない盛り付けにすることで食欲抑制が期待できます。

例えば…

- メインと付け合わせは別皿に盛る



さ
い
ご
と
く

「食べたい」気持ちを抑え込むのではなく、「食べたい」気持ち自体が小さくなれば、食べ過ぎを防ぐことができます。上手に食欲をコントロールして、健康的な食生活を送りましょう。

Team DiET

監修:チームダイエット
“Team DiET”は金沢大学附属病院の内科医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、理学療法士、臨床検査技師、事務職員等が集まって結成されたNPO法人です。すべての人のバランス生活をサポートするために活動を行っています。

Present & Enquete



川崎和男デザイン、タケフナイフビレッジ制作の「フラクタスグリップナイフ」は、伝統の技と現代デザインが出会って生まれた、持ちやすくおしゃれなペーパーナイフです。

全長 210mm / 重さ 48g

**TAKEFU
KNIFE
VILLAGE**

タケフナイフビレッジ「ペーパーナイフ」を25名様にプレゼントします。

応募方法

ハガキにアンケートのお答えと郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号、本誌を読んだ感想をご記入のうえ、下記宛先までお送りください。



〒930-8686 富山市牛島町15-1
北陸電力(株)地域広報部 プрезент係

平成25年12月2日(月)必着

*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。
*お客様からお預かりした個人情報は賞品発送のみに利用し、その他の目的に利用したり第三者に開示したりすることはありません。

アンケート

本誌で関心を持たれた記事はどれですか?

- A 北陸風土彩々
- B エネルギー・ゼミ
- C 我が家のごちそうレシピ
- D ニュース&トピックス
- E インフォメーション
- F ライフ&カルチャー