

# トラストだより

平成31年  
1月

新しい年がはじまりました。本年も皆様の笑顔のお手伝いができるように社員一同頑張ります。皆様にとって益々素晴らしい一年になります事を心からお祈りいたします。

株式会社東京トラスト 

## 【みんなで食べよう！昆布のはなし】

新しい年、縁起のいい食べ物「昆布」のお話です。おせちにも昆布巻や煮しめの結び昆布など、「喜ぶ」の言葉にかけて昆布が登場しますね。日本の食生活に定着している昆布は、古く縄文時代の末期に中国から交易品や献上品として渡来したと言われていています。海上交通が盛んになった江戸時代には、昆布は北前船に乗り下関から瀬戸内海を通る西回り航路で商業の中心地大阪まで運ばれるようになります。さらに昆布の航路は江戸、九州、琉球（沖縄）、清（中国）へと延び、特に琉球王国は薩摩藩と清との昆布貿易の中継地として重要な役割を果たしたため、昆布が多用される独自の昆布食文化が発展しました。また関東への広がり比較的遅い時期であったため、関東と関西の「だし文化」に違いがみられるようになりました。昆布は縁起だけでなく健康にも良い成分がたくさん含まれています。独特の粘り成分は「アルギン酸」や「フコイダン」。海藻特有の水溶性植物繊維で、糖質や資質の吸収を抑えコレステロール値の上昇をゆるやかにしてくれます。また昆布に含まれるミネラルは牛乳の約23倍。カルシウムや鉄分も多く含まれます。さらに海藻に含まれる褐色の色素成分「フコキサンチン」は脂肪の蓄積を抑えて、溜まった体脂肪を燃やすたんぱく質の活性をあげるダブルの作用があります。昆布のうま味を上手に使うと美味しく減塩することも可能です。いつも身近にある昆布、上手に食生活に取り入れていきたいですね！



## 不動産ニュース 西新宿三丁目再開発が30年越し始動 タワマン2棟

東京都都市計画審議会が西新宿三丁目西地区の再開発計画について審議を行い、同計画を決定した。住宅としては日本最高層となる235mのタワーマンション2棟などを建設する。事業協力推進者は野村不動産、住友商事、東京建物、首都圏不燃建築公社。

木造建物密集地域である総面積約4.8haの土地にマンション3200戸などを建設。同地区のまちづくり研究会が設立したのは1991年度。30年近くの時を経て再開発が実現する。地区の道路の拡幅、緑化空間の整備を行い、街並みに合わせて広場も整備。竣工予定は2028年度。

TRA 全国不動産協会ニュースより

## \* 西荻グルメ\*

### ラーメン 西荻燈

駅近ビルの地下に、平日深夜にオープンする面白いラーメン屋さんがありました。

あっさりした醤油味の福島白河ラーメンが、飲んだ後の胃に優しくしみわたります。手打ちのちぢれ麺も個性的でとても美味しかったです。

ワンタンのようなトッピングの「幅広ピロピロ麺のせ」がおすすめです！



杉並区西荻南3-15-9 GSハイムB1F

※平日夜22時～3時 ※月曜定休・日曜夜不定休  
※土日祝は店名「をかしやそば」でランチ営業  
※休日やスープ切れの情報はwebで確認ください

