平成28年2月5日第144号

月刊・アミゼ・アミ新聞

amusé amis

雪とフクジュソウ

引越代の節約アイデア

混雑時期の予約はお早めに

３月から４月頃は、新入学、転勤時期ということもあり、引越業者は大忙しです。しかも、大安のような日柄のいい日は予約が集中します。予約のタイミングによっては、安くするどころか、予約すら取れないといったことになりかねません。

引越の予約時期は、業者の統計によると、３割程度の方は１か月前、２週間前であれば７割に達するようです。転居場所を決めてから引越の予約をすることを考えると、思ったより早くみなさん準備を開始していると考えていいでしょう。

引越業者によっては、転居先がきちんと決まっていなくても、荷物の量や地域がわかっていれば予約だけ入れさせてくれる場合があります。転居先のアパートの候補がいくつかあり、迷っている際は先行予約も視野に入れたほうがいいかもしれません。

「積み切り」を活用する

引越業界の用語に「積み切り」というのがあります。利用するトラックの大きさをあらかじめ決め、積めるだけ運んでもらう契約です。

引越業者のトラックは２トン・３トン・４トンの３種類が主流。料金はトン数で決まりますが、２トントラック２台分の荷台より、４トントラックの荷台の方が大きいため、できれば４トンの方が有利です。しかし、引越先の道路が狭いなどで４トントラックが使えない場合など、２トントラック２台ということもあり得ます。その場合は割高になることを覚悟しましょう。

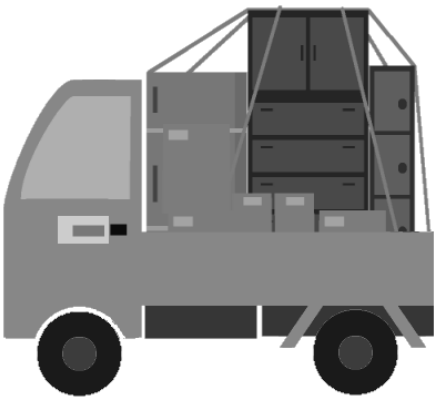
また、積めるだけ積んでもらうので、重量があるものなど、自分で運べないものを優先して運んでもらいます。自分で運べるものは自分で持っていくという工夫が可能です。どの程度積むことができるかは、営業マンの見積を参考にします。

できることは自分でする

タンスの中身をデジカメで撮影し、引越先でその通り「復元」するフルサービスまで期待すれば値段は当然高くなります。

引越代をできるだけ節約したいのであれば、自分でできることは自分でして、引越業者には運搬と搬入だけを依頼する方が賢明です。引越業者からサービスでもらう段ボールの範囲内で荷物をまとめることも一つの方法です。

同じ大きさの段ボールに荷物を入れると、積みこんだ際に無駄なスペースが少なくすみます。ちょっとしたアイデアで、引越代を節約するとともに自分も楽になります。



わが家のペット自慢 120回 ウチの子みて

飼い主　須藤家
住　所　福島県郡山市田村町
電　話　024－975－2150
E－mail

なまえ	コロ
しゅるい	雑、柴犬
せいべつ	オス
ねんれい	4ヶ月
おもさ	4kg
せいかく	あまえんぼう・元気
とくぎ	おすわり

コロのひとこと
一緒に遊びたい

コメント

みなさまの可愛いペットの紹介をしています。
載せて見たいかたは、弊社のスタッフまたは、メールにて写真と紹介項目を書いて応募ください。　メールアドレス　info@amuse-ami.net

ペット豆知識

去勢によって予防できる病気（オス）

胎児の時には、精巣は肝臓の下あたりにあります。これが靭帯にひっぱられて、股の付け根の穴をくぐり陰嚢まで落ちてきます。涼しい方が精子の形成に都合が良い為に外にぶら下げておくのです。

しかし、停留睾丸、片睾丸、陰睾のように途中で止まってしまう場合があります。精巣が体内に隠れていると、体内の温度は高いので、腫瘍化しやすくなります。
腫瘍化する確率は正常な犬と比べて、13～14倍と言われ、ほとんど腫瘍になるといっても過言でありません。腹部に隠された腫瘍は発見が遅れ手遅れになる場合も多いので、４～５歳までに停留睾丸の犬は去勢をする方が望ましいと考えられます。去勢してしまえば通常の去勢した犬とまったく同じです。

デメリットは、太りやすくなります。ホルモンの変化により空腹感がますので、欲しがるままに食べさせてはいけません。病気の抵抗力が弱くなるなど心配する飼い主さんもいますが、その心配は全くありません。
性格もおとなしくなるなど期待する飼い主さんもいますが原則として変わりません。期待しない方がいいでしょう。

暮らしのヒント！ 私たちの毎日の生活から！

かんたんレシピ

大根と鶏手羽の黒酢煮

大根の美味しい季節です。黒酢を使って健康的な煮物料理に。鶏の旨味と黒酢のさっぱりした酸味の煮汁が大根に染みこみます。寒い季節の身体を温めてくれますよ。

少し煮込み時間はかかりますが、鶏から出汁が出るので、鍋にかけてほっておけばよく、楽ちんなのも魅力です。骨付きのお肉で満足感もあり、コラーゲン豊富な鶏肉で女性に嬉しい一品です。

①大根は皮を剥き、3㎝厚さで半月切りにする。面取りし米のとぎ汁で茹でる。竹串がすっと通るくらいになったらざるにあげる。

②別の鍋に湯を沸かし鶏手羽を茹でる。

③②が沸いてきたら灰汁をとり、酒、みりん、砂糖、生姜を加えてしばらく煮る。

④続いて醤油、黒酢大さじ4、大根を加え蓋をして弱火～中火で30分ほど煮る。

⑤蓋をとり、火を強めて煮汁を煮詰める。

⑥煮汁が半分くらいになったら、黒酢をさらに大さじ3加え出来上がりです。器に盛り、最後に白髪ねぎをトッピングします。

【ワンポイントメモ】

大根は下茹でしたほうが味がよく染みます。米のとぎ汁を前もって取っておき、下茹でに使うと大根くささが抜けます。鶏手羽は骨付きなのでゆっくり煮ると旨味がたくさんでます。

材料

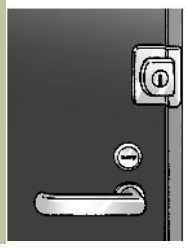
【4人分】

- 鶏手羽……8本
- 大根……約1/2本
- 水……2カップ
- 黒酢……大さじ7
- 酒……1/2カップ
- みりん……大さじ2
- 砂糖……大さじ2
- 醤油……大さじ1
- 生姜（薄切り）……10ｇ
- 長ねぎ（白ねぎ）……適量

ちょっとこぼれ話

鍵の安全な取り扱い方

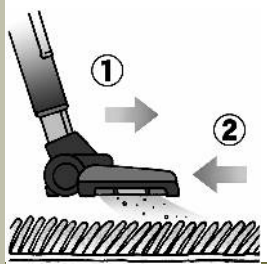
合鍵の存在は、部外者が侵入する危険があるので、慎重に扱う必要があります。賃貸物件に住んでいる場合、以前の入居者が合鍵を持っている、新築売買物件であっても、誰かが合鍵を持っているかもしれないので、錠前の交換をおすすめします。錠前の交換は、数万円程度です。もし一つしか錠前が無い場合は、補助錠を取り付ければより安心です。自宅の鍵を自宅のポストの中や庭の敷地内に隠すのは危険です。絶対にやめましょう。自宅に置く場合も靴箱の上などに無造作に置かないようにしましょう。携帯する鍵は、大き目のキーホルダーに鈴などをつければ、他の人が持ち出しにくくなります。また、鍵を紛失したり、空き巣に侵入されたりした場合は、必ず錠前を交換しましょう。



家事の知恵

ラグの効果、お手入れについて

ラグは、ほこりがたまるイメージがあるかもしれませんが、逆にほこりを吸着してくれる効果があり、舞い上がりません。保温、保湿に優れ、床の汚れや傷防止になり転倒も防げます。また、インテリアのアクセントとしてカラーや素材によって部屋のイメージが変わるので、季節ごとに替える楽しみ方もあります。選ぶ際は、カーテンや家具、床、壁とのコーディネートが大切です。ラグについたほこりは、普段からこまめに掃除機をかけましょう。毛並みの方向にかけた後、逆方向に掃除機を往復させます。軽い汚れは固く絞った雑巾で水拭きします。何かをこぼした場合にはタオルなどで水分を拭き、シミになりそうなら中性洗剤を薄めて拭いた後、しっかり水拭きします。



お客様の声

「わが家も大寒波」

いわき市平　松田敏江

今季の冬は、日本全国で大寒波がやって来ました。

雪の降らない西日本での大雪、大雪による水道管の破裂、自宅の倒壊・・・色々ありますが、家計を預かる身として一番恐いのは、予想外の大雪による出費ではないでしょうか？

実はわが家にも家計の大寒波（財布が寒い）がやって来ました。

予想外の車の修理代、リフォーム代も大幅にかかり、子供の通学用の自転車がなくなり・・・まぁ～かかるは！かかるは！

大雪に備えての用意も大事ですが、ある程度の蓄えも必要だと改めて感じました。

露天風呂探訪

社長の湯・遊ざんまい

第107回

奥鬼怒温泉郷・平家平温泉

御宿　こまゆみの里

この冬一番の寒波、翌日は関東地方にも雪、新潟・会津地方にも大雪注意報が出される中の出発となった。奥鬼怒温泉郷・平家平温泉「御宿　こまゆみの里」に行くことにした。

平家平温泉は日光国立公園内にある温泉で、壇ノ浦の戦いで敗れた平家が移り住んだ里だと言われている。

総延長１６６キロ、所要時間３時間半というところだ。

小野ＩＣからあぶくま高原道に乗り、矢吹ＩＣにて東北自動車道に合流、西那須野塩原ＩＣを降り、国道４００号を塩原方面に向かう。塩原を過ぎたところで、道路の雪の状態が少し心配はあったが、すぐに降り出す様子はなかったので、通称「もみじライン」の峠越えをすることにした。圧雪された峠を越えると国道１２１号線に合流する。これを右折し、川治温泉、川治ダムを経て、幾つかのダム湖を目にしながら鬼怒川の上流に向かって車を進めることになる。途中道路上に二頭のニホンカモシカに遭遇した。ラッキーで得をした気分になった。心配された雪は降ることはなく、宿に着くころになって細かい雪が降り注いできたが、無事到着できた。

大雪注意報は出ているので、夜にどれくらい積もるかが不安が残る状態ではある。

玄関をくぐると樹齢数百年というさまざまな古木を利用した天井まで届く柱がドーンと存在感を示す。椅子も丸太をくり抜いたもの、木彫りの彫刻があるがご主人の手作りという。木造りの温もりと癒しの空間を感じさせられる。鹿の剥製・熊の剥製も山奥に来たという雰囲気にさせる。

風呂は、混浴露天風呂、女性専用露天風呂、女性・男性内湯と４種類のお風呂があり、全ての風呂が１００％源泉かけ流しである。

混浴露天風呂は長い廊下と階段を１００ｍ以上下ったところにある。石造りの露天風呂は広々とした自然林のなかにある。温泉は無色透明で木の樋から源泉が注がれている。

雪がチラつき、外気は凍りつくほど、脱衣所から湯船までもうっすらと雪が積もり、足の裏が痛いほど冷たかったが、入ってしまえばこっちのもの、少し温めでもあり、貸切り状態だったので、ゆったりと雪見風呂を満喫した。周りには樹齢８００年というトチの木をくり抜いた一人用の丸太風呂が３つ置かれている。入って見たがこれが少し熱めで、上がり湯に最適であった。お湯も柔らかく、お風呂上りは肌もつるつるとなる。

翌朝、心配された雪も１５㎝程度、除雪も上手にされていて問題なく帰路につけた。

栃木県日光市川俣６４６-１

０２８８-９６-０３２１

好感度　★★★★

健康そうだん室

急性中耳炎　まずは耳鼻科の専門医に受診を

子どもによく見られる急性中耳炎。鼓膜の内側の空間になっている中耳に炎症が起きることで、大人も発症の可能性がありますが、特に乳幼児、生後６ヶ月から２歳くらいの子どもの急性感染症の代表的なものです。きちんと治療しないと、難聴・それによる発語や理解力の低下が起こることもあります。自己判断せず専門医に診てもらいましょう。

●どんな症状？

耳痛や耳だれ、発熱や耳閉感（じへいかん）などの症状が現れ、小さな子どもだと耳痛はなく発熱のみ現れることもあります。乳幼児の場合、小児科を受診することが多いと思いますが、耳を気にしている様子があれば耳鼻咽喉科で専門医に診断してもらうことをおすすめします。また大人が発症すると鼻水や頭痛、耳痛、耳が詰まった感じなどの症状が現れます。

●原因は？

インフルエンザ菌などの細菌感染が主な原因です。一部にはウイルス感染の関与も疑われています。近年は薬が効かない肺炎球菌や、インフルエンザ菌が急増し、中耳炎が重症化したり長引いたりしてしまうことも増えています。

大人の場合はストレスで病気が引き起こされることがあります。過労によるストレスや睡眠不足で体の免疫機能が低下し、細菌が耳の中に侵入して中耳炎になるのです。

●治療方法は？

急性中耳炎の場合、風邪の治療が必要です。一般的に抗生剤や解熱鎮痛剤を使います。重症化した場合は入院して抗生剤を点滴する処置が必要なときもあります。

抗生剤が効かない、熱がずっと続いている、痛みが収まらない、合併症の危険がある、膿汁が溜まっているなどの判断がされると鼓膜を切開して治療します。

ビューティーサロン

タオル１本で簡単ストレッチ

タオルを１本用意しましょう。両脚を揃え、背筋を伸ばします。立っても椅子に座っても、好きな体勢で大丈夫です。両手を肩幅に開きタオルの両端を持ちます。たるまないように、息を吸いながら両手を頭の上に伸ばします。息を吐きながら肘を曲げていき、タオルが頭の後ろに来るように肩まで下げていきます。左右の肩甲骨をくっつけるイメージで 20 秒キープします。次はタオルを持ったまま両手を上げて上に思いきり伸びましょう。あごを軽く上げて深呼吸します。体の左右に同様に倒し、よく伸ばします。次は体の後ろにタオルを回し、ゆっくり上げていき、胸をそらした状態で 20 秒キープします。

アミゼ・アミ編集部日記

社長歳時記

髪は長～いともだち

こんな某社のキャッチコピーがブラウン管から流れていたのが、何故か記憶に残っている。長～いともだちが、いつ去っていくのか分からないのだが、限りなく友達が少なくなってしまったと感じてしまうこの頃である。最近になっては新聞広告にもやたらと毛生え薬の広告が紙面を賑わして、つい目を奪われてしまう。買って試してみようかと誘惑に負けそうなこの頃である。

そんななかで、とこやに行き、髪をびしっと決めて自宅に帰った時のこと、小学1年生の孫（知桜）が、私を見るなり、『あら、おじいちゃま、髪が増えたんじゃない』『いままでと感じが違うよ、カッコいいんじゃない』と言うではないか！

思わずうれしくなって、お小遣いを千円くらいはずもうと思ったが、悪知恵が働き、学習能力が高いので、いつも孫からおだてられて千円をあげていたのではきりがないと思い踏みとどまった。

それにしても子供の観察力が鋭いのは、驚きとうれしさと入り乱れ、痛し痒しである。

感謝。

根本保雄

MESSAGE

「趣味」

ハウスケア部　先﨑泰法

皆さんは趣味をお持ちでしょうか？恥ずかしながら私には『これが趣味です！』と胸を張っていえることがありません。過去にはスキーに行ったり、海釣りに行ったりしていましたが、最近は久しく行っておりません。最近知り合いに聞いた話で、休日の過ごし方には①積極的休暇と②消極的休暇があると教えられました。今の私は消極的休暇を過ごしてしまっているようです。積極的休暇の基本は外に出ることだそうで、まあ、週末は必ず出かけてはいるのですが、知人いわく過ごし方に問題が・・・との事です。やりたいことを趣味にすると長続きしそうなので、基本的に出かけることが好きな私は、旅を基本にグルメや温泉、観光や移動手段など、いろいろと絡めながら、将来長く付き合えるような自分にあった趣味を作ろうと考えています。

皆さんの趣味はなんですか？

・会　社　名　　株式会社　アミゼ

・営 業 内 容　　◆リースキン事業部　◆ハウスケア事業部
◆不用品整理・遺品整理事業部
◆一般・産業廃棄物収集運搬処理事業部
◆コーヒーサービス事業部
◆通信販売事業部

・会社の場所　　本　　社 〒963-3314 福島県田村郡小野町大字塩庭字大六１８
営業地域　福島県全域
郡山・いわき・福島・会津・白河

・連　絡　先　　全店共通　Tel　0120-37-5472　　Fax　0247-72-5472

ホームページ　アミゼ　検索