

ニュースレター

2009

夏

夏は三陸！家族で防波堤釣りに行こう！

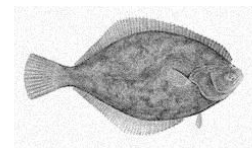
*** 三陸で釣れる魚特集 ***

夏の晴れた休日。青い空の下、こちよい海風に肌をなでられながら防波堤でのんびり糸を垂らすのもいいものです。今回は岩手三陸の防波堤で釣れる魚（ファミリー&初心者向け）の特集です。

■アイナメ 三陸では最もポピュラーな根魚で、岩礁帯に多い。10～12月は産卵のため浅瀬に移動するので防波堤から大物も狙える。釣りエサはアオイソメが主流だが、エビ・貝類・小魚でも釣れる。岩場近くで海藻の多い防波堤であればブラー仕掛のチョイ投げで良型も期待できる。料理は煮つけ・塩焼き、型がよければ刺身にしたい。

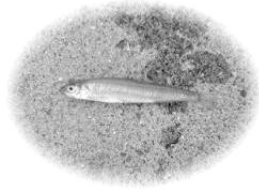


■カレイ 主に砂泥底、砂地に生息している。エサはアオイソメを使う。防波堤から天秤仕掛で遠投し、置き竿で気長に待つ。カレイは数匹まとまって生息しているので一度釣れたらその周辺も探ってみよう。岩手県ではリリースサイズが決まっているので持ち帰らないようにしたい。カレイ20cm未満、ヒラメ30cm未満は再放流です。



竿は2～3mの小物釣用。
リールは#2000程度のスピニングリールに3号の糸を巻く。
仕掛けは市販のチョイ投げ天秤がよい。エサはアオイソメ。

■チカ 一年を通して楽しめる小魚の代表選手。ワカサギとは近縁で、味も良く似ている。湾内を群れて回遊する。エサは冷凍ブロックのアミエビが一般的。スピードバケツを使ってのサビキ釣りが主流だが、良型(15cm程)は、軟調竿と一本針仕掛で引きを楽しみたい。味は淡白で美味。から揚げにして塩をふって食べるのがおいしい。



■ハゼ ハゼ釣りといえば秋の風物詩。県内では7月に盛川河口で最も早くシーズンインする。エサはアオイソメ。2号くらいのブラーで底を引きずるように流すとよい。普通は天ぷらで食べるが新鮮なものは刺身でもいける。



☆他にも小アジやタナゴ、ソイなど、夜はアナゴ、ドンコ、イカなどが釣れます。釣行にはリール竿・各種仕掛け・エサ・水汲みバケツ・蓋つきバケツ・ハサミ・手拭タオルがあれば十分です。大物が釣れたときのためにゴミ袋も用意しましょう。釣った魚は持ち帰り、感謝していただきましょう。釣りすぎは厳禁ですよ！

見守り新鮮情報

◇発行：国民生活センター

「床下換気扇部品代の前払い」と手持ちの現金をだまし取られた
平成21年5月・中国地方で・70歳代・女性

数年前に訪問販売で床下換気扇の契約をした。「工事をした業者は倒産しているが、そこに部品を卸していた」という業者が来訪、無料点検を勧められた。点検後、「部品を交換しなければ火事になる」「部品代をすぐ前払いしてほしい」と言われ、おかしいと思ったが、居直られたらこわいので、請求された5万円のうち手持ちの2万円を支払った。一人暮らしなので、工事の予定日に近所の人と一緒に待っていたが、業者は現れなかった。領収証に書いてあった連絡先へ電話したが通じず、クーリング・オフのはがきも宛先不明で戻ってきた。

<ひとこと助言>

- ☆過去の契約の名簿を手に入れた、あるいは、床下換気扇が取り付けられているのを見た業者が「無料点検」を口実に訪問。工事の部品代という名目で手持ちの現金をだまし取ることを目的とした手口と思われます。
- ☆「火事になる」など不安をあおる業者の言葉をそのまま信じて、その場で契約や支払いをしないようにしましょう。
- ☆心配なときは、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください。

サラリーマン川柳

<第一位>

しゅうち心/なくした妻は/
ポニーポニョ

流行語を取り入れた一句です。「ポニーポニョポニョ～まん丸おなかの～」というアニメ映画の歌がありましたねえ。崖っぷちです。

<第二位>

久しぶり/ハローワークで/同窓会

時世を詠んだ句です。偶然にも何人かの同級生とはちあわせ。「懐かしい」より「オマエもかっ」て感じでしょうか。

～第一生命第22回
サラリーマン川柳
コンクールより～



高齢者に多い症状別住宅改修のポイント

—今回は、慢性関節リウマチです—

■慢性関節リウマチとは・関節のはれや痛みを主な症状とする全身病で原因不明。慢性的に進行し、障害は少しずつ重くなります。女性に多く、関節が思うように動かさず（拘縮）、歩くことや日常生活が徐々に困難になってきます。

■段階別症状と住宅改修のポイント

①歩ける（歩行自立）・不安定ながらも何とか歩いて生活ができる。杖を使用する場合もある。全般的に足の痛みのために段差の乗り超えがむずかしく、床からの立ち上がりや低い椅子からの立ち上がりもむずかしい。

【改修ポイント】玄関や廊下、リビングなどに手の状態に合った手摺を設置。

段差は出っ張りをなくし、目立つ色に。洗面所、浴室、玄関に腰掛ベンチを設置



②車椅子に乗り移れる、立ち上げられる・自分で車椅子をある程度こげる。車椅子からベッドや便器への乗り移りは一度立ち上がってできる。

足の痛みのため車椅子の座面は普通より高めにする必要があります。

【改修ポイント】屋内用車椅子に対応した廊下巾、回転・移乗スペースの確保。

トイレ・洗面・浴室を寝室の近くへ設置するのが望ましい。手の届く範囲にスイッチを設ける。

③車椅子の移乗に介助が必要・車椅子はある程度こげるが、車椅子からベッドや便器への乗り移りには介助が必要。全般的に日常生活の半分以上に介助がいる。

④車椅子をこげない・たくさんの手伝いが必要で日常生活のほとんどすべてに介助が必要な状態。

【③④の改修ポイント】介助スペースの確保。ナースコール、汚物流しの設置。浴室にバスターア、リフターの設置。

慢性関節リウマチは早期発見と治療により患者の70%程度は骨の変形・破壊はそのままにせよ、関節の腫れ、痛みはなくなり進行が停止する「寛解」に持ち込めるようになってきたとも言われます。しかし、完全に治ること（治癒する）は少なく、住宅の改修には、個別の症状の進行に応じた将来的なプランニングが必要となってきます。

介護保険を利用した住宅改修についてのご相談・ご依頼を受け付けております。
太田代組の「福祉ケアリフォーム」TEL0198-23-2621 担当：能谷まで



★今ならお得！太陽光発電システムの補助制度

補助金制度を活用して太陽光発電システムを設置しましょう

太陽光発電の補助制度が復活しました。期間1年ほどの限定です。設置をお考えの方は今がチャンスです！

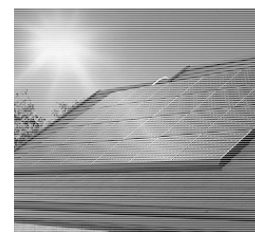
◎国の募集期間 2009年4月1日～2010年1月29日
補助額 7万円(1kW当り)

◎県の募集期間 2009年4月15日～2010年3月31日
補助額 2万円(1システム当り)

一般のご家庭では3kW～4kW程の設置容量となりますので、例えば4kWで計算すると補助金額は
{4kW × (国7万円)} + 県2万円 = 30万円となります

太陽光発電システムの設置金額の概算(工事費含む)
一般的な住宅で屋根に設置する場合… 270万円
国と県の補助金 …▲ 30万円
計240万円

※屋根の形状等により設置容量や工事費が違ってきます。予算の目安として参考になさってください。



☆まずはお見積りを！

現在、パネルの納期が1～2ヶ月かかるようです。設置に迷っている方は、早めのお見積り依頼をおすすめします。

地球にやさしい・家計にやさしい
補助金で太陽光を設置しよう！

地元の話 jimoto no wadai

『フラワーロールちゃん』

岩手県花巻市のPR用のキャラクター。フラワーロールは「花」と「巻」を英語にした名称。全国からデザインを公募し、153点の応募の中から決定した。巻き髪に花飾りを付けた妖精の女の子で、手にも花を持っている。

「ロール」にちなんで、名物としてロールケーキも販売されている。

『フラワーロールちゃんの米粉ロールケーキ』
桜木町のシャロン菓子店にて販売中！



社長のつぶやき

これからが夏本番！…と思うのもつかの間、盆が来て、花火を見て、あっという間に花巻まつり…。東北の夏は短い。短いけれども行事はギッシリ、そして生ビールもギッシリ！胃袋から思いつき夏を感じている今日この頃です…

太田代組 株式会社太田代組
花巻市豊沢町8-47

工事の相談や見積もり依頼はこちらの番号へ
電話0198-23-2621

Webは[太田代組]または[りらくの家]で検索を！
お得な情報満載！ぜひご覧ください
プランニングと御見積りは無料です

◇思わずうなづく名言集◇
単純であることは、究極の洗練である

レオナルド・ダ・ヴィンチ

イタリアのルネサンス期を代表する芸術家。絵画、彫刻、建築、土木、人体、その他の科学技術に通じ、極めて広い分野に足跡を残している。『最後の晩餐』や『モナ・リザ』は盛期ルネサンスを代表する作品となっている。