

# 3月号

## こしる便り

～ 今月の特集～

今回はひな祭りの伝統的な食べ物『菱餅』についての豆知識をご紹介します。菱餅は、緑、白、ピンク(紅)の3色の餅を菱形に切って重ねたものです。色の意味にはいくつかの説があり、緑は「健康や長寿」、白は「清浄」、ピンクは「魔除け」を意味する説と、緑は「大地」、白は「雪」、ピンクは「桃」で「雪がとけて大地に草が芽生え、桃の花が咲く」という意味が込められているという説があります。また、菱形は「心臓」を表していると言われ、災厄を除こうという気持ちや親が娘の健康を願う気持ちが込められています。



## 今月の話題



### 「ドローン」による空撮運用開始

先日、弊社のドローン操縦技術と安全対策が認められ、国土交通大臣より飛行許可を頂くことができました。最近では、全国の同業他社でも多くの会社が、ドローンを利用した空撮画像の業務利用をしています。今後、弊社受注工事現場での空撮運用を開始します。

#### 活用内容

- 施工写真の空撮
- 工事現場の「上空からの事前確認」・「進捗状況確認」・「検証」・「高所点検」等

可能な部分より運用を始め、少しずつ運用の範囲を広げていきます。

#### 「改正航空法」

平成27年12月10日に無人航空機普及に対して、一定の安全基準を定めることを目的に「改正航空法」が施行されました。

<概要>

- 日中(日出から日没まで)に飛行されること
- 目視(直接肉眼による)範囲内で無人航空機とその周囲を常時監視して飛行させること
- 人(第三者)または物件(建物、自動車)との間に30cm以上の距離を保って飛行させること
- 祭礼、縁日など多数の人が集まる催しの上空で飛行させないこと
- 爆発物など危険物を輸送しないこと



▼土木関係工事現場の事前空撮



#### 安全対策

- チェックリストによる飛行前点検の実施
  - ・風速5m/秒以上の時は飛ばさない
  - ・雨天や雨が降りそうな時は飛ばさない
  - ・機体点検
  - ・プロペラ点検
  - ・送信機点検
  - ・バッテリーの状態点検
  - ・各種センサーの正常稼働確認
  - ・モーターの異常確認(異音や回転ムラの有無)
  - ・ホバリングや基本動作での異常有無確認
- 操縦者を補助する補助者を立て相互に安全確認を行う

▶ 撮影風景



# STAFF VOICE

みなさんこんにちは、A. Uです☆

「春は出会いと別れの季節」という言葉通り、毎年この時期になると様々な出会いや別れがありますよね。別れは寂しいものですが新しい出会いの始まりでもありますし、別れも出会いも大切にしていきたいです☆

さて、今回のスタッフボイスは最近私がハマりだしたことをご紹介したいと思います(^o^)  
それは、、、インスタントカメラ(チェキ)です☆

デジタルカメラで写真を撮っても現像しに行くのが面倒で、カメラの中に写真データが入っているままになってしまうことが多いのですが、チェキの場合、その場で現像出来ますし、「写真」として形になるので凄く良いです☆

最近のチェキは画質もすごく良いですし、フィルムも色々な種類があって、すごく可愛いです(♡ >ω< ♡)

私のはたくさんの機能が搭載されているのですが、まだ撮り方をマスターできていないので早くマスターして色々な撮り方を楽しみたいです(^o^)  
☆

もし、興味があるけど迷っている方がいらっしゃいましたら、おススメなので是非！毎日にチェキをプラスしてみてください(\*'◇'\*)☆



## 健康生活

### 爪は「健康のバロメーター」

爪は皮膚の一部です。つまり、肌や髪の毛と同じたんぱく質で構成されています。

健康な爪は半透明な薄いピンク色で艶がありますが、爪の色や形がおかしい場合はなんらかの病気の可能性が考えられます。



#### ✓ 爪の状態をチェック!

 <b>白っぽい</b> 貧血、肝臓病	 <b>赤っぽい</b> 脳血栓や心筋梗塞、多血症
 <b>黄色っぽい</b> カロチン血症、黄色爪症候群爪白癬	 <b>黒紫色っぽい</b> 悪性貧血、腎臓病、肝臓病、心臓病、肺疾患、膠原病
 <b>縦筋がある</b> 栄養不良、スリム、皮膚病、糖尿病等の慢性疾患	 <b>横筋がある</b> 外傷による影響、加齢など

#### ◎爪は指先を保護している

爪にダメージを受けると、指が受けるチカラを受け止められなくなります。指先で物をつかむ時、指先に力を入れるが、爪が支えとなるために物がうまくつかめる。もし、足指に爪がなかったら、歩く時にもつま先に力が入らず、うまく歩けないこととなります。

#### ◎爪が伸びるスピード

個人差はありますが、手の爪は約1日に0.1mm、1か月に3mm伸びますが、足の爪は、1日0.05mm、1か月に1.5mm伸びるといわれています。また、夏の方が早く伸び、大人よりも子供のほうが早く伸びるといわれています。



## 旬のニラで簡単料理 ☆カリカリ食感 ニラチヂミ☆



#### 材料

○豚肉 100g ○ニラ 1束  
○人参 10cm ○卵 2個  
○薄力粉 1カップ  
○粉末だしの素 小さじ2  
○水 1/2カップ  
●醤油 大さじ3  
●酢 大さじ1~2  
●ごま油 大さじ1/2~1  
●砂糖 小さじ1~2  
●ごま (お好みで)  
●こしょう (お好みで)  
ごま油(焼く用)

#### 作り方

- ①ニラと人参は5cm幅に、豚肉は細かく切る。ボウルに○の全ての材料を入れて、よく混ぜ合わせる。
- ②フライパンにごま油を熱し、①の種を広げる。  
※I. ごま油は1cmくらいの高さまで II. 種は薄く広げる
- ③中強火で焼き、片面にこんがり焼き色がついたらひっくり返してもう片面も焼く。  
※ヘラで押しつけて薄く広げながら焼いていく
- ④食べやすい大きさに切り、完成! ☆

タレ: ●を全部混ぜ合わせる

ニラにはビタミン系を中心に鉄分、カリウム、カルシウム、マグネシウムなど色々な栄養が豊富に含まれています。ニラを食べることで、ダイエット・体カアップ・免疫力の向上の効果が期待できます。

# 食レポ IN つくみ

★第10弾は津久見駅前にあるお洒落な居酒屋をご紹介します★

## 「KADAN(カダン)」

若者から年配の方まで気軽に行けるお店です☆

カウンター席とテーブル席もあります☆

食べ物、飲み物メニューも豊富にあり、なんて言ってもリーズナブル(^o^)

ついつい食べ過ぎてしまいます(°\_°)

バーテンダーさんがいるので飲み物もたくさんありますよ~☆☆☆

今夜のおすすめメニューがあり、いつも違うメニューを楽しめます☆



中でも私のおススメは~…  
マグロとアボガドのタルタルと  
菜の花の天ぷら☆



美味しいの一言です(^ ^)

他にも南蛮、からあげ、エビチリなど色々あります☆

ぜひ行ってみてください(^-^\*)/

アクセス

津久見市中央町9-1

TEL 0972-83-5325

営業時間 17:00~23:00

定休日 不定休

## 知

って得する! ?〇〇のお役立ち情報

### シャンプーの詰め替えで雑菌が大繁殖! ?

ボディソープ、シャンプー、リンスなどの詰め替えボトル。でも、残ったまま詰め替えたり、水で軽くすすぐだけだと雑菌が大繁殖してしまふことがあります。

今回は詰め替えボトルを使用する際のポイントをご紹介します。

今回の〇〇は  
「詰め替え」



#### 中身が減ったからと、そのまま詰め替えていませんか?

シャンプーがなくなりかけたとき、ボトルに水をいれてシャンプーを薄めて使ったり、また、最後に水で洗って新しいシャンプーを入れるのはNG!!

液が残った状態のボトルに新しく詰め替え用の液を継ぎ足すことを繰り返すと、ボトルに残った水分によって、緑膿菌などが繁殖します。

#### 正しい詰め替え方

1. 全部使い切る
2. 容器の内部・ポンプを綺麗に洗う
3. よく乾燥させる
4. 詰め替え用の液を入れる

水分を避けるため、詰め替え作業を風呂場ではしない、容器はシャワーの下など、水のかかりやすい所には置かないようにしましょう!!

#### 詰め替え時のイライラを無くす方法

詰め替え作業が面倒だという方におススメ!

綺麗なボトルに詰め替え用をそのまま入れ、はみ出した上の部分をはさみで切る。これなら雑菌の繁殖も防げますし、清潔かつ簡単な方法で詰め替えられます☆

#### 「水」が入ることで劣化、雑菌が増殖!

洗いながら詰め替えたり、ポンプ部分を水洗いすることで水が混入。お風呂場は水、湿度といった細菌繁殖の好条件が揃っているため、細菌がどんどん繁殖してしまいます。きっちりとフタをしていても水分が容器の中に入ってしまうことがあり、水分と混ざると液が劣化する可能性も。劣化している液の上に詰め替え用の液を補充すると、当然補充した液も劣化します。



# 太陽光発電システム設置工事

2月号でもご紹介した分譲ソーラー設置工事の現在の様子をご紹介します。



合計408.32kWの分譲太陽光発電設備になります。1月から工事をはじめ、4月末の完成を目指しています。パネルが設置されていない場所も、これから架台を組み、パネルの設置をしていきます。



## 第7弾 おそうじのコツ ～身近にある物で掃除～

### ①輪ゴムで...

輪ゴムを1～2本引き戸のレール部分にのせ、引き戸を何度か開け閉めするだけ！細かいほこりや髪の毛が輪ゴムにからまって綺麗になります☆

### ②ストッキングで...

ストッキングをかぶせたスリッパで歩くと、静電気のおもしろいように床のゴミが取れるんです。ペットの毛、綿ぼこり、土ぼこりなどに抜群の効果があるようです。ストッキングを重ねておくと、一番上のストッキングが汚れたら、クルリとはがして、ほこりを包み込んで捨てることができます。

身近な不用品をお掃除グッズにすれば

**リサイクル**にも！

### ③お米のとぎ汁で...

お米のとぎ汁でフローリングの床を拭くと汚れはきれいに落ちピカピカになります。とぎ汁の中の「米ぬか」の成分にはワックス効果があるからなんだそうです。2度拭きしなくても良いのがいいですね☆

### ④ドライヤーの温風で...

乾燥機の脂汚れがひどい所にドライヤーの温風を当てると、脂が溶けて簡単にふき取ることができます！

### ⑤使い古しの歯ブラシで...

使い古しの歯ブラシを使って、洗面所に落ちた髪の毛を楽々回収。気になる部分をサッと掃くと、髪の毛が歯ブラシにくっついてくれて簡単に取れます☆

### ⑥リモコンの掃除には...

ハンドクリームをほんのちよっぴり塗りこんだ麵棒で掃除。



## お知らせ 京セラ スマートエネルギーソリューション

※詳細は弊社までお問い合わせください

### 省エネルギーご提案

特別養護老人ホーム、介護老人保護施設などにおけるエネルギーの見える化・分析から、太陽光発電、蓄電システム、LED照明、空調などの新設・置き換えのご提案に至るまで、お客様の省エネルギー実現をトータルサポートします。

### デマンド制御

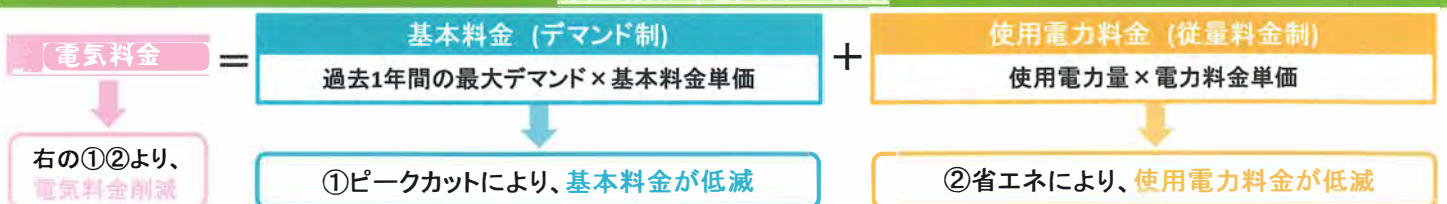
発電量や使用電力量を監視し、デマンド(30分単位の平均電力需要量)が上限電力量を超えないように、蓄電池、照明や空調などを自動で制御します。ピーク時の最大デマンドを抑制することで、基本料金(契約電力)を低減させ、電気料金削減に貢献します。

創  
エネ

省  
エネ

蓄  
エネ

### 導入効果 (電気代の場合)



発行元 小代築炉工業株式会社 〒879-2458

<http://www.koshiro.co.jp/> 大分県津久見市入船西町21-1

TEL:0972-82-4155

FAX:0972-82-5280

