

恵那峡サンドに新たな浚渫船



この度、恵那峡で砂採取しているセントラルグループの恵那峡サンド株式会社は、新たな浚渫船を導入いたしました。

大正13年に福沢諭吉の娘婿で日本の電力王と呼ばれた福沢桃助の手によって、我が国最初のダム式発電所となる大井が完成しました。この大井ダムが木曾川の水をせき止め出来た湖が、決勝地恵那峡です。

発電所とダム湖の天敵は、何と言っても砂と泥。ダムには、年月と共に砂と泥が自然堆積します。やがて、それがダムの保水力を減

らし、発電機能を奪ってまいります。今から、40年ほど前の恵那峡は、堆積した砂と泥が湖面上に出てしまふ程で遊覧船の通行すらままならない危機的状態にありました。

こうした問題を解決すると同時に、骨材として供給できないかと中央舗道（現セントラル建設）、カネ九商事（kanekuコーポレーション）が中心となって設立したのが、恵那峡サンド株式会社でした。

40年前の開業時に中古船を購入し浚渫が始まりました。その船をダマシダマシこれまで使ってきましたが、流石にそろそろ限界が近くなりました。たゞ、浚渫船は特殊な船舶ゆえ一般には、販売していません。

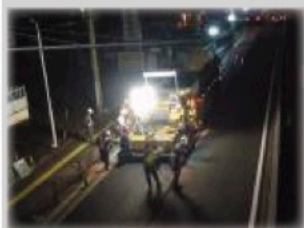
全てオーダーメイドです。昨年末に発注してから完成まで約一年の歳月が掛かりました。

今後この新しい浚渫船をフル回転させ、大井発電所が大井発電所であるために、恵那峡であるために、恵那峡サンドは、努力を重ねて行く所存であります。何卒ご支援賜らんことをお願い申し上げます。



完成式 平成27年9月19日

平成26年度多治見西部地区舗装修繕工事 夜間施工中!



昨今、交通量の多い幹線道路では混みあう日中を避けて夜間に作業を行うことが多くなりました。只今、弊社では、利用者の皆様により快適に走行していただくための舗装リフレッシュ工事を国道19号の土岐多治見市地内で行っております。

この時期、夜は大変冷え込みますが、気を引き締めみんな真夜中の作業に頑張っております。

10/18 (日)

★RUN伴+のご報告★

今年も、参加者の方々の願いも届き晴天のまま最初から最後まで無事にイベントを終えることが出来ました。去年を超える盛り上がりを見せたRUN伴+、当日に向けて準備から運営を行ってくださった方々と沿道で応援して下さいました皆様から感謝致します。来年こそは参加したいという方々からでも早くはありません！走り込みましておきましょう！！



介護の現場から

介護分野におけるマイナンバー制度

2016年1月よりマイナンバー制度の導入が始まります。それにともない10月から郵送での番号通知が開始されました。

マイナンバーとは、住民票を持つすべての国民1人ひとりに割り振られる12桁の番号のことです。マイナンバー制度（社会保障・税番号制度）が実施されると、基礎年金番号、健康保険被保険者番号、パスポート番号、納税者番号、運転免許番号、住民票コード、雇用保険被保険者番号が一括化される予定です。

「介護」にマイナンバーが導入されると、養護老人ホーム利用負担額の決定手続き、高額療養費等の決定や高額医療・高額介護合算制度に関する手続きでの所得証明等の添付が省略可能に。また、関係機関で情報の提携が行えるため、高額医療・高額介護合算制度給付も適切に行われるようになります。ほかにも年金関連の手続きが簡単になるという介護世代にとっては嬉しいかもしれません。ただし、現状ではまだ介護分野でマイナンバーを活用できる機会は限られているようです。介護や医療関係の制度では、国や地方自治体・各施設など関わる機会も多く、扱うデータも膨大。そのため、2018年から順次運用が予定されているのが、「医療ID」。これによって

- ①転居先で、移転元で受けていた認定情報や介護情報が閲覧可能に。
- ②行政手続きで診断書添付が可能に。
- ③年金手帳、介護保険証、健康保険証を一体化したカードを発行。

など、さらに便利になるようです。これから本格導入となるマイナンバー制度により、より良い生活が送れる事を期待したいです。

みのじのみのり祭、御神輿競演に参加



HAKAを披露する若手社員

今年も、みのじのみのり祭のお神輿競演に参加致しました。多くの皆様からご声援、ご厚志を賜り御にあげ、ご厚志を賜りました。お陰様で晴天に恵まれた秋の夜を十分に楽しむことが出来ました。

また、今年も審査員席前のパフォーマンス時間間にラッパのウォールドカップでおなじみとなった「ハカ」を取り入れました。こちらも大変好評だったと聞き、喜んでおります。来年以降も、もっと盛りを上げたハカを披露したいと思っております。

お問い合わせ	サービス内容	メニュー	お電話番号	担当者	部署	会社名
	土木建設資材	コンクリート製品・塩ビパイプ・グレーチング・フェンス・カーポート		0573-26-1811	田中・川崎 野田・中山 池戸・花田	
介護に関するご相談	在宅介護や介護保険制度について		0573-68-2527	伊藤	営業部	恵那峡サンド
福祉用具レンタル	ベッド・車いす・手すり・スロープ・歩行器・リフト		0573-26-4114	勝 大嶋 三浦三宅 長谷川・木藤	住宅事業部	セントラル建設株式会社 central1961.com info@central1961.com
福祉用具販売	ポータブルトイレ・入浴補助用具・自助具			長尾・水野 前田・大坪	不動産	
介護用リフォーム	手摺・バリアフリー工事・福祉住環境コーディネーター			青山・松下	営業部	
砂販売	ゴルフ場用バンカー砂・園芸用砂・土木建設用洗い砂					
リフォーム	キッチン・トイレ・お風呂・外壁・塗装					
建築工事	新築・増改築・耐震・店舗・事務所					
工宅工事	太陽光発電・オール電化（エコキュート・IH・エアコン）					
宅地・建物取引事業	土地・建物売買および仲介					
土木・舗装工事	宅地造成・アスファルト舗装・上下水道・コンクリート工事・排水工事					
外構工事	エクステリア・ガーデニング・車庫まわり					
せんとらるライナーに関して	記事についてのお問い合わせ 紹介したいお店、人、カタログ請求					

せんとらるStation 案内板

『風邪予防にオススメの食材』

今年もまた、風邪をひきやすい寒い季節がやってきました!
手洗いうがいのほか、風邪予防になります。他にも風邪を防ぐ方法があります。
「首にネギを巻くと風邪が治る」なんてことを聞いたことはありますか?
今回はそう言われている理由と、風邪予防にいい食材のいくつかをご紹介します!



まずは「首にネギを巻くと風邪が治る」という話について。ネギには、ニオいの成分で「硫化アリル(アリシン)」というものが多く含まれます。この成分には、消炎と殺菌の効果があり、のどや口の中のウイルスの繁殖を抑えることができます。首に巻くことで効果的にこの成分を吸い込むことができるためにこう言われるようになった、という説があります。
ネギを首に巻くと風邪を治る...というより、予防できるのは間違いない!

しかし、やはりネギは首に巻くより食べる方が効果的なのです。

【ネギの主な成分とその効果】

【白い部分】

★硫化アリル(アリシン)

- ・免疫力アップ
- ・殺菌効果
- ・催眠効果
- ・ビタミンB1の吸収を助ける(疲労回復) など

★ネギオール

- ・発汗作用
- ・抗ウイルス作用 など

【青い部分】

★βカロテン(ビタミンA)

- ・皮膚や粘膜の免疫を正常に保つ
- ・のどの痛みを和らげる など

【青・白の両方】

★フルクタン(ヌルヌルした成分)

- ・インフルエンザウイルスの侵入と増加を抑制 など

風邪だけでなく、ネギには様々な効果があるとても万能な食材です。これらの効果があるのは人間に限らず、ペットの犬や猫にとってもかなり危険な食材なので、絶対に与えないでください。

その他、風邪予防にオススメ食材はこちら↓↓↓

●かぼち

特にかぼちにはビタミンA、ビタミンC、βカロテンが豊富。冬至にはかぼちを食べる風習があります。これは風邪を予防して冬を乗り切るという願いから始まったとされています。

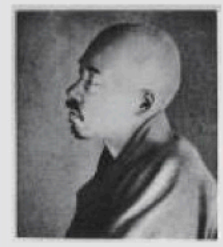
●なっとう

たんぱく質は、抵抗力を高め、体力の回復や維持に役立ちます。また、「なっとう」の油にはβカロテン成分「ムチン」には、たんぱく質の吸収・消化を助ける働きがあります。

●はちみつ

はちみつは口腔内やのどの殺菌効果があります。のどが痛くなってしまった場合でも、はちみつを摂取することで痛みを和らげてくれます。
※ただし、1歳未満の子供が食べることは危険なので要注意!

正岡子規は、明治を代表する文学者の一人である。だが、それもあることながら、俳句と短歌を文学の地位まで高らした人物として高い評価を受けている。
江戸後期から明治期に掛けての俳句は、一部の好事家が楽しむ低俗な巨匠芸に過ぎなかった。こうした状況を憂いた子規は、自らが記者として筆を置く新聞「日本」の紙面を通じて俳句革新運動を展開した。子規のこの試みは異常とも言える反響を呼び、瞬く間に俳句は、多くのファンに愛される文芸へと姿を変え、その流れは今日へと続く。



正岡 子規

子規は、幕末の慶応三年、伊予松山に生まれた。五歳の時に父が他界。経済的には、後に外交官から国会議員となる母方の叔父の世話になり育った。中学に進むと自由民権運動の影響を受け政治家を志すようになる。その目的を為すにはどうしても東京に出



『仰臥漫録』を記した部屋(復元)

移し溶けて膿と化す脊。閑話休題。話を漱石から子規に戻す。彼は、予備門時代に、余命十年と悟り、それらを中退し新聞記者と成り俳句と短歌の革新運動に没頭して行く。二八歳の時に従軍記者として日清戦争に出向くが、帰国途中の船内で大量咯血。その後暫くして結核菌が骨に転移し溶けて膿と化す脊。



俳句の改革で成功を収めると今度は、短歌の革新運動に乗り出した。だが、歌壇界の壁は厚く生前中に俳句運動ほどの成功を見ることはなかった。しかし、子規の思いは「アララギ」に引き継がれ実を結んで行くこととなる。

読書尚友

「読書をして昔の賢人を友にする」と

古典60選
ミクル代表 阿部伸一郎
42/60
『仰臥漫録』 正岡 子規 1867~1902



たいと、後見人の叔父に頼みこみ中学を退学した。東京に移り住むと、東大予備門を経て東京帝国大学に入学する。予備門からの同級生に夏目金之助と言う成績抜群の者がいた。彼こそが、後の夏目漱石だ。彼こそが、後の夏目漱石だ。彼こそが、後の夏目漱石だ。

椎カリエスと診断される。それ以降は、ふとんの上げだけの生活となった。この著者は、断末魔にあつた子規が母と妹に看病されながら書き残した記録である。仰臥とは、仰向けに寝ること。この時期は、腹這いになることも寝返りも打てない文字通り仰臥の状態。身体中に空いた穴からは膿が吹き出し、気が狂うような痛みが襲う。血糊がべったり付いた包帯の交換は、想像するだけで顔が歪む。流石の子規も我慢できずに大声で泣き叫ぶ。来る日も来る日も、その繰り返し。想像を絶する病床生活だが、痛みが少しでも治まると毎日の全てを赤練々に綴った。書くことで辛さを紛らわし命あることを確認したのであろう。

せんとらるライナー食堂車

レストラン エイト

今年で開店50周年。旧大井駅が恵那駅と名を変えた直後の昭和40年。まだレストランと言う外来語を聞きなれない時代に駅から徒歩3分の一等地にオープンした老舗、レストラン・エイト。恵那に住む人でこの店の名を知らない人はいない。

エイトと言う名前の由来は、先代で創業者の堀井八郎さんの「八」から。現代は二代目の昭良さんが切り盛りしている。

オープン当初は、カレーをライスとルーを別々の器で出しており、大変珍しがられたそう。何せ50年も経つとメニューも変わる。しかし、一つだけ変

定休日 木曜日
営業時間 8:00~21:00 (L.O.20:30)
モーニング 8:00~10:30
ランチ 11:00~15:00
住所 恵那市大井町206-22
電話 0573-26-1888

わらないものがある。それは、鉄板で提供されるヒレを使った「味噌カツ」。半世紀の間全く変わらぬ味で、昔も今も一番人気を誇る。

お店の2階には、40名まで入れるスペースがある。法事やパーティーなどはもちろん、ドリンクのみで会議などの利用も可能(要予約)。メニュー以外にも季節の旬な食材を使った料理を、予算に応じて用意してくれる(2,500円~)。

「地元の食材を使用し、たくさんの方に喜んでもらえるように出来るだけのことをしたい」と、ご主人は語る。

せんとらるStation 伝言板

第18回 チャーテル会恵那チャリティー画展

チャーテル会会員による画・日本画・水彩画・パステル画など、色紙を中心に展示・販売

日時: 平成27年11月13日(金)~15日(日)
AM9:00~PM7:00
会場: パロ-恵那店2階催事場

中央建設 工務部 鴉飼 勝行

名前: 鴉飼 勝行
所属: セントラル建設工務部
住所: 恵那市三郷町
血液型: A型
座右の銘: 人に勝つより 自分に勝つ (小学校の恩師の言葉)

せんとらるライナー乗務員室

市内の建設会社から2年半前にセントラル建設に移ってきた彼は、明るいキャラクターで、社内外の人たちを和ませる、工務部きつてのムードメーカー。誠実な人柄と明るさは周囲の人を和ませてくれる。

休日には中津高校2年の愛息の野球観戦が楽しみ、とマイホームパパの一面も見せる。また、地元・三郷町で知らない人はいないほどの「顔」である。三郷そのお年寄りに顔が利くというその人脈を生かし、仕事を通じて地域に貢献できることがやりがいと語る。

せんとらるStation 待合室

A駅、B駅、C駅は同じ直線上のレールの上にあります。電車で乗ってA駅からB駅まで行くのに5分かかり、B駅からC駅まで行くのに10分かかります。ところが、A駅からC駅まで行くのに15分ではありませんでした。A駅からC駅まで行くのに何分かかりますか?

【40号の答え】
1分と20秒です。つまり、5分と10分の合計は15分です。

職員募集

- ライフケア営業マン
- 建材販売営業マン
- ケアマネージャー
- アスコンセンター 試験係/重機オペレーター
- 住宅営業マン
- 舗装・土木営業マン
- 大型ダンプ運転手
- 土木施工管理技術者
- 現場職員

【問い合わせ先】
Kaneku コーポレーション
総務部 坂津 0573-26-1811

【問い合わせ先】
セントラル建設
総務部 内田 0573-26-4114