



「ミズバショウ」(アミゼの森)4月 8日撮影

全国で増加の一途をたどる空き家数。親の住んでいた家を相続したものの、住むことなく放置しているという人も少なくありません。そうして放置された多くの空き家が、さまざまな問題を各地で引き起こしています。これが「空き家問題」です。

【人口減少と高齢化】

日本では人口減少により、総世帯数を上回る住宅のストック数が存在しています。また、高齢者が増えることも空き家の増加につながります。高齢者が高齢者住宅や子供の家に転居したり、亡くなり家が空き家となるケースです。

【相続後の放置】

空き家所有者が「空き家」を取得するケースの半数以上

が相続によるもの。親など家の所有者が亡くなった際に、別の場所に住む子どもや法定相続人が相続したものの、買い手・借り手の少なさや使い道がないといった理由で放置されてしまいます。

【悪影響】

【空き家問題が引き起こす】

空き家の存在は、地域の治安にさまざまな悪影響を及ぼしかねません。空き家は不審者や犯罪者の隠れ家や活動拠点となりやすく、不法侵入や窃盗など、また、放火の対象にされたり、電気設備の劣化やガス漏れなどから火災が発生する可能性もある。放置されたごみや雑草が燃えやすい状況をつくり出すため、火災のリスクが高まります。不衛生な状態で異臭の発生や建物の

の倒壊で人にケガをさせてしまうリスクなどもあります。

【空き家対策】

相続した実家に住まない場合の対処方法として

- ・ 空き家を更地にし土地を有効活用する。ただし、更地にする場合は次のような注意点があります。空き家の解体費用が100万円ほどかかる。

更地にすると固定資産税は6倍、都市計画税は3倍になる。

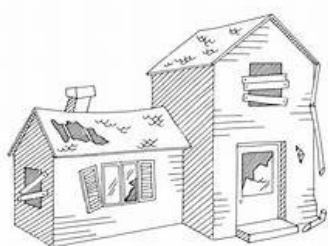
- ・ 空き家を売却する。今後家や土地を活用する予定がないなら、売却するのが最もおすすめです。

空き家を売却すれば、次のようなメリットがあります。

固定資産税や維持費がかからない。売却益が出る可能性がある。また、相続後3年以

内であれば「空き家に係る譲渡所得の300万円特別控除」を利用できる可能性があります。

各自自治体は空き家問題の解決に向けてさまざまな支援制度を設けています。制度を活用することで、空き家の活用や適切な管理が促進されます。具体的には、補助金や助成金の提供、空き家バンクの運営、空き家対策の相談窓口の設置などがありますので、利用してみたいかがでしょうか。



空き家問題

お客様の声

「 スポーツの意義 」

小野町 佐藤様

自分にとってスポーツとは、人間の体を動かすという本源的な欲求に応えると共に、爽快感や達成感、他者との連帯感などの精神的充足をもたらすものだと思います。体力の向上やストレスの発散、生活習慣病の予防など、心身両面にわたり健康の保持増進に大きな効果をもたらします。

スポーツは、どの競技でも勝利を目指して努力

すること、勇気を持って挑戦すること、チームメイトや対戦相手をリスペクトすること、自身の最大限の力を発揮すること、試合を楽しむことが大切だと思います。又、コミュニケーション能力を育成し、豊かな心と他人に対する思いやりの心を育むものだと思います。

今年は、ラグビーの試合を楽しみたいです。

わが家のペット自慢 211回

ウチの子みて

飼い主 先崎様
住所 小野町



- ・名 前 トロ
- ・種 類 サバトラ
- ・性 別 オス
- ・年 齢 10ヶ月くらい
- ・体 重 4.5kgくらい
- ・性 格 甘えん坊
- ・特 技 ひとり遊び

トロからの一言
「いつか“ニャー”と
鳴きたいなあ」



みなさまの可愛いペットの紹介をしています。

載せてみたい方は、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

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

タケノコとぶりの八宝菜

具材がたっぷり入った簡単な八宝菜を作りました。八宝は8種という意味ではなく、たくさん具材が入った炒め物という意味で八宝菜と言います。旬のタケノコをたっぷり使って季節を味わいましょう。

① きくらげは水に戻しておき、豚肉とシーフードミックスに軽く塩胡椒を振り、軽く混ぜたら片栗粉をまぶす。

② きくらげ、タケノコを一口サイズに切る。白菜は厚い部分は削ぎ切りにし、薄い部分と大きさを揃える。

③ フライパンにごま油を半分ひき、中火で加熱する。温まってきたら豚肉とシーフードミックスを入れる。豚肉に火が通るまで炒める。火が通ったら一旦皿に取り上げる。

④ 残りの油と野菜類を投入し、白菜がしんなりするまで炒める。

⑤ ③で取り上げた具材を戻しうずらの卵を投入して全体を馴染ませる。水、Aを加えて中火で5分煮ながら味見をし、味を整える。

⑥ 全体に火が通ったら、一旦火を止めて水溶き片栗粉を入れて混ぜ、最後に強火でトロミがつくまで火を通したらお皿に盛りつけて完成です。



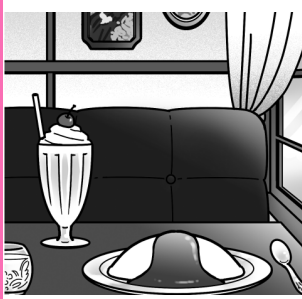
材料



【4人分】

タケノコ(水煮).....	200g	(A) 醤油	大さじ1
白菜	1/2個	(A) 料理酒	大さじ2
シーフードミックス	400g	(A) 砂糖	小さじ2
豚コマ肉	200g	(A) オイスターソース	大さじ2
にんじん	1本	(A) 鶏がらスープの素...	大さじ2
きくらげ	適量	水溶き片栗粉.....	大さじ2
うずらの卵(水煮)...	8個	塩胡椒・片栗粉(下味用)...	適量
水	300ml	ごま油	大さじ4

ちょっとこぼれ話



昭和の雰囲気を感じ出す「レトロ喫茶」が、最近若者を中心に人気を集めています。レトロ喫茶には魅力的な特徴がありますが、なにより懐かしい雰囲気があります。昔ながらのインテリアや家具を使用して、時代を感じることが出来ます。静かで趣のある空間で、ゆったりとした時間を過ごすことも出来ます。

また、メニューにも特徴があります。昔懐かしい定番のメニューやレトロなスイーツが提供されます。例えば、ナポリタンスパゲティやホットサンドイッチやオムライス、ミルクセーキなど、古き良き時代の味わいを楽しむことができます。これらのメニューは、昭和の時代の食べ物を楽しむ人々にとっては特に魅力的であり、忙しい日常を忘れて、ほっと一息つける場所として多くの人に愛されています。

レトロ喫茶

お手軽DIY



住まいの雰囲気を変えて気分転換をしたくても、賃貸物件だとなかなかそれができないという人も多いのではないだろうか。

まず、賃貸物件でDIYをする場合、原状回復が可能なかどうかをしっかりと判断しましょう。例えば、画鋲や石膏ボード用フック(穴が小さいもの)、ホッチキスを使った固定などは問題がありませんが、跡が残るような釘やネジを使って固定すると、原状回復ができないとみなされてNGとなり、退去時の改修費用が課せられる可能性があります。

同様に、はがせる壁紙を貼ることは問題がありませんが、壁に色を塗ることはNGとなります。最近、100円ショップやホームセンターに賃貸物件向けの材料が多く売られるようになりました。例えば「リメイクシート」は、剥がせる壁紙として人気を集めています。

賃貸物件を傷めないDIY

露天風呂探訪

会長の湯・遊さんまい、

栃木県日光市

中禅寺 金谷ホテル

第208回

ログハウス風の外観



日光といえば誰もが知っている有名な観光地、中禅寺金谷ホテルに行くことにした。

アミゼからは169km。高速道路を利用し、2時間20分と想像していたよりも以外に近く、車で行くには手ごろな距離である。

秋の紅葉の時期は大渋滞になるといえるは坂を登り、標高が一番高いと言われる中禅寺湖が見えてくる。湖畔を少し走ると、日光国立公園内ミズナラの木立が広がる中禅寺湖畔の周りの自然環境や景観を壊さないように3階建ての建物が佇んでいる。

外観は板張りのログハウス風で、横に長くオシャレと歴史を感じられる。建物は古い

が、重厚な趣のある雰囲気である。

それもそのはず、1873年創業から152年受け継いできた歴史と伝統、昭和天皇も宿泊した、皇室御用達の由緒と歴史のある贅沢なラグジュアリーなホテルとしても有名なのである。

全ての客室が、バルコニー、ウッドデッキを備えており、バルコニーに出ると、奥日光の自然と中禅寺湖のレイクビューをからだ全体で感じることが出来る。

ところが、これだけの歴史あるホテルであるのに予想も付かないハプニングが起こったのである。先月の磯原シーサイドホテルに続いて部屋の移動である。

何が起こったかというところ、チェックインしトイレを利用したら水が流れないのである。フロントに電話すると修繕係の方が来てくれて、手を尽くしてくれたのだが、直らないというのである。

次に部屋の案内係のスタッフが来てくれて、部屋のチェンジをお願いしますというのである。やむなく1階の部屋か

ら3階の部屋に移動である。着いて直ぐの移動だったので、先月の真夜中の移動よりは精神的に負担はなかった。一度あることは二度あるということわざ通りとなってしまった。

温泉は、源泉掛け流し、白濁した硫黄の香りが漂うトロツとした肌触り、泉質も抜群にいい温泉である。なお源泉は、はるばる約12kmも離れた奥日光・湯元から湧き出る温泉をひいているとのことである。

夕食はレストラン「みずなら」での金谷ホテル伝統の格式ある、本格的なフレンチコースである。格式も高く浴衣での食事はご法度である。

お料理もひとつひとつ運ばれ丁寧の説明してくれるのだが、外人さんのウエイтрレスでしたので、言葉が良く分からず、ちよつと残念でした。

見た目も味も贅沢で最高級なのだが、フレンチに慣れていない私にはちよつと合わないと思ってしまうひと時である。

翌日は定番というか、日光の見どころ、華嚴の滝に立ち寄るのは修学旅行以来である。中禅寺湖の湖水が落下する高さ97mの岸壁から水しぶきを

上げる様子は、圧倒的なスケールと雄大な自然に満喫と驚きを感じる。

その後、世界文化遺産の東照宮に移動、表門から入ると左手に、有名な「見ざる・言わざる・聞かざる」の彫刻が目に入る。8枚の連続したさるの彫刻があつて、人間の一生を物語っているそうだ。

超豪華絢爛な陽明門は、一日見ても飽きないので、「日暮し門」ともいわれるそうだ。一番奥の高台の家康の眠る墓



露天風呂 空風呂

所まで、隅々観察することが出来た。歴史を学ぶ露天風呂探訪となった。

栃木県日光市中宮祠2482

好感度 ★★★★★

TEL 0288-51-0001

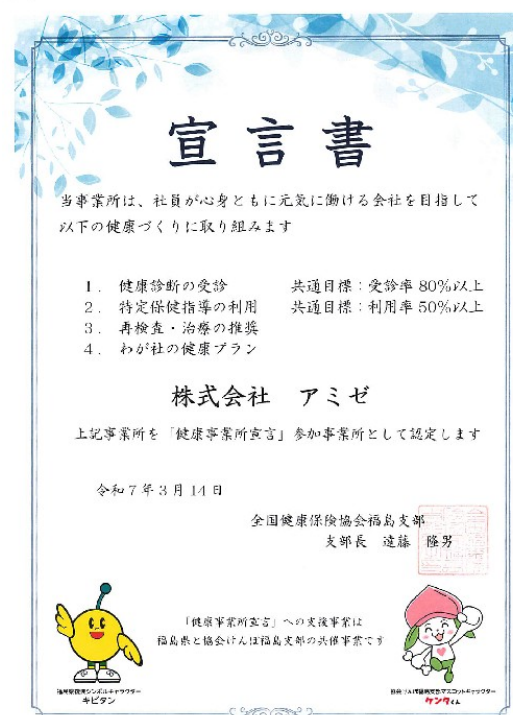
アミゼのSDGsの取り組み

「人と自然にやさしく・きれいとけんこう」

アミゼの社是ですが、持続可能な会社であるために、社員・スタッフ全員が心身ともに健康で元気に働ける会社を目指して、健康づくりに力を入れています。

福島県と協会けんぽ福島支部の指導を受け、「健康事業所宣言」参加事業所として認定を受けました。毎朝のラジオ体操は今までも続けていましたが、さらに血圧測定器を購入し「血圧測定」を毎日全員が実施することにしました。

また、医療機関による年1回の健康診断を全員が実施することにしました。心身の異常を早期に発見し、治療をすることが出来れば、完治も早くなり、社員も会社も健康を保つことが出来ます。



健康そうだん室

睡眠障害 不眠症

睡眠不足が続くと、日中の活動に支障をきたすだけでなく、うつ病や動脈硬化、糖尿病などの発症リスクが高まります。さまざまな心身の不調につながる「睡眠障害」。症状や原因を整理し、引き起こされる病気のリスクを改善しましょう。

●不眠症の症状

- ・入眠困難：眠りにつくのに30分～1時間以上かかり、「眠れないこと」に苦痛を感じます。不安や緊張が強いときに起こりやすく、不眠のタイプの中で最も訴えの多い症状です。
- ・中途覚醒：睡眠中に何度も目が覚めてしまったりその後なかなか寝付けません。中高年や高齢者になると、より多くみられるといわれています。
- ・早期覚醒：望む時間より2時間以上前に目が覚めてしまい、再入眠できない状態のことです。体内時計のリズムが前にずれやすい高齢者に多くみられます。
- ・熟眠障害：睡眠時間は十分に取っているにもかかわらず、眠った感覚が得られない状態のことです。睡眠時無呼吸症候群など、睡眠中に症状があらわれる病気が関係している場合は、なかなか本人では気付にくいケースがあります。

●自分でできる改善法

慢性化した不眠症は、自然に治ることはあまり期待できないため、治療が必要です。治療には薬を使う場合もありますが、睡眠習慣を改善する治療法として、認知行動療法があり、一人一人にあった睡眠習慣を見つけていく方法です。

不眠症で苦しんでいる人は、眠ることにとらわれ、寝床は苦しい場所だと無意識に思っているため、緊張感でますます眠れなくなってきました。

・眠くなるまで寝床に入らない・眠れないまま寝床で過ごさないを実行し、「寝床は眠れる場所」ということを体に条件づけます。

寝る前や夜中に目覚めたときに、簡単な体操を行う筋弛緩法を実行しましょう。筋肉をほぐすだけでなく、副交感神経の働きでリラックスしたり、脈拍が遅くなったり、全身に影響を与えることができます。

●生活習慣を見直す

- ・毎日決まった時間に起床する
 - ・朝は、太陽の光で「体内時計」を整える
 - ・日中は活動的に適度な運動をする
 - ・規則正しい3度の食事をする
 - ・快適な寝室環境をつくる
 - ・寝る前に自分にあったリラクゼーション法を取り入れる
- 睡眠時間は人によって異なるため、あまりこだわら

アミゼ・アミ編集部日記

社長歳時記

春の楽しみ

4月になり春の陽気に包まれながら、気持ちよく過ごせる季節になりました。

私は春を感じられる今の時期、楽しみなことがいくつかあります。

小野町の小学校の新入生は黄色い帽子をかぶり、ランドセルに黄色い交通安全のカバーをつけ登校するので、一目で新一年生だと分かります。

そんな新一年生たちが、小さな体で大きなランドセルを背負い楽しそうな顔や、慣れない初めての学校生活で不安そうな顔、色々な表情をしながらお兄さんお姉さんと一緒に一生懸命歩いている姿を見ると、頑張れ！と思うのと同時に私自身もなにか元気をもらえているような気持ちになれる楽しみな季節です。

少子化や人口減少が進み小野町も人口が9,000人をきっている状況です。

子どもの減少はもつと顕著に現れていると感じます。子どもたちにどんな未来を残せるだろうと、会社としても個人としても考えていかなければならない課題だと感じています。

桜といえば小野町には夏井千本桜というものがあります。

小さい頃から見ている景色ですが大人になった今でも満開の景色は心惹かれるものがあり楽しみのひとつとなっています。

皆様も春には色々な楽しみなことがあると思います。が、時間に余裕があった際には訪れてみてください。そんな私の楽しみなことの紹介をさせてもらい、今月の歳時記とさせていただきます。

根本 大介



「新しいちから」

ハウスクエア部 渡辺 定雄

新年度がスタート 新入学、新社会人等と、皆それぞれが夢や希望を胸に、動き始まって活気を帯びている。又、自然界でも、新芽から新緑と私達の心に喜びや活力をあたえてくれている時期ともなってきた。

そんな中で、数十年の月日がたつと、この新鮮さを感じる心が薄くなってしまっている事に、淋しさもよぎる時もあるのだが、この時期にはそんな事を

吹き飛ばしてくれる力もある。新たな一歩を踏み出す環境は最高潮になっています。

さあ！眠りから起きて、これからの人は目標に向かって前進しましょう。又、今まで頑張ってきた人々は、もう充分満足しているとか、これ以上無理とか言わずに、少し目線を変えてみて新しい発見を見つけてみましょう。発見は前進の第一歩。今アミゼは新しい“ちから”の元で動き出しています。

・会社名
・営業内容

株式会社 アミゼ

◆リースキン事業部

◆ハウスクエア事業部

◆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

◆通信販売事業部

◆リユースショップ「なんだかんだ」

・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



今月も読んでいただき
ありがとうございました。
来月も一生懸命作ります。
お楽しみに！

