

# YAMANE'S CONSTRUCTION SITE

施工物件



(仮称)神明町1丁目マンション新築工事  
 現地▶川崎市幸区神明町1丁目  
 構造▶RC造 ルネス工法  
 階数▶地上7階  
 用途▶共同住宅 工場  
 戸数▶1LDK+S:2戸 2LDK:14戸 3LDK:1戸



(仮称)川崎区本町1丁目計画  
 現地▶川崎市川崎区本町1丁目  
 構造▶RC造  
 階数▶地上9階  
 用途▶共同住宅 物販店舗  
 戸数▶49戸



南平住宅新築第2号工事  
 現地▶川崎市宮前区南平台  
 構造▶RC造  
 階数▶地上5階  
 用途▶共同住宅  
 戸数▶1DK:28戸 2DK:24戸 3DK:4戸

## 釣りバカS社員がいく！！

### 潮汐表 (塩見表) について

前回の記事では「魚釣りについて」お話をさせていただきました。今回は潮汐表 (以下、潮見表) についてお話をします。皆さんは潮見表を見たことはあるでしょうか？釣具屋やアウトドア店などに行くと手帳くらいのサイズでカウンターに置いてあり無料でもらえます。天気予報でも発表されています。潮見表は海 (琵琶湖や霞が関などの大きな湖も含まれます。) で使用する表で満潮及び干潮の開始時間帯が記載されています。本来の目的では海洋職業に従事する方々が使用するものですが釣りや潮干狩りも海に関係するため適用されます。



さて皆さんはなぜ海が満潮及び干潮するのか疑問に思ったことはありませんか？実は「天体法則」が関係しているからです。簡潔にお話すると月と太陽からの引力により海面が引っ張られ地球自体が太陽の周りを自転しているため1日2回、満潮・干潮の現象が発生します。同じ釣り場でも満潮時と干潮時では水深が異なります。干潮時は海面が下がるため水深が浅くなり潮の通り (流れ) が悪くなるため魚は深場へ行きます。逆に満潮時は海面が上がり水深が深くなり潮の通り (流れ) が良くなるため釣り場の近場に魚が寄り付きます。また潮が通るため魚の活性が上がり釣り餌に食いつくようになります。



余談ですが神奈川県観光スポットである江の島はその昔、本土と陸続きであったが海面の浮上などにより陸路が断たれましたが潮汐の現象を利用して往来していたことがあったそうです。簡単に説明しますと地球は太陽の周りを自転しており月は地球の周りを自転しています。一月に1回、太陽と月が相対する日があり、お互いの引力で海面を引っ張るため一月の中で一番海面が下がる日があります。これを大潮と言います。

発行社: 株式会社 **山根工務店**

RAMT(リアルエステートアセットマネジメントチーム)  
 建設業許可番号/神奈川県知事許可(特-24)第6883号  
 〒210-0001 神奈川県川崎市川崎区本町2丁目7番地1  
 TEL:044-244-4829 FAX:044-244-4815

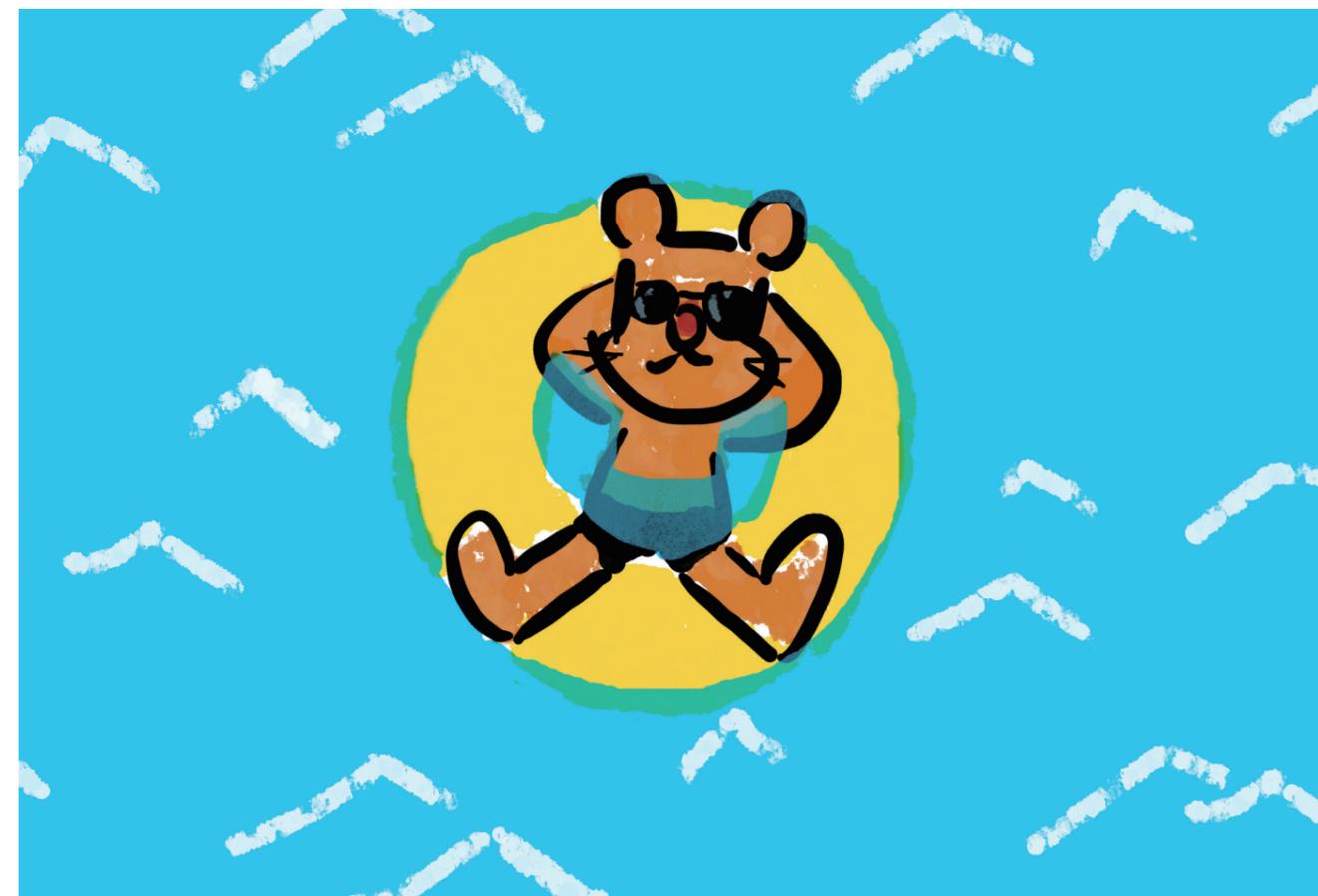
■ e-mail:info@yamane-koumuten.co.jp  
 ■ http://www.yamane-koumuten.co.jp

発行日: 2017.7.1



# ヤマネノシゴト

2017 SUMMER vol.36



### ★目次★



- 2P 温泉ソムリエMの  
そうだ、温泉に行こう
- 3P ヤマネくんがいく！！
- 4P RAMT セミナー報告
- 5P ヤマネノ建物管理

- 6P 名城めぐり 鶴ヶ城
- 7P 社員紹介・
- 8P YAMANE'S CONSTRUCTION SITE  
釣りバカS社員がいく！！

ヤマネノシゴトグループ

温泉ソムリエMの

# そうだ、温泉に行こう



前回は、入浴のさまざまな健康増進効果についてお伝えしました。日常生活に上手に取り入れて頂けたらと思います。しかし、**健康増進に効果があると言っても、それは「正しい入り方」をする事が前提**です。間違った入り方をしてしまうと、時には命を落とす危険もあるのです。日本での年間交通事故死亡者は、ここ数年は4,000人前後ですが、入浴中や入浴が原因で亡くなる方は、なんと12,000～17,000人と推計されているそうです。ちょっと驚きの数ですよ。

この「入浴事故」の多くは高齢者ですが、決して若い方にも無関係の話ではありません。そこで、今回は正しい入浴法についてお伝えします。下記のいくつかでも意識的に実践し、健康的な入浴を心掛けましょう。

## 1. 入浴前後に水分補給をする

入浴すると発汗で血液粘度が高まります。その結果、「ドロドロ血」状態になるので水分補給が必要ですが、予め入浴前にも適度な水分補給をしておくのがポイントです。入浴前にビタミンCが含まれた緑茶などを飲んでおくとうあたり防止になります。**入浴後はミネラル成分が含まれた飲み物がオススメ**です。

## 2. 入浴前には「かけ湯」をする

「かけ湯」は体の汚れを落とすマナーというだけでなく、お湯の温度や泉質（温泉の場合）に身体を慣らすために行うものです。**心臓から遠い足先などから順に、十分な「かけ湯」**をしましょう。

## 3. 入浴中は、濡れたタオルを頭にさせる

熱いお湯をしみこませたタオルを頭に掛けておくと「立ちくらみ防止」に。**冷たい水をしみこませると「のぼせ防止」**になります。温泉などで、「タオルを湯船に付けるのはマナー違反だから頭にさせている」という方も多いと思いますが、これは自然と理に合っていると云えますね。

## 4. 「分割浴」をする

「短時間入浴→外に出て休憩」を繰り返すのが**分割浴**です。例えば、「3分間入浴して休憩」を3回繰り返すと9分間入浴した事になります。入浴時間が同じでも、**分割浴の方が湯冷めしにくくなります**。



## 5. 膝下の「温冷交互浴」が疲労回復に有効

「お湯に3分間浸かる→膝下に水を1分間かける」を3～5回ほど繰り返すと、**疲労回復に抜群の効果**があります。これは、末梢血管が広がって、乳酸などの疲労回復物質が排泄されやすくなるためです。入浴はとても体力を使いますが、これを実践すれば入浴後の疲労感が減少すると言われています。

入浴から上がる時は、急に立ち上がったらず、ゆっくりと立ち上がるようにしましょう。そして、**入浴後に時間があれば、15～30分間ほど横になって休憩するのが理想的**です。

温泉ソムリエ M



# ヤマネくんが行く！！



現在ヤマネが施工している「南平住宅新築第2号工事」現場の仮囲いには、ヤマネくんのイラストと、白幡台小学校の児童が書いたイラストが掲げられています。

高い位置にあるので、かなり目立っていますね。だいぶ横幅がありますが、何メートルあるのでしょうか？

それともう一つ、「おかしも」と「いかのおすし」の看板もありました。

「おかしも」というのは…

- ・おさない
- ・かけない（走らない）
- ・しゃべらない
- ・もどらない

の頭文字を繋げたもので、災害で避難する時の標語です。

「いかのおすし」というのは…

- ・いかない
- ・のらない（車に）
- ・おおきな声をだす
- ・すぐ逃げる
- ・しらせる

の頭文字で、これは子供たちが誘拐等の犯罪に巻き込まれないように作られた標語です。

この看板を目にした子供たちが、日頃から標語を意

識し、防災・防犯に役立ててくれる事を願い、ヤマネくんも現場に行ってきました！

突然の訪問なので、今回は現場所長インタビューはありません。自分のイラストをバックに写真撮影。



おや？ヤマネくんの格好…いつもとは違う作業着を着ているようですね。夏用でしょうか？



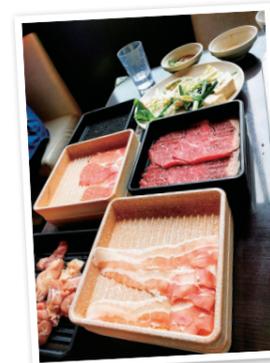
標語の看板を確認できたヤマネくん、安心してお腹が空いたようなので食事にしましょう。

向かった先は「しゃぶ葉」さん。しゃぶしゃぶバイキングのお店です。

牛肉・豚肉・鶏肉、それと野菜類が食べ放題！タレや薬味の種類も豊富で、自分好みの味で楽しめます。

更に、ご飯やうどんやカレーも食べ放題！デザートはワッフルやソフトクリームやぜんざいなども食べ放題！！

かなりお得なお店ですね。お腹いっぱい食べられて大満足のヤマネくんでした（^^）





# RAMT セミナー報告 (5月13日)

## 「遺言だけではない！ 賢い公証役場の活用法とは？」

皆さんは公証役場と聞いて、何を想像されますか？「公証役場って遺言を作るところで、私にはあまり財産はないから、私とはあまり縁がない。」と、このように考えている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？「あまり財産がないから遺言を書く必要はない。」という考え方は、ちょっと違います。

### 約束を公正証書にする

お金を貸し借りするときの約束、離婚するときの子どもの**養育費や慰謝料などの支払いの約束**などの「契約」を公正証書にすることがあります。「お金を支払う。」という約束を公正証書にすると、その約束が破られたとき、ある要件の下で、裁判を起こさずに強制執行の手続に入ることができるのです。

また、自分が将来正常な判断能力がなくなってしまうときの財産管理などを頼むという約束を「**任意後見契約**」という公正証書にすることもできます。

### 事実実験公正証書とは？ (その1)

「自分が不治の病になって死を待つばかりになったときはこのようにしてもらいたい。」という気持ちを公正証書にする「**尊厳死宣言**」というものもあります。これは「**事実実験公正証書**」という公正証書になります。公証人が「**事実**」を「**実**」際に体「**験**」した内容を「**公正証書**」にするものです。

しかし、事実実験公正証書の内容には法的な効果はありません。単に「**そういう事実があった**」ということだけを公正証書にするのです。尊厳死宣言の場合は、既に意識が無くなっている患者の医師や家族が、**尊厳死宣言公正証書**を読んで、その事実を前提に、治療法を決定するということになります。

### 事実実験公正証書とは？ (その2)

事実実験公正証書にはいろいろなものがあります。金融機関から貸金庫を借りている人が使用料を支払わないまま所在不明になったとき、公証人が立ち会って貸金庫の中身の確認をし、それを公正証書にすることがあります。

また、株主総会に立ち会ってその**議事内容**を事実実験公正証書にすることや、**土地の境界線の状況**など不動産・動産の現状を公正証書にすることもできます。

### 宣言認証 (その他1)

次に「**宣誓認証**」についてです。「**認証**」とは「**実在する人物本人がこの書類に署名した**」と証明することで、「書いてある内容が真実だ」という証明ではありません。公証人はそのような証明はできないのです。ただし、その代替手段として、依頼人がある文章を書いて持ってきて、「ここに書いてあることは本当だと宣誓して署名した」ということを証明する「**宣誓認証**」という制度があります。主に民事訴訟で使われることが考えられますが、DVの保護命令もあります。

### 確定日付の付与 (その他2)

その他、「**確定日付の付与**」ということもします。ある書類に「**確定日付印**」という印章を押して、**その日にその書類が存在していた**ということを証明します。これによって、その書類の作成日についての争いを防ぐことができます。親族間の贈与は税金控除の対象となることがありますが、本当にその日に贈与したということを税務署に明らかにしておくため、親族間の贈与契約書に確定日付を付与することがあります。また、知的財産を保護するため、そのノウハウなどを書いたノートに確定日付を押しておくこともあります。

### 最後に…

日本では、公証人とか公正証書という言葉は一般的ではないかもしれませんが、ヨーロッパでは一般的です。小説「**ドン・キホーテ**」では、臨終間際のドン・キホーテが「余は遺言をする。公証人を呼べ」と言いますし、「借金返済ができなかったら胸の肉1ポンドを渡す」というベニスの商人の契約は公正証書の契約でした。

以上、公証役場についてお話をさせて頂きました。是非、公証役場を賢くご活用下さい。

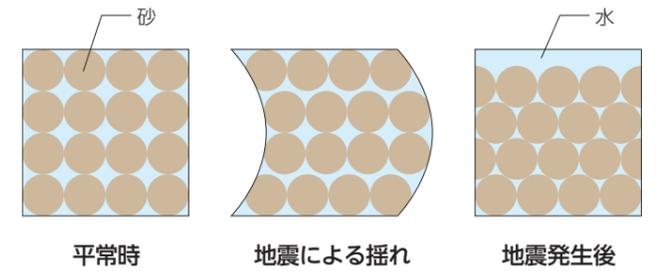
【講師】川崎公証役場 公証人 牧島聡  
〒210-0007  
川崎市川崎区駅前本町3-1 NFO川崎東口ビル11階  
TEL 044-222-7264



# ヤマネ/建物管理 “液状化現象による建物の被害”について

## ● 液状化現象とは、地震が発生した際に地盤が液体状になる現象

地震動により地下水の圧力が高くなり、砂の粒子の結びつきがバラバラとなって地下水に浮いた様な状態になります。これが液状化です。この様な状態になると水よりも比重が重い建物が沈んだり傾いたりし、地中の比重の小さい下水道管やマンホールなどが浮き上がる被害が発生します。



## ● 液状化しやすい地盤とは？

液状化はどこでも起こる訳ではありません。以下の3つの要因が揃ったときに液状化が起こる可能性が高くなると言われています。

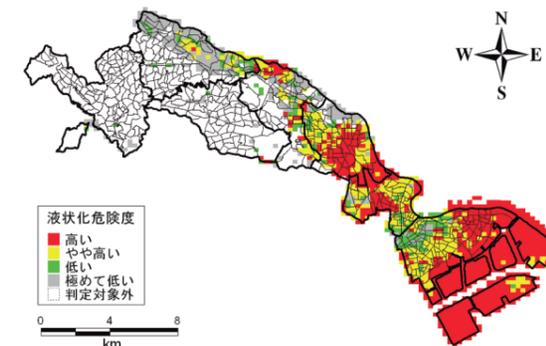
- ① 緩い砂地盤  
海岸や河口付近、埋立地、河川の扇状地などで多くみられます。地盤の硬さを示すN値が20以下(軟弱地盤⇒5以下、高硬度⇒30以上)、土の粒子0.03～0.5mmの砂地盤です。
- ② 地下水位の位置  
地表面から10m以内で、地下水位が浅い程液状化が起こりやすくなります。
- ③ 大きな地震の揺れ  
震度5以上といわれています。揺れ時間が長い程被害が大きい傾向にあり。

## ● 液状化の影響について

1964年の新潟地震で、液状化により県営アパートが大きく傾く被害が発生、広く知られるようになりました。液状化は建物の沈下や傾きだけでなく、ライフラインの破壊など二次的な被害をも発生させます。仮に堅固な地盤や杭で支えられ建物が直接的な被害が無くとも、地区内のライフラインに被害が及べば居住できなくなりますので、被害を低減するにはライフラインを含めた全体の液状化対策を考える事が大切となります。川崎市においても地震被害想定調査などを行い、ハザードマップを整備、堤防の補強や水道耐震管の布設替えやガス管ポリエチレン化等の対策を進めてはおりますが、工事進捗は難しいのが現状ですので、震災による被害想定はライフラインの復旧な



● 川崎市直下の地震の液状化危険度分布 (概要版6ページ下図の拡大版) ど長期化が予想されます。敷地に液状化発生の可能性がある場合、建物新築時の事前対策としては、状況に応じて地盤改良工法や地盤囲い込み工法、べた基礎工法などの対策を行い被害を受けた場合は修復に建設機械の利用不可や水道管などが工事に影響しないかなどを考慮しながら修復工法を検討します。



株式会社 ヤマネ総合サービス

FAX 044-221-5078  
PHONE 044-221-5077  
川崎市川崎区本町2-7-1 〒210-0001

## 名城めぐり (鶴ヶ城)

昨年の11月27日に会津若松城を見学しました。私は福島県出身なので会津若松城とは言わず、“鶴ヶ城”と言っていました。地元の人々にとっては“鶴ヶ城”なのです。

鶴ヶ城はこの地に蘆名直盛が黒川城を造ったのがはじまりでその後、伊達政宗、蒲生氏郷が城主となりますが蒲生氏郷の時代に鶴ヶ城の城郭が出来たと言われています。

茶道に詳しい方は御存じだと思いますが、蒲生氏郷は現在の茶道について大変な貢献者なのです。千利休が豊臣秀吉に切腹を命じられますが、蒲生氏郷が茶道が途絶えるのを惜しみ、利休の子供の小庵を会津にかくまい、家康とともに豊臣秀吉へ千家復興を願いました。その結果、千家が復興を許され3人の孫により表、裏、武者小路の三千家が興され現在の茶道の基礎が築かれたのです。蒲生氏郷の後、上杉景勝、蒲生秀行、加藤嘉明が城主となり三大将軍家光の弟の保科正之が城主となり松平と改名し、明治維新まで会津松平家の居城となりました。慶応4年の会津戦争で天守を含む城全体の傷みが激しく、明治8年頃に解体されました。



鶴ヶ城

その後の会津松平家は松平恒雄氏が初代参議院議長、松平勇雄氏が福島県知事に就任するなど、その威厳を保ちました。写真の天守は昭和40年に鉄筋コンクリートで外観復元再建された天守です。改修し保存されなかったことが残念です。

## 社員旅行

6月2日から2泊3日で熊本・福岡に行ってきました。熊本県は、昨年未曾有の出来事、熊本地震が起きました。今回の社員旅行は、少しでも復興の力になれば良いかと思い行ってきました。詳細は、山根工務店ホームページ「ヤマネくんの社長には秘密の日記」で後日アップしたいと思います。



株式会社 山根工務店HP  
<http://www.yamane-koumuten.co.jp/>

「ヤマネくんの社長には秘密の日記」  
<http://column.yamane-since1902.jp/>

## 社員紹介 (ヤマネグループ)



### 安田 信理

部署：プロジェクト管理部  
 生年月日：1994年1月7日  
 今の職業 (工事) になったきっかけ  
 建物が完成されていくという強い達成感を得られると思ったからです。  
 仕事で苦労している事  
 朝が早いので起きるのが大変です。

仕事を進めていく上で一番大事にしている事  
 ケガをしない事。  
 趣味・特技：水泳・漫画を描く事  
 一言：一人前の施工管理者になれるよう日々邁進していきたいと思っています。



### 工藤 響

部署：プロジェクト管理部  
 生年月日：1995年3月25日  
 今の職業 (工事) になったきっかけ  
 ものづくりが好きだから  
 仕事で苦労している事  
 朝が早いことと専門的なことがまだちゃんと理解できないこと

仕事を進めていく上で一番大事にしている事  
 わからないことをわからないままにしない  
 趣味・特技：電子ゲーム・音楽鑑賞  
 一言：まだまだわからないことだらけですがきちんと理解し、しっかり自分の力にできるような頑張りたいです。

### 飯塚 真由美

部署：総務部  
 生年月日：1975年9月23日  
 今の職業 (総務) になったきっかけ  
 事務職としての力をつけたかったため  
 仕事で苦労している事  
 細かな気配り

仕事を進めていく上で一番大事にしている事  
 人とのコミュニケーション  
 趣味・特技：ネコ・ドライブ・音楽  
 一言：皆の役に立てよう頑張ります。

