

Ability

アビリティ

2006 . Apr

4

No. 614

上小建設労働組合

上田市国分741-7

0268-22-2362

Home Page: <http://www.e-kumiai.jp/>



～ バルアクティブメンバー 特別企画 ～

in リヴァージュ 賢島

◎志摩スペイン村 PLAN ～1泊2食付

¥9,900.-

但し、土/日/祝日はプラス¥1,000

(お一人様・平日税込み)



- ◆オリジナルグッズも付けてくる。
- ◆一泊二食・入園券・入湯券の3セット。
- ◆詳細につきましては、ホテルフロントまでお問い合わせ下さい。



PLAN COURSE

伊勢志摩カントリークラブ

◎ゴルフのホールイン!! 1万円プラン

¥10,000.-

1泊2食・プレーフィー 込み
(お一人様・平日税込み)

宿泊・食事(夕・朝)・プレーフィー・ワンドリンクまで付いてこの価格!!

- 3～4名様1室ご利用の場合の料金です。
- 2名様で、1室ご利用の場合は ¥2,000.-UP。
- 土/日/祝日は、¥7,000.-UP。
- 当プランはトップシーズン以外のみご利用いただけます。



- 車馬老おどり ●車馬老塩焼き
 - さざえ ●あっぱっぱ貝 ●大あさり
 - 夜魚 ●吸物 ●御飯
- ※料理写真とは、4人前となります。
季節により材料に若干の変更がございます。
写真は、別立となります。

◎船上バーベキュー PLAN ～1泊2食付

¥9,000.-

(お一人様・平日税込み)

英虞湾めぐり 志摩水運「城山」船上バーベキュー

- ◆志摩水運「城山」浜島口より出航いたします。(ホテルより約15分)
- ◆観光バス、乗用車のお客様は、浜島口乗船をご利用下さい。無料駐車場を完備しております。
- ◆船上バーベキューは、宿泊前の昼食、宿泊後の昼食をお選びいただけます。



※通常のご利用と同様に、利用者1名当たり1,500円を補助します。
(1回につき4名限度)ご予約後、予約票と合わせて補助券を発行します。
※上記はいずれも特別企画につき、その他の特典との併用は出来ません。
※企画バックにつき、予告なく変更・終了する場合があります。
※上記はすべて「四季ホテル リヴァージュ賢島」への宿泊がセットとなります。「リヴァージュ賢島」の詳細は、3～4ページをご覧ください。
※特別営業時はこの企画はご利用出来ません。
※ご予約についてはリヴァージュ賢島へ直接お申込み下さい。その他詳細についてもホテルフロントへお問い合わせ下さい。

ご予約・お問い合わせ

リヴァージュ賢島

〒517-0501

三重県志摩市川尻町富方2-3618-44

TEL:0599-43-5730 FAX:0599-43-5732

石綿対策保護具 幹旋のご案内

石綿（アスベスト）を取り扱う作業に使用する保護具の幹旋を行っています。購入希望の方は組合までお申込み下さい。

半面形防じんマスク

◆DR28SL4N

国家検定申請中

・伝声器なし

サイズ：M2

標準価格 3,820円

組合員価格 3,300円



◆DR28C2

型式検定番号 第M11号

・広面積フィルタC2（撥水・撥油性）

・フィルタ1個より2個の方が4倍長持ちします。
（同じフィルタC2で比較）

サイズ：M、M/L

標準価格 3,220円

組合員価格 2,800円



◆DR31C2

型式検定番号 第M10号

・超軽量：85g

・広面積フィルタC2
（撥水・撥油性）

サイズ：M/L

標準価格 2,100円

組合員価格 1,800円



◆L4Nフィルタ2個

標準価格 1,580円

組合員価格 1,400円

※DR28C2については
組合にサンプルがあります。

◆C2フィルタ1個

（DR28・31共通）

標準価格 490円

組合員価格 420円

使い捨て式防護服

◆バリアスーツ BS I (10枚入)

・袖口・足首部分ゴム入り

・材質：PE及びPP

・質量：約200g

サイズ：3L/2L/L/M

標準価格 9,500円

組合員価格 6,500円



保護めがね (EN166適合品)

◆SP-17F

・視力矯正眼鏡と併用可
（内側防曇処理品）

・ソフトフィットで軽量
（85g）

標準価格 1,550円

組合員価格 1,300円



ニトリルゴム手袋

◆ニトロン882 (10双)

・表：ニトリルゴム 裏：植毛

・全長34cm

サイズ：LL/L/M

標準価格 3,350円

組合員価格 2,680円



表記の価格には消費税は含まれていません。

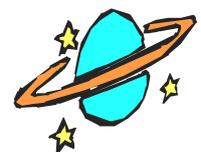
商品は業者より直送となります。

ご注文金額合計が1万円以上の場合は送料が無料となります。1万円未満の場合は送料800円が別途かかります。



心理テスト

あなたは宇宙のどのへんにいると思いますか？



A：真ん中

B：右ななめ上

C：中心でも端でもない所

D：下の方

E：ずーっと端の方

F：端の下の方

回答は6Pにあります。

(3)

平成18年度建設国保保険料・介護保険料

平成18年度健康保険料及び介護保険料は全種別、扶養家族とも据え置きです。

(月額)

種別	本人のみ	扶養1人	扶養2人	扶養3人	扶養4人	扶養5人	介護保険料
特1種 法人事業主	21,000円	23,700円	26,400円	29,100円	31,800円	34,500円	2,700円
第1種 個人事業主	19,200円	21,900円	24,600円	27,300円	30,000円	32,700円	2,500円
第2種 一人親方	14,700円	17,400円	20,100円	22,800円	25,500円	28,200円	2,000円
第3種 従業員	10,800円	13,500円	16,200円	18,900円	21,600円	24,300円	1,700円
第4種 70歳以上	8,700円	11,400円	14,100円	16,800円	19,500円	22,200円	
第5種 25歳~30歳	7,100円	9,800円	12,500円	15,200円	17,900円	20,600円	扶養家族 介護保険料
第6種 24歳以下	5,200円	7,900円	10,600円	13,300円	16,000円	18,700円	1,600円

組合員の妻、学生、障害者、病気療養者以外で、20歳以上65歳未満の扶養家族がいる場合は、該当家族1人につき3,500円が上記金額に加算されます。

介護保険料は40歳になる誕生日の前日が加入日となります。65歳以上の方は、年金からの天引きまたは各市町村からの徴収となります。

平成18年4月1日現在、70歳、31歳、25歳の方は、4月分より種別が変更となっておりますのでご確認ください。

平成16年11月1日~平成17年10月末日までの間に、会社から独立したり、従業員を雇ったなどの業態変更の申告があった方も、種別が変更となっております。

4月度請求書に「平成18年度保険料納入告知書」を同封しました。保険料については、2月末現在の状況で計算していますので、扶養家族の移動等により途中で変更となることがあります。

各種給付金については変更ありません。

手続きはお済ですか？

遠隔地保険証について

建設国保では修学の為自宅を離れるご家族には、希望があれば遠隔地保険証を発行しています。4月から新たに進学されるご家族がいらっしゃる方、手続きはお済ですか？発行を希望される場合は、学生証(写し)、遠隔地の住所、保険証、認印を組合窓口へご持参下さい。

また、3月中旬に合格通知証・入学許可証にて仮申請された方は、必ず入学後に発行された学生証(写し)または在学証明書をご提出下さい。提出がない場合、遠隔地保険証を返還していただきます。

セット共済入学祝い金

この4月に小・中学校へ入学するお子さんをお持ちの組合員のみなさんに、セット共済から入学祝い金が給付されます。金額は1児につき4,000円で、該当の世帯には各個人口座へお振込いたしました。

小・中学校入学のお子さんがいる方で、まだ支給されていないという方は、組合へご連絡下さい。

組合保養所案内

英虞湾を望む

温暖なりゾート地

温暖な英虞湾に望み、風光明媚な小高い丘に立つホテル、リゾートのお楽しみも満載！

山海の食材に恵まれた三重県。地元の食材をふんだんに取り入れた料理長の和洋創作料理が魅力で四季を通じて伊勢志摩観光を楽しめる場所です。(会議・宴会も承ります)宴会飲み放題プランも有ります。

真珠の筏を浮かべる海が、この地方独特の風物詩である英虞湾は、阿児町、大王町、志摩町、浜島町に囲まれた波静かなところだ。入江にはリゾート施設が点在する絶好のレジャーシーンにもなっている。阿児町の横山展望台からは英虞湾をはじめ、遠くには志摩半島一円が美しく見渡せる絶景のビュースポット。



伊勢・志摩エリアの観光



夫婦岩

音無山の北東、立石崎の海岸から20mの所に立つ大小の岩である。大きいほうは高さ9m、周囲44m、小さいほうは高さ4m、周囲10m、両岩の間には注連縄をかけてある。誤解をさけては困るが、夫婦岩は御神体ではなく、700m沖合に沈む興玉神石の鳥居である。ここは又、日の出の遥拝所としても知られ、夏至の頃には両岩の間から太陽が昇る。運がよければ登る太陽の中に富士山を見ることが出来る。

志摩

志摩では、美しい海や岬、入り江などが織りなす海の景観が楽しめる。「志摩スベイン村」はじめ、黒松の並木と約3kmにわたる砂浜で有名な「阿児の松原」や日本有数のリアス式海岸美を見せる「英虞湾の夕景」、伊勢志摩国立公園の南端「浜島温泉郷」などがある。また全国的にも有名な食材の宝庫で伊勢海老や安乗ふぐ、的矢かきなどが味わえる。

志摩マリンランド

古代生物アンモナイトをデザインしたユニークな建物の水族館で、正面ゲートを入ると、初めにかわいいペンギンが迎えてくれる。館内にはブリ、サメなど50種2000尾の魚が泳ぐ回遊水槽や、ゆうゆうと泳ぐマンボウなど見どころがいっぱい。また化石で海の生き物の歴史をたどる「古代水族館」もある。営業時間：9時～17時 休業日：年中無休 入場料：

大人1250円、
4才～5才300円、
小学生500円、
中学生700円



賢島エスパーニャクルーズ

真珠筏の浮かぶ英虞湾を帆船型遊覧船「エスペランサ」で遊覧できる。賢島を出発してリアス式海岸や真珠筏の間をぬって海上を進み、浜島でUターンして出発地点に戻るといって、1周約50分のコース。船からは真珠がとれるきれいな海や、緑豊かな志摩半島、真珠養殖成功を願って建てられた恵比須像などが望める。営業時間：9時30分～16時30分 休業日：年中無休 料金：小学生750円 大人1500円



伊勢志摩に来たら味わいたい『手こね寿司』



四季ホテルリヴァージュ賢島

所在地 ◆ 〒517-0501 三重県志摩郡阿児町鵜方タチメ 3618-44
TEL 0599-43-5730 FAX 0599-43-5732



客室数 11室

フロント営業時間 7:00~22:00

定休日 不定休

チェックイン 15:00以降

チェックアウト 10:00まで

利用料金

通常シーズン5,500円
(下記のトップシーズン以外の日)

トップシーズン7,740円
5/3~5/6、7/15~31の休前日、8/1~16、
8/17~31、12/31~1/3の期間

(利用料金は組合より補助後の金額です。)

ルーム内容 (自炊設備はございません)

- W タイプ / 1室 定員8名 / 和室12畳
- W2 タイプ / 6室 定員4名 / 和室8畳
- Yタイプ / 4室 定員2名 / シングルベッド2

間取図



付帯設備

- 大浴場
7:00 ~ 8:30、16:00 ~ 22:00
- レストラン
7:00 ~ 8:30、18:00 ~ 20:00
- 研修室
8:00 ~ 20:00 / 200円
- 談話室
8:00 ~ 20:00 / 無料
- 駐車場
24時間 / 無料 原則1室に1台

交通のご案内



ご予約 Reserve

パルアクティブ
コールセンター

〒163-0649
東京都新宿区西新宿 1-25-1
新宿センタービル 49階
電話: 03-5339-3681 FAX: 03-5339-3664

今日って何の日？

4月6日

記念日

城の日

兵庫県姫路市が1991年に、日本三大名城の一つ姫路城を中心とした市の復興の為に制定。「し(4)ろ(6)」の語呂合せ。

新聞をヨム日

日本新聞協会販売委員会が2003年に制定。「よ(4)む(6)」の語呂合せ。4月は転勤や入学等で住い移す人が多いことから、「これを機会に新聞を読み始めませんか」というキャンペーンが行われる。

歴史

- 1722年 江戸幕府が「質流れ禁令」を発布。
- 1789年 ジョージ・ワシントンがアメリカ初代大統領に当選
- 1896年 近代オリンピック第1回アテネ大会が開幕。欧米の14か国から男子のみ280人が参加
- 1901年 瀧廉太郎がドイツの王立音楽院への留学に出発。結核に罹り翌年帰国
- 1917年 第一次大戦で、アメリカがドイツに宣戦布告
- 1964年 人形劇『ひょっこりひょうたん島』が放送開始
- 1978年 池袋に60階建の高層ビル「サンシャイン60」が開館。高さ239.7mで当時日本一

この日に生まれた人たち

- 1483年 ラファエロ (伊:画家)
- 1928年 ジェームズ・ワトソン (米:遺伝学者)
- 1929年 アンドレ・プレヴィン(独:指揮者,作曲家)
- 1947年 伊東ゆかり (俳優,歌手)
- 1953年 ジャネット・リン (ジャズ・アーティスト)
- 1973年 宮沢りえ (俳優,歌手)
- 1976年 乙武洋匡 (ホーリィライター,キャスター)

誕生花と花言葉

- 福寿草・・・永久の幸福
- アネモネ・・・はかない恋
- 花蘇芳(ユダの木)・・・裏切り

トレンドキーワード⁽⁶⁾

Winny (ウィニー)

最近、何かと話題のこの単語。Winnyとは。簡単に言うと、『他人のパソコンの中にあるデータを、自分のパソコンに持ってくるができるソフト』なのである。これにより、自分のほしいデータを簡単に手に入れることができる反面、機密データなども流出しやすい。ウイルスに感染したPCが一台あれば、そこから爆発的に感染していくなど問題もある。

イナバウアー

2006年2月に開かれたトリノオリンピックで金メダルを獲得した、フィギュアスケート選手・荒川静香の得意技。1950年代後期に活躍した旧西ドイツの選手イナ・バウアーが開発した。特徴は足を前後にずらして両足のつま先を180度を開き、後ろ側の足は伸ばし、前側の足は膝を曲げたポジションで滑走すること。荒川はこのイナバウアーに上半身を反らす「レイバック」を加えているので、正確には「レイバック・イナバウアー」と呼ぶべきだが、下半身の形がイナバウアーなので、こう呼ばれている。フィギュアスケートの現行の採点方法では、イナバウアーに対する技術点はないが、荒川は演技と演技のつなぎにこの技を加えることで精神的な落ち着きを得たと述べている。

心理テスト回答

宇宙 = 自分が住んでいる環境、社会。その中でどのくらい中心にいると感じているか、あなたの中心度がわかります。

- A: 世の中は自分を中心に回っていると思っている自己中心型の人。
- B: 世間の動きと自分の行動をチェックできる自己監視コントロール型の人。
- C: 世間に適当に対応する流れ対応型。
- D: 世間が怖い社会恐怖型の人。
- E: 世間から離れ、自分の世界で生きている独立型の人。
- F: 世の中の動きから外れて、どこかいじけているタイプの人。

告示

第54回 組合定期大会

日時：平成18年5月14日(日)
午後3時より

会場：上田市 ささや

マレットゴルフ大会 ～参加者募集～

春の恒例行事マレットゴルフ大会を開催します。開催は5月21日(日)、サングリーン菅平マレットゴルフ場にて。参加費は格安の2,000円で、プレー終了後には表彰式と懇親会も行ないます。各賞入賞者にはもちろん豪華商品もご用意しています。ぜひ、ふるってご参加下さい。参加申込みは、5月10日までに組合へ。



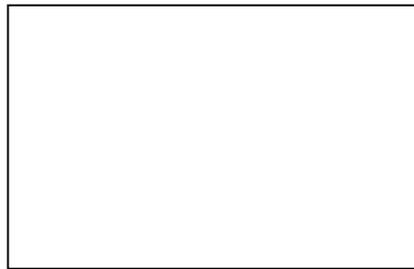
決算相談会終了

今年も組合では、2月13日～3月15日までの1ヶ月間、決算相談会を実施しました。経費削減のためか、自分で確定申告をしようとする方が増えているようで、相談者数も190件を超えました。

主婦の会 絵手紙作品



長井 空穂 さん 作



伊藤 妙子 さん 作

東川 菊江 さん 作



超!ヘルシークッキング

菜の花のピーナッツ和え

菜の花は塩茹でし、水にさらして水気を絞り、3cm長さに切る。

和えごろもを作る。ピーナッツペーストに砂糖、しょうゆ、塩を加えて混ぜ、だし汁で溶きのばす。

ボウルに 菜の花を入れ、食べる直前に和えごろもでさっくりと和える。器に盛り、せん切りにしたゆずの皮を天盛りにする。

<材料(4人分)>

菜の花 1わ
和えごろも

ピーナッツペースト 大さじ3
砂糖 大さじ1 1/2 / しょうゆ 小さじ2
塩 少々 / だし汁 大さじ2
ゆずの皮 少々

56 kcal

