



# NEWS

THE TETSUJIN NEWS

株式会社東部がお届けするインフォメーション・レター

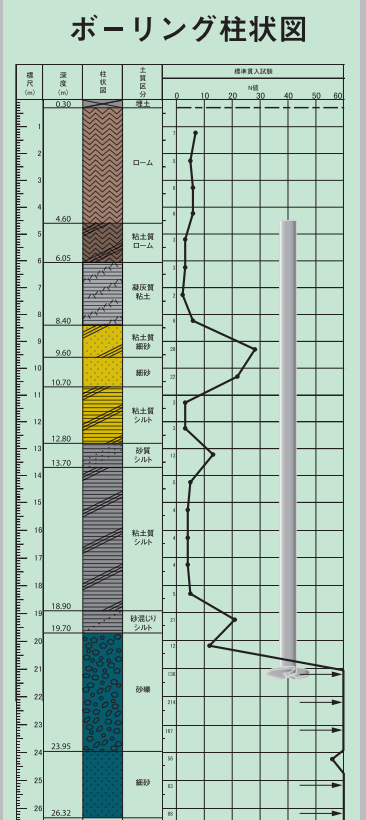
発行所 株式会社東部鉄人ニュース事務局  
神奈川県相模原市緑区下九沢 1509-4  
TEL.042-764-4128  
FAX.042-762-9593  
編集 鈴木明子  
http://www.tobu21.co.jp

Vol.49  
2014  
9月号

つねに時代の先へ新技術と新発想でお応えいたします!



## 『自社一貫体制だから出来る...』



杭の種類	φ267.4 mm	Dw550 mm	L=17.0m	12set
	φ267.4 mm	Dw600 mm	L=17.0m	13set
	φ267.4 mm	Dw650 mm	L=17.0m	17set

工事名	某 新築工事
施工地	東京都港区元麻布
用途	個人住宅
構造	鉄筋コンクリート造
階数	地上2階



本物件は、閑静な住宅街に建設される個人住宅新築工事の杭基礎工事です。前面道路と施工地との高低差が約4.0mあり、杭打ち機はラフタークレーンによる吊り下ろし搬入となりました。また、杭打ち機の減荷重を要するため、油圧オーガー・リーダー等、解体し搬入作業を行いました。

元請様にはラフタークレーン手配、施工地地の整地等ご協力いただき、安全且つ無事に工事を完了することが出来ました。

☆ご採用いただき、誠に有り難うございました。

## e-pile 人に、地球に、やさしい再生可能な「循環型杭工法」

国土交通省大臣認定工法

### 現場で生まれた杭は やはり実践にも強かった。

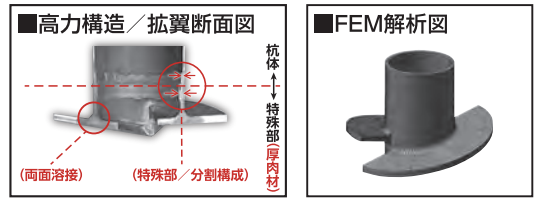


建築・土木・鉄道、さまざまな場面で活躍しております。

### 全ての鍵は杭先端にあり

杭基礎は建物荷重を支持地盤へ伝達させる最も重要な役割であり、故に、杭先端拡翼部の貫入(掘削)性、変位・変形・破断などを発生させない高い性能が要求されます。

- 貫入性の問題を...「**菱型穴**」により解決しました。
- 拡翼変形の問題を...「**特殊部**」により解決しました。
- コストの問題を...「**自社施工**」により解決しました。



鋼管杭基礎総合メーカー  
**Tobu 株式会社 東部**  
http://www.tobu21.co.jp

■ **本社**  
〒252-0134 神奈川県相模原市緑区下九沢 1507-5  
TEL.042-762-4739 FAX.042-762-8971

■ **地盤評価センター**  
TEL.042-785-2811 FAX.042-785-2810

■ **施工管理センター**  
TEL.042-764-4122 FAX.042-762-8975

■ **相模原機材センター**  
〒252-0134 神奈川県相模原市緑区下九沢 1285-1  
TEL.042-785-2812 FAX.042-785-2813

■ **本店/経理室**  
〒252-0134 神奈川県相模原市緑区下九沢 1509-4  
TEL.042-764-4128 FAX.042-762-9593



## 創業・再チャレンジ希望者を支援する「創業スクール」が全国各地で開講されます。

中小企業庁より、開業率・廃業率を米国・英国レベルの10%台に向上するため、全国各地の実施機関において、創業希望者の基本的知識の習得からビジネスプランの策定までを支援する「創業スクール」を今夏から順次開講すると発表されました。

### ○ 創業スクール(地域創業促進支援事業)

創業スクールでは、地域において新たに創業を予定している方、創業に再チャレンジする方等を対象に、経営・マーケティング・会計・税務等のカリキュラムを用意し、創業時に必要となる知識・ノウハウの習得や、ビジネスプランの作成支援を実施することで創業に向けたサポートを行います。

創業希望者のニーズにあわせ「ベーシックコース」「第二創業・再チャレンジコース」「女性起業家コース」の3つの研修コースをご用意されます(コースの設定はスクール毎に異なります)。また各スクールでは開講に先立って、「創業セミナー」(無料)を開催し、創業スクールのカリキュラムの説明等も行います。

詳しくは経済産業省のホームページをご覧ください。

**開講スケジュール** 2014年8月～2015年1月頃まで。

**受講料について** ベーシックコース 10,800円(税込み)  
第二創業・再チャレンジコース 5,400円(税込み)  
女性起業家コース 10,800円(税込み)

**参加申し込み方法** 各地の創業セミナー及び創業スクールの開催に関する詳細情報、参加申し込みについては下記ホームページをご覧ください。

<http://www.sougyouschool.jp/> (管理事務局HP)

ワンポイント

## 健康コラム

### 寒暖差アレルギー!!

いきなりですが、寒暖差アレルギーってご存知ですか?

「暑さ寒さも彼岸まで」なんて言いますが、夏から秋の季節の変わり目は気温の変化も激しく、真夏日があるかと思えば急に冬のような寒さなんていう事も珍しくありません。そんな中、花粉の季節でもないのに鼻炎の症状が出てしまう、という方はいませんか?もしかするとそれは、「寒暖差アレルギー」が原因かもしれません!!



アレルギーには、花粉やハウスダストといった原因物質の他、自律神経が深く関わっています。自律神経は、私たちの体温調節に重要な役割を果たしていますが、激しい気温差に体温調節が追いつかず、自律神経が乱れると鼻の粘膜がうっ血して、アレルギー性鼻炎の症状を引き起こすのです。これを「寒暖差アレルギー」、正式名称は「血管運動性鼻炎」と呼ばれていて、花粉などの場合と異なり、目の症状が全くないのが特徴です。特に足や下半身の冷えが、寒暖差アレルギーを引き起こすと言われています!これからの季節、急な気温差に備えて着脱できる衣服を持ち歩いたり、下半身を冷やさないように心がけましょう!



#### ここで注意!

寒暖差による体調不良や症状は上記だけではありません!

食欲不振・睡眠トラブル・疲れやすい・イライラするなど、自律神経に影響を及ぼしている可能性があるのです!自律神経は、寒い時は血管を縮め体温を逃がさないようにし、逆に暑いときは、血管を広げ温度差に体を適応させる役割を果たしているのです。ですが、その自律神経がスムーズに適応できる範囲は、寒暖差が約7度と言われています。それよりも大きな寒暖差には自律神経が適応できず、体がアンバランスな状態になってしまうのです。



あれ?もしかして!?!と心当たりのある方は、耳鼻科やかかりつけの病院への受診をオススメいたします!



## 経理マンが行く

嫌われ恐怖症

毎日、蒸し暑い日が続きますね。さあ、夏休みも明けました。私の知り合いは、子どもが学校で出された夏休みの宿題をやらされていて、毎日が忙しだばやいていました。(笑)さて、そんな中、学校は新学期、会社では長い休み明けという事もあり、対人関係で悩む方がこの時期何か多いようです。その一つの原因と言われているのが『嫌われ恐怖症』という対人恐怖症の一つである症状。誰でもできれば、【人に嫌われない】と思っています。ただ、その思いが強すぎて、恐怖症にまで陥ってしまう人が多く、原因の一つとして、小さい頃から携帯電話やスマホを持っていた事も要因にあげられました。メール、LINE等の普及によって極端に【人に嫌われない】【嫌われたらどうしよう】と感じる人が増えているんだとか。『嫌われ恐怖症』とは悪口を言われていないかと過度に心配・不安になる症状の事で、「目の前の人に嫌われない」という気持ちばかりが先にきてしまい、実際に「自分は相手を好きかどうか?」という自分の気持ちを無視してしまっています。この病の恐るべき点の一つは、『当人以外には全くその苦しみが理解出来ないこと』で、日本人にこの嫌われ恐怖症は多いと言われてます。

#### あなたは大丈夫?「嫌われ恐怖症」の語症状チェック

- 悪口を言われているんじゃないかと不安になったり、その日に会話した内容を、寝る前に思い出して自己嫌悪に陥ってしまった。
- 嫌われるのが恐くて、頼まれると嫌と言えなかった。
- 他人に嫌われることを極端に恐れ、その結果、変に気を使ったり妙な行動をとったりと、端から見ればムダなことばかりしてしまう。
- 会話の反応が悪いと嫌われてしまうという恐怖から、嫌な噂話にも相づちを打ってしまった。
- 友達から嫌われないために、自分としては本当は嫌でやりたくないことでも、しょうがなくやる。
- メールをすぐに返さないで嫌われてしまうからといって届いたメールの返信は自分がどんな状況にいたとしてもすぐに返信をする。



嫌われ恐怖症になりやすいタイプの人は心が繊細でまじめなタイプです。特に、小学生からの女子に多いと報告されています。あらゆる人から嫌われることや拒絶されることに敏感で、過去に異性に馬鹿にされた、友達から酷いことを言われた…など一種のトラウマが原因となっていることが非常に多いという事も報告されています。人の脳は楽しい、嬉しい事よりも、つらいことや不快なことを強く記憶する傾向があるため、嫌なことを言われたショックや嫌われたらどうしようという感情ほど、頭の中に長期記憶として残ってしまうんだそうです。改善策としては、「いい意味でのいい加減さ」を持つという事。「自分が嫌いな人がいてもいい」ですし、「自分を嫌う人がいてもいい」のです。そして改めて、あなたが「どんな人のために自分の時間を使いたいのか?」を具体的に考え、あなたが関わりたい人を主体的に選んでみましょう。本当に自分にとって大切に大事な人は誰なのか…あなたの時間は限られているからこそ、あなたの大切な人生を、もう一度「誰のために使うのか?」を考え直し、自分を信じて自信を持ちましょう。そしてその中ですばらしい仲間や友人を作ればいいのです。過去のトラウマは未来の恐怖ではなく、いい「経験」なのですから…