



鉄人 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

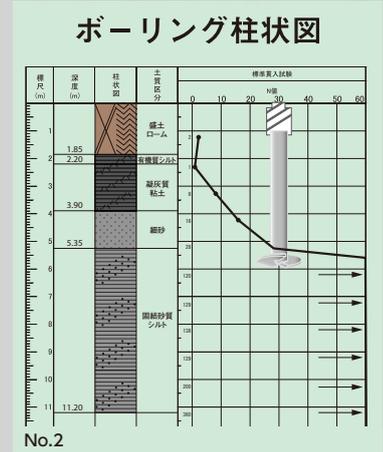
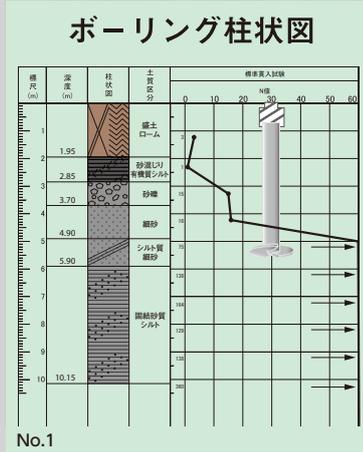
発行所 株式会社東部鉄人ニュース事務局
神奈川県相模原市緑区下九沢 1509-4
TEL.042-764-4128
FAX.042-762-9593
編集 鈴木明子
http://www.tobu21.co.jp

Vol.55
2015
3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...』



某高架下店舗新築工事

工事名	某 高架下店舗新築工事
施工地	東京都目黒区
用途	店舗
構造	鉄骨造(S)
階数	地上1階

心より感謝いたします。

☆ご採用いただき、誠に有り難うございました。

杭の種類 φ267.4mm Dw550mm L=5.0m 19set
φ267.4mm Dw700mm L=5.0m 5set

本物件は、鉄道高架橋下に建設される店舗ビル新築工事の杭基礎工事です。夜間搬入、上空制限4.5m、既存柱最小間隔3.1mと厳しい条件下での施工となりましたが、e-pile工法の大きな特徴とも言える「**低空頭・超コンパクト施工**」を可能とした、自社熟練工による施工により、安全且つ無事に工事を完工する事が出来ました。

元請様には搬入計画、障害撤去等ご協力いただき、深く感謝しております。

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。

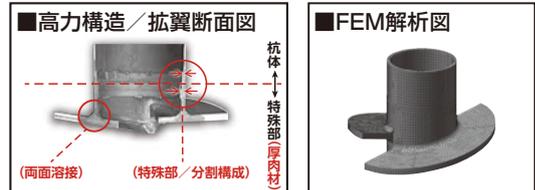


建築・土木・鉄道、さまざまな場面で活躍しております。

【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

■ 東京営業所
〒151-0072 東京都渋谷区幡ヶ谷 1-1-2 朝日生命幡ヶ谷ビル 6階
TEL.03-3376-0123 FAX.03-3376-0124



地域活性の為に～創業支援関連制度等の創設・拡充～

※詳しくは経済産業省のホームページをご確認ください。

○ 経済産業省より発表(平成27年2月16日)

地域経済の活性化に資する中小企業・小規模事業者の創業を促進するため、また、創業間もない企業を支援するため日本政策金融公庫における創業関連制度等の創設・拡充が行われます。

1.創業支援貸付利率特例制度(仮称)(創設)

創業前及び創業後1年以内の者に対する利率引下げ制度を創設

・貸付対象:創業前及び創業後1年以内の者 ・貸付金利:基準利率-0.2%
(女性、若者またはUターンにより創業する場合は-0.3%)

3.新創業融資制度(拡充)

創業後2期末満の者に対する無担保・無保証の融資制度

・特例対象:以下の者を自己資金要件の免除対象者に追加
産業競争力強化法第2条第23項第1号に規定される認定特定創業支援事業、地域創業促進支援事業による支援、国民事業が参加する地域の創業支援ネットワークからの支援、または民間金融機関と国民事業による協調融資を受けて新たに事業を営もうとする者
・貸付(据置)期間:各貸付制度に規定する貸付(据置)期間とする

その他拡充された制度

5.新事業活動促進資金(拡充)

経営革新や異分野連携による新事業分野を開拓等を行う者に対する融資制度

2.女性向け小口創業(創設)

新創業融資制度における対象要件の特例を創設

特例創設:新創業融資制度について、女性であって、300万円以内の借入を行う場合、対象要件(雇用要件、勤務要件及び修学要件等)を撤廃

4.新規開業資金等(拡充)

経験を活かし新たに事業を始める者に対する融資制度

・貸付対象:(※新創業融資制度の特例対象を追加)
・貸付金利等:「技術・ノウハウに新規制が見られる場合について、運転資金の利率を基準利率-0.9%とし、「産業競争力強化法に基づく企業実証特例制度及びグレーゾーン解消制度を活用した事業を行う者」を追加

6.無担保融資特例制度

税務申告を2期以上行っている者に対して担保を免除する制度

7.経営者保証免除特例制度

経営責任者の個人保証を免除する制度

ワンポイント

健康コラム

速報!!アレルギー性鼻炎に効く食べ物特集

少しずつ暖かくなってきた昨今、皆様はいかがお過ごしですか?先日、気温が暖かく風が強い日がありましたが、こんな声が聞こえて来ました。

「今日花粉飛んでるかも・・・」

そうですね!!よいよ例の季節です!そこで今回は、アレルギー性鼻炎に効く食べ物についてお話したいと思います。なかなか完治が難しいと言われていたアレルギー性鼻炎。薬を飲むのも対策の一つですが、**食習慣を改善することも症状緩和の為に必要不可欠なのです。**

その1:生姜!!

生姜がアレルギー性鼻炎に効くということをご存知ですか?

生姜に含まれるショウガオール、ジンゲロールという成分はアレルギー性鼻炎の原因となるヒスタミンの遊離を防ぐ効果があります。さらに鼻炎を起こす物質の生成や放出を抑える働きがあるのです。アレルギー性鼻炎に悩まされているなら、ジンジャーティーや生姜の粉末を混ぜたお味噌汁などを作って飲むのもオススメです!!

その2:ヨーグルト!!

ヨーグルトに含まれる乳酸菌。

それは腸内環境を整える助けになる物質です。しかし乳酸菌の働きはそれだけではありません。乳酸菌はアレルギー性鼻炎を抑える働きもあるのです。アレルギー性鼻炎にお悩みの方は毎朝ヨーグルトを食べて乳酸菌を摂るようにすると症状が少しずつ緩和してくることでしょ。人には人の乳酸菌というセリフをテレビで聞いたことがありますか?乳酸菌は人によって合うものが異なります。毎朝ヨーグルトを食べてもアレルギー性鼻炎の症状が緩和されないなら、接種する乳酸菌の種類を変えてみましょう。オススメの乳酸菌は「フェカリス菌」「KW乳酸菌」「L-92乳酸菌」などです。出来るだけ砂糖の入っていないヨーグルトを食べると効果的です!!

その3:青魚!!

アレルギー性鼻炎の緩和させるために青魚も効果的です!

青魚にはDHAやEPAという物質が含まれています。これらの物質は体が消化しやすい魚の脂肪に多く含まれているため、アレルギー性鼻炎を緩和させることが出来るのです。アジやサバ、イワシなどの青魚を多く食べてアレルギー性鼻炎を緩和させてください!

その4:シソ

シソもアレルギー性鼻炎に効く食べ物です!

シソにはルテオリンやロスマリン酸という物質が多く含まれています。これらの物質がアレルギー性鼻炎を抑える働きをしてくれるため、症状を緩和させることが出来るのです。「食事の薬味にシソを使う」「シソジュースを飲む」などの方法でこまめにシソを摂るようにしましょう!

アレルギー性鼻炎に悩まされているなら、まずこれらの食べ物を頻りに食事に取り入れてみましょう!!アレルギーを緩和させるのに役立ちますよ!

逆に、ファーストフード・トウガラシなどの刺激物・冷たい飲み物はアレルギー性鼻炎を悪化させる原因になります。控えるようにしてみてください!!

経理マンが行く

睡眠

今年の冬は本当に寒い冬でした。ですが、3月に近づくにつれ段々と春めいてきましたね。花粉症の方には厳しい春であり寝られない夜もあるかもしれません。また、「春眠暁を覚えず」とあるように、春になると朝が中々起きられないという方がとて多いそうです。今回は「眠り」についてお話いたします。

そもそも自分はよく眠れると思っている人には2タイプあるそうで、

- ①本当に規則正しい生活をしていて、昼間寝ようと思っても寝られない人
- ②いつでもどこでもどんな環境でも寝られる人

の2タイプです。後者は「自分は寝付きが良くて、布団に入ればすぐ寝ることができる。朝になれば元気がよく、どこでも寝られるのだから健康だ」と思われているかもしれません。

ですが、そういう人は、正直言って「寝足りない」のです。通常の生活を送っている人は眠りにつくまで布団に入ってから、10分～15分位の時間をかけて眠りにつきます。でも寝付きがいいと思っている人に限っては、一瞬で寝てしまうように感じているでしょう。つまりそれは正常な睡眠サイクルが乱れている証拠であり、それが不眠に転じることは珍しくありません。もし自分が「いつでも寝られる」と思っている人は、睡眠時間を増やし、規則正しい生活をして正常な睡眠サイクルを手に入れることが何よりも必要です。年齢によって必要な睡眠時間は決まっています。大体次のようになります。

16時間



0才～2才

10時間



3才～12才

10時間



13才～18才

8時間



19才～55才

6時間



56才以上

睡眠の重要なところは、一日働いた脳を充電し、細胞を再構築して、体が必要とするホルモンを放出する、という事です。睡眠時間が短い、また睡眠不足が起きると、当然体調が悪化します。何も食べずに2週間が経過すると餓死しますが、10日間眠らない場合でも死に至ってしまいます。このことから、睡眠の重要性がよくわかりますね。

どこでも寝られる人は自慢したりしないで、すぐに生活を見直してくださいね。

規則正しい生活を心がけて
少しでも自らの睡眠時間を目指しましょう!

