

# ヨシナカ新聞

にんにくの匂い対策

にんにく独特のにおいの元は、アリシンという成分に酵素の作用が働き、「アリシン」に変化します。そのアリシンが体内で更に分解されてにんにく臭である「アリルメルカプタン」という成分が生まれ、口臭に発展してしまふのです。

そんなにんにく臭に消臭効果が期待できるものの代表は、「牛乳」で、牛乳などの乳製品の主成分はたんぱく質がアリシンと結合しやすい性質を持つため、臭いを発する原因を阻止できます。

また、乳製品に含まれる脂肪分によってアリルメルカプタンなどのおい成分を溶かし、洗い流す効果も期待できます。**食前にコップ一杯の牛乳を飲む**ことでアリシンの体内での化学反応を予防し、においを抑える効果を発揮します。

## 昭和のイメージ

数年前から若者の間で昭和のレトロがブームになっているそうです。確かにここにき

てレコードやラジカセ、使い捨てカメラ等が売れ行きを伸ばしています。

昭和生まれ（1943～1988年）

と、平成生まれ（1989～2003年）に分けて、それぞれ1000人に「昭和を象徴する物事は？」というアンケートを実施した記事がライブドアニュース編集部でUPされていました。

昭和生まれの私にとってのイメージは嗜好もありますが、カセットテープ、ラジカセで、しっかり昭和の3位に入っています。少し意外だったのは平成生まれの方のイメージの5位に入っている『ちゃぶ台』。巨人の星で星一徹がちゃぶ台をひっくり返していた印象が大きかったのかもしれませんが。

昭和のイメージ

| 順位  | 昭和生まれ          | 平成生まれ         |
|-----|----------------|---------------|
| 1位  | バブル景気          | 戦争            |
| 2位  | 3億円事件          | オイルショック       |
| 3位  | カセットテープ、ラジカセ   | 1964年東京オリンピック |
| 4位  | 80年代アイドル       | 3億円事件         |
| 5位  | 戦争             | ちゃぶ台          |
| 6位  | ブラウン管テレビ       | 黒電話、公衆電話      |
| 7位  | 1964年東京オリンピック  | ブラウン管テレビ      |
| 8位  | 田中角栄と日本列島改造論   | 80年代アイドル      |
| 9位  | 1970年大阪万博や太陽の塔 | カセットテープ、ラジカセ  |
| 10位 | 黒電話、公衆電話       | 駄菓子屋          |

10月号

発行所  
株式会社ヨシナカ  
東京営業所  
TEL: 03-3555-0796

## VDT症候群

“VDT症候群”という言葉をご存知でしょうか。Visual Display Terminalsの略で、パソコンやテレビ画面、携帯電話の液晶画面などのディスプレイを集中して長時間見続けることで発症する、疲れ目や身体の不調のことをいいます。

特にオフィスでのパソコン作業では、視線がディスプレイ、キーボード、書類の3ヶ所を移動します。また、集中してディスプレイを見続けるため、まばたきの回数が減ることにより、目が乾き、目に負担をかけます。こうした症状が続くと、ドライアイや目の疲れ、ぼやけ、充血などを引き起こします。また、同じ姿勢を長く続けることから、首や肩のこり、

背中や足腰のだるさ、食欲不振など、心理両面に影響を及ぼすこともあります。

VDT症候群の症状を大きく3つに分けると以下の通りになります。

### ◎眼症状

目の乾き(ドライアイ)、目の痛み、充血、視力の低下、目のかすみ、ものがぼやけて見えるなど。

### ◎骨格筋症状

首や肩のこり、首・型・腕の痛み、足・腰のだるさ、背中・手のしびれなど

### ◎精神・神経症状

頭痛、めまい、いらいらする、食欲不振、不安感、抑うつ状態、睡眠障害など。

こうした症状が気になるようでしたら、早めに医師の診察を受けた方がよさそうです。特に目の痛みや背中・腰の痛みなどは、別の病気がひそんでいるケースもあるからです。

厚生労働省では、「VDT作業における労働衛生管理のためのガイドライン」を平成14年に策定しました。作業環境に関しては以下の内容となっています。

厚生労働省では、「VDT作業における労働衛生管理のためのガイドライン」を平成14年に策定しました。作業環境に関しては以下の内容となっています。

- ・室内は著しい明暗の対照がなく、まぶしさを生じさせないようにする。
- ・太陽光が入る場合は、窓にブラインドやカーテンを設ける。
- ・反射防止型ディスプレイを用いる。
- ・ディスプレイの位置、前後の傾き、向きを調整してグレア(映り込み)を防止する。

## 特殊鋼豆知識

### 物理的性質

金属の物理的性質は原子内の原子数によって大体決まり周期表に従って似た性質を繰り返します。

●融点：溶ける温度。精錬に大きく関係します。タングステンなどの高融点金属は溶かして精錬できないため他の方法で精錬します。融点の低い金属は casting、どぶ漬けという溶融メッキのときに便利です。

●熱伝導度：熱をよく伝えるか伝えないか。熱交換器は熱伝導度の良い銅が使われます。悪いのはステンレス鋼です。

●膨張係数：温度変化による膨張・収縮を長さの方向で表します。一番良い例が鉄道線路で、夏に膨張するのでその分あけています。

●電気抵抗：電機をよく通すかどうか。銅の電線とニッケルクロムの電熱線を比べるとよくわかります。

●比重：密度ともいいます。大きいと重くなります(比重が大きくなる)。