

日本人の5人に1人が...

スギ花粉が多く飛散する季節となりました。マスクを着用している人を結構見かけます。日本人の5人に1人が症状を訴えているといわれる「花粉症」、病気の類はみなそうですが、掛かってみないとその辛さは分からないものです。そんな辛い毎日をお過ごしの方には再確認の情報が、また発症していない人には予防及び計らずも発症してしまった時の為、現在発表されている基礎知識をお知らせします。

「花粉症」とは、主にスギなどの花粉が原因で、くしゃみ・鼻水・鼻づまりなどのアレルギー症状をおこす病気で、季節性アレルギー性鼻炎とも呼ばれます。

発症のメカニズムは、人間の体は、体内に花粉などの異物(アレルギー)が入ると、受け入れられるか判断するかを考えます。排除と判断すると、体はその抗体を作ります。体内に抗体ができた後、再び花粉が入ると、科学物質(ヒスタミンなど)が分泌され、侵入者花粉と次のような方法で戦います。



このようになるなら、今までに体内に侵入した花粉の量の多少や体質による個人差が挙げられます。たとえば、小さい子供や、日本に来て日の浅い外国人に「花粉症」が少ないといわれ(体内に侵入した花粉の量の少ない)、ほぼ同じ環境で同じ歳月を経ても、その体力や免疫力の差(体質の違い)による違いが出るそうです。

発症してしまつたら、専門医を訪問することが一番ですが、効果のある予防法としては、なるべく花粉を体内に取り込まない(マスクの着用)鼻を刺激して症状が出るヒスタミンを含む食材を控える(鰹・鮪・イカ・タコ・アサリ・茄子・たけのこ・山芋・里芋・そば・香辛料・アルコール)

鼻づまりを和らげるEPA(エイコサペンタエン酸)を多く含む食材を取る(鰯・鯖)食物繊維とオリゴ糖を含む根菜類、カロテン・ビタミンCを含む緑黄色野菜、ビタミンBが豊富な鰹・大豆・ゴマ油、免疫力を高めるとされている食材納豆。キノコ類なども多くとりたい栄養素や食材です。

スギ花粉などの飛散の多いこの季節、自分だけがと思わず、5人に1人は貴方の仲間がいること忘れずに花粉と戦って行きましょう。



こんな所もキレイになります!

木製建材の染み抜きを説明します。

雨水や天井裏の漏水等により、木製建材に染みが付くことがあります。

ここで紹介する現場は、直上の部屋の床下給湯配管に穴が開き漏水し、写真でお分かりのように、階下の部屋の入口付近の戸袋内に染みを作ったものです。



作業手順を説明します。

1. 木材専用薬品(酸性)を市販の筆に染み込ませ、汚れている箇所に丹念に塗布します。しばらくすると、薬品の力により、汚れが浮き出てきます。
2. 浮き出た汚れをタオルで吸い取る。
(こすると汚れが広がり、逆効果です。)
3. 完全に染みが抜けるまで、1.と2.を繰り返す。
4. 全体を濡れタオルで拭き、完成です。(写真)

社員の紹介



名前 藤原 晃(フジハラ アキラ)
担当部署 管理部 特掃課 課長
出身地 山梨県甲府市
生年月日 昭和34年3月2日
趣味 パチンコ・麻雀

編集者：入社したきっかけは？
本 人：友人の紹介で入社しました。

編集者：お休みの日は何をしていますか？
本 人：寝る・DVDを観る(洋画(特にアクション物)が好きだそうです。)

編集者：幸せを感じる瞬間はどんな時？
本 人：お酒を飲んで、記憶が飛ぶ時。
(鬱憤が溜まっているのでしょうか? 酔うと大変なんです(-;-) 被害者は数知れず...。お酒は程々にして下さい!)

編集者：ストレス解消法は？
本 人：寝ること! ひたすら寝ます!!

編集者：お気に入りの旅行先は？
本 人：タイ王国



監視員教育訓練

業務の特性上、緊急時に迅速且つ適正な対応が出せる様、毎月2回の教育訓練を実施しております。(発注者からの指示もあり)もちろん緊急時対応マニュアルもありますが、時には個人の判断に委ねられる部分もあり、この訓練はとても重要です。通常、直近に発生した実例を取り上げ行われています。

この日もたまたま、最近起こった、トンネル内追突事故(乗用車6台関係)の当日勤務者から詳細な報告がなされ、参加者全員で自身の経験も踏まえ、その対応についてディスカッションしていました。考えが出尽くしたところで、教育訓練担当者を中心に、共通認識として、マニュアルでは判断しにくい部分について、今後の対応が決められていました。出来れば、車両を運転する皆さんの努力で彼らの緊急対応が少ないことが望ましいのですが...



教育訓練中の写真です。加5目線の人が若干2名...集中して下さい!



文章にするとはただこれだけですが、とても根気のいる作業です。この現場の場合、約4時間を要しました。
尚、今回紹介した現場は、隠蔽部の作業ですが、露出部の場合とはこの塗布など、その仕上げに合わせて施工します。



甲府ビルサービス株式会社

TEL : 055-252-0555
FAX : 055-252-0155

-URL-
<http://www.kofu-bldg.co.jp/>

フジホテルサービス株式会社

TEL : 055-252-7887
FAX : 055-252-1622

-URL-
<http://www.fujihotel-s.co.jp/>

〒400-0062 山梨県甲府市池田1-5-9

E-mail : kbs-group@kofu-bldg.co.jp

編集後記

暖かくなってきましたね。協力会社社から頂いたミニ桜(室内用)が咲きました。外の桜も早く咲かないかな。



伊藤

