



熊本地震が発生 お見舞い申し上げます

4月14日、4月16日熊本地方を震源とする地震が発生し、甚大な被害を受けました。



今年度入社しました、松坂嘉仁です。



出身は、苓明高校で、現在は諏訪町に住んでいます
趣味は読書で、特技はバドミントンです。

仕事を早く覚えることが出来るようにし、また工具の名前を多く覚えていき、些細なことでも報告していきたいと思ひます。

最後に、先輩方から多くのことを学んでいき、一日でも早く追いつけるよう頑張っていきたいです。

これからもよろしくお願ひ致します。

工事完了現場

シーサイドホテル改修工事(機械設備工事)

新規受注現場

小宮地排水機場真空ポンプ改修工事

現場代理人：久野益義さん

天草慈恵病院(慈恵苑・耳赤庵)給水設備その他改修工事
(3期工事)

現場代理人：金子竜哉さん

ご入学おめでとう

- 小学校入学 松森信欣さん長男 光祐君
金子義照さん長女 友優さん
村木圭太さん長男 琉斗君
佐藤真喜夫さん次男 真志君
赤尾雄貴さん長男 雄真君
- 中学校入学 外平康夫さん四女 奈緒さん
田尻かおりさん長男 皇さん
- 高校入学 金子竜哉さん長女 優希さん
岩本文裕さん長男 瑛登さん

健康診断実施中

4月初旬より、健康診断が実施されました
脂質異常症の判断基準を再度紹介します

あなたの動脈硬化のリスクは?

LDLコレステロール(悪玉コレステロール)が高い、高LDLコレステロール血症、
HDLコレステロール(善玉コレステロール)が低い(低HDLコレステロール血症)は、
動脈硬化が進みやすい危険な状態です。
糖尿病(予備群を含む)や高血圧の方、喫煙されている方などは、リスクがさらに高まるので要注意!



高LDLコレステロール血症	LDLコレステロール140mg/dL以上
低HDLコレステロール血症	HDLコレステロール40mg/dL未満
高トリグリセリド血症	中性脂肪(トリグリセリド)150mg/dL以上

脂質異常症	加齢(男女別)	糖尿病(予備群を含む)
高血圧	喫煙(毎日)	家族歴
糖尿病	肥満	腎臓病

●Aさん(46歳・男性)の健康診断結果

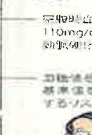
健康項目	検査項目	基準値	2011/11/1
血圧	坐位	100~129 ~84 mmHg	116 / 62
	臥位	100~129 ~84 mmHg	109 / 69
脂質	総コレステロール	130~219 mg/dL	262
	LDLコレステロール	~133 mg/dL	180
	HDLコレステロール	40mg/dL~	35
血液	中性脂肪	55~149 mg/dL	135
	空腹時血糖	60~109 mg/dL	115
尿検査	ヘモグロビンA1c	3.5~5.5 %	4.9
	空腹時インスリン インスリン感受性指数 (HOMA-IR)	2~12.4 μU/mL ~1.9	10.2 2.9
問診情報	喫煙		15本/日



健康診断の結果から、Aさんが該当する危険因子(上表)を
見てみましょう。



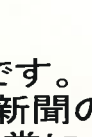
LDLコレステロールが高いですね。
脂質異常症です!
ほかにも動脈硬化の
危険因子が複数ありま
すので、LDLコレステ
ロールをより下がり
下げる必要があります。



空腹時血糖が126mg/dL以上は糖尿病、
110mg/dL以上125mg/dL以下は糖尿病予備群、
診断基準を超過する危険因子です。



空腹後を下げるインスリンの働き弱さを示す指標、
HOMA-IRを超過すると、糖尿病、心臓病などの発症
するリスクが高いため、要注意です。



LDLコレステロールと
HDLコレステロールの
バランスにも注意して、
動脈硬化を防ぎましょう。

「備えよ、常に」

中下利継

「備えよ、常に」 今回の地震発生で改めて思いを強くした言葉です。

初めて目にしたのはミズノの三代目社長、水野正人さんが日経新聞の私の履歴書に登場された時の文章でした。ボーイスカウトのモットーは「備えよ、常に」というのがあるそうです。「いつなん時、いかなる場所で、いかなる事が起こった場合でも善処が出来るように、常々準備を怠ることなかれ」という意味です。

日常の業務では事前準備を整える、非常時は最悪に備え、どのようなことが起きうるか想定し、準備することが必要です。

今回この機会を大自然が与えてくれた気付きとして捉え、早速「備えよ、常に」を実践継続していきましょう。一人でも、一件でも震災による被害を少なくするためにも。