平成28年10月25日発行（416号）ﾂｰﾙﾎﾞｯｸｽ・ﾒﾝﾃﾅﾝｽﾞ・ﾈｯﾄﾜｰｸｻｰｸﾙ

天生会　第12回スポーツ大会開催

平成28年10月22日（土）、第12回天生会スポーツ大会が五和体育館にて開催されました。総勢120名、16チームが出場し、優勝は天草設備Pチーム、準優勝は防災企画・三共通信機混合チームでした。

その後の懇親会では、ビールの早飲みやカラオケ大会など日頃お世話になっている協力業者の皆さんと親睦を深め、楽しい時間を過ごすことができました。皆さんお疲れ様でした。

結果はご覧の通りです。

順位	チーム名
優勝	天草設備　P
準優勝	防災企画・三共通信機
3位	天草開発
4位	ケイエス工業
5位	天草設備　K
6位	天草設備　A
7位	綜合板金マツオカ
8位	落合建設
9位	三菱電機住環境システムズ
10位	中央総合設備

平成28年9月27日（火）開催
優良従業員表彰式

平成28年9月24日（土）開催
社員会ボーリング大会結果

1位☆岩本文　　2位☆赤　石
3位☆明　瀬　　4位☆北　内
5位☆嶋　尾

～現場完了報告～

☆大矢野種苗生産施設貯水槽改修工事

～新規受注現場紹介～

☆国道389号（横浜ﾄﾝﾈﾙ照明）防災安全交付金工事
☆本渡東小学校校舎電気設備工事
☆燃焼用空気調整ダンパー補修

『　笑いと涙でストレス解消　』

猪原　清

ストレスをためない秘訣は、声を出して思い切り笑う事。更年期の症状が辛くなるとストレスがたまりそれがさらに症状を強くしてしまう。そんな悪循環に陥らないためにも、日頃からストレス解消を心掛けることが大切です。その最も手軽といえる方法が「笑う事」落語を聞く前と聞いた後に観客の唾液を採取して成分変化をしらべるという実験を行ったところ「笑う事」の効果が明らかになってきました。唾液にはゴルチゾールというホルモン成分が含まれており、ストレスを感じるとその量が増え、ストレスを発散すると減少します。この実験では半数以上の人が落語を聞いた後ゴルチゾール値が下がっていました。つまり半数以上の人が落語を聞いて笑うことにより、ストレスが低下したのです。もう少し詳しく分析すると日ごろ声を出して笑う人の方が笑う機会の少ない人に比べてコルチゾールの低下が大きいということも明らかになりました。つまり普段から良く笑う人の方が笑いの効果が得られやすいということになります。

『　家の中で一番汚い場所は　』

岩本　幸徳

家の中で一番汚い場所はどこか？多くの人が真っ先に思い浮かべるのがトイレではないでしょうか。ところが、とある本にアメリカの殺菌シート製造会社とアリゾナ大学が発表した研究結果によると、「一般の会社の机にはトイレの便座の四〇〇倍もの細菌があった」という。ニューヨーク、サンフランシスコなど四都市のオフィスで採集した七〇〇〇のサンプルを分析したもので、オフィス内では一平方インチ（約六・五平方センチ）あたり平均二九〇六一の細菌が見つかったという。一平方インチあたりの細菌数はキーボードにはおよそ三三〇〇、マウスに一六七六、受話器にいたっては約二五〇〇〇の細菌が見つかったが、トイレの便座ではわずか四九にすぎなかった。ちなみに細菌は一日一九～三一％も増え、食べかすなどが散らばる昼食時間後にピークに達するそうだ。

手や口はもっとも細菌がつきやすいところ。滅多に露出しないお尻など清潔なもので、便座もお尻も本当はきれいなところだそうだ。