



山内ニュース

山内機械株式会社

本社 〒763-0082 香川県丸亀市土器町東7丁目 営業所 〒761-1704 香川県高松市香川町川内原1536-1
 TEL(0877)24-6133 TEL(087)815-8181
 Eメール m.yamauchi@mx.niji.net Eメール t.yamauchi@mx.niji.net
 お役立ち情報満載のURL <http://www.d51.co.jp>
 * * * * 山内ニュースVol.488 2012 / 3月20日 * * * *



2012
4月卯月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4 清明	5 大安	6	7
8 花祭り	9	10	11 大安	12	13	14
15	16 土用	17 大安	18	19	20 穀雨	21
22	23 大安	24	25	26	27	28
29 昭和の日 大安	30 振替休日					



弊社の中古マシン専門部署である、「スリーRマシンセンター」のホームページをご存じでしょうか？

「特選中古機情報」や「お買い得中古機情報」など、新しい情報が載っております。

急にこんな中古機が欲しいと思ったら是非クリックして下さい。

ご存じですか？!



我が社のホームページが
新しくなっております。

<http://www.3r-machine.com/>

検索

ポチッと
ね!

例えば、この「山内ニュース」も遡って閲覧することが出来ますし、より豊富な中古機の情報も盛りだくさんに掲載致しておりますので、ぜひアクセスしてみてください。

中古機械お買い得情報

ハンドリフト



メーカー OPK (早揚装置付)
ツメの長さ 800mm、ツメの幅 520mm

価格31.500.-(税込)

テーブルリフター



ピシャモン
X-50A(500k)
揚程 650mm
油圧ポンプモーター
三相 200v 0.4kw
テーブルサイズ
518×1010mm
作動:フットスイッチ

価格¥52.500.-(税込)

テーブルリフター



整備
塗装
済

ピシャモン NX-100
テーブル寸法 640×1340mm
モーター 0.75kw ホンブ別
揚程 155~1000mm
荷重 1t 作動はフットスイッチ

価格¥84.000.-(税込)



日立 コンプレッサー用 エアードライヤー

メーカー 日立
HDR-7.5AE
コンプレッサー7.5kw
以下に対応出来ます

価格¥105.000.-(税込)

春の産業機器まつり

使勝手の良いリフターやハンドリフトを
お求めやすい低価格でご提供します!

手動式ハンドリフター (スクーパー)

ピシャモン
LV100W
最大能力 1000kg
フォーク寸法
外幅 685mm
長さ 1080mm
最低高さ 83mm
最高高さ 833mm

価格¥52.500.-(税込)



点
検
済
み



春は、なぜ眠い!?

春は日が長くなるので、活動時間も長くなり、結果的に睡眠不足になるという
もの。次に暖かくなると新陳代謝が活発になって、ビタミンB1が不足しがちとなる。

といわれます。日本人の主食である白米にはビタミンB1が非常に少なく(玄米には多いそうです)積極的にビタミン
B1を摂取する必要があります。世界の中でもよく居眠りする国民だとか。また眠気を感じる時期は最低気温6度
から15度くらいの間といわれます。丁度ふとんを被って暑くも寒くないという気温で、なかなか蒲団から出られない状態です。

さきほどの、ビタミンB1は糖質がエネルギーに変わるときに必要な、補酵素の役割をします。不足すると、糖質を分解出来ずに、乳酸やビルビン酸などの
疲労物質が溜まり、疲れやすくなり、食欲不振、倦怠感、手足のしびれ、むくみ、動悸などがみられます。代表的な欠乏症は昔からよく言われる、脚気
です。このビタミンB1は大量に摂取しても排泄されるので、毒性はありません。豚肉や大豆製品を沢山とって不足を補いましょう。また青のりや昆布にも多く含まれます。

さて、十分にビタミンB1も補給し、睡眠もたたりていてもなおかつ疲れた感じがとれないときは、鉄分の不足があります。鉄分もカルシウムについて
日本人に不足しやすい栄養素です。鉄分が不足すると身体が酸欠状態となり、疲れがとれない、集中力がなくなるなどの症状が出てきます。

ただ鉄分は非常に吸収の悪い栄養素で、出来るだけ鉄の吸収を悪くする物と一緒にとらないことが肝心です。食後にタンニンを含む
緑茶やコーヒー・紅茶や、玄米パンや全粒粉パンなどに含まれるフィチン酸、加工品に多く含まれるリン、ほうれん草などの
アクの強い物に含まれるシュウ酸などは要注意です。逆に吸収を良くする物は、動物性タンパク質やビタミンCです。

プラス
+ 「鉄分とビタミンC」を、十分に摂取しましょう。

(でも、春の二度寝は最高ですね、テヘッ)



健康の雑学



整備済

点検済み





