



山内ニュース

山内機械株式会社

■本社 〒763-0082 丸亀市土器町東7/873
TEL(0877)24-6133 FAX(0877)25-3335
eメール/m.yamauchi@mx.niji.net

■営業所 〒761-1704 高松市香川町川内原1536-1
TEL(087)815-8181 FAX(087)879-0466
eメール/t.yamauchi@mx.niji.net

*** VOL. 529 2015年11月20日 ***

2015	Sunday	Monday	tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
12月 師走			1 大安	2	3	4	6
	6	7 大雪 大安	8	9	10	11 大安	12
	13	14	15	16	17 大安	18	19
	20	21	22 冬至	23 天皇誕生日 大安	24	25 クリスマス	26
	27	28 御用納め	29 大安	30	31 年越し		

◆年末年始の休業◆ 平成27年12月30日(水)から翌年平成28年1月5日(火)まで。1月6日(水)より営業致します



我が社のホームページ
を是非ご覧下さい!!

中古機専門部所で豊富な機種が揃っています。

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

検索 🔍



小坂精機 横型スポンジサンダー(ESS-600型)

- 仕様 オールサンダー兼用機
- 主軸モーター 0.75kw
- インバーター付き
- (集塵カバーは付いておりません)

現在整備中

価格¥162,000.- (税込)

アイチ電機 ホエバンドソー(S3-1型)

- 仕様 主軸モーター 単相100v・ホイール径 355mm
- 最大挽割り寸法 300mm
- テーブル寸法 485×485mm
- 帯の寸法 幅51×長さ2680

価格¥129,600.- (税込)

Merry Christmas!



健康メモ



怖い痛風に気をつけましょう!

▼痛風には、なりやすい時期(時間帯や季節)があるんだそうです。季節は何と言ってもやはり、夏が多いようですが、次になりやすいのが秋と冬です。ただし高尿酸血症なら、季節に関係なく年中発症する危険性があります。夏が多いのは暑さで大量の汗をかき、発汗による脱水で、必然的に血中の尿酸濃度が上がって尿酸値が高くなるためです。



冬も意外と多

秋や冬が意外と多いのは、冬は新陳代謝が落ちる上に、時候も良くなり食欲も出て暴飲暴食になるためです。また、一日の中で発作が起きやすい時間帯は、夜中から明け方にかけてと言われています。夜中に痛風発作が起きやすい理由としては、就寝中は血圧が下がって血液循環が悪くなることや、1日の中で体温が下がりやすいことなどから、痛風発作が起きやすい時間帯と考えられています。 予防するには、△標準体重を守る △アルコール類を控える

(アルコールは肝臓で痛風の原因となるプリン体が作られるのを促進します)△水分補給をしましょう△適宜な運動・息が切れるような激しい無酸素運動は尿酸値を上げるので、有酸素運動がおすすです。

▼発作を引き起こすプリン体を多く含む食べ物は要注意!エビ・たこ・豚や牛のレバーやモツ、魚の白子にあんこうの肝、イワシやアジの干物 お酒類ではビール、日本酒、紹興酒やワインなどです。



痛風の起きる場所(発症部位は膝から下が90%を占めるようです)



尿酸の結晶が関節に沈着して高尿酸血症(痛風)の原因となる。尿酸値が高くなるのは、尿酸の排出が少なくなるから。尿酸の排出は、腎臓の働きによる。腎臓の働きが弱くなると、尿酸の排出が少なくなり、尿酸値が高くなる。尿酸値が高くなると、尿酸の結晶が関節に沈着して高尿酸血症(痛風)の原因となる。尿酸の排出は、腎臓の働きによる。腎臓の働きが弱くなると、尿酸の排出が少なくなり、尿酸値が高くなる。尿酸値が高くなると、尿酸の結晶が関節に沈着して高尿酸血症(痛風)の原因となる。