



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

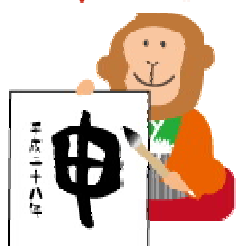
■営業所 〒761-1704 高松市香川町川内原1536-1

TEL(087)815-8181 FAX(087)879-0466

eメール/t.yamauchi@mx.niji.net

*** VOL. 530 2015年12月20日 ***

2016	Sunday	Monday	tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
1月 睦月 謹賀新年						1 元旦	2 書き初め
	3	4 御用始め 大安	5	6 小寒	7 七草	8	9 宵戎
	10 十日戎	11 成人の日 鏡開き	12	13	14	15 小正月 大安	16
	17	18	19	20	21 大寒 大安	22	23
	24	25	26	27 大安	28	29	30
	31	* 年末年始休業のお知らせ * 平成27年12月30日～平成28年1月5日まで 1月6日より営業いたします。					



本年中は一方ならぬご愛顧を賜り誠にありがとうございました。
来る平成28年が皆様方にとって、輝かしい躍進の年でありますように、心より祈念いたします。
どうか来年もよろしく願いいたします。



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



:::::今月の「お買い得中古機情報」は、
誠に勝手ながら都合でお休みいたします。
あしからず、ご了承ください。:::::



冬の脳卒中。脳梗塞に...

ご用心!!!

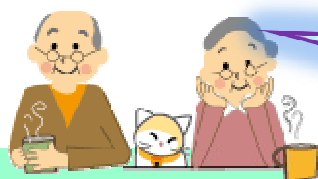


冬に急増する血管の病気・・・まえふれを知って予防

- ・片方の手と足に力が入らない、めまいがする
- ・顔を含む、体の半身がしびれる
- ・ろれつが回らない。言葉が出なくなる
- ・片側の目が見えにくくなる、視野の一部が欠ける、物が二重に見える
- ・ふらついて立てない 歩けなくなる

動脈硬化につながる血液の値

- ・血圧値
- ・脂質値
- ・血糖値



冬脱水にご注意

お年寄り、特にこまめに水分補給をいたしましょう。

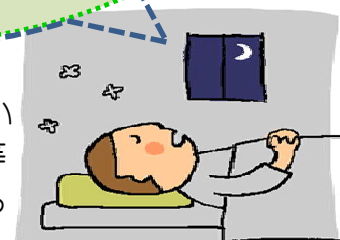
脳卒中予防十箇条

1. 手始めに 高血圧から 治しましょう
2. 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
3. 不整脈 見つかれば すぐ検診
4. 予防には タバコをやめる 意志を持って
5. アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
6. 高すぎる コレステロールも 見逃すな
7. お食事の 塩分 脂肪 控えめに
8. 体力に 合った運動 続けよう
9. 万病の 引き金になる 太りすぎ
10. 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

(社団法人) 日本脳卒中協会
ホームページより



脳梗塞は深夜から
早朝に発生しやすい。



★寒いお風呂場や脱衣所、トイレにいくため、暖かい部屋から急に寒い廊下に出たときのダメージは相当な物です。お風呂場はシャワー等でしばらく風呂場内を暖めてから入浴しましょう。また、トイレに出る時は、必ずスリッパや靴下を履くだけでもずいぶん違います。

★生活習慣病を撃退しよう。

糖尿病の人はとくに気をつけて。不整脈は見つかればすぐ精密検査をしましょう。タバコやアルコールは要注意です。高血圧や高コレステロールは早く治療をしてください。食事の塩分、脂肪を控えめに。太りすぎに注意して体力にあった運動をしましょう。