鉄人NEWS

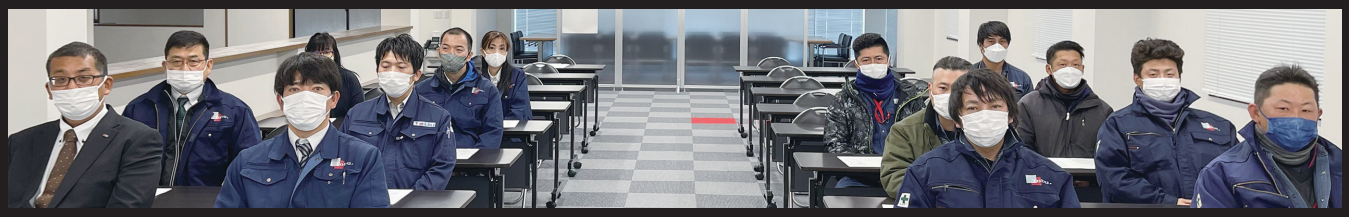
THE TETSUJIN NEWS

株式会社東部がお届けするインフォメーション・レター

発行所 株式会社東部鉄人ニュース事務局
神奈川県相模原市緑区下九沢 1509-4
TEL.042-764-4128
FAX.042-762-9593
編 集 鈴木明子
https://www.tobu21.co.jp

Vol.149
2023
1月号

つねに時代の先へ新技術と新発想でお応えいたします!



社員一同
本年もよろしくお願いいたします

e-pile next

国土交通省大臣認定工法

・全ての鍵は杭先端にあり

公共土木・公共建築での活用拡大

国土交通省「NETIS」

・登録番号：KT-160071-A

・国土交通大臣認定
TACP-0483 砂質地盤(礫質地盤含む)
TACP-0484 粘土質地盤

・日本建築センター 基礎評定(引抜支持力)
BCJ評定-FD0540-01 砂質地盤
BCJ評定-FD0541-01 礫質地盤
BCJ評定-FD0542-01 粘土質地盤

・日本環境協会
エコマーク認定 08 131022号

建築・土木・鉄道、さまざまな場面で活躍しております。

■ 全ての鍵は杭先端にあり

杭基礎は建物荷重を支持地盤へ伝達させる最も重要な役割であり、故に、杭先端拡翼部の貫入(掘削)性、変位・変形・破断などを発生させない高い性能が要求されます。

■貫入性の問題を・・・「菱型穴」により解決しました。
■拡翼変形の問題を・・・「特殊部」により解決しました。
■コストの問題を・・・「自社施工」により解決しました。

■高力構造／拡翼断面図

■FEM解析図

e-pile 検索

杭基礎の新たなる可能性へ挑戦

Tobu, 株式会社 東部

https://e-pile.com

■ 本社
〒252-0134
神奈川県相模原市緑区下九沢1507-5
TEL.042-762-4739 FAX.042-762-8971

■ 本店／経理室
〒252-0134 神奈川県相模原市緑区下九沢1509-4
TEL.042-764-4128 FAX.042-762-9593

■ 東京営業所
〒151-0072 東京都渋谷区幡ヶ谷1-1-2
朝日生命幡ヶ谷ビル6階
TEL.03-3376-0123 FAX.03-3376-0124

■ 相模原機材センター
〒252-0101 神奈川県相模原市緑区町屋1-4-37
TEL.042-851-2681 FAX.042-851-2682

株式会社東部がお届けするインフォメーション・レター
鉄人NEWS Vol.149 2023 1月号
THE TETSUJIN NEWS https://www.tobu21.co.jp
つねに時代の先へ新技術と新発想でお応えいたします!
発行所：株式会社東部鉄人ニュース事務局 神奈川県相模原市緑区下九沢1509-4 TEL.042-764-4128 FAX.042-762-9593 編集：鈴木明子

日本赤十字社によるウクライナ人道危機救援金

【受付期間】現在募集中～2023年3月31日(金)まで

ウクライナ各地で激化している戦闘により、多くの市民が緊張と不安の中で過ごしています。すでに子どもを含む市民の死傷者が報告され、市民生活に不可欠なインフラにも被害が出ています。また、紛争の被害を恐れ、多くの人びとが、周辺国(ポーランド、ルーマニア、スロヴァキア等)に避難しています。この状況を受け日本赤十字社では、赤十字国際委員会、国際赤十字・赤新月社連盟、各国赤十字社が実施するウクライナでの人道危機対応及びウクライナからの避難民を受け入れる周辺国とその他の国々における救援活動を支援するため、海外救援金を募集しています。皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。

受付金額 74億1,903万9,330円（96,202件）
（2022年11月28日時点）

具体的な支援内容 物資支援（医療資機材等）、車両支援（救急車等）、人的貢献（専門技術を持つ職員等派遣）、こころのケア、避難民・市民の生活支援・住居支援・医療支援、医療施設等の補修・再建等（※状況により支援内容は変更されます）

協力方法
①ゆうちょ銀行
郵便局によるご協力
②銀行振込によるご協力
③クレジットカード・
コンビニエンスストア・
Pay-easyによるご協力

詳細は日本赤十字社HPをご確認ください

ワンポイント 健康コラム
<<今年こそ始める食生活改善!>>

クリスマスに忘年会や新年会。年末年始は食べる機会が増える上、栄養バランスも偏りがち。飲みすぎや食べすぎなどで腸がダメージを受けると、腸内細菌のバランスが崩れ、免疫力が低下し、肌トラブルや便秘などさまざまな体の不調の原因になります。
卯年の今年こそキチンとした食生活へぴょんっとチェンジしましょう!

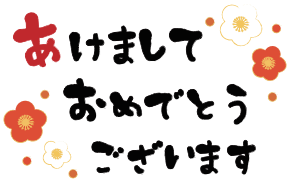
■生活習慣を整える
食事と生活習慣は切り離せません。
「朝食を食べない」「仕事で遅くなるから適当に」など、不規則な生活習慣は食事の乱れにつながります。食習慣を整えるためには、生活習慣も一緒に見直す必要があります。

■健康なカラダになるために大切なこと
①体内時計を整える
夜更かしせず、朝はいつもの時間に起きて太陽の光を浴びる。
②朝食をとる
卵や納豆、魚などのたんぱく質、具だくさんの汁ものやサラダなどの野菜、ごはんやパンなどの炭水化物を一緒に食べる。
③食事のリズムを整える
食事を抜いたり、ダラダラ食べたりせず、1日3食しっかり食べる。
④しっかり噛む
ひとくち３０回を目標に、しっかり噛んで。

⑤野菜→タンパク質→炭水化物の順で食べる
この順番で食べることで胃腸に負担がかかりにくくなり、炭水化物のとりすぎを防止。

⑥腹八分目をこころがける
お正月のおもちなら１日２つ程度で。
タンパク質や野菜も一緒にとりましょう。
⑦こまめに身体を動かす
掃除をしたり、初詣やショッピングなど歩くことを意識してこまめに体をうごかしましょう。おうちヨガやストレッチでリフレッシュするのも有りです。個人差はありますが、肌荒れが解消されたりむくみがとれたり便通が良くなったりと、効果が感じられるのは数週間～１ヶ月、早ければ3ヶ月ほどで体質改善が実現できます。新年から始められれば、桜のころにはスッキリとした体に生まれ変わる変化が感じられるかも!?
私たちの体は食べたもので作られていますから、いくつになっても食事で体は改善できます。今抱えている不調から、より健康でより幸せになれるように頑張りましょう!

経理マンが行く

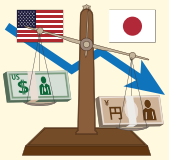


あけましておめでとうございます。
新たな年を迎えました。
2023年は兎年、干支は癸卯(みずのとう)になります。癸卯の年はこれまでの努力が身を結び勢いよく成長し飛躍するような年になると言われております。
「癸」は雨や露、霧などが静かで温かい大地を潤す恵の水を表しています。生命の終わりを意味すると共に、次の新たな生命が成長し始めている状態を意味しています。「卯」は安全、温和の意味があり卯のように跳ね上がるという意味もあります。そのため卯年は、何かを始めるのに縁起が良く希望があふれ、景気回復、好転する良い年になると言われています。そんな癸卯の今年は、いままでの数年間から大きく飛躍し私達の生活が大きく向上する年になると期待したいものです。

【過去にあった卯年の出来事】

●1963年
第1次マンションブーム
TVアニメ　鉄腕アトム放映開始。

●1975年
TVアニメ　サザエさん放映開始。
ベトナム戦争終結。
山陽新幹線・岡山駅-博多駅開業。
第二次ベビーブーム。

●1987年
地価の異常高騰。
銀座で1坪1億円を突破。
財テクブーム。
国鉄が分割・民営化されJRグループ7社が発足。

●1999年
住友・さくら銀行合併、第一勧銀など3行統合と金融再編大展開。
上信越自動車道が全線開通。
欧州に新通貨ユーロ誕生。
●2011年
東日本大震災。
なでしこジャパンサッカーW杯優勝。
歴史的円高で一時1ドル＝75円32銭。