

2010年
8月号

(通算第142号)

この瓦版は再生紙使用です

暮らしの瓦版

～ 8月《葉月はづき》～

1 日	観	光	の	日	・	水	の	日	9 日	長	崎	原	爆	の	日
4 日	覧	の	日	一	の	日	日	10 日	道	の	日	日	・	宿	の
5 日	夕	ク	シ	和	記	念	日	11 日	終	戦	記	念	日	日	置
6 日	広	島	平	記	念	日	20 日	3 日	色	信	号	号	日	の	日
7 日	立	秋	ば	の	日	22 日	28 日	バ	イ	オ	リ	の	日	の	日
8 日	そ	ろ	ん	の	日	29 日	日	焼	肉	の	日	の	日	の	日



降水量

降水量とは、大気から地表に落ちた水（氷を含む）の量を指します。雨や雪を气象台の雨量計や、アメダスなどで観測し、計測します。通常、水に換算した体積を単位面積で除した値をmmで表します。つまり、降った（物質としての「水」の）量が降水量になります。

雨量計は、雪や雹（ひょう）なども融かして液体にして計測します。雨の量だけの場合は雨量、雪の量だけの場合は降雪量などと言う場合があります。雪に関しては、降った量は降水量として雨量計で観測されますが、積もった量は積雪

深として積雪計で観測されます。これは、積雪は気温や地表の温度に左右され、また雪と雨では密度が異なるため、別々の方法で計測を行う必要があるからです。降水量は0・五mm単位で計測され、一時間降水量、日降水量等として発表されます。なお一九六七年までは0・一mm単位で計測されてきました。

日降水量では、0時一分から二十四時までの一日の降水量を表します。日降水量では、二十四時をまたぐ集中豪雨の場合、二日間に分けられてしまうため、雨の激しさをうまく表せないことがあります。これを補うものとして、任意の二十四時間で計算する二十四時間降水量があります。例えば、静岡では二〇〇四年六月三十日に静岡地方气象台で観測史上最大の三百六十八mmの雨量を記録しました。しかし、これは日降水量に関する記録です。二十四時間降水量では一九七四年に起こった七夕豪雨で五百八mmと日降水量を大幅に上回る記録をもっています。

最多降水量の世界記録は、次の通りです。一分間では、一九七〇年フランスで三十八mm、一日では一九五二年フランスで、一千八百七十mm、年間では一八六〇年インドで二万六千四百六十一mmの記録があります。なお、最小は一九五一年〜一九七八年エジプトで年間0・五mmしか降雨量がありませんでした。

脳の老化 あなたはだいじょうぶ？

★脳の若返り法！記憶を呼び戻す脳トレ
「ほら、あの人、えーっと…」と、人の名前を思い出せないことが続くと、「記憶力が落ちてきたなあ」と感じてしまいます。ところが、誰かが「〇〇さんでしょ」というと思いつきます。これは、決して記憶力が落ちたわけではなく、「思い出せなく」なっているだけなのです。
できごとや一度覚えたことを、いつでもすっと思いつける若々しい脳をアピールできるよう、「思い出す」トレーニングを常に心がけていきましょう。

【覚えた物や名前を口に出している習慣】
人の顔の形や物の形の映像は、右脳で処理され、その名前つまり、言葉は左脳で処理されます。この右脳と左脳の間を普段から、意識的にやっていると、とても良い訓練になります。

【顔を見たら、名前を即いうテレビトレーニング】
テレビを見ているとき、画面に知っているタレントさんや俳優さんが映ったら、すぐに名前をいうようにしてみましょう。繰り返しゲームのようにやっていると、思い出すスピードがあがってきます。

× 脳の元気がなくなること

- ・出無精
- ・ボーっと過ごす
- ・孤独な環境
- ・マイナス思考
- ・目標を見失う
- ・歩かない
- ・心を痛める
- ・無関心
- ・思い込みに縛られる
- ・ひとつのやり方（考え方）に固執する
- ・くよくよする
- ・寝不足
- ・恨みに思う
- ・うつ傾向
- ・受け身
- ・無趣味
- ・無口
- ・運動不足

○ 脳が元気になること

- ・外出する
- ・化粧をする
- ・料理をする
- ・趣味をもつ
- ・プラス思考
- ・ほめられる
- ・会話をする
- ・目的意識をもつ
- ・音読をする
- ・ほどよい睡眠をとる
- ・買い物で商品を選ぶ
- ・新しいことに挑戦する
- ・興味をもって取り組む
- ・思い出す
- ・ゆったりと呼吸をする
- ・適度な運動を行う
- ・勉強する
- ・心配りをする
- ・光を浴びる
- ・笑う

社員インタビュー☆第十一弾☆ 経理総務部／堀口裕美子

大学で、土木と環境について勉強しました。就職活動中に社長の話を伺い、入社を決めました。

Q 入社して何年目ですか。

A 四月で五年目に入りました。



Q 仕事は何をしていますか。

A 普段は高崎事務所で経理事務を行っています。また、求人活動の窓口として、会社説明会等の担当をしています。

Q 休日は何をしていますか。

A 買い物ついでに近所をドライブしたり、掃除をしています。気がつくと、一日中掃除をしている事もあります。

Q 最後にメッセージをお願いします。

A これからも富岡事務所と高崎事務所を結びパイプ役として、より良いグループ会社になるよう努力していきます。よろしくお願いします。

価値があるのはどっち？

ダイヤモンドと金は、どちらも甲乙つけがたい高価なものです。どちらが価値があると思いますか。

ダイヤモンドは、売値と買値がだいぶ変わります。何百万円ものダイヤモンドの指輪を質屋に持っていったら、半額以下に叩かれたという話はいくらでもあります。というのも、日本にはダイヤモンドの換金市場はなく、価格には流通コストを上乘せしているのが一般的だからです。だから、本来の価値よりも購入価格が高くなってしまいうようです。

逆に金は、市場の動きによって価値が日々変化します。もともと通貨として用いられていたため、換金性がよく、世界市場で公正な価格が形成されるのが特徴です。また、いつの時代においても、世界に通用する安定した価値を持つ唯一の実物資産といわれています。価値からいえば、金に軍配があることは間違いないようですね。

自然を大切に

ゴミは持ち帰りましょう！！



漢字問題

- ① ハクチュウムの出来事。
- ② サイハテの街に辿り着く。
- ③ キチに富んだ演説。
- ④ 建物がリンリツする。
- ⑤ キキュウソンボウ

人間の骨

皆さんは、人間の骨の数をご存知ですか。個人差は多少あるようですが、大人は二百六個前後あるようです。これに対し子供は、三百個以上もあります。なぜ、これほど数が違うのでしょうか。

子供はこれからの成長に備えて、骨の端が軟骨で分離しています。大人では一個の骨が赤ちゃんは、二個以上に分かれています。骨盤や手足の骨などがそれに該当します。それが、成長するにつれて一個になり、やがて大人の二百六個前後になるようですね。

骨を作るには、①栄養（カルシウム・コラーゲン・リン）、②運動（刺激）、③日光（ビタミンD活性型）が必要のようです。不足すると子供はクル病、大人は骨軟化症になりやすくなります。それぞれのバランスも大切になりますので、積極的に栄養、運動、日光を取りましょう。

