ヨシナカ新聞

7月号
発行所
㈱北陸ヨシナカ
東京営業所
TEL:03-3555-0796
FAX:03-3553-8444

泣ける映画

先月、米エンターテインメント・ウィークリー誌が、映画史上の「泣ける映画25本」を発表しました。

第1位に選ばれたのは、ヒューマンドラマ「愛と追憶の日々」。同編集部の解説によると、何より泣けるのは子役のハックルベリー・フォックスの演技だとのこと。第2位の「バンビ」しかり、子供と動物に泣かされてしまうのは万国共通のようです。ちなみに私は「ファミリー」という映画で、子供にいっぱい泣かされました。

その他、25位から50位の間には、「ショーシャンクの空に」「ニュー・シネマ・パラダイス」「ミリオンダラー・ベイビー」「チャンプ」「プライベート・ライアン」「ロミオとジュリエット」「追憶」「アラバマ物語」「ディア・ハンター」などがランクインしたそうです。

泣くと交感神経が優位な状態から、副交感神経が優位な状態に切り替わりストレス状態が解消され、リラックスした状態になるそうです。泣ける映画を観てすっきりしましょう！

すっきり！

1	愛と追憶の日々	11	君に読む物語
2	バンビ	12	黄色い老犬
3	ソフィーの選択	13	逢びき
4	めぐり逢い	14	クレイマー、クレイマー
5	素晴らしき哉、人生！	15	ライフ・イズ・ビューティフル
6	ブロークバック・マウンテン	16	タイタニック
7	ブライアンズ・ソング	17	グローリー
8	E.T	18	ある愛の詩
9	ゴースト／ミューヨークの幻	19	普通の人々
10	フィールド・オブ・ドリームス	20	ステラ・ダラス

21	マグノリアの花たち
22	ロングタイム・コンパニオン
23	ジョイ・ラック・クラブ
24	まごころを君に
25	「チップス先生さようなら」

夏が来る～…

梅雨があけると暑～い夏がやってきます。過去に掲載した記事の中から、熱中症対策についてもう一度

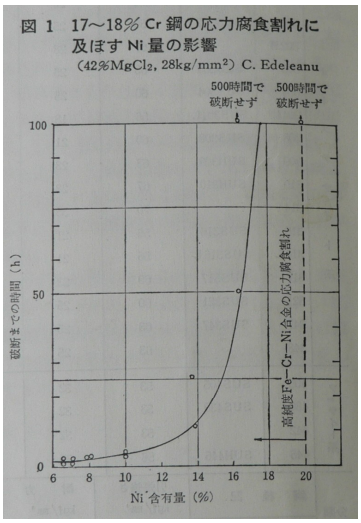
湿度の高い夏の運動は、一つ間違えると熱中症で命を落としかねません。効果があるのはスイカ。スイカに含まれている果糖やブドウ糖はエネルギー転換が速やかなので、夏の炎暑で疲れた身体を癒すには即効性があり、水分も多く喉の渇きを潤し、豊富に含まれているカリウムなどとの相乗的な働きにより、身体に涼を呼び、爽快感を与えます。出かける前にスイカを食べると、熱中症対策に大いに役立つそうです。

ということで、夏の運動はお茶からスイカやスポーツドリンクに切り替えましょう！

ステンレス豆知識

耐食性

ステンレスの耐食性は、主に表面に形成される不働態によるものですが、使用環境によっては不働態皮膜が耐えられず、耐食性が低下する場合があります。



耐食性におよぼす各種元素のうち、もっとも効果の大きいものはCrとNiです。Crは酸素と結合して酸化被膜という透明の膜を表面に作ります（不働態皮膜）。Niは酸化被膜をより安定化させ、また、活性化した場合の腐食速度を鈍らせる働きをします。従って、Niを含まないフェライト系やマルテンサイト系ステンレスの耐食性は劣ります。

K社員のピアノ奮戦記

第四十二話　サントリーホールへ　その②

午後、集合場所のサントリーホールに行きました。習っているF先生にお逢いしてから少しホッとしたのも束の間、すぐリハーサル室で練習。なんとサビが弾けず、何度も止まってしまう。落ち着け落ち着けと深呼吸。今度はもう一度トライ。今度はも弾けた。

リハーサル室を出て、舞台裏へ。私は3番目。心臓はドキドキが聞こえるくらい高鳴っています。ふと前を見ると、大きな紙が壁に貼ってあって、『緊張しないようにとの時は両手で2という文字を書いてヘンシーンと叫べ大きく『2』の文字を書いてください。』と書いてあります。意味とばヘンシーン出来ます。上がわっからないまま立ち上がって両手で大きくかぁ、それでヘンシーンとかぁ、それでヘンシーンとかぁ、それでヘンシーンと