

ステンレス豆知識

JIS規格・特殊用途鋼の『ステンレス鋼・耐熱鋼・超合金』の規格番号欄を表にしました。

規格番号	規格名称	改正年
JIS G 4303	ステンレス鋼棒	2005
JIS G 4304	熱間圧延ステンレス板鋼及び帯鋼	2005
JIS G 4305	冷間圧延ステンレス板鋼及び帯鋼	2005
JIS G 4308	ステンレス鋼線材	1998
JIS G 4309	ステンレス鋼線	1999
JIS G 4310	ステンレス鋼板および耐熱鋼板質量算出方法	1999
JIS G 4311	耐熱鋼棒	1991
JIS G 4312	耐熱鋼板	1991
JIS G 4313	パネ用ステンレス鋼帯	1996
JIS G 4314	パネ用ステンレス鋼線	1994
JIS G 4315	冷間圧造用ステンレス鋼線	2000
JIS G 4316	溶接用ステンレス鋼線材	1991
JIS G 4317	熱間成形ステンレス鋼形鋼	2005
JIS G 4318	冷仕上ステンレス鋼棒	1998
JIS G 4319	ステンレス鋼鍛鋼品用鋼片	1991
JIS G 4320	冷間成形ステンレス鋼形鋼	2003
JIS G 4322	鉄筋コンクリート用ステンレス異形棒鋼	2008 (制定)
JIS G 4901	耐食耐熱超合金棒	1999
JIS G 4902	耐食耐熱超合金板	1991

頭がよくなるゴールデンタイム!

最近物覚えが悪くなったような気がします。テレビで有名人を見て、顔はわかるが名前は思い出せない事も。しかしこれは、映像と文字を記憶する場所が違うので何ら問題はないそうです。

しかし、記憶力は良い方がいかに決まっています。そこで、記憶力が高まるゴールデンタイムというのがある事を紹介させていただきます。

食事をとると、脳の中で、FGF(線維芽細胞増殖因子)という成分が増えるそうです。このFGFが、脳の神経細胞を刺激するので記憶力が高まるのだそうです。FGFは、食後15分ほどで増え始め、食後2時間で脳の中での濃度がピークに達します。これに合わせて、記憶力も食後2時間で最も高くなるそうです。

字を覚える、英単語を覚える、人の名前を覚える...。何でも良いので、食事の後2時間たったら、何かを暗記する習慣をつけると良いかもかもしれません。

ピアノ奮戦記を書いているK社員は譜面を見ながら演奏する事が出来ません。いつも丸暗記してピアノを弾いていますので、これを教えてあげたら泣いて喜ぶかと思いきや、「食事2時間後はウトウト状態なので役に立たないかも、エヘヘ」だそうです。オメデタイというか教え甲斐がないというか(笑)。

(資料:文化放送『ソコダイジナトコ』より)

ヨシナカ新聞

3月号
発行所

㈱北陸ヨシナカ
東京営業所

TEL: 03-3555-0796
FAX: 03-3553-8444



また、先端がとがった近未来型のデザインで人気の東海道・山陽新幹線500系「のぞみ」も2月28日に東海道区間(東京-新大阪)での走行を終え引退しました。3月1日から新大阪-博多の「こだま」として走行するそうです。

新幹線の卒業

左の写真は弊社東京営業所勤務のN社員が作夏の帰省先の新庄駅(山形県)で撮影した初代の山形新幹線「つばさ」400系です。格好いいです。この「つばさ」は92年7月の山形新幹線開業から走行し、新幹線と在来線を初めて直通して走りました。鉄道ファンには人気が高く、96年度には32万人が利用したそうですが、その役目を終え4月18日の運行を最後に惜しまれながら引退します。後は08年12月から走行している新型「E3系」が後を継ぎます。

K社員のピアノ奮戦記 第五十話

いつもと違う感覚

『脱力』の感覚が少し変わったような気がしたので、レッスンでも意識して弾くようにしました。そして1ヶ月くらい過ぎた時でしょうか、小節と小節の間で左手が2オクターブくらい低い鍵盤に飛ぶ時に、無意識のうちに、脱力したまま、おぼけの手の状態で移動したのです。これまではまるでロボットのようにかクン、カクンと移動していた手が、まるでプロのピアニストの様に優雅に滑らかに素敵に格好よく(自惚れ)移動したので

いるかもしれないかも。あ、やばいかも...

しかし、F先生は私の憂いも底から吹っ飛んでしまうような言葉を私に下さいました。

「Kさん、凄いいじゃないですか。これですよ。これ、これ。今の左手の動き、これが脱力なんです。体感されましたね。」

お世辞が何%入っているのかという不安は単純度100%の私の頭の中に発生する事もなく、嬉しい気持ちでいっぱいになりました。そうか、とうとう脱力して弾けるようになったのか。

「ありがとうございます。先生のお陰です。」

「いえいえ、Kさんが熱心に研究された結果ですよ。本当に凄いです。でも脱力出来ているのは左手だけです...」

先生の言葉に喜びが半減してしまいました。また頑張りぞ!という気持ちも湧いて来ました。

しかし、皆さんに読んで頂き、励まして頂いたからこそ、こうして続ける事が出来たのだと感謝の気持ちでいっぱいです。

来月(四月)号から6年目に入りますが、これからも北陸ヨシナカとヨシナカ新聞をどうぞ宜しくお願い申し上げます。

平成一七年四月に創刊号として発行させて頂きましたヨシナカ新聞も今月号で六十号を迎える事が出来ました。もう五年も経過したのかという思いと、内容はともかく(笑)、ここまでよく続いたと自分自身でも驚いています。