

ヨシナカ新聞

5月号
発行所

株式会社ヨシナカ
東京営業所
TEL:03-3555-0796

トランプ

新型コロナウイルスにより自粛生活が続く中、家の中で楽しく遊べるトランプの雑学を取り上げたいと思います。

「トランプ」と聞くと最近ではアメリカの大統領を思い浮かべてしまいがちですが、「トランプ」と呼ぶのは日本だけで、アメリカのトランプ(trump)は「最強のカード」「絶対勝てる記号」「そのゲームの切り札」を意味します。トランプ遊びの最中に頻繁に使われていたため日本ではこのカード遊びを「トランプ」と呼ぶようになったようです。

ステンレス豆知識 SUS304とSUS316

両鋼種の差は耐食性にあります。CrとMoの濃度が高いほど不働態皮膜が良好とされています。また、Mo濃度の不働態皮膜の耐食性を向上させる効果は、Cr濃度のおよそ3倍とされています。

孔食やすきま腐食の局部腐

日本で呼ぶトランプはアメリカでは「playing cards」という名称で呼ばれています。

赤いカードと黒いカードに分かれています。赤は昼、黒は夜を表しています。

4種類の絵札の意味は、♠が春、♦が夏、♥が秋、♣が冬の季節を表しています。

○**13枚のカード**は一つの季節(13週)を表しています。

♠♦♥♣**全部で52枚**ありますが、これは一年間の52週間を表しています。

♠♦♥♣の**52枚を数字を足すと合計364**になります。これにジョーカーと足すと365に

食の発生する環境条件もSUS304に比較して、Moが添加されているSUS316の方が厳しい条件まで耐えることができますが、両鋼種の耐食性の差は決定的に大きい訳ではないので、すべての環境条件でSUS304に生じた局部腐食を、SUS316で解決できる訳ではありません。

塩化物環境での応力腐食割

なり、1年間の日数になります。4年に1度366日がありますが、ジョーカーにはエキストラジョーカーという2枚目のジョーカーがあり、これで補っているという説があります。

♠は騎士(もしくは貴族)の象徴である剣、♦は商人の象徴である貨幣、♥は僧侶の象徴である聖杯、♣は農民の象徴である棍棒を意味しています。

ジャック、クイーン、キングにはそれぞれモデルがいます。

れ(SCC)に関しても、例えば、冷却水環境でSCCが生ずる下限界温度はSUS304で約60℃とされていますが、SUS316では100℃程度とする報告もあります。しかし、これも絶対的な耐応力腐食割れ性の差という訳ではありません。(旭化成エンジニアリング・ウェブサイトより)

簡単筋トレで膝の痛み解消

ラジオで『自分で治せる膝の痛み』について聞きましたので、以下に紹介させていただきます。

膝の関節を覆っている軟骨がすり減ることで炎症がおこる【変形性膝関節症】により痛みが発生しますが、適切な運動を続けることで膝の痛みはやわらぐそうです(ただし、膝が腫れたり熱を持っている場合や風邪をひいたりして体調が悪い場合は無理して行う必要はありません)。

☆筋トレその1

膝を伸ばす時に使う大腿四頭筋が鍛えられます。膝にかかる衝撃が和らいで、歩く時の痛みが軽くなります。

①椅子に浅めに座り、両手で椅子の

縁を軽く掴む。

②右足を前にピンと伸ばし、かかとを床に着け、つま先を天井に向ける。

③その状態で足を床から20cmくらいの高さまでゆっくり上げる。かかとをできるだけ遠く押し出すような感じを持つと効果的。

④この状態でゆっくり5つ数える。終わったらゆっくり足を降ろす。

☆筋トレその2

太腿の内側の筋肉が鍛えられます。膝の前にあるお皿が安定して階段を降りたり坂道を下ったりする時の痛みが改善します。枕やクッション、二つ折りにした座布団を使います。

①椅子に浅めに腰掛けて膝を軽く開き、間にクッション(等)を挟み込む。

②クッション(等)を押しつぶすように膝同士を近づけてグッと力を入れ、そのままゆっくりと5つ数えます

それぞれ20回を1セットとして1日に3セットを目標にして行うと良いのですが、無理な場合は出来る範囲で行うことによって筋肉がついていくので徐々に増やしていくと良いそうです。

運動の効果は個人差はあるものの、多くの人がやった直後から膝の痛みが和らいだとか歩きやすくなったと感じたそうですが、効果が実感出来なくても頑張つて続けていくと気付かないうちに膝の痛みが和らいだとか歩く速度が早くなったと実感する人が多いそうです。



本の紹介『マトリ』
一昨年の三月まで麻薬取締の第一線で活躍した作者が、現役時代に実際に薬物犯罪を捜査した内容が書かれた本です。
日本は最大の覚醒剤市場であることや、薬物の密売のされ方が年々進化し、複雑になっていくことに対し麻薬捜査官がどのように挑んでいったのかが細かく書かれており、読んでいくうちに実際に捜査に係わっていくようなスリルを感じながら読み進むことができました。
特に印象に残っているのは、大阪のとある場所(本には地名が書かれています)が薬物の手渡し場所になっていた、そこは私も通ったことがあったので、映像を思い浮かべながら読んでいました。
薬物は好奇心から使ってしまう人が多く、その殆どが破滅の道を進んでしまふ恐ろしい物だということもしっかりと認識できる本でした。