

ねじりはちまき

謹賀新年

昨年中も皆様には格別の御引立てを頂き、誠に有難く感謝し、厚く御礼申し上げます。本年もどうぞ御教授のほど、よろしくお願い致します。

お楽しみの元旦参りも新型コロナの為、控える方もいらっしゃると思いますが、皇室では天皇陛下が元日の寅の刻（午前4時）に清涼殿の東庭で天地四方の神々や先祖代々のみたまを遥拝^{ようはい}し、年災を祓い国家の幸いを祈る儀式があります。宇多天皇（887年～897年在位）により寛平2年（890年）に始まったと言われています。本当に有難い事です。

厳しい寒さはこれからです。暖かくしてお過ごし下さる事、お祈り致します。

幸田 常一

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしく願いいたします。

昨年も、一喜一憂する年でした。今年はどんな年になるのか判りませんが、やっぱり喜びの多い年にしたいです。それには『善を積む』とありますがそれしか無いのでしょうか？難しそうな気もしますが、66歳になったんだしそういう気持ちになってもいいかなあと。少しでも実行できるようにしたいと思う今年のはじめです。どうぞ見守って下さい。

幸田 一二

新年あけましておめでとうございます。

昨年はお客様との御縁もあり、多々のご依頼を頂きありがとうございました。
2月13日に発生した福島県沖での震度6強の地震により、住まいにも重大な被害が起きました。10年前の東日本大震災を思い起こす状況で、今後起こる余震を考えるとさぞ不安だったと思います。弊社としても被害が拡大しないよう応急処置、復旧作業に謹んではきましたが、お待たせしてしまい申し訳ございませんでした。これからの復旧工事につきましても迅速に作業を進めて参りますので宜しくお願い致します。

今年の干支は寅です。『寅年』は芽を出したものが『成長していく（見えてくる）』年やこれから成長する物事の『象徴が生まれる（始まる）』年と言われています。新型コロナウイルス感染拡大により海外から物資が輸入されないため製品が提供できない状況ですが、早く終息し、今まで通りになってもらいたいと思っています。

今年も宜しくお願い申し上げます。

渡邊 正勝

昨年もお世話になりました。

毎年思うのですが、どんどん一年が早く過ぎ去ってしまうような気がします。
今年で私は幸田建設に入って17年目となります。なんだかあっという間だった気もしますが、学生だった頃がそれ以上に随分と昔のように感じます。
いまだコロナの影響が残り不自由な生活が続きますが、くれぐれもご自愛くださいませ。本年もよろしくお願い申し上げます。

鈴木 信義

謹んで年始のご挨拶を申し上げます。

長引くコロナ禍、色々と制限や不自由をされていることと思いますが、
お体に気をつけてお過ごし下さい。

本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

佐藤 美穂

新年あけましておめでとうございます。

昨年中は大変お世話になりました、ありがとうございました。

本年もご期待に添えるよう努力する所存ですので、よろしく
申し上げます。

国分 務

明けましておめでとうございます。

昨年中は大変お世話になりました。

本年も頑張ります！よろしく
申し上げます。

佐藤 朋彦

昨年は大変お世話になりました。

今年も笑顔で頑張ります。どうぞ
申し上げます。

渡邊 正吾

明けましておめでとうございます。

本年も宜しくお願い致します。入社してまだ半年ですが、これからも頑張
ります。

石井 良信

新年あけましておめでとうございます。今年は去年より、より一層個人の
パワーアップ、成長を目指して頑張ります！

星 湧斗

明けましておめでとうございます。

本年もよろしく願い申し上げます。

昨年は10月に10代のフレッシュな星くんが入社してくれたので、社員の
平均年齢がぐんと下がりました。

彼が入社してすぐの事です。仕事を終えて退社しようと、『お先に失礼しま
す。』と彼に挨拶しました。そしたら『お疲れさまでした。どうぞ、お気を付
けて。』と言ってくれたのです。“お疲れ様でした”は言えてもその後の言葉は
すんなりとは出ないものです。いい人に入社してもらったなあと感謝しまし
た。今年は4月にもう1名入社致します。わが子のような（いや、孫？）若い
社員と一緒に働くことが出来、本当に嬉しく、ありがたいことだと感謝して
おります。どうか、若い社員共々、本年もよろしく願い申し上げます。

幸田 久美

明けましておめでとうございます。

昨年は大変お世話になりました。一年通してお仕事させていただき、改めて
お客様とのコミュニケーションの大切さを感じました。また、厳しい天候の中、
全力を発揮する職人さんの懸命さに触れ、私もできることを頑張らねばなら
ないと奮起させられました。まだまだ未熟で至らない点多々あるかと存じま
すが、今年も変わらぬご指導ご鞭撻の程、よろしく願い申し上げます。

星野 尚子

人間の体の不思議

今回は「人体の不思議」について取り上げたい。人間の体は実に精緻にして精巧に造られていると感じているからだ。でも書こうとすると、残念ながら専門家でないから正確な知識もない。そこでインターネットで調べながら、手探り状態で書き始めている。

先ず細胞のことだが、人体の細胞の数は60兆個あるというのは、ご承知の方が多いと思う。60兆の細胞によって体の各部位は造られている。実はこの細胞は生まれ変わっている。これもご承知の方が多いと思う。この細胞の生まれ変わりだが、各部位の細胞が同じ速さでなされているわけではない、というのはご存知だろうか。体を造っている細胞は、250種類あって、各部位(用途)に使われている。部位が違えば、細胞の働き方も違ってくる。その働き方の違いによって細胞の生まれ変わりの速さが違ってくるというのだ。ただ、すべての細胞が生まれ変わるのではなく、脳の神経系は生まれ変わることがないのだという。それと、生涯に一部しか更新されないものもあるという。では、主な部位についてその更新の早さをみてみよう。速やかに更新される細胞としては、①腸の微絨毛が1日ですべて、②胃の粘膜が3日ですべて、③皮膚が約1ヶ月ですべて、が挙げられる。この三つは働きとして毎日激しい働き詰めで、更新が早いのかと思われる。ゆっくり更新される細胞としては、①腎臓・肝臓が早い細胞は約1ヶ月で約90%、遅い細胞は約1年ですべて、②筋肉が早い細胞で約60%、遅い細胞は約200日ですべて、③血液は4.5~5.0リットルの血液が100~120日ですべて④骨が幼児期で約1年半から段々遅くなり高齢になると3年ですべて、となる。このように細胞は新陳代謝を繰り返し、人間の体を維持してくれている。自分で命令・監督もしないのに、生きるうえで欠かせない大事な役割をちゃんと果たしてくれているのだ。考えてみれば不思議で有難いことである。それと、細胞の話となると「万能細胞」について触れておきたい。万能細胞は、受精卵が分裂・分化する過程で現れる多能性幹細胞で、人体を構成するほぼすべての種類に分化する能力を有する細胞である。この万能細胞のお蔭で、胎児の体がつくられ、誕生を迎えるのである。

次に脳の話に移りたい。脳の働きはおよそご存知であろうと思うが、この際確認しておきたい。私たち人間は、一日中脳を使っている。物事を考えたり、喜んだり、怒ったり、悲しんだり、楽しんだり、食事したり、働いたり、スポーツしたり、眠って夢をみることさえ、脳がないとできないのである。脳は神経細胞(ニューロン)のネットワークのかたまりで、コンピューターに良く似ている。似てはいるが、コンピューターはプログラムされた仕事を素早く行うのは得意だが、物事を発想し、思考することは脳にしかできない。脳は大きく分けて、大脳、小脳、脳幹という部分があり、さらに脊髄まで繋がっている。脳と脊髄をあわせて中枢神経といい、脳・脊髄から全身の隅々まで神経という電線が張り巡らされており、この中枢神経は全身に指令を出したり、全身から情報を集めて必要な処理をするなど、私たちが生きるうえで大変重要な役割を果たしてくれているのだ。脳は大きく三つの部分に分けられるのだが、その主な働きを見てみよう。先ず大脳は、言語、思考、感情、記憶、感覚などの機能的中枢の役割を、小脳は平衡感覚と筋肉運動の中枢の役割を、脳幹は様々なホルモンを分泌したり、呼吸や心拍の調整、唾液の分泌などにも関って生命維持の中枢の役割を、それぞれ担っている。ここで大脳のことについて付け加えたいことがある。人間が他の動物と比べて最も優れているのは、思考する能力である。人間の思考力の中心は、大脳の前頭葉というところにあり、動物と比べて脳の中で前頭葉の割合が大きいのである。この前頭葉は大人になるにつれ発達するのだが、この発達により思考力がつき、子どもの時と違って大人は我慢ができるようになるとのこと。皆さんはどうですか。もう一つ余談だが、人前で話す時緊張して頭が真っ白になるというがどういうことか。これは緊張状態が脳の前頭葉(短期記憶を司る)の活動を鈍化させ、思考回路を低下させるのが原因だという。こういう時は、落ち着いて深呼吸するのが良いそうだ。

次は血液のことについて。まず、血液が通る血管だが、心臓から血液が送り出され、大動脈から動脈そして毛細血管へと、さらに静脈を通して心臓へと送り返される。その血管をすべて合わせると、驚くことに長さが何と10万Kmとなり、この長さは地球を2周半するに相当するという。それだけに血管は体中に張り巡らされて、働いてくれているのだ。血液を全身に送り出す心臓は言わば、強力なポンプの役割を果たしている。通常は心拍数(1分)が70~90(1日で10万)だが、運動をすると体を巡る血液の量を増やす必要があり、その時は心拍数を170位まで上げて対応してくれる。同時に血管(動脈)も周りの筋肉を使って太くして、血液量に対応してくれている。ところで血液のことだが、血液は血球とそれ以外の液体(血しょう)に分けられる。血球は赤血球、白血球、血小板でそれぞれ96%、3%、1%の割合である。赤血球は肺から取り込まれた酸素を全身に運ぶ役割を果たしている。白血球は体へ細菌等の異物が侵入するのを防ぐ役割を果たしている。それと血小板は傷口から出血した時血液を固める役目を果たしている。もう一つ、血球以外の血しょう(血液の半分以上を占める)のことだが、これは肝臓から取り込まれた栄養を全身に、二酸化炭素などの老廃物を(静脈を通して)腎臓や肝臓に運ぶ役割を果たしている。ところで、血球はどこで作られるのか、知っていますか。それは何と骨髄なのである。骨髄で造血幹細胞から分化・成熟したものが血球になるというのだ。これは意外でした。ひとつ付け加えると、白血病というのを聞いたことがあると思うが、これは血液の癌(がん)である。血球が作られる過程で何らかの異常が発生し、白血病細胞という癌細胞が作られ、血液や骨髄で増えてしまう病気である。血液まで癌というのは発生するのですね。ところが、心臓は癌にかからないというのを知っていますか。癌細胞は増殖を繰り返して臓器を破壊し、症状を悪化させるが、心臓の細胞は増殖しないため、癌細胞も心臓では増殖できないというわけである。言われてみるとなるほどと思うが、小生も知りませんでした。

次に、人体には栄養の補給と老廃物の排泄のシステムがあるが、これまた精妙に作られているのには驚くばかりである。ここでは詳細には触れられないが、その概要を見てみたい。まず摂取した食べ物はかみ砕かれ、食道を通過して胃に運ばれ、糜粥(びじゅく)と呼ばれる液体に分解される。糜粥は胃から十二指腸を通過するが、そこで糜粥は胆汁及び膵液(すいえき)と混じり合い、さらに栄養素へと分解される。次は小腸だが、小腸の内側は絨毛(せんもう)と呼ばれる指状の突起で覆われており、ほとんどの栄養素が吸収される。残りの糜粥及び水分は大腸を通過し、吸収を完了して廃棄物が除去され、体外に排泄される。栄養素への分解過程で登場する胆汁は肝臓から、膵液は膵臓から供給される。また分解・吸収された栄養素は血流に入り、毛細血管床を通り、肝静脈を介して肝臓へ直接送り込まれて処理され、全身に運ばれる。こうして各部署との連携が見事になされているのである。

最後に言いたいのは、私ども人間は人体の精妙なネットワークに支えられて生命を維持しているのだということである。今回触れたのはごく一部で、この一部を見ただけでもそのすごさが分かっていただけだと思う。人体のネットワーク・システムは我々が命令・指示をしなくとも自動的に働いてくれている。これを当たり前だと思っているが、考えてみればとても有難いことである。感謝したい。今回はこれで終わりとする。