



2015年7月号 (vol.16)

ひぐちん通信

日口鋼管株式会社 〒547-0001 大阪市平野区加美北 4-6-21

Tel:06-6791-7788 fax:06-6791-8588 携帯:090-3659-2743 代表取締役 樋口浩邦

◆健康セミナーで先生に質問をしたところ…◆

こんにちは、お世話になっております。日口鋼管代表の樋口です。ひぐちん通信第16号をお送りいたします。よろしく願いいたします。

さて、私はより健康になるために腹巻きをしたり、鼻洗浄をしたり、ファスティング(断食)をしたりと、いろいろやっていることは、これまでひぐちん通信で書かせていただきました。

そして、先日(私以上に健康オタクな)嫁さんの誘いで、とある健康セミナーに参加してきました。その先生のお話は、善玉菌と悪玉菌の話がメインでした。若いときは善玉菌が元気なのでいいけれど、だんだん年を取ってくるにつれて、日頃の食生活がちゃんとしてなかった人はとくに、40代後半から悪玉菌が増えて、そして、病気が発症しやすくなる。だから腸内環境が大事ですというお話でした。

なるほどと思って聞いた私は、終了後の質疑応答の時間に、先生に普段の取り組み(腹巻き、鼻洗浄、ファスティング)をお伝えし、どうでしょうか?と、質問をしてみました。

すると、まず腹巻きについては、腹巻きもいいけど体が冷えるのはつま先からだから、つま先を冷やさないことが大事ですねと。鼻洗浄については、鼻の奥にブドウ球菌がいますので、あんまり塩水で鼻を洗浄するのはしないほうがいいかもしれませんねと。最後にファスティング(断食)については、やっていい人と悪い人がいますねと…。他の先生からやったほうがいいとすすめられて実践していたことがことごとく…(汗)。

私は思いました。A先生がいいですよと言うことを、B先生はいいですねとは言わず、B先生がいいですよと言うことは、C先生がいいですねと言わず、結局、全てを同時に実践するのは(矛盾がおきて)不可能だなと。

なので、とりあえずやってみて、自分に効果があることは続け、効果がないことはやめる。それをしていく中で自分なりの健康法を確立する。これしかないなと、最終的には思いました。



◆そこか情報◆

(そ・即納・こ・小口対応・か・加工) 当社の改善の取り組みをご紹介します。



①角パイプ50x
25x1.6の引き
合いをお待ちし
ております。



②スリット加工の
プレスカスを吹き
飛ばすエアール
を取り付けまし
た。



③シャチハタに
(樋口)を入れて、
ハンコを2回押す
手間を省きまし
た。



④3本のパイプを
溶接したシャチハタ
ノリ・字消し立て
です。便利ですよ！

◆発行者コラム◆

今回もまた最後までお読みいただき、どうも有り難うございました。ひぐちん通信第16号はいかがでしたでしょうか？さて、健康法のひとつである“立って”仕事をする。こちらも以前ひぐちん通信で書かせていただきましたが、現在、私以外に営業のメンバーも実践しておりまして、なんとそのうち1名が座って仕事をしていたときに比べて体重が3kgも落ちたとのこと！とくに食事制限をしたり、新たに運動をしたりということは聞いておりませんので、立って仕事をするものの効果です！座っているのと立っているのでは、こうも違うんですね(笑)。樋口

【発行者プロフィール】

名前: 樋口浩邦(ひぐちひろくに)

誕生日: 昭和41年3月16日 出身地: 大阪市東住吉区

経歴: 関西大学卒業後、弊社の主要仕入先である丸一鋼販(株)に入社。名古屋営業所で5年間お世話になった後、当社に入社。平成13年7月に代表取締役役に就任し、現在にいたる。

趣味: ゴルフ・映画鑑賞 モットー: 『大丈夫! なんとかなる(´▽`)』

