



改めて、
よろしくお願いします



印藤 晴子

今回より「スタッフ日記」をリニューアルしました。ORTICスタッフが、日々何を考えて仕事に取り組み、休日をどう過ごしているかなどを知ってもらうことで、皆さんにもっと身近に感じていただけたらと思うのです。このコーナーへのご意見・ご感想、3人へのメッセージなどいただけたら、大変嬉しいです。今後ともご愛読のほど、よろしく願い申し上げます。なお、私、印藤は自身のツイッター(@raku1117)とフェイスブックを始めました。こちらもお暇な時にご覧いただけると幸いです。

入社して3年近くになります。男性スタッフも営業スタッフも自分1人ですが、周りのフォローもあり、だいぶ仕事のやり方が掴めてきたところです。私の業務は幅広く、企画書、見積もり、問合せまでを一人で手がけさせてもらっています。大きな会社にはないやりがいを感じつつ、同時にもっと勉強しなくちゃ、と思います。最近嬉しかったのは、お客様から「レスポンスが速い」と褒めていただいたこと。常に社長から言われていることなので、心がけてはいますが、実際にお客様に言ってもらえると感動しますね。お客様からの窓口は自分だけなので、これからも頑張っていこうと思います！

庭に芝生を植えようと、種を買ってきました。品種の違う種が混ぜてあって、年中青々と茂るようになっていっているらしいです。「なるほど」と感心しつつ、夏には立派な芝生にして、芝刈りを楽しみたいと思います。そして庭にテーブルとパラソルを置いて、目指すはアメリカの庭！…と妄想は膨らむばかり(笑)。どなたか、芝生の良い育て方をぜひ教えてください。



重富 幸治郎

ORTICは6期目に入りましたが、グループ会社は来年、創立20周年を迎えます。何か記念に残ることをやりたいとみんなで話していますが、博多生まれで博多育ちの私には、一つやりたいことが…みんなでコスプレして、博多どんたくのパレードに出る！ってどうでしょう？自分が子どもの頃はよく見物に行っていましたし、うちの子どもたちが幼い頃にもよくパレードを見せてやりました。コスプレの企画も考えていて、我が社の商品の着ぐるみをみんなで着るんです。私は「梅肉黒酢ラクリア」にします(笑)…と、私の中では着々と進んでいるのですが、問題はスタッフからのブーイングの嵐(苦笑)。これから説得ですね！

職場のスタッフは実松係長をはじめ女性の多い職場です。私は一番年下で、お姉さん方についていく毎日です。大口注文が来た時には、なぜかみんなハイテンションになり、わっせわっせと発送準備を始めます。実松係長が「〇時までには終わらせるよっ！！」と掛け声をかけると、みんなウオ〜ッと箱詰めの手を速めて…。「何に追われているんですかね？」と言いながら働いています(笑)。納期までに余裕があるのに即日発送できたりすると、達成感いっぱいですね。忙しい時、社長が「お茶が入りましたあ」と持ってきてくれたりします。そういう姿を見ると、自分もそんな人になろうと思います。



実松 千恵子

私、フラダンスを習い始めました！運動は苦手なのですが、映画「フラガール」で、あの大柄な南海キャンデースのしずちゃんでもフラダンスができることに勇気づけられ、決意いたしました。入会してみると、80代の方がいきいきと踊っているのを見て、思わず拍手！私も楽しく続けていきたいと思っています。あ、でも、習うからには、いつか舞台上に立ちますよ(笑)。

ついに婚活、始めます…といっても、自分では何をどうすればいいのかわかりませんが(汗)。社長によると、私の結婚運は昨年が最高に良かったらしく、昨年何もなかったと報告すると「今年が勝負！」と言われ「まずは料理を学びなさい」と。営業の重富さんはいざとなったら「返品不可」と相手に言ってくれるらしいです。なんのこっちゃ…とりあえず頑張ります！



沖知 美

月刊 つばさ



ORTIC

2011年4月号

あなたと、あなたのお店を訪れるお客様の健康のために、お役に立てたら幸せです。

今、自分にできることを精一杯。

3月11日に起こった東日本巨大地震は、被災地に未だ大きな傷跡を残しています。最初にニュース映像を見た時は、目を疑いました。そして、被災地のために何ができると考えた時、福岡に暮らす自分に、被災地の方々の気持ちが本当に理解できているのか不安になりました。今はただ、自分の選んだ道で精一杯頑張る、利益を少しでも復興のために役立ててもらいたいと思っています。



いつまでも気力と体力を備えた健康な体づくりのために、役立つ商品をつくり、多くの皆さんにご利用いただくことが、私の選んだ道です。そのために昨年度は、我が社の商品を新しいお取引先様に知っていただくこと、積極的に動いた年でした。こういう社会情勢ですから、一つの交渉にずいぶんと長い時間がかかりました。これまでにない経験でしたが、学べたことも多かったです。0を1にする難しさ、厳しさを知り、同時に仕事の新たなやりがいや面白さを感じる事ができました。

子どもの頃、親に「負けるが勝ち」と教えられたことがあります。今頃になって、その言葉の真髓がわかったような気がします。少々辛い思いをしても、辛抱強く誠心誠意で相手に接し、叩かれても前を向く精神があれば、おのずと前より広い道が開けていくということでしょうか。

東北地方の皆さんが強い意志をもって復興に取り組まれていることに勇気をいただき、私もまたその姿に恥じないよう精進したいと思っています。



株式会社ORTIC
代表取締役 印藤 晴子



紫外線から眼を守る季節がやってきました!

日増しに昼が長くなり、日差しも強くなってきました。春から秋までの紫外線量が多い季節は、肌だけでなく、眼もしっかりケアしましょう。

紫外線は、眼にこんな悪影響を及ぼします。

眼球には、紫外線をブロックする数段階のシステムがあります。まず角膜で一定の光を吸収して紫外線をブロックします。さらに水晶体でほとんどの紫外線を吸収します。ブロックされずに網膜に到達した際の光の量は全体の1~2%にしかありませんが、これが眼にさまざまな症状を引き起こすリスクとなります。

角膜炎 / 海水浴やスキーの後に眼が痛くなったり充血したりすることがあるのは、強い紫外線を長時間浴びたことで、角膜が炎症を起こすためです。

白内障 / 水晶体がにごって視力が落ち、失明することもあります。高齢者に多い疾患ですが、危険因子の一つが紫外線だといわれています。

加齢黄斑変性症 / 長年、紫外線を浴び続けることにより、黄斑(網膜の中心部)に異常を起こします。視野の中央が見えづらくなったり、線が歪んだりします。

翼状片 / 白目が翼状に黒目に侵入してしまう病気で、戸外で活動する人や赤道付近に住む人々によく発生しています。

最も危険な時間帯は、実は昼より朝夕。

金沢医科大学眼科学の佐々木洋教授の研究によると、一般的な歩行時の視線の角度(下方約15度)で紫外線被曝の強度がピークとなるのは、太陽高度が40度前後の時だそうです。その時間帯を調べると、紫外線量の多い春分~夏至~秋分の期間では、8:00~9:30、14:00~15:30にあたり、日中の約2倍の紫外線を浴びる危険性があるとされています。この時間帯にはぜひ、眼を守るための対策を行ってください。



アサイーベリー

外出時には必ず、眼にも紫外線対策を!

日傘や帽子を使っても、未使用時の50~80%と眼が浴びる紫外線量は高く、しっかりとした対策にはなりません。つばの広い帽子、UVカット機能のあるコンタクトレンズや眼鏡、サングラスなどを併用することが必要です。また、サングラスの色が濃いと瞳孔が開き、より多くの紫外線を浴びるので、色の薄いサングラスを勧める眼科もあります。

長時間の外出後は保湿用や炎症を抑える目薬をさしたり、おしぼりで冷やすのも有効です。また長時間のパソコン使用は、眼に炎症を起こし老化を早めます。自己管理をし、十分な睡眠をとるよう心がけましょう。

食事やサプリで、体の中から眼を守りましょう。

眼を守る対策の一つに、眼の健康に有効な栄養素を、食事やサプリメントで摂る方法があります。ORTICが眼の健康を考えて開発したサプリメントの主な成分を紹介します。

アサイーベリーエキス / ブルーベリーの約5倍にあたるアントシアニンを含み、視力改善や疲労回復、老化防止に有効。

マリーゴールド抽出物 / 紫外線をブロックして網膜の色覚色素が酸化されるのを防ぐルテインを多く含んでいます。

メグスリノキ / 昔から眼の健康維持に使われたカエデ科の植物。視覚障害の予防に有効です。

カシスエキス / 良質のポリフェノールを含む果実。視覚改善に効果があります。

ビタミンB2 / 眼の粘膜を健康に保ちます。多く摂取しても蓄えられないため、習慣的に摂りたいものです。

サメ軟骨抽出物 / 角膜と水晶体に作用し、弾力性を保つ働きをします。加齢とともに補給が必要です。



それ、ウソです

医療ジャーナリスト
丸山寛之

第41回 かぎゅうのあか 蝸牛の在り処

塩見 耳には、外耳、中耳、内耳という三つの部屋がありますよね。その中耳には、「蝸牛」という管があります。聴覚をつかさどる感覚器官で、中をリンパ液が流れているんですが、このリンパ液の流れに乱れが生じて、めまいや耳鳴りが発作的に起こる。メニエール病については、そこまではわかっています。(『眠って生きる』=デコ)

「蝸牛」があるのは「中耳」ではない。内耳だ。それくらい中学生でも知っているのではないかい。

この本は、ジャーナリストの鳥越俊太郎氏と、塩見利明・愛知医科大学教授(日本睡眠学会副理事長)の対談形式の解説書だ。聞き上手の鳥越さん相手に、睡眠学の専門家の塩見教授が、不眠症をはじめさまざまな睡眠障害について、面白くわかりやすく話している。そのなかでの発言なのだが、医大教授ともあろう人が、「蝸牛」が「中耳にある」なんて、そんなバカなことをおっしゃるわけがない。

たぶん対談の録音テープから文章をまとめたライターの実ミスに、編集者も著者のお二人も気づかなかっただろう。医学の素人の編集者や鳥越さんが見つだまされたのは、まあ仕方ないとしても、医学者たる教授が見落としたのはお粗末というほかない。

この本の開巻第1ページには、「ちゃんと眠ってこそ、ちゃんと生きられる」と記されてあるが、(原稿や校正刷を)ちゃんと読んでこそ、ちゃんとした本はできるのである。

というところで、耳の話一。耳は、耳孔から鼓膜までの外耳、鼓膜の内側の中耳、中耳の奥の内耳という三つの部分からなっている。

中耳には鼓膜の振動(音)を内耳に伝える小さい骨(耳小骨)が三つ連なっている。鼓膜と接するツチ骨、内耳と接するアブミ骨、その二つの骨をつなぐキヌタ骨だ。内耳は、体のなかで最も硬い骨に囲まれていて、そ

の中に聴覚をつかさどる蝸牛、体の平衡感覚をコントロールする三半規管、前庭器がおさまっている。

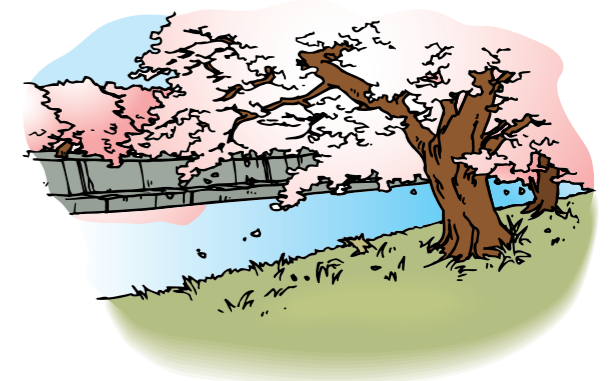
蝸牛や三半規管の内外はリンパ液で満たされているが、リンパ液の量が増え、内圧が高くなった状態を内リンパ水腫という。その内リンパ水腫によって、蝸牛や三半規管の機能が障害され、めまい、耳鳴り、難聴などが起こるのがメニエール病だ。

カタツムリのような形をしているので「蝸牛」と呼ばれる管の中には、有毛細胞という毛の生えた細胞がびっしり並んでいる。有毛細胞の壁には収縮たんぱく(プレスチン)というものがあって、音の振動が伝わると、伸び縮みしてその刺激を脳へ伝える。

人間の耳は20~2万ヘルツという非常に広い範囲の音を聴くことができる。

2万ヘルツ担当の有毛細胞は、2万ヘルツの音が入ってくると、1秒間に2万回振動する。そんなに速い速度で動けるたんぱく質は、耳のこの細胞にしかない。

有毛細胞は、生まれたときから減り始めて再生しない。だから年をとるにつれて耳が遠くなるのは、誰も避けられない。有毛細胞が大音響で障害されるのが、騒音性難聴だ。耳をだいじにしよう。



丸山寛之 プロフィール
NPO法人日本医学ジャーナリスト協会会員。1932年、鹿児島県生まれ。新聞記者、医学雑誌編集者を経て医療ライター。著書=近刊『『がん』はいい病気』(マキノ出版)「読むサプリ」(明拓出版)のほか、「この酔狂な医者たち」「名医が治す」など。雑誌『壮快』に「名医に聞く」、地方新聞16紙に「健康歳時記」を連載中。

