



# 光陽かわらばん

## 2月



●かわらばん委員：老川、秋田、山中、大塚  
●発行日：平成30年2月1日

休業日・夜間緊急連絡先  
株式会社パイオニアコミュニティ  
TEL048-476-0260

〒351-0022 埼玉県朝霞市東弁財1丁目7番30号  
TEL048-465-1151 (代表)

HP 朝霞 光陽 検索



## お年玉当選発表



お待たせ致しました。いよいよ「お年玉 当選番号」の発表です。  
かわらばん1月号の封筒はお手元にありますか？  
宛名ラベルの「プレゼント抽選番号」が当選番号の中にあるかご確認下さい。



### 当選番号



#### 旅行券3万円分 (10名様)

048番 553番  
356番 568番  
361番 582番  
397番 640番  
458番 771番

#### 商品券2万円分 (20名様)

020番 310番 506番 659番  
188番 322番 530番 668番  
215番 377番 605番 671番  
227番 391番 623番 779番  
305番 443番 629番 827番



#### グルメ券1万円分 (30名様)

074番 153番 301番 463番 544番 754番  
084番 163番 304番 481番 574番 764番  
097番 181番 334番 483番 616番 796番  
101番 187番 393番 490番 644番 828番  
151番 290番 412番 517番 740番 835番

当選された方には、弊社からご連絡の上、プレゼントをお届け致します。  
営業部 秋田

## 健康スイッチ「二日酔いはブラック企業!？」 ～知っ得 二日酔い【原因編】～

年末年始は忘年会や新年会で、お酒を飲む機会が多くなる季節と言えますが、二日酔い対策はどうされていますか？ 実は、体の仕組みを知っていれば、辛い二日酔いも割と早く回復できるかもしれません。という訳で、今回と次回の2回に分けて、二日酔いの原因と対策についてご紹介します。

ズバリ、二日酔いの鍵を握るのは「肝臓」です。肝臓は、体内に入った毒素を分解し、体を浄化します。中でも二日酔いの原因となる毒素が「アセトアルデヒド」という物質です。摂取したアルコールは、小腸で血液中に吸収、静脈を通過して肝臓に至るとアルコール→アセトアルデヒド→酢酸へと分解され、最終的に水と二酸化炭素になり、消化完了です。

ただし、肝臓が一度で分解できる量には限界があるのです。アルコールを一気飲みしたり、大量の飲酒をした場合、肝臓に到達するアルコール量が分解の許容量をオーバーします。

すると、分解途中の毒素「アセトアルデヒド」が血液中に戻り、全身に巡回されてしまいます。その結果、頭痛や吐き気などの症状となって、二日酔いが起こる訳です。つまり、二日酔いは、肝臓に能力以上の過重労働を強いている状態ということです。

ちなみに、全く分解されずにアルコールのまま脳へ達すると、脳が麻痺します。これがいわゆる酩酊状態です。二日酔いには迎い酒が効くと言われますが、実は、前日のお酒が分解しきれないところへ、ダメ押しのアルコールにより脳が再び麻痺することで、一時的に不快感を感じなくなっているだけ、ということのようです。肝臓は、脳が麻痺している間ですら、不眠不休の労働を強いられている訳ですから、迎い酒で肝臓の仕事を更に増やすのは、体内のブラック企業化を進めるようなものです。

どうか頑張る肝臓を労る意味でも、二日酔いには、次回ご紹介するような肝臓支援の対策を取って頂くようお願い致します。

世間では「働き方改革」が取りざたされていますので、楽しいお酒のために、肝臓の働き方改革も「健康スイッチ」オンです！

総務部 板橋



## 枕の向きで開運!



～風水でみる 願い別に効く枕の方位～

あなたの欲しい運は何ですか？  
枕の向きで運が開ける分野が違って来るそうです。望む運の開運方位を知り特をしましょう。

### ～枕の方位～



●北枕…安眠、健康、再生を強く願っている人向き。  
北枕は不吉と嫌われますが、実際は磁力に逆らわず寝ることで、よい運気が吸収できる方位です。再起や健康を望むならこの向きで!

●東北枕…平凡な日常に変化を望む人向き。  
刺激を求め、変化を望む人向きの方位です。引越しや転職などは多くなりますが、財運には恵まれます。ただし、執着や強欲は×。

●東枕…最近若さが亡くなったという人向き。  
早起きができて、やる気がわく方位です。  
疲れる、気持ちがすっきりしない人におすすめ。有益な情報を入手したい人にも吉です。



●東南枕…彼が欲しいという人向き。  
恋人が欲しい、素敵な結婚相手に巡り合いたいなど、恋人・良縁を望む人におすすめの方位です。職場での人間関係もよくなります。



●南枕…インスピレーションを磨きたい人向き。  
完成が研ぎ澄まされます。音楽・テレビや出版・芸能の仕事をしている人におすすめ。ただし、なかなか熟睡できないのが難点。



●西南枕…安定した生活を送りたい人向き。  
家庭運がよくなり、子宝にも恵まれます。夫婦仲がぎくしゃくしている人や、落ち着きのない人、安定を求める人には効果的です。



●西枕…不眠気味の人向き。  
年配の人や、不眠傾向のある人におすすめの方位です。金運に良い方角ですが、散財の傾向も。枕持ちに水差しを置いておくと吉です。

●西北枕…出世を望む人向き。  
社会的、家庭的な地位向上を願うならこの方位がおすすめ。一家の主がこの方位で寝ると、年齢を増すごとに出世できます。

睡眠で各方位から吸収したプラスのエネルギーは、自分が持っている運気の流れを変え、身体にたまっていくそうです。是非実践してみてください。

リフォーム事業部 松岡

## 埼玉県でも自転車損害保険義務化になります!

昨年2月のかわら版にてご紹介させて頂きました、自転車損害保険の加入についてですが、今年4月1日より埼玉県でも自転車保険の加入が義務化となります。

近年自転車事故による高額賠償請求事例が全国各地で散見されるなど自転車の事故に対する社会的な責任の重みが増してきている状況にあります。

埼玉県では「埼玉県自転車の安全な利用の促進に関する条例」を改正し、自転車利用者等の自転車損害保険の加入義務化及び学校等における保険加入確認の努力義務を規定しました。



### 事故による損害を補償する自転車保険等の種類一覧

自転車保険の種類		保険の概要
個人賠償責任保険	自転車向け保険	自転車事故に備えた保険
	自動車保険の特約	自動車保険の特約で付帯した保険
	火災保険の特約	火災保険の特約で付帯した保険
	傷害保険の特約	傷害保険の特約で付帯した保険
団体保険	会社等の団体保険	団体の構成員向けの保険
	PTAの保険	PTAや学校が窓口となる保険
共済		全労済、市民共済など
TSMマーク付帯保険		自転車の車体に付帯した保険
クレジットカードの付帯保険		カード会員向けに付帯した保険
業務中の賠償責任保険等		保険の概要
施設所有者賠償責任保険		業務活動中の事故に備えた保険
TSMマーク付帯保険		自転車の車体に付帯した保険

### 自転車保険の加入状況をチェック!



現在、自転車保険に加入していない方は早めに保険に加入されることをおすすめ致します。  
詳しくは『埼玉県 自転車条例改正』にてホームページより確認いただくことができます。

営業部 大塚