

こんにちはトーカイです

日頃は株式会社トーカイをご愛顧賜り

誠にありがとうございます。

朝晩の寒暖差が大きくなり、秋を感じられるようになってきました。食欲の秋・

芸術の秋・読書の秋・スポーツの秋、

人それぞれの秋を楽しみたいですね。



薬膳に学ぶ秋の「カラダメンテナンス」

今年の夏は過去最多の猛暑日を記録した地域もあり、厳しい夏でした。過ごしやすいこの季節に、夏の猛暑で受けたダメージを回復し、冬に備えて身体を整えていきましょう！

今回は、薬膳に学ぶ秋のおすすめ食材をご紹介します。

秋は「白色」の食材がオススメ

薬膳という、難しく聞こえますが、旬の食材やその性質を利用し、体の不調を食材の力で整えることを言います。旬のものを食べることで、その季節に合った効能が得られるという考え方であるため、普段の食事に季節ごとの旬の食材を使うだけでも、薬膳を実践することができます。

秋の気配が色濃くなり、乾燥も気になり始めると、空気を直接取り込む肺を傷めやすくなります。冬に備えるために、乾燥から体を守ったり、肺を守り潤す食材の特徴は「白色」とされています。

また、「辛味」は、痛み、冷え性、鬱状態、瘀血などの症状に対応し肺に作用するとされています。

肺や身体を潤す「白色」の食材

大根、れんこん、白ゴマ、
百合根、山芋、たまご、
牛乳、豆腐、豚肉、
牡蠣、はちみつなど



晩秋にオススメの体をあたためる食材

ネギ、生姜などの辛味のあるもの



初秋に身体を少し冷やすもの

柿・梨など



これらおすすめの食材を効果的に取り入れて、食を通じてからだのメンテナンスをしてみたいかがででしょうか。



秋にも「七草」があるのをご存知ですか？

春の七草は食べることで無病息災を願いますが、秋の七草(下記)は主に観賞用として楽しむそうです。

その中にも伝統的に薬草として利用されているものがあります。葛(くず)などは一番身近なもので、「葛根湯」として風邪のひき始めなどに用いられます。また、体をあたためるための葛湯などもよく知られています。生姜を加えて冷え予防に活用してみたいかがでしょうか。



クズ(葛)



ススキ(薄)



ナadeshiko(撫子)



オミナエシ(女郎花)



フジバカマ(藤袴)



ハギ(桔梗)

秋の七草

キキョウ(桔梗)

中野編

トーカイ従業員おすすめ情報をピックアップ!

トーカイのご当地グルメ

毘沙門せんべい福屋 『勘三郎せんべい』

〒162-0825 東京都新宿区神楽坂4-2 TEL: 03-3269-2983

営業時間: 10:00~20:00 定休日: 日曜日・祝日

中野営業所のオススメは『毘沙門せんべい福屋』さんの、歌舞伎役者の名を持つ「勘三郎せんべい」です。中村勘三郎丈、歌舞伎に疎い人であってもその名は耳にしたことがあるほどの有名な歌舞伎役者です。神楽坂は花街で置屋があり花柳界と深い縁があることから、勘三郎丈も福屋に訪れることが多かったそうです。ある時、店頭で焼いているせんべいの香ばしい香りに誘われて、勘三郎丈が福屋の暖簾をくぐったのが「勘三郎せんべい」の始まりでした。

「もっと焦がせ」17代目中村勘三郎丈のこのひと言から生まれた、焦げが旨い「勘三郎せんべい」を是非ご賞味ください。

URL <http://www.kagurazaka.net>



中野営業所 おすすめ

左から 上野・石川・河原・小林・根岸



中野営業所は中野区・渋谷区・新宿区・千代田区など、東京の中心地を担当している拠点です。東京の今と下町人情も感じられるこの地で、これらも皆様のお役に立てるよう所員一同精進してまいります!!!

小さなパリ「神楽坂」

古くは江戸時代、江戸城外堀牛込御門へ開通した神楽坂通り。花街として栄えた名残を残しながら現在は文化の街としても人気があります。フランスとも縁が深く、異国情緒が漂う石畳の裏路地やパン屋さん、フランス料理店などもあり、「小さなパリ」と呼ばれているそうです。東京観光の際にはぜひ神楽坂散策をしてみたいかがでしょうか。

読者プレゼント 20名様

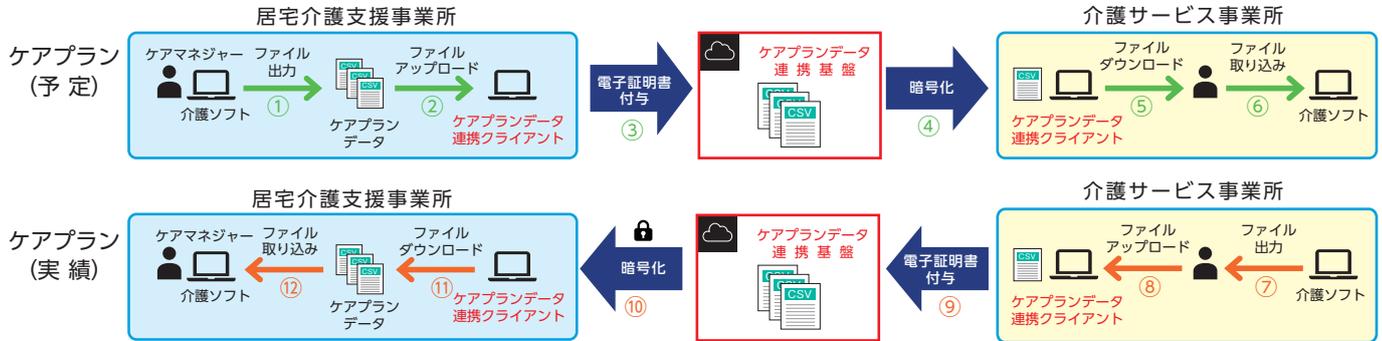
トーカイ通信に関する意見・ご感想などをお寄せいただいた方の中から抽選で20名様にプレゼント。

※詳しくは裏面をご覧ください。

「ケアプランデータ連携システム」が 来春スタート予定

介護保険最新情報Vol.1095(令和4年8月30日)と介護保険最新情報Vol.1096(令和4年9月6日)で、「ケアプランデータ連携システム」についての事務連絡が厚生労働省より発信されました。今回は、発信されましたシステムの概要を整理しました。

●システムの概要 (ケアプラン連携の業務フロー) 赤字部分がシステムの範囲です。



※ 安心してやり取りできるよう、セキュリティ対策には十分配慮しています。

●運用開始までのスケジュール案

2022 (令和4) 年度							2023 (令和5) 年度	2024 (令和6) 年度	
9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月			
システム開発						パイロット運用		本稼働	
自治体を限定した形でパイロット運用を予定							本稼働後も、必要な機能改修を実施予定		

介護現場の負担軽減や職場環境の改善の取組の一環

▶ サービス提供票(予定・実績)をデータ連携するための標準仕様を作成

令和元年度に調査研究事業を実施し、居宅介護支援事業所と介護サービス事業所の間で毎月やり取りされるケアプランのうち、サービス提供票(予定・実績)や居宅サービス計画書をデータ連携するための標準仕様を作成し、公開しました(介護保険最新情報Vol.1095)。標準仕様を活用してデータ連携をすることで、介護事業所の文書作成に要する負担が大幅に軽減されることが期待されています。

▶ 「ケアプランデータ連携システム」の構築

安全な環境で効果的にデータ連携を可能とするため、「ケアプランデータ連携システム」の構築を行うこととし、令和2年度より調整を進めてきました。このシステムの構築・運用は、厚生労働省からの依頼により、国民健康保険中央会が行うことになりました。

ケアプランデータ連携システム活用による効果

業務の効率化

期待できる削減効果例

- 記載時間の削減
- 転記誤りの削減
- データ管理による文章量削減
- 介護従業者の負担軽減

効率化による相乗効果例

- 利用者支援にかける時間増
- ケアの質の向上

費用効果

期待できる効果例

- 事業所がケアプランを送付するために掛かる費用の削減が見込まれます。
- 人件費の削減
 - 郵送費の削減
 - 通信費(FAX)の削減
 - 印刷費の削減
 - 交通費の削減

コスト削減による相乗効果

- 介護人材の新規確保
- 介護人材の定着率向上
- 事業所環境の維持費、改善費の割当額の増加

(人件費削減を考慮した場合)約81万6千円/年、(人件費削減を考慮しない場合)約7万2千円/年のコスト削減も期待できます。

※調査研究アンケート結果から試算した全国平均の見込み金額(削減費を確約するものではありません。)

参考:介護保険最新情報Vol.1096「ケアプランデータ連携システム」の概要等の周知について(情報提供)」

トークイ通信に関するご意見・プレゼントの応募について

プレゼント応募締切:2022年10月31日(月)

トークイ通信に関するお声をお寄せいただいた方の中から抽選で「助三郎せんべい」を合計20名様にプレゼントいたします。右記方法にてお声をお寄せください。ご感想もお待ちしております!!

【プレゼントのご応募について】

ホームページに掲載の「トークイ通信2022年10月号」からご応募することができます。必要事項をご記入いただきお送りください。(ご連絡は、@tokai-corp.comがドメインのアドレスより送信させていただきます。)

【個人情報の使用目的について】

- ご記入された個人情報等は以下の目的にのみ使用し、以下の場合を除いて、第三者に提供いたしません。
- 統計データを作成し、今後のトークイ通信の作成や商品やサービスの向上を図るため
- プレゼント当選者への商品の発送のための配送業者への住所・氏名・電話番号の開示のため

プレゼントの合い言葉「2210」

【送付先】



トークイ通信プレゼント

検索

- アクセス方法 (株)トークイホームページトップ画面 ⇒ 介護用品レンタル ⇒ 2022年10月号
- URL <https://www.tokai-corp.com/silver/> (ホームページの一番下にあります)



●発行・編集/株式会社トークイ シルバー事業本部 営業推進部 〒500-8828 岐阜県岐阜市若宮町9丁目16番地 (電話)058-377-2986 (FAX)058-263-0151