

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。

梅雨が明けるといよいよ夏本番。もう暫くジメジメした日が続きますが、気持ちだけはさわやかにいきたいですね。

体調を崩しやすい時期でもありますので、

くれぐれもご自愛ください。



夏といえばうなぎ!「土用の丑の日」はいつ?

今年は7月24日と8月5日が夏の「土用の丑の日」になります。

「土用の丑の日」が近づくとスーパーなどでうなぎが季節コーナーに並び始めますが、そもそも「土用の丑の日」はどんな日かご存じでしょうか?調べてみました。

土用の丑の日とは

● 土用とは

「土用」とは、春夏秋冬季節の変わり目ごとに訪れる18日間、計72日間のことを示しています。具体的には、立春、立夏、立秋、立冬の前の期間です。

● 丑の日とは

「丑の日」とは日にちを十二支で数えたとき、丑に該当する日のことです。丑の日は12日周期で訪れます。十二支は干支として知られていますが、時刻や方角、日にちを表すためにもつかわれています。

つまり、土用の丑の日とは「土用の期間内」の「丑の日」を示しています。ですので、夏の土用の丑の日が有名ですが、各季節に「土用の丑の日」は存在しています。

うなぎを食べるようになった理由とは

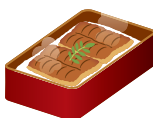
土用の丑の日にうなぎを食べるようになった理由は諸説あります。

その中でも有名なのが江戸時代に蘭学者の平賀源内が、夏の時期うなぎが売れなく困っていたうなぎ屋からの相談に、「丑の日にちなんだ『う』から始まる食べ物を食べると夏負けしない」という風習があったことを思い出しうなぎ屋に「本日土用の丑」と貼り紙するアドバイスをしました。うなぎ屋が「丑の日」に貼り紙をすると大繁盛し、ほかのうなぎ屋も真似をし始め、うなぎのイメージが広く広まったと言われています。



夏バテ防止としても

うなぎは栄養価が高く、特にビタミンA、ビタミンE、たんぱく質、ミネラル(亜鉛、鉄、カルシウム)を豊富に含んでいます。また、疲労回復や体力増強に効果があるとされているため、夏の暑さによる夏バテ防止としてもうなぎは食べられています。



「土用の丑の日」に食べるとよい食べ物

「土用」は季節の変わり目でもあり古くから胃腸に良いものを食べると良いとされてきました。また丑の日には「う」の付く食べ物で無病息災を祈願すると言われています。

そのため特に夏の土用の丑の日は「う」の付く食材を食べると夏バテしないといわれます。

梅干し

クエン酸が疲れをとり、食欲を増進するため、夏バテを防ぎます。



瓜(うり)類

胡瓜(きゅうり)、西瓜(すいか)、南瓜(かぼちゃ)、冬瓜(とうがん)、苦瓜(にがうり)などの瓜類も土用の丑の日の食べ物です。栄養価が高く、体の熱をとったり、利尿作用でバランスを整えるなど、夏の身体に適しています。

うどん

小麦から作られるうどんも土用の丑の日の食べ物です。さっぱりとして食べやすいため、暑い中でも食が進みます。

今年の夏の土用の丑の日には、うなぎ料理のみならず「う」の付く食材を食べて、古来の食文化に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。

関東風と関西風のうなぎ

一般的に関西と関東ではうなぎの調理法が違います。関東では頭をとって調理しますが、関西では頭はとらずに調理するので見た目も異なります。

関東風

柔らかいのが特徴

背開き → 素焼き → 蒸す → 再び焼く!
(頭はとる)

関西風

パリッとした香ばしいのが特徴

腹開き → 焼く
(頭はつけたまま)

どちらのスタイルも美味しく、地域ごとの個性を楽しめます。お好みに合わせてお召し上がりください!

所沢編

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

株式会社ねぎし『所沢名菓 ファルマン』

〒359-1115 埼玉県所沢市御幸町9-16 TEL: 04-2922-6835

営業時間: 10:00~17:00 定休日: 木曜日・日曜日

今回、所沢営業所からおすすめのご当地グルメは、株式会社ねぎしさんの「所沢名菓ファルマン」です。

「所沢名菓ファルマン」は昭和49年から販売しており、パイ生地にあんこを包んだお菓子です。戦後にねぎしさんの二代目が時代に合わせて、所沢らしい飛行機をイメージした商品で美味しい、新しい、日持ちがすることを目指して作りたこと、三代目とともに新しいお菓子を作り始めたのがきっかけで誕生しました。

所沢にはファルマン通りと言われる交差点があり、所沢の地で初飛行に成功したアンリ・ファルマン機の名前にちなんで開発されました。初代は、飛行機せんべいを作っており、飛行機にゆかりのあるお店です。



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。

所沢営業所 おススメ

左から 吉田、原、中村



所沢営業所は埼玉県の南西部に位置しています。近くには西武ライオンズの拠点であるベルーナドームがあります。野球好きな方は是非覗きください。

所沢市

所沢市は、西武新宿線、西武池袋線、JR武蔵野線など複数の路線が乗り入れる都心からアクセスのよい近郊ベッドタウンとして注目を浴びています。また日本で最初に飛行場が開設されたことから日本の航空発祥の地としても有名です。1950年開業の西武園ゆうえんちが2021年に昭和の熱気と非日常体験が満ちあふれる「エモい」遊園地へとリニューアルされた事で話題になりました。

熱中症と食中毒にご注意ください!

今年はずでに4月から30度を超える夏日となる地域があったりと、すでに熱中症や食中毒に注意が必要となってきました。梅雨や夏に体調を崩さず過ごせるよう、下記に注意してお過ごしください。

熱中症に注意!家にいても熱中症にはなります。

今年のゴールデンウィークは地域によっては夏日になるなど早くも暑い日が続きました。また、消防庁が公表しているデータによりますと、昨年に比べ、同時期に熱中症で救急搬送された人数も全国で664人と200人以上増えています。

救急搬送の内訳をみると半数以上が高齢者であり、発生場所別でも約3割が住居となっています。家の中でも熱中症になることがあります。これからの季節、さらに暑さが増してくるため、体調管理に注意して夏を乗り切りましょう。

全国の熱中症による救急搬送状況 令和6年4月29日～5月5日(速報値)

年齢区分別		
新生児	0人	0.0%
乳幼児	18人	2.7%
少年	117人	17.6%
成人	186人	28.0%
高齢者	343人	51.7%
合計	664人	100.0%

発生場所別

住居(敷地内含む)	204人	30.7%
仕事場(工場・作業所等)	16人	2.4%
仕事場(農林畜産業)	31人	4.7%
教育機関	31人	4.7%
公衆(屋内)	58人	8.7%
公衆(屋外)	162人	24.4%
道路	120人	18.1%
その他	42人	6.3%
合計	664人	100.0%

「隠れ脱水症」セルフチェック

爪押しで
セルフチェック



尿の色で
セルフチェック



厚生労働省ホームページ
「働く人の今すぐ使える熱中症ガイド」より

総務省消防庁のホームページ掲載「熱中症による救急搬送人員(4月29日～5月5日速報値)」をもとにトーカイにて作成

熱中症予防 4つの 行動ポイント

- ✓ 部屋の温度に注意し、エアコンや扇風機を上手に使いましょう。また、こまめに換気をしましょう。
- ✓ のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をしましょう。
- ✓ 涼しい服装、日傘や帽子で暑さを避けましょう。
- ✓ 熱中症警戒アラート発令中は外出をできるだけ控え暑さを避けましょう。



上記、対策以外にも厚生労働省では「熱中症予防のための情報・資料サイト」を開設し情報発信しています。ご利用者様への熱中症予防の呼びかけする際に活用できる普及啓発用のリーフレットなども掲示しています。

厚生労働省ホームページ「熱中症予防のための情報・資料サイト」

https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/



食中毒に注意!細菌が原因となる食中毒は夏場(6月から8月)に多く発生しています。

夏場の食中毒の原因となる細菌の代表的なものは、腸管出血性大腸菌(O157、O111など)やカンピロバクター、サルモネラ属菌などです。食中毒を引き起こす細菌の多くは、室温(約20℃)で活発に増殖し始め、人間や動物の体温ぐらいの温度で増殖のスピードが最も速くなります。また、細菌の多くは湿気を好むため、気温が高くなり始め、湿度も高くなる梅雨時には、細菌による食中毒が増えます。

多くの食中毒症状は細菌が体内に入ってから1～2日後に起こります。嘔吐や下痢など食中毒と思われる症状が見られたら早めに病院で受診しましょう。

(参考:政府オンライン「食中毒予防の原則と6つのポイント」より)



細菌性食中毒 予防の三原則

つけない

食中毒の原因菌を食べ物につけないように、調理器具と手は洗剤や石鹸を使い、よく洗いましょう。肉や魚の汁が他の食品につかないように注意が必要です。

増やさない

細菌の多くは10℃以下で増殖しにくくなり、-15℃以下で増殖が停止します。生鮮食品は購入後すみやかに冷蔵庫に入れ、早めに食べましょう。

やっつける

ほとんどの細菌は加熱によって死滅するので、しっかり加熱して食べましょう。また、肉や魚、卵を使用した調理器具は洗剤でよく洗ってから熱湯をかけることも有効です。



厚生労働省ホームページ
「家庭での食中毒予防」

トーカイ通信に関するご意見・プレゼントの応募について

プレゼントの合い言葉「2406」 プレゼント応募締切:2024年6月30日(日)

トーカ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「所沢名菓 ファルマン」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「トーカイ通信2024年6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、今後のトーカ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

【送付先】



トーカイ通信プレゼント

検索

■アクセス方法 (株)トーカイホームページトップ画面 ⇒ 介護用品レンタル ⇒ 2024年6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/株式会社トーカイ 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

※本紙に基づくお客様の決定や行為、それに伴う結果について、当社は一切の責任を負いかねます。

2024.6 [Vol.121]



※本紙に使用しているQRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です