

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、いよいよ本格的な夏がやってまいりました。厳しい暑さが続く季節となりますが、皆さまお変わりなくお過ごしでしょうか。水分補給をこまめに行い、体調には十分ご注意ください。

夏の冷えすぎにご用心!



冷房が欠かせない季節。しかし、冷房で体を冷やしすぎると「冷房病(クーラー病)」を引き起こし健康に悪影響を及ぼします。体調を崩さないためにできる冷え対策について調べてみました。

冷房病(クーラー病)とは?

冷房の効いた環境に長時間いることで、自律神経のバランスが乱れ、体調不良を引き起こす状態を指します。症状は多岐にわたり、手足の冷え、倦怠感、疲労感、肩こり、頭痛、食欲不振、消化不良などがあげられます。冷房病は、自律神経や体温調整機能が低下しやすい高齢者や冷え性の方に起こりやすいといわれています。

予防のポイント

適切な室温設定	冷房の設定温度は25~28℃を目安にし、屋外との温度差を5℃以内に保ちましょう。	
服装の工夫	靴下やカーディガン、ひざ掛けなどを活用して、体を冷やさないようにしましょう。	
風向きを調整	冷風が直接体に当たらないよう、風向きを調整しましょう。	
温かい飲み物や食事	温かい飲み物や食事をとり、体の内側から温めましょう。	
適度な運動と入浴	軽いストレッチやウォーキング、ぬるめのお湯での入浴で血行を促進し、冷えを防ぎましょう。	

体を冷やさないおすすめの飲み物は?

暑いとのどが渇き、無意識に冷たい飲み物を選びがちかと思いますが、冷えや自律神経の乱れを和らげるためには、冷たすぎない飲み物や、体を内側から温める飲み物が効果的です。



飲み物	温度	効果
水	常温	水よりも胃腸に負担が少なく、吸収も早いです。
生姜湯	温	生の生姜に多く含まれる辛み成分「ジンゲロール」は血行促進に効果的で、加熱することでより深部から体を温める作用が強い「ショウガオール」に変化します。
ほうじ茶	温	焙煎されたお茶によって体を内側からじんわり温めてくれます。カフェインが少ないことから、胃腸にもやさしいです。
ココア	温	ココアに含まれる「カカオポリフェノール」と「テオブロミン」が血行を促進し、冷え性の緩和に効果的です。

体を内側から温める

『生姜ココア』レシピ

材料(2人分)

純ココア……小さじ2
砂糖……小さじ2
牛乳……350cc
生姜……小さじ1

作り方

- 鍋に純ココア、砂糖、牛乳50ccを入れて、混ぜながら弱火にかける。
- 滑らかになったら残りの牛乳(300cc)を少しずつ混ぜながら加える。
- すりおろしの生姜を加えて、沸騰直前で火からおろす。

東京都
大田編

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

東京都 大田区 穂寿庵本店

『江戸あげ餅 六郷 こがね、江戸あげ餅 六郷 こんぶ塩』

〒144-0045 東京都大田区南六郷2-19-4 TEL: 03-3739-4520

営業時間: 10:00 ~ 17:00 定休日: 日曜日、第2・第4月曜日

今回大田営業所がオススメするのは、穂寿庵さんの「江戸あげ餅 六郷 こがね」と「江戸あげ餅 六郷 こんぶ塩」です。

穂寿庵さんでは、厳選した銘柄杓や新鮮な自然素材を使用し、化学調味料を使わず有機丸大豆醤油のみを使用した、こだわりの商品開発をされています。

なかでも「江戸あげ餅 六郷 こがね」は大田区のお土産100選にも選ばれており、地元商店街だけではなく多くの方から愛される商品で、シンプルな昔ながらの醤油味が特徴の一品です。サクサクした食感とあげ餅独特の香りを、どうぞ堪能ください。

今回のプレゼントでは、「江戸あげ餅 六郷 こがね」と北海道産昆布を使用した塩味が特徴の「江戸あげ餅 六郷 こんぶ塩」の2袋セットを準備しております。

HP: <http://www.hojuan.com>



大田営業所
おススメ

奥左から 曾根、佐々木、北村、木多
中左から 遠藤、加藤、平等
前左から 江口、立松、山口、田村



大田営業所は大田区と目黒区を担当しており、11名の所員の半数以上が20代と若く、元気と活気のある営業所です。

大田区は歴史ある地域が多く、自然にあふれています。また、大田営業所がある「久が原の町並み」は、見慣れたチェーン店が少なく、雰囲気もおだやかです。ぜひ遊びに来てください。

大田区は都内で最多の銭湯数!

大田区は都内で最も銭湯の数が多く地域といわれています。昔懐かしい宮造りの銭湯や湯船に浸かりながら泳いでいる魚が見える銭湯など様々です。

関東南部では淡褐色や黒褐色の「黒湯」と呼ばれる温泉が広く分布し、大田区には黒湯が楽しめる銭湯もあります。湯あたりが良く、美肌効果や保湿効果、血行促進などの効果があるとされています。

読者プレゼント 20名様

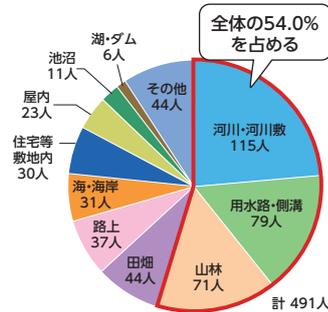
トーカイ通信に関する意見・ご感想などをお寄せいただいた方の中から抽選で20名様にプレゼント。

※詳しくは裏面をご覧ください。

警察庁の最新統計によると、令和6年の認知症やその疑いがある人の行方不明届出件数は全国で18,121人と発表されました。また、そのうち死亡者数は491人であり、その77.8%に当たる382人が行方不明となった場所から5km圏内で死亡確認されています。

死亡確認場所

死亡確認場所は、河川・河川敷(115人)、用水路・側溝(79人)、山林(71人)で全体の54.0%を占めています。これらの場所は、人的捜索が困難となる場合も多く、発見の遅延が行方不明者の生命に大きく影響されると考えられます。



迅速な捜索活動が重要

警察庁は実情を踏まえ、認知症の人が行方不明になり、どこに向かったのか分からない場合は、**行方不明になった場所の周辺を迅速に捜査することが重要**であるとしています。

また、行方不明者の早期発見・保護のためには、GPS機器等による位置情報の早期把握や、無人航空機(ドローン)による捜索が効果的であるとの認識を示しました。

当社では①GPS+②24Hのフォロー体制+③賠償保険を組み合わせた介護保険外レンタル「トーカイどこどこサービス」の取り扱いがごございます。徘徊にお困り際には営業担当へご相談ください。

参考：警察庁「令和6年における行方不明者届受理等の状況」



徳島市の伝統芸能『2025年 阿波おどり』に協賛をさせていただくことが決定いたしました

当社は地域に根ざした活動を積み重ね、今年創業70周年、徳島出店30年という節目の年を迎えることができました。これからも伝統ある阿波おどりと共に、これまで以上に地域の発展に貢献できるよう努めてまいります。

阿波おどりととは

阿波おどりは400年以上の歴史があり、毎年8月11日から15日までの5日間、徳島市内に国内外から100万人を超える観光客が訪れ、街全体が熱気に包まれます。阿波おどりは古くから「手をあげて、足を運べば阿波おどり」と言われるくらい、初めての方にも親しみやすいのが特徴です。

開催日・場所

2025年8月11日(月・祝) アスティとくしま
2025年8月12日(火)～2025年8月15日(金) あわぎんホール、屋外演舞場



協賛記念

アンケートにご回答いただいた方の中から、観覧ペアチケットプレゼント!

抽選で20組 40名様



オープニング 匠の舞台 優りび SUGURIBI S席(指定)

開催日：2025年8月11日(月・祝)
開催場所：アスティとくしま(徳島市山城町東浜傍1-1)
開演時間：第1部12:00～(公演約80分)



*プレゼントのチケットは第1部のみとなり、第2部、第3部への変更は承っておりません。予めご了承ください。

公演内容：阿波おどり振興協会及び徳島県阿波踊り協会の両協会ごとに、選りすぐられた卓越した技量を持つ総勢約600人の踊り手による究極の舞台。

QRコードからアンケートにご回答のうえ、阿波おどり観覧ペアチケットが当たるプレゼント企画にぜひご応募ください。

阿波おどり観覧ペアチケットプレゼント応募締め切りは、**2025年7月21日(月・祝)** ※ご当地グルメ応募と締切日が異なります。

※イベント詳細につきましては、右記QRコードもしくは下記URL「阿波おどり未来へつなぐ実行委員会」HPにアクセスいただきご確認ください。
<https://www.awaodorimirai.com>

阿波おどり未来へつなぐ実行委員会HP



※「阿波おどりペアチケット」と「ご当地グルメ」両方の応募をご希望の方は、お手数をお掛けしますがそれぞれご応募願います。

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「2507」

プレゼント応募締切:2025年7月31日(木)

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「江戸あげ餅 六郷 こがね、江戸あげ餅 六郷 こんぶ塩」を合計20名様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2025年7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達業者への住所・氏名・電話番号の開示のため

※本紙に使用しているQRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です

【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⇒2025年7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。

2025.7 [vol.134]