



しまむら医療介護 G

令和7年9月
(長月)
第230号



「秋桜」



島村TCC

かわら版

発行人：医療法人社団 洗心 (理事長) 島村善行
編集人： 苅野一郎

理事長からのメッセージ 医療法人社団洗心 理事長・しまむら医療介護グループ 総括責任者 島村 善行(医学博士)

1. はじめに

秋の気配を感じるはずの季節になっても、まだまだ暑い。熱中症対策も、要注意。

10月から;新型コロナ・インフルエンザワクチン事業が始まります。

2. 予防に勝る治療なし

① **ものわずれ検診**:脳MRIと、生活習慣病指による予防対策実施中

当院の新型AI搭載MRIは、VSRAD(認知症特化ソフト)と組み合わせられ、質の高い診断と、脳神経外科専門医の指導対応中。日ごと人気上昇中。今までになかった診断能力で、診断医師もビックリ。認知症の分類診断も可能。さらに、突然死を心配される、脳動脈瘤の早期発見にも寄与中。

② **がん検診**:余りにも残酷な現状をなんとか打破したい(キャンペーン実施)

皆さまの安心人生に寄与したい。(下図参照)

“がんは早期発見すれば、80~90%が直ります。先日8/27付で、松戸隆正市長名で「がん撲滅キャンペーン2025」参加の周知についての依頼文が届きました。各種健(検)診委託医療機関に対する「全国キャンペーンを実施せよ、あなたのところ

もしっかり頼みますよ！」との要請文です。がん臨床50余年のわたくしにとっては、身の引き締まる思いで、決意を固めました。医師人生55年、4,000人の死亡診断を書き、大半の死因が“がん”であります。がん宣告され、突然の人生の終焉を無理矢理考えなければならなかった一人一人の顔が、そして最愛の家族の悲壮感が蘇ってきます。元気で働けるのに末期がん、そんな残酷なことはないと悲嘆に暮れる。そして着実に症状が現れ、命を奪う。こんな現実を毎日味わっています。「予防に勝る、治療なし！」なぜ、熟知している我が仲間よ、家族を亡くし、自分もなるだろうと心配している人達よ。このキャンペーンをきっかけに、予防の地域運動の波を作ろうよ！

③松戸で2施設(千葉県では68施設)の「協会けんぽ扶養家族の「追加パック」実施検診機関としても認定されています。資格認定取得に2年近くかかりました。そんな施設で検診を受けて下さい。

4. おわりに

たった年に一回の精密検査にて、安心と命の担保、経済的にも圧倒的に有利な検診を受け、安心人生を送りましょう。

<国を挙げてのがん検診(松戸市長推奨)>
まずは受けましょう

国が推奨するがん検診(下記)

がんは、早期発見すれば80~90%が治ります

ぜひ、この機会にがん検診を受けてください。

がん種別	検査項目	対象年齢	実施頻度
胃がん検診	胃エックス線検査 [※] または胃内視鏡検査	50歳以上	2年に1回
大腸がん検診	便潜血検査(検便)	40歳以上	1年に1回
肺がん検診	胸部エックス線検査および喀痰細胞診 [※]	40歳以上	1年に1回
乳がん検診	マンモグラフィ	40歳以上	2年に1回
子宮頸がん検診	視診、子宮頸部の細胞診および内診	20歳以上	2年に1回

<どうしてもうけてほしいがん検査>

当院で特に推奨するがん検診
: 当院の**がん特化検診**

胃・大腸がん : 胃・大腸内視鏡
肺がん : 肺CT
乳がん : 触診、エコー、マンモグラフィ
子宮頸がん : 視診・細胞診 (婦人科紹介)

忘れてはならないがん

***膵がん** : がん死亡率 3位
***前立腺がん** : がん罹患率 1位
(がんになりやすい率)
(男; 1位、男女: 5位)

膵がん : エコー、MRI/MRCP
前立腺がん : 採血、エコー、MRI

《医療と介護で地域と共に歩む“しまむら医療介護グループ”》 がんの患者さんは、いつでもご連絡を！



医療法人社団洗心
しまむら医療・介護グループ

千葉県松戸市松戸新田 21-2
(電話) 047-308-5546



医療法人社団 洗心 本部便り(No. 59)

医療法人社団洗心 副理事長・ 島村 真実

いつもかわら版をお読みいただきありがとうございます。
ございます。

令和7年9月14日にさくら島村トータル・ケア・クリニックで夏祭りを行います。

今回の夏祭りは、スーパーボールすくいや、輪投げ、盆踊りなど楽しいイベントをご用意しております。

さらに今回は、特別に最新のMRIを4,500円で診察料込みで受けられます。見学もご用意しておりますのでお気軽にお越しください。

また、11月には「デジスマ」アプリを導入予定です。こちらはキャッシュレス、予約診療により時間の短縮ができますのでぜひご活用ください。



<地域連携室> 便り(No.82)

地域連携室・室長 佐々木 奈々

気象庁の3ヶ月予報によりますと季節の進行が遅く、関東甲信は、9月と10の気温が編年より高いと予想されているようです。お盆が過ぎてもとても暑い日が続いていますが、秋の深まりがまだしばらく続きます。ここ数年、暑いと夏服が長く活躍する毎日であったのに、急に肌寒くなり長袖の出番がきたと感ずることがありましたが、今年もそのようになるかもしれません。

この夏も熱中症と疑われる方の救急搬送が多かったようです。当院にも症状を訴えて救急搬送や外来受診される患者様もいらっしゃいました。暦の上では秋になりますが、油断せずに暑さ対策を行い、熱中症予防に努めていただきたいと思います。

1. こまめに水分摂取をしましょう

高齢者は喉が渇いたと感じにくく、脱水状態になりやすいです。どの世代でも喉が渇いたと感じた時に水分補給をするのでは遅いため、一度にたくさん飲むのではなく、こまめに水分を取りましょう。

2. 室内の温度・湿度調整をしましょう

冷房や扇風機の風を嫌う高齢者の方が多いですが、日差しのない室内で過ごされてい

ても、高温多湿や無風であると熱中症の危険が高くなります。冷房や除湿器、扇風機などを上手に使い、室温調整を行いましょ。

3. 入浴前後や就寝前の水分摂取をしましょう

入浴や就寝中に汗をかいたため水分が失われます。入浴前後にコップ1杯の水分を、就寝前の30分～1時間前にも飲むのがお勧めです。就寝中のトイレが気になる方でしたら、寝る2時間前には水分を控えめにし、寝る直前に一度トイレに行くようにすると良いようです。

日々の生活の中で熱中症に注意し、出来るだけ涼しい時間などで体を動かすことで体力増進を心掛け、暑い時期を乗り越えましょ。

その中で、7月に島村トータル・ケア・クリニックで健康祭がございましたが、さくら島村トータル・ケア・クリニックにおいて9月14日に夏祭りが開催されます。イベント内容が異なっており、広い会場で楽しめる内容となっておりますので、暑さ対策をしながらぜひ遊びにいらっしょってください。

<島村トータル・ケア・クリニック 診療担当医予定表（令和7年 9月）>

		日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日		土曜日			
外来診療	午前 (9:00~13:00)	休診	島村院長	島村院長	島村院長	休診	島村院長	磯部医師 (漢方) (第2・4)	島村院長			
			荒木副院長	荒木副院長	荒木副院長		荒木副院長		荒木副院長			
				近 医師	近 医師		近 医師		近 医師			
			黒崎医師 (内視鏡)		福田医師 (内視鏡)		永井医師 (内視鏡)		向後医師 (内視鏡)			
	午後 (14:00~17:00)		島村院長				島村院長		休診	島村院長	〈午前〉 9:00~13:00 〈午後〉 14:00~17:00	島村院長 (15時迄)
				荒木副院長	荒木副院長					荒木副院長		
				横田医師 (予約)	中川医師					中川医師 (第1.3.5)		
				近 医師	近 医師		近 医師			近 医師		
検査	超音波 CT	○	○	○		○		○				
	内視鏡 (午前)	○ (胃・大腸)	○ (胃・大腸)	○ (胃・大腸)		○ (胃・大腸)		○ (胃・大腸)				
在宅療	(午後)	(医師)	荒木副院長	横田医師	島村院長	西野医師	荒木副院長					

※外来休診日:木曜日・日曜日・祝日

※外来診療時間:(午前) 9:00 ~ 13:00 *受付締切 12:30

(午後)14:00 ~ 17:00 *受付締切 16:30

※専門外来・漢方外来:磯部医師(予約制)(第2・4 金曜日)

・物忘れ外来:中川医師(水曜日午後・第1.3.5土曜日午後)

【診療科目・診療曜日 及び 時間】 変更のお知らせ

※新規医師 : 近 利雄(こん としお)医師 … 9月2日から勤務になります。

※医師退職 : 荒木副院長 … 9月17日まで勤務

※医師休診 : 近 利雄(こん としお)医師 … 9月16日(火曜日)



医療法人社団洗心
さくら島村トータル・ケア・クリニック

千葉県松戸市和名ヶ谷 1424-22
(電話) 047-312-7600

<院長メッセージ> 医療法人社団 洗心 さくら島村トータル・ケア・クリニック 院長 西野 和義

さくらクリニックの院長の西野です。いつもかわら版をご愛読いただきましてありがとうございます。私はこのさくらのコラムを担当して毎月原稿を書いておりますが、少しでも皆様に当クリニックについてのご理解を深めていただければ幸いとの思いから執筆している次第です。

当さくらクリニックが開業して1年と1ヶ月が過ぎようとしていますが、改めて私なりに当院の強みと弱みを改めて考え、今後の運営上の対策に結びつけることができれば良いと思います。このテーマは非常に大きく、本格的に考えていくととてもこの紙面で論じられるものではないのですが、要点だけ述べてみます。

まず強みについてですが、考えやすくするためにハードとソフトに分けて考えてみます。ハード面での強みは駐車場が広くて車でアクセスがしやすいこと、当院近くに「陣が前」というバス停留所があり、この停留所はいくつかのバス路線の要衝になっていてバスでの通院でも便利な点です。また、クリニックの敷地が広くて今後診療部門の拡充が望めます。また高機能のMRIを設置しており、脳血管疾患や脳動脈瘤、認知症などの脳疾患や実質臓器のがん診断や脊椎関節疾患の診断に威力を発揮しています。

ソフト面では私の専門が糖尿病甲状腺内分泌内科であり、まだまだ途上ですが生活習慣病の管理が深化しつつある点です。また非常勤ではありますが整形外科と脳神経外科も併設していて高齢者の多い骨関節疾患や認知症の専門診療が充実してきたことがあげられます。さらにリハビリ部門とデイケアセンターが併設されていて身体の不自由な高齢者の方の日常生活への復帰や生活のサポートを担っていて高齢患者さんを総合的に診療管理させていただいている点だと思います。

逆に弱みはなんでしょうか。同じくハードとソフトに分けて考えてみます。ハード面ではまず鉄道のどの駅からも遠方で電車でのアクセスが困難な点です。電車通勤されている勤務者の方にとって駅近辺の医療機関が望ましく、この点で当院は不利だと思います。またMRIを擁している反面、エコーやCTなどのより簡便で広く診断に用いられる機器がないことです。ソフト面では...

考え始めるときがありません。どのクリニックでも一長一短はあり、すべて完璧なところはないと思います。この文章を書いているうちに、さくらの長所を伸ばし短所を克服していく不断の努力を続ける決意を改めて固めた次第です。

さくら島村トータル・ケア・クリニック
松戸一の総合生活習慣病治療のメッカ
最新型MRIセンター

高齢で一人になっても楽しく住める町 松戸作るゾ!

夏まつり

2025 9/14 日

10時～15時(9時開場・参加料無料)

医師による病気の話
最新MRI体験
医療と介護に関する相談会
フレイル健診

プロ演奏家の生演奏会
マジックショー
フラダンス
盆踊り
フリーマーケット
キッチンカー

会場: さくら島村トータル・ケア・クリニック
松戸市和名ヶ谷1424-22 夢庵(ゆめあん)和名ヶ谷店様奥

お問い合わせ: さくら島村トータル・ケア・クリニック
TEL 047-312-7600 (担当: かかず事務長)

さくら島村夏祭り

2025. 9.14 日 9:00開場

医療と介護の話
10:00～11:00
西野院長 高齢者腰痛について
鈴木デイケア主任 デイケアについて
島村理事長 最新型MRIはスゴイ!
岡田放射線技師 最新型MRIについて

各種イベント
11:00～14:00
一流プロによる生演奏 町の人気芸人による南京玉すだめ
クリニック放射線技師によるマジックショー
まろのダンサーによるフラダンス 盆踊り

各種コーナー
10:00～15:00
医療と介護の相談会 最新MRI体験
フレイル健診
フリーマーケット
キッチンカー
野菜販売 子どもコーナー(おみよげ有り・プール水遊び)

広い会場 いっぱい楽しもう!

会場: さくら島村トータル・ケア・クリニック
松戸市和名ヶ谷1424-22 夢庵(ゆめあん)和名ヶ谷店様奥

お問い合わせ: さくら島村トータル・ケア・クリニック
TEL 047-312-7600 (担当: かかず事務長)



医療法人社団洗心
さくら島村トータル・ケア・クリニック

千葉県松戸市和名ヶ谷 1424-22
(電話) 047-312-7600

< さくら島村トータル・ケア・クリニック 診療担当医予定表 (令和7年 9月) >

	月	火	水	木	金	土
午前	糖尿病/内科 (西野)	内科 (西野)	内科 (西野)	休	内科 (西野)	糖尿病/内科 (西野)
	内科 (林)	整形外科 (加藤)	もの忘れ外来 脳神経外科 (中川)		整形外科 (江澤)	もの忘れ外来 脳神経外科 (中川) 第1・3・5
午後	内科 (西野)	甲状腺 内分泌/内科 (西野)	糖尿病/内科 (西野)	診	糖尿病/内科 (西野)	糖尿病/内科 (西野)
		整形外科 (加藤)			整形外科 (江澤)	

※外来休診日: 木曜日・日曜日・祝日

※外来診療時間: (午前) 9:00~13:00 *受付時間 8:30~12:30
(午後) 14:00~17:00 *受付時間 13:30~16:30

※休日当番医: 5/11(日) 9:00~17:00

医療法人社団 洗心 ケアプランさくら

介護支援専門員 田中 忠義

皆様、いつも、大変お世話になっております。

今回は、ケアプランにつなげる際、6つの領域のニーズの一つである、社会交流、意欲、楽しみについて説明致します。

地域社会との関わり、具体的には、近所付き合いや友人、なじみの喫茶店や美容院、スーパーマーケットなどとの関わりからニーズを考えていきます。

外出は、体力の維持や認知症予防にも影響しますので、介護予防、重度化予防の観点からも大切な領域です。また、当たり前のことではありますが、人が日常生活を送るうえで、ただADLが自立し、家事や生活管理が整っているだけでは、ケアマネジャーとしての責務を果たしているとはいえません。

そこに、潤いや楽しみがなければ「生活を支援する」とは言えないのではないのでしょうか。

その人が楽しみにしてきた趣味活動、家庭内や地域での役割をできるかぎり継続することが、日常生活を生き生きと送るための意欲を維持してくれます。喪失感や孤独を感じることの多い高齢期だからこそ、社会交流は大切な支援であり、プラン内容となります。長期目標として考えられることが多い領域です。社会的交流、意欲、楽しみの観察ポイントとニーズは以下の通りです。

- ①近所付き合い、本人
- ②なじみの喫茶店や美容院、スーパーマーケット
- ③これまでの楽しみにしてきた趣味活動
- ④家庭内や地域での役割

お問い合わせ、見学は随時対応しています。

(TEL 番号) 047-711-8007

お気軽にご連絡ください。

デイケアセンターさくら

祭 夏祭り開催 祭

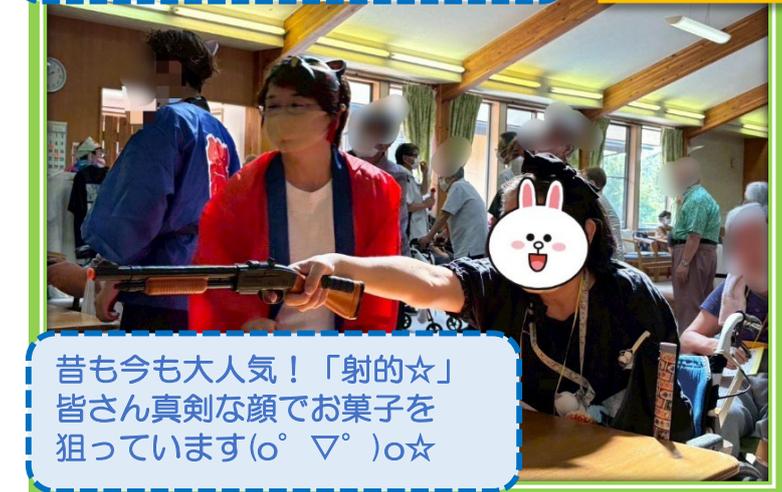


通信

令和7年9月号 vol.013



「ガシャポン！」
出てきた番号の景品がもらえます☆
皆さん目がキラキラ！(*°▽°*)



昔も今も大人気！「射的☆」
皆さん真剣な顔でお菓子を
狙っています(o°▽°)o☆



「ヨーヨー釣り」
好きな色にねらいを
定めて～☆

デイケアセンターさくらは、通所リハビリテーションです。
いろいろなイベントで皆さんに喜んでいただいています。
見学は無料ですので、お気軽にお問い合わせください。

医療法人社団 洗心
デイケアセンターさくら

〒270-2232
松戸市和名ヶ谷1424-22

TEL 047-312-7530

FAX 047-312-7322



メールでの
お問い合わせは
dcsakura.senshin.
gp@gmail.com



Instagram
始めました！
@dcskr.senshin



@DCSKR.SENSHIN



まだまだつづく…さくらの夏祭り 



二年ぶりに「さくらの夏祭り」が開催されました～！！久しぶりにお会いした元さくら相談員さん、利用者様同士も会話が弾みます(^_^)☆ 室内盆踊り、ミニお神輿も出ました～☆



 **きゅうりたっぷりごまだれそうめんつゆ**

材料(2人分)

・きゅうり	3本	・さとう	大さじ1
・塩適量	(塩もみ用)	・すりごま	大さじ3ぐらい
・めんつゆ	(二倍濃縮なら)大さじ2程度	・味噌	大さじ1
・水適量	(味を見つつ足してください)		



[作り方]

- ① きゅうりを薄くスライスする
- ② スライスしたきゅうりは塩もみして余分な水分を切る
- ③ ②に水、めんつゆ、さとう、すりごま、味噌を加えて混ぜる
- ④ お好みで味を調える

☆アレンジ☆ 味噌をコチュジャンとかにしてもおいしいです(*'▽')



「相続を考える」

生命保険金の活用

生命保険金は本来相続税財産では有りませんがみなし相続財産として取り扱われます。高齢者になっても保険に加入することができます。

相続税法においては、生命保険金について非課税枠が認められています。

非課税限度額(500万円×法定相続人の数)

その為、被相続人の預金で生命保険金を掛ければ、相続財産である預金から生命保険金に代わることによって、相続財産を減らすこと出来ます。同時に生命保険の受取人は相続税の納税に充てることもできます。

また、保険金は被相続人が保険金受取人を指定することができるので、その分については相続の分割協議は必要がありません。保険会社から保険金受取人に支払われます。

ただ、注意点があります。

相続人以外の者が保険金受取人になっている場合には相続税の納税義務者になります。

この場合には相続税額の原則20%が加算されます。ただし、代襲相続人の孫の場合は加算はありません。

高齢者が生命保険に入る条件は

1. 加入可能年齢は70～80歳前後まで
2. 健康状態の告知・診査が必要
3. 保険料が非常に高い
4. 目的が相続対策・葬儀費用準備が中心

ただし、節税目的での短期加入は税務上否認リスクがありますので注意が必要です。

<鎌倉康裕公認会計士・税理士事務所>

松戸市新松戸1-493 新松戸プラザハイツ1201号
(TEL) 047-348-5562
(FAX) 047-348-5563

『歯と健康』シリーズ (No.225)

ようこ歯科クリニック 院長 高野 陽子

一昔前は虫歯の基本的な対応は、早期発見早期治療でしたが、虫歯は一方的に進むだけではなく穴が開く前の初期虫歯であればカルシウム成分が唾液から取り込まれる事で進行を止められたり、条件を整えば回復できることもあります。なので、虫歯への基本姿勢は早期発見早期管理(早く見つけて長く見守る)へと大きく変わってきています。

虫歯の溝が黒くなってきている場合、まず虫歯なのか着色なのかを調べます。これは、お茶などの成分が溝にたまり黒や茶色に見えることがよくあるからです。虫歯かどうかを判定するには、歯の表面を清掃したうえでレントゲン検査で内部に進行していないか確認します。

削る必要がある大人の虫歯の条件は、歯の表面を乾燥させた状態で目に見える穴が開いている、食べ物詰まったり、冷たいものがしみるなど

の症状がある、見た目を改善したいと患者さんご本人が希望している、レントゲン検査で虫歯が象牙質の深さ三分の一に進んでいる、患者さんが虫歯になりやすいなど、このうちの複数当てはまる場合にはただちに詰める治療が勧められます。

ただし、一見、歯に穴が開いていなくても見えない中で大きく広がる隠れ虫歯の可能性もあります。そのため、虫歯の進行が速い7歳から18歳ごろは、特に歯磨きを徹底するほか、定期的に歯科医院に通いフッ素を塗ってもらったり、レントゲンで観察してもらうことをお勧めします。

<ようこ歯科クリニック>

松戸市野菊野 6-6-107
(TEL) 047-367-1230

※野菊野商店街内郵便局前

踊りだ！神輿だ！お楽しみ満載、納涼祭！



昔取った杵柄の手技が、往時を語る。
入居者様もスタッフも、
笑顔で練り歩く納涼祭



スタッフ渾身の手づくり神輿、健康と
幸せを願い、笑顔の輪を練り歩く





和名ヶ谷ほたるの里



立秋も過ぎましたが、現在は立秋後に最高気温を更新することも珍しくないそうです。テレビでの猛暑日のニュースや外の日差しの強さに利用者の皆様と秋はまだ遠いねと話しています。せっかくなのでまだまだ夏を満喫していただこうと、冷やし中華やあんこシェイクを提供したり、お好きな海鮮丼を選んでいただいて召し上がっていただきました。

認知症対応型共同生活介護
グループホーム
和名ヶ谷ほたるの里

千葉県松戸市和名ヶ谷 664-1
(電話) 047-712-1012





えがお訪問看護ステーション



看護師 吉越 真代

暑い日が続いておりますが、体調は大丈夫でしょうか？

この時期、心配なのが【熱中症】 重症化すると意識障害やショック症状などを起こ

し命に関わることも！！ 今回は熱中症のセルフチェックをご紹介します。

危険度セルフチェック

- めまいやたちくらみ、ふらつきがある
- 筋肉痛や足のつりがある
- 頭痛や吐き気がある
- からだがほてり、大量の汗が止まらない
- 尿の色が濃い、または排尿があまりない
- 親指で他の爪を1回押し、ピンク色に戻るまで3秒以上かかる などです。

1つでも当てはまるなら、熱中症のサインかもしれません。

熱中症は予防が大切です。

適切な服装の選択、涼しい場所で過ごす、そしてこまめな水分補給（飲めるなら、経

口補水液やスポーツドリンク、麦茶など）をして軽症のうちに適切な対応をしましよ

う。ご相談は、えがお訪問看護ステーションまで。。

えがお
訪問看護ステーション

千葉県松戸市松戸新田 21-2
穀物菜館ビル 3階
(電話) 047-364-7778





看護小規模多機能型居宅介護
看多機しまむら

松戸市松戸新田 21-2
穀物菜館ビル 3F
(電話) 047-712-0601



七夕の短冊 📄



浴衣と手作りうちわ ✨



夏祭り 😊



ゲートボール 🏏

猛暑日が続いていますが、夏に入った看多機しまむらもパワフルに毎日を楽しみました。七夕には短冊に願いをしたため、うちわを手作りし、浴衣を着たりしました。夏祭りでは、射的や輪投げをし、昼食には夏祭りセットを召し上がっていただきました。他にも、みんなでゲートボールをしたり、マクドナルドに行ってみたりしました。楽しいことをたくさんして、笑顔あふれる夏のスタートになりました。まだまだ夏の厳しい暑さは続きますが、熱中症、感染症には十分気を付けて楽しい日々にしていけたらと考えています。



マクドナルド 😊



はるちゃんの本棚より STCC 写真愛好会様の写真集が発行されました！
ハルカフェまたは Amazonにて発売中です！
会員様の写真は島村トータル・ケア・クリニックに
展示されています。ぜひお楽しみください。



『撮って 語って 楽しんで
生き生き長生きボケずにポックリ、死ぬときゃ100才百歳』



著者 STCC 写真愛好会代表 高橋肇

この本は、写真撮影活動を通じて健康長寿者をめざす高齢者写真グループの作品集です。
このたび、わたしたち「STCC 写真愛好会」では、会員写真作品を集めた写真集を発行
することになりました。

STCC 写真愛好会は、2007年(平成19年)に井関勝義が会長となってクリニック院長
島村善行とともに創りあげた、写真が大好きなグループです。松戸市にある有床診療所「島
村トータル・ケア・クリニック (STCC)」の患者やその家族が、島村院長の提唱する「予防
にまさる医療なし、生きがい・やりがいをもって健康長寿者をめざそう」という考えの
もとに、趣味の“写真”を超える意義をみつけて日々を楽しんでいます。

毎月1回の例会は、撮影会・展示会見学・DVD鑑賞、そしてそれぞれの作品を各人の観
点から評価する合評会などで、写真技術の向上をはかっています。「愛好会」の名称にふさ
わしく写真を愛し笑顔と語らいのある時間をすごしています。題材は個人に任せていま
すが、自然の風景、季節毎の草花、旅のスナップが多いようです。

この写真集は、20年近いわたしどもの取組みの記録です。こころにとどめたい画像、旅
先の感動、四季の風景など・・・会員が思いをこめて撮った作品が、オールカラーで30点
掲載されています。また、発行計画中に急逝した井関初代会長を偲ぶ記事では、アマチュ
ア写真クラブとしての「STCC 写真愛好会」リーダーの足跡をたどりました。

会のモットーは、「生き生き長生きボケずにポックリ、死ぬときゃ100才百歳」。

撮って・語って・楽しんで、観たこと・感じたこと・いまの姿を残そう繋ごう、感動写真
を求めて長老94才を筆頭に高齢写真家がシャッターをきょうも押し続けています。

洗心苑厨房

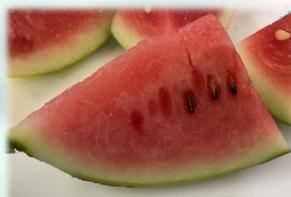
今年も連日の猛暑・残暑により各地での緊急搬送などのニュースをよく耳にしました。特に高齢者の方は体温調整が難しく、体調を崩しやすいので注意が必要。

施設内はもちろん冷房が効いていますが、室内でも熱中症のリスクはあり、こまめな水分補給、合わせて塩分や栄養をしっかりととることが大切です。

食欲も落ちてしまいがちですが、少しでも栄養を補えるよう、七夕と土用の丑の日には見た目にも食欲をそそる行事食、おやつでは夏ならではのスイカ・アイスを提供するなどしました。

スイカは90%以上が水分で、水分補給にぴったり！カリウムも豊富で体内のバランスを整える働きがあります。アイスは「栄養機能食品」をお出しており、食事ではとりきれない栄養をサポートしてくれます。

夏バテ防止や季節の変わり目の体調管理にはバランスの良い食事を心がけましょう！



厨房スタッフ募集中

約1ヶ月の研修で未経験の方も安心してスタートしていただけます。
からだにやさしい給食で利用者様の健康をサポート♪賄いもあるので自分も元気に！

- ① 06:30~12:00 切物盛付
- ② 09:30~18:30 調理
- ③ 15:00~20:00 食器洗浄
- ④ 06:15~12:30 盛付洗浄(15分休憩)
- ⑤ 15:00~20:00 盛付洗浄

【就業場所】

島村洗心苑①~③/島村トータルケアクリニック④⑤

- ・時給：1,140円～(10月1日より)
- ・未経験OK(①③④⑤) / 調理経験(②)
- ・勤務日数応相談
- ・交通費支給(車通勤OK)
- ・制服貸与
- ・賄いあり(無料)
- ・健康診断(無料)

社員募集中

TEL 047-308-3946

老人介護施設 島村洗心苑 & 看多機しまむら 《行事予定表》

令和7年 9月			令和7年10月		
1	(月)	カラオケ(洗心苑)	1	(水)	
2	(火)		2	(木)	笑いのヨガ教室(洗心苑)
3	(水)		3	(金)	カラオケ(洗心苑) 焼き芋会(看多機)
4	(木)	笑いのヨガ教室(洗心苑) フルーツポンチの日(看多機)	4	(土)	
5	(金)		5	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)
6	(土)		6	(月)	
7	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)	7	(火)	
8	(月)		8	(水)	カラオケ(洗心苑)
9	(火)	書道教室(洗心苑)	9	(木)	書道教室(洗心苑)
10	(水)		10	(金)	
11	(木)	カラオケ(洗心苑)	11	(土)	
12	(金)		12	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)
13	(土)		13	(月)	祝日(スポーツの日)
14	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)	14	(火)	
15	(月)	祝日(敬老の日) 敬老の祝い(洗心苑) 敬老会(看多機)	15	(水)	
16	(火)	カラオケ(洗心苑)	16	(木)	笑いのヨガ教室(洗心苑) 運動会(看多機)
17	(水)		17	(金)	
18	(木)	笑いのヨガ教室(洗心苑)	18	(土)	カラオケ(洗心苑)
19	(金)		19	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)
20	(土)		20	(月)	
21	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)	21	(火)	
22	(月)		22	(水)	書道教室(洗心苑)
23	(火)	祝日(秋分の日) カラオケ(洗心苑)	23	(木)	クラシックギターミニコンサート(洗心苑) カラオケ(洗心苑)
24	(水)	パターゴルフ(洗心苑) おはぎ作り(看多機)	24	(金)	
25	(木)	クラシックギターミニコンサート(洗心苑)	25	(土)	
26	(金)		26	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)
27	(土)	カラオケ(洗心苑)	27	(月)	カラオケ(洗心苑)
28	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)	28	(火)	
29	(月)		29	(水)	
30	(火)		30	(木)	パターゴルフ(洗心苑)
31	(水)		31	(金)	ハロウィンパーティー(看多機)

【 9月 主な行事 】

<看多機しまむら>

- ① 「フルーツポンチの日」
(実施日時) 9/4(木) 14:00～
(実施場所) デイフロアー
(実施内容) 冷たいフルーツポンチを作って
食べて残暑を乗り切る
- ② 「敬老会」
(実施日時) 9/15(月) 10:00～
(実施場所) デイフロアー
(実施内容) 長寿のお祝いをして、日頃の感謝を
伝える
- ③ 「おはぎ作り」
(実施日時) 9/24(水) 10:00～
(実施場所) デイフロアー
(実施内容) お彼岸に合わせておはぎ作りを行う

<島村洗心苑>

- ① 「カラオケ」
(実施日&対象) 9/1(月)・11(木)・16(火)・27(土)
14:00～15:00 デイケア
- ② 「書道教室」
(実施日&対象) 9/9(火) 14:00～15:00 デイケア
- ③ 「笑いのヨガ教室」
(実施日) 9/4(木)・18(木) ※毎月第1・3木曜日
(実施対象) 各階(デイケア・2階・3階) 30分間
- ④ 「敬老の祝い」
(実施日&対象) 9/15(月) 各階
- ⑤ 「パターゴルフ」
(実施日&対象) 9/24(水) 14:00～15:00 デイケア
- ⑥ 「クラシックギター・ミニコンサート」
(実施日&対象) 9/25(木) 14:00～14:30 デイケア
- ⑦ 「パワーリハビリ」 ※毎週日曜日
(実施日) 9/7(日)・14(日)・21(日)・28(日)
(実施対象) フレール健診受診者&ボランティア

島村トータル・ケア・クリニック & 医療法人社団 洗心 各サークル 《行事予定表》

令和7年 9月			令和7年10月		
1	(月)		1	(水)	
2	(火)		2	(木)	休診(外来診療)
3	(水)		3	(金)	
4	(木)	休診(外来診療)	4	(土)	自彊術教室(15:00~16:30) スポーツ吹き矢教室
5	(金)		5	(日)	休診(外来診療) 楽歩会(世田谷・鳥山寺町を訪ねる)
6	(土)	自彊術教室(15:00~16:30) スポーツ吹き矢教室	6	(月)	
7	(日)	休診(外来診療) 楽歩会(歩いて渡るレインボーブリッジ)	7	(火)	
8	(月)		8	(水)	写真愛好会(13:00~15:00)
9	(火)		9	(木)	休診(外来診療)
10	(水)	写真愛好会(休止)	10	(金)	スポーツ吹き矢教室
11	(木)	休診(外来診療)	11	(土)	生き生き塾(14:00~16:30)
12	(金)	スポーツ吹き矢教室	12	(日)	休診(外来診療)
13	(土)	生き生き塾(14:00~16:30)	13	(月)	休診(祝日・スポーツの日)
14	(日)	休診(外来診療) ☆さくら島村夏まつり☆	14	(火)	
15	(月)	休診(祝日・敬老の日)	15	(水)	お料理愛好会(12:30~16:30)
16	(火)		16	(木)	休診(外来診療)-
17	(水)	お料理愛好会(12:30~16:30)	17	(金)	
18	(木)	休診(外来診療)-	18	(土)	自彊術教室(15:00~16:30) スポーツ吹き矢教室
19	(金)		19	(日)	休診(外来診療) ☆LP鑑賞会(さくら島村 TCC)☆
20	(土)	自彊術教室(15:00~16:30) スポーツ吹き矢教室	20	(月)	
21	(日)	休診(外来診療)	21	(火)	
22	(月)		22	(水)	
23	(火)	休診(祝日・秋分の日)	23	(木)	休診(外来診療) STCC ゴルフ同好会
24	(水)		24	(金)	スポーツ吹き矢教室
25	(木)	休診(外来診療) STCC ゴルフ同好会	25	(土)	自彊術教室(15:00~16:30)
26	(金)	スポーツ吹き矢教室	26	(日)	休診(外来診療)
27	(土)	自彊術教室(15:00~16:30)	27	(月)	
28	(日)	休診(外来診療)	28	(火)	
29	(月)		29	(水)	
30	(火)		30	(木)	休診(外来診療)
31	(水)		31	(金)	

(外来診療のご連絡) ☆休診日:木曜日・日曜日・祝日 ☆医師休診:近医師9/16(火)
(サークルのご案内)

『楽歩会』「港区・お台場海兵公園からレインボーブリッジを歩いて渡る」
(実施日) 9/7(日) ※雨天9/14(日)延期 (参加費)300円
(集合) ゆりかもめ「台場駅改札口(3B)9時50分
(解散) 14時30分頃芝浦5-頭取 (時間)約3時間/距離約8.5km
(問合先) 菅野:090-1559-2219 ※事前予約制(45名・先着順)

『写真愛好会』 ※毎月第2水曜日
※今月は休会とさせていただきます
(実施場所) haru-cafe(地域交流スペース)
(会費) ¥2,000 (問合先) 高橋:090-5530-7736

『生き生き塾』 ※毎月第2土曜日
(実施日時) 9/13(土) 14:00~16:30 (会費) ¥1,000
(実施場所) ほたるの里・洗心法人棟(2階) (参加費) ¥1,000
・講演「極楽浄土とはどんなところか」 文筆家 田中治郎 氏
・講演「最新の“AI動向”とその活用方法(II)」 堀米治郎 塾員
・基調講演 島村塾長 (問合先) 荻野 090-2309-1170

『さくら島村夏まつり』 ☆さくら島村トータル・ケア・クリニックイベント☆
(実施日時) 9/14(日) 10:00~15:00
(実施場所) さくら島村トータル・ケア・クリニック
(参加申込) 不要 (費用) 無料 (問合せ) ☎047-312-7600

『自彊術教室』 ※毎月第1・3・4土曜日開催
(実施日時) 9/6(土)・20(土)・27(土) 15:00~16:30
(実施場所) haru-cafe(地域交流スペース)
(参加申込) 穀物菜館「haru-cafe」 ☎047-308-3946

『STCC スポーツ吹き矢教室』 ※毎月第1・3土曜日&第2・4金曜日
(実施日時) 9/6(土)・12(金)・20(土)・26(金) 15:00~17:00
(実施場所) ハヶ崎市民センター
(問合先) 安達:090-4179-4681

『お料理愛好会』 ※毎月第3水曜日
(実施日時) 9/17(水) 12:30~16:30
(実施場所) haru-cafe(地域交流スペース)
(問合先) 穀物菜館「haru-cafe」 ☎047-308-3946

【編集後記】9月に入ってもまだまだ厳しい暑さが続いています。この数か月酷暑に耐えた身体にはそろそろイエローランプが点灯し出しているのではないのでしょうか？十分に睡眠を取り、しっかりと食事を摂る規則正しい生活を送るよう心掛けたいと思います。(編集人:荻野)