



島村TCC

かわら版

令和7年10月
(神無月)
第231号



「秋桜」

発行人：医療法人社団 洗心 (理事長) 島村善行
編集人： 荻野一郎

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

過ごしやすい季節になりました。今月から、インフルエンザと新型コロナのワクチン接種が始まりました。受けてください。

今月から、島村トータル・ケア・クリニック(：本院)とさくら島村トータル・ケア・クリニック(：さくら島村)の医師人事異動をいたします。さくら島村の院長西野和義医師は本院の院長補佐に、近(こん)利雄医師は本院から、さくら島村の院長になります。また、荒木清典副院長は2年任期満了で高知に帰郷されました。

2. 本院とさくら島村の一体型親密連携システムについて。(下図参照ください)

従来より、両クリニックは5分以内の近距離にあり、自前の巡回車で親密連携をしています。院外薬局も共有しており、2つで1つのクリニックとして相互に特色を持って、一体型運用をしています。また、MRI や CT、エコーその他画像検査も電送装置で瞬時に双方の電子カルテに送られています。また、MRI 予約は双方で予約できます。

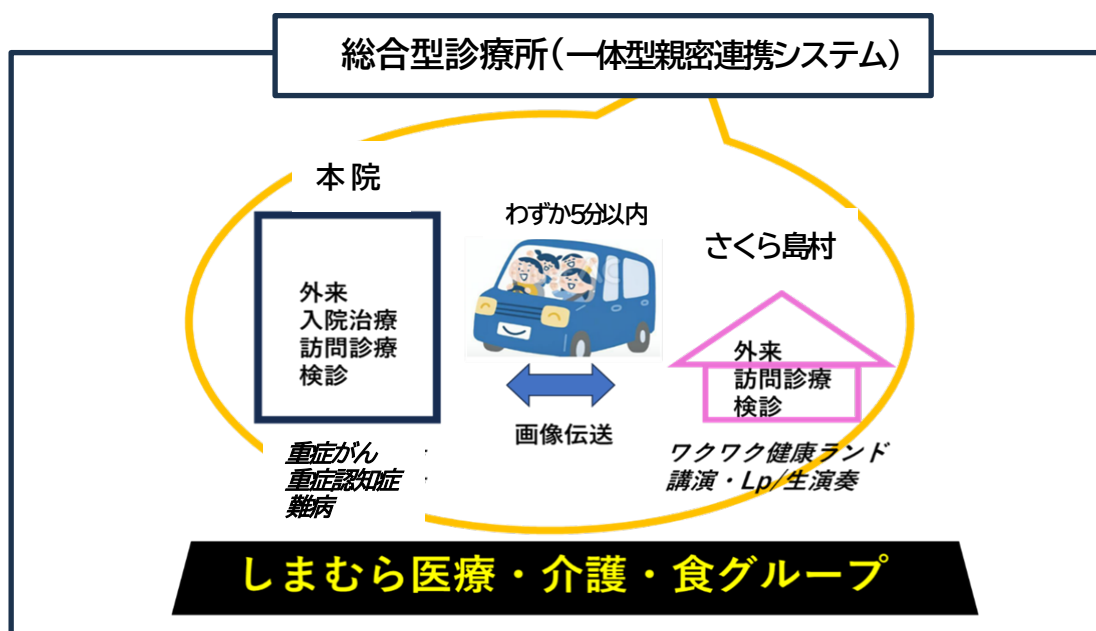
3. 本院とさくら島村の特徴と充実の一体型親密連携システムの図解。(下図)

本院はすべての検査機器が充実し、迅速検査治

療ができます。さくら島村は、なんといっても世界的に注目されている、関東第一号機の大学にもない AI 搭載最新型 MRI 利用が可能です。広大な土地を伸びやかに使用し、総合的生活習慣病システムが充実しています。整形外科、脳外科、リハビリ科があります。また、デイケアさくらも併設されています。

4. おわりに

本院とさくら島村は密接連携により、外来・入院治療・訪問・検診可能な総合型診療所です。重症がん、重症認知症、精神障害者、難病に対しても、介護施設との複合的に連携ができております。連携室の充実案内で、ワンストップサービスが速やかに決定できる、全国でも珍しい医療・介護・食グループとして、社会貢献できるよう努力をしていきます。また、今月から、さくら島村に、“ワクワク健康ランド”事務室が完成します。医療・介護相談、生き生き塾、楽歩会等の集会場、喫茶もあります。また、第三日曜日には講演・LP・生演奏の会を定期的に開いています。高齢独居者の生きがいつくりと、認知症予防に努めます。洗心苑隣にはワクワク農園もあります。



《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. 60)

医療法人社団洗心 経営・総務・人事担当 伊藤 和彦

～令和7年10月1日からインフルエンザワクチン、
新型コロナワクチンの予防接種が始まります～

季節性インフルエンザとは

A型またはB型インフルエンザウイルスの感染を受けてから1～3日間ほどの潜伏期間の後に、発熱、頭痛、全身倦怠感、筋肉痛・関節痛などが突然現れ、咳、鼻汁などの症状がこれに続き、約1週間の経過で軽快するのが典型的なインフルエンザで、いわゆる「かぜ」に比べて全身症状が強いのが特徴です。とくに高齢者や、年齢を問わず呼吸器、循環器、腎臓に慢性疾患を持つ患者、糖尿病などの代謝疾患、免疫機能が低下している患者では、原疾患の憎悪とともに、呼吸器に二次的な細菌感染症を起こしやすくなることが知られており、入院や死亡の危険が増加します。

65歳以上の方には、流行前1回の接種で効果があります。インフルエンザウイルスは、変化しながら流行するため、毎年流行が予測されるウイルスにあった予防接種を受けておくことが効果的です。今シーズンのインフルエンザワクチンは、A型2種類・B型1種類合計3種類の抗原が含まれます。

なお、予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかり、その効果が十分に持続する期間は約5ヶ月間とされています。

インフルエンザを予防する有効な方法

高齢者のインフルエンザは重症化することがあります。インフルエンザを予防する有効な方法は、以下のとおりです。

・流行する前のワクチン接種・手洗い・アルコール製剤による手指消毒

また、感染を広げないために、以下の咳エチケットを心がけましょう。

- ・他の人に向けて咳やくしゃみをしていない
- ・咳やくしゃみが出るときはマスクをする
- ・手のひらで咳やくしゃみを受け止めたなら手を洗う など

インフルエンザの効果

インフルエンザは例年12月から3月にかけて流行します。インフルエンザワクチンは、重症化の予防効果が認められています。

(対象者)

松戸市に住民登録があり、

1.接種当日65歳以上の方(令和7年度の対象者:昭和35年12月31日までに生まれた方)

2.接種当日60歳以上65歳未満の方(令和7年度の対象者:昭和40年12月31日までに生まれた方)で、心臓、腎臓又は呼吸器の機能の障害又は

ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能の障害があり、この4つのいずれかで身体障害者手帳1級相当の方

(助成期間)

令和7年10月1日から令和8年1月31日までに実施した予防接種について助成します

・千葉県相互乗り入れ医療機関で接種の場合も、令和8年1月31日までに実施した予防接種が助成の対象となります。

助成期間以外の接種は、任意予防接種で全額自己負担となります

(接種費用・回数)

1,000円/1回限り(今シーズン)

(持ち物)

身分証明書

氏名、生年月日、住所が確認できるもの

以下は該当者のみ

1級の身体障害者手帳

60歳以上65歳未満の定期予防接種に該当する方

生活保護証明書等

生活保護受給者

その他受給証等

中国残留邦人等の円滑な帰国促進及び永住帰国後の自立の支援に関する法律の規定による支援給付を受けている方

<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10月(10/16～))>

		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
			西野医師	西野医師	西野医師		西野医師		西野医師
									中川医師 (第1.3.5)
	午後 (14:00～17:00)		黒崎医師 (内視鏡)		東京慈恵会 医科大学 (内視鏡)		永井医師 (内視鏡)	〈午前〉 9:00～13:00 〈午後〉 14:00～17:00	向後医師 (内視鏡)
			島村院長	島村院長	島村院長		島村院長		島村院長 (15時迄)
				西野医師	西野医師		西野医師		西野医師
				横田医師 (予約)	中川医師				中川医師 (第1.3.5)
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)		横田医師	島村院長	西野医師			

※上記「診療担当医予定表」は10月16日よりの予定表です。

※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)

【診療科目・診療曜日 及び 時間】変更のお知らせ

※診察体制：中川医師・・・10月(10/4)より土曜日終日(午前&午後)勤務。

※医師移動：近(こん)医師・・・10/16から“さくら島村トータル・ケア・クリニック”勤務。

西野医師・・・10/16から“本院(島村トータル・ケア・クリニック)”勤務。

※医師休診：西野医師・・・10月21日(火曜日)・10月28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 近 利雄

この度、さくら島村トータル・ケア・クリニックの院長に就任いたしました近(こん)利雄と申します。

振り返れば、医師としての第一歩は聖路加国際病院の一般外科で踏み出しました。その後、実家のクリニックを継ぎ、特に力を入れてきたのが、海外へ渡航される方や、海外から来日される方の健康をサポートする渡航医学です。

渡航医学とは、海外で安全に過ごすための感染症対策や予防接種、持病の管理、さらには海外の医療事情に合わせたアドバイスをを行う専門分野であり、内科分野も包括する幅広い医療を提供します。私はこの渡航医学の専門医資格をスコットランドで取得し、MFTM RCPSG (英国グラスゴー王立内科外科医会熱帯医学・渡航医学専門医)の資格を保有しております。

特にワクチンに関しては、その専門知識を活かし、患者様一人ひとりに最適な接種計画をご提案しています。

閉院後は、聖路加国際病院の国際外来やメディロカスの外来にて、地域医療を支える総合診療医として携わってまいりました。また、女子医大では非常勤講師として外国人診療の経験を後進に伝える機会もいただいております。

これまでの経験で培った知識と技術を活かし、さくら島村トータル・ケア・クリニックをさらに発展させていきたいと願っております。

特に、当院の素晴らしいMRI 検査をより多くの方に知っていただき、大学病院や聖路加国際病院からの逆紹介を増やし、総合診療医として、より多くの地域の皆様に質の高い医療を提供できるよう、スタッフ一同、全力を尽くしてまいります。

皆様に信頼され、親しまれるクリニックを目指し、日々精進してまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

第3日曜日を楽しもう
医療講演・LP鑑賞・生演奏会

令和7年10月より
新生 さくら島村 トータル・ケア・クリニック
ワクワクする「生きがい」発見しよう！

11:00～11:20
100年人生健康作り
講演：100年人生案内人 島村善行

11:25～11:45
LP鑑賞 フルートとピアノ

11:50～12:15
フルートとピアノを楽しもう
フルート：豊田翼
ピアノ：工藤セシリア

2025
10/19 日

10:30開演
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 (夢庵和名ヶ谷店奥)

島村洗心苑 感謝祭 (11/16開催)
医療講演会や様々なイベントなど介護老人保健施設 島村洗心苑にて開催いたします！

次回は
11/16 日
2025
洗心苑 感謝祭
にて開催となります！

お問い合わせ さくら島村トータル・ケア・クリニック担当：高取(かかず) ☎ 047-312-7600
松戸クラシック音楽を楽しむ会 ☎ 090-1805-2206

豊田翼 フルート

プロフィール
全日本学生音楽コンクール、日本クラシック音楽コンクールなど、日本国内のメジャーコンクール学生部門で多数の優勝、特別賞を受賞している。また国際コンクールに於いては、びわ湖国際フルートコンクール一般部門入選及びオーディエンス賞、Jr.部門において第2位受賞。東京国際フルートオーディション final第3位受賞など、今後が期待される若い演奏家として活動中。

工藤セシリア ピアノ

プロフィール
フランスのリルで生まれる。4歳よりピアノを始める。
J.M.コチ夫妻、L.ベルリンスカイ他、B.リグット、J.ルヴィエ、鷺見加寿子、A.コンタルスキー、A.ナセドキン、B.ベルマン各氏のレッスン、マスタークラスを受講。幼少の頃よりSteinwayコンクールなど、フランスのコンクールにおいて、第1位・最高位を獲得。フランスではソロ・リサイタルの他、サンテミリオン音楽祭、メル音楽祭などでも活躍する。又ラジオ・フランスでも放送される。

CD「オマージュ・ア・ドビュッシー」他、音楽家としての2枚のレコードを制作。ソニー・ミュージックレーベルより発売。



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10月) >

	月	火	水	木	金	土
午前	内科 (林)	内科 (近) 整形 (加藤)	内科 (近) 脳神経外科 (中川)	休診	内科 (近) 整形 (江澤)	内科 (近)
午後	内科 (西野)	内科 (近) 整形 (加藤)	内科 (近)	休診	内科 (近) 整形 (江澤)	内科 (近)

診療時間 午前9:00～13:00 午後14:00～17:00

受付時間は診療時間の30分前になります。

休診日 木曜日・日曜日・祝日

令和7年10月16日より担当医師が変更となります。

さくら島村トータル・ケア・クリニック

(2025年10月16日)

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、最後になる、介護者支援について説明致します。

介護者がいる状況では、近所付き合い、友人、介護者の1日のスケジュール、時間帯や動作別の介護負担、ストレスの程度、介護者の介護技術、要介護状態や病気に対する理解度、また、介護者の傾向、極端に言えば過保護的なのか放置的のかなど、本人を支える介護者の視点に立って課題はないかなどを確認します。

さらに、今後増加が予想される、独居、高齢者世帯(老老介護)、日中独居なども、課題としてあがってくる項目となります。

介護者支援は、人的環境の領域になり、健康管理やADLの自立、重度化予防、IADLや家事とい

った項目にも大きな影響を及ぼす項目です。自宅での生活が継続できるのかは、この介護者支援のあり方にかかっていると言えます。老人保健施設でリハビリを行って、身体的には自宅での生活が可能になっても、なかなか在宅復帰につながらないのは、このためです。

また、直接ケアプランにはあがらないかもしれませんが、経済的な問題も、医療・介護に大きな影響を及ぼします。各種制度の申請など社会資源の活用も、必要に応じて提案できるように、地域を備えておきなものです。

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



敬老会



通信

令和7年10月号 vol.014



さくら敬老会

9月26日、さくら敬老会が行われました！！

今年のさくらの最高齢は白寿（99歳）を迎えられるN様、いつも明るく、どなたにでも気さくにお声をかけられる、とても社交的な方です☆
皆様、おめでとうございます！



「敬老会のお弁当～」
おはぎはおやつにいただきました～ (o°▽°)o☆

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

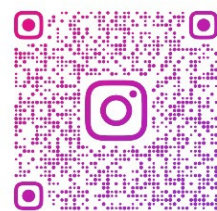
TEL 047-312-7530

FAX 047-312-7322



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

Instagram
始めました！
[@dcskr.senshin](https://www.instagram.com/dcskr.senshin)



@DCSKR.SENSHIN



さくらの日常…



「カップつり」
S字フックの向
きにきをつけて

だいぶ風も涼しくなってきたので、久しぶりの外気浴をしました～(≥▽≤)
利用者の皆さん、スタッフも体操しながら体をほぐしてリラックス～
とてもいいお天気でした(*▽*)！



敬老の日

「敬老会、おまけ」フラダンスのボラ
ンティアさんにきていただきました🌸
素敵なダンスにスタッフも思わず体が
動きます…でも、なんか違うぞ！？



ゆでサンマ～大根しモンソース～



材料(1人分)

・サンマ 1本

ソース	大根おろし	50g	一味唐辛子	少々
	レモン汁	レモン1/2個分	ネギ	お好みで
	しょうゆ	小さじ1	大葉	お好みで
	さとう	小さじ1		

【作り方】

- ① フライパンで湯を沸かし、塩を少しだけ入れる
 - ② サンマを入れ、10秒たったら火をごく弱火にして3分加熱する
3分後ひっくり返して3分加熱する(サンマのサイズで茹で時間は調節してください)
 - ③ ソースをすべてあえてサンマに乗せて完成
- ※ はらわたは取っても取らなくてもどちらでもOKです



「小規模宅地の評価減」

被相続人又は被相続人と生計を一にしていた親族の居住用の宅地等で建物の敷地の用に供されていた土地は80%減額ができます。生計一にしていなくても、家なき子特例があります。

(取得者要件)

① 配偶者が取得した場合

無条件で適用がある。

② 生計一親族が取得した場合。

被相続人の生計一親族が相続開始前から申告期限まで引き続き自己の居住の用に供し、所有を継続している場合。

③ いわゆる家なき子の場合

配偶者及び被相続人と同居していた法定相続人がいない場合で、相続開始前3年以内に国内にある自己又は自己の配偶者が所有する家屋に居住したことがない親族が取得し、申告期限まで所有を継続する場合。

(評価減の内容)

財産評価額の80%減額(限度面積400㎡)

今回はいわゆる家なき子の評価減について説明をします。

大手の会社に勤めた場合、全国に転勤することになります。親と同居することは難しくなり

そのままでは親の住宅を相続する時に小規模宅地の減額特例が使えなくなります。

そこで、転勤族で会社の社宅や借家で過ごされた方が、次の様な条件のもとに適用ができるようになっております。

＜家なき子が小規模宅地等の特例を受けるための条件＞

- 1.被相続人に配偶者や同居の親族がいないこと
- 2.相続開始前3年以内に、相続人自身またはその配偶者の持ち家に住んでいないこと。
- 3.相続開始前3年以内に、相続人と特別な関係がある法人が所有する家屋に住んでいないこと。
- 4.相続開始時に居住している家屋を、過去に一度も所有したことがないこと。
- 5.相続した宅地を、相続税の申告期限(相続開始から10か月以内)まで所有していること。

家なき子特例を受けるためには、相続税の申告と添付資料が必要になります。

土地を取得する人の戸籍の附票・相続開始前3年間の居住状況を証明する賃貸借契約書などの添付資料が必要になります。平成30年の改正で適用条件が厳しくなっておりますので条件を十分に吟味してください。

『歯と健康』シリーズ (No.226)

とうない歯科 院長 藤内 圭一

薬局で気軽に糖尿病リスクチェック

糖尿病と歯を失う最大の原因である歯周病とは密接な関係が有るとされています、歯周病も糖尿病もかなり悪化してから気づくので、将来人工透析等の治療が必要にならない様に、早期発見、重症化予防の為、糖尿病簡易検査を松戸市が松戸市薬剤師会に業務委託をして市内15の協力薬局(場所等は歯科医師会の会員診療所に於いてあるパンフレット、広報まつど、松戸市HPでお調べください)で、糖尿病簡易検査が無料で受けられる事業を昨年度から行っています。

検査では過去1、2か月の血糖の状態がわかるHbA1cを測定します。HbA1c(ヘモグロビンエーワンシー)は血糖値と異なり直近の食事の影響をうけませんので、気軽に測定することができます。

数分で結果が出て検査後には、薬剤師からの結果説明があります。

しばらく健診を受けていないという方、人生100年時代に備えて、ぜひ一度お近くの協力薬局でチェックをしてみましょう。

対象者は

- ・松戸市に住民登録がある35歳以上
- ・今年度健診未受診
- ・令和7年4月1日以降、はじめての事業利用

※出血性の疾患がある方、抗血栓薬を服用している方及び糖尿病の治療に係る薬を服用している方は対象外になります。

(かわら版)令和7年6月号・No.227 再掲

「幾多の時を重ねて紡ぐ、語りと笑顔のひととき」



まだまだ若く、お元気に一百寿と賀寿の皆さまに、敬意と祝福を



うっとり、
時を忘れて
魅惑の
フラメンコの
ひととき



医療法人社団洗心
介護老人保健施設 島村洗心苑
千葉県松戸市和名ケ谷 660 TEL:047-392-3946



和名ヶ谷ほたるの里



祝 敬老の日



朝晩は少し秋の風を感じられるようになってまいりました。
今年も無事敬老の日を皆様お元気に迎えられ、ささやかではありますが、お祝いさせていただきました。
ご参加いただきましたご家族様方、ありがとうございました。この場をお借りしてお礼申し上げます。
理事長、オカリナボランティアの方々にもお祝いいただき、楽しい時間となりました。



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 😊

酒寄 あすか

なるほど！訪問看護



訪問看護の成り立ち～

遡ること 1992 年に訪問看護ステーションによる訪問看護がスタートしてから 30 年以上が経ちます。訪問看護は病院や診療所ではなく自宅で医療サービスを受けられる事ができる仕組みです。その歴史は以外にも古く、時代の流れとともに変化し続けてきたのです。歴史上で見てみると、

① 中世ヨーロッパの修道院と看護の発展

訪問看護の起源は病院が存在しなかった時代に遡ります。修道院が医療活動を行い、**病人や貧しい人の家を訪れて治療を行う【慈善看護】**という形で確立

② 1954 年のクリミア戦争でのナイチンゲールが戦負傷者の看護を行う事をきっかけに、学校を創立し、看護の教育体制を作り上げた。病院だけでなく家庭でも看護を受けられる仕組み（訪問看護の基盤）を作り、**【医療は病院だけで行うものではない】**と考え**生活環境を整える事が健康回復に繋がる**という概念を広めた

③ アメリカで次いでイギリス、ヨーロッパで在宅医療、後を追うように日本でも訪問看護が確立され、1980 年代になると高齢化の進行により**病院から在宅へ**と提唱されていき訪問看護の試験導入が開始、**1992 年には訪問看護ステーションが設立された**

④ 現代の訪問看護とその役割は**【病院から在宅へ】**の流れが加速し在宅医療のニーズが拡大、現在の訪問看護は高齢者だけでなく、がん患者や難病患者、小児医療、精神疾患の需要も非常に高まっております

訪問看護はこれからの医療を支え、現代の医療制度の中で重要な役割を担うサービスだと思っています。また、患者様とご家族の生活を支えていく重要な役割だと思っています。

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



スペシャルかき氷 🍧



ストラックアウト 🏏



ころころ卓球 🏓



コーヒーゼリー ☕

夏真っ盛りの8月、毎日の暑さには悩まされましたが、看多機しまむらは暑さに負けない元気なご利用者様たちがたくさんいらっしゃるので、毎日楽しく過ごすことが出来ました。ストラックアウトやころころ卓球などで熱くなり、かき氷やコーヒーゼリーで涼む、最高の夏を皆様と楽しめました。皆様に協力して頂いて、壁一面にクジラいっぱいの涼しげな海を完成させる事も出来ました。残暑は続きますが、まだまだ楽しんでいきたいと思います。



クジラ作り 🐳

有限会社 穀物菜館

千葉県松戸市松戸新田 21-2
(電話) 047-308-3946



Haruyo's Kitchen

島村善行&島村はる代の「医師がすすめる最高の食事マクロビオティック」より、食物繊維豊富な玄米のコーヒーをご紹介します。腸内のおそうじに！極陽性なので、冷え性の方にもおすすめです。
手軽に飲用できるものも市販されていますよ。

黒炒り玄米コーヒー

【材料 1人分】
玄米 1/4 カップ

【作り方】

- ① 乾いた布巾に玄米をはさみ、汚れを落とす。
- ② 厚手の鍋に①を入れ、弱火で 30 分炒る。
色づいてきたら、こげないようにガスマットや魚焼き用の網器などを敷いて、全体が均一な茶色になるように絶えず木べらで炒る。
- ③ ミルミキサーに入れて粉末状にする。
- ④ 小さじ 1 とお湯 150 ml で溶かしていただく。

酸化するので、作り置きは避けましょう。

手軽な市販品
ハルカフェにて販売中



穀物菜館 レジデンス & 穀物菜館 訪問介護事業所

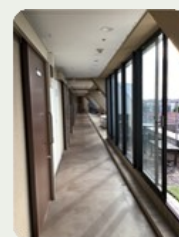
TEL 047-308-5519

島村トータルケアクリニックと同じビルの4階に高齢者向け賃貸住宅レジデンスと訪問介護事業所があります。終末期の方のケアを医療と介護、福祉で連携をとりながら支援しております。
安心してレジデンスで療養していただけるよう、職員一同心がけております。

レジデンスの詳細はこちら→



レジデンス イメージ



洗心苑厨房

暦の上では秋ですが、まだまだ暑い日が続きますね。
洗心苑では今年も夏恒例の冷やし中華をご提供させていただきます！

のど越しの良い中華麺の上にほぐした蒸し鶏・玉子・
胡瓜・紅生姜をトッピングし、醤油ベースのタレで
さっぱりと仕上げました。食欲がないときでも
ツルツルと美味しくいただけます。

写真では蒸し鶏を使用しておりますが、
ハムやチャーシュー・かにかま・トマトなど
トッピングをアレンジしてもOK！
たれも混ぜるだけで簡単に作れるので、
ぜひご家庭でもお試しください♪

また、ある日のおやつでは「わたようかん」という
珍しいお菓子を提供しました！メレンゲを固めた、
ふわふわの綿菓子のような触感の和菓子です。
舌でつぶせる柔らかさなので噛む力・飲み込む力
が弱い方にも安心してお召し上がりいただけます。



【冷やし中華のタレ】(1人分)

・こいくちしょうゆ	…	大さじ2
・米酢	…	小さじ4
・みりん	…	//
・おろししょうが	…	少々
・ごま油	…	小さじ1
・水	…	30cc

※調味料を合わせたら軽く沸騰させるとより美味しくいただけます。

— 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 15:00～20:00 食器洗浄
- ③ 09:30～18:30 調理

【就業場所】

島村洗心苑 (①～③)
島村トータルケアクリニック (社員)

- ・時給:1,140円～(③は1,150円～)
- ・未経験OK(①②)/ 調理経験(③)
- ・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10月			令和7年11月		
1	(水)	おやつレク(洗心苑)	1	(土)	
2	(木)		2	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)
3	(金)	カラオケ(洗心苑) 焼き芋会(看多機)	3	(月)	祝日(文化の日)
4	(土)		4	(火)	カラオケ(洗心苑)
5	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)	5	(水)	
6	(月)		6	(木)	おやつレク(洗心苑)
7	(火)		7	(金)	
8	(水)	カラオケ(洗心苑)	8	(土)	
9	(木)	書道教室(洗心苑)	9	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)
10	(金)		10	(月)	
11	(土)		11	(火)	
12	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)	12	(水)	書道教室(洗心苑)
13	(月)	祝日(スポーツの日)	13	(木)	カラオケ(洗心苑)
14	(火)		14	(金)	
15	(水)		15	(土)	
16	(木)	運動会(看多機)	16	(日)	感謝祭 パワーリハビリ(洗心苑)
17	(金)		17	(月)	パターゴルフ(洗心苑)
18	(土)	カラオケ(洗心苑)	18	(火)	
19	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)	19	(水)	
20	(月)		20	(木)	
21	(火)		21	(金)	書道教室(洗心苑)
22	(水)	書道教室(洗心苑)	22	(土)	カラオケ(洗心苑)
23	(木)	カラオケ(洗心苑)	23	(日)	祝日(勤労感謝の日) パワーリハビリ(洗心苑)
24	(金)		24	(月)	祝日(振替休日) カラオケ(洗心苑)
25	(土)		25	(火)	
26	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)	26	(水)	カラオケ(洗心苑)
27	(月)	カラオケ(洗心苑)	27	(木)	
28	(火)		28	(金)	
29	(水)	秋の運動会&ハロウィン(洗心苑)	29	(土)	
30	(木)	パターゴルフ(洗心苑)	30	(日)	パワーリハビリ(洗心苑)
31	(金)	ハロウィンパーティー(看多機)			

【 10月 主な行事 】

<看多機しまむら>

- ① 「焼き芋会」
(実施日時) 10/3(金) 10:00～
(実施場所) デイフロアー
(実施内容) 焼き芋をみんなで焼いて食べる
- ② 「運動会」
(実施日時) 10/16(木) 10:00～
(実施場所) デイフロアー
(実施内容) 紅白に分かれて種目を行い
勝敗を決める
- ③ 「ハロウィンパーティー」
(実施日時) 10/31(金) 10:00～
(実施場所) デイフロアー
(実施内容) 仮装をしてお菓子を配る

<島村洗心苑>

- ① 「おやつレク」
(実施日&対象) 10/1(水) 14:00～15:00 2F
- ② 「カラオケ」
(実施日&対象) 10/3(金)・8(水)・18(土)・23(金)・27(月)
14:00～15:00 デイケア
- ③ 「書道教室」
(実施日&対象) 10/9(木)・22(水)
14:00～15:00 デイケア
- ④ 「秋の運動会&ハロウィン」
(実施日&対象) 10/29(水) 14:00～15:00 2F
- ⑤ 「パターゴルフ」
(実施日&対象) 10/30(水) 14:00～15:00 デイケア
- ⑥ 「パワーリハビリ」 ※毎週日曜日
(実施日) 10/5(日)・12(日)・19(日)・26(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10月			令和7年11月		
1	(水)		1	(土)	自彊術教室(15:00～16:30) スポーツ吹き矢教室
2	(木)	休診(外来診療)	2	(日)	休診(外来診療) 楽歩会(新座・平林寺を訪ねる)
3	(金)		3	(月)	休診(祝日・文化の日)
4	(土)	自彊術教室(15:00～16:30) スポーツ吹き矢教室	4	(火)	
5	(日)	休診(外来診療) 楽歩会(世田谷・鳥山寺町を訪ねる)	5	(水)	
6	(月)		6	(木)	休診(外来診療)
7	(火)		7	(金)	
8	(水)	写真愛好会(13:00～15:00)	8	(土)	生き生き塾(14:00～16:30)
9	(木)	休診(外来診療)	9	(日)	休診(外来診療)
10	(金)	スポーツ吹き矢教室	10	(月)	
11	(土)	生き生き塾(14:00～16:30)	11	(火)	
12	(日)	休診(外来診療)	12	(水)	写真愛好会(13:00～15:00)
13	(月)	休診(祝日・スポーツの日)	13	(木)	休診(外来診療)–
14	(火)		14	(金)	スポーツ吹き矢教室
15	(水)	お料理愛好会(12:30～16:30)	15	(土)	自彊術教室(15:00～16:30) スポーツ吹き矢教室
16	(木)	休診(外来診療)–	16	(日)	休診(外来診療) ☆ 島村洗心苑・感謝祭 ☆
17	(金)		17	(月)	
18	(土)	自彊術教室(15:00～16:30) スポーツ吹き矢教室	18	(火)	
19	(日)	休診(外来診療) ☆ LP鑑賞会(さくら島村 TCC) ☆	19	(水)	お料理愛好会(12:30～16:30)
20	(月)		20	(木)	休診(外来診療)
21	(火)		21	(金)	
22	(水)		22	(土)	自彊術教室(15:00～16:30)
23	(木)	休診(外来診療) STCC ゴルフ同好会	23	(日)	休診(祝日・勤労感謝の日)
24	(金)	スポーツ吹き矢教室	24	(月)	休診(祝日・振替休日)
25	(土)	自彊術教室(15:00～16:30)	25	(火)	
26	(日)	休診(外来診療)	26	(水)	
27	(月)		27	(木)	休診(外来診療) STCC ゴルフ同好会
28	(火)		28	(金)	スポーツ吹き矢教室
29	(水)		29	(土)	
30	(木)	休診(外来診療)	30	(日)	休診(外来診療)
31	(金)				

(外来診療のご連絡) ☆休診日:木曜日・日曜日・祝日
(サークルのご案内)

☆医師休診:西野医師 10/21(火)・10/28(火)

『楽歩会』「世田谷・26の寺院が立ち並ぶ鳥山寺町を訪ねる」
(実施日) 10/5(日) ※雨天10/12(日)延期 (参加費)300円
(集合) 都営新宿線「千歳烏山駅」改札口(南口)29時50分
(解散) 14時頃「千歳烏山駅」(時間約2時間/距離5.5km
(問合先) 荻野:090-1559-2219 ※事前予約制(50名・先着順)

『写真愛好会』 ※毎月第2水曜日
(実施日時) 10/8(水) 13:00～15:00
(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) 10/11(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「それでも、あきらめない」～頑固な能登・福島の子供たち～
ちよんまげ隊長ソソさん 角田 寛和 氏
・基調講演 島村塾長 (問合先) 荻野 090-2309-1170

『生演奏&LP鑑賞会』 ☆ さくら島村トータル・ケア・クリニックイベント ☆
(実施日時) 10/19(日) 10:30～12:00
(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) 10/4(土)・18(土)・25(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) 10/4(土)・10(金)・18(土)・24(金) 15:00～17:00
(実施場所) ハケ崎市民センター
(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) 10/15(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】まだ残暑が残る日があるものの朝晩はめっきり涼しくなり、ようやく秋の到来を感じるようになりました。日毎の気温差が激しく体調を崩しやすいので十分にご留意頂きたいと思います。今冬はインフルエンザの流行が早いようです。早めの予防接種を！(編集人:荻野)