

《予定表》

*都合により変更させて頂く場合がございますので宜しくお願い致します。

令和3年7月			令和3年8月		
1	(木)		1	(日)	楽歩会(くにたち郷土文化館を訪ねる) 島村理事長
2	(金)	こころの相談室(休止)	2	(月)	運動療法(15:00~16:15)
3	(土)	自彊術教室(15:00~16:30)	3	(火)	写真愛好会(10:00~12:00)
4	(日)	楽歩会(筑波宇宙センターを訪ねる) 日野院長	4	(水)	スポーツ吹き矢教室(未定)
5	(月)	運動療法(15:00~16:15)	5	(木)	
6	(火)	写真愛好会(10:00~12:00)	6	(金)	こころの相談室(未定)
7	(水)	スポーツ吹き矢教室(休止)	7	(土)	自彊術教室(15:00~16:30)
8	(木)		8	(日)	男の料理教室(休止) 日野院長
9	(金)	こころの相談室(休止)	9	(月)	休診(祝日・山の日) 運動療法(休止)
10	(土)	生き生き塾(休会)	10	(火)	
11	(日)	男の料理教室(休止) 島村理事長	11	(水)	
12	(月)	運動療法(15:00~16:15)	12	(木)	
13	(火)		13	(金)	こころの相談室(未定)
14	(水)		14	(土)	生き生き塾(未定)
15	(木)		15	(日)	島村理事長
16	(金)	こころの相談室(休止)	16	(月)	洗心百寿会(休会) 運動療法(15:00~16:15)
17	(土)	自彊術教室(15:00~16:30)	17	(火)	
18	(日)	当番医(9:00~17:00) 日野院長	18	(水)	
19	(月)	洗心百寿会(休会) 運動療法(15:00~16:15)	19	(木)	
20	(火)		20	(金)	こころの相談室(未定)
21	(水)		21	(土)	自彊術教室(15:00~16:30)
22	(木)	休診(祝日・海の日)	22	(日)	男の料理教室(休止) 日野院長
23	(金)	休診(祝日・スポーツの日) こころの相談室(休止)	23	(月)	運動療法(15:00~16:15)
24	(土)	自彊術教室(15:00~16:30)	24	(火)	
25	(日)	男の料理教室(休止) 島村理事長	25	(水)	
26	(月)	運動療法(15:00~16:15)	26	(木)	
27	(火)	料理教室(11:00~14:00)	27	(金)	こころの相談室(未定)
28	(水)		28	(土)	自彊術教室(15:00~16:30)
29	(木)		29	(日)	島村理事長
30	(金)		30	(月)	運動療法(15:00~16:15)
31	(土)		31	(火)	

(外来診察のご連絡) ☆休診日:祝日(7/22 海の日・7/23 スポーツの日)/木曜日午後・土曜日午後・日曜日午後
☆当番医:7/18(日) 9:00~17:00

(サークルのご案内)

『楽歩会』筑波科学館・宇宙センターを訪ねる ※毎月第1日曜日
(実施日) 7/4(日) ※雨天時7/11(日)に順延(参加費)200円
(集合) つくばエクスプレス線「つくば駅」改札出口8時50分
(角階) 15:00 つくば駅(徒歩時間) 約1.5時間(4.0km)
(次回) 8/1(日)「くにたち郷土文化館/谷保天神社を訪ねる」
(問合先)菅野:090-1559-2219 ※事前予約制(先着順25名)

『写真愛好会』 ※毎月第1火曜日
(実施日時) 7/6(火) 13:00~15:00
(実施場所) hanu-cafe(地域交流スペース)
(会費)¥2,000 (問合先) 井関:090-2724-0214

『生き生き塾』 ※毎月第2土曜日
※今月は、休会とさせていただきます。
(問合先) 荻野 090-2309-1170

『自彊術教室』 ※毎月第1・3・4土曜日
(実施日時) 7/3・17・24(土) 15:00~16:30
(実施場所) hanu-cafe(地域交流スペース)
(参加申込) 穀物菜館「hanu-cafe」 ☎047-308-3946

『オリゼ会の食事相談』(費用) ¥3,500(45分) ※予約対応
(予約申込先) ゴーシュ研究所「クリニック食事相談係」まで
☎03-5812-4925 (HP) <http://goash.jp>

『スポーツ吹き矢教室』 ※毎月第1・3水曜日&金曜日
※今月は、休止とさせていただきます。
(問合先) 安達090-4179-4681

『洗心百寿会』 ※毎月第3月曜日
※今月は、休会とさせていただきます。
(問合先) 中川090-2542-7240

【編集後記】ワクチン接種が順調に進み、ご高齢の方の多くがほぼ接種を終えられたようです。ただ、未だ未接種の若年・中年層での感染拡大が広がると共に、変異株・デルタ株による新たな脅威が発生し混沌とした状況です。まだまだ油断なきようご注意ください。(編集人:荻野)

発行：医療法人社団 洗心 島村トータル・ケア・クリニック <http://www.stcc.jp/> (or『島村トータル』)
〒270-2241 千葉県松戸市松戸新田 21-2 TEL 047-308-5546 (代) FAX 047-308-5547



Shimamura Total Care Clinic

しまむら医療介護 G

かわら版

令和3年7月
(文月)
第180号



「朝顔」



島村TCC

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 島村善行 (医学博士)
しまむら医療介護グループ総括責任者

1. はじめに

1) オリンピック・パラリンピック TOKYO2020 がいよいよ7月23日に開催されます。千葉でも多くの会場があり、新型コロナ感染予防を配慮したなかで開催されます。

前回の東京五輪とは大きな違いがありますが、今回はまさに歴史に残る、世界のスポーツの祭典です。感染予防のためのワクチン接種、国をあげて実施中です。

2) 当クリニックでも、新型コロナワクチン接種をオリンピック・パラリンピック開催までにと、必死に実施中。毎週4日(下図参照)、一日150件以上の目標接種を実施し、老人施設も含めた当グループ全体では約4,000回分実施しています。

3) 7月は、カレンダーと変わった祝日に注意ください。オリンピック開催前日と当日は、それぞれ海の日・スポーツの日で国民の祝日で、診療お休みです。7月19日は普通の日で診療します。

2. 新型コロナワクチンと東京オリンピックにかける思い

変異株の増加で、安全とされていた若者・年少者が心配です。集団免疫獲得が必要です。国民の60%が抗体を持たなければなりません。

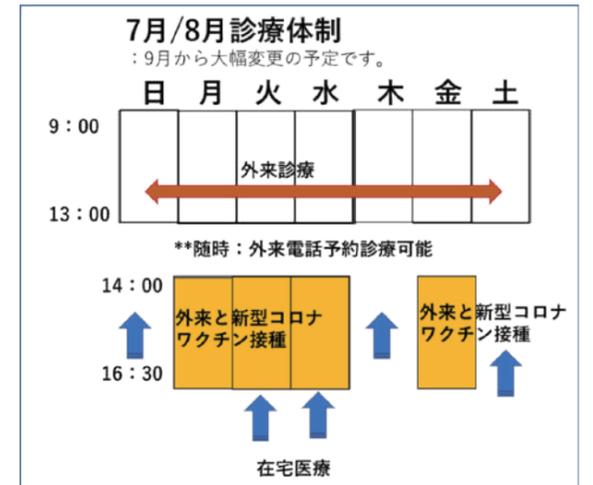
当院では、行政の指導下で下記時間帯で、外来診療とワクチン接種を並行実施しております。ご不自由おかけします。午後受診可能ですが、午前受診をお勧めします。

また、薬の処方電話予約診療(オンライン診療)が非常に便利です。診察時間内であれば、来院不要で電話一本で薬を出せ、近くの薬局に取りに行くか、自宅に郵送してもらえます。

また、9月から新型コロナワクチン大量接種で学んだ連携システムを生かし、質の向上を目指した新しい外来診療体制を計画しています。

3. おわりに

私たちは今、大きな歴史に刻まれる日々を送っています。特に医療・介護従事者は、その思いの深さや真価が問われる重要な状況下にあります。一緒になって、我らの住む地域を“夢と希望のある明るいまち”にしましょう。



医療法人社団 洗心 本部便り (No.9) 医療法人社団洗心 副理事長 島村 真実

いつも「かわら版」をご拝読頂き誠にありがとうございます。

新型コロナワクチンの基本型接種施設として、島村トータルケアクリニックで接種を始めてから3ヶ月程が経ちました。いま現在、月・火・水・金の週4日の14時から17時に接種を実施しており、一日150名以上の方にご来院頂いております。

当クリニック以外でも、島村洗心苑・ほたるの里

看多機しまむらのご利用者様にも、随時ワクチン接種をさせて頂いております。

もちろん、職員でもワクチン接種をしておりますので、今後もコロナ感染対策を継続し、ご利用者様が安心してお過ごし頂けるよう努めて参りたいと思います。

当法人に対しまして、深いご理解をいただきますとともに、なお一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

《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
島村トータル・ケア・クリニック

千葉県松戸市松戸新田 21-2
(電話) 047-308-5546



院長から皆さんへ

島村トータル・ケア・クリニック 院長 日野 裕史 (ひの ひろし)

<昨年度のインフルエンザ>

新型コロナウイルスの流行のせいですっかり忘れ去られているインフルエンザですが、前回の冬は患者が一人もクリニックに来なかったのが気になったので調べてみました。

厚生労働省の推計で、2020年秋から2021年春にかけて医療機関受診者数が約1万4000人と発表されました。インフルエンザの患者数は全国約5000の医療機関から報告された数値をもとに、全国の患者数が推計されているものです。

例年、国内で推定約1000万人いるといわれていますので、今シーズンは約1000分の1になる大幅な減少をみせました。

インフルエンザだけでなく、前の冬は風邪をひく人も減少傾向にあったようで、ウェザーニューズが冬の風邪に関するアンケート調査を実施したところ、風邪をひいた回数が減ったと回答した人が62%で、増えたと回答した人の2%を大きく上回る結果となりました。

インフルエンザ患者が激減した理由について、まず考えられるのが新型コロナウイルス対策でマスクや手洗い、消毒をしていることです。

インフルエンザも新型コロナウイルス同様に飛沫と接触で感染するので、コロナ対策がそのままインフルエンザ予防策になっていると考えられます。

2つ目に渡航制限によって海外からの人の流入が減少したことがインフルエンザ患者を減らしたと考えられます。流行が半年早い南半球や季節を問わず流行している熱帯・亜熱帯地域からの入国者の減少が流行を抑えたと思われま。

3つ目の理由は、例年になく積極的に行われたインフルエンザのワクチン接種があげられます。新型コロナとの同時流行が心配され、感染の機会となる医療機関の受診を減らすためインフルエンザワクチンの接種が推奨され、今までにないぐらい多くの方が接種したことでインフルエンザ患者が減ったのは間違いのないと思います。

インフルエンザだけでなく、感染性胃腸炎や手足口病、流行性角結膜炎、水痘といった感染症がすべて減少しています。

新型コロナは私たちの生活を大きく変えましたが、マスク、手洗い、消毒液を使う習慣が他の感染症の流行も減らしたといえます。

<地域連携室> 便り (No. 37)

地域連携室・室長 小林 繁

<7月のキーワード>

「コロナワクチン接種」「オリンピック」「熱中症対策」

1. コロナワクチン接種
コロナ禍での不安・不満を解決するための切り札はワクチン接種です。東京・大阪での大規模接種会場では高齢者枠に余裕が出たため6月中旬から日本全国18歳以上で接種券を持っている人の予約や接種が開始されました。クリニックでは接種日を1日増やし週4日(月・火・水・金)、接種人員も大幅に増やしました。

近隣の方でキャンセル待ちに登録していただける方大歓迎、ご連絡をお待ちしております。

2. 2020東京オリンピック・パラリンピック開会
東京五輪が1年遅れの7月23日に開幕。震災からの力強い回復を世界にアピールする「復興五輪」が招致のカギとなりましたが、コロナ禍で世界が疲弊している中、今年は「コロナ禍から」との思いも加わり、先のG7サミットで支持され「日本なら・東京なら・任せられる」との「信頼感」を得て、まさに歴史に残る五輪となります。

3. 熱中症防止
(重症化を警戒すべき幼児と高齢者)

熱中症といっても、めまい・立ちくらみ・大量の汗・筋肉痛といった症状の軽い物から、頭痛・吐き気・けいれん・意識を失うといった重症まで様々あります。日本救急医学界では「暑さで具合が悪くなったら、迷わずに熱中症と思って応急処置などしてほしい」と早めの手当を呼びかけております。

①幼児：体が十分に発達していないので体温調整が上手に出来ない。「体温調節に気を付ける」

②10代：運動中に発症しやすい。大半は軽症で若いため回復も早い。「体温を下げ、水分や塩分の補給を心掛ける」

③高齢者：老化で汗もかきにくく、気温にも鈍感となり喉の渇きも感じにくくなりがち。「こまめな水分補給と上手なエアコン使用を」

<規則正しい生活習慣>
十分な睡眠・夏野菜を使った食事・三食きちんと食事を摂る。普段から運動などで体を動かす汗をかくなど、体温調整の働きを改善させる。

<< 予定表 >>

*都合により変更させて頂く場合もございますので宜しくお願い致します。

令和3年7月			令和3年8月		
1	(木)		1	(日)	
2	(金)		2	(月)	
3	(土)		3	(火)	
4	(日)		4	(水)	
5	(月)		5	(木)	
6	(火)		6	(金)	
7	(水)	七夕会(看多機しまむら)	7	(土)	夕涼み会(看多機しまむら)
8	(木)		8	(日)	
9	(金)		9	(月)	祝日(山の日)
10	(土)		10	(火)	
11	(日)		11	(水)	
12	(月)		12	(木)	
13	(火)		13	(金)	
14	(水)		14	(土)	
15	(木)	流しそうめん(看多機しまむら)	15	(日)	
16	(金)	クラシックギターミニコンサート(洗心苑)	16	(月)	夏祭り(看多機しまむら)
17	(土)		17	(火)	
18	(日)		18	(水)	
19	(月)		19	(木)	
20	(火)		20	(金)	クラシックギターミニコンサート(洗心苑)
21	(水)		21	(土)	
22	(木)	祝日(毎の日)	22	(日)	
23	(金)	祝日(スポーツの日) 書道教室(洗心苑)	23	(月)	
24	(土)	花火(看多機しまむら)	24	(火)	
25	(日)		25	(水)	
26	(月)		26	(木)	
27	(火)	料理教室(11:00~14:00)	27	(金)	かき氷イベント(看多機しまむら) 書道教室(洗心苑)
28	(水)		28	(土)	
29	(木)		29	(日)	
30	(金)		30	(月)	
31	(土)		31	(火)	

【 7月 主な行事 】

<島村洗心苑>

①「クラシックギターミニコンサート」
(実施日時) 7/16(金) 15:05~15:35
(実施場所) 1階ダイケア

②「書道教室」
(実施日時) 7/23(金) 14:00~15:00
(実施場所) 2階

<穀物菜館>

①「料理教室」
(実施日時) 7/27(火) 11:00~14:00
(実施場所) Haru-Café(ハルカフェ)

②「男の料理教室」
※今月は休止します

<看多機しまむら>

①「七夕会」
(実施日時) 7/7 14:00
(実施場所) デイフロア
(実施内容) 七夕の歌を歌い、七夕ゼリーを食べる

②「流しそうめん」
(実施日時) 7/15 11:00
(実施場所) 裏駐輪場
(実施内容) 昼食に“流しそうめん”を食べる

③「花火」
(実施日時) 7/24 19:00
(実施場所) 裏駐輪場
(実施内容) 手持ち花火を行う

令和3年 7月 診療担当医予定表

		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	島村理事長 (第2・4)	島村理事長	島村理事長			島村理事長	島村理事長
		日野院長 (第1・3)	日野院長	日野院長	日野院長	日野院長		日野院長
	午後	休診	島村理事長 (第2・4) 日野院長	島村理事長 日野院長	島村理事長	休診	島村理事長 磯部医師 (第2・4)	休診 向後医師 (内視鏡)
検査	超音波CT		○	○	○	○ (午前のみ)	○	○
	内視鏡		○ (上部のみ)	○	○		○ (上部のみ)	○
在宅診療	午前	(緊急時対応)	在宅担当 看護師	在宅担当 看護師	在宅担当 看護師	在宅担当 看護師	在宅担当 看護師	
	午後	島村理事長 日野院長	在宅担当 看護師	島村理事長 在宅担当看護師	日野院長 在宅担当看護師	日野院長 在宅担当看護師	在宅担当 看護師	日野院長

※外来休診日:木曜日(午後)・土曜日(午後)・日曜日(午後)・祝日(全日)

※診療時間:(午前)9:00~13:00(午後)14:00~17:00

※専門外来:漢方外来:磯部医師(予約制)(第2・4金曜日)

※在宅診療:(木曜日・土曜日・第1・3日曜日 午後)日野院長
(火曜日・第2・4日曜日 午後)島村理事長

※無料相談:(担当)小林(月・火・水・金・土 9:00~17:00)お気軽にご相談ください。



島村ホータルケアクリニック

各部門のコーナー

医療福祉相談 & 在宅介護支援相談

専門の職員がご相談に応じます。お気軽に！
※受付/在宅介護支援相談
(☎) 047-308-5519

こころの相談室 ☎047-308-5546

※今月は休止とさせていただきます。

運動療法 <織田健康リラックス教室>

(実施日時) 月曜日 15:00 ~ 16:15
(実施場所) 地域交流スペース (3階)
(講師) 健康運動指導士・織田 広
(申込) 受付(医事課)迄
※お気軽にご参加ください。

『歯と健康』シリーズ (No. 174)

ようこ歯科クリニック 院長 高野 陽子

子育て中の親御さんやお孫さんを心配するおじいちゃんやおばあちゃんに知ってほしい子供の歯ぎしりについてです。
うちの孫は歯ぎしりがすごいです。うちの子は毎日歯ぎしりしているんですと相談されますが(この相談、すごく頻繁にあります)これは「睡眠随伴行動」と呼ばれるおねしょとか寝言、寝ぼけなどの仲間と一緒に、特に歯ぎしりに関してはたいていの子がしています。
子供は誰でも生理的に歯ぎしりをするものなのです。だからそんなに心配しないでください。起きた時は記憶に残ってないし、成長とともに自然に消えていく行動です。乳歯は柔らかいので歯ぎしりによって削れて小さくなっている歯の子もいますが、かなりすり減って削れていてもしみて痛いということはほとんどありません。大人だったら痛くて仕方ないくらい削れ方でもしみちゃうことはないです。永久歯へと生え変わっていくための大切な変化なのでご心配には及びません。
乳歯列期の3歳から5歳くらいのお子さんは顎関節の蝶番が柔軟で可動域が大きいし歯が柔らか

いのですり減りやすいのです。
ただ、この生理的な行動である歯ぎしりは、どの子もするのが当たり前なので心配ないですよと言いましたが、時々、すごくしみちゃって虫歯ですか?と来院されるお子さんがいます。このお子さんは、通常の歯ぎしりよりかなり強い歯ぎしりをしていたようです。
歯ぎしりを増幅させる要因はいろいろありますが、重要な原因の代表格が睡眠習慣です。歯ぎしりは浅い眠りのレム睡眠のときに起こっています。例えば、テレビの音がする部屋で寝ていると眠りが浅くなりレム睡眠が増えます。また、睡眠不足だったり睡眠時間が不規則になると、深い眠りであるノンレム睡眠のリズムが乱れ半覚醒状態のレム睡眠が増え歯ぎしりも増えてしまいます。
騒音のある部屋で寝ていて眠りが浅くなるとか、睡眠時間が圧倒的に不足している、起きる時間が寝る時間が不規則、といったお子さんの場合、歯ぎしりが増幅されやすいです。

歯ぎしり豆知識でした。

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



<事業> 給食調理(洗心グループ各施設)・カフェ・自然食品販売
イベント・料理教室/訪問介護/レジデンス(賃貸借居室)

野草の命をいただく

スギナの佃煮 アカザのおひたし
ワクワク大根のべったら漬け



はるちゃんのおめか漬け

ハルジオンの花

中山さんの
山路を登りながら
玄米香酒

ハルジオンのかき揚げ

スギナ

2月~5月
【食用】柔らかい葉
佃煮など※多食しないこと
【薬用】
茎・葉 高血圧・利尿・便秘・解熱
全草 腫瘍・結石

ハルジオン (貧乏草)

2月下旬~6月
【食用】若い芽と花
天ぷら おひたし
【薬用】
葉・花 利尿

ハルジオンのかき揚げを味見させていただきました♪
人参とトウモロコシの甘みにハルジオンのほのかな苦みが絶品!
ハルジオンの花も食べられるとは驚きでした。

料理教室 2021.5.25

穀物菜館訪問介護事業所

千葉県松戸市松戸新田21-2 穀物菜館ビル4階

TEL: 047-308-5519

FAX: 047-308-5520



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
島村トータルケアクリニック 3F
(電話) 047-712-0601



紫陽花を見に行きました！



日向ぼっこしながら談笑♪



父の日、いつもありがとう♡



みんなで風船バレー(ˆ▽ˆ)/

梅雨入りし、ぐずついたお天気の日が続いています。
看多機しまむらでは、雨の合間をぬって外出し、紫陽花鑑賞に行きました。
屋上で日向ぼっこしながら談笑することもあります。
雨の日も楽しめるようにと、室内でできるレクリエーションを考えたり、癒しの時間を過ごしてもらえるように、足浴の時間を作ったり、スタッフもアイデアを一生懸命出しています。
梅雨が明けたら夏らしいイベントをたくさん考えているので、楽しみにしててくださいね！



足浴中(ˆˆ)♪

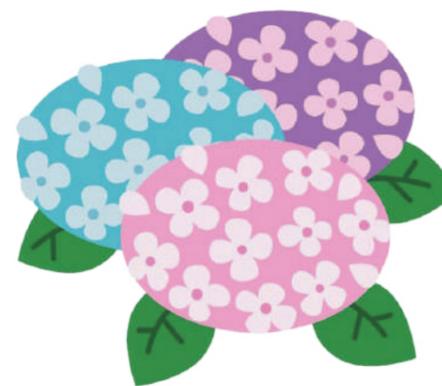
※イベントは各フロアで行っております。

☆6月 島村洗心苑 だ・よ・り☆

“美しく咲くあじさいを各フロアに咲かせましょう！”ということで、5月からコツコツ・ちまちま(笑)と折りためた紫陽花が見事に花を咲かせました、(*´▽`)/



2F フロア



協力してできあがった作品は
みんなの癒しです♪

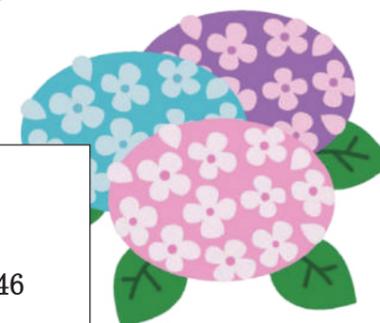


3F フロア



デイケア

梅雨の時期、雨の日には肌寒く、晴れの日には夏のような暑さを感じられる日もあります。
熱中症予防のためにカルピスを飲み始めました！
気温の変化で体調を崩さないよう、気配り心配りで、梅雨時期を乗り切りたいと思います。



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

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



和名ヶ谷ほたるの里



暑中見舞いはがき作り

お父さんありがとう



朝顔の種まき

きれいな紫陽花にニッコリ



STCCえがお
訪問看護ステーション

千葉県松戸市新田 21-2
穀物菜館ビル 4階
(電話) 047-364-7778



えがお訪問看護ステーション
管理者 小暮 幸枝

こんにちは！

4月に入社した新人さんも毎日勉強で大変・・・(;^_^A

でも、この頃は独り立ちできるようになりました。処置があるご利用者様。リハビリの必要な方。(理学療法士に指導してもらいながら行なっています。)

高齢の独居の方の話し合いなどやれることが増えています。

まだ、未熟な所はありますが皆んなでご利用者のために「相談し合いながら笑って楽しい」看護を行なっています。

私は、そんなスタッフに助けられています。

これからもこのスタッフ全員で、ご利用者様の処置・ケア・援助を行っていきたいと思います。

幼稚園の園長先生である利用者様と



園児に会いたくてリハビリに出掛けます

和名ヶ谷ほたるの里では 6/29 (火) からコロナワクチンの接種がはじまりました。