

ココロまち 通信



令和5年2月発行



発行元：ココロまち診療所（0466-77-9426）



生活の“一助”となれば… キッチンカーがやってきます！

皆様こんにちは。ココロまち診療所院長の片岡です。



ホームページ

診療所のある御所見地区にはスーパーマーケットがありません。そのため車など移動手段がない方にとっては、日頃手に入るものが限られている状況にあります。

その解決の一助になればと思い、昨年秋から当院に定期的にキッチンカーが来てくださっています。

亀井野にあります「魚芳」(<https://uoyoshi.jp/>)のキッチンカーで、お魚だけでなく地元の野菜やお肉料理も買うことができます。隔週火曜日に来てくださっていますので、よろしければ是非足を運んでみてください。

(片岡)

本年もよろしくお願ひ致します。

1月
17日(火)
31日(火)
10:00~14:00

ココロまち診療所に
手作り惣菜・手作り弁当など
ココロカラダの喜ぶご飯を乗せて
キッチンカーがやってきます！

亀井野にココロまちがあります。

新鮮鮮魚×チャヤマ/
FISCHER'S
KITCHENCAR

新鮮鮮魚×チャヤマ/
FISCHER'S
KITCHENCAR

Fischer's Kitchencar 魚芳
メニュー表

お弁当

- ・サバ弁当……550円(税込)
- ・目黒おがず弁当……880円(税込)
- ・おいなり……350円(税込)

お惣菜

- ・魚から(味噌)……1枚 150円(税込)
- ・サバ刺し……1枚 180円(税込)
- ・ロールキャベツ……1個 200円(税込)
- ・つゆの花……1パック 300円(税込)
- ・山菜ごまにやぶく……1パック 300円(税込)
- ・むじき菜……1パック 300円(税込)
- ・小浜電置し……1パック 300円(税込)
- ・ナスの味噌炒め……1パック 300円(税込)
- ・魚からセット(味噌)……1パック 600円(税込)



新しく、 仲間入りしました♪

皆様はじめまして。
昨年10月に入职した
相談員の後藤^{さちこ}祥子です。



病院の相談員、居宅のケアマネジャー、地域包括支援センターの社会福祉士等として従事してきました。その中でいくつになっても、いつも、いつまでも慣れ親しんだ地域やお家で生きる大切さを実感しております。『冷めた頭と熱い心』をモットーにチームの一員として患者様の生活を支えて参ります。

北海道出身で美味しい物が大好きな食道楽。休日は愛犬(保護犬、推定8歳)と海や山を散歩したり、ツーリング、家族や友人とキャンプ等を楽しんでいます。最近は朗読劇の観劇にもハマっています♪

制度や医療・福祉等でご不明なことがあればお気軽にご連絡下さい。よろず相談員がお話を伺います。またみな様からも地域のことや昔のことなど色々教えて頂きたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

(後藤)





カレンデュラ



ハーブのお話

カレンデュラは、カロテノイド色素による あざやかなオレンジ色の花卉が特徴で、古くから皮膚や粘膜の損傷に用いられてきました。カレンデュラの花弁を植物油に漬けて成分を抽出させたカレンデュラ油とミツロウで作るカレンデュラ軟膏は外傷や皮膚のトラブルに幅広く用いられることから万能軟膏の名で知られています。

Kokoroの蕾のワークショップでもこの「カレンデュラ油」と「ミツロウ」に「シアバター」と肌に刺激少ない「ラベンダー精油」、「フランキンセンス精油」、「マンダリン精油」の香りを加えたリップクリームは大人気です。スタッフもお気に入りです。

このリップクリームはkokoroの蕾に初回参加ある方のみ裏メニューとしてご案内いたします。

(亜矢)



アロマとハーブのワークショップ

Kokoroの蕾

料金 2,500円 (材料費込) 当日現金にてお支払いください

開催時間 毎週火・水・木曜日 13:00-14:30 (約90分)
毎週土曜日 10:00-11:30 (約90分)

定員 各1名 (追加1名まで可)。

内容 1月よりワークショップの内容が変わりました

- ハーバルフットバス
- 7種類から作りたいものを1つ選んでいただきます。
 - ・かかとツルツルクリーム
 - ・リンパマッサージオイル(静脈瘤予防)
 - ・痛み和らげるクリーム(頭痛、肩こり予防)
 - ・しっとり保湿クリーム(顔用)
 - ・うがい用ハーバルチンキ
 - ・心を鎮める香油
 - ・心を温める香油



講師：亜矢

AEAJ認定アロマセラピーインストラクター
JAMHA認定ハーバルセラピスト
健康予防管理専門士
フェムテックエキスパート2級
漢方養生指導士ベシック

ご予約 ココロまち診療所

*電話でのお問い合わせはご遠慮ください。

▶メール

cocoromatch-clinic@yushoukai.jp

▶問い合わせフォーム



◀ハーバルフットバス
軟膏クリーム作り▼



宇都母知神社



当院は、藤沢市打戻にあります「宇都母知神社」の氏子となっています。11月の収穫祭と年末年始には当院の提灯が境内に提げられていました。宮司である御厨(みくりや)さんは枝豆が大好きで、昨年当院にて収穫した枝豆をたくさん買っていかれました。また、当院の廃棄物処理を担ってくださっているサン興産の菅野社長とは同級生とのこと。今後もこういった、様々な部分での繋がりを大事にしていきたいと思えます。

(片岡)



◀ホームページ