



ワムタウン広場

WAM Town Open Space !

発行 一般社団法人ワムタウン推進本部
〒359-1131 埼玉県所沢市大字久米 554 番地 2
TEL 04-2941-3640 FAX 04-2941-3641
http://www.wam-town.jp/ E-mail:koho@tl-wam.or.jp

協力 医療法人啓仁会
医療法人昭仁会
社会福祉法人栄光会

WAM TOWN

3月

第106号 2018年/平成30年3月1日(木)

開設を間近に控えて なみきロイヤルの園

社会福祉法人栄光会 特別養護老人ホーム なみきロイヤルの園 (埼玉県所沢市) 開設準備室 安藤 渉

いよいよ4月の開設に向け、開設準備室は2月1日付けで所沢市北原町に完成したなみきロイヤルの園に移転しました。私自身、開設準備に携わるのは今回で二度目となりますが、二度目とはいえ、これからお住いになる皆さんをお迎えするのだと思うと、改めて身の引き締まる思いがします。約3ヶ月ほど前になりますが、12月9日に新入職や異動する職員の顔合わせを兼ねたオリエンテーションが行われました。初めて介護の仕事に就く方、別の介護施設で働いていた方と前職は各々違いましたが、皆、ご利用者様に寄り添い、温かなケアを行っていきたいという抱負に、志を同じくする仲間が集まったのだと頼もしく思いました。現在、新入職の職員は、各ロイヤルの園で実地研修を受けています。まだ慣れないことも多いか

と思いますが、各施設で得たことをなみきロイヤルの園で存分に発揮して欲しいと願っています。開設までに残されている時間はあと1ヶ月です。介護技術の習得以外にも、ご利用者様のケアに必要な機材の操作方法を覚えたり、また各部署においてそれぞれ入居の準備を整えていかななくてはなりません。皆さんの生活が始まってから慌てることのないよう、職員一同、心を一つに力を合わせて頑張っていきたいと思っております。



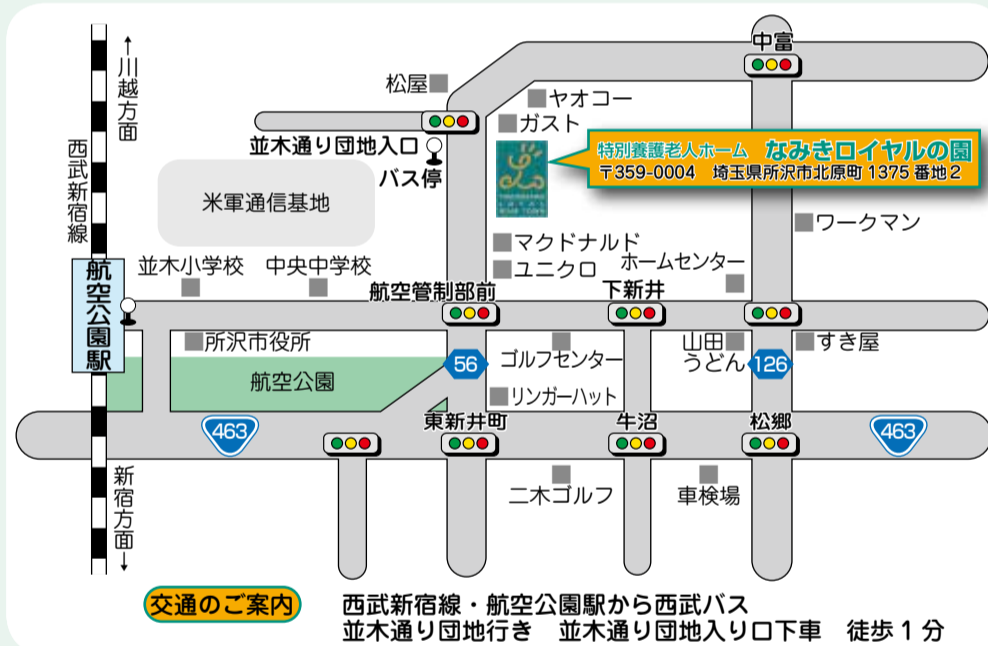
開設まであと1ヵ月



オリエンテーションにて



居室の壁紙はユニットの名前にちなんだ色です (写真は「鶴のくんだり」の一室)



※平成30年2月1日に開設準備室は所沢市北原町のなみきロイヤルの園に移転しました。これに伴い、電話番号も変更となりましたのでお知らせ致します。
社会福祉法人 栄光会
特別養護老人ホーム なみきロイヤルの園
TEL 04-2991-5050
FAX 04-2991-5051



ロイヤル・ワム・タウン 写真館

vol.17

医療法人啓仁会 法人本部
総務人事部 矢澤 誠



影を使って

【コメント】

写真を撮ろうとすると、どうしても知り合い・友達や派手な被写体を、目立つ背景を入れたいくなります。よね。でも、たまにはもう少しシンプルな雰囲気撮ってみたいと思う事もしばしば…そして撮ってはみたものの、あまりにシンプル過ぎてさほどインパクトのない写真になってしまうこともしばしば…

これは、ちょうどそんな事を考えていた頃、窓際でミカンを食べながらふと思いついて撮った1枚です。ミカンと延長コードだけを被写体に入れただけのものの、ブラインドの影が面白いアクセントになってくれました。実

際は週末の非常に寒い朝だったので、単に日が当たっている様子よりも、(個人的には)暖かな雰囲気感じます。

この冬は例年を超えた寒さで、人も動物もあまり外に出ず、見える景色も若干寂しくなりがちかもしれません。しかし、ちょっとした影や、時には雪や氷の反射などが、撮れる写真に思わぬ効果をプラスしてくれるかもしれませんよ。

【撮影データ】

カメラ：OLYMPUS E-PL2
レンズ：OLYMPUS Zuiko 50mm/F1.4
露出：1/500, f2.8
ISO：200

三鷹ロイヤルの丘の地域への取り組み

医療法人啓仁会 介護老人保健施設 三鷹ロイヤルの丘(東京都三鷹市) リハビリテーション室 理学療法士 櫻澤 久道

三鷹ロイヤルの丘は、施設のある三鷹新川・中原地区の方々との交流を大切にしていきたいと考えています。近隣の保育園との交流を始め様々な交流を行っており、その一つとして、第2、第4火曜日にリハビリスタッフがポールウォーキング教室を行なっています。三鷹ロイヤルの丘を以前利用されていた方(通所リハビリ卒業者)だけではなく、新川・中原地区や近隣の方でしたら誰でも参加して頂けます。

ポールウォーキングとはどのようなものなのか、協会のホームページから引用します。

『ポールウォーキングは、専用ポールを持って歩くことで、正しい姿勢のまま歩幅を広げてバランスよく歩けるようになります。上半身も積極的に動かすことにより全身運動となり、運動効率もアップ！

さらに上半身と下半身がねじれあう回旋運動により、体脂肪燃焼とインナーマッスルが強化され、しなやかボディメイクも可能にした効率的な新しいウォーキングスタイルです。

年齢を問わず誰でも楽しみながらできます。』

という事で、近年注目されているエクササイズです。具体的には、



～健康維持で楽しむ方には～

- 上半身も使った全身運動なので、通常ウォーキングと比較して20～30%増の運動効果。ダイエットにも効果的。
- メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)とロコモティブシンドローム(運動器症候群)の予防と改善。
- 正しい姿勢を保持して歩幅も広がり、左右の筋バランスが整う。
- 首や肩周りの血行を促し、肩こりの改善。
- 筋力・筋持久力・柔軟性の向上。

～リハビリ中や足腰が弱っている人には～

- 骨粗鬆症の予防と改善。
- 足腰への負担を軽減。
- 転倒予防と身体バランスの改善、筋バランスの改善。
- 起立&歩行の安定性獲得と運動器の機能改善。等の効果が期待されるとのことです。

ここで歩き方をご紹介します。

- あごを引いて、目線は目の15メートル先を見る。
- 肩の力を抜いてリラックス。腕は前後に自然にスイング。
- グリップは親指、中指、薬指の3本で軽く支える。

- おへそのあたりから脚が伸びているような「長い脚」をイメージ。
- 歩幅は半歩広く。
- 踏み出した反対側のかかと付近にポールを軽やかにつく。
- 背中がスッと伸ばす。

といった形で歩きます。

スタートは近隣の施設に集合し、そこから出発します。この日も寒い中、6名の方にお集まりいただき、出発しました。皆さんは慣れたものでポールを前後に動かしながら、軽やかに歩いていきます。冬の景色も眺めながら約40分の道のりでした。

中々運動をする機会のない方にもはじめやすいので是非ともやってみてはいかがでしょうか？(その際には必ずかかりつけの先生やリハビリ職など専門家の指導の下、行なってください。)

これからも三鷹ロイヤルの丘は地域の皆様の健康増進の為に様々な取り組みを行なっていきたくと思っています。地域の皆様が健康で元気に、笑顔で過ごす為の一助となれば幸いです。

参考HP：一般社団法人日本ポールウォーキング協会
<http://polewalking.jp/>



お話ししながら楽しく



公園を一列になって

接遇マナー研修の開催

医療法人啓仁会 豊川さくら病院(愛知県豊川市) 患者サービス向上委員会 委員長 光田 由美子(言語聴覚士)

豊川さくら病院では、患者サービスの向上を目的とする「患者サービス向上委員会」を設置しております。今年度、当委員会では接遇の向上をテーマに研修会を企画し、7月に第1回接遇マナー研修会を開催、平成30年1月30日に第2回接遇マナー研修会を開催しました。

今回の研修会は、職員から要望が多かった「敬

語(言葉づかい)」や「電話対応」を中心とした内容で、講師として中北薬品株式会社マナーインストラクター部からチーフマナーインストラクターを招聘し、参加者として病院職員のほか老健、居宅の職員も含め25名程が受講をしました。

マナーの必要性や敬語を使つての会話、やさしい表現方法や非言語コミュニケーションによる接遇など、座学だけではなく受講者参加型による実践形式で研修会は進められました。敬語の使い方はもちろん、医療現場でもすれば命令形や否定形になりがちな言葉を、クッション言葉を用いてやわらかい表現に変えるにはどうすればいいか学んだり、患者様の心理状態を

も左右するスピーチロック(「〇〇してはダメ!」などの言葉で患者様の行動を制限・抑制すること)の危険性を考えたり、見方を変え否定的ではなく肯定的に物事をとらえるリフレーミング(例:発言が少ない→聞き上手、私ばかり忙しい→信頼されているので良く仕事が回ってくる、要求が多い人→よく気が付く人、など)の手法なども教わりました。

また、実際に電話機を用いて通話内容を録音し自己の電話対応を振り返る体験を行う等、大変充実した講義内容であったという間の1時間半でした。参加者からは、明日からの業務に活かせるこの研修会に参加して良かったとの声が多く聞かれました。

来年度は、全職員に接遇マナー研修を受講してもらうことが目標です。また、このマナー研修の成果が、今後現場で定着し、接遇に自信を持てる病院・法人に成長していけるよう、委員一同頑張る所存です。



電話型の録音機を使用して自分の通話が相手にどう聞こえているのかわかりました



表情や声のトーンなど隣合った職員同士で確認しました

絵馬を作りました

医療法人昭仁会 介護老人保健施設 四季の里 (埼玉県新座市) 通所リハビリテーション 鎌田 英明

2018年は、戌年になります。今回は、絵馬を作りました。

「絵馬」とは、ご祈願やお礼参りの際に神社に奉納する絵を描いた板のことです。神様の乗り物である生きた馬の奉納から、木の板に馬の絵を描いて奉納するようになったのが「絵馬」の始まり

とされているそうで、馬の絵の板に願い事を書いて神様に奉納すればその願いが叶うと伝えられるようになり、現在の絵馬の風習に繋がったと考えられているそうです。干支の戌のスタンプ等を絵馬に押し、願い事を書いて完成となります。何を書こうかと悩みながら、皆様、絵馬に願い事を書かれていました。

絵馬のお願い事は基本的に他力本願の願いとされており、人に見られて初めて願い事の効力が発揮されるというものだ

そうです。絵馬を拝見すると、身体のこと、家族の事、様々な想いが書かれていました。皆様の願い事が叶いますように。



叶います様に



願いを込めて



デザインも大事



元気がなにより



本物の力士を目の前に大喜び

医療法人啓仁会 介護老人保健施設 平成の森 (埼玉県川島町) 介護職員 堀田 正夫



今から7年前、平幕だった稀勢の里関が平成の森に来訪。その際に稀勢の里関から「平成の森皆さんへ」と色紙を書いていただきました。以降、平成の森では利用者様がテレビ観戦で熱の入った応援を続けてきました。その稀勢の里関が昨年1月場所に見事初優勝し、第72代横綱になりました。

そんなご縁もあり、昨年12月11日に2人の力士に来ていただきました。伊勢の花さんと大一心さんです。施設内で5会場を回り、浴衣姿から稽古まわしになり、四股、股割り、ぶつかりの実演など本物の力士を目の前で見ることが出来て、皆さんが大喜びでした。

特に今回は、ちゃんこ料理を2人の力士からよそっていただくというサプライズに大いに盛り上がり



ぶつかり稽古の実演



ちゃんこ料理に大盛り上がり

動物がもたらす無限の力

医療法人啓仁会 介護老人保健施設 たんぼぼ (愛知県豊川市) 介護職員 笠井 絵里

介護老人保健施設 たんぼぼ 通所リハビリテーションでは、今年新たな試みとして「ドッグセラピー」を行いました。

ドッグセラピーとは、高齢者や認知症など様々な障害を持つ人々に対し、心や身体のリハビリを目的とし精神的癒し効果があると言われております。今回、当施設にはダックスフンド(まな)とチワワ(レモン)が利用者様に会いに来てくれました(ちなみに飼い主は筆者の私です)。

犬の力はスタッフの予想を遥かに超えたもので、長年関わってきた私たちスタッフでも引き出

すことのできないような表情や発語、身体の動きを引き出してくれました。利用者の皆様は、スタッフ同様の役目を果たした「まな」「レモン」2匹の犬たちが、次回会いに来てくれることを楽しみに、日々リハビリへ意欲的に取り組まれています。

動物がもたらす力は、言葉はなくても人対人では引き出すことができない、目に見えない大きな力があるのかもしれませんが、ぜひ、今後も継続して取り組んで参りたいと思います。



左が「まな」ちゃん、右が「レモン」ちゃん

所沢ロイヤル・ワム・タウンにおける訪問歯科

医療法人社団新仁会 小手指デンタルクリニック (埼玉県所沢市) 理事長 秋山 智和

医療法人社団新仁会小手指デンタルクリニックは、所沢ロイヤル・ワム・タウンの各施設と協力しまして歯科訪問診療の充実に力を入れております。

歯科医院に通院したくても出来ない方々のご要望にお応えするために、病院・施設・ご自宅にお伺いしまして歯科治療や口腔ケア・衛生指導を行っております。

院内での診療に近づけるため、虫歯を削ることや歯石を除去するといった目的のためのポータブル

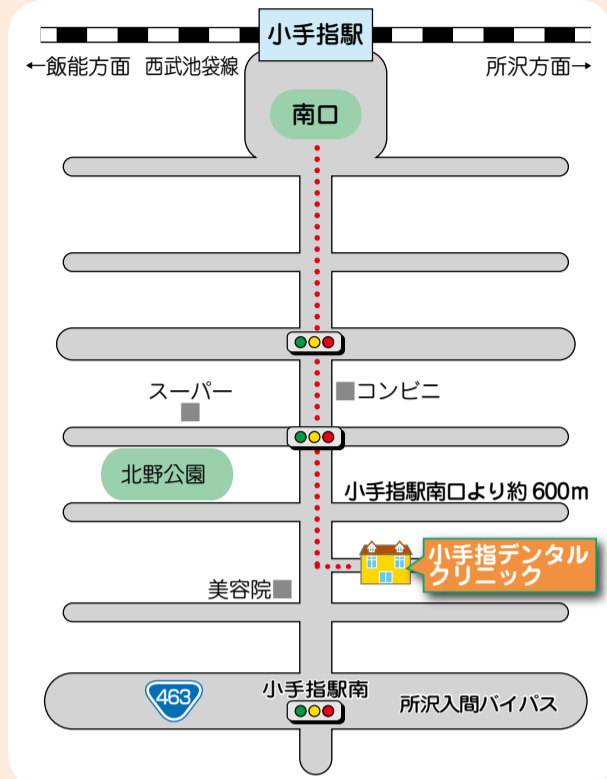
ルユニットを常備しております。またポータブルレントゲンも常備しておりますのでベッドでも車いすでもレントゲン撮影を行うことが可能です。

虫歯治療、歯周病治療(歯石除去・歯のクリーニング)、被せ物や入れ歯の作製も可能です。

何かわからないことありましたら、お気軽にご連絡ください。

訪問のご依頼も常時受け付けております。よろしくお願い致します。

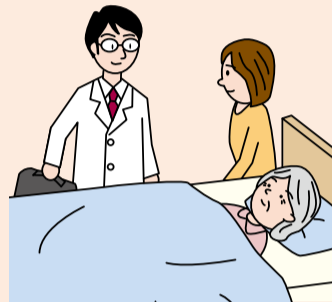
*小手指デンタルクリニック
HP: <http://kotesashi-dc.com>



ポータブルユニット



ポータブルレントゲン



いちごのバレンタインデー

医療法人啓仁会 平成の森・川島病院 (埼玉県川島町) 栄養科 管理栄養士 高橋 江里

2月14日「バレンタインデー」の行事食で患者様にチョコレートを出すわけにもいかず、昼食時にチョコレートの代りとしていちごを提供しました。いちごは病院から見える畑で生産している川島町いちご直売所の「いちごファクトリー」さんから購入しました。摘みたてのいちごなので香りも良く、とても甘くて美味しいので、患者様にも大変喜んでいただけました。前回購入した時に好評だったため、今では職員も個人で購入するほどです。

いちごは、健康に欠かせないポリフェノールやビタミンなどの栄養を含む果物で、中でもビタミンCを多く含み、中くらいのサイズであれば、7個ほどのいちごで一日に必要な量のビタミンCが摂れます。

ビタミンCはコラーゲンの生成促進や、メラニンを抑制する効果があるほか、ビタミンCとポリフェノールの抗酸化作用もプラスされ、

しわやシミを防ぐ働きが高まり美肌づくりに優れます。また、ビタミンCには白血球の働きを強化して免疫力を高める効果もあるため、風邪の予防につながります。その他、機能性成分のアントシアニンは視力の回復や眼精疲労の解消に効果のある栄養で、目のかすみや疲れ目などの目の不調を防ぎます。

今回はいちごをそのまま提供しましたが、いちごの栄養の吸収をアップするには、牛乳や練乳といった乳製品と一緒に摂るのが有効で、特に混ぜ合わせた状態で摂るのが最も効果のある食べ方です。アントシアニンなどのポリフェノールは脂質と一緒に摂ると、2~3割ほど吸収率がアップします。

そして洗い方にもポイントがあります。ビタミンCや葉酸は水溶性のため、いちごはヘタを取らずに洗うと水溶性の栄養を減らさず楽しめます。何よりも旬の食材を取り入れることが



いちごファクトリーと筆者

大切なので、今後も旬の食材を使い患者様に喜んでいただける食事を提供していきたいと思えます。



旬の莓に思わず笑顔

いちごファクトリー

- 【所在地】〒350-0121 埼玉県比企郡川島町上八ツ林 1045-1
- 【アクセス】圏央道川島インターから車で10分
- 【営業時間】月~金曜日(木曜日を除く): 9:30 ~ 17:00
土、日曜日: 9:00 ~ 17:00
休業日: その他お問い合わせください
- 【お問い合わせ】tel: 049-297-0471
HP: <http://ichigofactory.com/>



川島町のいちご直売いちご行

ホーム 求人情報 いちご直売 アクセス



今年もあまのいちごができました。いちご農家としての歴史は4代目になります。先祖から受け継いだ技術を注ぎ、皆様にお届けしたい一心で栽培して来ました。品種は「とちおとめ」です。「女将」の愛想屋種で色が鮮やかで甘さも1ランク上の美味しさです。摘み立てのはちごはみんなのイチゴは国産に入れた産地とシューニーな果汁がたっぷし、いちご特有の上品な香りが広がります。是非一度ご来店ください。

スタッフ一員

営業時間10:00-17:00 11月~5月末
直売 毎行り
☎049-297-0471