



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

平沢記念病院は4月より「ロイヤルこころの里病院」となりました

医療法人啓仁会 ロイヤルこころの里病院 (埼玉県所沢市)

平沢記念病院は、平成13年9月より地域の精神科および認知症医療に尽力してまいりましたが、令和3年4月1日より「医療法人啓仁会 ロイヤルこころの里病院」へ病院名を変更いたしました。

また、病院名の変更にあわせ、院内の改修工事を行いました。

この改修工事により、病床数は変わりませんが、病棟構成として、認知症治療病棟120床、精神療養病棟57床（以前は、認知症治療病棟96床、精神療養病棟57床、精神科急性期治療病棟24床）となりました。

個室の整備（増設）および介護用ユニットバスの設置も行っており、患者様の多様なニーズにお応えできるよう療養環境を整備しております。

もちろん、今まで同様、各病棟には、生活機能回復訓練室（リハビリテーション室）の整備しておりますので、認知症患者様等へのリハビリテーションも積極的に行っております。

当院でお力になれることがあれば、お気軽にご相談いただければと思います。

新病院名を冠した病棟入口にて▶

よろしくお願いたします。（左から、矢吹理事長、井川院長、長瀬副理事長）



ご挨拶 院長 井川 真理子



前院長の平澤秀人先生が名誉院長を勇退され、病院開設20年の節目に、病院名と病棟編成を変更しました。

長瀬輝誼副理事長からのご提案もあり、病院名は職員から公募しました。皆様が病院に対する熱い思いを病院名に託してくれましたが、その中では「こころ」の入った名称が一番多く、厳正なる審査の結果、「ロイヤルこころの里病院」と選定しました。

ロイヤルワムタウンの一角で患者様やご家族様の「こころ」の拠り所になり、「里」のような穏やかで温かみのある病院を目指していききたいと思います。

さらに令和3年4月1日付で地域連携室を設けました。入退院の相談や調整は勿論、所沢市から委託されている認知症初期集中支援チームの活動もさらに活発にし、今迄以上に地域の皆様へ貢献していききたいと思います。どうぞ宜しくお願いいたします。



矢吹副理事長より新病院名の掛軸を戴きました



広々とした病室に改修しました

ご紹介 副理事長 長瀬 輝誼



この度は、「ロイヤルこころの里病院」への改称・病棟再編に当たり、当法人の矢吹理事長と長年親交がある長瀬輝誼先生（医療法人社団東京愛成会理事長・公益社団法人日本精神科病院協会副会長）から、病院の経営改善・方向性について、ご助言いただきました。

皆様のご協力のおかげで改修工事は無事完了し、新たな病院としてめでたく緒に就くことができました。事ほどさように快適な療養環境と効率的な病室配置が見事に調和し、患者様のために、よりよいサービスが実現する運びとなりました。

とりわけ、新病院名の選考に関して「職員の想いが大切」という考えから、職員からの公募という方法をアドバイスいただき、ロイヤルグループとしての一体感を育むと共に、患者様のこころのよりどころになればとの想いを込めて、「ロイヤルこころの里病院」と改称しました。

長瀬先生のご厚情に、職員一同感謝しております。これからも末永く親炙して患者様・ご家族、ひいては地域の皆様からますますご支持いただける病院へと成長してまいりたいと思います。



【病院プロフィール】

医療法人啓仁会 ロイヤルこころの里病院
〒359-1152 埼玉県所沢市北野 3-20-1
TEL : 04-2947-2466 / FAX : 04-2947-2482

診療科目：精神科・心療内科

病床数：177床
（認知症病棟120床、精神療養病棟57床）

交通案内

西武池袋線 小手指駅 南口より
西武バス「早稲田大学」または
「宮寺西」行きにて約8分
「ロイヤルこころの里病院前」バス停車

リハビリ体操

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

通所リハビリテーションでは毎日午後、利用者様全員で集団体操を職員が体操の動きをひとつひとつ説明しながら行っています。自宅ではなかなか出来ない体操を、利用日にはしっかりと行ってもらっています。「デイに来た日は体操がしっかり出来て気持ちが良いわあ〜。」「体が軽くなった感じがするわ。」「家でも出来ると良いんだけどなかなか出来ないんだよね。」と喜ばれています。ま

た、昨年12月より毎週1回午後(約20分間)に理学療法士・作業療法士によるリハビリ体操を実施しています。体のどの部分に効果があるのか(筋力アップや柔軟性など)ポイントを分かりやすく説明し、皆さんは集中して話に聞き入り体を動かされています。指導している職員によると、今では体の動かし方を理解し効果的に体を動かすことが出来るようになってきているそうです。

来月から新しい体操を紹介予定です。感染症拡大による自粛でストレスがたまりがちですが、少しでも体を動かして今後とも頑張っていきたいと思います。



グループ体操手順 その1




*** グループ体操の手順 ***



あいさつ

今日の日付の確認 (何年何月何日何曜日 今日は何の日)



1. 深呼吸 (鼻から吸って、口から吐く) < 4回 >
2. 肩の上げ下げ (上げて5秒数え、下げる) < 10回 >
3. 肩回し (肘を曲げて) < 前後10回 >
4. 肘の曲げ伸ばし (胸でグー、前に伸ばしてパー) < 10回 >
5. 腕振りと体の曲げ伸ばし (腕を振りながら、上肢を前後に動かす) < 10回 >
6. 手をプラプラ振る
7. グー・チョキ・パー 
8. 指を折って数える
9. 胸の伸展 (腕を上げ胸を広げ、下ろしながら背を丸める) < 10回 >
10. 足踏み (対角線上の肘と膝をつける) < 30回 >
11. 体幹ひねり (できない人はイスの肘掛けを持ってひねる) < 10回 >
12. 背伸び (ア、イ、ウ、エ、オなど声を出しながら) < 5回 >

*休憩しながら、出欠席の確認



13. 頭の後ろに手を組み、前かがみ < 10回 >
14. 拍手をしながら足踏み < 30回 >
15. 膝を交互に伸ばす (持ち上げて5秒数える) < 左右各10回 >
16. つま先の上げ下げ < 10回 >
17. かかとの上げ下げ < 10回 >
18. 両膝を曲げて持ち上げる (5秒数える) < 5回 >
19. 両膝を伸ばして持ち上げる (5秒数える) < 5回 >
20. 首の運動 (前後、横に倒す、左右を向く、左右に回す) < 各10回 >
21. 肩たたき < 左右10回×2 >
22. 腕たたき (5回で下りて、5回で上がる) < 左右2往復 >
23. 脚たたき (5回で下りて、5回で上がる) < 5往復 >
24. 深呼吸 < 4回 >



*声を出していただく様、声かけをする!



グループ体操手順 その2

4. 肘の曲げ伸ばし

- ① 手を刺激することによって、全身の運動を行いやすくする。
- ② 首からうでにかけての血行を良くする。
- ③ 手、腕、肩の筋肉の伸展と各関節の柔軟性を高める。
- ④ 呼吸調整を図る。

目的

はじめの姿勢



- ① 呼吸に留意し、呼吸はゆっくり行い、止めないようにする。
- ② 十分振り(まげ)、開く(伸ばす)こと。ただし、りきみすぎないように注意する。
- ③ ストレッチングの要領でゆっくり、十分伸ばすこと。

ポイント

5. 腕振りと体の曲げ伸ばし

- ① 全身の血行促進。
- ② 体ほぐし。(リラクゼーション)
- ③ 動作のタイミングを養う。(意識運動)

目的

はじめの姿勢



- ① 歩くときの腕振りを使ってリズムカールを行う。
- ② 前方への腕振りを強調し、アクトをつけること。肘当てや背もたれが邪魔になり、手が前後に振れない場合は、振れる方向・振れる幅で行う。

ポイント

9. 胸の伸展

- ① 胸を開き、呼吸器官の働きを高める。
- ② 背骨を伸ばし、良い姿勢づくりをする。
- ③ 意識的に腹式呼吸を行い、消化器官の働きをも促進する。

目的

はじめの姿勢



- ① できるだけ大きく胸を動かす。全身を引き伸ばすようにする。
- ② 深く大きな呼吸に合わせて、動作はゆっくり、止めないようにする。
- ③ 特に呼吸に留意して行うこと。腹式で息をすることを意識させる。

ポイント

20. 首の運動

- ① 首の筋肉を伸展させ、血行を促進する。
- ② 首の可動領域を広げ、行動の安全性を高める。
- ③ 首の反りすぎを予防する。

目的

はじめの姿勢



- ① 背すじを伸ばし、肩の力を抜いて、ゆっくり首の筋肉を引き伸ばすように行う。
- ② 目はあけて行う。(視野の確保)
- ③ 肩に力をいれず、また肩を動かさないように意識して行う。

ポイント

1, 24. 深呼吸

- ① 呼吸調整を行う。
- ② 運動状態から平常状態に戻す。
- ③ 全身のリラクゼーションを図る。

目的

はじめの姿勢



- ① 腕の動作に合わせて呼吸を行う。
- ② フォームにとらわれず自由に行うのも良い。

ポイント

「道具」に感謝

医療法人昭仁会 平成の森・川島病院 (埼玉県川島町) 総務課 松尾 篤

私たちが生活や仕事をするうえで、必ず何らかの道具が必要になります。パソコン、ベッド、車椅子や医療機器等、様々な道具がありますが、今回は長年に亘り当院で活躍してきた「身長・体重計」をご紹介します。

この「身長・体重計」ですが、当院移転開設以来、約18年もの間、身長・体重測定を通じて職員や外来患者などの健康管理に努め地域医療の発展に貢献してきてくれました。年間の健康診断数等を考えると川島町内の4人に1人は

この「身長・体重計」に乗ったことがあるのではないのでしょうか。

当院が良い時も困難に直面した時も、地道にコツコツと計り続けてきてくれた「身長・体重計」ですが、この度、経年劣化に伴い新しくすることとなり、近々「引退」が決定いたしました。

道具と人間の間で、言葉は交わせませんが、「感謝」の気持ちで繋がることはできるのだと思います。当院を陰で支えてくれた「身長・体重計」に改めて心より感謝申し上げます。



長年活躍してくれた当院の「身長・体重計」

お花見ドライブへ行ってきました

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）ケアワーカー 細谷 剛

川島町には入間川沿いに続く桜堤をはじめとした、いくつかの桜の名所があります。菜の花と桜のコントラストが素晴らしく、ちょっとした観光スポットとなります。4月4日（日）その観光スポットへ、利用者様とお花見ドライブを楽しんで参りました。リフト車2台、ワゴン車1台を使用し総勢24名の利用者様が参加されました。当日は小雨が降っており、桜の花も満開の時期を過ぎ葉桜となっている所がほとんどでしたが、それでも場所によってはまだ綺麗に花を咲かせてい

る桜もありました。利用者様からは「綺麗だね」、「久々に外に出られて嬉しい」といったお言葉を頂く事が出来ました。

各フロアの職員やドライバーの方々の協力もあり事故もなく無事に終える事が出来ました。新型コロナウイルスの影響もあり、外出できていない期間が長く続きましたが、これから暖かくなり外の空気が気持ちいい時期がやってきます。感染対策をしっかりと行っただうえで外気や自然に触れリフレッシュ出来るような機会を提供していきたいと思ひます。



車窓からの桜

豊川さくら病院の隠れアイドル

医療法人啓仁会 豊川さくら病院（愛知県豊川市）放射線科 長谷川 三紀

こんにちは！ワタシはミシシippアカミミガメ、名前はついていません。みんなは『カメさん』と呼んでくれます。“ワタシ”と自己紹介させていただきましたとあり女の子です。今は、ルームメイトならぬ池メイトである10数匹の鯉さんと豊川さくら病院中庭の池を住まいにしています。

ワタシの一日は外来患者さんや、リハビリに向かう入院患者さんたちを待合室や渡り廊下の窓越しに見守ることです。自分で言うのも少し照れますが、豊川さくら病院のアイドルと言われている。

豊川さくら病院には、子どものリハビリテーション外来があつて、小さなお友達もたくさん通院しています。順番



カメさん満面の笑み

を待っている間に小さな手をピタッとガラスにはり付け、池にいるワタシや鯉さんをクリクリした目で探しています。ワタシが水の中に潜っていたり、岩陰に隠れているときは、「カメさん！どこー？」と一生懸命声をかけてくれます。そんな時にひょっこり姿を現すと、「あっ！いた！」とニコニコとかわいい笑顔で喜んでくれます。そんな笑顔にワタシもニコリです。みんなにはわかりにくいかもしれませんが、ワタシの顔は満面の笑みなのです。

ワタシのことを毎日見てくれるのは、子どもたちだけではありません。一日に何度もリハビリに向かう入院患者さんたちも、窓際で足を止めて

ワタシの様子を伺ってくれます。時にはワタシや鯉さんを見ながら、リハビリのお兄さんやお姉さんに思い出話をしてくれる患者さんもいます。ワタシの事が少しでも会話のきっかけになり、お話しの訓練になっているのなら、ワタシもリハビリのお手伝いができたようでうれしくなります。

コロナ禍の今、家族や友人に会えない入院生活の中で、一生懸命リハビリに励む患者さんたちが少しでも多くのリハビリの成果が得られたらいいなと、窓越しの応援しかできないワタシですが、心からそう思っているのです。

あっ！そうそう！去年の夏、脱皮して甲羅がピカピカツツヤになりました。ポカポカ陽気の日には、大きな石の上でゆったりと文字通り甲羅干しをして磨きをかけています。これからも、アイドルらしく愛されるカメさんとして、みなさんのことを応援し続けたいと思っています。

ロイヤル・ワム・タウン写真館

vol.37

医療法人啓仁会 法人本部 総務人事部 矢澤 誠

前回・3月号で、都心にもかかわらず密を避けて東京タワーの夜景を撮った写真をご紹介します。以降、依然としてコロナ禍が続く状況の中で、人気の少ない場所・時間を選んで写真を撮りに行く機会が多くなりました。

そんな中での3月、首都圏での非常事態宣言終了直後に、山梨県は富士五湖のひとつ、精進湖へ足を延ばしてみました。ここでは、北側の浜から湖越しに富士山が見渡せるポイントがあると聞いたのです。ちょうどその日の夜は快晴で、かつ風も穏やかだったため、湖面に逆さ富士が写るのではと期待して、深夜に車を走らせました。

しかし現地に着いてみるとほんの少しの風があり、湖面の富士山はさざ波で上手く写らず…考えを巡らせた結果、前回と同じく長時間撮影をするコンポジット合成という方法で、どうにか湖面にぼんやりと映る様子を撮影することができたのが、今回ご紹介する写真です。結果として、星の軌跡も写り込む、賑やかな1枚になりました。

なお今回も、往復の車移動中も含めて全く密になることがなく、かえって寂しいくらいだったことを報告させていただきます…

【撮影データ】

カメラ：OLYMPUS E-M5 mark II (OM-D)
レンズ：Panasonic LEICA SUMMILUX 15mm/F1.7
露出：20sec × 60回 (20min), f2.0
ISO：1600



「密を避けて」シリーズ・パート2、逆さ富士が撮りたくて

Nicot 所沢 開園しました

社会福祉法人栄光会 Nicot 所沢 (埼玉県所沢市) 園長 神山 幸恵

今年は桜が早く咲きましたが、穏やかな春の日差しを受けて、所沢駅に直結した商業施設「グランエミオ所沢」の中に、栄光会の3つ目の保育園、「Nicot 所沢」が4月1日に開園しました。

Nicot という命名は、西武鉄道が沿線に展開している駅チカ保育所の名前です。西武グループの「スローガン」でかける人を、ほほえむ人への「ほほえみ」をイメージした言葉です。子ども達が笑顔で健やかに育ってほしい、という思いを込めて、施設の5つのポイントの頭文字でもあります。

- 「Near」(近い)
- 「Interesting」(おもしろい・興味がある)
- 「Convenience」(便利)
- 「Original」(独自の)
- 「Together」(共に)

栄光会の保育園は、未来を担う子ども達が笑顔にあふれ、心身ともに健やかに成長できるように、次の事を主眼に保育を行います。

- ①すすんで明るく元気な挨拶ができる
- ②法人の運営する高齢者施設などとの交流を通して、豊かな感性、創造性、自主性、社会性を育てる
- ③お年寄りや身近な人、友達を大切に思い、感謝の気持ちを育てる
- ④人との関わりの中で時には我慢をする気持ちを持ち、「ありがとう」「ごめんね」が言える優しい心を大切に育てる

現在は、発達がゆっくりな子どもも沢山います。子育てが難しい保護者も少なくありません。既存の保育園でも職員はこれまで、壁にぶつかりながら努力を続けてきました。職員皆が、学び培った力をもとに、新しいメン

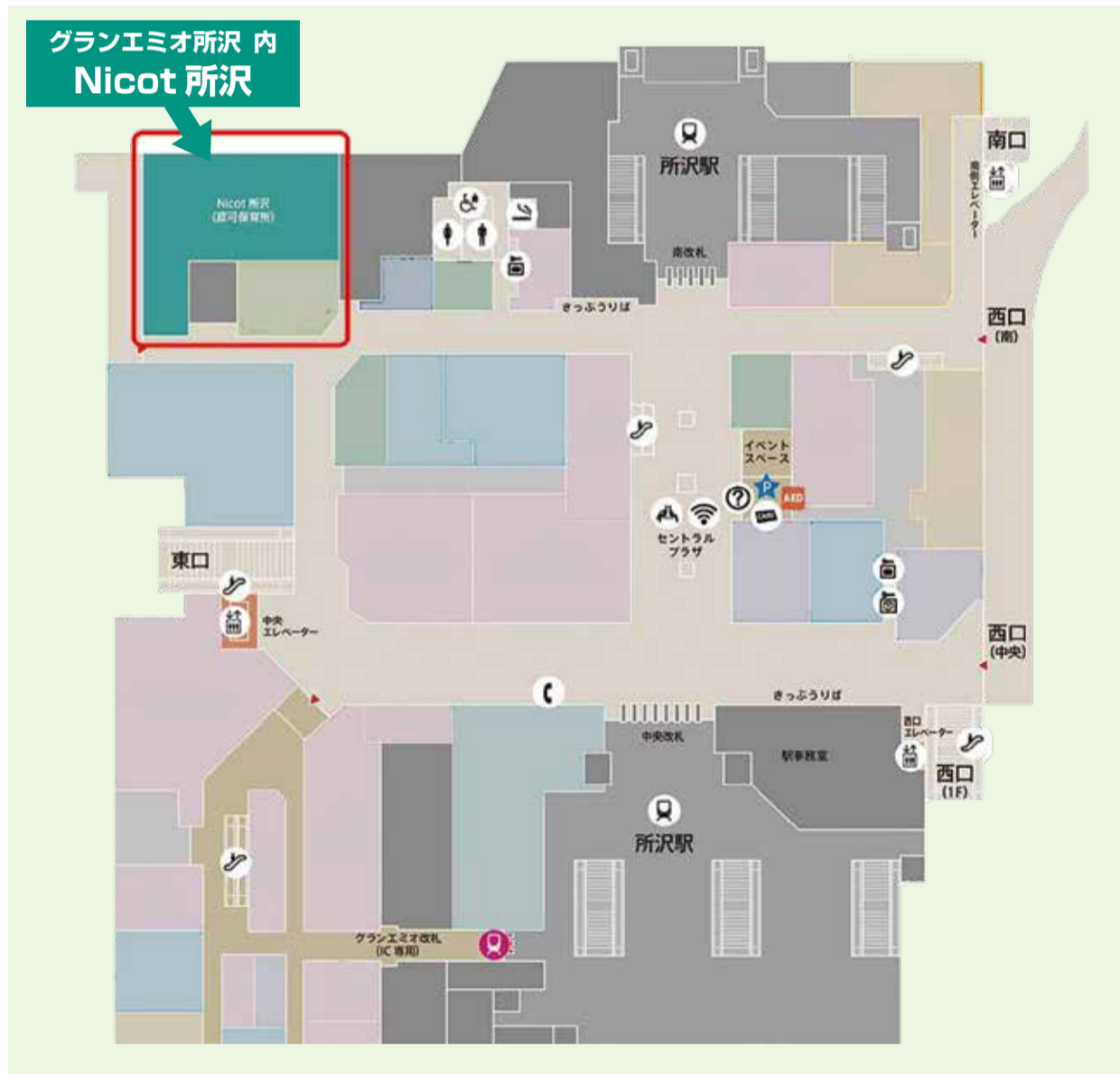
バーを迎えて更に積極的に園児や保護者を支えていければと思います。

Nicot 所沢は60人定員です。初年度は、0歳6名、1歳8名、2歳11名、3歳13名、4歳8名、5歳2名、合計48名でのスタートになりました。職員とのチームワークを高めて、子ども達の幸せを1番に考え、保護者との信頼関係を築きたいと思います。

Nicot 所沢は勿論、3園共に成長をして、地元で愛される保育園になりますように、連携を取りながら努力をしていきたいです。

【施設プロフィール】

社会福祉法人栄光会 Nicot 所沢
所在地：
〒359-0037
埼玉県所沢市くすのき台1丁目14番地5
TEL 04-2968-4002 / FAX 04-2968-4003
保育時間：月～土 7:00～20:00
日・祝および12/29～1/3は休園となります
対象年齢：生後2か月～5歳児
定員：60名



Nicot 所沢、所在図 (グランエミオ所沢 2F フロア図) グランエミオ所沢ホームページより改編



皆が大好きな「てつニワ」



迷わずお部屋に行けるかな？



みんなで楽しく過ごしましょう



木の温もりを感じる室内です