

# 7 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

第138号 2023年/令和5年7月1日(土)

## 施設長就任のご挨拶

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) 施設長 小林 剛

この度、前施設長の福岡正裕先生が勇退されて、2023年6月1日付けで矢吹甚吾理事長より後任の施設長を拝命し就任致しました。

今回の就任に当たっては東京医科歯科大学泌尿器科同門の先輩である老健所沢ロイヤルの丘前施設長の鷲塚誠先生や公立昭和病院で私と同時期に外科医として勤務されていた所沢ロイヤル病院の金子正二院長先生と同法人で勤務することになり、これも何かのご縁かと感謝に堪えません。また、折しも2013年4月に当施設が開設されて10周年を迎える節目の年でもあり、職員ともども気持ちを新たに職務に励む所存です。

さて、私は山形大学医学部を卒業後東京医科歯科大学泌尿器科に入局し、以後40年

近く大学や関連病院で教育や診療に従事し、昨年までは手術にも入り臨床一筋の生活を送ってきました。

この間併設の老健がある病院に6年間ほど勤務し、施設医を併任しておりましたことが今回の老健での勤務を選択するきっかけとなりました。ただ、如何せん臨床の間をみながら施設での対応をしておりましたので、介護についてはまだまだ未熟者です。

今後は全ての職種が協力して利用者の方からの信頼を得られるよう、私がこれまで医療で経験してきたことを糧に日々精進して参りますので、今後ともご指導ご鞭撻のほど何卒よろしくお願い申し上げます。



施設長 小林 剛

## かわぐちロイヤルの園・開園10周年記念

社会福祉法人栄光会 特別養護老人ホーム かわぐちロイヤルの園 (埼玉県川口市) ユニットリーダー 山崎 美由希

特別養護老人ホームかわぐちロイヤルの園は、令和5年4月1日で開園10周年を迎えました。

新型コロナウイルスが流行し、施設全体で実施していた大規模なイベントだけでなく、ユニット単位の小規模なイベントも開催を見

送ってきました。少し寂しい日々が続いていましたが、今年に入り感染症も落ち着きが見られ、感染予防を目的とした行動制限が緩和されたため10周年を祝う『開園祭』を4月12日及び19日の2日間実施しました。

懐かしい縁日をイメージした会場では、駄菓子コーナーで好きなお菓子をご自分で選び、手に取っていただいたり、ご入居者の目の前でわたあめを作り、召し上がっていただきました。特に人気があったのはふ菓子で「若い頃を思い出す」「懐かしいお菓子！嬉しい」などのお声かけをいただき、企画した職員としても心から嬉しく感じました。その他にもたくさんの風船を使ったバルーンアートでフォトス

ペースを飾り付け、1人ずつ記念撮影をしました。笑顔の写真からイベントの楽しさが伝わるでしょうか。また、ゲームコーナーの射的では、片目を閉じて狙いを定める本格派のご入居者もいらっしゃいました。的に玉が当たると見学されている方も両手を上げ、大喜び！ご入居者同士の交流が深められた時間でもありました。

開園祭の最後に、10年間を振り返るフォトムービーを上映しました。

開園から10周年の節目を迎えられたのは、ご入居者の笑顔に施設職員が支えられたからだと思います。これからもご入居者が日々笑顔でいられるように、様々なイベントを企画して、楽しい思い出を作りながら、かわぐちロイヤルの園は11年目を邁進してまいります。



懐かしい～縁日の屋台



狙いを定めて、昔日の腕前を披露します！



落ち着いて、必中の腕前を披露します



驚きの表情！いただきます



最高の笑顔、いただきました

# リハビリ室より、こんにちは！

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) リハビリテーション科 理学療法士 田上 真也、作業療法士 中野 真希

老健四季の里のリハビリ科には理学療法士(PT)、作業療法士(OT)、言語聴覚士(ST)の3職種が在籍しています。施設の“四季の里だより”にて『リハビリ室より、こんにちは！』というコーナーを受け持っています。ご興味のある方は四季の里のホームページよりご覧ください。今回は理学療法士が、基礎的である体の構造「筋肉」について、お伝えしていこうと思います。

年齢を重ねるにつれて、人の筋肉はどんどん衰えていきます。また、病気や怪我などで長期入院(約3~5週間)をしてしまうと、全身の筋肉の約50%低下すると言われています。

そのため、『日々の生活やリハビリでの運動』で筋肉をつけておく『貯筋』が重要となってきます。

では、筋肉をつけることでどのような役割があるの

か？いくつかご紹介したいと思います。

## ①基本的な姿勢の維持

人間には抗重力筋という筋肉があります。この筋肉が働くことで、基本的な姿勢(座っている姿勢や歩行等)を保つことが出来ます。逆にこの筋肉が低下していくと、猫背になりやすく、様々な関節に影響をもたらします。

## ②全身に血液を送る(筋ポンプ作用)

筋肉にはポンプのような役割があり、これ

によって全身に血液を巡らせることが出来ます。筋肉が減少し、ポンプの機能が働かないと、浮腫み(浮腫)に繋がりやすくなります。

## ③外部からの衝撃から体を守る(骨折予防)

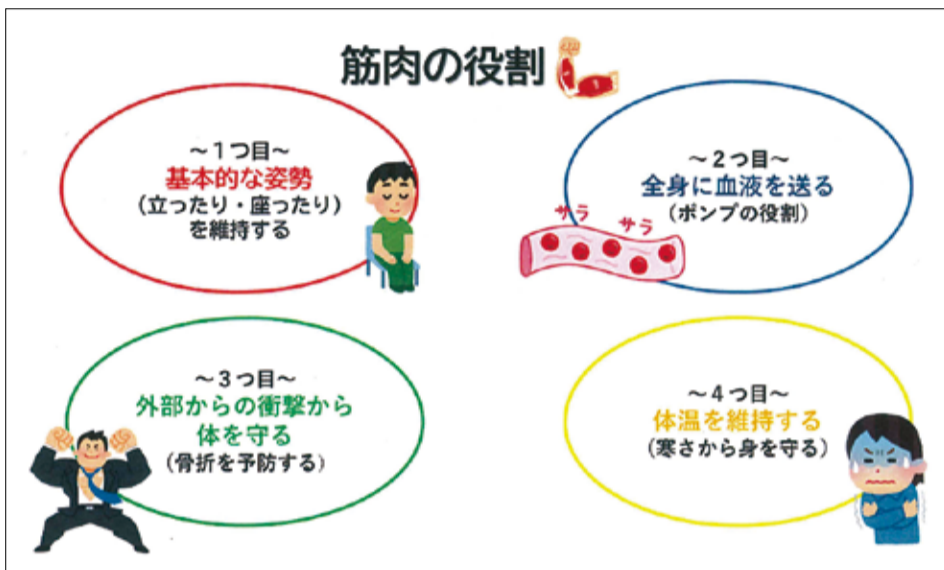
骨を守るために、鎧の様に筋肉が骨の周りを保護しています。万が一転倒した際にも、分厚い筋肉があったほうが、骨折等のケガをするリスクは減少します。

## ④体温を維持する(寒さから身を守る)

筋肉には熱を生成する機能もあります。高齢の方で寒いのが苦手という方は、実は筋肉量が少なく、熱を生成しにくく、体温を上昇させることが困難となっている場合もあります。

その他にも筋肉の役割はありますが、今回は4つご紹介させて頂きました。筋肉の低下を予防するためには『リハビリ』や『日頃のちょっとした運動』が大切です！

リハビリでも、一緒に運動を頑張ってくださいませ！！



# 「そがみまこ」さん童謡コンサート開催

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) 事務 南 菜穂子

新型コロナウイルスの影響で、長い間ボランティアによるコンサートが中止されておりましたが、感染拡大防止の規制が緩和されたことを受けて令和5年5月23日(木)14時より、当施設1階の通所フロアにて5年ぶりにコンサートが開かれました。

事前の天気予報では雨で前日の夕方から雨が降って憂鬱な気分でしたが、日頃の皆さんの行いの賜物でしょうか、なんと当日朝には雨はすっかり上がりコンサート開始時には青空が広がってありました。開け放たれた窓からは5月らしい爽やかな風が室内に吹き込んで心地良い空間を演出してくれました。

今回、歌っていただいたのは『そがみまこ』さんという方で、九州は熊本からはるばるお越しいただきました。そがさんは幼少の頃より国内外の公演に出演し、現在では国内はもとより、世界各地にて「美しい言葉と日本の心を伝え歌い継いでいきたい」と日本文化『童謡・唱歌』を届けています。また、幅広い年代に向けての後進の育成と童謡・唱歌の普及に力を入れており、ラジオやミュージカル出演、CD発売など幅広く活動されています。

1週間前に行われた事前打ち合わせの頃から楽しみにしており、浮き立つ気持ちを抑えきれずに皆さんに先がけてYouTubeで動画をチェックしてしまいました。パソコンのモニターに映る彼女は、春の陽だまりを思わせるとても温かみのある優しい歌声を持つ可愛らしい素敵な方でした。聴いている内に耳と心がじんわりと癒されていき、見終わる頃に

はすっかりファンになってしまいました。

この素敵なコンサートのお話をいただいて以来、通所フロア内でそがさんの映像や曲を流すなどコンサートの告知をしておりました。そのこともあり、コンサート開演30分前のマイクテストの時点で既に客席は満員御礼。今日というこの日をとても楽しみにされていたご利用者様たちは、歌声に合わせて手拍子をしたり、体を揺らしたり歌を口ずさんだりするなどして、それぞれ音楽を楽しんでおられました。

またそがさんも舞台から降りては何度となく客席を回り、ご利用者様と触れ合いながら笑顔と歌声の輪をどんどん広げていきました。中盤ではそがさんが「夕焼け小焼け」と「りんごの唄」を共に歌おうと客席に促すと、ご利用者様たちも元気な歌声と手拍子で応えて場内は一体となり、私もとても心が温かく幸せな気持ちになりました。

熱気が冷めやらぬまま、すぐに最後の曲となってしまいました。楽しい時間が過ぎるのはあっという間です。ご利用者様の皆さんが名残を惜しみながら「揚げば尊し」に聴き入る中、「とても良かった！」と満足げにうな

ずいたり、感極まって涙を流されるご利用者様もいらっしゃいました。

アンコールでは通所の職員たちもそがさんに招かれ壇上へ。ご利用者様と共に「故郷」を歌い上げました。また、アンコール2曲目の「上を向いて歩こう」では客席を巡ってお客様と軽やかにハイタッチや握手を交わしその場にいた全員で歌い、素敵なひと時のラストを飾りました。

その後、そがさんご利用者様たちは記念撮影をしてそれぞれ思い出を残されました。頬を寄せ合い笑顔で一つのフレームに収まる様を見て、ようやく日常が戻ってきたなと実感いたしました。

最後になりましたが、この素敵なコンサートの主催である『キングラン東海株式会社様』は、施設内のカーテンからご利用者様が使用される杖まで様々な福祉用具を取り扱う企業で当施設でも長きにわたりお付き合いのある会社です。その傍ら、介護施設等の利用者様に向けて素敵なイベントを企画したりもしています。この度は、当施設で素晴らしい機会を設けていただき本当にありがとうございました。この場を借りて感謝申し上げます。



みなさんに語りかけるような歌声



アンコールで「故郷」を歌ってくれました



通所職員と集合写真

# 平成の森公園に屋外歩行に行ってきました

医療法人啓仁会 平成の森・川島病院（埼玉県川島町） リハビリテーション部 松岡 廣典

当院の隣には平成の森公園という公園があります。平成の森公園には、ランニングコースや400mトラックのあるグラウンド、ピクニックができる芝生エリアがありますが、中でもバラのトンネルは日本一の長さと言われており、多くの方々が見物にいらっしやいます。

今回は、平成の森公園を患者様と屋外歩行練習をしながら新緑の季節を感じてきました。公園の入口で出迎えるのは、つつじです。つつじは、満開の季節となり、公園の入口を明るく彩り、私たちを迎えてくれています。入口を過ぎると公園の目玉でもあるバラのトンネルが見えてきます。5月の公園内はバラを見に来るご近所の方や中には町外だけでなく、県外からもたくさんの方が鑑賞を楽しんでいらっしやいます。多くの方がいらっしやるので、人と接触しないように歩く練習や人に合わせて歩く練習ができ、患者様の退院後に役立つ練習ができます。バラのトンネルは、華やかで患者様も「綺麗だね」と仰っており、楽しんでいる様子うかがえました。

今年の5月は、夏日になることもあったので、例年よりも早く菖蒲が咲いています。菖蒲は白や濃い紫、黄色など様々な色の花を咲

かせています。バラの見頃は過ぎましたが、菖蒲が咲き始め、少しずつ夏の足音を感じられます。

当院では、患者様だけでなく職員も季節を感じながら、屋外歩行練習をし、退院後に患者様が外出機会を持てるようにリハビリテーションの提供を行っています。



ショウブ園のハナショウブ



バラのトンネルに咲く薔薇



公園東口を飾るつつじ

## 5月のイベント目白押し

社会福祉法人栄光会 デイサービスセンター なかとみロイヤルの園（埼玉県所沢市） サブリーダー 團村 貴司

コロナウイルスが5類感染症移行目前、ようやく日常生活が取り戻せると思うと嬉しくなります。

デイサービスのレクリエーションや行事も制限無く行え、幅が広がりご利用者と共に楽しい生活を送ることが出来るようになります。今回は5月5日、27日に実施した行事を紹介致します。

多くの方々に知っていただけるように、ホールやエレベーター内に告知をし、たくさんのご利用者に申込みをいただきました。5月5日はこどもの日、昼食は今が旬の筍ご飯と天ぷらの盛り合わせ御膳を大喜びで召し上がっていただきました。午後は『ウクレレで歌おう』と題して、こどもの日から初夏にち

なんだ童謡として、「背くらべ」や「こいのぼり」、「ふるさと」など14曲程を皆さんと歌いました。大きな声を出して気持ちよく歌い、昔よく歌っていたなあ懐かされました。又ウクレレとリコーダーの合奏では、大きな古時計や秩父の中学校が発祥の「旅立ちの日に」を演奏し、大変盛り上がりました。ご利用者より「目の前で弾き語りや演奏はとても良いね。感動した!」とお声掛けがありました。続いて5月27日には春のお茶会を開催しました。会の始めにカラオケを実施。皆さんが大好きな歌を自慢の声で精一杯歌われ、全員参加で大いに楽しみました。カラオケを楽しんでいた後には、待ちに待ったお茶会が始まりました。地元狭山茶を点て、

老舗和菓子店の水ようかんを召し上がっていただきました。「美味しい」や「お茶は苦い」など感想を聴くことができました。デイサービスセンターなかとみロイヤルの園では、一人でも多くのご利用者様に喜んでいただけるように、職員全員で創意工夫し、行事の企画を考えています。



お茶会の募集ポスター いただきました「満員御礼!」



ウクレレで唄おう!懐かしの曲



筍ご飯と天ぷら盛り合わせ



デイサービスセンターなかとみロイヤルの園のみなさんです

# 線状降水帯による浸水被害と豊川の治水

医療法人啓仁会 介護老人保健施設 たんぽぽ（愛知県豊川市） 事務長 尾上 貴志

6月2日（金）台風2号の影響で発生した線状降水帯により太平洋側の各地域は記録的な豪雨に見舞われました。被災された方には心よりお見舞い申し上げます。

当施設が位置する愛知県豊川市でも豪雨により河川が氾濫し、市内全域に警戒レベル5の「緊急安全確保」が発令され、各地で大きな被害が出ました。当施設の周辺道路も膝上まで冠水、施設建物は床上浸水の被害に遭いました。

当日は19時頃から建物内への浸水が始まり、21時には1階全域が床上浸水し、最深部では7cmほど浸水しました。その後徐々に雨脚は弱まり24時には水も引いていきました。

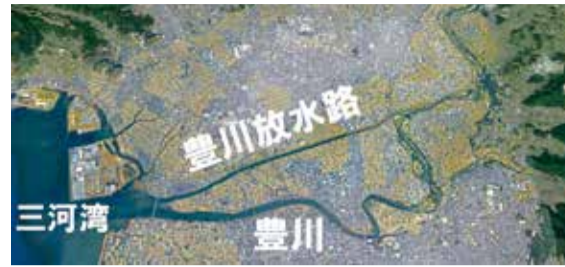
翌日はデイケアの営業を中止し、朝から職員総出で後片付けと床や家具の洗浄、消毒を行いました。翌々日には清掃の専門業者にも入ってもらい床の洗浄と消毒を再度実施し、何とか復旧することができました。

人的被害が出なかったのは不幸中の幸いでしたが、物的被害は大きく、水に浸かってしまった消耗品や備品、衛生材料等の一部は廃棄処分となりました。設備面では厨房の業務用冷凍庫が水に浸かった影響で故障したほか、エレベーターのピット（深さ1.5m）に水が入り込んでしまい運転停止。翌日メンテナンス業者が数時間かけて溜まった水を排出しましたが、水に浸かった部品は交換しなくてはならず高額修理となりそうです。また、

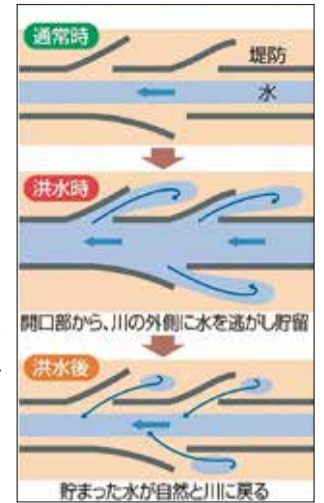
利用者の送迎で使用している車両数台が床上浸水してしまい、エンジンはかかるものの匂いが酷く、走行可能な状態ではありませんが全損扱いとなりそうです。これからは防災だけでなく減災の観点も重要であると再認識しました。

さて、話は少し変わりますが、今回被害が大きかった豊川流域は古くから河川の氾濫が繰り返されてきた地域です。愛知県北設楽郡設楽町の段戸山を水源地とする豊川は、宇連川と合流して東三河地域の中央を流れ、三河湾に注ぐ全長約77kmの一級河川です。上流域では川道の勾配が急峻なため上流で降った雨が一気に下流に流れるという特徴があり、また中下流域では川が大きく蛇行しているため出水時には水が流れにくく、たびたび洪水に見舞われる水害の歴史を繰り返してきました。

先人たちはこの河川の氾濫に対し、「霞堤」と呼ばれる治水方法で集落を守ってきました。霞堤とは、増水時に霞と呼ばれる堤防の切れ口から敢えて洪水させることで下流域を守るという治水方法で、戦国時代に武田信玄が考案したと言われていています。霞堤の名前の由来は、堤防が折れ重なり、霞がたなびくように見える様子からこう呼ばれています。豊川の霞堤は江戸時代には整備されていたよう



豊川放水路の様子※ Google マップ航空地図より



霞堤の仕組み ※西日本新聞の記事より

しかし、この霞堤地区でも農地開拓が進むことで洪水時に被害が拡大するようになりまし。そのため、豊川流域の洪水被害を根本的に解決する手段として、下流部にもう一つの川を直線的に作ることで、出水時には二つの川によって水を海（三河湾）に流すという壮大な計画が考えられました。こうして着工から27年の歳月を経て1965年（昭和40年）に完成したのが全長6.6kmの「豊川放水路」です。

豊川放水路の完成により豊川の治水は劇的に改善し、霞堤の多くは役目を終え締め切られました。今なお、いくつかは現存しています。今回の水害は50年に一度とも100年に一度とも言われていますが、豊川の治水の歴史を紐解くと先人たちの苦勞と知恵には改めて頭が下がる思いです。



施設のすぐ近くを流れる白川の様子（当日16時頃）。大雨の影響で増水しており氾濫寸前



床上浸水したエントランスホールの様子（当日21時頃）。全面的に5cmほど浸水



翌日のエントランスホール。水は引いたが床は泥だらけの状態



翌々日、矢吹理事長が現地視察に来られ職員らに労いの言葉をかけられました。写真は厨房前

## 災害に強い病院にするために

医療法人啓仁会 所沢ロイヤル病院（埼玉県所沢市） 総務課長 澤田 哲秀

所沢ロイヤル病院が現在の場所へ移転してから21年余り経過し、様々な設備の更新を適宜実施しております。

先日はコージェネレーションシステムといわれる自家発電設備を更新いたしました。これは都市ガスを利用し電気をつくり、発電時に排出される熱を回収して、給湯に利用することもできるもので当院の非常時の主力発電設備です。この設備のおかげで災害などの緊急事態に遭遇し大規模な停電が発生した場合においても病院の損害を最小限にとどめつつ、事業の継続や早期復旧が

可能となります。

近年大型台風の上陸により鉄塔や電柱が倒壊し、復旧まで長時間の停電が発生したなどのニュースを耳にするようになりました。今回の更新の際、より災害に強い病院にするため、コージェネを1台から4台に増設し、故障時のリスクを軽減させたほか、このコージェネにつながっている重要な医療機器やナースコール、給排水設備、空調設備、電話回線などを継続利用できるように設備の見直しや更新を行いました。

今後引き続き患者様ご家族様はもちろ

ん、全ての当院をご利用される方が安全・安心を感じられる施設づくりに努めてまいります。



屋上に設置されたコージェネレーションシステム