



vol. 49

◆地域の皆様と所沢ロイヤル病院を結ぶ広報誌

# はなみずき

発行 所沢ロイヤル病院 広報委員会 はなみずき編集部  
〒359-1152 埼玉県所沢市北野三丁目1番地11  
医療法人 啓仁会 所沢ロイヤル病院  
TEL:04(2949)3385 FAX:04(2949)7872  
ホームページアドレス <http://www.tokorozawa-loyal.jp>




## 新春号

平成30年1月1日発行

〈病院理念〉私たちは安全で良質な医療、心のかもった看護・介護、地域社会との連携を目指します。

大久保院長より新年のご挨拶

## 新年おめでとうございます



平成も早いもので30年になります。報道などによりますと、今上天皇のご退位が、来年4月で調整中とのこと。長い間慣れ親しんできた平成という年号も、来年までかと思うと一抹の寂しさがあります。振り返ってみますと、所沢ロイヤル病院も、この30年間に多くの変貌を遂げてまいりました。高齢化社会とともに、医療・福祉の面でも、地域における連携の重要性が喫緊の課題になっております。現在の医療保険・介護保険制度を維持、発展させていく上でも、地域の諸施設の機能をよりはっきりと分化し、連携の強化に努めていかなければなりません。昨年、所沢ロイヤル病院もこの一環として、新たに地域包括ケア病棟を立ち上げました。これからも、地域の皆様方から信頼されるよう努力を重ねていく所存です。今年もよろしく願い申し上げます。

## 《砂川看護部長より新年のご挨拶》

# 熱い心で看護・介護を実践する!!

明けましておめでとうございます。

去年は近隣の医療機関をはじめ多くの方々のご協力をいただき、「地域包括ケア病棟」を開設することができました。地域の皆様に支えていただいていることを実感し、改めて御礼申し上げます。今後、さらに短期間での在宅復帰が求められますが、地域連携をなお一層強化し、患者様・ご家族様の思いをしっかりと受け止め、ご希望に添えるような支援を実践したいと考えます。

4月には決して暖かい春とは言えない厳しい診療報酬改定が予定されていますが、私たちが目指し、守り続けたいと思う看護・介護の基本は変わりません。安心して療養していただける環境の中で、心のこもった寄り添うケアを提供できますように、常に考え行動したいと思えます。看護部の今年の目標は、「熱い心で看護・介護を実践する!!」といたしました。どうぞよろしくお願い致します。

2018年が皆様にとって、希望あふれる穏やかな一年でありますように心よりお祈り申し上げます、年頭のご挨拶とさせていただきます。



## 「絆ネットところ」設立大会が開催



平成29年10月18日(水)に、所沢看護専門学校講堂において「絆ネットところ」の設立大会が開催されました。医療施設や介護事業所から197名と多くの参加者があり、所沢市内の医療・介護の更なる充実と連携を目指して行われました。

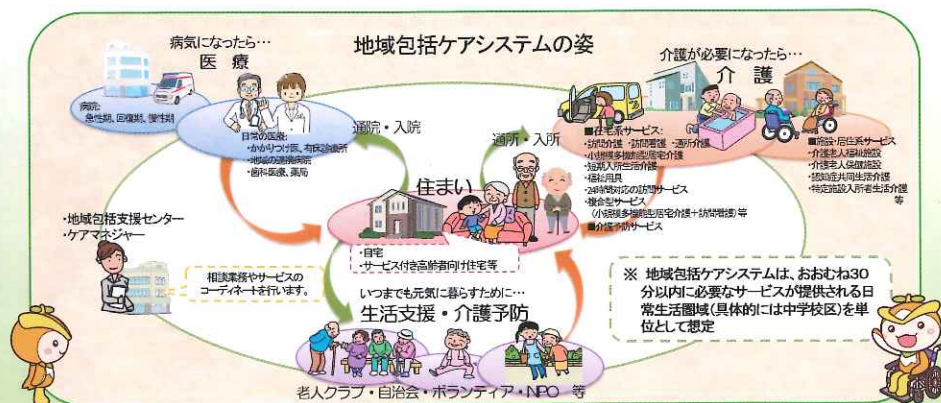
当院から大久保院長が「当院の地域包括ケア病棟の概要」と題して10月1日に開設した地域包括ケア病棟の役割や開設に至った経緯などを講演し、ご参加の皆様が熱心に聴いていただきました。

今後も、地域連携を強化し皆様方が安心できる、まちづくりに協力していきたいと思えます。よろしく願いいたします。

(文/事務長・加藤)



大久保院長が講演



# 埼玉石心会病院 × 所沢ロイヤル病院 健康講座を開催しました

この度、11月30日(木)に地域の皆様への医療情報提供を目的とした健康講座を埼玉石心会病院様の後援の元、開催しました。

今回の講演は、以下の通りです。

**第一講演：**埼玉石心会病院 循環器内科 副部長 飯田隆史先生  
**心房細動 ～脳梗塞の原因になる怖い不整脈～**

**第二講演：**所沢ロイヤル病院 リハビリテーション科  
後藤義典(作業療法士)、玉木あすみ(理学療法士)、高本卓(理学療法士)  
**コグニサイズ ～認知症予防に向けた運動～**



講演をされる飯田先生

当院スタッフによるコグニサイズの講演内容について、簡単に紹介させていただきます。

近年高齢化が進む中、認知症を発症する患者様の数も比例して増えている現状であり、2020年には7人に1名の割合で発症されるとの統計もあります。その中で認知症発症の前に予防を行う事が大切だとの思いから「コグニサイズ」をテーマとさせていただきました。

「コグニサイズ」とは、コグニション(認知項目)とエクササイズ(運動項目)を組み合わせた言葉で、運動と脳機能の同時に賦活することで認知症予防を促進しようというプログラムです。当院では科内勉強会での周知後に、個別リハビリや病棟での集団活動の中でコグニサイズを実施してきました。

この度講演をさせていただき、一般の方の認知症予防に対する興味・関心が予想以上に大きい事を実感しました。私達スタッフやご家族の方でも日常生活の中にコグニサイズは取り入れることが可能です。一例を以下に記載しましたので皆さんで取り組んでみては如何でしょうか。

## 《コグニサイズ例》

- ① 足踏みをしながら100から1まで数を数える。
- ② 歩きながらしりとりをする。
- ③ 1から順番に数を数えながら3の倍数で拍手をする。

実施の注意点 ・一定のリズムで行いましょう。  
・失敗する程度の負荷で毎日続けましょう。  
・運動・認知項目は対象者の機能に応じて変化させることが可能です。

詳しくは「国立長寿医療研究センター」のHP内のコグニサイズ実施要綱を参照してください。

(文/リハビリテーション科・眞保)



コグニサイズ体験風景





# みるしる! 12/12/2018 年

2018年は  
戌年です



## 十二支の物語

昔々、神様は、動物たちが喧嘩ばかりしている事に頭を痛めていました。そこで、ある年末に動物たちを集めて「来年から、一年毎の大将を決める。元旦に私に挨拶に来なさい。12番目までに到着した者を順番で大将とする。」と言いました。

猫は、いつ行けばいいのかわからず迷ってしまい、周囲に尋ねました。競争相手を一人でも減らそうと考えたネズミは「一月二日だよ。」と、わざと一日遅れの日を教えました。

ウシは、歩くのが遅い事を自覚していたので、前日に出発しました。それを天井で見ていたネズミは、こっそりウシの背中に飛び乗りました。ウシは夜明け前に到着して、神殿の扉が開くのを待っていました。やっと扉が開いた時、背中に乗っていたネズミが、ピョンと飛び出して1番になりました。ウシは2番になりました。

トラは神様の話の場に行かなかったのですが、噂を聞き「俺様が行かない訳にはいかない。」と、自慢の俊足で駆け抜け、3番目に到着しました。

4番目にぴよんぴよんと跳んできたのはウサギ。5番目は遠い空からはるばる飛んできたタツ。6番目は草むらをかき分けてきたヘビ。7番目はウマ。ウマは走るのが得意なのですが、足元の草むらのヘビに驚いて後ずさりしてしまい、ヘビより遅くなってしまいました。8番目はウマについて走ってきたヒツジです。

9番目はサル、10番目はトリ、11番目はイヌです。トリは、朝が来た事を鳴き声で知らせる仕事を済ませてから、皆より少し遅れて出発しました。すると、途中でサルとイヌが大喧嘩をしていました。トリが間に入り、何とか宥めながら到着したため、この順番となりました。

12番目はイノシシです。イノシシは走るの速いのですが、真っ直ぐしか進めない上、すぐに止まる事ができないため、神殿を通り過ぎてしまいました。戻って到着したのがギリギリ12番目だったという訳です。

猫はというと、次の日に神様に挨拶に行きましたが「寝ぼけていないで、顔でも洗ってきなさい。」と言われてしまいました。それから猫は、いつも顔を洗うようになり、ネズミを追いかけて回すようになりました。

以上、十二支のお話でした。ちなみに、日本では十二支に入る事ができなかった猫ですが、国によっては入っているそうですよ。

本年も「はなみずき」をよろしくお願いたします。

(文/看護師・小野)



## お知らせ



1月  
上旬  
頃

### 新年会

平成30年の幕開けは所沢ロイヤル病院で祝いましょう！  
今年も獅子舞が皆さまの厄除安全、健康長寿、家内安全を祈願して病棟内を練り歩きます♪ 時期は1月上旬。詳細は決定次第、院内ポスターまたはホームページでお知らせ致します。



※上記内容は諸事情に因り予告無く変更となる場合があります。判り次第、院内ポスター掲示及び当院ホームページ上でお知らせ致しますのでご理解ご了承ください。

## 編集後記

明けましておめでとうございます。

旧年中は格別の情厚を賜りまして、誠にありがとうございました。昨年は台風や局地的豪雨など、世界的にも甚大な被害をもたらした1年となりました。気候の変化が大きくなり、日々の微妙な四季の変化が年々わかりにくくなってきているように思えます。日本には古来より、暦をより細かく分けた「二十四節気」と呼ばれる季節を表す言葉があります。「大寒」「大暑」「立春」「冬至」など……。

忙しいなかでも季節の移り変わりを感じられる、気持ちに余裕のもてる1年にしたいと思っております。

(文/看護師・古澤)

