平成29年度（2017）

和歌山県立医科大学地域医療支援センター
夏季合同研修 報告書

和歌山県
地域医療支援センター
CMSC
COMMUNITY MEDICAL SUPPORT CENTER
www.cmsc.jp

平成29年度

和歌山県立医科大学
地域医療支援センター

夏季合同研修
報告書

CONTENTS

2 ●ご挨拶

3 ●実施要項

4 ●研修スケジュール

6 ●研修内容

8 病院・診療所研修

52 保健所研修

81 講演会

ご　挨　拶

和歌山県立医科大学地域医療支援センター　センター長・教授
和歌山県地域医療支援センター　　センター長
上野　雅巳

平成23年度から実施している夏の病院研修につきましては、平成25年度から本学医学部地域医療枠学生と和歌山県出身の自治医科大学医学部学生、また平成27年度からは近畿大学医学部和歌山県地域枠学生の研修希望者と共に合同研修という形で行うことができ、ここにご報告できますことを大変嬉しく思います。

ご協力いただきました各病院･診療所、保健所の先生方及びスタッフの方々、本学及び自治医科大学出身の先生方には厚く御礼申し上げます。

今年度も将来、本学医学部地域医療枠学生と同じ和歌山県の地域医療に携わる自治医科大学医学部学生とが、卒業後、勤務する予定の県内各病院・診療所での研修を通して、地域医療の現状を知って理解を深めてもらうこと、学生たちが様々な手技を体験すること、また他大学・他学年との交流の場を設けることなどを目的として合同研修を実施しました。

本学医学部地域医療枠４，５年生と自治医科大学１～５年生は共に県内公的病院･診療所などで２日間の研修を行い、地域医療の実際の現場に触れることができました。本学医学部地域医療枠１～３年生は、今年度より新たに保健所にご協力いただき、保健所で研修を実施しました。地域における保健所の役割や仕組みを学び、様々な視点から地域医療等について理解を深めることができたと思います。

研修中に実施した交流会を通して、学生間だけではなく、本学医学部地域医療枠や自治医科大学出身の先生方との交流も深まりました。先輩方から貴重な話を聞くことにより、医師としての将来像が鮮明になっていくことだと思います。

研修終了後に実施した学生アンケートには「実習で普段聞けない話を聞けたり、交流会でいろんな人と話しも出来て有意義な時間を過ごせました。」「今回の実習で、保健所という機関が何を行う場であるのかをしっかりと感じることができました。」「健康に対する意識について学べました。」「地域医療について間近で感じることができました。」「地域医療に実際に触れることができ、今後のモチベーション向上に繋がりました。」などの感想があり、今回の研修が非常に有意義なものとなったのではと感じています。

このような合同研修や交流会を通して、学生たちが互いに刺激し合い、共に高め合い、本県の地域医療を担う立派な医師へと成長してくれることを心より願っています。

私たち地域医療支援センター教職員一同、今後も学生たちが安心して卒業後の勤務に臨めるよう、サポート体制などの環境作りに取り組んで参りたいと思います。

実　施　要　項

●研修の目的

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠学生と和歌山県出身の自治医科大学医学部学生、近畿大学医学部和歌山県地域枠学生が、県内へき地等の医療現場で研修・見学を行い、地域医療の魅力や特性を理解し、地域医療に従事する医師の役割及び責任についての認識を深めることを目的とする。

●参加者

・和歌山県立医科大学医学部地域医療枠学生　28名（1 ～ 5年生）

・自治医科大学医学部学生　9名（1 ～ 5年生）

●日程

平成29年8月17日（木）、18日（金）、19日（土）、9月23日（土）

病院・診療所研修	8月17日（木）、8月18日（金）
保健所研修	8月18日（金）、9月23日（土）
講演・研修発表会	8月19日（土）

研修スケジュール　病院・診療所

地域医療枠４，５年生、自治医科大学１～５年生

8月16日（水）	
午後	［前泊組］ 公共交通機関を利用して各宿泊先へ
8月17日（木）	
朝 9：00	［当日出発組］ 公共交通機関を利用して各研修先へ **【病院・診療所研修１日目】** 各病院・診療所で研修　開始 〈研修先病院・診療所〉 ◎国保野上厚生総合病院 ◎国吉、長谷毛原診療所 ◎有田市立病院 ◎川上、寒川診療所 ◎白浜はまゆう病院 ◎国保すさみ病院 ◎那智勝浦町立温泉病院 ◎高野山総合診療所 ◎七川診療所 ◎北山村診療所
8月18日（金）	
午後 17：00 19：00～ 20：30	**【病院・診療所研修２日目】** 研修終了、各病院・診療所　出発 ↓ 和歌山県立医科大学附属病院　東棟３階　地域医療支援センター　到着 交流会（場所：福利厚生棟１階生協食堂） 終了・解散
8月19日（土）（場所：地域医療支援センター）※自治医科大学生は別研修	
9:00～10：15 10：20～11：15 11：40	講演会　神戸大学大学院医学研究科　地域社会医学・健康科学講座 医学教育学分野　地域医療支援学部門　特命教授 兵庫県立柏原病院　地域医療教育センター　センター長 見坂　恒明　先生 地域医療枠４、５年生による研修発表会 終了・解散

研修スケジュール　保健所

地域医療枠１～３年生

8月18日（金）	
	和歌山県医科大学附属病院　東棟3階　地域医療支援センター　集合・各保健所へ出発
9：00	**【保健所研修】** 〈研修先保健所〉 ・和歌山市保健所 ・橋本保健所 ・岩出保健所 ・湯浅保健所 ・御坊保健所
17：00	
19：00～	交流会（場所：福利厚生棟１階生協食堂）
20：30	終了・解散
8月19日（土）（場所：地域医療支援センター）	
9:00～10：15	講演会　神戸大学大学院医学研究科　地域社会医学・健康科学講座 医学教育学分野　地域医療支援学部門　特命教授 兵庫県立柏原病院　地域医療教育センター　センター長 見坂　恒明　先生
10：20～11：15	地域医療枠４、５年生による研修発表会
11：40	終了・解散
9月23日（土）（場所：和歌山ビッグ愛）	
8：50	和歌山県医科大学附属病院　東棟3階　地域医療支援センター　集合・出発
10：00～11：30	健康応援フェアスタッフ
12：30～15：00	健康ウォーキング
15：30	終了・解散

交流会について

８月１８日（金）の夜は、和歌山県立医科大学生協食堂にて交流会を開催しました。

出席者には地域医療枠学生、和歌山県出身自治医科大学学生だけでなく、現在和歌山県内で活躍中の地域医療枠、自治医科大学出身の先生方も参加しました。

食事をしながら交流を深め、和歌山県の医療の未来について語り合いました。

病院・診療所研修

平成29年8月17日（木）、18日（金）の2日間、地域医療枠4，5年生と自治医科大学生が10グループに分かれ、各病院･診療所で研修を行いました。

参加者名簿

■病院・診療所研修　和歌山県立医科大学　地域医療枠

学年	氏　名	研修先病院・診療所
5年生	大橋　豪	国保北山村診療所
	恩地　菊乃	国吉診療所・長谷毛原診療所
	兼久　亮	川上診療所・寒川診療所
	谷河　育朗	川上診療所・寒川診療所
	西村　美咲	七川診療所
4年生	宮井　優	那智勝浦町立温泉病院
	貝持　裕太	国保すさみ病院
	金光　達也	白浜はまゆう病院

学年	氏　名	研修先病院・診療所
4年生	川端　公貴	白浜はまゆう病院
	串　雅紀	国保すさみ病院
	小畑　智彦	有田市立病院
	小林　真生	有田市立病院
	坂野　真美	国保野上厚生総合病院
	立石　華穂	国保野上厚生総合病院
	林　菜摘	国保野上厚生総合病院
	森　佑熙	白浜はまゆう病院

自治医科大学

学年	氏　名	研修先病院・診療所
5年生	加藤　真衣	有田市立病院
	中井　潤	国保北山村診療所
4年生	玉置　佑麻	国吉診療所・長谷毛原診療所
	山家　一葉	川上診療所・寒川診療所
3年生	玉井　里奈	国保野上厚生総合病院

学年	氏　名	研修先病院・診療所
2年生	中尾　光	国保すさみ病院
	額田　洋平	白浜はまゆう病院
1年生	西岡　秀悟	高野山総合診療所
	山崎　博貴	高野山総合診療所

1 高野山総合診療所

院　　長　廣内　幸雄　先生

位　　置　和歌山県伊都郡高野町高野山631番地

診療科目　内科、外科、眼科、小児科
院内標榜：総合診療科（内科、外科、小児科）

病 床 数　2床（平成28年6月24日～）

自治医科大学 1年　西岡　秀悟
山崎　博貴

施設設備

診療所には、さまざまな機器が設置されていた。

高野山について

- 弘仁７年に空海（弘法大師）が修禅の道場として開いた
- 寺院の数は１１７に及ぶ
- 徳川家の霊廟が安置されている

（1）レントゲン　（2）CT

研修前の正直な感想

- 和歌山市内から遠い
- 生活するのは大変そう・・・
- 全ての科を診ることのできる医師が、高野山には３人もいる？
- 総合医の反対が専門医？

血液・尿検査に用いる機器

高野町の医療状況

- 高齢化や家族構成の変化により、医療・看護・介護も多様性を求められる
- 外国人観光客の受診の際は、英語や非言語的なコミュニケーションが必要なこともある
- 診療内容は、慢性疾患の管理や救急対応など多岐にわたる

（3）内視鏡

訪問診療・看護

- 平日のみ（急変や看取りは除く）
- 対象は、何らかの事情により病院に来ることができない患者さん
- 移動手段は車

訪問看護で使用されている車

その他にも・・・

通所リハビリテーション

送迎で使用されている車

求められる医師像に近づくために

- さまざまな医療職との協力が不可欠
  - ➡ クラブ活動やバイトなど、学生生活のなかで人間形成をしていく
- 患者さんの目線に立つことのできる、診療姿勢が大切
  - ➡ いつまでも初心を忘れない
- その地域に応じた医療をしていく
  - ➡ もっと和歌山のことを知りたい！いろんな地域を見てみたい！！

来年の夏季研修も楽しみです！

和歌山県人会の先生方、
これからよろしくお願いします！！

先生方のことば

何年研修すれば良いというものではない、
とにかく地域に出なさい！

何年目の先生でも地域は受け入れてくれる、
地域が医師を育てる

“この方の幸せ”を、考えながら医療を提供するように心がけてます。その延長線上に、健康で笑顔のある生活が待っていることが、医者としてのやりがいです。

地域が医師をステキにする。

謝辞

夏期研修において、ご指導いただいた廣内先生、お忙しい中、私たちの研修を受け入れていただいた高野山診療所のみなさま、また快く診察やリハビリなどの見学をさせてくださった患者さんに感謝いたします。

研修後の率直な感想

- 限られた医療資源でも、求められる医療レベルは高い
- 膨大な知識や技術ももちろん必要だが、患者さん個々に最良の道筋を考えていく柔軟さも求められる

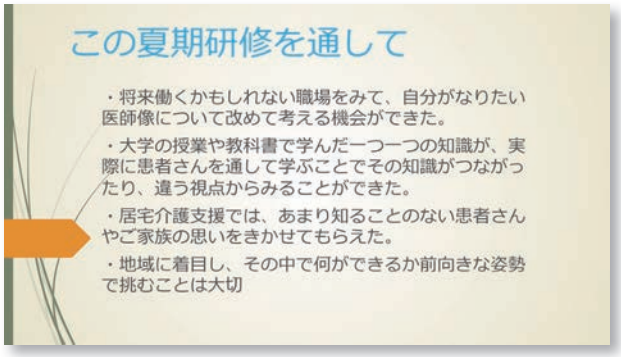
2 国保野上厚生総合病院

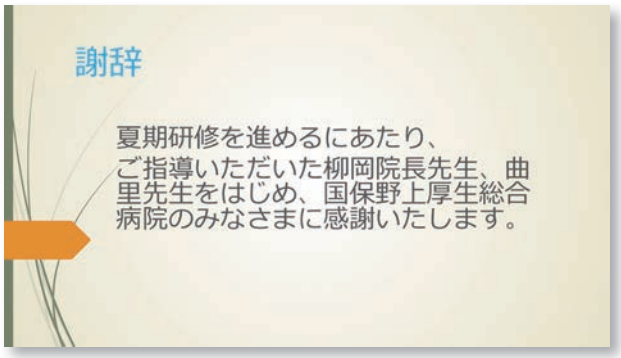
院　　長　柳岡 公彦　先生

位　　置　和歌山県海草郡紀美野町小畑198番地

診療科目　内科、外科、整形外科、婦人科、神経精神科、眼科
耳鼻咽喉科、泌尿器科、脳神経外科

病 床 数　一般病棟　100床
療養病棟　　54床
精神病棟　100床





和歌山県立医科大学医学部地域医療枠4年生　坂野　真美

1．実習施設とその地域の概要

国保野上厚生総合病院の診療圏は紀美野町と海南市が中心である。紀美野町は町の中央に霊峰高野山を源にもつ貴志川が流れ、南部には高原がそびえる自然環境に恵まれた町だ。町の高齢化率は和歌山県内の市町村の中でも高い方で、38.9%となっている。そのため一人暮らしの高齢者が多く住んでいる。山が連なり高齢者の方が自力で病院に行くのが困難な地区もあるため野上厚生総合病院では訪問看護やケアマネージャーによる居宅介護支援、さらに4か所の診療所に医師、看護師、薬剤師を派遣するなどしてへき地医療を支えている。病床数は一般病床100床（うち地域包括ケア病床57床）、療養病床54床、精神病床100床であり、診療科目は内科、外科、整形外科、婦人科、神経精神科、眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、脳神経外科がある。

2．実習内容および感想

【1日目】

午前は施設案内と居宅介護支援の見学をした。施設見学ではMRIやCTなどの最新の機器を見

学し、手術室やその準備室など学校では普段見ることのない部分を見ることができた。地域連携室では退院支援や医療福祉相談、地域連携パスの運用などが行われており、より質の高い医療を提供できるよう努めていた。病院の隣にはこすもす保育所という託児所があり、子育て中の方も安心して働くことができる環境も整っていた。また、見学中に職員の方々からにこやかに挨拶をされ、大変嬉しく感じた。

居宅介護支援の見学は、ケアマネージャーの方に同行した。最初に伺ったのは高齢の女性のお宅だった。デイサービスの日程の確認や普段の過ごし方など患者とたくさんお話をしていて、ケアマネージャーと患者というよりも仲の良い友人のように見えた。ここまで信頼関係を築けるのはケアマネージャーの方の人柄や心遣いの賜物なのだろうと思った。次に向かったお宅では人工呼吸器や痰の吸引機など多くの医療機器を使っていた。ケアマネージャーは患者のマッサージをしたり、新しい医療機器の情報を調べて家族の方に情報提供したり、家族の方とコミュニケーションをとるなどして患者やその家族を支えていた。また、家族の方が在宅介護をしてきて感じた苦労などを教わり、非常に勉強になった。良い医療機器があっても停電になると体の状態が分からなくなってしまうことや患者の苦悩などの話を聞き、在宅介護の大変さを目の当たりにした。しかし、家族の方は皆明るく介護をしていると伺った。ケアマネージャーが訪問して話をしてくれるのが嬉しいそうだ。ケアマネージャーはコミュニケーションをとることで患者や家族の気持ちをケアしていて、コミュニケーションの重要性を感じた。

午後からは真国診療所を見学した。野上厚生総合病院の医師、看護師、薬剤師1人ずつがチームとなり、週に1回数時間診療に訪れているそうだ。診療所はアットホームな雰囲気で、数名の患者がいた。外来では先生が親しみ深い態度でわかりやすい表現を用いて患者と接している姿をみて、臨床の勉強だけでなくこのような態度も見習わなければいけないと思った。診療所で診療をするのは内科の医師だけでなく他の科の医師も行うという。医師が1人しかいないので診察も薬の処方も自分でやらなければならず、地域医療では自分の科以外の知識も学び幅広く診察できる能力をもつ必要性を痛感した。

【2日目】

野上厚生総合病院の内科の外来診療の見学をした。こちらは多数の患者が来院していた。先生はカルテをチェックしながら手際よく診察をしていた。患者さんの症状をよく聞き、必要な際は他の科を紹介するなどしていて病院内でうまく連携していると思った。

3．総括

今回の実習で地域医療に携わっている皆さんの姿をみて感じたのは、「地域の方と密接に関わっている」ということだ。積極的にコミュニケーションをとったり、その地域の言葉遣いで分かりやすく話すなどしていてその地域に溶け込んでいるように感じた。私も先生方のように地域の方に信頼される医師になりたいと感じた。また、地域で働く医師がどのように活躍しているのか見学して、今まではぼんやりしていた自分の将来像が見えたと思う。1人で診療所のすべての診察をしなければならないことも知らなかったし、大きな病院から診療所に医師を派遣していることも知らなかったので参考になった。地域医療に携わる医師には幅広く診察できる能力が必要だと今まで何度も聞いていたが、実習で紀美野町の地域医療の現状を見てそのことを痛感した。診療所で1人でも診察できるようになるだろうか、医師1人で15人も患者を受け持っていると聞いて自分もそのような医師になれるだろうかと今は不安に思うが先生に伺った「どのような患者も自分が診る」という意識をもって精進していきたい。居宅訪問では医療は病気を治療するだけでなく在宅支援や患者やその家族にも寄り添った心のケアなど幅広いものだということを学ぶことが

できたので、そのようなことにも気を配れるような医師を目指したい。

4．謝辞

最後になりましたが、お忙しい中貴重なお時間を割いて下さった柳岡先生、曲谷先生、川端先生、西事務長をはじめとする野上厚生総合病院の皆様には大変お世話になりました。とても有意義な実習でした。今回の実習で学んだことを活かしてこれからも勉学に励もうと思います。2日間ありがとうございました。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠4年生　立石　華穂

1．実習施設とその地域の概要

病院の概要

診療圏は、和歌山県北西部に位置しており、海南市、紀美野町、の１市１町で構成された一部事務組合によって運営されている。

高齢者が多く、70代80代が主であり、90代の方も外来に来られているそうである。CTやMRIなどの医療機器は最新のものが多く、建物も綺麗な印象を受けた。また、消化器内科の先生が和医大から派遣されているため、消化器の内視鏡も常備されていた。また、災害拠点病院であるため、年に一度は災害時の訓練を行っているという。週に一回は真国診療所などいくつかの診療所に医師を派遣し、診療も行っている。

地域の概要

国保野上厚生総合病院が位置する紀美野町は、北に和歌山市、紀の川市、南には長峰山脈が東西に走り有田郡に、東は伊都郡、高野山にそれぞれ隣接し、西は紀伊水道をはさんで徳島県と向かい合っている。又、気候は温暖で冬でも降雪はほとんどなく、緑豊かな地域である。

紀美野町は和歌山保健医療圏に属しており、人口9,237人、世帯数4,355世帯(平成29年6月末現在)であり、高齢化が進んでいる地域である。

2．実習内容

今回の実習では、1日目は午前に病院の施設案内と訪問看護や居宅サービスの見学、午後には診療所で外来の見学、2日目は内科の外来を見学した。

まず、病院の施設案内では、内科の診療室やCT、MRI室、手術室などを見学した。その際、院内の託児所があったり、訪問看護ステーションの建物があったり、精神科病棟が本棟と別にあったりと野上厚生総合病院の特徴となるものがあった。

次に私は看護師さんに付いて訪問看護を見学した。訪問看護前に近くの開業されている坂口内科に寄り、先生と訪問看護先の方について、どのような家族構成か、どのような様子であったか、それを踏まえた今後の方針などを話し合っていた。その後訪問看護先のお宅へと向かい、血圧、体温、脈拍を測ったのち、点滴を行なっていた。その際、点滴の作成などを手伝えたことが大変貴重な体験だった。看護師は点滴の間も世間話をしたりして患者さんのコンディションを確認していた。さらに患者さんの奥様にも話しかけて家の様子を見るなど、一見医療行為とは関係なさそうなことだったが、今後の看護方針や患者さんのコンディションを知る上で、これも大事なこ

となのだと感じた。

昼には弁当を食べながら、病院長の柳岡先生、副院長の曲里先生、川端先生とお話しした。野上厚生総合病院の現状から先生方の学生時代の話まで広く聞くことができた。災害拠点病院であるから災害時の訓練を行ってはいるが、その時にはスムーズでも災害が日中に来るとは限らず、朝方や夜中であった場合、医療従事者の人数を訓練時ほど確保できるのか、といった問題点があるとのことだった。

午後からは真国診療所での診療を見学した。真国診療所へは車で20分ほどかかり1、2時間の診療で来ても2人ほど、来ない日もあるという。今回は3人の患者が来所した。診療所での薬剤の処方法も見学できた。病院とは違い、1つ1つを手作業で行なっていたのが新鮮だった。

2日目の外来見学では、柳岡先生の診察を見学した。1人1人に丁寧な診察で、以前からの診察で形成された信頼関係があると感じた。そのため、患者側も先生に体調のことから今やってることを自ら進んで話していた。患者の話も聞きながら、診察の手技も同時並行にこなされていたのが印象的だった。さらに、高血圧や高脂血症だけでなく、パーキンソン病や認知症の方まで様々な疾患に触れることができた。

3. 考察

野上厚生総合病院では精神病床が多く、精神科のための病棟が本棟と別に建っているが、こういった形式は他の病院で見たことがなく印象的であり、病床もほとんど常に満床であるということで、この地域だけでなく他の近隣地域においても精神科の中核を担っていることがわかった。

「訪問看護では看取りの方針やどのような看護をしていくかを決めるためにはその人の性格や家族の様子などを総合して考えることが必要である」と、看護師の方から伺った。そのためには患者だけでなく、家族ともしっかりコミュニケーションを取っておくということが大事だと感じた。家族構成やその人の生い立ちなどは患者との話の中や、部屋の写真や賞状などを見ることで自然に分かっていくそうで、家族への対応は家族の方の性格などで変えるとのことで、コミュニケーションする努力とともに長年培ってきた経験によるところも大きいと思った。また、最初に患者さんが話してくれることが一番心配していることだそうで、今回では「あまり眠れない」と言っていたが、「ご飯も食べられているし、4時間ほどはしっかり寝ているし、喋りもしっかりしているから大丈夫だろう」と看護師の方が答えていて、あの短期間に判断材料を拾っていたことに感心した。

柳岡先生の診察では「患者が何気なく喋っていることや診察室に入ってくる様子の中から、診察の手技と同時並行であっても、いつもと違うことはないかを見ている」という話が印象的だった。

診療所や訪問看護はもちろん、野上厚生総合病院であっても地域医療は患者との距離が近く、医師と患者の信頼関係が大事だと感じた。そのため、コミュニケーションが非常に重要だと改めて思った。カルテの記載でも、記載しながらのおしゃべりは患者に良い印象を与えないし、特に診療所では独居の場合が多く、おしゃべりしに診察にくるという方も多いそうなので、しっかり目を見て話すことも大切だと思った。

4回生では臨床の座学がほとんどで、現場に触れる機会はほとんどないため、今回の実習では大変貴重な時間を過ごすことができた。今回の体験を糧としてより良い医師になることができるように今後もより一層頑張りたいと思う。

4. 謝辞

最後になりましたが、今回私たち学生のために貴重な時間を割いて下さった、柳岡先生、曲里先生、川端先生をはじめとする野上厚生総合病院の皆様、今回の実習を企画して下さった地域医療支援センターの皆様に厚く御礼申し上げます。ありがとうございました。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠4年生　林　菜摘

1. 実習施設の概要とその地域の概要

私は今回の実習で、和歌山県海南市紀美野町にある野上厚生総合病院を見学した。野上厚生総合病院はきのくに線JR海南駅から車で20分ほどの山あいにある。バス停から近くにあり、僻地ではあるが、和歌山県内の他の僻地に比べると比較的アクセスしやすい。診療圏は和歌山県北西部に位置しており、海南市、紀美野町、の１市１町で構成された一部事務組合によって運営されている。北は、和歌山市、紀の川市、南には長峰山脈が東西に走り有田郡に、東は伊都郡、高野山にそれぞれ隣接し、西は紀伊水道をはさんで徳島県と向かい合っている。

野上厚生総合病院は昭和24年現在地でスタートし、昭和53年4月「へき地中核病院」として指定を受け、診療圏内４カ所の診療所に医師、看護師、薬剤師を派遣している。平成10年の本館竣工に伴い、順次CT、MRI等の高性能の医療機器も買い換え、診療科は内科、外科、整形外科、神経精神科の各科に常勤医師を配置している。病床数は一般病床100床（うち地域包括ケア病床57床）、療養病床54床、精神病床100床である。外来の診療科目は、内科、外科、整形外科、婦人科、神経精神科、眼科、耳鼻咽喉科、泌尿器科、脳神経外科がある。本大学の医師も多く派遣され、活躍している。高齢化が進んでいる場所なので、患者さんは高齢者が中心である。また、野上厚生総合病院にはコスモス保育所という託児所もあり、育児しながら医師を続けやすい環境であるといえる。現在も3名の内科医の方が利用されているそうだ。

2. 実習内容

初日、電車とバスを使い、野上厚生病院に訪れた私たちはまず、病院施設を詳しく案内していただいた。その後、一人ずつ看護師について訪問看護を見学した。私が訪れた家の患者は高齢の女性だった。実際に看護師の方は、体温や血圧の測定以外に、褥瘡の処置をしたり、身体全体を濡れたタオルで拭いたり、足湯や口腔内洗浄を行っていた。毎回、訪問看護の内容は違うようでその時になにが必要か考えながら行っていた。患者の家族は、忙しそうで直接長い間話せる時間はあまりなかったが、気づいたことやその日の記録をノートに書き、家族だけでなく、医師やヘルパーさんとの情報共有をしていた。訪問看護について実際に触れる初めての機会でとても新鮮だった。印象に残ったのは看護師の方の次の言葉だった。「医学的に正しいことが訪問看護の上で正しいということではない。いくら医学的に正しいとわかっていることを勧めても、家族を含めて患者さんが納得できないのであればその処置ができない。訪問看護は、病院内での治療と違い、患者さんの家にお邪魔させてもらっているので、家族の方主導の治療になる。」今まで病院で、患者と医療者が関わる場面しか実際に見たことがなく、訪問医療はこんなにも違うのかと驚いた。また、訪問医療は、入院している患者よりも、患者や家族との信頼関係がより必要であると感じた。

午後からは真国診療所を見学した。真国診療所は野上厚生病院から車で15 ～ 20分の山奥にある。野上厚生総合病院の医師、看護師、薬剤師一人ずつがチームとなって、週に1回数時間診

療に訪れているそうだ。患者が何人か来ることもあれば、全く来ないこともあるそうである。私たちが見学した際は3人の患者さんが来所していた。大学病院での診察とは全く違い、一人の患者あたりの診察時間が長く、医療者と患者の距離がとても近く感じた。医師や看護師の方は、患者の身体の状況だけでなく家庭状況についてもより把握していて、それも考慮した状況で治療方針など今後のプランを立てていたのが印象的でした。また、薬剤師の方が薬を一包化されていたのも印象的だった。これは、高齢者の患者さんが、薬を飲み間違いや飲み忘れを防ぐ点で大切なことだと思う。

二日目は、野上厚生病院の内科の外来診療の見学をした。症例も様々だが、患者の治療に対する熱量も人さまざまであると感じた。高齢者の患者が多く、家族が付き添って来ることが多かったが、なかなか治療に対して協力的ではない方も数名いて、医師として治療方針を考えるだけでなくこのような方々にどのように対処していくかを考えるのも一つの仕事なのかと感じた。

3. 考察

二日間の実習を通して、医大病院と野上厚生総合病院、そして真国診療所3つすべてで診療の時間、患者との関わり方が全く違うのだと感じた。そのため、大学での臨床実習だけで、すべてを学べるわけではなく地域医療枠としての夏季実習の大切さを学んだ。

4. 謝辞

最後になりましたが、今回の実習を企画してくださった地域医療支援センターの方々や、この２日間、お忙しいなか私たちの実習を受け入れてくださった、野上厚生総合病院の院長である柳岡先生、曲里先生、川端先生、西事務長、ケアマネジャーの方々、看護師の方々をはじめとする野上厚生総合病院の皆様には深く感謝いたします。本当にどうもありがとうございました。

3 国吉診療所　4 長谷毛原診療所

■国吉診療所

所　長
岡地　英紀　先生

位　置
和歌山県海草郡
紀美野町田63番地

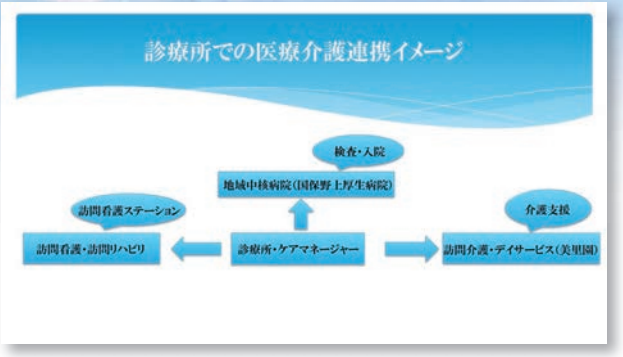
診療科目
内科、外科

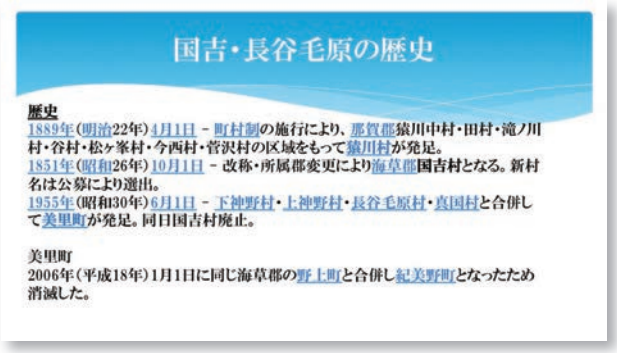
■長谷毛原診療所

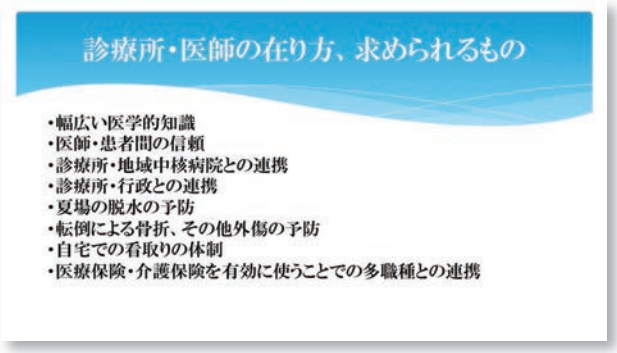
所　長
岡地　英紀　先生

位　置
和歌山県海草郡
紀美野町毛原宮254番地5

診療科目
内科、外科







和歌山県立医科大学医学部地域医療枠5年生　恩地　菊乃

1．実習施設とその地域の概要

病院の概要：両診療所とも診療科は内科、外科、整形外科等であり、病床数は国吉診療所の方で２床である。基本的には地域の方々が日常生活を営む中で起こった体の変調や、膝痛、腰痛などの慢性症状の主訴が多く、直ちに命に関わるようなケースは稀であるように見受けられた。

地域の概要：国吉・長谷毛原診療所は紀美野町の山間に位置し、和歌山保健医療圏に属する。ここには県庁所在地である和歌山市を含み、県総人口の43.5%が集中している。そのため医療施設も集中しており、入院患者が他の医療圏から流入する傾向にある。本診療所は市内からそう遠くはないので、大病院志向を持つ患者も少なくないようだった。

2．実習内容

［1日目］

午前中に長谷毛原診療所で１件、指のけがをされた方の診察を行い、続いて血圧測定などの手技の練習を行った。診療所ではレントゲンや予防接種などは行えるが、胃カメラなどは、管理等

の問題で、もうあまり使われていないようだった。その後個人の家や、デイサービスなどへの往診に同行した。その際には聴診を行い、血圧測定などの手伝いを行った。高齢の方が多く、処方される薬も多くなるため、診療所で一包化して渡すという工夫がなされていた。午後からも２軒の往診に同行し、３時からは保健師との月１回の会議に参加した。患者の家庭状況などの情報を交換し､往診や地域からのサービス提供をより一層スムーズに行えるような工夫がなされていた。

［2日目］

午前中は外来で15人ほどの患者が来所し、診察を行った。自治医大の学生と交互に問診をとり聴診や血圧測定を行いました。その後デイサービスへ往診に行った。その時にヘルパーから話を聞いて介護支援サービスを受けるための資料を作成するなど、先生があらゆる患者さんの状態を把握し、その人にあった支援が受けられるよう手配しているということが良く分かった。帰りは国吉診療所から出ている地域のコミュニティバスに乗って海南駅まで戻るというめったにない経験ができた。交通手段の持たない高齢の方の足となり、病院等に行くための重要な役割を果たしているということが良く分かった。

3. 考察

今回は岡地先生のご指導のもと積極的に様々なことを経験できました。往診で診る患者さんと話す時間は30分ほどと、5回生のポリクリで患者さんと触れ合う2週間に比べ、ずっと短いはずなのに、患者さんとの距離がとても近い先生の人柄に、患者さんが心を開いて接して下さったので、とても濃厚な時間を過ごすことが出来ました。あらゆることに対して不慣れな私に、診察をさせて下さり、「ありがとう」と言って下さる患者の方々は、心の底から先生を信頼し、大事にしているのだなということが良く分かりました。なにより印象的であったことはご高齢で一人暮らしの方の往診に行ったときに、自分の身体を診察してもらうことよりも、先生や看護師さんと話をすることの方が楽しみであるといった様子な方が結構いらっしゃったことでした。一人で暮らしているとどうしても話し相手になる人がなかなかいないので、それが前向きに生きる気力をそぐ原因にもなりかねないと思います。実際に「もう生きるのはいいや」と投げやりなことを言う方もいらっしゃいましたが、やはり往診に行って話をすると、誰かにそういう気持ちを吐き出せることだけでも意味があると思いました。また盆明けということもあり、お孫さんが帰ってきたことを楽しそうに話して下さる方にとっては、往診でのそういう他愛もない話がいい刺激になるのかなと思いました。また2日目の外来では予想外にたくさんの患者さんがいらっしゃって、目が回る忙しさでしたが、雨が降って来たときには患者さんにどうやって来たのかを聞いて、「帰れないならあとで送っていこうか？」と細やかな心遣いをしている看護師さんを見て、本当に地域に根付いた診療所なのだなということが分かりました。大きな症例はめったになくとも、地域の人が日常的な生活を安心してできるのは診療所の存在があるからこそで、本当に必要とされているのだなと思いました。この二日間を通して、今までにないたくさんの経験ができ、地域に根付いた医療とはどういうものかを肌で感じられたとても有意義な実習でした。この経験を活かしていけるよう、これからより一層勉学に励んでいきたいと思います。

4. 謝辞

この二日間、お忙しい中、実習を受け入れて下さった、岡地先生をはじめ、国吉・長谷毛原診療所の皆様、地域の方々、今回の実習を企画して下さった地域医療支援センターの方々にこの場をお借りして、心より御礼申し上げます。ありがとうございました。

5 有田市立病院

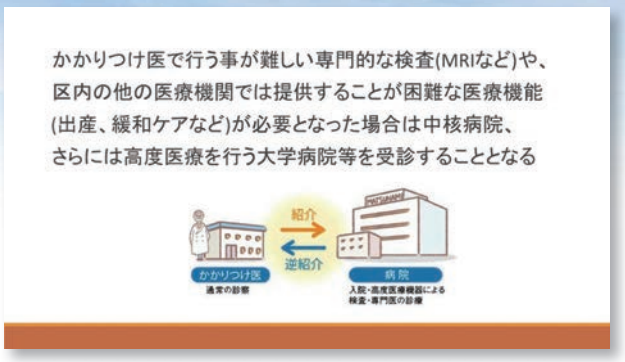
病院長 尾野　光市　先生

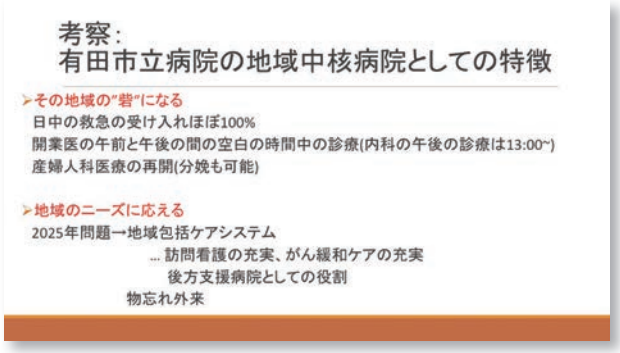
位　置 和歌山県有田市宮崎町６

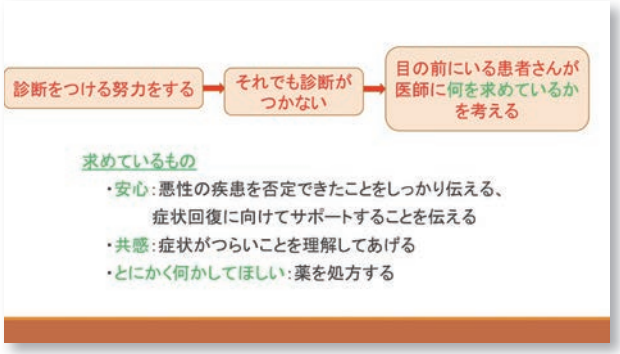
診療科目 内科、循環器科、外科、産婦人科、小児科、眼科・脳神経科
整形外科、泌尿器科、皮膚科、耳鼻咽喉科

病床数

一般病棟	108床
地域包括ケア病棟	45床
感染症病棟	4床







和歌山県立医科大学医学部地域医療枠４年生　小畑　智彦

１．病院の概要

有田市立病院は、和歌山県の中部に位置し、紀伊水道に面している。市中央を流れる有田川沿いに沖積平野が形成され、市街地及び田畑が広がっている。 市北部は白倉山、明神山、愛宕山等の急峻な長峰山脈が連なり、港町付近で平野となる。市南部も長峰山脈から派生する山々が連なるが、北部と比較して標高が低く、千田付近で峠を形成し山林が途切れている。更に西に行くにつれ再び標高が高まり、最西部の宮崎の鼻にて紀伊水道に沈んでいる。平成22年国勢調査(速報値)より前回調査からの人口増減をみると、4.78%減の30,605人であり、増減率は県内30市町村中12位となっている。

有田市立病院は、昭和25年10月、箕島町立国保箕島病院として、一般病床25床、５診療科（内科、外科、産婦人科、小児科、眼科）でスタートし、３年から平成６年にかけて増改築工事が施工され、現在の総合病院となった。平成７年に救急告示病院となり、平成９年に災害拠点病院の指定を受け、平成11年に第二種感染症指定医療機関となっている。

現在の診療科は、内科、循環器科、外科、整形外科、泌尿器科、皮膚科、産婦人科、眼科、小

児科（非常勤）、耳鼻咽喉科（非常勤）、脳神経科（非常勤）で、平成29年４月より産婦人科と眼科の各１名が常勤となり、また６月より認知症を対象とした新たな診療科「もの忘れ外来」を開設しますので、合計12診療科となる。

病床数は、157床で、国の施策である地域医療構想に従って、平成29年７月より、急性期病床54床、回復期病床95床、産婦人科病床７床である。常勤医師数は23名で、臨時職員を含めた全職員数は、234名となっている。

院内の設備としては、CT（64列）、MRI（1.5テスラ）があり、手術室には、クリーンルーム、腹腔鏡手術機器、手術用顕微鏡が設置されている。

『良質な医療を提供すること』『地域医療に貢献すること』『住民から信頼される病院になること』以上が有田市立病院の理念であり、有田医療圏の先生方と連携を密にして診療にあたっている。

２．実習内容

私は今回、半日だけの実習であったが、たくさんのことを学ぶことができた。まずは病院の施設の案内をしていただき、その後内科の先生の外来を側で見学した。病院の施設では、先ほど記したように様々な科があるが、やはり内科、リハビリテーション科といったものに患者が集中しており、小児科などでは患者がいなかったことから、地域として少子高齢化が進行していると感じた。また、施設内では医師や看護師などの子供たちを預かる施設など働く人を支援するような環境も整っていた。またMRIやCTといった器具もしっかり備わっており、画像などを実際に見ながら説明していただいた。医師や看護師が働きやすい環境を作ることは医療面での向上に繋がっているのではないかと思う。

施設見学を終えたあと、内科の先生のもと外来を見学した。まず感じたのが患者と医師の距離が近いことだった。患者の調子を聞いたり、たわいもない世間話をしたり、それもしっかり患者の特徴や生活などもしっかり把握していた。そういった部分は医療に直接関係はないかもしれないが、会話を交わしてコミュニケーションをとることによって患者は医師を信頼し、医師は会話を通して些細な変化や疾患の発見につながるのかとも感じた。また外来の特徴として、糖尿病、肺がんといったように様々な分野についての診断、治療を行っていた。その時に疾患や治療薬について様々なことを教えていただいてありがたかったが、もう学習したはずの治療法などを忘れていたりして、自分の勉強不足が恥ずかしかったし、情けなかった。一時間半くらい見学させていただいたあと、病院見学を終え帰路に着いた。

３．考察

今回の病院見学では地域の医療レベルがわかった。MRIやCTといった基本的な器具は揃ってはいるが、やはり大学病院などの大きな病院と比べると環境は劣っているように感じた。その中でも適切な医療を行っていくのには確実な知識と技術が求められると感じた。

また一人の内科医が糖尿病や肺がんといった様々な分野を診察していたことから、やはり地域医療で必要とされているのは総合的に診断を行える人だということが伝わってきた。実際に先生にそのことについて質問したところ、先生も元々内視鏡の専門医であったそうだが、地域医療においては様々な科の診察ができる力が必要だという話を伺った。ただ一つの科を極めるのも大切だが、地域医療で必要とされる総合的な力をつけることも必要だと思う。

さらに今回見学させていただいた医師の方のように患者さんとのコミュニケーションをとり、一人一人親身になって診察にあたることが必要だと感じた。今回の見学で自分の勉強不足を感じたし、実際に病院での様子を見てモチベーションも上がったので更に真剣に勉強に取り組みたい

と思う。

４．謝辞

最後になりましたが、神保事務長をはじめとする有田市立病院の皆様には大変お忙しいなか、私たち医学生のために貴重な時間を割いてだきありがとうございました。この度の実習で将来地域医療に携わることに、より一層興味ややる気を持つことができ、とても有意義な実習となりました。実習で学んだことを活かしてこれからの日々の勉学に励んでいきます。本当にありがとうございました。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠４年生　小林　真生

１．実習施設とその地域の概要

有田市立病院のある有田市は、和歌山県北部の有田医療圏に位置している。有田医療圏は有田市・湯浅町・広川町・有田川町から成っており、西は海に、東は山に面している。有田医療圏の住民の入院は隣接する和歌山医療圏や御坊医療圏に頼る部分も大きく、有田医療圏内に入院する割合は60%であり、30%は和歌山医療圏、5%は御坊医療圏に入院する。また、有田医療圏における救急完遂率は50%程度に留まり、さらに、有田医療圏の常勤医61名の住まいは圏内53人、圏外8人であるため、災害時の対応に課題がある。

今回実習させていただいた有田市立病院は、有田医療圏の中でも中心的役割を担っており、目標は「有田医療圏の砦」だそうだ。病床数は153床、診療科は11科あり、患者は高齢者や整形外科疾患の方が多い。産婦人科や小児科もあったが、患者は少ない印象でした。有田医療圏は開業医が多いため、開業病院の午前診と午後診の間の空白の時間も対応できるようにしているそうだ。また、有田市立病院は救急告示病院でもあり、救急の受け入れ100%を目指しているとのことだった。託児所・学童保育もあり女性も働きやすい職場となっており、またスタッフの方々も職種・診療科の垣根を越えて仲が良い素敵な病院だった。

２．実習内容

実習日程

１日目	９：00～　９：45	施設案内
	９：45～12：20	内科外来見学
	12：20～16：20	訪問看護ステーション見学
２日目	９：00～11：50	内科外来見学
	13：30～14：20	下部消化管内視鏡検査見学
	14：20～15：30	セミナー

１日目は朝から施設案内・内科外来の見学を、午後からは訪問看護の見学をした。内科外来では、健康診断で医療機関を受診するように言われた方や便秘・貧血・空咳などcommon diseaseと思われる方の診察が中心だった。この日は雨が降っていたこともあって来院者は少なく、10人足らずだった。訪問看護では、看護と言語聴覚リハビリを見学した。

２日目は朝から内科外来の見学を、午後からは下部消化管内視鏡検査の見学とセミナーを受けた。内科外来では１日目に引き続き、健康診断で医療機関を受診するように言われた方や

common diseaseと思われる方の診察が中心だったが、中には労作時に増悪する心窩部痛を主訴とした弁膜症と思われる方もいた。この日は患者がとても多く、15人程だった。下部消化管内視鏡検査では見学だけでなく実際に内視鏡に触れることができた。セミナーでは午前中の外来の患者を例に、患者さんとの接し方や鑑別診断のコツを教えていただいた。

３．考察

２日間の実習を通して、有田市はのどかで、患者さんもスタッフの方々も温かい人が多く、とても魅力的な場所だと実感した。外来では先生方は「うんうん。」「そりゃ、しんどかったなぁ。」と優しく患者さんの痛みや苦しみに寄り添う場面や、重大な疾患の可能性を伝えるときに慎重に言葉を選んでいる場面など、患者さんのことを深く思いやっていることが伝わってくる場面がたくさんあった。また、患者さんも先生方のことを心から信頼・信用していて、患者さんと医師との距離感も近いように感じた。

セミナーでは、不定愁訴が多くてどこの病院でもなかなか病名が付かず不安に思っている患者さんに対しては、「私はあなたを心配しています。」という姿勢を示すことが大切だということも教えていただいた。患者が求めていることは何なのか、「怖い病気ではないという安心感」なのか「自分の苦しみをわかってもらえているという共感」なのか「つらい症状から開放されたい」のか、見極めることが大切だという言葉がとても印象に残っている。

訪問看護では、膝を突き合わせて患者さんの近況を楽しく笑顔で聞いている姿が印象的だった。リハビリが少しでも楽しくなるようにとリハビリに使う用具をミッキーやパンダのものにして工夫しているところにも温かさを感じた。そうしたひとつひとつの言葉や行動が、患者さんにとっては「支えられているんだ。」と安心し、辛い治療を乗り越えていく原動力になるのだろうと実感した。

今回の実習を終えて、将来自分はどこでどのように働きたいのか、どのように患者さんと向き合う医師になりたいのか、イメージすることができた。一人前の医師になるためにはまだまだ数え切れないほどのハードルがあるが、有田市立病院の先生方のように温かく患者さん想いの朗らかな医師になりたいと強く感じた。

４．謝辞

最後になりましたが、今回の実習を受け入れてくださった有田市立病院の皆様、実習を企画してくださった皆様、また、ご協力いただいた患者の皆様に感謝いたします。２日間、有意義な実習を行うことができました。本当にありがとうございました。

6 川上診療所　7 寒川診療所

■川上診療所

所　長
平林　直樹　先生

位　置
和歌山県日高郡日高川町
川原河264

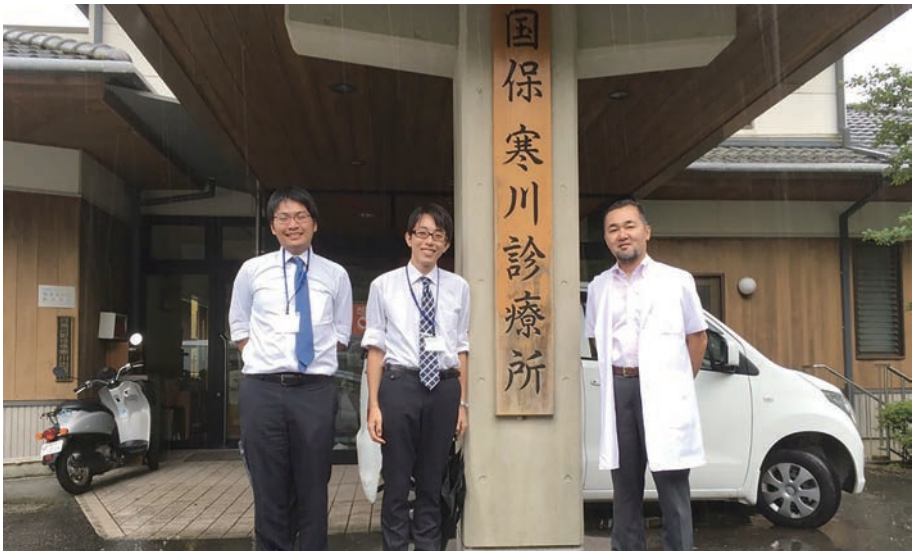
診療科目
内科、小児科、外科

■寒川診療所

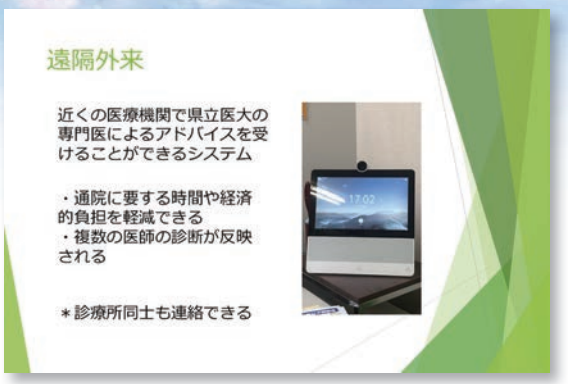
所　長
新谷　茂樹　先生

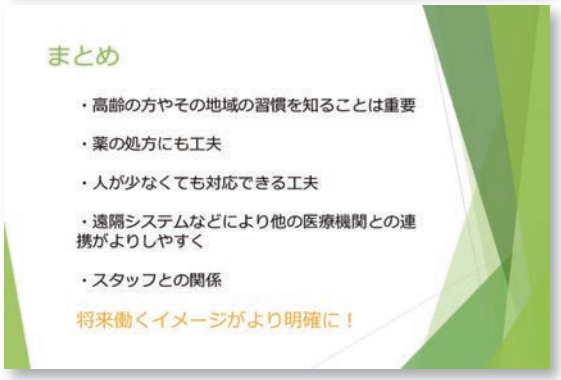
位　置
和歌山県日高郡日高川町
寒川293番地

診療科目
内科、小児科



寒川診療所
上初湯川出張所





和歌山県立医科大学医学部地域医療枠5年生　兼久　亮

1．研修施設とその地域の概要

川上・寒川両診療所が位置する旧日高郡美山村（現日高川町）は和歌山県のほぼ中央部に位置しており、日高川町の人口は平成29年の時点で10,105人、そのうち寒川診療所の診療圏内には359人、川上診療所のデータは不明ですが寒川より若干多い位となっている。地区のほとんどが山間部であり、寒川地区では65歳以上の人口比率が56.0%と超高齢化の地区である。両診療所ともに病床はなく、設備としてはX線やエコー、心電図の機材は両診療所に置かれており、平林先生は消化器が専門ということもあり川上診療所には胃カメラのほかに大腸カメラも置かれていた。診療科は川上が外科、内科、小児科で、寒川が内科と小児科である。川上診療所では同じ建物内に民間の高齢者福祉施設が併設されていて、そこでデイサービス等を受けてから診療所に受診しに来る人も多いとのことだった。寒川診療所では出張診療を行っており、上初湯川出張所(上初湯川集会所)には週に2回、猪谷出張所(美山療養温泉館)には週1回出張診療所を開設している。地域の基幹病院は御坊市にある和歌山病院で、車で1時間ほどの距離にある。高血圧や糖

尿病、腰痛症などの関節痛といった慢性疾患を抱える高齢者が受診患者の大勢を占め、急性期の治療は行っていない。

2. 研修内容

●研修日程

－1日目（8月17日）－川上診療所

8：45～12：30　外来見学
12：30～13：30　昼食
13：30～15：30　往診見学
15：30～17：00　採血手技およびエコー手技練習
17：00　終了

－2日目（8月18日）－寒川診療所

8：45～12：00　外来見学
12：00　終了

1日目は川上診療所で研修をした。午前中は外来で平林先生が診察しているのを見学していた。途中、診療所に導入されている情報システムについて話を伺った。県内の診療所では川上診療所と寒川診療所、北山村診療所で試験的に遠隔外来用のカメラなどが導入されており、その他にも2年ほど前から県内の病院で患者情報を共有する「青洲リンク」が作られているなど、市街地と山間部との医療格差を小さくする試み、地域でも良質な医療サービスが受けられるような試みが新しくなされていると感じた。また、外来見学中には一部の患者の血圧測定など貴重な体験ができた。

1日目の午後は往診に同行した。様々な理由で自力では診療所まで来られない方の家を訪問して診察を行う。中には診療所から片道30分弱かけて訪問したところもあった。一つの診療所がカバーする地域の面積が広大で、かつ山地が多いこの地区では一か所回るのも一苦労で、往診などの在宅医療の重要性を実感した。

往診はその日は3件で、午後は診療所が休診とのことだったので、学生同士でエコーの見方、当て方などを、先生に教授いただきながら手技の練習をした。実際の人間相手にはしたことがなく、エコーにしてもこれほど時間をかけて手技の練習をさせてもらえたのは初めてのことだったので、とても勉強になりました。

2日目は日程の都合上午前で研修は終了となってしまうのですが、寒川診療所で実習をさせていただきました。寒川診療所は川上診療所よりも川を上流に20分ほど上った場所にあり、患者さんも前日に比べて少なめでした。外来見学では、診療所の新谷先生が一例一例丁寧に解説してくださり、また、血圧測定や心雑音の聴取などもできました。患者数も少ないので心雑音が聞こえる人もほとんどいないと思っていたが、心音を聴かせてもらえる機会があった。

3. 総括

今回の研修では、医療手技を実際に経験する機会が多く、人形相手だけであったり、教科書で知っているだけであったりといったことを実際の人相手に行う難しさを実感させられた。また、外来の見学をしていると診療所では先生と患者さんとの距離が近く、医療者側と患者側の信頼関係が強く感じられた。診療所のようなへき地医療では、患者と医師の距離が小さいものだとは理解しているが、やはり会話を基本として患者さんとコミュニケーションを密にとっていくことは、地域に根差した医師を目指すにあたり必要不可欠であると改めて感じた。

4. 謝辞

最後になりましたが、今回の研修を受け入れてくださった川上診療所の平林先生と寒川診療所の新谷先生をはじめとする診療所スタッフの皆様、実習にご協力いただいた患者の皆様、その他さまざまな形で研修にかかわってくださった皆様に感謝いたします。2日間の貴重で有意義な研修を行うことができました。本当にありがとうございました。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠5年生　谷河　育朗

1. 実習施設とその地域の概要

日高川町は2005年に川辺町、中津村、美山村が合併して発足し、和歌山県のほぼ中央部、日高川の中流域に位置する。今回実習した川上診療所・寒川診療所はどちらも旧美山村にあり、藤棚ロード、美山温泉、椿山ダムなどに多くの観光客が訪れ、椿山ダムの湖面を利用した美山漕艇場では、国体カヌー競技などが開催された。町の人口は1万人ほどであり、高齢化率は33%だが、両診療所のある旧美山村地域ではさらに高齢化が進み、寒川地区では高齢化率が56%となっている。

川上診療所は日高川町川原河地区を中心とした医療圏、寒川診療所は日高川町寒川地区を中心とした医療圏をそれぞれ担っている。寒川診療所では、出張診療所があり、上初湯川出張所で週2回、猪谷出張所で週1回の診療を行っている。両診療所ともに外来、往診のみで入院施設はなく、高齢者が多いという地区の特徴から、ヘルパー、デイケアサービス施設などとの連携をはかりながら、診療を行っている。また、中核病院との画像連携、診療情報などの共有、ネットワークを利用した遠隔診療など多数の医療機関での連携も進んでいる。

2. 実習内容

今回の実習で、1日目に川上診療所、2日目に寒川診療所を訪問し、見学・実習を行った。川上診療所では、午前中に外来見学を行い、診療の様子を見学した。慢性疾患に対するフォローだけでなく、急性疾患の鑑別、2次医療機関への適切な紹介などを見ることができた。また、血圧測定、心雑音を聴取する患者への聴診などもさせていただいた。午後は訪問診療に同行し、山奥に自宅があり診療所への交通手段がない、高齢であるため歩行が困難であるなどの理由から自力で診療所に来ることのできない方に往診を行っている様子を見学した。その後、診察・検査手技として、静脈採血、血糖測定の手順、清潔手袋の付け方などを学んだ。また、腹部エコー・甲状腺エコーを実際に行い、エコー画像の出し方、機器の操作の仕方などを学んだ。また、近年構築されつつある遠隔診療、診療情報の共有、中核病院との連携、医師間の情報共有などの様子も教えていただいた。寒川診療所では午前中に外来診療を見学し、ここでも血圧・脈拍測定、心音・呼吸音の聴取などをさせていただいた。患者さんの状況に合わせ、医学的に病名のつかない場合であっても患者さんが納得して帰れるよう、丁寧な説明と診察が行われていた。また、一人暮らしであるなどの生活状況、認知機能などを考慮した投薬、服薬コンプライアンスを向上させるための工夫などが行われていた。さらに、ヘルパーさんなどとの協力を行うことで、よりよい医療が患者さんに提供されるよう気をつけられていた。

3. 考察

今回の実習を通して、地域医療の現場に触れることができ、地域住民の健康を得るために臨床医学を行う上で重要なことを考えることができた。まず、感じたことは、理学所見・神経学的所見など、診察から得られる情報がいかに大切かということである。今回伺ったような診療所ではCT、MRIなどは置いておらず、X線・エコー・内視鏡などの限られた検査機器のみで疾患を鑑別しなければならない。脳血管障害など、診療所の機器のみでは診断できない疾患では、診察所見をしっかりととることで鑑別し、2次病院への搬送が必要であるかどうか判断しなければならない。これまでの座学での勉強や大学病院での実習では、画像所見を見ることに注意を向けてばかりであった。検査機器が限られる中でしっかりとした診察所見を取り、そこから病態を推察する能力が求められているのだと思った。

また、これは臨床医学全般に言えることだが、患者さんとの信頼関係の構築が重要であると感じた。患者さんは何らかの投薬や注射を求めているが医学的にそれは不必要と判断される場合、それを納得し、満足して帰宅してもらえるよう、しっかりと説明することが必要である。特に今回の実習先のようなへき地の診療所では、患者さんはその診療所以外に医療機関の選択肢がない。医療資源が乏しい中でもよりよい医療が受けられるよう、患者さんとの対話を重視し、信頼関係のもと、適切な医療が提供されるようにすることが理想だと考える。疾患に対する治療法だけではなく、患者さん一人一人に適した医療が行われるようコミュニケーションを行うことの大切さを痛感した。

最後に、遠隔医療、病院連携など、現在体制が構築されつつあるICT化の有効活用も必要である。自宅から近い診療所で専門医による診察やフォローが行われることで、患者さんが遠方の病院まで移動する負担が減るとともに先進医療を受ける機会も担保される。一方で実際に患者さんと対面しなければわからないことも多々あり、患者さんの側からも直接のコミュニケーションを求めていることもある。適材適所で有効活用されることが重要である。

4. 謝辞

最後になりましたが、お忙しい中今回私たちのために実習を受け入れてくださった平林先生、新谷先生をはじめとする川上診療所・寒川診療所の皆様、学生による診察を快く受け入れてくださった地域の皆様、実習を企画してくださった地域医療支援センターの皆様にこの場をかりて厚く御礼申し上げます。今回の実習で学んだことを活かし、理想の医師像に近づけるよう、精進してまいりたいと思います。本当にありがとうございました。

8 白浜はまゆう病院

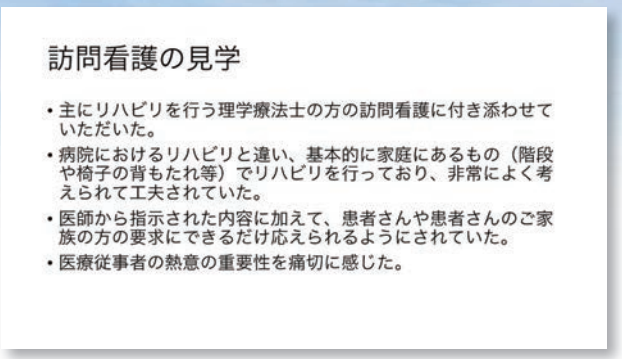
院　　長　谷口　友志　先生

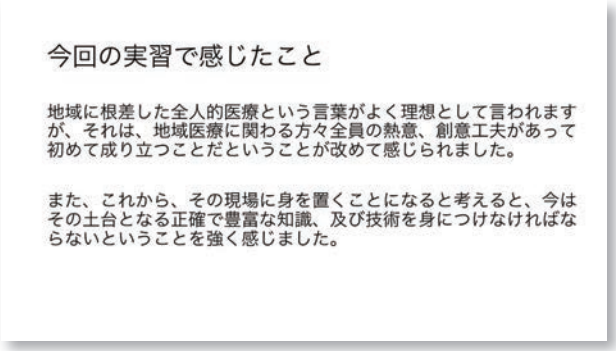
位　　置　和歌山県西牟婁郡白浜町１４４７番地

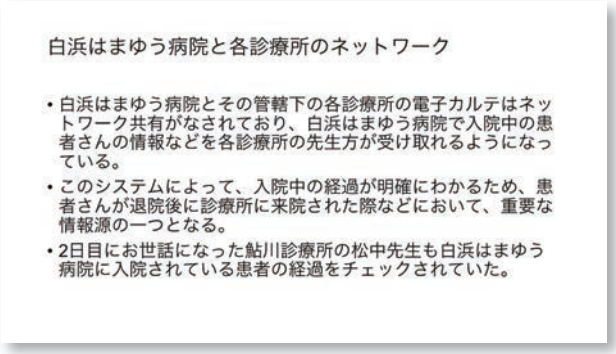
診療科目　内科、外科、整形外科、小児科、皮膚科、眼科、耳鼻咽喉科、リウマチ科、リハビリテーション科、呼吸器科、循環器科、消化器科、神経内科、婦人科、泌尿器科、麻酔科、脳神経外科アレルギー科、心療内科（休診中）

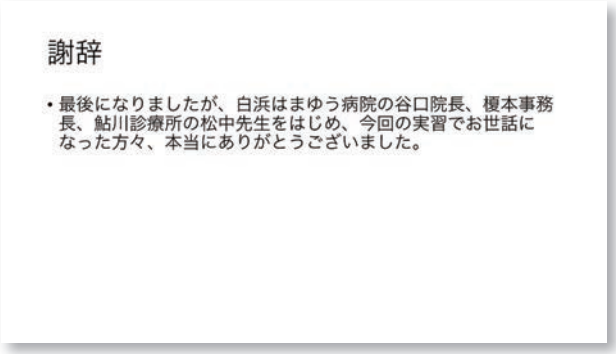
病 床 数

一般病棟	82床
回復期リハ病棟	48床
地域包括ケア病棟	28床
医療療養病棟	50床
介護療養病棟	50床









和歌山県立医科大学医学部地域医療枠4年生　金光　達也

1．実習施設とその地域の概要

白浜はまゆう病院は1994年2月に設立され、病床数は258床で一般病棟82床、地域包括ケア病棟28床、医療療養病棟50床、介護療養病棟50床、回復期リハビリ病棟48床からなっている。診療科は内科、外科、整形外科、小児科、皮膚科、眼科、耳鼻咽喉科、神経内科、呼吸器科、循環器科、消化器科、リウマチ科、リハビリテーション科、婦人科、泌尿器科、麻酔科、心療内科、脳神経外科、アレルギー科、乳腺外科がある。

白浜はまゆう病院のある白浜町は、和歌山県の南部に位置し、大きくは紀伊水道に面した半島地域、富田川下流域及び日置川流域に分かれる。人口は21949人（H29年5月末現在）、面積は200.98平方キロメートルで県全体の約4.3%を占める。白良浜やアドベンチャーワールド、円月島、白浜温泉、黒潮市場など観光スポットが多く観光地として有名で、夏などには多くの観光客が訪れる地域である。

2. 実習内容と感想、考察

実習は、8月17日（木）、8月18日（金）の二日間で行われた。

一日目の午前中には、白浜はまゆう病院とネットワークで繋がっている5つの診療所のうち、西富田クリニック、鮎川診療所、川添診療所の見学をした。それぞれの診療所は病院からかなり距離があり、車での移動と施設見学だけで午前中が終わってしまうほどの距離であった。この3つの診療所に加え、日置診療所、三舞診療所間の電子ネットワークによって、電子カルテや検査結果などの医療データを共有することが出来る。これによりはまゆう病院で検査を受けて、検査結果を近くの診療所で受け取るといったことが可能になった。交通手段がままならない高齢の患者が多い白浜町において、とても有用なネットワークであると感じた。

一日目の午後からは、白浜はまゆう病院の訪問看護ステーション「たんぽぽ」で、訪問看護の見学をした。2軒のお宅を訪問し、3人の訪問看護を見学した。訪問看護の看護師は、患者の現状や症状、病態だけでなく、患者の趣味や家族構成、その家族構成を含めた背景なども把握しており、地域医療特有の患者と密接な医療をしていた。また、高齢の患者は服用する薬が多く、種類も多いので飲む量を間違えるということもしばしばあるらしく、対策としてその日の朝、昼、夜に飲む薬の一包化を行っていた。これによって今日の朝の分、昼の分、など服用分が明確化され量を間違えることもなくなり、とても合理的であると感じた。

そして最後に訪問看護の見学後、はまゆう病院の医局で保険診療検討会、並びに医局会の見学をした。その日の実習はそれで終わりだったが、その後、食事の席で谷口院長に地域の医療についてや、自治医大のお話など、有意義な話を伺った。

二日目は、午前中から鮎川診療所で実習した。松中先生について午前の外来を見学し、実際に血圧測定などをした。往診は午後からであったため見学できなかったが、実際の地域での診療所を生で見て、肌で実感できる貴重な体験であったと感じた。

そして最後に、午後から病院や施設を一回り見学して本実習は終了となった。

3. 総括

今回の実習では、医師や看護師など医療従事者全員が地域と密接し、患者と生で向き合って行う医療現場を見学できた貴重な機会であると感じた。主訴と問診だけでは分からないような、きちんと患者を診ないと出来ないような診察や、患者の背景などを考慮した対応など、実際の診療現場ならではの症例を見られ、とても印象に残った。日頃の座学では決して学べない地域医療の実際を学ぶことが出来て、とても有意義な実習であったと感じた。

4. 謝辞

最後になりましたが、谷口院長をはじめ白浜はまゆう病の皆様、訪問看護ステーション「ひまわり」の皆様、松中先生をはじめ鮎川診療所の皆様、そしてこの実習を企画して頂いた山野先生をはじめ地域医療支援センターの皆様に、この場を借りてお礼申し上げます。ありがとうございました。この貴重な経験を、将来地域医療に携わるにあたって活かしていきたいと思います。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠４年生　川端　公貴

【実習施設】

診療科目

内科・外科・整形外科・小児科・皮居科・眼科・耳鼻咽喉科· リウマチ科・乳腺外科・リハビリテーション科·呼服器科・循環器科・消化器科•神経内科・婦人科・泌尿器科・心療内科・麻酔科・脳神経外科・アレルギー科

関連施設

西富田クリニック・鮎川診療所・白浜町国保直営日置診療所（運営受託）・白浜町国保直営三舞診療所（運営受託）・白浜町国保直営川添診療所（運営受託）・訪問看護ステーションたんぽぽ・通所リハビリテーションセンター・骨リウマチ疾患探索研究所(SINBAD)

これらの施設はネットを通してカルテの共有を行っている。

【実習内容】

1日目　午前：オリエンテーション・施設見学　午後：訪問看護見学

2日目　午前：川添診療所にて実習　午後：帰宅

[1日目：8月17日(木)]

午前は白浜はまゆう病院に到着し、施設に関する説明を受けた後、各診療所の案内を受けた。

病院から40分、山を一つ越えたところに診療所があり驚いたが、自然に囲まれ川もきれいなよい環境だと思った。

午後は訪問看護の見学をした。主に薬の調節を行い、普段の様子を伺ったりしていた。時折薬を飲み忘れる患者が多く、きちんと飲んでもらうための工夫をしていた。

[2日目：8月18日(金)]

午前は川添診療所で実習を行った。

毎週東京から通っているという中川先生の診察の見学をした。お盆明けということもあってか患者の数が多かったので、残念ながら先生と話す時間はなく、診察待ちをしている患者さんと話す機会を設けていただいた。この診療所の存在意義、地域住民が中川先生のことを厚く信頼していることなどを伺った。患者のほとんどが何かしらの疾患を患っていて診療所で薬を受け取っていた。この診療所がなければもっと遠い診療所に行かなければならず、負担が増えるのでここに診療所がなくてはならないと感じた。また、中川先生にセカンドオピニオンを求めに来た患者がいて、中川先生がじっくり話を聞き、納得して帰ったのが印象的だった。普段からよく聞く富士山型の知識を持った理想の医師がまさしく中川先生のことだと感じた。

【考察】

今回の地域医療実習で学んだことは次の２点である。

・診療所の場所と役割について

・病院と診療所の連携

将来働くかもしれない診療所がどういう場所にあるのか知る事が出来て、働く前にイメージを持てたことがよかった。また各診療所で求められている医師像を知り、もっと勉強をしないといけないと感じた。

白浜はまゆう病院と各診療所がネットワークでカルテが繋がっており、無駄な時間がなくスムーズに診察ができていたので、連携することの大切さを学んだ。

【謝辞】
地域医療実習として充実した実習を企画してくださった先生方、２日間にわたり指導していただいた白浜はまゆう病院の先生方、スタッフの皆様、実習に協力していただいた患者様に心から感謝いたします。ありがとうございました。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠４年生　森　佑熙

1．実習施設とその地域の概要

和歌山県の田辺医療圏の病院の一つである白浜はまゆう病院は公益財団法人白浜医療福祉財団によって運営されている。病床数は258床あり、その内訳は一般病棟82床、医療療養病棟50床、地域包括ケアセンター 28床、介護療養病棟50床、回復期リハビリ病棟48床である。病床稼働率は一般病棟88.2%、医療療養病棟96.4%、地域包括ケアセンター 81.3%、介護療養病棟96.5%、回復期リハビリ病棟89.9%である。診療科は内科、外科、整形外科、小児科、皮膚科、眼科、耳鼻咽喉科、神経内科、呼吸器科、循環器科、消化器科、リウマチ科、リハビリテーション科、婦人科、泌尿器科、麻酔科、心療内科、脳神経外科、アレルギー科、乳腺外科がある。職員は医師が常勤20名、非常勤26名、看護師などその他は常勤314名、パート53名で合計413名が勤務している。併設されている南紀白浜温泉リハビリテーションセンター、通所リハビリテーションセンターでリハビリテーションにも精力的に取り組んでおり、地域リハビリテーション広域支援センターの指定を受けている。その他にも、人間ドック・検診センターや訪問看護ステーションがあり、予防から在宅医療まで一貫した地域に根ざした医療を行っている。また公益財団法人白浜医療福祉財団は白浜はまゆう病院の他に西富田クリニック、鮎川診療所、日置診療所、三舞診療所、川添診療所の5つの診療所を運営している。これらの病院および診療所はネットワーク化された共通の電子カルテシステムを使用しており、受診先に関わらずこれまでの診療を反映した医療を提供することを可能としている。病院や診療所へのアクセスが困難な患者のためにバスや車による送り迎えも実施し、移動手段が少ない高齢者への支援も積極的におこなわれている。

2．実習内容

1日目
午前：谷口院長によるオリエンテーション→西富田クリニック、鮎川診療所、日置診療所、川添診療所の見学
午後：訪問看護、訪問リハビリの見学
2日目
午前：各診療所の見学
午後：病院内の案内
1日目

午前中は谷口院長から病院の概要と白浜町の医療の現状について伺った。その後、榎本事務局長に同行して西富田クリニック、鮎川診療所、日置診療所、川添診療所を見学した。それぞれの診療所はかなり距離が離れており、移動に時間を要した。

午後は一人ずつ別れて訪問看護と訪問リハビリを見学した。私は訪問リハビリに同行した。一

件目の患者は普段は車椅子で生活されている。リハビリの主な目的は歩行機能の改善であった。まず初めに生活動作で困ることはないか、排泄は上手くできているか、食事はきちんと取れているか等について世間話を交えながら状態を確認していた。次に柔軟性や筋力回復のため手足のストレッチや運動を行い、身体が動くようになってから歩行訓練をおこなった。歩行訓練は患者さんを後ろから支えながら、杖を使って歩く練習で休憩も挟んで2回おこなった。足を上げるのが困難で小さな段差でも引っかかってしまうため、杖の使い方や健側への体重移動を工夫してなんとか歩けるように指導しつつ訓練していた。「車に乗れなくなってどこにも行けなくなった」と少し悲しそうに話していたがリハビリに対して積極的で自ら体操も行っていると話し、少しでも元の体の状態に近づきたいという強い意志が感じられた。二人目は最近、熱を出したそうでその後の経過の確認をおこなった後、少しでも筋力の衰えを遅らせる全身のストレッチや体操を行った。そして歩行訓練は一件目とは異なり、自分でまっすぐ歩いてもらう練習を行った。杖や手すりを使わずに自分で歩けていたが、姿勢制御がやや難しく少しふらふらしながら歩いていた。

2日目

午前中は日置診療所を見学した。日置診療所は内科と泌尿器科があり、泌尿器科の診察は週一回行っている。来所者の平均年齢は80歳を超えている。可能な検査は血液検査、尿検査、単純X線、エコー検査などである。ほとんどの患者は高血圧などの慢性疾患を抱える高齢者で定期的に来て薬を処方してもらって帰る方が多かった。日置診療所では診療所まで来ることが難しい患者さんには車での送迎を行っている。白浜はまゆう病院と西富田クリニック、鮎川診療所、日置診療所、三舞診療所、川添診療所の5つの診療所の共通のネットワークによる電子カルテシステムがこの地域の医療にとって重要な役割を果たしている。電子カルテシステムがあることによってネットワーク内のすべての病院や診療所のカルテをすぐに見ることができ、また白浜はまゆう病院で受けた検査の結果を診療所で聞くことができる。このように電子カルテシステムを活用することで医師の負担も患者さんの負担も軽減されている。

午後は布袋総務課長に病院内を案内していただいた。一般的な外来や病棟の他に南紀白浜温泉リハビリテーションセンター、通所リハビリテーションセンター、人間ドック・検診センターや訪問看護ステーションなどが併設されており、地域の医療を幅広く支えていることがわかった。

3. 考察

今回の実習を通して、紀南地方の特に山間部では高齢化や過疎化が深刻であり交通アクセスも非常に悪いということが改めて感じられた。近年、高齢者による自動車事故が増加しており免許の返納が推進されているが、紀南地方のように自動車がなければどこにも行けない地域ではなかなか難しい。今回実習した白浜はまゆう病院や連携している各診療所では車での送迎やシャトルバスの運行、在宅ケアなど、交通アクセスが難しい人に対しても手厚い対策がされているが、住民の生活は医療だけでなく日常的な買い物もあるため、2025年問題をはじめ、これからますます深刻になる高齢化に対して医療関係機関を含め地域全体で取り組んで行く必要があると考えられる。実習中に出会ったある患者が「診療所に来るのに自分で来るのがしんどくなったから同じ方面の人と乗り合わせてくる」と話しているのを聴いて、地域のつながりが深ければ、そのように協力して支え合うこともできるのだと学んだ。

また、これからの時代は医師が余ってくるという話題はよく耳にするが、地方ではまだまだ医師が不足しており、白浜はまゆう病院と5つの診療所は各医師が複数の病院や診療所をローテーションで回している状態で、国の推進している在宅医療をさらに増やしていこうと考えるとさらなる対策の必要があると感じた。白浜はまゆう病院が運用している共通ネットワークによる電子

カルテシステムのように病院間、診療所間の連携を強めることで医師の負担を軽減すると同時に、患者さんにより良い医療を提供できるシステムを他の地域でも展開し、最終的には和歌山県全体の医療ネットワークを作り効率的に運用できるようになれば、高齢化や過疎化の進む地域においても質の高い医療の提供が可能になるのではないかと考える。その実現のためにも県内はもちろん、県外の各地方で行われている取り組みにも目を向け、必要ならばそれに関わる人達とディスカッションを重ねることで新たな対策を考えていくことも重要だと思った。

また、在宅ケアを見学して患者が自然体で生活していて、孫と一緒に遊んだりするのを見て、自宅で過ごせることで患者さんの生活が豊かになっているように感じた。しかしこれから在宅医療を進めていくにあたって医師と離れた場所で患者が生活することになり、入院していれば気づけたことも気づけないかもしれない。医師は患者にとってより良い生活が送れるように、治療の面だけでなく、介護・福祉サービスの運用やリハビリテーション、家族との関係の変化など患者のさまざまな背景と環境の変化に今まで異常に着目して寄り添って医療を行っていかなければ入院して療養するよりQOLが高いと言われている在宅医療の利点を生かしきることはできないと思った。

様々な機会で地域医療、へき地医療について学んできたが今回の実習では初めて小さな診療所での医療を実際に見学することができた。そこで感じたのは、診療所の唯一の医師は自分のミスが患者の人生を台無しにしてしまう可能性が高いということである。都会ならば、一つの病院で専門外だと言われても他の病院やさらに大きい病院にかかることも容易である。しかし、実際に見てきたへき地の診療所では本当にその診療所しかなく、どんな症状でも患者さんはやってくるので、自分の専門外でも正確な初期診療を行う必要があり、なかでも、致命的な疾患や後遺症が残るような疾患は後の患者の人生を大きく左右することになるため診察できるようにならないといけないと強く思った。

へき地では救急車を呼んだとしても時間がかかる上、独居の高齢者も増えているため、医療関係者が気をつけるだけでなく、住民自身も自らの身体の変化に気をつける必要があると思った。地域住民を集めた健康セミナーの開催、疾患の予防のための生活習慣の改善や検診の受診率の向上、気をつけるべき身体の変化を記したポスター・冊子の配布など少しでも住民の意識を変えて病気そのものを減らす努力が大切だと考えた。

4. 謝辞

今回の実習は、白浜はまゆう病院と病院と連携している診療所の皆様の多大なご協力のもと実施することができました。谷口院長をはじめ多くのスタッフの方々には大変お忙しいところ丁寧で熱心なご指導いただき誠にありがとうございました。大学病院では学ぶことのできない地域医療の現場を見せていただき大変貴重な経験となりました。

今回得た知識や経験をもとに医学生としてのこれからの自分のあり方や将来の目指すべき医師像を改めて見直し、少しでも早く和歌山の医療に貢献できるように励んでいきたいと思います。

本当にありがとうございました。

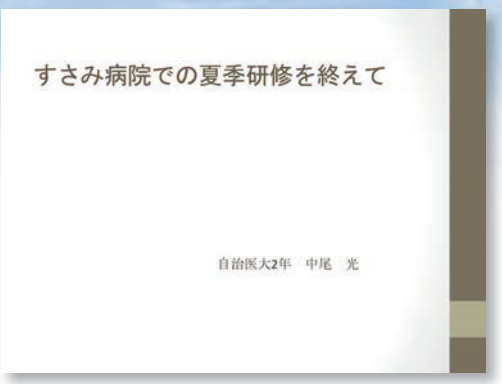
9 国保すさみ病院

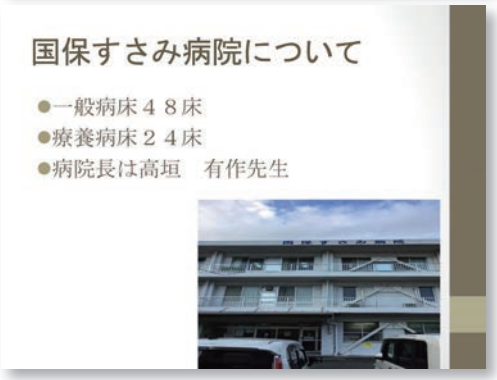
病院長 高垣　有作　先生

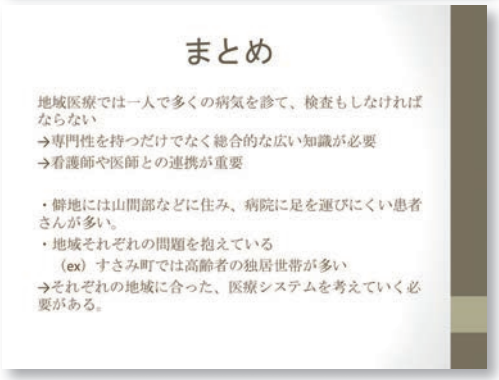
位　置 和歌山県西牟婁郡すさみ町周参見2380番地

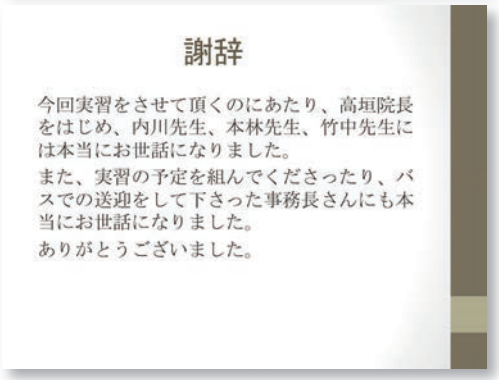
診療科目 内科、外科、リハビリテーション科

病床数 一般病床48床
療養病床24床（医療型6床、介護型18床）









和歌山県立医科大学医学部地域医療枠４年生　貝持　裕太

〔実習施設〕

国保すさみ病院は周参見駅から車で５分ほどの場所に位置する診療所である。昭和４８年に建てられ、一般病床４８床・療養病床２４床（医療型６床・介護型１８床）、計７２床の病床を持ち、診療科としては、内科・外科・リハビリテーション科がある。また、国保すさみ病院では、すさみ町が町内の山間地域に開設している佐本診療所・大鎌診療所・大附診療所の３つの診療所に医師を派遣している。すさみ町の人口構成は将来高齢化が進んだ日本と同じような構成になっており、将来の日本の医療をシミュレーションするために、すさみ病院での医療における様々な取り組みに対して国からの補助が出ている。

〔実習内容〕

18日　午前：外来見学　午後：山間部の診療所見学
19日　午前：外来見学　午後：和歌山県立医科大学、自治医科大学合同オリエンテーション
20日　午前：実習発表・総括

（1日目：8月18日）

午前は高垣病院長の外来を見学した。すさみ病院では大病院のような細かな診療科の区分はなく、様々な疾患を持った患者が外来に来院していた。高垣先生は循環器外科が専門だということだが、糖尿病や心不全などの様々な内科疾患の診察を行っていた。すさみ病院のような地域の病院では自分の専門の診療科だけはなく、幅広い疾患を見ることができる医師が求められると教えていただいた。

午後は事務の方の車に乗せていただき山間部の診療所の見学を行った。１番近くにある診療所でさえ、山奥へ車を30分ほど走らせる必要があった。診療所は３つあったのだが、その中には元々診療所ではなく公民館だったところを診療所として使用しているところもあった。山間部の地区の高齢者はすさみ病院まで通院することが困難な場合があり、そのような方々のために公民館を使用して医療を提供しているとのことだった。

（2日目：8月19日）

２日目には胃カメラなどの検査や入院施設の見学を行った。胃カメラの検査では先生はスムーズに胃カメラを挿入して､患者の胃を検査していた。胃カメラはどこの病院でも行う機会が多く、医師によって患者さんの負担が変わってくるものであるから将来的にはできるようになる必要があると教えていただいた。入院施設の見学では一般病床と療養病床を見学した。すさみ町では一人暮らしの高齢者の方が多く、自宅に帰っても１人で生活していくのが困難な患者さんが入院している場合が多いと教えていただいた。

〔考察〕

今回の地域医療実習では、３年生までの短時間の見学を多くの病院で行う見学とは違い、２日間にわたって同じ地域の病院での業務や医師の活動を見学した。具体的に地域で医師がどのような業務を行い、どのような生活をしているのかを間近で見学することで、将来自分がどのような働き方をするのかをより鮮明に意識することができ、地域医療に関する認識が大きく変わった。このことが今回の地域医療実習を通しての１番の収穫であった。

今まで総合的な診療が行える医師が求められているということは座学の授業では何度も聞いていたが、糖尿病や高血圧などの内科的な症例や、釣り針が刺さったなどの外科的処置を要する症例などの多様な症例に対して、１人の医師が対応するところを実際に見学することで、地域で総合的な診療を行う必要性をより強く認識した。また、地域では医師が不足していると聞いていたのだが、地域医療支援センターや自治医科大学の取り組みによってその状況は改善に向かっており、医師１人１人の負担は減少してきていると聞いて将来の生活に対する不安が和らいだ。

医師が増えて余裕ができることで、すさみ病院では公民館での生活習慣病に対する公演により疾患を予防する取り組みや、高齢者の家に赤外線感知センサーを設置することで孤独死を予防する取り組みなどの様々な医療的な取り組みにより、患者の数や重症度を減らす工夫がなされており、地域医療における良好なサイクルが形成されていると感じた。

２日間の実習を通して患者さんや先生方、事務の方々と交流することで、地域医療に関する具体的なイメージが掴め、今まで曖昧だった地域医療の実態をより深く認識することができた。このことは、地域医療に対する不安の軽減やモチベーションの向上につながったと思う。今回の実習のような地域医療の現場を肌で感じることができるような機会を医学生に対して増やしていくことが、地域での医師不足を解消するにあたって後押しになるのではないかと感じた。

〔謝辞〕
地域医療実習として充実した実習を企画させてくださった高垣病院長をはじめとする先生方、実習に協力していただいたスタッフの皆様に心から感謝いたします。今回の地域医療実習は自分にとって、とても有意義な実習となりました。ありがとうございました。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠４年生　串　雅紀

1．実習施設とその地域の概要

国保すさみ病院のあるすさみ町は平成27年度において高齢化人口比率が43.8%と和歌山県で古座川町、北山村に次ぐ3番目となっている。高齢化の進むすさみ町には国保すさみ病院、佐本診療所、大槻診療所、大鎌診療所の4つの公的医療機関があり、今回はそれぞれの医療機関を見学した。

国保すさみ病院は内科、外科、リハビリテーション科があったが、診療科目にとらわれず多くの疾患に対して診療を行っていた。一階ではおもに外来診療を行っており、二階では療養病床の設備が整っており、三階に一般病床がある。

佐本診療所、大槻診療所、大鎌診療所はそれぞれ国保すさみ病院から山の中にはいっていく途中にあり、その道中では軽自動車が一台やっと通ることのできる道幅が続いていた。その道中で町役場の方に、その地域には車を運転することが困難な高齢者の方々が多くすれ違うこともないと伺った。それほど高齢化が進んだ地域だからこそ、3つの診療所が必要になっているとのことだった。

佐本診療所は週に一回、大槻診療所、大鎌診療所は隔週に一回、国保すさみ病院から医師が診療に行くという形になっていた。

2．実習内容

一日目

私たちは３人の実習班であり、午前中は外来診療の見学に２人、上部内視鏡検査見学に１人という形で見学した。午後には上記の診療所（佐本診療所、大槻診療所、大鎌診療所）を町役場の方に案内していただき、それぞれ見学を行った。見学後はすさみ町がどんな町であるかを簡単に説明を受けた。すさみ病院のほうに戻ってきてから、高垣病院長に超音波検査について教えていただき、実際に自分たちに超音波検査を行った。その後すさみ病院の医師や薬剤師の方々と共に実際の薬品説明会を受講した。

二日目

午前中は三人それぞれ外来受診や一般病床の見学等を行い、国保すさみ病院での実習を終了した。

3．考察

今回地域医療実習を行って、初めての経験が多く、すごく刺激になる実習であったと感じている。まず地域医療枠の病院実習は和歌山県立医科大学では４年生で初めて行うことなので、実際にへき地といわれている地域での診察を見るのは初めてだった。よく地域の医療機関では「コミュニケーションが大切であり、患者さんと顔を向き合わせ言葉を交わして」と言われていて、自分

でも頭の中ではその通りだと理解していたつもりだったが、実際に病院での診察を見学して、言葉にはできないが、より深い部分で理解が出来たように思う。その中でも二日目に外来診療での内川先生に教えていただいた言葉が印象に残っている。「診察では変化を見るということもすごく大切なことだけれど、変化がないということを見るのも大切なこと」という言葉だ。地域医療では慢性の疾患が多く、病気と長い時間向き合っていくことが多いので、特に変化がないと患者さんに言えることもすごく大切なことなのだと思った。

また、地域医療という特性を生かすことも学んだ。将来予想されている日本の高齢化率と今のすさみ町の高齢化率が似ていることから国と協力し最先端なことに取り組んでいるということは私の地域医療のイメージが180度覆ったといっても過言ではない。例えばすさみ町のドクターカー導入は日本で2番目であることや、高齢者の方が一人の家にセンサーを設置することで、簡易ではあれども自宅での活動を把握することができ、それによって熱中症などの危機的状況から救うことが出来るとシステムなどだ。範囲が狭いからできていることなのかもしれないが、これが将来の日本全体のモデルとして活用されることは大いに誇るべき点であると思う。

さらに地域医療では大病院よりできることが少ないというイメージがあったが、高垣先生が和歌山で最もリンパ浮腫を診ている先生であるという話には大変驚いた。県外からもリンパ浮腫の治療のためにすさみ病院まで来られることを聞いて、地域医療にも大病院に負けない高いレベルの医療があることを実感した。

また地域医療で良いことを先生に尋ねたところ、救急で患者が来られた時に自分の持っているその患者の情報量が多いことはすごく利点になるということだった。狭い地域で医療を行っているからこそ、その地域のほとんどの人の情報を持っていて、いざ救急で来られた時に迅速な判断が行うことが出来て治療できるというのは自分が地域医療というものを学習してきた中でなかった発想で、実際に地域医療を行っている医師と自分では視野の広さが全く違うと感じた。

4. 謝辞

最後になりましたが、高垣院長、竹中先生、内川先生、本林先生をはじめとする国保すさみ病院の皆さま、大変温かく受け入れてくださった仲事務長、佐本診療所の皆さまにはお忙しい中大変お世話になりました。この度の実習で将来地域医療に携わることに、より一層興味ややる気を持つことができ、とても有意義な実習となりました。和歌山県立医科大学の地域医療枠の医師として将来国保すさみ病院で働くことが出来れば良いなと思う実習になりました。

実習で学んだことを活かしてこれからも日々の勉学に励んでいきます。本当にありがとうございました。

10 七川診療所

所　　長　向井　元裕　先生

位　　置　和歌山県東牟婁郡古座川町下露３７６

診療科目　内科、外科

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠５年生　西村　美咲

1．実習施設とその地域の概要

古座川町は和歌山県東牟婁郡にあり、紀伊半島の最南端に近い内陸部に位置する町である。古座川町の人口・世帯数は、人口2,811人（平成29年9月1日現在）、世帯数1,497人（平成29年9月1日現在）であり、昭和31年に旧高池町、明神村、小川村、三尾川村、七川村の1町4村の合併当時1万人の人口も、平成27年国勢調査では3000人を切り大きく減少し、過疎化、高齢化が進む地域であるといえる。町面積の約96%が森林で、気候は一般に温暖多雨で樹木の育

成に適しており、良質な古座川材の産地としても知られている。古座川流域は、また豊かな観光資材にも恵まれており、清流古座川を中心に近年レクリエーション地として注目されている。

七川診療所は古座川町の山間部に所在する診療所で、山間過疎地の診療拠点として運営されている。診療科は内科、整形外科であり、整形外科は毎週木曜日に和歌山市の角谷整形外科病院の角谷先生が診療をされています。また月曜日と金曜日には、古座川町の七川という山間地域への往診も行われている。

2. 実習内容

一日目の午前中は、七川診療所内の施設案内と、古座川町・七川地域についての話を伺った。地域の特徴や人口の現状などについて詳しく教えて頂き、古座川に来たばかりの私にも地域の状況がよく分かり、実習前に古座川という地域について学ぶことができた。そして施設見学では診療所の設備などや、整形外科診療を実際に見学した。見学中にとても印象的に思ったのが来所者の年齢である。患者のほとんどが80歳以上の高齢の方ばかりだった。さらに驚いたのが、高齢でもとても元気だったことだ。日々のポリクリで見る患者さんたちと比較して非常に若々しく、明朗な方ばかりだった。

午後からは、向井先生の往診に同行した。車での往診だったが、一人の患者のお宅まで向かうのに20分程山道を登っていく必要があり、山間部に住む高齢の方々にとって往診は欠かせない重要な診療方法であると実感した。往診ではただ診察をするだけではなく、患者やご家族と会話し、その何気ない会話などからもなにか異変は無いかどうか入念に確認されていて、向井先生や看護師の方の入念な心配りに感銘を受けた。

二日目は向井先生の内科診療の見学をした。一日目の整形外科の診療とは違いさまざまな疾患の患者さんが来て、診察や薬剤を処方したり、必要となればレントゲンを撮り、血液検査をしたりと、先生の細やかで的確な判断が目の前で次々となされていくのがとても印象に残っていて、診療所で働く医師として必要な技術の高さを実感した。

3. 考察

今回の実習でもっとも印象的だったのは、医療者の皆さんと患者さんの信頼関係の豊かさだ。診療の見学をしていると、どの患者さんも先生や看護師の皆さんをとても信頼されていて、相互関係がしっかりと築かれていることがとても伝わってきた。病院が近くにはないような過疎が進む地域での医療の在り方を実感することができ、将来和歌山県で医療に携わる一人として、非常に貴重な経験ができた。市内にいるだけでは知ることのできない、和歌山の様々な地域医療の一例を、身を以って体験することができ、医師になる前にとても良い体験だったと思う。この経験をこれからの学生生活で、そして医師になってからも役立てていけるよう日々努力したいと思う。

4. 謝辞

最後になりましたが、今回の実習を計画し、受け入れて下さった七川診療所の皆様、実習を企画して下さった皆様、また、ご協力頂いた患者の皆様に感謝致します。実習中は公共交通機関では移動が間に合わず、診療所の皆さんには送迎などの手配も行って頂き、お忙しい中大変お世話になりました。この2日間の実習で様々な体験をさせて頂き、和歌山で医師になることについて改めて真剣に考え、やる気を持つことができました。本当にありがとうございました。

11 那智勝浦町立温泉病院

院　　長　山本　康久　先生

位　　置　和歌山県東牟婁郡那智勝浦町大字天満483番地1

診療科目　内科、整形外科、リハビリテーション科、小児科、耳鼻咽喉科、眼科、糖尿病内科、循環器内科、放射線科、外科（休診中）、婦人科（休診中）

病 床 数　一般病床　90床
療養病床　60床

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠５年生　宮井　優

1．実習施設とその地域の概要

●病院の概要

病床数：150床（急性期病棟　90床／療養病床　60床）

診療科：内科／整形外科／リハビリテーション科／小児科／耳鼻咽喉科／眼科／糖尿病内科／循環器内科／放射線科／外科（休診中）／婦人科（休診中）

常勤医師：7名

●地域の概要

那智勝浦町は、和歌山市内より電車で3時間ほどの海沿いにあり、新宮医療圏に属している。那智山の門前まち那智町と、温泉と漁業のまち勝浦町、さらに宇久井村、色川村の4カ町村が合併し、昭和30年4月に誕生した。その後昭和35年1月に下里村、太田村が加わり現在の姿となっている。紀伊半島の南東端に位置し、気候は温暖で、風光明媚、雄大な自然に恵まれ、暖かさ、豊かさ、厚い人情が溢れる町である。183.31平方キロメートルに8196世帯、16573人の方が暮らしている（平成27年1月現在）。

ユネスコ世界遺産「紀伊山地の霊場と山詣道」の熊野エリアにあたっており、紀伊半島でも有数の観光地として国内外から多くの観光客が訪れる。那智の滝、富士山の見える最遠の地、生マグロの水揚げ量などが日本一として有名なほか、和歌山県内では温泉泉源数も177本で一番となっており、魅力にあふれる町である。

2．実習内容

実習日程

１日目【8月17日（木）】

午前　入院患者カンファレンス
　　外来見学・予診
　　エコー・内視鏡見学

午後　施設案内
　　リハ科回診見学
　　腹水穿刺見学
　　退院患者カンファレンス

２日目【8月18日（金）】

午前　病院概要説明
　　外来見学
　　人工透析見学

1日目の朝は、先生方への挨拶の後、入院患者さんのカンファレンスからスタートした。内科長の先生を中心に、前日夜に救急搬送された患者の到着時バイタル、現在の状態や、注意点についての情報が共有された。外来見学では、先生の外来見学に加えて初診患者の予診をした。主訴や現病歴、既往歴、服薬、社会歴などを伺ったのち、鑑別疾患を挙げながら身体所見をとり、さらに必要と考えられる検査をオーダーするまでの流れを、研修医の先生に指導していただきながら経験した。また、手技や処置の見学を希望していたので、エコー、内視鏡の見学もすることができた。ポイントで先生から質問を受け、分からないことを教えていただきながら見学できたので、とても勉強になった。

午後からは、まず施設案内をしていただいた。施設としても、やはりリハビリテーションを中心とした設備が整っているように感じた。様々な場所を見学したため、現場の医療者の方や患者がリハビリに励んでいる様子も実際に見学できた。患者と医療者だけでなく、他職種の医療者同士の距離もとても近く、対等で、笑顔の多い職場だと感じた。退院患者カンファレンスでは、退院後の注意点や、独居や老々介護のため支援なしに退院することが難しい患者に関して話し合いが行われた。全員がそれぞれの立場から責任をもって、退院後の生活の守り方を考えていた。

2日目は、事務課長から地域の特色や病院の沿革などについて伺った。話の後も、学生や研修医から見た印象について質問を受け、へき地病院としての魅力の持ち方や医師確保について、行政の方の意見を伺う貴重な機会となった。

3. 考察

2日間の実習で印象的だったのは、リハビリテーションを中心とした特色ある医療と、医師全員が活躍する現場である。

那智勝浦町立温泉病院は、深刻な医師不足に悩んだ時期があったという。その際に目をつけたのが、温泉とリハビリテーションだった。和歌山県立医科大学リハビリテーション科との共同研究所を置き、入院患者さんのリハビリテーションに力を入れながら、地域の健康を底上げしていく先進的な取り組みもリハビリテーションの観点から行っていた。町立病院として地域とどのように関わり、どのような特色を持って進むのか、行政と医療がしっかりと連携して模索されている姿が印象的だった。

実際の現場では、上級医の先生から研修医の先生まで、全員の先生方が中心となって診療に当たっていた。専門領域に縛られることなく、目の前の患者さんを診察、診断し、治療を考えていくことは、当たり前のようでいて難しく、まさに総合診療の力が問われる現場だった。医師数が少ない分、一人一人が責任を持ちながら、お互いが密に意見交換することで、チームとして最良の医療が提供されていると感じた。

4. 謝辞

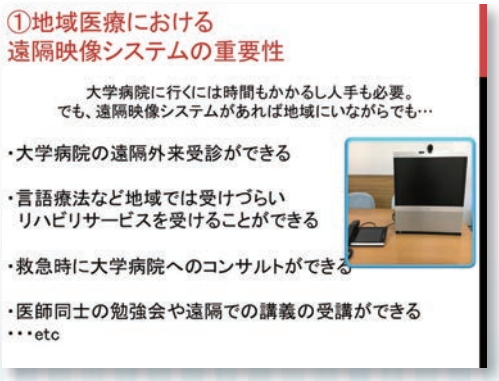
この2日間、お忙しいなか実習を受け入れてくださった山本院長先生をはじめ、佐藤先生、医局の先生方、中村事務課長、実習の機会をいただいた那智勝浦町立温泉病院の皆様、和歌山県立医科大学地域医療支援センターの皆様、和歌山県庁医務課の皆様にこの場をお借りして改めて御礼申し上げます。ありがとうございました。

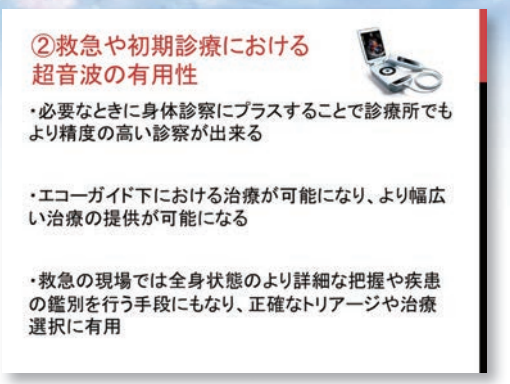
12 国保北山村診療所

所　　長　多田　明良　先生

位　　置　和歌山県東牟婁群北山村大字大沼312

診療科目　内科





和歌山県立医科大学医学部地域医療枠５年生　大橋　豪

1．実習施設とその地域の概要

地域の概要

北山村は周りを三重県と奈良県に囲まれ、和歌山県のどの市町村とも隣接しない特殊な位置にある日本で唯一の飛び地である。標高130mの山の中にあり東西20km、南北8kmの土地でその97%を山林が占めている。人口は446人で高齢化率は48.0%である（2015年現在）。特産品にはじゃばらがあり、レジャーとしては筏下りが有名である。

実習施設：国保北山村診療所

国保北山村診療所は北山村にある唯一の医療機関で、診療所の職員は、医師１名、看護師3名、事務員2名である。北山村高齢者生活福祉センターが併設されており行き来することができる。病床は4床あるが現在は使われていない。主な診療設備としては心電計（12誘導、Holter）、レントゲン装置、上部消化管内視鏡装置などがある。

2．実習内容

今回の実習は8月17～18日の二日間の日程で行った。

一日目の午前中は外来診療の見学を行った。幼児から80歳を超える高齢者まで幅広い年齢層の患者が来院した。主訴も皮疹、関節痛、高血圧から、大病院で行った手術の経過観察まで様々だった。高齢者が多いという土地柄からか急性期の病気より慢性期の病気が多かったと感じた。北山村診療所ではスタッフの職種、人数が限られているので、医師が診察から検査一般までを、看護師が診察、介助、採血、点滴、調剤を、事務員が会計、備品管理、運転などを行いそれぞれが専門の分野、職種の垣根を越えて仕事をしていた。わたしたちは血圧測定、採血準備などを手伝った。

一日目の午後は訪問診療に同行した。主に対象は病院に来るのを拒んでいる人や、足腰が悪かったり、病院までの交通手段がない人だったりした。往診では患者の体調を診たり、持病の経過観察をおこなったりしていた。

二日目は診療所の多田先生から北山村と北山村診療所の実際について説明してもらい、次にこの日は診療所が休診日だったこともあり、隣接する高齢者生活福祉センターで行われている地域の高齢者の健康増進のための運動の会に参加させてもらった。内容はスポーツマンが筋トレでやるメニューの強度を下げたようなもので、とてもハードな内容であった。

3. 総　括

今回の実習で私が特に感じたことは以下の二点である。

まず一点目は地域医療の地域に対する密着性である。北山村診療所では外来診療や訪問診療といった診療業務はもちろんのこと、検診、予防接種、校医、住民学習会といった地域保健業務も担っている。健康な人から病気の人まで村の住民すべての健康に関わっていて、それぞれのやるべきことがある。特に重要だと思ったのはこの中でも一次予防である。たとえば検診に行かなければ早期発見・治療をすれば治る病気も治らなくなってしまう。最近まで北山村でも検診の受診率はとても低かったが、最近は改善傾向にあるということだ。

また単に病気を診察し、治療することだけではなく、患者さんがなにを望んでいるのか、患者さんが生活していく中で何に困っているのか、患者さんに寄り添って見極め、対処しなければならないと思った。

二点目はへき地ならではの交通手段の少なさだ。高齢者の自家用車所有率の低下により病院に来られないことはもちろんのこと、診療所で診断できずに他の病院に紹介しようとしてもその病院に行くこともできない。北山村診療所に近い地域中核病院としては三重県の紀南病院と和歌山県の新宮市立医療センターがあるが、それぞれ車で約50分と60分ととても遠い位置にあり交通手段のない人にはとても行くことができない。そこで北山村診療所の多田先生に「診療所でも可能な限り精度の高い検査・診断をおこない、安易な紹介を避け、治療可能な疾患の拾い上げをすることで、遠方移動に関わる負担軽減や受診意欲維持につながると伺った。診療所で精度の高い検査・診断を行う手段の一つとして遠隔診療支援システムがある。これにより患者は遠隔地にいながら専門医のアドバイスを受けることができたり、専門医が遠隔地での診断の補助をしたりすることができる。このシステムは高齢化が進む和歌山でますます需要が高まると思われるので積極的に取り入れていくべきだと思った。

4. 謝　辞

最後になりましたが、今回の実習を受け入れてくださった国保北山村診療所の多田先生をはじめスタッフの皆様に深くお礼を申し上げます。この実習で学んだことを心に刻み、今後の生活の活力にしていきたいと思います。

保健所研修

平成29年8月18日（金）、地域医療枠１～３年生が５グループに分かれ、保健所で研修を行いました。それぞれの保健所では、保健所の概要説明や所長先生のお話などを聞き、保健所の事業を見学しました。

また、平成29年9月23日（土）には和歌山市保健所主催の健康応援フェアにスタッフとして参加し、各ブースでの補助や、健康ウォーキングに同行しました。

■保健所研修　和歌山県立医科大学　地域医療枠

学年	氏　名	研修先保健所
3年生	井上　育美	和歌山市保健所
	大道　彩夏	和歌山市保健所
	塩谷　一樹	和歌山市保健所
	仁木　龍登	和歌山県　岩出保健所
	曲谷　玲奈	和歌山県　湯浅保健所
	松尾　薫	和歌山県　橋本保健所
	森下　晃	和歌山市保健所
2年生	東　　丈	和歌山市保健所
	出崎　祐気	和歌山市保健所
	西平　大輝	和歌山県　橋本保健所

学年	氏　名	研修先保健所
1年生	荒木　彩加	和歌山市保健所
	泉　　裕太	和歌山市保健所
	貴田　理香	和歌山県　御坊保健所
	小西　朋樹	和歌山県　御坊保健所
	髙橋　翠	和歌山県　橋本保健所
	谷地　晃	和歌山県　岩出保健所
	野久保　翔太	和歌山市保健所
	松本　和樹	和歌山県　岩出保健所
	村田　七海	和歌山県　湯浅保健所
	山本　宗汰	和歌山市保健所

1 橋本保健所

所　長
池田　和功　先生

位　置
和歌山県橋本市市脇4－5－8

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠１年生　髙橋　翠

1．実習施設とその地域の概要

橋本保健所は橋本市、かつらぎ町、九度山町、高野町を管轄域としており、管轄域の総面積は約463㎢で県面積の約9.8%を占める。管轄域内の人口は約9万人であり、そのうち約9割が紀ノ川流域の平野や丘陵地帯に集中している。

2．実習内容

午前中は橋本保健所についてから池田和功保健所長から保健所ができるまでの歴史や公衆衛生について説明を受けた。公衆衛生の始まりはイギリスの産業革命頃で、工業化が進み、都市部に人が集まるようになったために大気汚染や水質汚染などの公害が広がったことで、医療、福祉が見直されたことがきっかけとなったと伺った。産業革命が起こった頃のイギリスではインフラが整備されておらず、上下水道は無かったため、感染症が発生しやすく、さらに人が集まってきたために感染症が広がりやすくなったようだ。感染症のために多くの人が亡くなり、さらにその労働の穴を受けるために農村部から人が出てきて、また感染症にかかるというサイクルを繰り返したそうである。まだ細菌やウイルスが発見されておらず、何が原因で病気が生じるのか分からなかった時代に、ペーター・フランクは、病気は個人の責任などではなく、環境の悪さ、空気の悪さによって起こっているということに気がついた。さらにチャドウィックは田舎でも頻度は低いものの、同様のことが起きていることに気づき、環境の悪さが病気の原因になることを発見した。それによって環境を整備することで感染症を防ごうとする公衆衛生が始まったそうである。

公衆衛生のかつての主な仕事は管内住民の寿命を延ばすこと、結核予防、感染症予防、地域の病院との連携などがあったということだった。まず寿命を延ばすために保健所が公衆衛生として

行ったことは、赤ちゃんを死なせないために、妊婦や授乳期の子どもをもつ母親に対して牛乳を配るというものだったそうだ。牛乳を配ることで妊婦などの栄養対策を行い、まずは妊婦が健康を保てるようにし、赤ちゃんが生まれると赤ちゃんのためのミルクが支給される地域もあったそうだ。さらに、学校給食を導入することで児童、生徒が少なくとも1日に1回は食事を摂れるようにしたことも公衆衛生の大きな実績である。また、結核予防においては管内の結核患者を全員把握し、治ってから2年は保健所としてフォローしていたそうだ。感染症予防では、保育所や小学校など多くの人が集まる場所で感染症が発生したら保健所から担当者を送るなどの体制を組んで対応していると伺った。現代の公衆衛生では生活習慣病の予防、がんの予防、検診などが加わり、社会において公衆衛生が担う役割は大きくなっている。がんの予防に関しては、胃がんの原因となるピロリ菌や肝がんの原因となる肝炎ウイルスをなくすための取り組みや、肺がん予防のために禁煙を勧める事業を行っているそうである。検診においては、いかに受診率を上げるかが課題ということだった。ここで、生活習慣病予防の成功例として伺った内容を書く。長野県の佐久病院で勤務していた医師は病院にあまり患者さんが来ないことを不思議に思い、村の1軒１軒を廻ったところ、脳卒中と思われる症状の患者が家で寝たきりの生活を強いられていたそうだ。これを見た医師は脳卒中の原因をその地方の食事の味付けがかなり濃いこと、つまり塩分を摂り過ぎていることだと考え、塩分を摂り過ぎてはいけないということを村の人々に分かってもらうために、塩分の摂り過ぎで脳卒中になることを分かりやすく表現した寸劇をしたそうである。このようなことを繰り返していくうちに、この地方では脳卒中になる人は減少したということだった。次に、乳幼児検診の始まりについて伺ったことを書く。ある村の村長は乳幼児の治療費無料化を国に訴えたが、国からは拒否され、もし無料化するのであれば本来の治療費は市町村が全額負担することを求められたそうだ。それでもその村長は乳幼児の治療費を無料化したそうで、乳幼児の治療費は全額村が負担することになった。ここで乳幼児をまず病気にかからないようにしようとして始まったのが乳幼児検診だそうである。

午後から参加した病院感染症連絡会では、紀北分院の看護師による「日本臨床救急医学会報告～救急外来部門における感染対策の検討～」について、救急医療の現場において患者にふれる救急救命士は感染症対策についての知識が少なく、感染症対策が十分に行われていない状況で患者と接していたり、逆に過度な感染症対策を行い、患者の不安を煽ったり、作業効率が落ちたりしているという内容だった。

3. 考察

今回、保健所実習に参加し、保健所が取り組んでいる公衆衛生について詳しくお話を聞くことができてよかった。自分が今まで生活してきた中で、保健所に行くことはほとんどなかったが、様々な点で保健所の公衆衛生に対する取り組みに助けられていたことを知ることができた実習だった。まだ１年で医療に関する知識はほとんどないが、地域医療枠の学生として、公衆衛生の１つの軸である予防についてさらに詳しく知りたいと思った。今後医学を勉強していくに当たり、とてもいい経験ができた。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠2年生　西平　大輝

1．実習施設とその地域概要

今回実習させていただいた橋本保健所は和歌山県橋本市高野口町に位置している。橋本保健所は橋本市、九度山町、かつらぎ町を管轄域としており、その総面積は約463㎢で和歌山県の約9.8%を占める。また、管轄域人口は約9万人で、そのうち9割が紀ノ川流域の平野や丘陵地帯に集中している。それぞれの高齢化率は橋本市が27.8%、九度山町が40%、かつらぎ町が35.2%となっており、和歌山県の高齢化率29.5%に対して橋本市以外は高く、九度山町とかつらぎ町は県内高齢化率において常位10位以内に入っている。管轄域内には橋本市民病院、和歌山県立医科大学附属紀北分院、医療法人南労会紀和病院、そして橋本保健所が存在し、橋本市民病院が災害拠点病院、紀北分院と紀和病院が災害支援病院に指定され、管轄域の災害対策に勤めている。

2．実習内容

午前中は橋本保健所の池田和功保健所長から保健所の成り立ちや仕事、公衆衛生についての講義を受ける予定だったが、私は部活の大会の帰省のために途中参加となった。池田所長の話の中に和歌山県の健康寿命の短さについての話があった。寿命と医療機関の充実は関係がないという興味深い話だった。和歌山県は平均寿命が全国的に低い値となっており、特に女性は低く、この原因として挙げられていたのが運動の有無だ。具体例として大阪を挙げて説明があり、大阪では移動するのに電車、または自転車が多く、電車の場合でも駅間での歩行や通勤での運動があるのに対し、和歌山ではほとんどが自動車移動であることで大阪などに比べると非常に運動する時間が少ないためにこのような差が出来ているそうだ。他にも運動が少ないということの関連で公園が少ないという話があった。そのために子育てをしにくい環境になっていると聞き、非常に驚かされた。保健所の仕事として挙げられていたのが、病気の予防や健康診断、食品衛生、感染症対策、精神保健対策、母子健康対策などだ。そのなかで特定健診についてお話をいただいた。もともと市町村の税金によって行われていたが、市町村の規模によっては金銭的に実施が厳しい地区が存在し、検診に偏りが出来たために、主導が保健組合に移ったとのことだった。またメタボ健診について、もともとは腹囲の検査に異常がある人が精密検査を行うという形であったが、メタボでない方でもなにか問題を抱えている場合もあるために、精密検査をすべての人が受けられるようになったという経緯も伺った。

また午後からは橋本市民病院で定期的に行われている感染症連絡会に参加した。ここでは管轄域内の病院の先生方が集まり、いろいろな観点に基づいて情報交換が行われていた。今回は「ヒアリとダニ媒介感染症について」と「救急外来部門における感染対策の検討」が題であった。「ヒアリとダニ媒介感染症について」では最近世間を騒がしていたヒアリや身近にいるダニに刺された場合の対処法やスズメバチとヒアリの意外な共通点を知ることができた。これら2つの毒の成分が同じであり、アナフィラキシーが起こる可能性があると聞いた。「救急外来部門における感染対策の検討」では救急隊員の感染症予防対策、予防に対する意識改革が問題であると聞いた。救急隊員の感染症への意識が高くなく、それを改善するためにセミナーを開催しているそうだ。全国的にも日本救急医学会、日本臨床救急医学会、日本感染症学会、日本環境感染学会、日本微生物学会による合同ワーキンググループを設置し、感染対策よりの視点を踏まえた総合的な検討を行っていると聞いた。

3. 考察

地元に近い橋本保健所が取り組んでいる公衆衛生の話や地域の特徴、また他県との違いについて聞くことができて非常に有意義な時間になった。感染症連絡会では普段とは違った観点からの話があり、異なった観点から物事を見る大切さを感じられた。事前に橋本保健所管轄域について人口や高齢化率は調べていたが、他市町村や他府県との比較と実際に池田所長から教わり、新たな知識をつけることが出来た。

4. 謝辞

今回の実習では、池田所長をはじめ、保健所職員の方々、橋本市民病院の連絡会関係者の皆様から様々なことを学ぶことができ、地域医療枠学生として将来に活かせる知識を身につけることができました。また、このような実習機会を与えて下さった地域医療支援センターの先生方、スタッフの方々に本当に深く感謝申し上げます。ありがとうございました。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠3年生　松尾　薫

＜目的＞

和歌山県にある保健所を訪れ、保健所の役割を体験する。また、池田和功保健所長の話を聞き、保健所で働くことの意味、意義を知る機会とする。

＜訪れた保健所について＞

橋本保健所（所長：池田和功）

＜午前：池田所長の講義＞

公衆衛生の起源

イギリスで産業革命が起こり、都市部に人が集中するようになった。それによって現在の北京のように大気汚染などの公害が発生した。当時のイギリスは近代化している点では現在の北京の状態と似ているが、世界で初めて機械工業が始まった点で北京と異なります。

そのような状態で人が集まってくると、多くの人に対する住居や働く場所が必要になったが、そういった生活環境や工業環境も劣悪なものとなり、感染症（結核）が蔓延した。

感染症が起こっても、このような時代では十分に治療法が無く、感染した人を解雇させることしかできないことにより、より蔓延し、また働き手がいなくなるという悪循環に陥った。

感染は上下水道がきちんと整備されていないことによる、汚染された水に起因していた。さらに人が多いことも原因となった。

当時はまだ細菌やウイルスがはっきり分かっていない時代で、医療（治療）はまだ十分ではない上高額で、福祉（ほどこし）もまた高額だった。

行政が行う医療や福祉が成り立たない状態で生まれたのが公衆衛生だった。個人ではなく環境が原因で、感染症が蔓延しているということに気づき、インフラの整備から始めたのだった。

‘人々の健康状態が破綻するのは、多くの人たちが集まって生活していることから生ずる有害な現象の結果であり、人々が乱暴であったり行き過ぎがあったりするのは、彼らに過誤があるか

らではなく、彼らが無知だからである。だからこそこれらの事態に対してはより強い社会の啓発と関与が不可欠である。’（完全なメディカルポリースの体系　Peter Frank）

　上の言葉はまさしく環境が影響したこと、公衆衛生の誕生を表したものである。現在問題になっている生活習慣病はこれとは対照的であることが理解できる。

現在：
生活習慣病の予防や検診

保健所の仕事：
結核予防対策・感染症対策・衛生管理（食品衛生・食鳥検査・狂犬病・環境衛生・水道）など
感染症対策→ノロウイルスやインフルエンザの学校対策のための指導
　　→乳児や小児への対策として妊婦への栄養補給・乳児へのミルク配付・学校給食など
環境衛生　→ゴミ焼却炉や学校のプールなど
水道　　→上水道・下水道

＜午後：橋本市民病院での勉強会＞
　橋本市民病院・和歌山県立医科大学附属紀北分院・山本病院・紀和病院・紀の郷病院・橋本保健所が合同となって、病院感染症連絡会を開いていた。この勉強会によって、現在深刻となっているヒアリ問題や救急救命士の医療レベルなど様々な話し合いをし、理解を深めていた。

＜考察＞
　保健所において、病院での治療やケアではなく、それ以前に病気にならないということを第一に考えている。病院だけが働きかけるのではなく、他の病院や保健所などのコメディカルとの連携によって、地域の住民の健康が成り立っていると考える。

＜感想＞
　1.2年生の夏の実習で見学した和歌山県の地域中核病院と、今回の保健所の繋がりを見ることができました。今回、お忙しい中、私たちの実習を受け入れて下さった橋本保健所の皆様に心より感謝申し上げます。

2 岩出保健所

所　長　雑賀　博子　先生　　位　置　和歌山県岩出市高塚209

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠1年生　松本　和樹

1．実習医療機関のある地域とその医療機関の紹介

岩出市は、和歌山県の北部に位置しており、南部に紀の川を擁し、北部は大阪府と接している市である。人口は5万人程度で、面積は小さな市であるが、小売店・飲食店やショッピングセンター・コンビニエンスストア・洋菓子店・美容室・接骨院・歯科医院等が立ち並ぶ（特に国道24号沿い）、紀北有数の商業地である。市内には大手全国チェーンの店舗や大型店舗が充実しており、県内でも同市にしかない店も多数構え、隣接する和歌山市・紀の川市のみならず、泉南市・阪南市等、大阪南部からの買い物客も多い。

2．実習内容の報告

午前中は、保健所業務の概要の説明、結核及び感染症対策に関する講義を受けたほか、療育相談・発達相談を見学した。その後、ケースカンファレンスにも参加した。午後は、衛生環境課の業務、保健福祉課の業務について学んだ。保健所が診療だけでなく、薬物の対策や感染症の対策等、医療に関連している多様な業務に携わっていることは非常に印象的だった。

3．考察

療育相談・発達相談では、整形外科的に心配のある乳幼児と児童に対する問診、整形外科医による診察、理学療法士による指導を見学した。まだ言葉の通じない乳児とのコミュニケーション

方法や、異常の有無を確認する方法等、様々なことを学ぶことができ、小児科医志望の私にとって、非常に有意義な経験となった。ケースカンファレンスでは、整形外科医の下園先生と理学療法士の中西先生がそれぞれの乳児の現状を報告し、それを踏まえて今後の方針を相談して決定していて、こういった多職種での連携も大切だと感じた。

今回の実習で、地域に住む人々の診療や、地域の病院との連携等、岩出保健所の果たす役割の大きさを実感した。私も地域医療に貢献する医師を目指して、これから一層精進したい。

謝辞

お忙しい中、私たちの実習を受け入れてくださった雑賀博子保健所長をはじめ、岩出保健所の皆さま、岩出地域の方々、今回の保健所実習を企画してくださった和歌山県立医科大学地域医療支援センターの方々にこの場をお借りしてお礼申し上げます。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠1年生　谷地　晃

1．実習施設とその地域の概要

岩出保健所は総務健康安全課、保健福祉課、衛生環境課の3つの部署に分かれ、総勢35名の職員が従事している。管轄区域は岩出市と紀の川市である。和歌山県の北部、和歌山市の中心部から東に約15kmに岩出市が位置し、その東隣に紀の川市が位置する。東西に紀の川が、南北に貴志川が流れており、肥沃な平野が広がっている。岩出市ではカーネーションやねごろ大唐、紀の川市ではみかん、柿、ぶどう、桃などが特産品として栽培されている。管轄区域の人口は114,614人（平成29年8月1日）で県全体の12.1%を占め、高齢人口比率は25.3%（平成28年度）と県平均の30.3%（平成28年度）を下回っている。管内の医療機関としては、公立那賀病院をはじめとする病院8か所、医科診療所104か所、歯科診療所50か所、助産所5か所があり、地域の医療を支えている。

2．実習内容

まず、雑賀博子保健所長よりお話を伺った。保健所の役割、業務内容と管内の状況（人口構成、健康状況、救急・災害医療等）を幅広く教わった。続いて、結核及びHIV・AIDS等感染症について、県内での発生状況、保健所としての対策の説明を受けた。その後、療育・発達相談の見学に移った。この相談には、特に「歩き始めが遅い」、「歩き方が変」、「こけやすい」など整形外科的に不安を抱える乳幼児とその親が訪れていた。保健師との問診、整形外科医下園先生による診察、理学療法士中西先生による指導の現場を間近に見ることができた。これを踏まえケースカンファレンスにも参加させて頂いた。ケースカンファレンスでは医師、理学療法士の他に雑賀所長、保健福祉課の方々が、各症例に対する医師の診察結果と今後について意見を交わしていた。

午後からは衛生環境課の業務について、特に薬物乱用の現状と対策を教えて頂いた。和歌山県では人口比率の薬物事犯検挙者数が全国5位であり、薬物乱用の低年齢化が進んでいることからも、教育現場での啓発、教育に力を入れているそうだ。講義終了後は公立那賀病院で行われる薬事監視に同行した。今回は医療用麻薬の破棄ということで、薬剤師立会いの下、薬品を溶かす、砕くなどして慎重に破棄し、数量を厳重に管理していたのが印象的だった。作業が終わると保健所に戻り、保健福祉課の業務について難病対策を中心に説明を受けた。最後に実習のまとめとし

て雑賀所長と一日を振り返った。

3．考察

実習を通じて、保健所が地域保健といかに支えているかを痛感した。特に医療・福祉の面では、疫学データから予防・啓発活動を行う、検診を通じて地域住民と医療機関との橋渡し的役割を果たす等、地域医療への貢献は多大だと感じた。今後、医師として地域医療に関わっていく上で、保健所と医療機関の連携の重要性を認識できたことは意義深いと思った。

また、保健所職員の方々だけでなく、一般の利用者の声を聞けたことも良かった。「歩き始めが遅い」との理由で発達相談に来られた育児経験が豊富なお母さんには、『医師が同じ言葉をかけても、母親の性格や育児経験によって受け取り方は様々だ。「他のお子さんより成長が遅いですね」の一言で、それも個性だと余裕をもって構えられる人もいれば、必要以上に悩み、不安を抱えてしまう人もいる』と指摘を受けた。言葉を大切にしながらそれぞれの患者と向き合っていく医師になりたいとより強く思った出来事だった。

4．謝辞

今回の実習では雑賀所長をはじめ、岩出保健所の皆様にはお忙しい中、大変お世話になりました。貴重な機会を与えて頂き、多くのことを学ぶことができ、実りの多い実習となりました。より一層勉学に励み、地域に貢献できる医師になりたいと思います。ありがとうございました。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠3年生　仁木　龍登

1．岩出保健所の管轄について

岩出保健所は岩出市高塚にあり、紀の川市、岩出市を管轄している。紀の川市は総人口が63,830人（男：30,354人・女：33,476人）、世帯数は26,388世帯、面積は228.21㎢である。また、紀の川市には多くの歴史遺産や文化財があり、食べ物では桃、柿、キュウイ、八朔、みかん、イチゴといった果物が豊富にある。

岩出市は和歌山県の北部に位置し、和歌山市の中心部から約15km、大阪都心部から約50km、関西国際空港からは約30kmの距離にあり、北は大阪府泉南市及び阪南市、東は紀の川市、南と西は和歌山市に接している。総人口は53,889人で、世帯数は22,561世帯、面積は38.51㎢となっており、カーネーション、ストック、観葉植物等の栽培が盛んである。

また、保健所とのかかわりとして、高齢者における肺炎球菌・インフルエンザワクチンの定期予防接種の推奨や在宅福祉サービス等がある。この在宅福祉サービスは、ひとり暮らしの老人、及び、身体障害者に対し、緊急通報装置を貸与することにより、急病や災害等の緊急時に迅速かつ適切な対応を図ることや、在宅で日常生活動作の低下した高齢者で、介護保険給付対象額を超える住宅改修を希望する方に一定の条件のもとで助成をすることで、身体的に不自由な高齢者たちが安心して暮らせる地域を目指すというものである。

2. 当日の実習内容について

時間	進行予定	内　　容
9：30	講義	保健所と地域との関係について・感染症について
10：30	診察見学（整形外科・理学療法）	保健所内にて、小児整形外科、理学療法の診察見学
12：00	昼食（カンファレンス）	当日来られた患者のカンファレンスを行った後、昼食
13：00	ビデオ鑑賞（違法ドラッグの危険性）	講義室にて、違法ドラッグの依存症や服用の危険性についてのビデオ鑑賞
14：00	薬物の処分方法の見学	公立那賀病院に移動し、薬物保管室にて薬物の処分等見学
15：30	講義	特定疾患について
16：00	まとめ	雑賀所長による本実習のまとめ
16：30	解散	

今回、私は岩出市高塚にある岩出保健所で、保健所と地域の関係性や地域における保健所の役割等を学んだ。当日の活動内容については、上記のタイムテーブルに示したとおりである。まず、講義室にて保健所の職員による講義を受けた。内容は、岩出保健所に関する基本的な情報や歴史から、地域とのかかわりなどについて、また、感染症に対する保健所の対応、対策等についてだった。

次に、小児患者を対象とした整形外科医・理学療法士の診察・指導を直に見学した。対象患者は発達遅延の疑いが見られる０歳～３歳ほどの子供がほとんどだった。どちらの先生も子供たちの目線で、親身に注意深く診察をしていて、大変勉強になった。

カンファレンス、昼食を終えると、午後からは薬物の扱い方について学んだ。始めに講義室で違法ドラッグの危険性に関するビデオを鑑賞し、薬物の怖さを再認識した。その後、公立那賀病院の薬物保管室で、病院で処方される薬の処分方法について見学した。一つ一つ取り出してガムテープで巻く、ミキサーで砕いて処分する等、薬の性質に合わせて徹底した処分がなされていた。

再び保健所に帰り、講義室で特定疾患についての講義を受けた。特定疾患と呼ばれるものは難病である場合がほとんどなので、その対策には十分な注意を払う必要があるのだと感じた。

最後は雑賀博子保健所長に本実習の総括をしていただいた。

3. 考察

今回の地域医療実習を通じて、私はさまざまなことを学ぶことができた。岩出保健所では特に子ども達とのかかわりについて深く学んだ。小児整形外科医や理学療法士による療育相談や乳幼児発達相談指導などに力を入れており、実際にその様子を見学した。整形外科の先生に、「子ども達の診察をするときは、運動能力を見るときにこれをして、あれをしてとお願いしてもなかなか聞いてはくれない。だから親御さんと一緒に診察室に入ってきたその瞬間からすでに観察を始めなければいけない。」と伺った。その段階からすでに子ども達と真剣に向き合っているのが印象的だった。また、実際の診察でも、「ちょっとあのおもちゃとってきてほしいな。」という具合

にうまく子ども達を誘導していたので、子どもの扱いに非常に熟達していると感じた。理学療法士の先生からも「この子は1歳にしては言葉の成長が遅い、この子は普通よりも歩くのが苦手、といろいろ思うことはあるかもしれないけど、実際は個人差もあるし、本当の細かいところはその目でみて、感じていくしかない。それが経験。」という話を伺った。先生方の話はどれも臨床に携わることで得た知識や経験に基づいたもので、大変感銘を受けた。

① 岩出保健所の担う領域について

感染症、医務薬事、高齢者や障害者に対する福祉、子ども相談、衛生環境、食品・栄養など、多岐にわたる。特に感染症ではエイズの検査やエイズに関する相談、子ども相談では年６回の小児整形外科医、理学療法士による療育相談や乳幼児発達相談指導等を行っている。

② 県型保健所について

県型保健所とは、都道府県がつくった保健所のことであり、公衆衛生業務を市町村役場と分けあうかたちで、市町村行政と都道府県行政の二層構造になっている。公衆衛生行政の仕事は、「市町村がする仕事」と「保健所がする仕事」の大きく二つに分けられており、都道府県の保健所は「保健所の仕事」だけを行うが、代わりに市町村役場に対しての後方支援的な仕事が割り振られている。また、食品衛生や感染症等の広域的業務、医事・薬事衛生や精神・難病対策等の専門的な業務を行うとともに、大規模で広域的な感染症や食中毒の他、自然災害や原因不明の健康危機管理に取り組み、地域全体の住民の健康のレベルアップに貢献している。

③ 保健所長の仕事内容について

感染症対策や災害に備えた危機管理、救急医療や高齢者医療の仕事、市町村と県とのネットワークづくり、また県内の中学、高校での特別講義などがある。

4. 実習を振り返って

今回の実習を行うにあたって、私は事前に配付された資料やweb等を参考に事前学習をし、地域と保健所との関係性、保健所の役割などについて学びました。しかし、実際に保健所に赴き、そこで学んだことは、ただ紙やネットで読んだものとはまったく違うものでした。

もちろん、業務内容や地域との関係性などは、事前に調べて学んできた内容と概ね一致したものでしたが、それが実際どのようなものであるのかというのは、生で見て、聞くことによってはじめて分かった気がします。

今回の実習で得ることができた知識や経験は、今後地域で医療に携わるものとして必要不可欠なものであると感じています。日にするとたった1日での実習でしたが、何よりも大きな経験ができたと思っています。その内容は、子どもの療育相談等の臨床的なものから、院内薬物の処理方法といった普段接することのできないようなものまで様々でした。また、保健所でお世話になった方々皆様に親切にしていただき、充実した実習ができました。

最後になりますが、雑賀所長をはじめとする職員の方々、地域医療支援センターの方々、またお世話になった多くの方々に厚くお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

3 湯浅保健所

所　長

松本　政信　先生

位　置

和歌山県有田郡湯浅町湯浅2355－1

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠3年生　曲谷　玲奈

1．実習施設とその地域の概要

今回私は、湯浅保健所を見学した。湯浅保健所は有田振興局健康福祉部のことを指し、有田川町、有田市、湯浅町、広川町の住民を対象に精神障害者、身体障害者、知的障害者に対する各種支援や在宅福祉、老人福祉にかかる施設整備、一般健康相談、検便、HIV検査、難病患者医療相談などを行っている。いずれの市町村も高齢化率が高く、がん検診や特定健診などの受診率が低いことが特徴である。

2．実習内容

松本政信保健所長から地域における保健所の立ち位置や研修概要、N95マスクや結核についての説明を受けた後、国立病院機構和歌山病院に移動し、保健所の方が結核患者さんと面接する

様子を見学した。面談していた患者さんの「早く家に帰りたい」「連れて帰ってくれ」という言葉が印象的だった。次に呼吸器センター長の柳本先生から現在の結核患者の推移や治療について話を伺った。結核菌をもつ外国人が日本に来ることによって結核にかかることも最近見受けられるといった話は興味深かった。日本は先進国の中では結核患者が多い国なので患者数を減少させる方法を考える必要性を感じた。

保健所に戻り、健康推進員養成講座を受けた。この講座は地域住民を対象に行っていることから、地域住民と一緒に各種の検診や健康づくりについての議論を通して知識や健康に対する考え方を深めることができた。健康診断を受診しない理由について、「結果を聞くのが怖いから」という意見もあった。

3. 考察

今回の実習で普段見学できないような結核病棟を見学できたのは実りのあるものだった。実際に結核患者を初めて見たが、重篤な方は見受けられなかった。また、健康推進員養成講座では受講者は女性が多く、女性のほうが健康に対する意識が高い、もしくは男性は仕事で受講時間を取れていないのではと感じた。男性も今一度健康に意識を向けられるようなイベント等があるとよいのではないかと考える。

4. 謝辞

今回、保健所見学を通して病院では見られない地域の方々の現状について知ることができました。

また、結核病棟での見学はとても貴重なものでした。地域の方の健康やそれに取り組む施設に関する生の声を聞けたことは今後に生かしていけると考えています。湯浅保健所の松本所長、梅津様、中原様、国立病院機構和歌山病院の柳本先生、このような貴重な学習の場をいただき、ありがとうございました。

4 御坊保健所

所　長
土生川　洋　先生

位　置
和歌山県御坊市湯川町財部859－2

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠１年生　貴田　理香

・御坊保健所が管轄する市町村の概要

御坊保健所が管轄する御坊保健医療圏には、御坊市、由良町、日高町、美浜町、日高川町、印南町の1市5町が属している。圏域の面積は579.16㎢、総人口は67,243人である。高齢化率は28.8%で和歌山県の高齢化率（27.3%）よりも高くなっている。死亡率、周産期死亡率、乳幼児死亡率、主要疾患死亡率はいずれも県全体より高く、出生率は県全体より低い。圏内には、北出病院、整形外科北裏病院、国保日高総合病院、和歌山病院の4つの病院があるが、医師/看護師確保が特に課題となっている。圏域では、災害医療対策や精神医療体制などの強化を図っている。

・御坊保健所の概要

御坊保健所には「総務健康安全課」「保健福祉課」「衛生環境課」の3つの課がある。

総務健康安全課：業務の総合調整、人事管理、生活保護などを行う「総務・保護グループ」と地域医療体制、医事、統計、感染症対策などを行う「健康安全グループ」がある。

保健福祉課：障害者、高齢者福祉対策や精神保険対策を行う「高齢・障害保険福祉グループ」と母子保健や健康づくり、難病患者保険福祉対策などを行う「健康・子ども家庭グループ」がある。生活習慣病を予防するための健康日高２１や喫煙予防などの取り組みが行われている。

衛生環境課：食の安全や動物愛護、衛生管理指導、廃棄物対策、公害対策などの街の環境づくりに関する取り組みを行う衛生環境グループがある。

・実習内容

9：00～12：00	御坊保健所の主な事業についての説明 保健所の概要、行政機関としての保健所 精神保健福祉対策について 医療連携システム、健康日高２１について 災害医療について 地域保健医療計画について 衛生環境課について 感染症について
13：00～14：30	精神保健福祉についての説明後、患者宅訪問 難病経過措置について
15：00～	和歌山病院でDOTSカンファレンス見学
16：00	終了

・考察

これまで、保健所についての知識どころか、保健所という場所に行ったことさえ記憶にほとんど残っていなかったので、今回の保健所実習は私にとって非常に有意義なものであった。保健所で働く様々な方のお話を聞き、保健所の役割がいかに大きく、それらがいかに重要で、住民が住みやすい街づくりに貢献しているかということがわかった。また、生活習慣病患者が増加する中で、健康日高２１など具体的に取り組む姿勢に熱意を感じた。患者宅訪問など精神疾患患者への取り組みも見学したが、こちらも非常に力を入れており、患者が社会復帰するまでのサポートが充実していると感じた。印象的だったのが、その担当者の方がその仕事に対して熱意とやりがいを感じている姿であった。和歌山病院でのDOTSカンファレンス見学では、県内の様々な保健所の職員が集まり結核患者の情報を共有していた。このような場を設け、県全体で結核患者の情報を共有することで、患者数の把握や症状改善のための治療をよりスムーズに行うことができるのだと感じた。

・総括

保健所の役割を明確に把握していなかったが今回の実習を通して知ることができた。住民がより住みやすい街づくり、住民の健康維持や病気の予防のためにできる様々な取り組みを行っていた。住民の健康に貢献しているのは病院だけではないと実感した良い機会となった。

・謝辞

最後に、今回の保健所実習のためにお忙しい中貴重なお時間を割いてくださった御坊保健所の職員の皆様、そしてこの実習を計画してくださった地域医療支援センターの先生方にお礼申し上げます。貴重な経験をさせてくださり、ありがとうございました。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠1年生　小西　朋樹

1．実習施設とその地域の概要

■御坊保健所の概要

御坊保健所には総務健康安全課、保健福祉課、衛生環境課という３つの課がある。総務健康福祉課では、業務の総合調整や人事管理、地域医療体制の整備や医事、保健統計、結核・感染症対策などの健康安全に関する仕事を行っていた。保健福祉課では、主に障害者や精神保健福祉・高齢者に対する福祉と、母子や児童の福祉、健康作りといった健康・子供家庭に関する福祉の2つがあった。ここでは生活習慣病を予防するための健康・日高21などの取り組みが行われており、歯科検診、喫煙予防などの地道な取り組みが行われていた。衛生環境課では、食の安全や動物愛護、廃棄物や公害対策、環境保護といった住みやすい街を作っていくための取り組みが多く行われていた。3つの課がそれぞれの役割を果たすことで、圏内に住む住民の暮らしをより良くしていこうという意思が感じられた。

■御坊保健所が属する御坊保健医療圏の概要

御坊保健所医療圏には、御坊市、由良町、日高町、美浜町、日高川町、印南町の1市5町が属しており、面積は579.16㎢、総人口は67,243人である。（平成22年現在）高齢化率は28.8%となっており、和歌山県全体の高齢化率27.3%よりも高くなっている。また主要疾患（悪性新生物・心疾患・肺炎・脳血管疾患）の死亡率も全て和歌山県全体よりも高い。圏内には北出病院、整形外科北裏病院、国保日高総合病院、和歌山病院の4つの病院があり、健康作り、災害医療、救急医療、精神医療などの体制の強化に努めている。

2．実習内容　日時　8月18日（金）9：00から16：00

午前（9：00から12：00）	保健所の事業についての説明
	健康福祉部（保健所）の概要・行政機関としての保健所の役割
	精神保健福祉対策について
	医療連携システムに対する調査・健康日高21について
	災害時医療について
	地域保健医療計画について
	衛生環境課について
	感染症について
午後（13：00から14：30）	精神保健福祉についての説明・患者自宅訪問
	難病経過措置について
15：00	和歌山病院にて、DOTSカンファレンスの見学
16：00	終了

3．考察

御坊保健所はもちろんのこと、私の地元である橋本市にある橋本保健所でさえ、今まで行ったという記憶がほとんどなく保健所がどのようなことをしているのかもよく分かっていなかった。しかし、今回の実習の前半、様々な課の方から話を聞いた中で、保健所で行う事業がいかに多様で、いかに重要であるかがよく分かった。あらゆる人の健康増進のための取り組みだけでなく、環境や公害といった住みよい町を作るという観点でも必要な取り組みを行っていた。私が想像していたよりもはるかに多くの事を行っていた。

和歌山県では、全国でも有数の高齢化率が問題になっている。長生きすることは良いことではあるが、年をとればとるほど、様々な疾患にかかりやすくなるリスクは大きくなっていく。その為に、私たちは病気を未然に予防するために早期の検診を受ける必要がある。しかし、時間がない、面倒くさいなどといった理由で、検査に行かない人が年々増えている。そういった人に検査を受けてもらおうとする「健康・日高21」は、非常に良い取り組みであると感じた。さらに過去のデータから分析を行うことで、何が満たされており、何が足りていないのか、しっかりと見極めて行動に移していこうとする熱意が感じられた。

後半のDOTSカンファレンスでは、和歌山県の各地の保健所の方が集まり、それぞれ自分の管轄内にいる結核患者の情報を県全体で共有し、治療の道筋を立てていこうとするプロセスを見学した。結核が近年になって再度流行の兆しを見せる中、県全体で情報を共有して患者の回復をはかることで、患者の数の把握、症状の改善をスムーズに行うためのカンファレンスだと思った。

4. 総括

病気の予防の面では病院だけでなく、保健所が主導して検診や予防の計画を立て、病気に罹患する人を少しでも減らそうとしている。また環境面の整備など、住みよい町を作っていくために必要であると思われる取り組みもしっかりと行っていることが分かった。

5. 謝辞

最後になりましたが、今回私たちのために貴重な時間を割いてくださった御坊保健所のスタッフの皆様、この実習を計画してくださった地域医療支援センターの先生方に、この場を借りてお礼申し上げます。短い時間でしたが、非常に実のある実習となりました。ありがとうございました。

5 和歌山市保健所

所　長　永井　尚子　先生　　位　置　和歌山県和歌山市吹上5－2－15

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠1年生　山本　宗汰

1．実習地域の概要

和歌山市は紀の川の河口に位置し、中心市街地は左岸に形成されている面積およそ208.84平方キロメートルの街である。隣接する自治体は海南市、紀の川市、岩出市、大阪府阪南市、泉南郡岬町、兵庫県洲本市（紀淡海峡を挟んで）である。

中心市街地には、城下町としての名残を留めた小さな町が点在し、町名に「○○丁」と「○○町」とが混在する。丁は「ちょう」と読んでかつての武家町を、町は「まち」と読んで町人町を表す（一部「町」でも「ちょう」と読む例あり）。

人口は平成22年国勢調査（速報値）より前回調査からの人口増減をみると、1.65％減の369,400人であり、増減率は県内30市町村中4位である。

和歌山市は、気候が温暖であり雨量も少なく、いわゆる瀬戸内気候に属している。気温については、平均気温が17.0度であり、月別では、最も低いのが2月で、最も高いのは7月となっている。降水量は、年間945.5mmであり、おおむね冬に少なく夏に多い。平均湿度は64％と比較的低く、四季を通じて温暖な気候に恵まれている。

また、和歌山城をはじめとする歴史的建造物も残されており、自然を生かした観光事業も展開

されている。

2．実習内容

9：00～10：00　施設の説明

和歌山市保健所は総務企画課、生活保険課、保健対策課、地域保健課からなり、それぞれの課はいくつかの班に分かれている。総務企画課は庶務班、医事薬事班、健康危機管理班から、生活保険課は食品健康班、環境保健班、動物保健班から、保健対策課は難病対策班、心の健康対策班、感染予防対策班から、地域保健課は健康総務班、健康づくり班、中保健センターから、それぞれ構成されていることが分かった。健康危機管理班の人たちは、例えば食中毒が発生したとき現場に行って調査をしたり、抗体検査を行ったりしているという話を伺った。

10：00～11：30　子育て支援の見学

参加していた親子と一緒にことば遊びをしたり、乳児の身長・体重を計測していた。保護者の了承を得て、乳児と触れ合うこともできた。

13：00～15：00　10か月検診の見学

今回の10か月検診は問診、身長・体重の測定、医師による診察という流れだった。子育て支援の企画の時から来ていた人もいた。問診の時にはそれまでの検診で経過観察が必要と判断された乳児とその親に関しては特に入念に問診を行っていた。医師の診察では外部から医師を呼んでの診察だった。10か月の段階で必要となる様々な反射を行うかを診ていた。ほとんどの乳児は反射を行えていたが、中には反射を行えなかった乳児もいた。また、母親の育児についての悩みや、乳児の小さな異常でも真剣に耳を傾けていた。

15：00～15：30　保健師による講演の見学

乳児の歯の発育などの講演を行っていた。

3．考察

10か月検診をかかりつけ医に行ってもらうのではなく、保健所で行うことの意義について考察する。かかりつけ医に見てもらうメリットとしては、普段からよく知ってもらえていることから少しの異常でも発見してもらいやすくなる、ということが考えられる。一方保健所で見てもらうメリットは、異常などが見つかった時に、その地域の保健師への連絡がスムーズに行われることが考えられる。また、集団で見てもらうことで他の母親との情報交換や、ママ友として連絡をとる機会を作ることができるということも保健所で行うことのメリットであると考えられる。

今回の実習に参加するまでは、保健所がどういう施設で、どういった仕事を行う場所なのか全く知らなかった。永井尚子保健所長の話を聞いて保健所での業務内容や、和歌山市での働きなどについて、詳しく知ることができた。このような機会があって本当によかったと思う。来年は和歌山市以外の市町村の保健所に行って、その地域での役割を調べてみたいと思った。

4．謝辞

最後になりましたが、地域医療実習として充実した実習を企画してくださった先生方、指導していただいた和歌山市保健所の先生、スタッフの皆様、実習に協力していただいた利用者の皆様に心から感謝いたします。ありがとうございました。

和歌山市保健所（健康応援フェスティバル 2017）

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠1年生　荒木　彩加

1．担当した保健所が管轄する市町村の概要

和歌山市は人口364,154人（2015年10月1日）で和歌山県の北部に位置する市であり、県の面積の4%にもかかわらず県人口の約40%が暮らすプライメイトシティである。また和歌山市の高齢化率（65歳以上が人口を占める割合）は29.9%（2017年1月1日現在）である。和歌山県全体での高齢化率は30.9%と全国において7位の数値であり、和歌山県全体で高齢化が大きな問題となっている。

和歌山市に限ったことではないが、近年の著しい少子・高齢社会、情報化社会や流通経済の急速な進展の一方、複雑多様化した社会情勢の中で、不規則な生活リズムや偏った食生活、運動不足などに起因する糖尿病をはじめとする生活習慣病や様々な慢性疾患、精神疾患が著しく増加している。また、結核の再熱やエイズ・HIV感染症の感染拡大、新型インフルエンザなどの全世界的な対策を求められる感染症の問題など健康を取り巻く課題もまた極めて複雑多様化してきている。さらに、疾患や障害、高齢化により介護や支援を必要とする人が地域社会の中で生活することを基本とし、必要な支援を提供する体制づくりが、介護保険制度や障害者の自立支援制度、在宅医療の医療連携体制構築により進められている。また、近く発生が予想されている東海・東南海・南海地震やそれに伴う津波など、市民の生命、健康を脅かす災害や突発的な事態の発生に的確に対応するため、健康危機管理対策の整備や災害医療体制の見直しも進めている。このように和歌山市は、さまざまな状況を勘案して、平成19年度に策定した「和歌山市地域保健医療計画」を見直し、健康づくりから疾病予防、救急医療、災害医療やリハビリテーションに至る包括的な保健医療体制を整備し、より豊かな地域生活をできるよう支援するために方策を示すなどの対策

を行っている。この計画では、これまでのように病院や施設の中での医療・介護の提供体制を整えるだけでなく、病気になる前の予防や病気が悪くなったときの治療、治療の後の介護やリハビリテーションなど慢性期における療養などを施設間でうまく連携して、地域全体として医療介護サービスが切れ目なく提供できる体制を整えるために、自治体や医療・介護施設、そして住民が「地域医療構想」について協議していくことが求められている。

2. 当日の実習内容

実習当日、ビッグ愛に到着し、和歌山市保健所健康づくり班の岡班長と高垣保健師に挨拶を終えた後、午前中スタッフの一員として活動する担当を決めた。私を含めた1年生の3人は健康体操の担当となったので、体操が始まる時間まで他のコーナーの一部を見学した。コーナーは全部で5つ、測定コーナー・歯科コーナー・キッズコーナー・食育コーナー・保健所コーナーがあった。測定コーナーには、シニア体力測定・体組成測定・血管年齢測定・骨密度測定のブースがあり、このうち体組成測定と骨密度測定には先輩4人が担当としてついた。歯科コーナーには、歯科検診・歯科相談・ブラッシング指導・フッ素塗布などのブースがあった。また、キッズコーナーにはお薬調剤体験・乳幼児身長・体重測定・あそびからまなぶというブースがあり、あそびからまなぶにも先輩方2人が担当としてついた。食育コーナーには野菜クッキーの試食や味噌汁の塩分測定があった。保健所コーナーには手洗いチェックやアルコールパッチテスト、がん予防・健康づくり啓発などがあった。先輩方に聞いたところ、どのコーナーも和気あいあいとした雰囲気であったようだ。

健康体操では、「お金が使えばなくなるが、筋肉は使えば使うほど増える。使って貯めよう貯筋運動」をモットーとして、約1時間にわたり、高齢者の方々とともに体操を行った。体操の内容は立ち上がる際に使用する大腿四頭筋を鍛える、椅子を使ったスクワットのような運動、腹筋を鍛える運動、脚力を鍛える運動などであった。どの筋肉も衰えると日常生活に支障をきたしてしまうような大切なものであり、日常生活での転倒を防ぐことに役立つなどという点でとても有意義であると感じた。また、体操をしていく中で、筋肉だけでなく頭もしっかり使うので、認知症などを予防することができ、体を動かすことで爽快感を得ることもできると感じた。

午後は実習に参加した全員で健康ウォーキングに参加した。ビッグ愛から和歌山城まで往復7.5km歩いたのだが、かなり足の疲労感があった。一緒にウォーキングに参加した高齢者の方々は一人もリタイアすることなく、時には楽しく話しながら歩いていたため、ウォーキングは健康を保つとともに、市民のコミュニケーションツールとして役立っているのだと感じた。

3. 考察・実習の振り返り

実習を終えて、和歌山市をはじめ高齢化が進んだ地域においては、長寿社会として持続可能な社会を目指すために、医学的技術だけに頼らない方策が重要であるとより一層感じた。例えば、公衆衛生がその例である。ウィンスローによると、「公衆衛生は組織化された地域社会の努力によって、疫病予防、寿命延長、身体的・精神的健康と能率の増進を図る科学・技術である」。また公衆衛生には3つの特徴、すなわち「特定集団に働きかけること」「社会的活動として実践されること」「健康増進・疫病予防に力点をおいて実践すること」がある。このうち働きかける集団からみると、公衆衛生活動は地域住民を対象とした地域保健活動、働いている人々を対象とした産業保健活動、児童・生徒・学生を対象とした学校保健活動の3つに大別される。今回スタッフとして参加した和歌山市健康応援フェスティバルは、この中の地域保健活動に分類されると考える。この地域保健活動においては、自然環境を含めた地勢的条件、人口構造、産業構造などの

地域特性を十分に考慮することが求められ、和歌山市では高齢化が深刻という地域特性に重点が置かれていると感じた。地域保健では、一定のまとまりを有する地域における地域住民の健康の維持・向上が目的とされており、まさに保健所主催の今回のイベントはその役割を大いに果たしていると実感した。保健所の業務内容としては、健康教室のほかにも育児や母子に関する相談に応じる、感染症対策をするなどたくさんあると思うが、今回の実習では、保健所は公衆衛生の大きな柱を担い、住民活動の組織化の手伝いやアドバイスなどを通じて住民と医療施設のつなぎ役をしていると感じた。人々の生活に寄り添えるような医師になるために、今回の貴重な体験を胸にとどめて活かしていきたい。

4. 参考文献

和歌山市ホームページ　http:///www.city.wakayama.wakayama.jp/
和歌山県ホームページ　http://www.pref.wakayama.lg.jp/
社会を変える健康のサイエンス　健康総合科学への21の扉
東京大学医学部健康総合科学科編　東京大学出版会

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠１年生　泉　裕太

1. 実習に行った保健所が管轄する地域の概要

和歌山市は、和歌山県北部に位置する208.84平方キロメートルの街である。人口はおよそ36万人であり、和歌山県の県庁所在地として様々な機能を担っている。和歌山城をはじめとする歴史的建造物も残されており、名勝和歌の浦に始まる数々の大自然を魅力とし、観光を展開している。

今回の実習で参加した健康応援フェアは和歌山市保健所地域福祉課が主催したものである。和歌山市保健所の主な業務内容は病気の予防と健康増進である。地域住民における、母子の健康保全、生活習慣病の予防推進、難病等への医療費扶助と相談、感染症対策、結核・エイズ・性感染症の予防推進、精神保健福祉や障害福祉保健に関わっており、多岐にわたる。食品衛生や動物保健、環境衛生といった暮らしの衛生面や、医療施設や薬品販売の調査や監視指導なども行っており、市の保健衛生の仕事全般に関わっていると言える。

2. 実習に行ったイベントの概要

ビッグ愛で行われた健康応援フェアには、主催の市保健所の他にも、和歌山市薬剤師協会や和歌山県理学療法士協会などの参加もあり、いくつかのブースに分かれて各分野のイベントを行っていた。骨密度測定コーナーや、血管年齢測定コーナー、高齢者の体力測定コーナーなど合わせて、およそ15個のブースが用意されていた。また、今年度からの新たな取り組みとして、高齢者を対象として、日本健康運動指導士会の方による健康体操の企画も行われていた。

3. 実習内容

取り扱われていた領域としては地域の健康増進である。

現地到着の後、担当の方から各ブースについての説明を受けた。市の保健所の他にもいくつかの団体からの参加もあり、会場には開始時刻前から待っている人もいた。

午前中は、数人ごとに担当ブースに分かれ、私は健康体操の手伝いを担当した。手伝いの内容としては、参加者の誘導や案内、椅子などの準備であった。また、健康体操の見学も行った。「使えばなくなる貯金」と「使えば貯まる貯筋」と題して、家でも簡単に、かつ継続的にできる4つの運動について紹介していた。高齢者向けの選曲や、話の内容に昔の有名人の名前を出すなど、高齢者の方々が楽しいと思えるように内容が工夫されていた。また、目的や効果についても丁寧な説明があり、参加者の多くが納得して取り組んでいるように見えた。

午後からは健康ウォーキングに参加した。ビッグ愛から和歌山城までの間を往復するというもので、約2時間半、およそ7.5キロメートルの道のりであった。20人程度のグループを二つ編成し、それぞれ時間差でゴールを目指した。高齢者であるため、やはり歩く速さにはかなりの個人差があった。日本ウォーキング協会の方も同行されており、念入りな準備体操や、こまめな水分補給の必要性などについて説明を受けた。私自身がウォーキングを体験して思ったこととしては、道中で信号や他の交通により度々足止めされるので、むしろ足への負担が大きく感じられ、年齢の低い人にとっても十分な運動になるということである。また、今回は平坦な道がコースとして設定されていたが、坂道や階段のあるコースも含めて、それぞれのできる範囲で行うことが重要であると考えられる。

4. 考察と振り返り

担当者の方がこのイベントについて、保健所でも普段から様々なサービスを行っているが、こうしたイベントが地域の方々が健康を意識するきっかけの一つになればと思っている、と話されていた。その点で、数多くのブースを用意してそれぞれ興味のある分野を見て回ることができるのは有効であると思った。しかし同時に、運動指導士の方は、ここに来るだけの元気がある人が来ているということも言っていた。参加したいができない人も多くいるということや、さらなる高齢化の進行も考慮して、開催地や企画などにおいて、もっと参加しやすい形を探していくこともできると考えられる。スタッフとして、また、参加者としてこのイベントに参加したが、来られる方々は健康増進に対して積極的な態度で臨んでおり、今回来られなかった人にもその姿勢を伝え、市全体が健康増進を進めることが重要であり、保健所を含む行政もその手助けになるように活動をさらに発展させることが望ましいと言える。

参考文献　和歌山市ＨＰ

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠1年生　野久保　翔太

和歌山市は和歌山県の県庁所在地で人口は約36万人と、県人口の約40%が集まるプライメートシティである。江戸時代には紀州藩の城下町として栄えた。紀伊半島の北西部に位置し、北はみどり豊かな和泉山脈ののどかな山並みに囲まれ、西は風光明媚な紀淡海峡に面し、紀の川の河口に位置する和歌山県の県都である。

気候が温暖であり雨量も少なく、いわゆる瀬戸内気候に属している。気温については、平均気温が17.0度であり、月別では、最も低いのが2月で、最も高いのは7月となっている。降水量は、年間945.5mmであり、おおむね冬に少なく夏に多い。また、平均湿度は、64%と比較的低く、

四季を通じて温暖な気候に恵まれている。

主な観光地としては和歌山城と和歌浦がある。和歌山城は、徳川御三家の一つ紀州藩紀州徳川家の居城であり、城跡は国の史跡に登録されている。和歌浦は、南西部に位置する景勝地の総称で、国指定の名勝である。聖武天皇が行幸の時に、お供をしていた山部赤人が詠んだ場所としても有名である。観光面は平成23年度の和歌山市の3大中心事業として対外アピールを行っている。

保健所の主な業務は、病気の予防と健康増進、暮らしの衛生、医務・薬務に関することである。具体的には母と子の健康の管理や生活習慣病の予防、難病などへの医療費扶助と相談、感染症の対策、結核の予防、エイズの予防・性感染症の予防といったものがある。さらには、食品衛生や動物保健、環境衛生、医療従事者の手続きや調査など、幅広い内容である。

1．内容

今回は和歌山市保健所が主催の健康応援フェアに参加した。健康づくりの実践として、健康体操と健康ウォーキングを行っており、両方に参加した。

健康体操が始まるまでの間、会場への誘導を行い、一時間実際に参加者と健康体操をした。「貯筋運動」と称した体操だったが、簡単にできるものもあれば、なかなか難しいものもあった。右手で腿をさすりながら左手を拳にして腿を叩くという動作を、先生の合図で左右を逆にするのだが、かなり頭を使った。これだけでも難しかったのだが、これを空中でしてみようとすると、全くできなかった。基本的に高齢者になって弱ってくる筋肉を鍛えるのだが、腿やつま先の筋肉など、今の自分にとっては簡単に使える筋肉が高齢になって使わなくなると簡単に転んでしまうのだと考えると、体を使うことの大切さが分かった。また、今回体を動かしたからといって急に体が軽くなるようなことはなく、やはりこのような運動を続けていくことが重要なのだということを強調していた。このような機会を通じて、自分でも気軽に家で行える体操や運動を知ることで、健康を意識できるようになるのはいいことだと思う。実際、どのように体を動かせばよいか、わからない人も多くいたと思うので、今回の体操に参加して安心した人もいるのではないだろうか。

午後は健康ウォーキングに参加した。ビッグ愛から和歌山城に向けて出発し、和歌山城で休憩して戻ってくるコースで、約2時間、約7.5kmだった。体操を指導してくださった方に加え、ウォーキング協会の方とも一緒に歩いた。参加していた高齢者の方々は皆体力があり、歩くペースが少し早いのではないかとも思ったが、元気に歩いていた。実際歩いてみると2時間半かかった。大人数で歩くのは楽しく、長続きしにくい人も誰かと一緒にすることで楽しみながら体を動かし、継続することができると思う。

2．考察

今回この企画に参加して、保健所の地域への関わり方としてこのような関わり方もあるのかと感じた。保健所に直接来ての関わり方はもちろん、今回のようにイベントを開いて参加しやすい環境を作ることも一つの方法だと考える。

3．実習の振り返り

参加型見学という形は新鮮だった。手伝う側と参加する側の両方に立つことは今までなかったので、いい経験ができたと思う。保健所の方が普段の業務とは違う内容をされているところを見ることができて良かった。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠2年生　出崎　祐気

1.　担当した管轄する市町村の概要

和歌山市保健所が管轄する和歌山市は人口が373,074人（平成29年1月1日）で、和歌山県の北部に位置する市である。また、和歌山市は和歌山県の県庁所在地であり、県面積の約4%ほどだが、県人口の約40%が暮らしているプライメイトシティである。中核市にも指定されている。和歌山市の高齢者（65歳以上）の人口は、109,089人（平成29年1月1日）であり、総人口に占める高齢者の割合（高齢人口比率）は29.2%（平成29年1月1日）である。高齢化は年々進んでいる。和歌山市の高齢者人口比率は和歌山県の全30市町村の中で27番目である。
※1位が古座川町の51.3%、30位が岩出市の21.2%、全国平均は25.0%

和歌山市保健所には大きく分けて1.病気の予防と健康の増進、2.くらしの衛生、3.医務・薬務の業務がある。

1. 病気の予防と健康の増進の内容は、母と子の健康、生活習慣病の予防、難病等への医療費補助と相談、感染症の対策、結核の予防、エイズの予防・性感染症の予防、精神保健福祉、障害者総合支援法による障害福祉サービスなどである。
2. くらしの衛生の内容は、食品衛生、動物保健、環境衛生などである。
3. 医務・薬務の内容は、病院、診療所などの監視指導、医療従事者の手続きや調査、医薬品等の販売許可や監視指導などである。

2.　当日の実習内容

実習時間割：9時20分　挨拶、自己紹介
9時30分　担当（体組成測定、骨密度測定、乳幼児身長・体重測定あそびからまなぶ、健康体操）に分かれて、スタッフの一員として実習
11時　昼食
12時20分　健康ウォーキング
15時　集合、総括、挨拶

実習内容：　午前は担当に分かれ、健康応援フェア2017のスタッフの一員として行動した。私は骨密度測定を担当した。骨密度測定での私の役割は、骨密度を測定する際に必要な性別、年齢、足のサイズを参加者に専用の用紙に記入していただき、待機用の座席に誘導することであった。また、その役割の合間に、実際に骨密度を測定している様子や、骨密度測定装置の操作方法などを見学した。骨密度測定を担当されていた職員は、私たちのように参加者を誘導する係と、実際に参加者の骨密度を測定する係、骨密度測定の数値が良くなかった参加者に対して、食事などに関する指導を行う係に分かれていた。

午後は健康ウォーキングのスタッフとして、会場である和歌山ビッグ愛から和歌山城へ向けて出発し、和歌山城で休憩して会場に戻るコース（約2時間、約7.5ｋｍ）を参加者の方々と一緒に歩いた。出発前と到着後はそれぞれ準備運動と整理運動を行った。この健康ウォーキングに付き添ったスタッフには、和歌山市保健所の職員だけでなく、ボランティアの方もいた。

3.　考察

今回実習した健康応援フェアは、上述した保健所の業務のうち、1.病気の予防と健康の増進に

あてはまると考える。和歌山市は他の和歌山県の市町村ほど高齢化が深刻ではないが、高齢化が進んでいることは確かな事実である。高齢化が進むと医師不足や介護保険サービスの不足、医療・介護費の不足などの数えきれないほどの問題が浮き彫りになる。そのため、高齢になっても健康なままでいることが求められている。健康寿命を引き上げるためには、病気の予防が重要である。この健康応援フェアでは、シニア体力測定、体組成測定、血管年齢測定、骨密度測定により自身の健康状態を把握して、つれもて介護予防やがん予防・健康づくり啓発、健康体操、健康ウォーキングで病気の予防することができると考える。このような健康増進を目指すイベントを積極的に開催することで、市民の健康に対する意識を改革していくことができると感じた。

4.　実習の振り返り

骨密度測定のブースには、個人的にはかなり多くの参加者の方々が並ばれていると感じたが、あるスタッフの方がおっしゃるには、骨密度測定だけでなく健康応援フェア全体の今年の参加者は例年よりも少ないとのことだった。それは、今年は例年と違い、市報と共に健康応援フェアのチラシを配れなかったからではないかという話も伺った。健康応援フェアの宣伝は、保健所等のホームページにも掲載されていたが、高齢者の方々にとってインターネット上の健康応援フェアの情報を知ることは難しかったのではないだろうか。

スタンプラリーも実施されていて、参加者は指定された数のスタンプをいくつかのブースをまわって集めることで、記念品と交換できるようになっていた。このスタンプラリーは参加者にとって興味のない内容のブースでも興味がわく良いきっかけになる催しだと感じた。

最後に、和歌山市保健所の職員の皆様をはじめ多くの関係者の皆様、お忙しい中、丁寧にご指導いただき、誠にありがとうございました。保健所の実習は初めての経験だったので、今回の実習は本当に貴重な体験になりました。本当にありがとうございました。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠２年生　東　丈

1

和歌山市の世帯数、人口総数、男、女、１世帯平均世帯員数は

平成27年国勢調査153,089、364,154、171,215、192,939、2.38

平成22年国勢調査152,569、370,364、174,104、196,260、2.43となっている。これらの数から世帯数が増え、人口減少が顕著にみられる。1世帯平均世帯員数が減っていることから、お年寄りがパートナーに先立たれ、1人になっている可能性も考えられる。特に近年は生活習慣病の死亡数が多く、予防が重要であるといえる。今回の実習では市民の方の食生活･身体活動などの生活習慣を見直す機会を見学できた。

予防には、1次予防、2次予防、3次予防がある。

1次予防とは、感受性期における予防であり、疾病の発生を未然に防止することである。1次予防は健康増進と特異的予防に分けられる。健康増進は良好な生活環境を保護し、個人が健康的な生活習慣を送ることによって疾病一般に対する心身の抵抗性を高め、疾病の発生を防ごうとするものである。具体例としては生活環境改善のための働きかけや健康教育があげられる。特異的予防は、主に単一原因の明らかな疾病に対する特定の予防対策である。具体例としては予防接種

や職業病を防ぐための作業環境改善などがある。

2次予防とは、疾病の自覚症状がまだ現れない発症前期に疾病を早期発見し、早期治療することによって疾病の発症を予防することをいう。具体例としては、地域・職業・学校で行われている健康診断や人間ドッグなどの各種健康診断があげられる。

3次予防とは疾病が発生した後に、症状が悪化するのを防いで治療したり、機能障害を少なくしたりすることをいう。具体的には、医療機関における治療とリハビリテーションが該当し、機能回復、社会復帰を目指す。

2

今回参加・見学した健康フェスタは1次予防にあたる。私は午前中、骨密度の測定を見学し、午後からウォーキングに同行した。

骨密度の測定のブースには老若男女さまざまな年齢層の方が来られ、測定を終えた後、同世代と比べて、骨密度が80%以下の方たちは、アドバイスなどがもらえるようなブースが設けられており、生活における食事の改善などについて話をされていた。また、測定のブースにはたくさんの方が来られやすいような工夫がされていた。例えば少ない情報でも口頭で聞かず、用紙に記載してもらうというプライバシーへの配慮や、お年寄りの方たちが座って待っていられるように、待機用の椅子がかなり多めに用意しておくと言う工夫もみられた。椅子には待機の順番をわかりやすくするための番号が振られており、スムーズに次の方が測定されるようになっていた。今年は、例年に比べて少なかったらしいが、例年だとそれでも椅子が足りなくなるとのことだった。例年はチラシを配るのだが、今年はホームページによる広告だけであったためであるらしい。インターネットをあまり利用しないお年寄りをターゲットにする時にはチラシを配るといった地道な努力が重要だと感じた。

午後からのウォーキングでは、2時間で約8キロメートルの道のりを歩いた。参加者はお年寄りの方たちだけであり、私たちは後方について歩いた。ほとんどのお年寄りの方は、長距離でも会話と景色を楽しんでいた。名目はウォーキングだが、会話などの人との関わり合いによる心の健康も目的の1つであると思われた。少しながら、周りのペースについて行くことが難しい方たちもいたが、その方達にはスタッフの方がマンツーマンでついて、ウォーキングの補助をされていた。

骨密度は普段測らないものであり、また8キロメートルは普段歩かない距離である。普段行わないことをこういったイベントで機会をつくることで見直し、1次予防を促進するのは大事だと改めて感じた。さらに、参加してもらうための工夫も大事でチラシ一つで大きく変わるのだということを知った。

3　考察

今回、参加した健康フェスタは市民を対象にした1次予防であった。参加された方は市民の数と比較すると少ないが、それでも1次予防は医療従事者でなくても、自分以外の人に伝えることや教えることができる。治療することだけが医療ではないのでこういったイベントによる1次予防の伝播にも視野に入れていきたいと考える。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠３年生　井上　育美

①和歌山市の概要

和歌山市の組織として健康局があり、保険医療部と健康推進部に分かれている。保険医療部には保険総務課、指導監査課、介護保険課、地域包括支援課、国保年金課がある。和歌山市保健所は病気の予防と健康増進、くらしの衛生、医務・薬務などを担っており、健康推進部の総務企画課、生活保健課、保健対策課、地域保健課からなる。今回実習した健康応援フェアはそのうちの和歌山市地域保健課が主催している。

②実習内容

まず始めに健康フェアの概要の説明や各ブースの説明を受けた。骨密度や体組成を測定できるブースや喫煙による健康被害が学べるブースなど様々なものがあった。その中でも私は、臨床心理士と保健師さんが開いているブースを見学した。ボールなどのおもちゃやお絵かきの画用紙などがあり、子どもが遊べる場所となっていた。同時に身長・体重の測定や、子どもが遊んでいる間に保護者が子どもの事に関して相談できる場だった。子どもの様子を聞いたりして、もし保護者に心配事があればそれを引き出そうとしているようで、子どもにも親にもアプローチしているブースだと感じた。空いた時間に臨床心理士さんに普段の業務について話を伺った。発達が遅れていると考えられる子どもが訪れることがあり、医療機関を紹介することがあるという。しかし、そのような子ども全員に対してではなく、将来のことを考えると早いうちから医療機関とつながりを持っておく方がいいと考えられる子どもに医療機関を紹介するそうだ。発達の早さは人それぞれなので個性の範囲内と考えられる場合は様子をみるということだった。何歳なのにまだ話さないからと一概に発達が遅いとはしないで、話している意味がわかっているか、コミュニケーションを取ろうとしているかなどを観察することが大切であると聞いた。他にも、発達障害をもち、医療機関にかかっている子どもには生活のサポートや、保護者の相談を受けているそうだ。子どもは減ってきているのに相談に来る家庭が減らないという現状を伺った。

午後からは健康ウォーキングに参加した。準備体操から始まり和歌山城まで往復の二時間半のコースでした。参加者のほとんどが本格的な運動できる服装をしていた。

保健センターの方だけでなく、委託されたテレホームの人やウォーキング協会のボランティアの人などいろんな人のサポートによって成り立っている事を知った。

③考察

小さな子どもから高齢者まで様々な年齢のたくさんの方々が来場していた。子どもが遊べるスペースやドッグショーがあることで、子どもも楽しめるイベントであり、さらにシニア体力測定など高齢者の方々向けの企画もあることがたくさんの方の来場につながっているように思った。また各ブースや活動は幅広い職種の方々が協力して開かれていることを知り、様々な方面の専門家が協力し合うことが、市民の健康に対するより大きなサポートになると感じた。

健康ウォーキングでは参加者の服装から、健康や運動に関する意識の高さを感じた。普段ある程度は運動している私も最後まで歩ききるのはやっとでしたが、ほとんどの方は大きな疲れも見せずに歩ききられ、参加者の方々の運動習慣が推測できた。

各ブースでは市民が健康に関する知識を増やし健康を意識することができ、生活習慣を見直すことができる。さらに健康ウォーキングは健康増進への取り組みへの第一歩になると思うので、非常に有意義な催し物であると感じた。

④実習の振り返り

一日実習させていただきありがとうございました。和歌山市の、市民の健康を増進させるための取り組みや、様々な職種の方の仕事内容の一部や考えを知ることができてとても貴重な経験をすることができました。本当にありがとうございました。将来このような取り組みに積極的に携わっていきたいと思います。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠３年生　塩谷　一樹

1、和歌山市の概要

和歌山市の人口は、和歌山県の人口(約94万人)のおよそ40%を占める36万人で、和歌山県の大都市である。和歌山市の自然動態について、平成14年に死亡数と出生数が入れ替わって以降、出生数は年々低下し、逆に死亡数は年々増加している。このことから、和歌山市のような和歌山県では大きな都市でも、少子高齢化が進行していることがうかがえる。このような高齢化問題に際して、和歌山市では、様々な健康への取り組みが行われている。今回はそのひとつに参加させていただく形となった。

2、当日の実習内容

9:20ごろにビッグ愛に着き、荷物を置いた後、9:30ごろから、和歌山市保健所健康づくり班の方から、骨密度測定や、体組成測定など、各部門についての説明を受けた。その後、２～３人で1グループとなって、それぞれが担当する部門へと移った。私は体組成を測定するブースに配属された。実際にした内容は、体験者の誘導と、機械に身長や体重、年齢などを入力することだった。11:30から昼休みをいただき、12:30から、ウォーキングに参加した。一緒に和歌山城までを往復し、３時頃に総括を行い、解散した。

3、考察

まず、体組成のところで気づいたことは、予想していたよりも若い方が多くいらっしゃったことである。もちろん、お年を召された方も多かったが、小さい子供を連れた方や中高生らしき人も見られた。これは、年齢を問わず健康への意識が高いことを示していると考えられ、このような健康イベントの重要性を十分に感じ取る機会となった。その一方で、昼からのウォーキングでは、年齢層が高いように感じられた。しかし、若い私達学生よりも元気なのではないか、と思わせるほど元気で、ハイペースだった。このウォーキングに参加した方達は、日頃から運動しているとの話もしていたことから、運動と健康には、やはりある程度の相関があると予想された。

4、実習を振り返って

実習を行う前は、和歌山市が高齢化社会であることから、参加者は高齢者が多いだろうと思っていたが、年齢を問わず、幅広い世代の方が来ていた事に驚いた。このように市民全体の健康への意識が高いのは、保健所の方々がこのような健康イベントを定期的に開催しているからこそだと思う。私たちは日頃、おおむね医学の勉強しかしておらず、保健所の方々が何をしているのかという事は、このような機会がない限り知ることがないだろう。そのような機会を設けてくださった先生方や保健所の方々に、心より感謝するとともに、この経験を将来少しでも活かせるように、記憶にとどめつつ、これからも勉学に励みたいと思う。

和歌山県立医科大学医学部地域医療枠3年生　大道　彩夏

①和歌山市の概要

和歌山市の平均寿命は男性・女性ともに上昇しているが、全国平均を下回っている。また、一般に健康な状態で生活することができる期間を指す健康寿命も全国平均を下回っているといわれている。

和歌山市の特定健康診断の受診率は平成22年に大幅に増加し、それ以降向上し続けている。市民対象に意識的に健康づくりに取り組んでいるか尋ねた調査では、全体で6割を超える人が取り組んでおり、年齢別にみると60歳以上では7割を超えていたそうだ。

医療費の推移から見た疾病構造では、循環器系、新生物、精神・行動、歯科が多く、それらの疾病への対策に向けた健康管理が課題とされている。さらに細かく分類すると、高血圧性疾患、統合失調症、統合失調症型障害及び妄想性障害、歯肉炎及び歯周疾患、腎不全、糖尿病が多いとされる。

和歌山市では、小児期、成人期それぞれの分野において健康づくり施策を展開し、健康寿命の延伸に向けて、様々な取り組みを実施している。

②当日の実習内容

私たちはスタッフとして健康応援フェアに参加した。私は午前中キッズコーナーの手伝いをした。キッズコーナーでは乳幼児身長・体重測定や遊びから学ぶといったことをやっており、子どもたちと様々な遊びをした。午後は健康ウォーキングに参加した。会場であるビッグ愛から和歌山城へ向けて出発し、和歌山城で休憩して会場に戻るコースで約7.5㎞のウォーキングだった。ウォーキング協会の方や日本健康運動指導士会の方が中心となって指導し、60名近くが参加した。ここでは体を動かすことの大切さを学んだ。

③考察

午前実習の合間の時間には、実際に保健所で働いている方から、子どもの発達について教わった。言葉の発達などは子どもによって本当に様々とのことだった。それは、この実習を通して、様々な子どもの様子を見ている中でも感じられたことだった。しかし、発達の程度はある程度の範囲であればその子の個性であり、問題とはならないことも多いことも教わった。子どもの発達の遅れを心配して保健所に来る方が多いことも知った。その中でも、保健所の方が発達の遅れがあると認めた場合には「小児科の先生を紹介することもある」という話もあり、医師として保健所の方々とうまく連携することも大切だと感じた。

午後のウォーキングでは、このような保健所主催のウォーキングをきっかけにウォーキングの大切さを再確認し、普段の生活でも実践していく人が少なくないのではないかと感じた。実際に私も参加してみて、そして参加後にいただいたパンフレットを見て、歩くことの大切さ、体を動かすことの大切さを学ぶことができた。歩くことで内臓脂肪を減らすことができ、メタボリックシンドロームを予防・改善することができる。そのため、このような取り組みが地域の方々の健康推進に寄与していることを実感することができた。

④実習の振り返り

今回、健康応援フェアで参加型の実習を通して子どもから高齢者まで、様々な地域の方々の身体を考え、健康維持、病気の予防などのための取り組みがなされていることを実感することができました。実習では、慣れない点、至らない点なども多くあったと思いますが、スタッフの方々が熱心に教えてくださったおかげで、本当に得られるものの多い実習となりました。本当にありがとうございました。

講演会

地域における専門診療『総合診療』

神戸大学大学院医学研究科　地域社会医学・健康科学講座
医学教育学分野　地域医療支援学部門　特命教授
兵庫県立柏原病院　地域医療教育センター　センター長
見坂（けんざか）　恒明 先生

MEMO

ホームページ・http://www.cmsc.jp

Facebook・http://ja-jp.facebook.com/w.CMSC

和歌山県立医科大学 地域医療支援センター

WAKAYAMA
CMSC
COMMUNITY MEDICAL SUPPORT CENTER

和歌山県立医科大学
地域医療支援センター

〒641－8509
和歌山市紀三井寺 811 番地 1
TEL：073－441－0845
FAX：073－441－0846

■アクセスマップ

●ＪＲ紀三井寺駅　→　徒歩（約10分）
●ＪＲ和歌山駅　→　バス・タクシー
●南海和歌山市駅　→　バス・タクシー

●ＪＲ和歌山駅前
１番のりば「医大病院」行　約25分
２番のりば「医大病院」行　約30分

■センター配置図

●南海和歌山市駅前
１番のりば「医大病院」行　約30分
８番のりば「医大病院」行　約30分
９番のりば「医大病院」行　約30分

平成 30 年 2 月発行

発行　和歌山県立医科大学　地域医療支援センター　センター長・教授
和歌山県地域医療支援センター　センター長
上　野　雅　巳