

長野原町での医療・介護・福祉の充実のために
ってきた活動報告

長野原町へき地診療所

金子 稔【群馬県 34 期】

2015 年 4 月に長野原町へき地診療所に赴任した。通例であれば 3 年間へき地診療所勤務のところ延長を申し出た。長野原町の医療・福祉・介護の充実のためにこれまでの活動を報告する。まず、大きな目標として「長野原町で安心してより一層豊かに生活できるようにするには何をすべきか。自分が何を求められているのか」そのことを常に考えながら生活している。患者満足度アンケートを実施した結果、要望の多かった土曜診療を 2016 年度から開始した。在宅医療・看取りに積極的に取り組むことを始めた。赴任当初、在宅看取りに診療所の実績になかったが、6 年間で 25 名の方を在宅で看取った。訪問看護ステーションの協力もあり実現できた。訪問診療も 2020 年度は 300 件を超えた。住み慣れた家で生活したいという方々の要望にも応えることが出来るようになった。その一環として Advance Care Planning (ACP) 普及活動にも関わった。また行政との関わりでは新型コロナワクチン接種事業にも携わっている。10 年間はへき地診療所勤務を継続していくので中間報告ではあるが長野原町の医療・福祉・介護のより一層の充実を今後も実現していきたい。

地域第二次救急医療機関による夜間ドクターカー
一運行効果について

神栖済生会病院 内科

小田 有哉【茨城県 34 期】

【背景】常陸大宮市は茨城県北西部に位置する医師不足地域である。救急活動時間が長く、域内収容率が低かった。特に時間外に非重症例が域外に搬送されていた。そこで既存のドクターヘリ活動時間外に早期医療介入、適正搬送医療機関選定、安全な遠隔搬送を目的に第二次救急医療機関で、夜間帯(18-8時)、ドクターカー(以下 DC)運行を開始した。

【目的】医師不足地域における DC 運行の有用性を検討すること。

【方法】2018 年 5 月から 2019 年 4 月までの 1 年間、DC 搬送と夜間通常救急(以下 QQ)搬送の搬送先、現場滞在時間、救急活動時間を比較検討した。

【結果】夜間搬送件数 DC137 件:QQ598 件であった。DC は域内搬送が有意に高かった(DC81%:QQ63%, $p<0.0001$)。現場滞在時間(DC11 分 [8-14]:QQ19 分 [15-25], $p<0.0001$)及び救急活動時間(DC40 分 [27-55]:QQ51 分 [36-66], $p<0.0001$)は、有意に短縮した。

【結語】DC は早期医療介入に加え、適正搬送医療機関選定が促進された。DC は地域救急医療活性化のプレイクスルーになる可能性がある。

灯をともし

群馬大学医学部附属病院 地域医療研究・教育センター

荒木 祐樹【群馬県 35 期】

演者は義務年限中、医療の谷間だけでなく、群馬県内の医療を盛り上げることも自らのミッションと捉えていた。2016 年度から 2018 年度は、六合温泉医療センターに勤務し、へき地にながらでも周りに働きかけることにより、若い世代に地域医療を知ってもらおうと活動した。具体的には、学生・研修医の地域医療実習や研修を積極的に受け入れ、自分の仕事を「魅せる」ことで地域医療の魅力を伝えた。さらに、将来の仕事として医師を希望する高校生にも業務内容についての講演を行った。2019 年度はへき地勤務を延長し、四万へき地診療所で勤務し同様の活動を続けた。

へき地での勤務経験から 2020 年度途中より現在の部署に着任した。医師不足・偏在の解消に向けた活動が主な業務内容であるが、自身もプレイヤーとして、へき地診療所の代診業務を申し出ており、今後派遣予定である。また、医師不足・偏在を考える上で、やはり今後の医療を支える若い人たちに関わることは不可欠と思われた。

義務年限を通して、求められることをやり続けること、医療の谷間だけでなく、人の心にも灯をともしることが大事であると感じられた。そんな一人の医師の振る舞いを、今回はなやかに謳いあげる。

病院前救急医療から在宅看取りまで 今の自分
を作ってくれた 9 年間

かみいち総合病院 内科

河合 皓太【富山県 35 期】

もともとあまり興味を持っていなかった地域医療であったが、3 年目に地域医療に従事するようになってから、どんどんその魅力に取り憑かれていった。診療科に拘らない継続性のある診療に関わり、「病気ではなく患者を診る」という当たり前のことを学び、さらに多職種連携や「死の教育」の重要性を強く感じた。

5、6 年目は救急医療・集中治療に従事したが、ここで救急患者対応や重症患者管理を集中的に学ぶことができ、またドクターヘリや災害医療にも関わらせていただいたことで、救急隊との連携や、限られた時間と医療機器での対応など、今も活かせる経験を積むことができた。

7 年目以降は地域に戻り、これまで得てきた知識や経験を伝えたり、住民教育をしたり、と教えながら学ぶことが増えたように感じている。

地域医療の魅力に早い段階で気づき、救急領域で学び、教育を通して成長し、非常に充実した 9 年間であった。今後は地域医療に従事しながら、学生や研修医に地域医療の本質を伝え、総合診療のマインドを持った医師が少しでも育つよう手助けをしたいし、また一般住民に対して ACP や「いのちの授業」といった教育活動を行いたいと考えている。

内科と精神科の谷間

京都府立医科大学大学院医学研究科精神機能病態学
北岡 力【京都府 35期】

9年間の義務年限の中で、2年間の臨床研修、3年間の内科、4年間の精神科の勤務を経験した。地域の特性上、開業医が周りにほとんどなく、病院からの訪問診療も積極的に行っていった。在宅看取り・施設看取りの推進を行い、院内だけでなく地域の医療福祉従事者や施設介護職員、そして地域住民への講演会を行った。一方で、在宅看取りが全てではなく、病院で亡くなるという選択肢もあり、その人やその家族がどのように最期の時間を過ごしたいのかを話し合うことが重要である。医師3年目でこれらを進めて行くのは大変重荷であったが、その分やりがいのあることでもあり、多くの支えもあって進めることができた。また、精神科志望という特性を生かし、精神疾患の身体的問題に対して、精神科のアプローチも併用した上での総合的な治療介入を実施できた。そのうちのひとつとして、重症摂食障害例において、精神科医療と内科医療の連携の難しさを目の当たりにした。地域に限らず、これらが十分に行える医療機関は少なく、解決すべき大きな問題である。これらを中心にその後の取り組みや、今後の展望についても発表する。

臨床、教育、研究から振り返る地域医療

竹田綜合病院循環器内科
佐藤 悠【福島県 35期】

私の地域での活動内容を、医師の仕事の3本柱【臨床】【教育】【研究】に大別して報告する。【臨床】福島県立宮下病院はへき地医療拠点病院として周囲合わせて4町村の医療を担っている。私は内科医として外来診療、検査業務、入院対応、近隣の診療所への診療応援などを行った。病院外では出前講座、広報誌、Webページを通して地域で重要な疾患の情報提供を行い住民の健康意識の向上を目指した。老人ホームの嘱託医としては回診を行い、健康管理と終末期の環境設定を行った。その他産業医として従業員の時間外労働の減少など職場環境の改善に努めた。【教育】地域医療研修として初期研修医を受け入れ、実際の地域医療を伝えた。また ACLS、ICLS、JMECC インストラクターとして急変時の医療水準の維持を目指してきた。【研究】地域の一般住民の健康増進へ寄与するエビデンスを提供することを目的とし、町役場と協力して一般住民を対象とした臨床研究を行った。まとめた研究結果は英文誌にアクセプトされた。以上の活動内容を義務年限の総まとめとして報告する。

地域の中核病院（常陸大宮済生会病院）における院内ケアの導入

北茨城市民病院
中村 真季【茨城県 35期】

常陸大宮済生会病院は茨城県の北西部に位置し、地域の二次救急を担う内科、外科、小児科入院のできる（2016年当時）160床の病院である。ドクターカーの導入に力をいれていた一方、地域包括ケア病棟もあり、すぐには在宅や施設への退院が難しく、入院が長期化する患者の受け入れも積極的に行っていた。地域の高齢化率も3割を超えており、入院患者の平均年齢は72歳で、長期入院により認知機能低下やADL低下が目立つ高齢患者に何か介入できないかと考え、院内ケアの立ち上げを行うこととした。院内ケアの立ち上げから開始までの道のり、院内ケアに参加した患者の様子、看護師の院内ケア導入後の変化について報告する。

持続可能な医療介護体制の構築を目指した活動～青森県で100年以上暮らし続けていくために～

弘前大学大学院医学研究科 総合診療医学講座
認定NPO法人ムラのミライ
平野 貴大【青森県 35期】

【背景】人口減少・少子高齢化が進む青森県において、自治医科大学卒業生としての卒後9年間をへき地の総合診療医として活動してきた。

【方法】①県内の医療介護職、および地域づくりに取り組む住民の関係構築のための企画・運営、②業務負担軽減を目的とした医療機器の導入・運用、③発展途上国における地域開発手法「メタファシリテーション」の医療介護分野への活用、④へき地医療機関の人材確保・業務改善。

【結果・考察】要点は以下である。①県内の医療介護職、および住民が「互いの顔」が見える関係を構築した。②看護師による超音波検査、遠隔医療システムを導入した。導入の阻害要因は「現場の人間関係」だった（論文執筆中）。③全国で講演・執筆しつつ、県主催の保健事業へ活用した。④県外在住の医療者に対して「この土地に住むこと」に配慮した情報を発信し、研修先としても県外の看護師を受け入れた。医師看護師の時間外労働を削減し、自己研鑽のための研修期間を確保した。

【今後の期待】9年間で得たネットワーク・技術・経験を活かし、研究による客観性を担保しつつ、公的事業や地域活動支援を通じ、持続可能な医療介護体制の実現を目指したい。

ジェネラルマインドに加えてリサーチマインドを持つ重要性

自治医科大学 消化器一般移植外科 病院助教、
自治医科大学 地域医療学兼務
渡部 純【鳥取県 35 期】

近年ジェネラルマインドによる地域医療だけでなく、リサーチマインドを持つ重要性が注目されている。今回、地域医療におけるリサーチマインドの意義について述べる。

私は地域病院、一人診療所での地域医療を背景にし、ジェネラルマインドの重要性を学んだ。地域医療で従事する中で、メタボリックシンドロームに重点を置いた特定健診と、悪性腫瘍の早期発見を目的としたがん検診を有効活用することが重要だと考えた。地域で出た疑問で、自治医科大学の社会人大学院に入学し、医学博士を「日本人一般住民におけるメタボリックシンドロームと悪性腫瘍死亡—Jichi Medical School (JMS) コホート研究—」で取得し、メタボの人は悪性腫瘍の予防と管理が必要であることを示唆した。加えて、地域の実臨床で生じた疑問を解決すべく、コクランメンバーとしてシステマティックレビューを行っており、エビデンスの実臨床への還元を目指している。

地域医療では専門医では生じない幅広い分野に渡る臨床疑問が生まれる。リサーチマインドを持って地域で出た疑問を解決することにより、科学的に地域を俯瞰し、地域医療を深化させることができる。

One for all, All for one.

球磨郡公立多良木病院
才津 旭弘【熊本県 36 期】

八代市立椎原診療所(平成 30 年~2 年間勤務)の取り組みについて紹介する。椎原診療所は、昭和 32 年に全国 6 か所の国立診療所の 1 つとして設立された山間へき地診療所である。就任後の症例を紹介する。70 歳代女性、独居の方で、肝硬変の既往がある。体動困難のため往診依頼があり、下腿蜂窩織炎と診断した。入院での加療により蜂窩織炎は治癒したが、肺炎等による合併症により長期臥床となり施設入所となった。左記のように軽度の病気を起因として要介護状態が悪化し、高齢者の年間 4%が難村していた。通院中の高齢者のニーズ調査の結果をもとに、地域住民との意見交換会また多職種含めた検討会を行った。そして五家荘げんきドックと健康座談会を開催することが決まる。五家荘げんきドックは、五家荘高齢者の約 70%が参加した。これが契機となり、へき地診療所における多施設共同研究で低酸性尿とサルコペニアの関連についてまとめた。椎原診療所を退任後も行政アドバイザーとして五家荘地域に関わっている。私(医師)は地域住民のために必要というだけでなく、地域住民もまた私を成長させ志を育ててくれた必要な存在だと認識した。

島しょ医療・育児から島しょ保健所での COVID-19 対策へ

東京都福祉保健局 島しょ保健所大島出張所
松平 慶【東京都 34 期】

自治医大卒業後、地域医療(島しょ医療)、公衆衛生(医療行政)、感染症、小児科などの多彩な経験を積み、また小笠原諸島での 1 年半の育児経験を得ることができ、義務年限中に医療と育児のバランスを取りながら、へき地診療にあたることができた。島での育児経験は、島しょの地域住民としての視点を持つことができ、その後の地域医療活動にも役立っている。

島しょと感染症について、小笠原諸島では、乳幼児を好発するサルモネラ菌血症に着目し、外来生物種が同一のサルモネラ菌種を保菌することから、島しょ保健所と共に島民への普及啓発、また研究活動を進めた。また、小笠原の母島では、保育園での肺炎球菌感染症の感染拡大を経験し、島しょ特有の環境で感染症が流行する際に、医療者、医療資源が限られる島しょ医療体制を踏まえて、予防・診療・対策を行うことの重要性を実感した。

義務年限を終える今年度、COVID-19 流行下で島しょ保健所勤務に就いたが、Reaching the unreached という目標を目指し、多職種・多機関で連携して島しょ一丸となり、今後も島しょでの感染症予防、COVID-19 対策を進めていきたいと考えている。

地域から情報を発信できる医師を目指して

自治医科大学 地域医療学センター地域医療学部門
中村 晃久【岐阜県 35 期】

私は地域から情報を発信できる医師を目指して、地域医療に飛び込んだ。一例一例を大切にしながら、興味深い成人の MERS の症例と出会い、症例発表の機会に恵まれた。第 219 回日本内科学会東海地方会にて若手優秀演題賞を受賞し、日本内科学会誌に報告した。その後、救急医療を取り巻く環境を改善するため、埼玉県の救急電話相談に係る研究を開始した。へき地診療所に勤務しながら研究成果を Int J Environ Res Public Health に報告した。救急電話相談の研究を発展すべく、へき地診療所にて地域住民を対象にした質問紙調査を実施した。救急電話相談の研究は 2020 年度から科研費 研究活動スタート支援に採択された。義務年限の活動を振り返ると、研究は一例一例の症例から始まったが、その後は埼玉県という県単位の研究活動、そして勤務地のへき地診療所での地域住民を対象にした研究と続いた。私は一症例、地域単位、さらに広域の県単位と倍率の異なるレンズを用いて地域医療を実践していた。義務年限を終え、現在は、学生に地域医療の楽しさを伝えるべく、自治医大に所属している。今後も地域医療の発展に資する仕事を続けていきたい。