



岐阜県へき地医療研修会の参加報告です。

◇ へき地医療体験から、持続可能な地域医療の未来を考える

「世界に類を見ない超高齢社会に突入した日本の医療はどうあるべきか」「持続可能な地域医療とは何か」。関高生の中には、自ら医師や看護師をめざし、こうした課題に正面から取り組もうとする意欲的な生徒が多数います。関高SGH活動では、大学や病院と連携した医療体験セミナーや施設見学、医療関係者の講演など、さまざまなイベントを行い、生徒の関心を高めています。そのイベントのひとつが、へき地医療研修会への参加です。

◇ 平成28年度 へき地医療研修会の日程とプログラム

- 主 催： 岐阜県、県北西部地域医療センター
- 共 催： 自治医科大学卒業医師受入市町村会議
- 日 時： 平成28年8月19日（金）・20日（土）
- 会 場： 郡上市及びへき地診療所を有する近隣市町村
- 参加者： 県内の高校生、医学部生、県出身の医学部生
 - 1 フィールドワーク
グループごとに分かれ診療所や地域を見学・体験
 - 2 へき地・地域医療を語ろう
へき地やへき地医療について、ワークショップ形式で地域住民と語り合う
 - 3 交流会
参加者全員による夕食懇親会や、郡上踊り体験を通して交流を深める

◇ へき地医療を考える 丸山 義仁（3年生 平成27年度参加）

1 郡上市の紹介

市外から研修に来る人がほとんどだったため、郡上市についての簡単なプレゼンがありました。今、どれくらいの人口がいるか、いつから郡上市に変わったのかを教えてくださいました。郡上の人口は4万4000人ほどで、医師の数も75人ほどしかいないとわかりました。決して一概には言えませんが、郡上は医師1人に600人ほど、全国平均は医師1人に400人ほどなので、いかに郡上市に医師が少ないかがわかりました。また岐阜県の中でも中濃地区が最も医師の数が少ないことがわかりました。

医師不足は郡上市だけの問題ではなく、岐阜県全体として全国平均を下回っており、やはり県をあげてこの問題を解消していく必要があることに気づきました。そういった意味で、岐阜大学地域枠推薦がいかに重要なポストを占めているかが改めてわかりました。

2 実際にへき地と呼ばれる場所の診療所へ訪問

私が行った診療所は和良にある和良診療所というところでした。和良診療所は総合診療医が3人おり、診療所の中に薬局が入っていました。病院に来やすくするために受付のフロアには畳が置かれており、老若男女がくつろげるアットホームな雰囲気が出ていました。

これまでの診療所のイメージは、「医師1人で設備もあまりない」というようなものでしたが、和良診療所はレントゲンやリハビリルーム、エコー、遠心分離機など、必要最小限の道具はちゃんと完備されているとわかりました。そもそも診療所と病院の違いというのが病床数の違いだそうなので、20床以上だと病院、それより少ないと診療所であるとのことでした。つまり、病院と呼ばれないだけであって必要なものは揃っている診療所があるということです。だから和良診療所はへき地とは言われていますが、その中でも恵まれた環境にあるとわかりました。

3 在宅医療を受けている家へ回診

和良診療所のグループの中でも、さらに3つの班に分かれて在宅医療のサービスを実際に受けているお宅を訪問しました。

私は A さんの家に伺い、どんな様子で過ごし医療を受けているのか実際に確かめてきました。この在宅医療を受けている A さんは、過去2回脳梗塞を患っており、その後遺症で体の半分が麻痺してしまったそうです。だから医師の人が様子を見に来てくれることが、ほんとうにありがたいとおっしゃっていました。

A さんが使用しているトイレや柵や手すりがついたベッドというのは、普通に購入すると結構な値段がするそうですが、月々にレンタルすると安くすむそうで、そういったサービスがあるのは助かると家族の方もおっしゃっていて、そのようなサービスの充実も今後もっと必要になってくると感じました。

A さんやその家族の方は、ほんとうに温厚な人達で私に様々なことを教えてくれました。その中でも特に印象的だったことが、「なぜ在宅医療を受けるようになったか」という話でした。A さんの家は決して和良診療所から遠いというわけではなかったのですが、病院ではなく家で医療を受けています。それは、病院が苦手、正確には苦手になってしまったからだそうです。

以前は、病院に通っており、そこで医療を受けていたそうですが、担当医が変わったため、病院が苦手になったそうです。このことから、医療従事者というのは、円滑なコミュニケーション能力が必要なのだと改めて感じました。患者に信頼されてはじめて医師として行動できるようになるのだとわかりました。



4 和良以外のへき地に行った人との交流会

へき地といっても和良診療所のように設備が整ったところもあれば、もう少し小さいところもあって、へき地といえどもその形態は様々であるから、グループごとに自分たちの行った場所についての交流会をしました。いろいろな班の発表を聞きましたが、どこの人も口を揃えて言うことのひとつが「へき地の印象が変わった」ということです。

みなさんも、私と同じようにへき地とは「医師ひとりで…」というようなことを想像されていたそうですが、どこの班も「その印象が全く変わった」とおっしゃっていました。また、どこの班でもエコー体験をしており、やはり必要最低限の医療器具は整備されていると感じました。だから、このへき地医療体験が今後の医師になっていく上で重要な役割を担っていると改めて感じました。

5 住民の人と医療について意見交換

これまでは実際に医療に触れている人の話が多かったですが、医療を受けている人の話も聞いておく必要があるために、住民の人と医療について話し合いました。まず、「求める医師像」というタイトルで議論されましたが、議論の中心となったのが、医師には技術以上にコミュニケーション能力であったり、話しかけやすさであったりと内面的に優れている人がいいとのことでした。信頼関係がなかったら、そもそも診察もしにくいと思います。だから、このような医師を求めていると感じました。また、へき地などでは特に外科や内科とかに分かれて患者を診断することが難しいため、体全部をだいたい診ることのできる総合診療医と呼ばれる医師が重宝され必要とされるとわかりました。

和良は男性の平均寿命が全国でもトップクラスだそうです、その健康の裏にはみんなで仲良く運動することが関係していると知りました。村全体で運動をするように推奨して、運動場の完備などもしており、このように地域をあげて健康に取り組んでいく必要があるとわかりました。こういった運動というのは、地域の繋がりが強くないといけません。だから、地域の繋がりを強くしていくことも医療問題を解決する方向へ導いてくれるのではないかと思います。

医師の不足を、補う必要は確かにありますがそれ以前に医師にかかりにくい体を作っていく必要性があると感じました。

6 全体を通しての感想

今回のへき地医療の体験をしてみてもほんとうにためになることばかりで、いい経験になったと感じました。この研修に参加している人のほとんどが医師や看護師志望の人で、勉強のモチベーションが上がって、ますます医師に一步近づいたのではないかと、という気がもてるようになりました。また、実際にへき地について触れたことによって、医師の中でも特に”総合診療医”というものに興味がでてきました。

今後ますます、へき地というのが如実にニュースや新聞で出てくると思います。最新のへき地事情についてもっと詳しく調べていき、解決案までたどりつかなくても、精一杯のことをしてへき地問題を解消していきたいと改めて感じました。

◇ へき地医療で学んだこと 中島 想支 (2年生 平成28年度参加)

1 郡上市とへき地医療

日本三大清流の一つである長良川、そして歴史のある郡上八幡、そんな豊かな自然に囲まれ、長い長い時間をかけて築かれてきた岐阜県郡上市。この地域では近年、過疎化、高齢化が進み、社会的支援が十分に行き届かないことが懸念されています。その中でも医師の数が少ないという事実は、その住人に大きな不安と苦痛を与えます。そんな状況の中で、どのような医療が行われ、どのように住民がのびのびとした生活を行っていくようにするか、模索し、実践していくことが非常に大切になってきました。へき地医療はそんな地域の様々な問題に対応しながら、都市部の先進的医療とは違う新たな医療の道を切り開いてきました。今回は、おおよそその地域がへき地に相当する岐阜県郡上市を訪れ、へき地医療がどんなふうに行われているのか、どんな問題点があるのかを調べてきました。

2 診療所訪問

郡上市は7つの地域に分かれています。それぞれに診療所が設置され、医療が行われています。私は、そのなかでも北に位置する高鷲地域を訪れ、そこで行われている医療を調べてきました。高鷲地域は高原やスキー場、別荘地域など、自然とレジャーに富んだ地域ですが、医師が一人しかいません。高鷲診療所でお勤めになっている杉山先生が、主にこの地域の医療を行っています。今回はこの杉山先生との交流を通して、へき地医療についての理解を深めました。

まず着目したのは診療所の建物それ自体についてです。高鷲診療所は老人ホームに隣接し、何

かあった時に素早く対応できるように設計されていました。こうすることで支援の視野を一点に集中させ、より効率的な医療、介護の連携が成り立っていることがわかりました。次に診療所を見て回りました。これには驚きました。診療所は小規模な病院のようなものであるから大した設備はないだろうという先入観がありました。予想に反して診療所は極めて清潔に保たれ、必要最低限の医療設備は十分に整えられていました。エコーやレントゲンがその例です。実際にエコーで私の体を診てもらいましたが異常がなくてよかったです。またこの地域では訪問医療も実施され、病院に来て診療を行うというのが困難な人のための医療も積極的に行われていることがわかりました。

最後にいつも診療所に通っていらっしゃる70代から80代の女性3人をお招きし、あるテレビ番組になぞらえた「ホンネトーク」なる企画を立て、へき地医療の核心に迫る話し合いを催していただきました。

女性の話を聞く中で、へき地医療の医療以外における大切な役割まで明らかになってきました。まずへき地医療における医師についての話題が挙がりました。この地域は都市部とは違い、比較的穏やかな時間が流れています。そんな中で医師が患者の話をしっかり聞いてくれることに、患者は診療所に訪れる楽しみを覚えるそうです。健康診断等を通して医師の人とお話ができる機会がこの上なく楽しいという方もいらっしゃいました。中にはお話をしたいがために診療所を訪れる患者さんもいるそうです。また医師も地域の行事に積極的に参加したりと、地域の方とのつながりを深めているそうです。こうした医師と患者の強い結びつきが都市部の医療にはない素晴らしい特色だと感じました。

一方でこうした密接なコミュニティを築いていくためには医療従事者側には少し大変なことがあることもわかりました。例えば、先ほど述べたとおりこの地域には医師が一人しかいないのに対し、患者にはそれぞれ様々な悩みや症状を持った人がこの診療所を訪れます。これに対応していくために、医師は自分の専門分野だけでなく、様々な分野の知識を幅広く知っておく必要があります。こういう医療のことを総合医療といいます。

さらにここでの医療は、地域の人との信頼のもと成り立っているので、コミュニケーション能力も必要となってきます。このように総合医療における医師は様々な能力を身につけておかなければならず難しいものだと知りました。看護師も同様です。人手不足を補うために、医師に同じく、自分の職業を超えたものを習得しなければいけない大変さを感じました。しかし、郡上市では医師同士の連携も取り合い様々な問題に対して助け合っているそうです。

3 地域の人との交流

研修に行った学生と地域の方で6人ぐらいのグループをいくつか作って、お茶やお菓子を食べながらひとつのお題に対して正直に話し合う「ワールドカフェ」が開かれました。地域の方は先に述べたとおり、やはり地域と医療が密接につながっているところに魅力を感じていました。「いつものお医者さんは自分の顔や持っている病気などを把握してくれていて、家族のことや最近あったことなどの話を聞いてくれたり、そのことを覚えてくれていたり、親しみが感じられて人生に艶を与えてくれる」とおっしゃる方や、「体のケアだけでなく心のケアもしてくれる」とおっしゃる方など、今の医療体系に十分満足していらっしゃる方が多数でした。

しかし、話し合いの正直さゆえに、少なからずへき地医療の問題点も上がってきました。たとえば病院の休診が多いという点です。医師も人間なので休みは必要ですが、必要な時に休診日なのは寂しいとおっしゃる方がいました。また非常勤医師の時はいつものように自分の話したいことが話せず満足しないことが多いそうです。こうした問題を解決するためには医師の数をもう少し増やし、地域の人がいずれも適切な医療を受けられるようにし、地域住民にとっての“信頼できる医者”を増やしていくことが必要だと思いました。

4 まとめ

研修前、へき地医療は都市部の医療に対して劣っているというイメージしかありませんでした。

確かに都市医療に比べて設備の充実さ、規模等では劣っているかもしれませんが。しかしその劣っている点でさえ、必要最低限の設備を完備しているため絶対的に見ると劣っているとは言えないと思います。ましてや人と人とのつながりから見ると、へき地医療はうんと優れています。都市の医療では必要最低限の会話しかありませんが、へき地の医療では診察室でなにげない会話が繰り広げられ、患者の生活の質の向上に大いに役立っていると言えるでしょう。これはまた、孤独死の減少にもつながってくると思います。へき地医療は超高齢社会日本のこれからを引っ張っていくにふさわしい医療体系であることを確信しました。

自分自身、医療については、前々から興味があって今回のような変わった形態の、しかし身近な医療について理解を深めることができとても良い経験になりました。そこには人の心のこもった暖かい医療というものが垣間見えました。

