

公立岩瀬病院の研修医・医師に伺いました

地域に貢献したい

並木 早苗 研修医

(沖縄県名護市出身、
福島県立医科大学医学部卒業)



——研修内容はどうですか？

私たち研修医は、内科・外科・小児科など病院内の異なる診療科目をローテーションで勤務します。

私は現在、消化器内科で研修しています。

指導医から直接、細やかな指導を受けられるのは、地域病院の強みだと思います。研修医同士で仲が良く、勉強したことや指導医から聞いた情報を共有するようにしています。

——研修を始めて印象に残ったことは？

病院内だけではなく、地域包括支援センターや民間事業所の方など、地域では様々な方が住民の健康を守るために働いていることを実感しています。このような地域の輪の一員として、住民の皆さんの健康や生き方をサポートできるよう勉強していきたいです。

「患者さんに安心してもらいたい」、「地域に貢献したい」という意欲や熱意を生かすためには、医師としての知識や技術、責任が必要であると日々感じています。

皆さんの健康を支えたい

佐藤 佑紀 研修医

(福島市出身、
福島県立医科大学医学部卒業)



——医師になろうと思ったきっかけは？

祖母が脳梗塞になり、往診に来る医師の姿を見て医師という職業に興味はありましたが、果たして自分に務まる職業なのか疑問でした。このため、現役時は別の医療系の学部を志望していましたが、受験失敗を挑戦の機会と捉えて医学部を志望しました。

——研修で勉強になっていることは？

診察、検査、治療についてのより具体的な知識を得られることです。学生の頃は、十分に与えられた情報から診断と治療法を答えれば良かったのですが、研修では診断と治療法を決める前に、そもそも「どのような情報を集めるべきか」を考えなければならないので、苦労しています。

——市民の皆さんへメッセージをお願いします。

未熟な身ではありますが、市民の皆さんの健康を支える手助けができるよう精進してまいりますので、よろしくお願いします。

——研修医の皆さんはどうですか？

活気のある研修医が集まり、病院が明るくなっています。地域の皆さんも、研修医のご指導をよろしくお願いします。

——地域医療を守るために私たちにできることはありますか？

軽い症状で時間外に安易に受診する「コンビニ受診」が増えています。診療時間外は当直医師の数も限られ、重症な患者さんへの対応ができない恐れがあります。できる限り、通常の診療時間内に受診をお願いします。

活気があり病院が明るくなりました

大谷 弘 医師 (副院長兼内科部長)



医療従事者を募集

医療従事者の絶対数が不足している中、各医療機関と関係機関は、医師や看護師などをはじめ医療技術者を随時募集しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。か、各病院へ直接お問い合わせください。

天栄村、玉川村)と連携して毎年医学生を対象とした地域医療体験研修を行っています。各地域の特色ある医療施設の視察や、現場の医療従事者との意見交換、地域住民との交流を通して地域医療への理解を深めています。

また、公立岩瀬病院では毎年研修医の受け入れを行っており、今年4月から新たに4人が着任しました(研修医の感想などは上のとおり)。

公立岩瀬病院では、研修医を毎年募集しています。病院見学も行っていますので、詳しくは、公立岩瀬病院☎(75)31111にお問い合わせください。

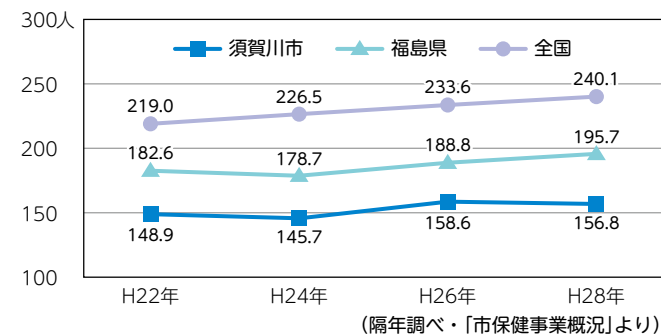
地域とともにある医療

——日々、研修に励んでいます——

地域医療対策室(健康づくり課内) ☎(88)8125

4月から公立岩瀬病院に着任した4人の研修医(左から千代田高明研修医、大須賀穂高研修医、並木早苗研修医、佐藤佑紀研修医)

●図 人口10万人当たりの医療施設従事医師数



深刻化する医師不足

医師不足は、医療サービス

「必要ときに、必要な医療が受けられる」、「身近な地域で医療を受けたい」。これは誰もが望む当然の思いです。しかし、私たちの健康を支える地域医療は、医師の不足や高齢化など深刻な状況にあります。これからの安心して医療を受けられるために、地域医療の現場を通して、私たちができることを考えます。

地域で医師を育てる取り組み

特に福島県においては、平成23年の東日本大震災と原子力災害の影響により、多くの医療従事者が県外へ流出しました。現在は回復傾向にありますが、人口10万人当たりの医療施設従事医師数は、依然として全国平均を大きく下回っており、本市はさらに深刻な状況にあります(上の図のとおり)。

市では、近隣町村(鏡石町、



昨年の地域医療体験研修の様子

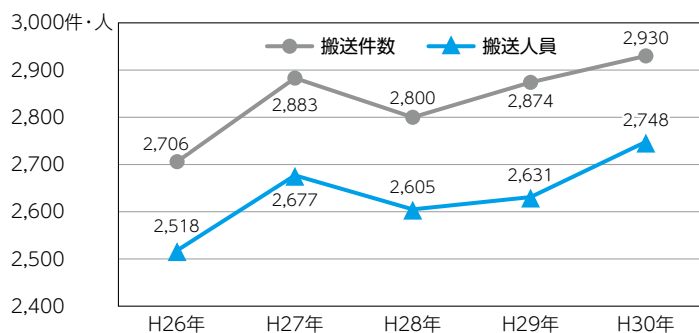


須賀川消防署 ☎(76)31196

救急車の適正利用を

須賀川地方広域消防組合管内では、県内平均より搬送に時間を要しています。原因としては、搬送距離が長い、搬送病院が決まらないことなどが挙げられます

● 図 救急車による搬送件数・人員(須賀川市内)



須賀川市内の平成30年の搬送件数は2930件(1日平均)

搬送件数は増加傾向

救急車の台数には限りがあります。緊急性がないときに救急車を呼んでしまうと、救急車を必要としている重症な人のところに到着する時間が遅くなってしまいます。一人一人の大切な命を救うため、救急車の適正利用にご協力をお願いします。

迷ったらまずはこちらへ

- **こども救急電話相談**(午後7時～翌朝午前8時)
 - ▶ 短縮ダイヤル#8000
 - ▶ 固定電話などは☎024(521)3790
- **病院照会**
須賀川地方広域消防本部通信指令室
☎(76)3111
- **全国版救急受診アプリ「Q助」**
該当する症状を画面上で選択していくと、緊急度を素早く判定でき、救急車を呼ぶ目安になります。



「Q助」QRコード

救急車で病院に搬送後、入院の必要がない軽傷患者は約4割(全国平均5割)を占めています。我慢しすぎる必要はありませんが、救急車を呼ぶか迷ったときは、専用アプリなどを活用し救急車の適正利用を心掛けてみましょう。

適正利用にご協力を

均約8件)で、前年より56件増加しました。
また、搬送人員も2748人で前年より117人増加しました。搬送件数・人員ともに、年々増加傾向にあります(左上の図のとおり)。

大切な人のために 救命講習会の受講を

もしも、あなたの目の前で大切な人が倒れたら、あなたは何ができますか? 救急車が来るまでの数分間の応急手当が、大切な命を守ります。消防署では応急手当の講習会を定期的に行っていますので、ぜひ受講してください。受講を希望するときは、1か月前までの申し込みが必要です。詳しくは、須賀川消防署ホームページで確認するか、電話でお問い合わせください。



職員が分かりやすく説明します(救命講習会・7月18日)

地域医療を守るために私たちができること

1 健康診査の受診



自分の体を知ることが健康への第一歩です!

健診を受けると、体に起きている異常を早期に見出し、重症化を防ぐことにつながり、早い段階で生活習慣病の芽を摘むことができます。

また、重症化を未然に防ぐことで、長期的な治療やリハビリに掛かる医療費の節約にもつながります。

2 生活習慣の見直し

高血圧症や脂質異常症を放置すると、脳卒中・心臓病・悪性腫瘍・腎臓病などの生活習慣病を引き起こし、重症化する可能性が高まります。

食事に気を付け、適度な運動を行うなど、生活習慣病の予防を心掛けましょう。



3 医療機関への適正受診

① 「かかりつけ医・薬局」を持ちましょう

病気になったとき、日頃の健康に不安を感じたときに医療の相談ができる「かかりつけ医」を持つことが大切です。病状によって適切な医療機関を紹介し、緊急時に対応してくれる大変心強い存在です。

気になる症状があれば、まずはかかりつけ医に相談し、お薬のことは「かかりつけ薬局」に相談しましょう。

③ 診療時間外の受診は控えましょう

夜間・休日など診療時間外の安易な受診は、割増し料金が掛かり医療費も高くなります。

また、緊急性の高い患者さんの治療に支障を来し、医師や病院の負担を増やすことになります。

我慢しすぎる必要はありませんが、体調を崩したときの対応を事前に確認しておきましょう。

② 重複受診はやめましょう

重複受診^{*}をすると、受診した病院の数だけ診察料や検査、薬などが重なり、自己負担金が増えてしまいます。

また、度重なる検査や投薬により体に悪影響を与えてしまうことも心配されます。

※重複受診: 同じ病気で医療機関を次々と変更して受診すること。

④ 「こども救急電話相談」を利用しましょう

夜間にお子さんの体の具合が悪くなったときは、「こども救急電話相談」に電話してください。

医師や看護師などが、家庭での対処法などについてアドバイスします。

受付時間 毎日午後7時～翌朝午前8時

連絡先 ▶ 短縮ダイヤル#8000

▶ 固定電話などは☎024(521)3790

日頃から健康管理を

みんなで支えよう

「必要なときに、必要な医療を身近な地域で受けられる」。これは決して、当たり前のことではありません。皆さん一人一人の日頃の心掛けで、安定した医療環境が保たれ、身近な医療が守られます。

これからは安心して医療を受けられるために、私たちにできることから始めてみましょう。