

あなたとさいたまをむすぶ

トトロのふるさと

Hometown of "TOTORO"

埼玉民医連
医療生協さいたま
ワークスタイルマガジン

June
2016
No.177

6

地域と医療。

トトロのふるさとFriends
18歳選挙権

埼玉といえば…なに？

埼玉あるある 4コマ漫画連載中！

これから
医師になる
あなたへ

ワークスタイルマガジン
トトロのふるさと

〒333-0831 埼玉県川口市木曽町1317番地 048-296-5822
埼玉協同病院 教育研修センター www.skymet.jp/ デザイン・編集：パソナグラフィック株式会社

Doctor's Off Time

ドクターズ・オフタイム

埼玉協同病院 2年目初期研修医 比留間 晴彦

仕事終わりの一杯



研修医として早くも1年が経ち、毎日充実した日々を送っています。そんな私のブームは、仕事終わりの一杯です。一杯と言っても、お酒ではなくラーメンです。お腹を空かした私は急いで仕事を終えて、ラーメン仲間の同僚に連絡を取り、患者さんや職員の方々からリサーチした情報を元にラーメン屋さんへ向かいます。食生活の偏りに多少の不安を感じながらも、多い時は週に2、3回食へに行くこともあります。最近は特に、ボリューム、味の濃さ、脂多めで若い方に人気のインスパイア系によく行きます。凄まじいボリュームですが、持ち前の若さで立ち向かいます。通の人と食べに行くことで、いろんなラーメン知識を知ることができてとても面白いです。何より、職場の仲間とラーメンを食べている時間が、私にとって大事なコミュニケーションの場となっています。みなさんもお勧めのラーメン屋さんがありましたら、是非教えてください。お待ちしております！

Information

2017年度埼玉協同病院 初期研修医募集要項

- 募集定員 埼玉協同病院初期総合臨床研修プログラム 7人
- 応募資格 2016年夏に行われるマッチング制度に参加（予定）の方
- 試験日程 7月22日（金）、7月25日（月）、7月27日（水）、7月29日（金）、8月1日（月）、8月3日（水）、8月5日（金）、8月9日（火）、8月12日（金）、8月15日（月）、8月17日（水）、8月20日（土）、8月25日（木）、8月27日（土）
- 試験時間 平日 14:00～16:00 土曜 10:00～12:00
- 出願受付 7月1日（金）より、各採用試験日1週間前まで

夏の一泊医師体験

医師を目指す高校生・受験生を対象に、医療生協さいたまの病院・診療所で一日医師体験を開催します。

■日程 7月21日（木）～8月30日（火）

詳しくはSKYMET ホームページをご覧ください。
<http://www.skymet.jp/>

奨学金制度説明会

- 日時 7月2日（土）、8月6日（土）、9月3日（土）、10月1日（土）、11月5日（土）、12月3日（土）
いずれも 10:30～12:00
- 会場 埼玉協同病院
- 対象 医学生
- 【埼玉民医連・医療生協さいたま奨学金制度概要】
 - ①貸与金額 月額 80,000円
 - ②返済免除制度あり（当法人に入職した場合）
 - ③特別貸付制度・入学時貸付制度あり

医学生向け合同就職説明会 出展案内 レジナビフェア2016 東京

埼玉協同病院は、2016年7月の「レジナビフェア2016 東京」に出展します。ぜひお立ち寄りください。

- 日程 7月17日（日）10:00～17:00
- 会場 東京ビッグサイト
- アクセス りんかい線「国際展示場」駅下車 徒歩約7分
ゆりかもめ「国際展示場正門」駅下車 徒歩約3分

詳しくはレジナビ ホームページをご覧ください。
<http://www.residentnavi.com>

お申込み
お問合せは
こちら

埼玉協同病院 教育研修センター SKYMET
048-296-5822 skymet@mcp-saitama.or.jp

発行：

埼玉民医連

医療生協さいたま

M4251114789651524





患者さんにとっても、病院は治すことだけが目的の場所ではないということを本で知り、赤ちゃんからお年寄りまで、家族全員の健康面を管理する家庭医という役割を学びました。大学5年生のときの授業では、緩和ケアで他の科から移動してくる患者さんと対面します。そのときに気持ちの切り替えの「ギアチェンジ」ができる人と、できない人がいると感じたことも大きかったと思います。在宅で看取りの見学に行ったりしながら家庭のことを考えて、元気な状態のときから患者さんを見ていきたいと思うようになりました。飽きっぽい性格なので、一つの専門性を磨いて患者さんが限定されてしまふよりは、全般を診られる家庭医が自分には合っているなとも感じました。



増山 由紀子 | Profile

出身	埼玉県所沢市
大学	2005年 福島県立医科大学卒業
職歴	2005年 竹田総合病院 初期研修 2007年 福島県立医科大学 地域・家庭医療学講座 後期研修 2014年 医療生協さいたま 大井協同診療所 所長

学生さんには、色々な経験をしてほしいです。人から話を聞くことでも、本を読むことでも、色々な視点を持つことを身につけていくことが大切です。家庭医をやるなら、どんな経験でも役に立つと思います。これは家庭医ならではの良いところですね。

震災をきっかけに埼玉へ 支援される側の不安と衝撃

双
子
子
の
子
ども
が
8
力
月
の
と
き
に、
福
島
県
に
て
東
日
本
大
震
災
で
被
災
し、
避
難
所
生
活
を
余
儀
なく
され
まし
た。
そ
の
と
き
初
め
て、
支
援
す
る
側
か
ら
支
援
さ
れ
る
側
に
回
り、
ど
れ
だ
け
心
許
な
い
想
い
を
す
る
の
か
と
い
う
こ
と
を
知
っ
て
衝
撃
を
受
け
た
ん
で
す。
こ
の
と
き
の
経
験
は
今
の
ケ
ア
に
も
役
立
っ
て
い
ま
す。

震災をきっかけに夫の実家に居候して、家族に協力してもらいながら、研修医と大学院と育児を続けましたが、まだまだ避難所生活が続いているような大変さがありません。結果的に私の実家がある埼玉県に帰ることになり、ここでもやはり家庭医になりたいと改めて思ったのです。ちょうど新しい専門医として総合診療医を育てるプログラムを創ることが動き始めていたので、今の時期に関わらなければもったいないと感じ、夫の理解と家族の助けを得て今の診療所で働き始めました。診療所の近くには祖母が住んでいて、いつか祖母を看取ることができたら医師になった甲斐もあるのかなと思ったのです。今は、診療所に勤務して

患者さんと向き合った 医療の形があるということ

家
庭
医
は、
医
療
の
こ
と
を
考
え
る
と
「この治療が最善」という選択だけでなく、患者さんの生活と状況を照らし合わせた別の治療法と一緒に考えながら選択することができます。人生経験も活きてくるし、患者さんから教えてもらうことも多いんです。病気との付き合い方を一緒に考えたり、患者さんの不安を少なくするお手伝いができることには、やりがいを感じています。ただ、医師としてどこまで口出ししていいのかなどは、今でも悩むことのひとつです。お酒やタバコ、認知症になってきた方の車の運転などの、医師としては認められないけどその人にとってはやりがいだということを、取り上げていいのか……。倫理や価値観の問題ですね。だけどそのことに口を出すのは、医師の役割だと思っているので、スタッフみんなと話して一人で決めないようにしたり、家族や第三者が聞いても納得してもらえるような決断をするようにしています。



「医療としての 最善の選択よりも 患者さんにとっての 最善の選択を」

大井協同診療所 所長
増山 由紀子

患者さんが元気でも顔を見たい

震災で、支援される側になって初めて感じた心許なさ。
支援する側としてしっかりとした環境を作っていきたい。
その思いから地域に密着して、元気なときから最後の瞬間の看取りまで——
患者さんとともに歩む医療を提供し続ける家庭医。

#09
Message
from
the Doctor

双子の育児をしながら 家庭医を目指す

高
校
生
の
と
き
に、
病
院
は
治
す
こ
と
だ
け
が
目
的
の
場
所
で
は
な
い
と
い
う
こ
と
を
本
で
知
り、
赤
ち
ゃ
ん
か
ら
お
年
寄
り
ま
で、
家
族
全
員
の
健
康
面
を
管
理
す
る
家
庭
医
と
い
う
役
割
を
学
び
ま
し
た。
大
学
5
年
生
の
と
き
の
授
業
で
は、
緩
和
ケ
ア
で
他
の
科
か
ら
移
動
し
て
く
る
患
者
さ
ん
と
対
面
し
ま
す。
そ
の
と
き
に
気
持
ち
の
切
り
替
え
の
「ギ
ア
チェンジ」ができる人と、できない人がいると感じたことも大きかったと思いま

す。在宅で看取りの見学に行ったりしながら家庭のことを考えて、元気な状態のときから患者さんを見ていきたいと思うようになりました。飽きっぽい性格なので、一つの専門性を磨いて患者さんが限定されてしまふよりは、全般を診られる家庭医が自分には合っているなとも感じました。

家庭医を目指すことは、当時まだ後期研修プログラムがはじまったばかりで、周りの先生から心配されることもありましたが、今は本当にこの道を選べてよかったと思っています。

大学の後期研修の途中に、比較的风险の低い一卵性双生児を妊娠し、患者として多くのことを学びました。私自身、婦人科の先生の何気ない一言で深く傷ついたりして、一人の医療従事者がいろいろな感情を

総合内科は地域と医学生の 両方の要求に応える場所

総

合内科では、臓器別の診療だけでなく、生活背景や家族状況、患者さんや家族の価値観なども把握して全体を診ていくことが求められます。こちらが医学的に正しいと思っ
ていても、患者さんの状態や価値観などを踏まえて総合的に判断すると、結論が変わることはよくあります。そういうときは多職種カンファレンスや患者さんとのコミュニケーションが重要になります。

医学生や研修医にとっても、多くの疾患をかかえ、さらに医学的な判断だけでは結論が出ない高齢の患者さんを診療することは、とても勉強になると思います。

誰にとっても大切な経験 終末期医療の総合内科の形

医

師としての仕事には印象的なことは多いですが、最近ばかり研修医を指導する立場なので、研修医の成長を感じることがやりがいになっていきます。

たとえば、高齢者が肺炎で入院すると、肺炎はよくなっても、嚥下障害が進行してしまい食べられなくなってしまうことがあります。食べられなくなってしまうと

うするのか、という問題は、倫理的なことを含むため非常に難しく、研修医にとっては初めて突きつけられる結論の出来ない問題となります。多職種カンファレンスや家族面談などで、意思決定を支援していくのですが、それは非癌患者の終末期医療に携わることにつながります。私自身もちろんそうですが、研修医にとって、とても印象深い経験になっているようです。

人の役に立つ仕事に 従事している実感

医

師は大変な仕事ですが、疲れていてもそんなに辛くないと思えるのは、働くことが誰かのためになることを実感できているからかもしれません。

学生さんは、色々な期待と不安があると思います。それでも研修医として働き始めてからは、不安を自信に変えられたらいいなと思います。

女性医師は、子育てとキャリアがかぶってしまい、いろいろなことを諦めたり、悩んだりすることが多いと思いますが、悩む前にまずは飛び込んでほしいと思います。周りが支えてくれるのでなんとかなることも多いです。

医師に最も求められることは、コミュニ

Message #10 from the Doctor

地域にとっての強い味方

高齢化に伴い、複数の疾患を持つ患者さんが増えた現在、総合内科が注目されている。

「いつも地域の人たちの味方でありたい」――

実際にすべての症例を診られるかは別として、すべてを診ていきたいという気持ちで、患者さんに向き合っている女性医師。

埼玉協同病院 病棟医長

やま だ

あゆ

み

山田 歩美

色んな価値観を持った 患者さんと話せる医師に



ケーションです。患者さんは、いろいろな人生経験や価値観を持っています。自分とは相容れない価値観の方ももちろんいます。そんなときでも、自分の価値観だけで判断したり、考えを押しつけたりはせずに、患者さんとじっくり付き合っ合意を形成していくことが重要です。学生時代に色々な人や文化に触れて、多様性を理解して受け入れられるといいですね。



山田 歩美 | Profile

出身 埼玉県さいたま市

大学 2008年 東京女子医科大学卒業

職歴 2008年 埼玉協同病院 初期研修
2014年 埼玉協同病院 病棟医長

家庭医コラム Family Doctor's column

私はこれまで麻酔科として働いておりましたが、平成28年4月から医療生協さいたまでの総合診療・家庭医プログラムの一員となりました。大学卒業後、初期研修をさいたま市でおこなったこともあり、縁あって医療生協さいたまでお世話になることになりました。現在は埼玉協同病院の総合内科病棟に所属し、様々な疾患や背景をもつ方々の診療をおこなっています。

私が家庭医や総合診療医を目指したのは、

初期研修医時代にお世話になった緩和ケアの先生や在宅医療の先生の診療を見たことがきっかけです。疾患に対し治療をおこなうというのは当然ですが、患者さんの生活環境や心理状態、家族の受け入れ方まで深く考えて診療されている姿は、病気をみることで精一杯だった私にはとても印象に残りました。私も内科診療をおこなう上で、広い視点をもてるよう心がけています。

もともと私は横浜市立大学の麻酔科で臨床麻酔をベースに循環呼吸管理を勉強させていただきました。現在でも外来や病棟でこれまでの知識と経験を活かして診療することがで

きており、とても楽しく働いています。今後は研修医の先生や病棟の看護師さんに対する教育に関してもお手伝いできればと思っています。

小野塚 良輔

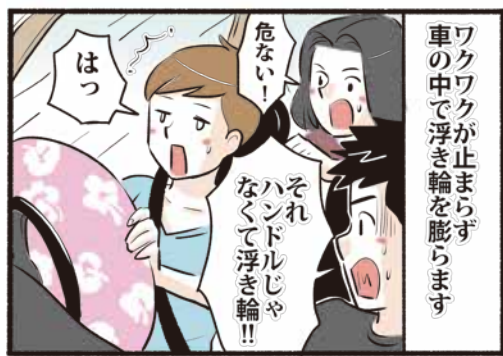
SGFAM :
さいたま総合診療医・
家庭医プログラム 1年目



SGFAMのWEBサイトはこちら
▶ www.kateii-saitama.jp



さいたまあるある **4** コマ **あこがれの海!!**



さいたまあるある ↑↑

「ださいたま」といいいいのは 埼玉県民だけ!

身内を自分が悪く言うのは良くて、人にそれをされると良い気分がしませんよね。それと一緒に。特に、千葉県民の方、ご注意あれ。埼玉県民にとってあなたはライバルですから!!

トトロのふるさと Friends

埼玉の医療を考える会

18歳選挙権

医療や社会保障と切っても切り離せないのが政治です。そして私たちの未来を占う選挙がこの夏にも行われようとしています。今回は、「18歳選挙権」についてと、人権について学んだ「医学生をつとい」をとりあげました。

「18歳選挙権」が投げかけているもの

選挙の時に、投票したい候補者や政党が決まっている場合は、何をすればいいかは簡単です。投票用紙に候補者名と政党名を書くだけです。ただし、普段から政治や経済、社会問題、そして何よりも自分の人生に関心を持っていないければなりません。政治や選挙に全く関心がない場合、正解とは言えませんが、多くの人は投票に行かず棄権します。ただし、ここで注意が必要です。政権を担当している人(現在の日本でいえば安倍総理や与党議員)たちは、投票率の低さを自分たちへの批判とは考えません。むしろ白紙委任、つまり自分たちは認められたと解釈します。もう少し突っ込んでいうと、投票率が低く、国民が政治に関心を持たない方が、政治運営がやりやすいと考える政治家もいます。それで本当によいのでしょうか?

政治に関心はあるが投票したい候補者や政党がない場合、その時は投票所に行って正々堂々と何も書かずに白票を投じましょう。白票は棄権とは違い、政治に関心を持っているという明確な意思表示になります。その上で、どのような政治を自分は求めているのかを考えてみましょう。

選挙は誰かに頼まれていくものではありません。自分が生きていくうえで、どのような社会であってほしいかを考えるのが選挙です。「18歳選挙権」はそのことを国民に問いかけているのだと思います。

医療生協さいたま生活協同組合 理事長／埼玉協同病院 副院長 雪田 慎二

第36回 民医連の医療と研修を考える医学生のつとい 開催

3月24～26日の3日間にかけて、「第36回民医連の医療と研修を考える医学生のつとい」が開催され、全体では140名の医学生の参加があり、そのうち埼玉出身の医学生は7名でした。会場となった仙台は5年前の震災で被害が大きかった地域です。津波のひどかった石巻市のフィールドワークに参加した医学生からは「テレビなどでは復興がすすんでいる様子が報道されるが、まだ進んでいないところもたくさんあることがわかった」などの感想がよせられました。また、塩釜市にある坂総合病院の矢崎とも子医師からは「災害時の医療者としてあるべき姿とは」と題した講演がおこなわれ、それらをもとにSGD (small group discussion) が行われました。「震災時の対応については日頃からの訓練が重要である」ことや、「自分の地域についてより知ることは緊急時に適切な対応をする上で重要である」などの議論が深まりました。今後も民医連や医療生協では、平和や人権などをテーマに普段は見ることのできない日本や埼玉の様々な現状を学ぶ企画を予定していますので、ぜひご参加ください。

きみもトトロのふるさとFriendsに登録しよう!

医学生、そして、医学部を目指している皆さんにご案内します。埼玉は人口当たりの医師も看護師も病床も日本一少ないにも拘らず、今後日本一急速に高齢者が増える県です。このままだと増大する需要に対応出来ず、現在の医療崩壊状況がさらに悪化することは必至です。埼玉県で働く医師や看護師を抜本的に増やす事がどうしても必要であり、この問題の解決と一緒に取り組んでくれる仲間として、会に参加してくれる方の応募を心からお待ちしております。

トトロのふるさと Friends に参加していただける方は右のQRコードを読み取り、登録フォームよりご登録ください。

連絡・問い合わせ先 | 埼玉協同病院 教育研修センター

<http://www.skymet.jp/>
<https://www.facebook.com/kyoudou.skymet>



埼玉協同病院 院長 増田 剛



NewFace Doctors

新入医師紹介

今年の4月から埼玉協同病院で働きはじめた3名のドクターを紹介します。



#1

尾内 綾

Aya Onai

出身大学	性格自己診断
聖マリアンナ医科大学	真面目、負けず嫌い
趣味	大学時代の部活
ドラマ / 映画鑑賞	硬式テニス部、コーラス部

就職したきっかけ

病院のスタッフは優しい。医局の雰囲気はフレンドリーで気さく。指導して下さる上の先生方は、優しくもやる気に満ちていて、熱血に指導してくれることを確信しました。院長先生も話は面白くて気さくだけど、人格者が熱血。この病院なら良い2年間の研修ができると思いました。

総合内科研修が始まって1週間の感想

病棟に出て仕事を始めると、時間が過ぎるのが早いです。気付くと1日が終わっている。まだ仕事に関してはできないことばかりなので、少しでもできることを増やそうと模索しています。本物の患者さんを実際にみて、その人のもつ病状について学ぶという機会は本当に貴重だと感じています。日々の仕事をこなすだけで無為に過ごさずに、色んな事柄を吸収していかなければと思っています。

出身大学紹介・大学時代の思い出

吉祥寺駅からバスに乗り15分。ジブリ三鷹の森美術館や、井の頭公園などが近くにある、緑の多い街ですね。学生時代は、部活しているか、遊んでいるばかりで、勉強はあまりしていませんでした。学生時代の不勉強も取り戻すためにも、仕事、勉強をがんばっていこうと思います。よろしくお願いします。



#3

松原 浩太

Kouta Matsubara

出身大学	性格自己診断
群馬大学	自分の部屋は片づけられないけど、他人の部屋は片づけられるタイプ
趣味	大学時代の部活
釣りに行くこと、山に登ること、お菓子を作ること	部活はやっておらず、さいたま市サッカーリーグで社会人サッカーに参加、前橋市フットサルリーグでフットサルを行いました

就職したきっかけ

埼玉協同病院は401床と病床数が多いことに加え、病院から訪問診療を行っています。それが家庭医を目指す私にとって、地域医療を学べるよい研修場所になると考えたからです。

総合内科研修が始まって1週間の感想

学生実習のときにはなかった事務的な業務も増え、社会人になったことを実感しています。書類に追われたり、わからないことばかりで大変なことも多いですが、楽しい同期に恵まれてにぎやかな毎日を送っています。また、先生方もきめこまやかに面倒を見てくださり、学ぶことが多く、医学の楽しさを改めて感じているところです。

出身大学紹介・大学時代の思い出

やはり6年間続けた部活でしょうか。初心者で始めたテニスでしたが、朝、昼、晩毎日のように練習を重ね、たくさん悔しい思いをして、初めてレギュラーとして公式試合で勝てたことは私にとってかけがえのない思い出です。

#2



竹内 洋

Hiroshi Takeuchi

出身大学	性格自己診断
杏林大学	なまけもの、落ち着いている
趣味	大学時代の部活
ゲーム、カードゲーム、小説、漫画	ボート部

就職したきっかけ

元々は、母の昔の知り合いが九州の民医連の病院で働いていたことから実習に行く機会があり、そこで組合員、病院、職員が一体となって課題に取り組んでいく姿に共感したのがきっかけでした。自分にとって医療とは、「どう生きるか」ということであり、それを実践する上で医療生協の理念に共感し、埼玉協同病院に入職しようと考えました。

総合内科研修が始まって1週間の感想

まだまだ慣れないことばかりで、他の先生方よりも遥かに少ない受け持ち患者さんであるのに、一日の診察をして、カルテを書き、オーダーを出すだけで四苦八苦しています。その中で、各医療従事者の方々が本当に頼りになり、自分の仕事にプライドを持って働いているということを強く感じます。そういった環境で仕事が始められるということは本当に幸運であると思います。最近、ようやくダメなところを注意していただけるようになったのがよかったところです。

出身大学紹介・大学時代の思い出

低学年の頃は、頻繁にスキーや温泉に行っていました。朝、授業前に温泉に入りに行き、夕方授業が終わってからスキー場行く、というのも珍しくはありませんでした。自分が学生のころ、群馬大学ではちょうど重粒子線治療が始まったばかりの頃で、重粒子線治療最初の症例に立ち会わせていただけたことは、良い思い出です。