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

Feb 2017 No.180 2

24万人の組合員とともに

トトロのふるさとFriends
医療生協の見守り活動

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 埼玉県川口市木曽呂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：パトンプロダクツ株式会社

Doctor's Off Time
ドクターズ・オフタイム

埼玉協同病院 皮膚科部長 伊藤 理恵

医師卓球大会

学生時代の目標は東医体卓球女子部門で優勝すること（と国家試験合格）だった。当時、出身の帝京大学は自前の卓球練習場を持たず、あちこちの医大に出入りし一緒に練習させていただいた。なにせ「あしたのジョー」や「エースをねらえ！」をリアルタイムで読んだスポ根世代である。卓球人口も多く、他大学にも友人知人が多くできた。しかし卒業後は研修、結婚、出産と忙しく、気づけば何十年もラケットを握っていなかった。それが10年ほど前、ひょんなことから学生時代の卓球仲間に誘われ医師卓球大会に応援に行き、そこではまった。

全日本医師卓球大会の歴史は古く34年、他にも中国四国大会、九州山口大会、東日本大会などがある。団体戦では性別や年代でハンディがある。私はいつもハンディを頂くほうで、11点勝負に1・2点のハンディは無きに等しいと思うが、対戦相手は違いは大きいと言う。

多忙な研修で練習できない若い選手に対し、練習量豊富、ラケットなど用具に大枚を費やせ、時には自分の医院に卓球台をおいてしまうベテラン選手が互角の戦いができるのが面白い。この大会のためコーチまで雇う強者もいれば、年に一度の懇親が目的で、結果は二の次のドクターもいる。大学教授もいれば日本選手権などの大会ドクターもいる。大会ドクターは福原愛ちゃん達とのツーショット写真を見せびらかし、嫉妬の冷たい視線を浴びていた。前夜祭で飲みすぎの選手も散見されるなか、大会では選手達が和気藹々と真剣勝負を繰り広げ、懇親会では各地の名産や銘酒を満喫しつつ、昔話や卓球談議に花を咲かせる。大会中ときに怪我する選手も見られるが、その際医者には事欠かない。

昨年は愛媛県で中国四国大会が開催され、東日本からは夫と私の2人で参戦した。そして3人参加の鳥取大OBと即席混成チームを作り、なんと準優勝したのである。私は盛大に足をひっぱったが、男性4人の活躍がすごかった。また個人戦女子ではベスト4に入り銅メダルを頂いた。まあこれは女性参加人数が5人であったことも大きい。試合後は道後温泉でゆっくり汗を流し、ちょっぴりいい宿でおいしい食事に舌鼓を打てばもう極楽である。

Information

埼玉協同病院 見学・研修説明会

■日 時 2月25日（土）、3月25日（土）、
4月22日（土）、5月27日（土）、
6月24日（土）
いずれも 10：00～12：30
（希望日の7日前までにお申込みください）
■会 場 埼玉協同病院
■対 象 医学生

奨学金制度説明会

■日 時 3月4日（土）、4月1日（土）、
5月6日（土）、6月3日（土）
いずれも 10：30～12：00
（希望日の前日までにお申込みください）
■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

春の一日医師体験

医療生協さいたまの各事業所で、医学部を目指す高校生・受験生を対象に一日医師体験を開催します。詳細はSKYMETホームページをご覧ください。

■期 間 3月27日（月）～4月7日（金）
■会 場 埼玉協同病院など県内の病院・診療所

医学部合格お祝い会

医学部に合格された方へ、埼玉協同病院の医師や研修医がお祝い会を開きます。ぜひお気軽にご参加ください！

■日 時 3月4日（土）、3月25日（土）予定
いずれも 12：30～14：00
（希望日の前日までにお申し込みください）
■会 場 埼玉協同病院医局
■対 象 2017年度 医学部医学科への入学決定者
■参加費 無料
■内 容 医師・研修医・現役医学生との交流食事会

医学生向け合同就職説明会 出展案内

レジナビフェア スプリング2017東京に参加します！

埼玉県ブースにも出展致します。
ぜひお立ち寄りください。

■日 時 3月19日（日）
■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

メック病院説明会2017に参加します！

■日 時 4月23日（日）
■会 場 ベルサール新宿セントラルパーク
■アクセス「新都庁駅」A5出口徒歩4分（大江戸線）
「新宿駅」西口徒歩13分
（JR線・小田急線・京王線）

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

「医療だけでなく いろいろな繋がりを 大切にし、 地域とともに歩む」

埼玉西協同病院　院長

吉野（よしの） 肇（はじめ）

Message from the Doctor #15

県民全体の医療を支える、未来

何もかもできあがったものの中で何かを学ぶより、
未開の地で自分のできることを。医療だけではなく、
暮らしに目を向け、まちづくりにも取り組んでいく。
院長として、率先して協力し合い、地域の人との輪を広げていきたい。

未開の地でも楽しんで ものごとに取り組める

医師になろうと思ったのは、浪人生をやっていた頃です。浪人してる仲間は医学部志望が多かったので、そんなに抵抗なく、じゃあ受けてみるか、という感じでした。

内科を選んだのは、何もかもできあがった中でやれることをやるよりも、未開の地で、まだ誰もやってないようなことに足を踏み出せば、いろんなことが見えてくると思ったからです。もちろん病院の中だけでは解決できないので、他の先生が行ってないような分野に研修に出て、持ち帰った技術を病院で活かさないといけないんですけどね。

だから、若い先生にも、できあがっているところに行って勉強をするというよりは、まず、自分で求められているものをどうやって探し、どういう風に自分の進む道を選ぶかを考えるのが一番いいのかなと思います。

私も今、大変だなと思うことも、楽しんで取り組んでいます。自分なりにアレンジしながら、新しい技術を考えていけるというのは、やりがいを感じます。やりたいと言えばやらせてもらえるというのは、医療生協さいたまのいいところですね。いい環境だと思います。

まちづくりにかかわり、地域を変えていく

地域医療に関しては、地域の中で頼られて、あそこに行けばいつでも診てくれる、という仕組みができると一番いいですよね。昨今は医療生協だけで医療をやっていればいいような時代ではなくなってきています。地元の先生方とか、医師会の先生たちとつながりを持ってやっていかないと、県民全体の医療を支えきれなくなってきているんです。

それに伴って看護師をはじめメディカルスタッフの力も引き上げないと、今のままでは難しいと感じています。だから今後は、スタッフの教育もしなくちゃいけない。頭でっかちな知識や、病院の中の仕事だけではなくて、例えば地域に出て行ったり、いろいろなところに勉強に行くなど、活動を広げていきたいです。

医師として医療や介護だけではなくて、暮らしに目を向け、地域に働きかけていくことが大切。思うように進まないときもあるだろうし、全部が全部、自分たちでカバーできるわけではないだろうから、地域の人を仲間に引き込んだりして、みんなで協力してやっていくのが一番なのではと考えています。

人と、きちんと話ができるということ

医療生協ではじめた取り組みが世の中に広まって、なんとなく同じようなことを、みんながやり始めたのかなと思うことがあります。それでもまだ、私たちよりも先に行っている人がいる。そういう新しいものは、どんどん学んで、自分たちも頑張っていかなくてはと考えています。若い人も私たちも、視野を広く持って、医療やその他のことに取り組んでいきたいですね。

高校生の年齢で、医療の世界のことを考えるのは、難しいと思います。ただ、見聞はいろいろな形で広めてほしいので、本を読んでいるといいですよね。医療や勉強だけではなく、いろいろな本を読むことによって、ものの見方が少しずつ変わってきます。部活などでコミュニケーションをとって、人と人との関係をちゃんと作るのも大切です。人間関係で、話がきちんとできる、ということが、医療の世界でも、とても重要なことだと思います。

勉強はもちろんですが、それ以上に大切なものをしっかりと身につけてください。自分の殻に閉じこもらないで、経験や知識をたくさん吸収して、学生生活を楽しんでくださいね。

吉野 肇 ｜ Profile

- **出身** 埼玉県深谷市
- **大学** 1982年　富山医科薬科大学医学部卒業
- **職歴**
  - 1982年　埼玉協同病院で研修開始
  - 1991年　さいわい診療所などで所長を歴任
  - 2002年　熊谷生協病院院長
  - 2011年　埼玉協同病院副院長
  - 2013年　埼玉西協同病院院長
- **認定資格**
  - ・日本内科学会認定内科医
  - ・日本消化器病学会専門医
  - ・日本消化器内視鏡学会専門医
  - ・日本プライマリ・ケア連合学会認定 プライマリ・ケア認定医・指導医

埼玉協同病院　内科医

肥田（ひだ） 徹（とおる）

Message from the Doctor #16

誰かの役に立つことをしたい

利益を追求するだけじゃなく、誰かの役に立つことを目的とした、
医師としての仕事。地域としても医師としても、助け合いが大切。
患者さんにとって最善の環境と看取り――
最先端の医療を提供し続ける内科医。

実力を発揮しながら誰かの役に立ちたい

実は私は、別の大学を出てから医学部に入ったので、そんなに小さい頃から医師になりたかったというわけではないんです。友人たちが商社やマスコミなどに就職していく中で、自分もそういった道を歩むと思っていました。しかし途中で、やはりそっちは違うかなと感じたのです。海外で勉強したこともありますが、医師を目指していたわけではありませんでした。ただ、いろいろな生活の流れの中で、もっと勉強をしたいと思ったんです。

私はビジネスをするというよりは、自分の実力を発揮した上で、率直に、人のために役に立つことがしたいと考えました。利益だけを追求するのではなく、「誰かの役に立つ」ということが自分には必要だったんです。しっかりとした大人として生きて行くための選択肢として、医師という職業を選びました。

内科医を選んだのは、身体を全般的に見て、治せるところをしっかり治して、高齢の方を看取っていきたいと考えたからです。

みんなで助け合う地域医療にしていく

今の時代は高齢化と核家族化が進んで、介護力がない家庭が多くなっています。昔は身内に介護が必要になっても家で看ていましたが、それが厳しい世界に変わってきています。介護保険などはあるものの、それでもお金はかかるし、厳しいところが多いと思います。なかなか医療機関を受診できない方もたくさんいますし、日本の社会としてしっかり見つめていくべきところです。それこそ行政や、周りの人が手を差し伸べないといけません。

そういう意味でも、「助け合い活動※」は、核家族や一人暮らしの方のセーフティネットとして大切です。仲間がいれば、生きがいにもなるだろうし、楽しくやっていければいいなと思います。

実際に、ボランティア活動をやってよかったという声も聞きます。家族がいなくて、フーテンの寅さんみたいな生き方をしていた人が、当院で治療をしてそのまま他の方と楽しくボランティアをしながら生きていくというケースもありました。それは本人にとっても、周りの人にとってもよいこと。いろいろなところで役に立っていますよね。

※医療生協の組合員による「安心ルーム」や「くらしサポーター」などの取り組みのこと。地域でのつながりづくりや日常のちょっとした困りごとの相談と解決などで、主に高齢者の孤立を防ぐ目的があります。

1から2ではなく、0から1を作り出せる人に

これからは総合内科医として、内科的なことから、看取りまでやっていきたいと思っています。深く専門領域としてもっと勉強して、しっかりと期待に応えられる医師を目指していくつもりです。

「0から作り出していく」ということは、1から2と数を増やしていくことより、とても難しいことです。何もないところから、作り出すことにチャレンジし、経験をたくさん積んでほしいと思います。だから学生のうちはよく学び、よく遊んでください。自分自身で何かをやることが大切です。自分の言葉を持って、自分で何でも行動した方が人は成長すると思います。

医師は、研究者や病院、診療所など、いろいろなパターンで活躍することのできる職業です。もし何かがダメでも、他にできることが必ずあります。諦めない力、投げ出さない力というのを身につけてください。

また、医療はメディカルスタッフみんなで取り組む仕事でもあります。協調してやっていかないとチームとしてうまくいかなくなってしまいます。スポーツでも何でもいいので、学生時代のうちに、仲間やチームを大事にするという経験をするのも良いと思います。

肥田 徹 ｜ Profile

- 出身　埼玉県さいたま市
- 大学　2007年　モスクワ医学アカデミー卒業
- 職歴　2008年　埼玉協同病院入職　初期研修
  2010年　埼玉西協同病院勤務
  現在は埼玉協同病院総合内科病棟医長
- 認定資格　日本内科学会認定内科医

トトロのふるさとFriends

埼玉の医療を考える会

医療生協の見守り活動

医療生協さいたまでは、県内の25自治体と「見守り協定」を結んでいます。組合員24万人のネットワークを使い、高齢者やひとり親家庭などの孤立を防ぐために、自治体とも協力して見守り活動を行っています。

昨年川口市と結ぶことができた「見守り活動に関する協定」と、研修医が行う退院後訪問、そして組合員さんも参加してくれた奨学生交流集会についてご紹介いたします。

川口市と「見守り活動に関する協定」を締結

左側が埼玉協同病院増田院長、右が川口市奥ノ木市長

川口市では、高齢者親子の孤立死事件を契機に、議会での「見守り活動」の議論がされ、新聞販売組合や生協などとの間で「見守り活動に関する協定」の締結が始まりました。

医療生協さいたまでは2016年10月13日に協定式を行い正式に協定登録団体への登録と協定書を交わしました。

医療生協として川口の地域では「地域見守りサポーター」という登録制度にして取り組み、730人を超える組合員が登録されています。また、地域包括ケアシステムの一つとして、500人以上が登録している「認知症サポーター養成講座」では、認知症についての学習も行っています。

実際の見守り活動では、医療生協の組合員であるサポーターさんが医療生協の機関紙「けんこうと平和」を配布する際に、「新聞がたまっていないか」「洗濯物が干しっぱなしになっていないか」「夜になっても灯りがつかない」など10項目ほどのチェックポイントで安否確認をおこないます。

地域支援センターをはじめ、行政や地域の団体と連携し、さらなる活動を広げる取り組みを強め、「高齢者にやさしいまちづくり」をめざしています。

今、自治会の加入率は全国的には約3割、高い所でも約5割と言われています。行政だけでは高齢者の見守りには限界があり、地域の助け合いに重要な役割が期待されています。医療生協は多くの地域のみなさんと手を結び、住みよい地域づくりに取り組んでいきます。

初期研修医退院後訪問

埼玉協同病院では、初期研修医は内科の研修中に退院後訪問に行くことにしています。患者さんの病状とともに、生活背景に困難を抱えている方に焦点を当てています。今回の訪問では、3歳で母親を亡くし、東北から関西そして埼玉と転々とし、成功と挫折を何度も経験した上に、糖尿病を患い自殺まで考えた方の壮絶な人生をうかがいました。初期研修1年目の松村医師は、神経障害を伴う糖尿病と付き合いながら「自分は生きているという実感は無い。看護師さんや、ヘルパーさん、行政の方に生かされている」と話す患者さんの声を聞きながら医師としての自分の役割を考えています。この訪問を企画した家庭医の山田歩美医師は「患者さんに寄り添い、その病気の背景を見ることは、重要です」と研修医によく話します。今後も大切にしていきたい活動です。

開催日 3/4（土）

【SGFAM企画のご案内】

第2回ポートフォリオ発表会

プライマリ・ケア連合学会の家庭医療後期研修に必須のポートフォリオ発表会を開催します。埼玉県で活躍する総合診療医・家庭医の研修を支援し、大いに交流する企画にしたいと考えています。

■日　時：3月4日（土）15：00～
■対　象：家庭医療後期研修医および指導医、家庭医療に関心のある医師、メディカルスタッフ、医学生
■内　容：後期研修医によるポートフォリオの発表
■参加費：無料
■会　場：レンタル・スペース・ホーリィ（浦和駅東口石井ビル3階）

奨学生交流集会報告

12月27日（火）に、さいたま市にある別所沼会館などを会場に、第23回埼玉民医連奨学生交流集会が開催され、医学生7人を含む、56人の医系学生が参加しました。

「ハイタッチあいさつ」などのアイスブレイクと、医学生による沖縄での平和合宿の報告、埼玉にある自衛隊入間基地の拡張問題についてのミニ学習、そして昼食交流で場が和んだあとは、IPW（Inter Professional Work：多職種協働による実践）の学習会がおこなわれました。

IPWは近年、医療の質の向上、患者中心の医療を実践していく「チーム医療」の概念として注目されています。患者さんに関わる多くの職種がコミュニケーションをとりながらチームワークを高め、それぞれの専門職種が相互に学び合い、情報共有と連携による実践で医療の質が上がると考えられています。

学習会では、本部保健看護部の小野寺由美子次長からのレクチャーのあと、IPWをイメージして一人の患者さんの背景などを情報共有し対策を考える「模擬カンファレンス」を職員が披露しました。その後は学生で5～6人のグループに分かれ、医師、看護師、薬剤師、リハビリ、介護福祉士など、それぞれの役割について掘り下げるワークショップを行い、実際に医療現場で働く先輩職員などと相談しながら、ポスターにまとめ、リレー発表を行いました。

学習会に参加した医学生からは、「他の職種がどんなことをしているか知ることができた」「リハビリの方が思ったより多くの仕事をされていて驚いた」「医学的なことだけでなく、患者の精神面や環境にも気を配るようにしたい」などの感想が寄せられました。

また、学習会の後は、ボーリング大会を行い、将来一緒に働く仲間としての親睦を深めました。

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、この問題の解決に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います。

埼玉協同病院 院長
増田 剛

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

さいたま あるある 4コマ　手軽で美味ゆえに…

さいたまあるある

埼玉県生まれ

みなさんご存知、ファッションセンターしまむら。その有名なしまむらが……
埼玉県発って、ご存知でしたか！？
加えてもう一つ。ファミリーマート**1号店**も埼玉県にあるんです！！
……ちょっとした自慢です……。