

あなたとさいたまをむすぶ

トトロのふるさと

Hometown of "TOTORO"

民医連 埼玉民医連

医療生協さいたま

ワークスタイルマガジン

Nov
2019
No.189

11



Message from the Doctor

より多くの人を助けられる医師に

医療生協さいたま診療所紹介

所沢診療所医療連携編

トトロのふるさとFriends

平和学習事前学習報告

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/ 〒サイン・編集：パソナロックス株式会社

Doctor's Off Time

ドクターズ・オフタイム

初期研修2年目 山崎 駿気

仕事とオフを明確に分けて楽しむ

オフの日は、主に体を動かしていることが多いです。ジムやフットサルをはじめ、最近では脱出ゲームに参加したりと、せわしなく動いています。

特にフットサルはずっと続けている趣味で、学生時代もサッカー部に所属する傍ら、フットサルの個人参加にも行っていました。個人参加というのは、お金を払ってその場に集まった人たちが即席チームを作り、フットサルをするイベントです。初対面の人たちと仲良くなれるし、そこで知り合った人から別のサッカーやフットサルのイベントに誘われることもあるので、個人的におすすめです。

写真は病院主催のフットサルに参加したときのもので、メンバーがほぼ医師のチームです。他チームは経験者揃い。強豪がひしめく中、1年目のエース田中先生の悪魔的シュートで1勝を勝ち取ることができました。いつになっても試合で勝てるのはいいものです。夏休みにはハワイに行ってきました。ハワイは初めてでしたが、特に海がきれいで印象的でした。日本語も通じるし、料理もおいしいものばかりなのでこちらもおすすめです。

『学生の内に遊んでおいた方がいい』

偉大な先輩方のお言葉通り、医師として働き始めると、思った以上に自分の時間は制限されていきます。しかし、自分の時間を作るかは自分次第とも思います。

仕事とオフは明確に分け、どちらかに傾倒しすぎないよう、これからも自分の人生を楽しんでいきたいと思っています。



Information

医学部受験模擬面接会

■期 間 12月21日(土)
■会 場 ふれあい会館(埼玉協同病院となり)
※詳しくはSKYMETホームページをご覧ください。

埼玉協同病院 見学・研修説明会

■日 時 平日 月～金 8:10～17:00
随時受付しています。
SKYMETホームページをご覧ください。
(希望日の7日前までにお申し込みください)
■会 場 埼玉協同病院
■対 象 医学生

奨学金制度説明会

■日 時 11月16日(土)、1月18日(土)、
いずれも10:30～12:00
(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
■対 象 医学生・医学部受験をご検討の方
【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

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:

民医連 埼玉民医連

医療生協さいたま

M4251114789651524



より多くの人を
助けられる医師に

#28

Message
from
the Doctor



埼玉協同病院臨床研修医2年目

SHIGEKI YAMAMOTO

山本茂輝

◆ 順天堂大学医学部卒

山本医師の内科ローテーション中の ある1日のスケジュール

7:00 起床
7:30 病院着 1人で回診
8:30 振り分けカンファレンス
9:00 病棟業務（カルテ記載）
内視鏡見学
12:00 昼食休憩
13:00 病棟業務（病状説明、処置）
ERCP
下部内視鏡検査見学
18:00 帰宅
23:00 就寝

医師を目指した
きっかけは何ですか？

いくつかありますが、幼少期に

体が丈夫でなかったため、地元の
小児科クリニックを頻繁に受診し
ていたことが最初のきっかけかと
思います。今となつては、ただの胃
腸炎と脱水症状に対して点滴をし
ただけだったと分かりますが、当
時の自分にとっての医師は、自分
を含めた多くの人を助けるという
憧れの職業でした。

自分の目指す医師像がドラマで
見るような「大病院の勤務医」では
なく、当初から「地元のお医者さ
ん」であったのも、そのことが理由
なのだと思います。

協同病院に決めた理由を
教えてください

埼玉県出身なので、初期研修の
ときから地元で働きたいと考えて
いました。また、common di
seaseをまず診られるように
したいという思いがあり、3次救
急とまではいわずに2・5次くら
いまで診ることができる病院で、
かつ指導医の後ろから見ているだ
けでなく診察、手技などさまざまな
ことを実際に経験させてくれる
ような病院という視点で探して選
びました。

初期研修医の人数も当時7人と
少なく、出身大学がみんなバラバ

ラでも和気あいあいと働いていた
ことも選んだ理由のひとつです。

1年目の振り返りと
今後の展望は？

研修では想像以上に多くの経
験をすることができました。1年
目は主に内科病棟を回り、入院後
のアセスメントからご家族への病
状説明、退院調整までの一連の流
れを、看護師・MSW・リハビリ・
事務職などメディカルスタッフの
方と関わりながら、勉強させてい
ただきました。また、手技も採血、
ルート確保からはじまり、CVCカ
テーテル留置や腹腔穿刺なども
上級医の指導のもと経験でき、病
棟や医師としての基本を学ぶこ
とができました。2年目は外科、
整形外科、麻酔科、産婦人科など
内科以外の科での研修でした。そ
の科を回るごとに勉強不足を痛
感させられました。同時に自分
の視野が広がり、内科や救急の場
でも生かせる経験ができたと思
います。

3年目は消化器内科に進む予定
です。消化器内科は検査、治療、疾
患が多彩でさまざまなことができ
る分野。より多くの人を助けられ
るよう、内視鏡や肝臓カテーテ
ル治療など、どんな治療でも手広
くできる医師になればと考えて
います。が、まずは上部内視鏡がで

きるようになることを目標に精進
したいと思います。

これから医者を目指す人に
メッセージをお願いします

まだ2年目ですし、はつきりと
したことは言えませんが、志望科
よりも先にどんな医師になりたい
か、将来の医師像を考えてみてく
ださい。志望科は決まっていな
いこともあれば、学生時代や研修中
に変わってしまうことも珍しくな
いと感じますし、実際に私も研修
してみても消化器外科と非常に迷
いました。ただ、理想の医師像を考
えておくことが自分の進路を決め
る上での大きな助けになります
し、もし医師像自体が変わっても、
進む科に関わらず何をすべきか、
何をしたいのかが見えやすくなる
と思います。

今、はまってること

大学までは実家暮らし。料理をする機会はほとんど
なかったのですが、研修からはじまりひとり暮らしを始め
てからは、自炊をするようにしています。

最近では、豚の角煮と味玉を作るのにはまっていま
す。豚の角煮は数時間煮込む、味玉はたれに漬けるな
ど手間がかかりますが、素人ながらおいしく、安くでき
るのでおすすめです。

医療生協さいたま 診療所紹介

所沢診療所
医療連携編



所沢診療所の
成り立ちとこれから

所沢診療所は1953年9月1日、
埼玉における民主的医療運動の一環と
して設立された、開設から60年以上の
歴史を持つ診療所です。はじめは在日
朝鮮人、労働組合、民主団体、生活保護
世帯の人々の要求により、開業医宅を
借りての出発でした。その後、200
6年に現在の宮本町に移転新築を行
いました。

2015年には、介護付有料老人ホ
ーム『桂の樹』を併設し、ケアセンタ
ー『とこしん』を含めた3事業で、医療
介護の事業運営を行っています。

現在、診療所では強化型の在宅療養
支援診療所として、個人のご自宅をメ
インに140名を超える在宅療養を支
えています。これは、市内でも3番目に
多い件数です。24時間、365日、断ら
ない医療介護の実践を進め、地域の組
員とともに事業と運動を続けています。

医療介護連携の事例紹介

Aさん（90代男性：所沢市在住）

Aさんの背景

Aさんは夫婦で、所沢診療所から訪問診療に行っていました。ある日、夫が発熱で埼玉
西協同病院に入院。しかし、夫の願いは「住み慣れた家でもう一度夫婦で暮らす」こと。
その願いを叶えるため、所沢診療所のスタッフで医療介護連携を実践することに。

所沢診療所との出会い

高齢夫婦の2人暮らし。Aさんが言った
「医療生協の診療所だったらいいよ」
という言葉が、所沢診療所との出会い
でした。



埼玉西協同病院
診療所のバックアップ病院
としての役割を持ちます。



Aさん



在宅調整

自宅暮らしに必要なサービスを調整。
訪問診療をはじめ、訪問介護（ヘルパー）、訪
問看護を導入しました。



所沢市で第3位の訪問診療数

毎月約140件の在宅患者さんがいる所沢診療所。患者さんの
「住み慣れた地域・家で暮らしたい」という願いを、さまざまな
医療介護サービスと連携をとりながらサポートしています。全
員が常に情報を共有できるよう、在宅患者さんのリストは、診
察室の壁いっぱいに掲示されています。

介護連携

訪問介護（ヘルパー）の情報は、同じ施設内に
ある診療所看護師、訪問看護師と随時共有が
できました。



診療所内での多職種連携

定期的介護サービス以外に、奥さんの話し相手として診療の
会合に看護師が訪問。訪問看護師が忙しい日中は、診療所
看護師が吸痰に向くなど、スタッフが連携してAさん夫婦のケ
アに当たりました。このように診療所では定期的に多職種カ
ンファレンスを行い、情報を共有しています。



所沢診療所

- ケアセンター とこしん
- 介護付き有料老人ホーム 桂の樹
- 通所リハビリテーション 結



坪井恵美看護長より

私たちの強みは、ケアセンター とこしん、通所
リハビリテーション 結、有料老人ホーム 桂の
樹、診療所が同じ敷地内にあり、スタッフが連
携してケアに関われることです。今回紹介した
Aさんは、通常の対応だけでは不十分であると
判断し、24時間スタッフが対応をしました。
「何か心配なことがあれば、すぐに行くから」と
いうスタッフのスタンスが、地域からの信頼に
つながっているのだと思います。

医師のお見舞い



所沢診療所所長 中村隆光先生

毎月第3土曜には、埼玉西協同病院に「患者さん
のお見舞い」に向っています。継続してお見舞いをする
ことで、スタッフとも顔の見える関係ができました。
今では患者さんの入院中の暮らしや気持ちなども、
共有できる時間となっています。



中村先生から患者
さんに宛てたメッ
セージカード。



医学生の埼玉協同病院 見学

埼玉協同病院では、医大生を対象とした病院実習も行っています。

大学では体験できない地域医療の現場を間近で見ることで、新しい視点や医療へのアプローチを知るきっかけになります。

埼玉協同病院では、内科を中心に救急、小児科、外科、産婦人科などから選択して、7ヶ月のローテーション研修を行い、総合的な力量を身につけます。地域に密着した診療所（法人内）での地域医療も含め、プライマリケアをしっかり学びます。また、疾病だけでなく、患者の生活背景や労働環境の問題にも目を向けた医療を行う、医師養成を目指しています。

総合内科病棟見学



研修医が実際に行っている病棟の業務や処置を見学できます。

研修医レクチャー参加



研修医レクチャーに参加して、実際のレクチャーを体験できます。

プライマリケアに重点をおいた研修

1日の流れ

AM 8:00 集合

AM 8:10

AM 9:00

研修説明・施設案内

PM 0:00

PM 0:30

PM 1:30

PM 2:00

見学のふりかえり

PM 4:00

帰宅

PM 5:00

カンファレンス



まずは集合。その後、医局朝会、オリエンテーション、振り分け、カンファレンスを行います。

お昼休憩



ランチは院内のレストランで、研修医と一緒に食べます。「虹の森御膳」がおすすめ。

ER見学

年間4000台以上の救急車を受け入れており、研修医も大活躍しています。



担当者からのメッセージ

埼玉協同病院では、医学生のみならずを対象とした病院見学・研修説明を開催しています。当院における初期臨床研修や病院内の雰囲気など、初期研修医の「生の姿」をご自身の目で感じてください。

研修医や指導医などと直接話を聞けるよい機会でもありますので、ぜひ一度お気軽に足を運んでみてください。お待ちしております！



参加の流れ

参加!!

見学当日は
埼玉協同病院医局に集合

日程調整

担当者から
日程などについて返信

Web
申し込み

HPの見学申し込み
フォームより受付

医療生協さいたま医師体験レポート

高校生1日体験

医師や看護師をはじめとした医療職を目指す高校生のために行われる、埼玉協同病院の1日体験。実際に経験して彼らは何を感じたのか。参加した学生に、その感想を聞きました。

高校生の感想

医療を深く知ることで進路を考えるヒントに

医師や看護師の方々と一緒に回診をして、いろいろな体験をすることができました。肝臓の機能が衰え、足がむくんでいる患者さんの皮膚を触ったり、半身が麻痺した患者さんの手をとって実際にどうなっているかを見たり、聴診器をつけて呼吸の音や心臓の音を聞くなど、初めての体験ばかりです。また、往診に同伴したり、療法士さんが患者さんにご飯を食べさせている様子が見られたのも印象的でした。医療の大変さや楽しさを教えてもらうことで、自身の進路を考える材料を得ることができました。

これからの医療に必要なことを学ぶ

今まで往診は、ドラマで見たことがあるだけで、実際に見る機会はありませんでした。世の中には、往診を必要としている人がたくさんいることがわかり、びっくりしました。また、寝たきりになっているからこそ、かかってしまう病気もあるのだということを初めて知りました。車の中で、同行させてくれた医師から「往診を必要とする人はこれから増えていき、今の倍になるだろう」と言うことを教えてもらいました。今までは救急医になりたいかと思っていなかったのですが、診療所で働いてみたいと思うようになりました。救急であっても診療所であっても、将来は埼玉で医師をやりたいと思っています。

診療所編

★訪問診療を体験できる

★医者だけではなく他職種の体験ができる

デイケアの見学



ひとり暮らしや日中家で1人になる高齢者のためのデイケア。みんなで歌を歌ったり、将棋などのゲームをしたりするほか、リハビリテーションで体を動かしたりする様子を見学できます。

介護の現場を見学



ベッドに横になった状態の患者さんに、リハビリテーション科の職員が食事の介助をします。

AM 8:30

患者さんの問診同席



看護師さんが薬は飲めているのか、生活状況が変わった点はないのかなどの聞き取りに、隣で立ち会うことができます。

AM 10:00

PM 0:00 お昼休憩

レントゲン



頭部のMRI写真を見ながら、医師が患者さんの病状について細かく説明してくれます。

PM 2:00

PM 4:00 解散

高校生の感想

外側からでは分からない姿を知ることができた

院長先生の説明をお聞きして、埼玉県で医師として働きたいという気持ちが強くなりました。普段病院に来るだけでは、どうやって患者さんの情報を共有しているかなどは分かりません。今回はその様子を見ることができて、とても参考になりました。

実際に見ることで気持ちが変化！

手術室に入れていただくことができました。私は臓器から出る血が苦手なので、将来手術をするのは難しいと考えていましたが、器具の扱い方や人間の体の仕組みを詳しく聞くことで、考えが変わりました。

患者さんの苦しみを理解する第一歩に

今日1日医師体験をしてみて最も印象に残ったことは、人工呼吸器は患者さんにとってとても辛いものだということでした。機械から強い風が出て圧迫されるなか、息をするのは大変だなと感じました。私の祖父も人工呼吸器をずっとつけていました。話すこともできない状態だったから何も言えなかっただけで、本当はとても辛かったのだと初めて知りました。見ているだけだと伝わってこない患者さんの辛さを、ほんの少しにすぎないかもしれませんが知ることでよかったです。

協同病院編

★研修医と関わることができる

★手術室を見ることができる

リハビリ



リハビリテーション科の職員から、器具についてどんな病状の患者さんに適応できるものかなど、説明が受けられます。

胸部レントゲン



レントゲン画像の読影方法と、実際の事例を通してどんな病気なのかを研修医とともにクイズ形式で考えます。

AM 8:30

オリエンテーション



埼玉県や全国の医師の状況や働き方、医学部で学ぶことについての説明を受けられます。

AM 10:00

AM 11:00

エコー体験



エコー検査の機械を職員の体に実際に当ててみて、内臓の位置やエコーでの見え方を体験してもらいます。

PM 1:00 解散

※プログラムは事業所、日程により異なります。

さいたまあるある4コマ 陸、海、空？の所沢



さいたま豆の木 マメ知識
所沢の焼き団子

所沢といえば陸海空を制する？ で有名ですが(笑)、地元でしっかり根づいて愛されている自慢は「焼き団子」なんです。一説によるとその由来は、室町時代の武将太田道灌太田道灌が好んで食べたという故事にあやかり「道灌団子」の名で売り出したところ、旅人から大いに受けたとのこと。地域のイベントなどに店出されることも多く、老若男女問わず食べられています。

トトロのふるさとFriends

埼玉の医療を考える会

平和学習事前学習報告

長崎大学医学部5年 天笠 諒

平和や人権問題について
医師だからこそできること

今年3月の平和企画(広島)に続き、平和企画第2弾として10月に沖縄に行くことになりました。目的は沖縄戦の歴史や基地問題を題材に、憲法や人権に

について考えることです。

実際に沖縄を訪れる前に、8月に事前学習会を開催。埼玉県平和委員会の二橋元長さんより、沖縄戦の歴史や現在の基地問題について講演していただきました。戦時中、沖縄が国からどのような扱いを受けたのか、そしてそれが戦後にどう影響しているのかなど、本番に向けてよい学習会になりました。

戦争の歴史、憲法や人権など、基地問題について考える中で、学ぶべきことがたくさんあります。

また、琉球大学に通う医学生から「沖縄に住んでみて考えること、思うこと」を発表しても

らいました。彼らは県民投票をはじめ、全国で報道される内容と現地での実情とのギャップに違和感を抱いているようでした。これからの日本を担う若者が政治から目を背けるのは、本土も沖縄も同じなのでしょう。そして、国民の健康を守る医師になる私たちは、その事実をいかに捉え、考えるべきでしょうか。その切り口として、沖縄の基地問題はひとつのテーマだと思っています。

加えて、私は『憲法について』、国際医療福祉大の医学生は『靖国神社について』発表しました。靖国神社の件もとても興味深い内容であったので、今後

ぜひ訪れてみたいです。

沖縄は今もなお、戦時中の問題が根強く残っている地域のひとつだと思えます。この企画を通して、医師には戦争や平和を学び、考え、社会に訴える役割があるのだという私の思いを、少しでも伝えていけたらと思います。そして、この企画に参加する医学生が将来医師として何をしたいのか、社会から何を求められているのかを考えるきっかけとなることを期待しています。

- ※1) 平和企画: 医療生協さいたまの医学部奨学生が戦争について学び、将来の医療者として平和や戦争について学生同士で考えを深めあう企画。
- ※2) 埼玉平和委員会: 1949年に設立以来1人ひとりの平和の思いを大切に、平和のために行動する個人加盟のNGO(非政府組織)。

あなたも奨学生に!

医療生協さいたま・埼玉民医連では、以下の目標をきっかけ医学生の奨学生を募集しています。

また、それぞれの都道府県に民医連の事業所があり、様々な面からみなさんの学生生活をサポートさせていただきます。

夏には奨学生合宿、年末には埼玉奨学生交流集会などの企画があり、全国的にも「民医連の医療と研修を考える医学生のつどい(略称:つどい)」が行われ、医療・福祉・研修制度に関わる様々なことが学べます。ぜひ、あなたも奨学生の輪に加わることをご検討ください!

<埼玉民医連奨学生の目標>

地域から信頼される医師となるために、医師に求められる役割を理解し・医療・福祉・臨床研修制度のあり方について学びます。

*奨学金制度の概要につきましては、裏表紙のInformationをご覧ください。

NewFace Doctors

新入研修医紹介

今年の4月から埼玉協同病院で働きはじめた8名のドクターをご紹介します。



研修医1年目
外川 加奈子
KANAKO TOGAKA

山形大学出身。埼玉協同病院は、実家が近くにあり、弟と妹が生まれていることもあって小さい頃から身近な病院でした。ここではcommon diseaseを一通り経験できることが魅力です。また、病院を見学した際に、医師だけでなく看護師さんや介護士さんなど他職種の方々も含めて職場の雰囲気がよいと感じたことなどから、研修先に希望いたしました。



研修医1年目
橋本 弥生
YAYOI HASHIMOTO

東京女子医科大学出身。埼玉協同病院は見学のときにも、全体の雰囲気がいいのが印象的でした。しかも、研修医が活躍しており、病院全体で研修医を育てようという姿勢が感じられました。また、同期の研修医の人数も丁度いいと思いました。私自身が埼玉県出身ということもあり、埼玉県で働きたいと思ったことこの病院を選んだ理由のひとつです。



研修医1年目
古関 匠
TAKUMI KOSEKI

福島県立医科大学出身。埼玉県出身ということもあり、はじめから地元で研修をしたいと考えていました。病院見学をさせていただいた際に、医師や他職種の方々の雰囲気がよく、とても楽しかったことが印象に残っています。また、研修医の方々が自分で考え、自発的に動かれているのを見て、自分もこうなりたいという思い、この病院を選びました。



研修医1年目
黒須 友理香
YURIKA KUROSU

東京女子医科大学出身。私は将来、小児科を志望しています。小児科医には総合力が必要ですが、埼玉協同病院は、内科全般の疾患を幅広く扱っています。また、プライマリ・ケアが強みで、初期研修医が診察→検査オーダー→診断→治療→病状説明と一連の診療を担います。初期研修の間に医師として必要な総合的診療能力を養えると感じ、選びました。



研修医1年目
鷹尾 純
JUN TAKAO

聖マリアンナ医科大学出身。MEC Found主催の「レジナビ」で埼玉協同病院を知り、興味を持ちました。実際に見学に行ってみると、病院で働いているスタッフ全体が、総出で研修医を育てているんだという雰囲気が感じられました。さらに、熱血院長の教育方針にも賛同したため、埼玉協同病院で研修したいと思い、選ばせていただきました。



研修医1年目
瀧井 未来
MIKU TAKII

岐阜大学出身。埼玉協同病院で生まれて以来、患者としてお世話になってきました。私や私の家族にとって、大変身近な病院です。これまで高校生1日医師体験や病院見学などにも参加してきたなかで、医師だけでなく看護師、介護士など他職種の方々の優しさ、暖かさを感じました。研修医が主体的に働ける研修の体制にも、魅力を感じています。



研修医1年目
田中 栞
SHIORI TANAKA

秋田大学出身。高校生のときに埼玉協同病院の1日医師体験に参加し、雰囲気のよさに感動した覚えがありました。病院見学では患者さんの生活環境まで考えており、患者さんとの距離が近いことに魅力を感じました。女性医師が多いことも選んだ理由のひとつです。生まれ育った埼玉県の医療に携わりたいという思いがあり、研修先を選びました。



研修医1年目
富山 桃子
MOMOKO TOMIYAMA

北里大学出身。地元出身者として、日本一医師数の少ない埼玉県の医療に携わりたいと思っていました。埼玉協同病院は研修プログラムがしっかりしており、全員が内科からスタートするのが魅力的です。6年のときに1ヵ月間病院実習をさせていただいたときも、地域に必要とされていることを体感し、私もこの病院で地域医療に貢献したいと思いました。

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できず、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こと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