

津南病院で地域医療研修を行なって

東京慈恵会医科大学附属病院 初期研修医 福島 友紀

新潟県津南町で過ごした2ヶ月間は、都市部での医療とは全く異なる視点を学び、地域医療の重要性を実感する貴重な機会となりました。

まず、津南町に到着した際の第一印象は、「本当に田舎に来てしまったな…」というものでした。東京から新幹線で越後湯沢駅まで移動し、そこから車で峠を越えて辿り着いた津南町は、日常の喧騒から離れ、自然と田園風景に囲まれた静かな環境でした。東京とは全く異なる生活環境の中で、自然と共に生きる津南町の方々の生活スタイルに触れ、都市生活では見過ごしがちな「自然との共存」の大切さを改めて考えさせられました。

津南病院での研修が始まると、まず感じたのは患者さんの高齢化とその元気さでした。津南町は日本でも有数の高齢化地域であり、病院を訪れる患者さんの多くが80歳以上でした。しかし、その多くが非常に活動的で、畑仕事をしたり、日常的に運動を行っている姿に驚かされました。稲刈りの話題も多く、自然と共に生活し続けることで健康を維持していることを実感しました。

一方で、担当する患者さんのほとんどが80歳以上という、東京とは全く異なる環境で、高齢者とのコミュニケーションに最初は苦労しました。耳が遠い方や、方言や訛りが強い方、記憶が曖昧で病歴聴取ができない方、不定愁訴が多く、具体的な症状の訴えがはっきりしない方など、さまざまなケースがありました。特に、「なんぎ」という言葉が、症状の有無を簡便に確認する指標になると感じました。どの世代の方も、苦痛を感じた際には「なんぎい」と表現するからです。患者本人の意思疎通が難しい場合には、家族の意見や話を参考にすることも非常に重要だと学びました。

入院患者の主治医としては、治療方針や退院時期、転院の検討、本人や家族への病状説明、転院時の搬送の付き添いなど、さまざまな経験を積むことができました。東京での勤務と比べると、より大きな裁量権を持って働くことができ、非常にやりがいを感じました。

また、地域医療の一環として訪問診療に参加させていただいたことも、都市部の病院では経験できない貴重な体験でした。津南町やその周辺地域では、病院へのアクセスが困難な家庭が多く、訪問診療の重要性を強く感じました。実際に患者さんの自宅を訪問することで、生活環境やインフラの問題に直面し、そこでのケアの重要性を学びました。急な坂道や雪国ならではの高床式住居、猛暑の中で適切な冷房を使用できていない家庭など、病院の中では見えない問題が多く存在することを知りました。訪問診療は地域に根差した医療として、患者さんの生活全体をサポートする重要な役割を果たしていることを実感しました。

さらに、津南町での高齢者向けの健康体操や水中運動にも参加する機会があり、地域全体で高齢者の健

康を維持する取り組みの重要性を学びました。運動を通じて、単に体を動かすだけでなく、人との交流が認知機能の維持に繋がっていることを実感しました。90歳を超える方々が私以上にスムーズに体を動かしている姿を見て、その活動が地域の健康維持にどれほど貢献しているかを肌で感じました。

津南町での研修を通じて、私は「治す医療」だけでなく、「維持する医療」の重要性を深く理解しました。特に高齢化が進む地域では、疾患の完治を目指すだけでなく、患者さんの日常生活レベルを維持し、快適に過ごすための医療が求められていることを強く感じました。これは、東京のような大都市ではあまり考えることのなかった視点であり、高齢化や限られた医療資源といった多くの制約がある地域医療ならではの考え方だと思います。

また、地域医療の現場では、医師だけでなく、看護師、理学療法士、ケアマネージャーなど、多くの職種が連携し、チームとして患者さんを支えることが重要です。津南病院でのチーム医療は、その実践の場として私に多くの学びを与えてくれました。

最後に、津南町での研修を通じて感じたのは、地域のつながりの強さと、人と人との支え合いです。津南町の皆さんはお互いのことをよく知っており、通院や日常生活で支え合う姿は非常に印象的でした。地域全体が一つの大きな家族のように感じられ、このような地域での医療は、患者さんの生活そのものに寄り添うものであり、今後の医療においても非常に大切な視点だと感じました。

津南町での経験を糧に、これからも広い視野を持って、患者さん一人ひとりに寄り添う医療を実践していきたいと思います。林院長をはじめ、上級医の先生方、優しくフレンドリーに接して下さった津南病院の看護師さん、薬剤師さん、職員の皆さん、そしてこの貴重な機会を与えて下さったすべての方々に、心から感謝申し上げます。