



たわれじ

病院長新年のあいさつ

病院長 入江 隆

新年明けましておめでとうございます。

昨年のしまね臨床研修医合同研修会で「研修医のみなさんへ伝えたいこと」というタイトルで講演をさせていただきました。そこでは、デールカーネギーの「道は開ける」と「人を動かす」の二つの本について解説しました。繰り返しのようになりますが、あらためて要点とまとめを記しておきます。

「道は開ける」では、悩みを克服する第一歩として「今日、1日の区切りで生きる」ことがいかに大切かについて述べました。毎日の生活の中で、過去（息絶えた昨日）を閉め出し、未来（まだ生まれていない明日）を閉め出す。明日の重荷に昨日の重荷を加えて、それを今日背負うとしたら、どんな強い人でもつまずいてしまいます。人が救われるのは今日という日だけです。この本をまとめると、人生は「今日たった1日」。与えられている環境に感謝しながら人に喜ばれることをする。大きな問題がでてきた時、現状を分析し、最悪の事態を想定し、これを大きくプラスにできないかを考え行動に移す。人の非難は気にせず、人を非難しない。小さなことにこだわらず、今日1日を精一杯生きる。

次に、人間関係について書かれた「人を動かす」では、人を動かす基本的な原則は「相手に重要感をもたせる」ことだと述べました。そのためには、相手について批判や非難をしない。気に入ったことがあれば心からほめる。相手の立場にたって、相手の利益について考えることが大切です。議論や理屈で打ち負かしても、相手は決して納得しません。逆に反感をつのらせるだけです。人を動かすには、相手の立場にたって、相手の望んでいることをつかみ、そして、正当に評価する。誠実な心で接すれば、人は必ず心を開きます。人を動かすには人の心を動かすことです。

いかがですか、あの日から実践していますか？新年を迎えるにあたり、あらためて心に刻み、悩みが生じたら、あるいは人間関係がうまくいかなかった際には、思い出してみてください。

皆さまのご活躍をお祈りいたします。



初期臨床研修

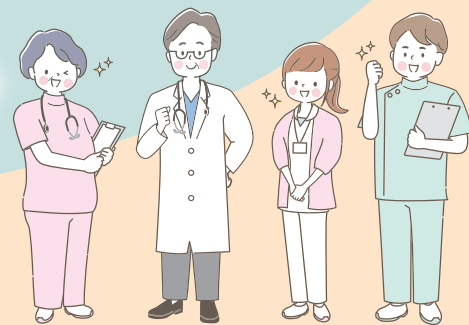
理 念

プライマリ・ケアから高度な医療まで幅広い経験を積むとともに、様々な医療従事者と密接な連携のもとで多くの患者に接することにより、医師として必要な人格を育み、広く社会の医療福祉に貢献できる人材を育成する。

基本方針

- ①臨床医として必要なプライマリ・ケアの基本的な診療能力（知識・技能・態度）を習得する。
- ②人としても信頼される人格・素養を身につけ、思いやりの心を持って患者およびその家族に向き合い患者中心の全人的医療を行える。
- ③チーム医療の一員としての役割を理解し、他職種と協働して診療することができるコミュニケーション能力を身につける。
- ④医療安全の本質を理解し、実践する能力を身につける。
- ⑤地域の中核病院としての役割を理解し、健康の保持、疾病の予防から社会復帰に至る医療全般の責任を有することを自覚し、行動できる。

研修協力病院・協力施設へ 研修に行ってきました



松江赤十字病院 ～ 救急研修 ～

1年次研修医 井田 千紗子

当院の初期研修医プログラムは、松江赤十字病院の救急研修も選択が可能です。

私は、3次救急病院であり救急患者数も豊富な松江赤十字病院で研修を行うことで、より様々な症例を経験し救急対応力を身に付けられると考え、昨年8月に1か月間の研修を行わせて頂きました。松江日赤の救急外来は、患者数が多いぶん、救急専門医が毎日2,3人ほど常駐しており、看護師含めた医療スタッフが充

実していて、当院とはまた少し異なる雰囲気・環境でした。

研修内容としては、救急患者のfirst touchを行い、考えた検査や治療方針などを指導医にご相談し、丁寧なフィードバックを頂きました。各検査をオーダーする目的、診断の根拠、画像の読影、エコー手技など細かくご指導いただき、普段の慌ただしい日当直では経験できないような学びも得ることができました。

まだまだ未熟ではありますが、松江日赤の救急研修で経験し学んだことを活かして、今後とも当院の救急診療にも励んで参りたいと思います。

1年次研修医 池田 祥碩

令和4年11月に松江赤十字病院で1ヶ月間救急研修をさせて頂きました。私が松江赤十字病院での救急研修を希望したのは三次救急対応を経験したいからでした。救急診療は一次・二次・三次に分かれており、三次救急とは二次救急では対応できない重症な患者を受け入れ、治療を行う救急診療を指します。松江市立病院は二次救急診療を提供している病院であり、松江圏域では松江赤十字病院でしか経験できない三次救急診療について見聞を広めたいとの思いから1ヶ月間研修させて頂き、市立病院では経験できない重症な患者の診察に携わることができました。交通事故による高エネルギー外傷やshock vital（血圧などの値が低く、直ちに治療が必要な状態）など市立病院では経験してこなかった症例を赤十字病院の救命救急科の先生方の指導のもとで診察に携わ

り、診察や治療について教わりました。診断や治療に素早さが求められる重症な患者さんの診察・治療において知識は勿論、経験が重要となるため、今回の研修を通じて第一線で活躍される先生方から教わりながら経験したことが今後の診療行為に資すると感じました。

またエコー検査の経験を多くさせて頂きました。救急診療のみならず外来業務など様々な診察において有用なエコー検査ですが、術者の技能がよく反映されるとされており知識と経験を蓄積していくことが大切な検査です。松江赤十字病院では救命救急科の先生など知識と経験を持ち合わせた先生の指導のもとでエコー検査の経験を積むことができ、この経験もまた今後の診療行為の質を向上させることができると感じます。

今回の研修を通じて経験したことを糧とし、益々研鑽に努めていきたいと思っています。

知床らうす国民健康保険診療所 ～ 地域医療研修 ～

2年次研修医 太田 純歌

地域医療研修の一環として、10月に知床らうす国民健康保険診療所で研修させて頂きました。羅臼町は知床半島に位置する人口約5000人の町で、海の向こうには国後島が見えます。知床は世界自然遺産でもあり、しばしば野生動物と遭遇する自然豊かな環境でした。自分自身、道東を訪れるのは初めてで不安もありましたが、診療所の皆さんが温かく迎えてくださり、充実した研修になりました。診療所は常勤の医師1名で、日々の外来診療に加え、24時間体制での救急患者の受け入れや、一般病棟への入院患者の受け入れを行っています。CT、MRI、透析などの設備があり、在宅での診療や看取り、施設への訪問診療も行われていました。また、近隣の町から離れているという地理事情から、輸血や酸素などの資源が届くのに時間がかかること、町外の医療機関への通院が難しい高齢者が多いことなどの問題点もありました。近隣の医療機関への搬送にも同行しましたが、救急車で片道約3時間、往復300km以上の長距離搬送は容易ではありませんでした。このようなへき地ならではの不便さは、羅臼を訪ねなければ気づくことができなかつたように思います。

1か月の研修を通して、限られた医療資源の中で地域医療を支えることの責任感や、あらゆる症例に対して日々勉強することの重要性を肌で感じる事ができました。羅臼でへき地医療の実際

を体感できたことは大変貴重な経験になりました。また来年度以降も、初期研修医の先生が羅臼で研修され、未永く関係を築いていただければ大変嬉しく思います。最後になりましたが、熱心にご指導いただきました木島先生をはじめ、診療所の皆さんに心より感謝申し上げます。



加藤病院 ～ 地域医療研修 ～

2年次研修医 飯田 みずき

私は昨年9月の1か月間、社会医療法人仁寿会の加藤病院で研修をさせていただきました。仁寿会は加藤病院の他に介護保険施設や診療所、在宅療養支援センターを有しており、研修では外来、病棟、救急外来といった基本的な病院業務から、個人宅や介護施設への訪問診療、無医地区への巡回診療に同行したりと、地域医療研修ならではの経験を沢山積ませていただきました。また、ケアマネージャーやMSWに同行し社会復帰支援を学んだり、学校医業務として川本小学校の健康診断に同行、産業医業務として健康教育や衛生委員会にも参加させていただきました。加藤病院は、地域に密着した医療サービスを提供されており、患者への関わり方がとても深いことが印象的でした。今まで患者の退院後の生活の仕方を考慮することなく、ただ目の前の病気や状態を改善させ

ることしか考えていなかったことに気づかされました。患者一人一人に異なる背景や生活を意識することが必要であり、そのためには自分一人の力だけでは到底不可能で、専門職連携が不可欠であることも実感しました。

邑智郡川本町の高齢化率は45%を超えていますが、高齢で元気な方の多さには驚きました。100歳前後の方が元気で活発的に農業や畑仕事をされていたり、ワクチン接種会場に独りで歩いて来られていたり。衝撃を受けると同時に日頃の運動の大切さを痛感しました。

最後になりましたが、加藤病院で研修させていただきました有り難うございました。加藤先生をはじめとした先生方、看護師の方々、その他救命士、検査技師、事務の方々など病院内外を通じて研修に携わっていただいた方々のおかげで楽しく、有意義な1か月を過ごすことができました。この場を借りて御礼を申し上げます。

大国内科クリニック ～ 一般外来研修 ～

2年次研修医 齊藤 悠里子

私は2022年10月の1か月間、松江市内にある大国内科クリニックで一般外来研修をさせていただきました。大国内科クリニックは、内分泌・糖尿病を中心に一般内科の診療をされています。採血や尿検査、レントゲン検査といった基本的な検査は院内で行うことができ、糖尿病や高血圧症、脂質異常症といった一般的な内科疾患を広く診察されています。通常の診察以外にも、甲状腺エコーや甲状腺穿刺、常駐されている検査技師さんによる頸動脈エコーや脈波測定、栄養士さんによる栄養指導など、診療内容は多岐にわたり、幅広い疾患のフォローをされていました。また、定期通院されている患者さんだけでなく、検診や予防接種と

いったような臨時の受診も多く受け入れられています。このクリニックにおいて、診察前の問診やワクチン接種業務、採血など、幅広い業務を経験させていただき、大変勉強になりました。私がお邪魔した10月はインフルエンザワクチンの接種開始とも重なり、通常業務に加えてワクチン業務もある忙しい時期でしたが、様々な業務を教えていただき、クリニックの一員として働かせて頂けたように思います。このように、研修医として個人病院で研修する機会は大変貴重であり、様々な経験ができた1か月でした。わからないことも多い私に、丁寧に様々なことを教えてくださった大國先生をはじめとしたスタッフの方々に感謝でいっぱいです。こちらでの経験をもとに、残り少ない研修期間ですがさらに励んでいきたいと思っています。本当にありがとうございました。

松江市・鳥根県共同設置松江保健所

2年次研修医 黒川 透

私は10月の初旬から中旬にかけて松江保健所で研修を行わせていただきました。

今日も猛威を奮っているCOVID-19感染症ですが、保健所では感染者数の把握や検体搬送、患者の入院措置・宿泊療養、積極的疫学調査などが行なわれています。10月は第7波のピークが過ぎ少し落ち着いた様子でしたが、保健所では毎朝の発生者数共有のカンファレンスが活発になされていました。私は普段松江市立病院内でしか診療を行なっていなかったため、このような会議に参加することを通して多くの人たちの関わりがあって鳥根県の医療が支えられていることを改めて実感しました。

話は変わりますが、皆様は「健康長寿しまね」という概念をご存知でしょうか。これは保健所の健康増進課が主体となって行われている「食生活の改善」と「運動習慣の促進」によって健康寿命を延伸することを期待するという鳥根県の取り組みの1つです。鳥

根県では、65歳の時点においてその人がその後自立した生活があと何年送れるかを「健康寿命」とみなし、その健康寿命を伸ばそうという試みを住民主体となって行うように取り組まれていました。その取り組みの一環として、働き盛り世代を対象に国交省国道事務所に出向く健康づくり出前講座が10月に行われました。運動不足、野菜不足、塩分摂取過多の心血管イベントのリスク増加についての説明や、これらの具体的な1日の目標などについて説明されていました。厚労省が推奨する具体的な数字としては、1日の塩分量（男性7.5g、女性6.5gまで）、1日の野菜摂取量（350g以上）、1日の歩数（男性9000歩、女性8500歩）が掲げられています。なんと塩分摂取量は鳥根は全国平均以上だそうです。皆様はどうでしょうか。食事や運動に意識を向け、少しずつ生活習慣を見直していくことが大切だなと感じました。他にも、動物棟、ギャンブル依存症外来、4ヶ月検診などについてのお話を聞かせていただきました。

この度の保健所研修で学んだことを今後の医師人生に活用していきたいと思っています。

2年次研修医 三好 淳也

10月3日～10月14日までの2週間、松江保健所で研修を行いました。病院内では経験することのない結核患者に対するDOTS（直接服薬確認療法）訪問、動物棟見学、精神保健福祉法23条通報に対する同行など、数多くのことを経験し、様々な発見がありました。職員の皆様がCOVID-19感染症への対応にお忙しいと

ころ、保健所の業務について丁寧に説明くださいました。保健所は、医療・介護・福祉・行政と色々な業務を包括的に行っていることを実感しました。初期研修の時に保健所での研修の機会を逃すと保健所について知る機会は今後なかなか持たないと思うので、今回の保健所での研修は非常に有意義なものとなりました。後輩の研修医にも勧めたいと思います。

しまね臨床研修医 合同研修会に参加しました

「しまね臨床研修医合同研修会」が開催され、当院の1年次研修医も参加しました。講師の先生方の講演、ワールドカフェ、そして同級生との久しぶりの再会もあり、とても充実した時間を過ごされたようです！



日本内科学会中国支部主催 第127回中国地方会

日本内科学会中国支部主催の「第127回中国地方会」がWeb開催され、指導医の先生が見守る中、1年次研修医2名が発表を行いました。お忙しい中、当日の発表ぎりぎりまでご指導いただいた先生方、本当にありがとうございました。



CPC(臨床病理検討会) を開催しました



「発症時刻不明のCPAで救急搬送となった1例」

*今後の主な予定

- 2月16日(木曜日) しまね研修ナビ (オンライン開催)
- 2月22日(水曜日) CPC(病理症例検討会)



研修協力施設合同説明会を 開催しました

次年度の地域医療研修に向けて、研修協力施設による合同説明会をオンラインにて開催しました。

毎年、松江赤十字病院と合同で開催しており、今回は松江赤十字病院の皆さんに準備等お世話になりました。研修協力施設の先生方にはお忙しい中、魅力ある素晴らしいプレゼンテーションをしていただきありがとうございました。



病院長との意見交換会を 開催しました

毎年恒例となっています病院長との意見交換会を行いました。

研修医の先生からのさまざまな意見・要望に可能な限り対応していけたらと思っています。



病院公式SNSを開設しました。みなさんのいいね！フォローよろしくお願いします



松江市立病院
Matsue City Hospital

〒690-8509
島根県松江市乃白町32番地1
TEL(0852)60-8000 (代)
FAX(0852)60-8005

発行者/松江市立病院 病院長

編集/診療支援室