

## 研修報告書No. 6

研修先 四万十市国民健康保険西土佐診療所  
所 属 大阪市立池田病院 研修医

### 高知県西土佐診療所での地域医療研修を終えて

私はこの度、初期研修における地域医療研修の一環として高知県の西部に位置する四万十市の西土佐診療所で1か月間臨床研修をさせていただきました。

今回研修させていただいた西土佐診療所は有床の本院のほか、出張診療所（奥屋内、口屋内、大宮の3ヶ所）もありました。

研修内容としましては主に、出張診療での外来、本診療所での外来および病棟業務、リハビリの見学、入浴介助などでした。一週間のスケジュールとしては概ね以下の表の通りでした。研修で特に印象深かった事として、研修3日目に近くの役場で地域住民に対して行った市民講座を挙げたいと思います。講座の前に検診も兼ねて看護学生が来場された方々の血圧を測っていました。内容としては普段は主に高齢者に対し、メタボリックシンドローム、食生活での指導・注意点などの予防医学のほか、虫刺症など土地柄に即した講義もされているそうです。しかし今回は少し趣向を変え、防災に関する講義でした。特に、東日本大震災以降、テレビや新聞などでも連日報道されており、一般の人々も防災の意識が高まりつつあると思いますが、報道される内容としましては、災害規模や被災地域の想定や、防波堤の建設、避難場所の啓蒙といった事が多いと思います。今回はより身近に、主に医療者としての立場から、日頃から備えておくものや災害時の注意点、また災害時の診療所の対応などをテーマとしていました。中でも特に強調されていた事が飲料水3日分の確保と高血圧や糖尿病患者さんに対する降圧剤や経口血糖降下薬、インスリンなどを常備しておく事で、診療所でもいざという時のために、1週間程度多めに処方しているとのことでした。また、ガラスの破片などで怪我をしないためにも、非常用ライトを枕元においておくこと、裸足で歩かないことなどを言われていました。というのも、怪我をした場合、破傷風のワクチンの備えも制限があり、感染症等にかかるとさらに抗生物質も必要となってくる事態も予想され、自ら防げることは自分で防ぐという自助の概念も啓発されていました。また災害時の診療所でのトリアージの必要性にも言及されていました。

次に、高知県の地域医療の状況ですが、今回研修させていただきました所は僻地の診療所ということで、人員・設備ともに不足しており、対応が難しい患者さんには車で約1時間の市中病院に行って頂いているといった印象でした。緊急性を要する疾患であれば、更に厳しい状況です。日本全国の国民が等しく、質の高い医療を受けられるのが理想ですが、

地域格差がまだまだあるというのが実情だと思います。またこれは全国的にも同様の状況ですが、特に高知県の僻地では高齢者の割合が高く、定期受診の 9 割近くが高齢者といった印象で、老老介護は当たり前といった状況でした。近くにいくつかの老健施設はありましたが、まだまだ施設も人員も不足しているように感じます。

今回の研修では、プライマリケアの必要性を学ぶことができたと思います。市中病院のように各科が揃っていて、何かあればすぐにコンサルトできる状況ではなく、どの科であってもある程度は自ら診断し、治療方針を決定しなければならず、総合診療科の重要性を認識しました。また、地域住民との距離が非常に近く、緊密なコミュニケーションが取れていると思いましたが、地域住民から必要とされていると実感でき、地域に貢献したいという熱意のある者にとって、非常にやりがいがあると思いました。

最後になりましたが、お世話になりました医療スタッフの皆様、地域住民の方々に心より感謝致します。

	月	火	水	木	金
午前	外来（本院）	出張診療所 （奥屋内）	外来（本院）	出張診療所 （口屋内）	出張診療所 （大宮）
午後	出張診療所 （大宮）	外来（本院）	老健施設往 診	老健施設往 診、リハビリ	外来（本院）