

研修報告書No. 1 2

所 属：聖マリアンナ医科大学病院研修医

研修先：佐川町立高北国民健康保険病院

仁淀川町国民健康保険大崎診療所

この度、私は僻地研修として佐川町立高北病院および大崎診療所で研修させていただきました。研修期間が9月ということもあり非常に過ごしやすい環境の中、研修させていただきました。

私の出身も高齢化の進む地域ということもあり、都市部との医療サービスの違いや、地域での高齢化への取り組みなどを勉強させていただこうと思い、研修先として選ばせていただきました。研修させていただいて一番印象に残ったことは、お年寄りがとてもお元気であるということです。都市部では、高齢者といわれる年齢になると、足腰も弱ってきて御自分の力だけで歩くことが困難になる方が多い印象があります。しかし、私が研修させていただいた佐川町や仁淀川町の高齢者の方々は、足腰もしっかりしていて90歳を超えている方でも畑仕事をされていたり、買い物に出かけたり、公民館などでの集まりに元気に参加している方がとても多く驚かされました。佐川町も仁淀川町もは少子高齢化が深刻な問題となっている市町村ではありますが、若者が少ない代わりに、高齢者の方々が自立して生活されることで、足腰が衰えることもなくお元気に生活されているのだと感じました。また、その生活を支えるべく、地域での高齢者の方々に対するサービスが非常に充実していることにも驚かされました。百歳体操という高齢者の方の筋力維持を目標とした独自の体操が公共施設で行われたり、医師や栄養士などの講演が定期的に行われており、多くの方が参加されていました。こうした活動によって、住民の方々は健康への意識が高く、お元気で生活されている方が多いのだと思います。

同時に感じたのは佐川町や仁淀川町での深刻な医療スタッフ不足です。いくら健康に気を使われていても、高齢になればなるほど体に不具合が生じやすくなるため、高齢者の多いこのような場所では多くの医療機関の必要性があります。高北病院は医療設備の整った病院ではありますが、より高度な医療を必要とする方は、高知市内までの搬送が必要となります。市内までは救急車でも30分以上かかり、1秒を争う病態にあっては時間がかかりすぎてしまいます。住民の方々が安心して生活を送るためには、より充実した医療施設や医療スタッフの必要性を感じさせられました。これは私の故郷を含め、高齢化の進む地域ではどこでも深刻な問題ではあります。高知県で御指導いただいた先生の多くは地元出身の先生であり、地元に戻ってきたくなる環境づくりをされている高知県の取り組みはすばらしいと感銘を受けました。佐川町や仁淀川町の方々は、みなとても人当たりよく、温かな方が多くとても楽しく研修させていただくことができました。ここで学ばせていただいたことを、これからの研修そしてこれからの医療に活かしていければと考えております。本当にありがとうございました。