

連時 *Renpoh*

No. 343

発行日●令和 2年 6月 30日

発行人●飯田メディカルヒルズ

編集 IMH 広報委員会

長野県飯田市毛賀 1707 番地

TEL 0265-26-8111(代)

特集

輝山会で働く医師たち ～こんな一面持っています～



目次

特集

- P2 時々ドラマを叩いています … 原 Dr
我が家の愛犬「ぶく」………… 露久保 Dr
- P4 空手の魅力 ……………… 前本 Dr
自慢のペット「ももた」…… 土屋 Dr
- P6 医師を志すきっかけ …………… 清水 Dr
友情・努力・勝利 …………… 下平 Dr
最近の私の趣味 …………… 足立 Dr

- P3 輝山会とのなれそめ …………… 平井 Dr
在宅医の使命 ……………… 仁科 Dr
- P5 ロードバイク ……………… 加藤 Dr
圧迫骨折について …………… 川村 Dr

P7 ~ P8 新医師臨床研修制度～地域医療研修～

輝山会で働く医師たち～こんな一面持っています～

夏の陽射しを感じる季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。今号では当院をより身近に感じていただけるよう、『輝山会で働く医師たち～こんな一面持っています～』と題し、外来担当医師11名を紹介させていただきます。輝山会記念病院は、地域の皆様が気軽に安心安全で質の高い医療を受けられるような、「かかりつけ病院」を目指します。



時々ドラムを叩いています

理事長補佐・総合健診センター長 原 修



私の元来の専門分野は一般外科と言って、消化器外科や乳房や甲状腺などの内分泌外科など総合的に手術する外科でした。約10年東京の国立国際医療研究センターで修行した後、出身が飯田でしたので縁あって輝山会記念病院に就職することになり、現在に至っております。当時、外科だけでは物足りないため、今でこそ一般的になってきました総合診療科を立ち上げ、外科も内科もなく、できるだけ多くの疾患について勉強してまいりました。基本的には外科と消化器内視鏡の専門医です。未だに新たな技術に挑戦し続けています。

趣味は音楽とゴルフですが、ゴルフは下手です。音楽はドラムの演奏を時々やります。飯田高校の軽音楽同好会時代からドラム叩いていますが、大学では「メルティング ポイント」というロックバンドと「はら ほんとか? バンド」というジャズバンドで演奏していました。その後しばらく遠ざかっていましたが、医師会のビールパーティーに出演することがきっかけとなって、最近時々ドラムに触っています。今は、気の合った仲間が増えて新しいユニットが形成されつつあり、何か面白いことができないか考えています。乞うご期待！

我が家の大愛犬「ふく」

院長 露久保 辰夫



みなさま、いかがお過ごしでしょうか？今日は我が家の一員である愛犬の紹介をしたいと思います。「ウェルシュコーギー・ペンブローク」という犬種をご存じでしょうか。そう、あの短足でドチッとした風貌の犬です。イギリスのエリザベス女王の愛犬として有名です。イギリス王室御用達の気品のある？犬ですが、我が家の犬の名前は「ふく」といいます。もともと牧畜犬で牧場を走り回り牛たちを追い立てることが仕事であった犬種のため、我が家でも元気に庭を走り回り、不審な人が通りかかると大きな声で吠え立てます。ひとまず番犬にはなるようです。足が短いせいか“ふせ”をするときに手足を投げ出すようにして伏せるため、初めて見る人には「かわいい」と好評です。よく仰向けて寝ています、「へそ天」といいます。

最近獣医さんから減量するように指導されたためダイエットに挑戦していますが、おなかがすくせいか散歩の時によく拾い食いをするようになりました。犬を飼い始めてよかったことは、散歩に連れ出すために以前より歩くようになったことでしょうか。週末のよい運動になりますし、また普段気がつかなかった近所の様子を再発見できることも楽しみです。いろいろと手がかかることがあります、これからも無邪気な笑顔で末永く元気でいてくれることを願っています。





輝山会とのなれそめ



副院長 平井 敦

生まれは愛知県で、大学卒業まで自宅から通っていました。

医学部卒業後は自宅から離れ愛知県の岡崎市で医師人生を始めていますが、それでも愛知県外の病院へ勤務したことはなく外科一筋の生活を送っていました。

輝山会とのなれそめは、医学部の学生時代に実際の医療の現場を肌で感じるために見学に来たことです。自然豊かな環境や、患者さんの病気のことだけでなく家庭環境まで把握したうえで医療を提供している職員の方々の仕事に心ひかれた覚えがあります。

輝山会へ来るまでは手術三昧の生活をしていましたので、趣味は手術と言えるぐらい他のことには興味もありませんでした。が、ふるさと納税が世間で話題になるころから寄附を始め、今でははまっているといつても差し支えなくなっています。

寄附をすると特産品がいただけて所得税や住民税が安くなるという仕組みです。が、寄附をした市町村に手続きのための書類を送るか確定申告をしなければならず、思ったより手間のかかる仕事を毎年年度末が近づくとしなければいけないため、割とストレスの多い趣味と言えるのかもしれません。

在宅医の使命



副院長・地域医療対策部長・統括診療所長 仁科 裕之

私は平成8年に地元飯田に戻り輝山会でお世話をしています。

それまでは東京女子医大腎センターで腎不全患者さんの外科一般手術を始め、シャント手術、腎移植、肝移植などの治療を行っていました。もともとは外科医でしたが、現在は病院での外来診療と輝山会が運営する3ヶ所の診療所の所長として、近隣の方達の診療と自宅で療養を行っている患者さん達への在宅医療を行っています。

そのほかに、地域の小学校や保育園に通う生徒さん達の健康管理、特養「きりしま邸苑」の配置医として入居者の診療を行い、医療と介護の両方に携わる仕事に毎日追われています。その中で特に力を入れているのが在宅医療です。在宅医療とは今まで通院していた患者さんが通院困難となった時、こちらから家へ訪問を行い、自宅での診療を受けるサービスです。住み慣れた環境での生活を支えるため、訪問看護、病院と連携を取り24時間体制で緊急時の対応が取れるよう体制を整え、必要であれば入院をしてもらい、安心した生活が送れるよう定期的に自宅での診療を行います。在宅での看取りや、時には夜中に患者さんから呼ばれる事がありますが、そういう時こそ適切な対応をする事が、在宅医の使命であると考えています。

趣味はゴルフです。毎週日曜日は早朝からゴルフの打ちっぱなしに行くのが楽しみでしたが、最近は新型コロナウイルスの影響で練習を控えているのが現状です。早い収束を願っています。



上久堅診療所



下久堅診療所



下條診療所



空手の魅力

副院長・医局長・救急センター長 前本 勝利



私の趣味は空手の試合を観ることです。子供たちが小さなころから空手を習っていて試合を觀ることが多くなり、だんだんと魅かれていきました。

空手には相手がいることを想定して演武を行う「形（かた）」と技を繰り出し相手と戦う「組手（くみて）」の2つがあります。「形」は防御（受け）と攻撃（突き、蹴り）の技を組み合わせた演武で、繰り出す技の正確さ、力強さ、スピードなどのキレで競い合います。重厚感や緩急のつけ方で同じ形を演武していくても全く見え方が変わってきます。演武中の集中力、迫力はすさまじく一瞬にして会場全体の雰囲気を張り詰めた緊張感のある場に変え、観ている人を魅きつけます。「組手」は相手の決められた部位（上段、中段）に突き、蹴りといった技をきめて勝敗を争います。集中力、瞬発力がすさまじく、その中に間合いを取り合う駆け引きがあります。間合いに入った時には目にもとまらぬスピードで技がきまるため一瞬たりとも目が離せません。

空手は決して殴り合うものではなく身を守ることを目的としており「空手に先手なし」と必ず受けることから始まります。新型コロナウイルスの影響で東京オリンピックが延期となりましたが、皆さんも空手の試合を観て空手の魅力に触れてみてはいかがでしょうか。

自慢のペット「ももた」

常務理事・副院長 土屋 公威



我が家自慢のペットを紹介したいと思います。赤毛の豆柴犬「ももた」です。あるテレビ番組をきっかけに子どもたちが柴犬を大好きになり5年前に飼い始めました。私にとっては初めての動物飼育でしたので当初は付き合い方もよくわからず触るのもおそるおそるでしたが、いったん慣れてしまえばももたとの散歩が一番の愉しみになり今では我が子同然の存在です。

米国のある作家の言葉に「犬を飼う前は犬との生活がどんなものか全く想像できないだろう。しかし、犬を飼い始めた後はそれ以外の生活を想像できなくなるだろう」とあります、まさしくその通りです。

責任を持って動物を管理することはもちろん苦労も多いですが、得られるメリットも多々あり、散歩の機会が増え身体的健康が向上する、心が穏やかになり精神的健康が向上する、餌やりや散歩で自身も規律正しい生活になるため血圧・血糖・コレステロールが低下する、幼少期に動物と触れ合うとアレルギーの予防になる、などの報告があります。

また昨今は感染予防のため外出自粛を余儀無くされる日々ですが、伴侶動物の存在は家庭内でのかけがえのない癒やしです。



ロードバイク

診療部長・総合リハビリテーションセンター長 加藤 譲司



私は37歳の時に、大学時代と比べ体重は10kg増え腹囲も85cmとなり、通勤でも運動できればと思いインターネットで入門用のロードバイクを購入しました。少しでも体力増進と思い自転車通勤は雨や雪でない限りほぼ毎日続けました。何となく6年間同じロードバイクに乗っていましたが、もっと性能のいい本格的なものが欲しくなり、43歳の時に奮発して念願のカーボンフレームのロードバイク、“FOCUS Cayo Ev.6”を購入しました。カーボンフレームに初めて乗り、ペダルを踏み込んでみると「軽く前へ進む」というのを実感して感動したのを覚えています。本格的なロードバイクに乗り出すと自分を試すため大会へ出ることを決めました。

46歳で初めてのレースである「中央アルプス・ヒルクライム駒ヶ根高原ステージ」へエントリーし、その後は、「ツール・ド・八ヶ岳」、「ヒルクライム・イン・王滝村」、「陣馬型山ヒルクライム」と年に1~3回のヒルクライムレースに参加するようになりました。レース中は本当に苦しいばかりですが、ゴール後の達成感は最高です。現在は50歳以上のカテゴリーとなり、何とか入賞できるよう目標を立てています。いっしょにロードバイクで走りましょう。



2019年9月 陣馬型山ヒルクライム



2018年4月 ツール・ド・モリコロパーク



2018年5月 ヒルクライム・イン・王滝村

圧迫骨折について

整形外科医長 川村 清志



今回は、骨が弱くなった高齢者の骨折で一番頻度の多い、脊椎の圧迫骨折（背骨の骨折）についてお話ししましょう。脊椎の圧迫骨折の原因として一番多いのは転倒によるものです。転倒しなくとも骨が弱くなっているために重いものを持ったり、何もしなくても骨折してしまうこともあります。骨折を起こすと、痛みのために座ることや立つことはできなくなります。時間が経てば骨が固まって痛みが良くなることが多いです。

しかし、骨が弱くなっている人の中には骨が固まらず、偽関節^{※1}という状態になってしまい痛みが続く人もいます。骨が固まった人でも、骨が変形して治るので慢性の腰背部痛の原因となります。治療としては、急性期にはコルセット等を使用する装具療法が一般的です。コルセットを使用しての運動療法、いわゆるリハビリを行うことにより、腹筋・背筋・下肢の筋肉をつけ、活動性をあげて、日常生活に復帰させるというのが一般的です。その他痛みの対策として、鎮痛剤や再骨折の予防のために、骨粗鬆症の薬を使用することもあります。骨折を起こさないように、普段からの規則正しい生活や運動が大事だと思われます。

※1 偽関節…骨折部の骨の癒合が起こらず、異常な可動性がみられる状態。



医師を志すきっかけ

リハビリテーション部門統括部長 清水 康裕



医師になりたいと思ったきっかけは、4歳離れた弟の病気でした。10歳だった自分に将来を決めさせた出来事で、今でも鮮明に心に焼きついている時間です。その後、自分の学力に何回も挫けそうになり、さらには遠回りをしながらもたくさんの出会いに助けられ念願の医師になることができました。

リハビリテーション医学という分野に進んだきっかけは、我が師の存在でした。ここでも出来が良いと言えなかった私を励まして育てて下さったのは、諸先輩や仲間、何よりも出会った患者さんお一人お一人の存在です。今後も臨床を通して自ら学び、仲間を育て、一人でも多くの患者さんのお力になれればと、日々臨床に従事してまいります。

輝山会記念病院は、2004年4月から1年間と、2011年8月から10年弱の勤務になります。この飯田市は、出身大学の藤田医科大学（以前は、藤田保健衛生大学）と実家である山梨県の中間に位置し、とても暖かみのある地で第二の故郷と思っております。恩返しが出来ます様にさらに飛躍していきたいと思います。



「友情・努力・勝利」

内科医長 下平 隆寛



このテーマでピンとくる方もいるかと思います。某少年マンガの3大原則と言われています。週刊少年マンガを約20年欠かさず読み続けています。全ての作品を網羅してはいませんが、少年が大海賊となる様子を描いた作品は第1話より今に至るまで読み続けています。いい大人なんだから、と思う人もいるかも知れませんが、大人だからこそ忘れてはいけないコトがそこには詰まっていると僕は思います。

話をえますが、僕は人との繋がりが好きです。研修を終え早々に地元に戻ったのも、家族や友人、同級生との繋がりが好きだからです。また、この医師という仕事は多くの患者さんや家族、スタッフとも繋がっているので、僕はこの仕事が好きです。今は透析や消化器の専門医を取得していますが、それでも患者さんを全人的に診察することが好きです。しっかり全般的に診ることを勝利とすれば、スタッフとの密な連携＝友情、日々勉強＝努力が必須です。こじつけが過ぎたかもしれません、少年マンガを読み続けることで、医療における「友情・努力・勝利」を忘れてはいけないと自分自身に言い聞かせています。

最近の私の趣味

医師 足立 立子



総合健診センター、月曜日レディース健診を担当させていただいている足立です。子宮がん検診、一般婦人科診療を行っております。

私は小さい頃からものを作って遊ぶのが大好きでした。NHK教育テレビで作っていた工作を作ったり、父が買ってくれた折り紙の本の内容50種類くらいを全部折って、並べて喜んでいました。手先を使う遊びは今の仕事を選んだことに繋がっていると思います。

そんな私が最近ハマったのがナノブロックです。最初はイヌ、ネコ、トリを作っていましたが、もう少しブロック数が多いピザやアイスクリーム、ケーキに進み、ひな段飾りや盆栽の松の木、梅の木も作りました。一旦作り始めるとでき上がるまでやり続けたい性格が災いし、肩こりが酷くなっています。今は作る時間を短くしています。夢はサグラダファミリア教会や姫路城のような大作を作ることです。ブロック作りで手指の動きを訓練して、仕事のスキルアップを目指し、これからも皆様のお役に立てる健診医療ができるように努力したいと思っております。



新医師臨床研修制度～地域医療研修～

当院では新医師臨床研修制度^{※1}の滑り出しから地域医療の研修を積極的に受け入れてきました。

今回は昨年度研修を終えた先生方の感想をご紹介します。



※1 新医師臨床研修制度は、

より良い医師の育成と、研修医の勤務環境の整備などを主目的として発足した制度です。努力規定であった制度が必修化となり、地域医療に関わることがプログラムの中に組み込まれました。

飯田市立病院 研修医 平林 瞭



初めまして。飯田市立病院研修医の平林瞭と申します。地域医療研修ということで1週間研修をさせて頂きました。研修が終わり、最も感じたことは、今まで自分が見てきた急性期治療は医療の中のほんの一部分にすぎないのだという事実でした。頭では地域医療の枠組みや回復期医療の重要性を理解しているつもりでしたが、実際はよくわからていなかったのだなと痛感しました。急性期治療を終えて退院・転院していく患者さんのその後の医療や生活を考え、介入をしていく過程を見学できたことは、自分にとって大きな財産になりました。

また、輝山会記念病院は、専門医の指導の下で、質の高いリハビリを受けられる環境がそろっていると感じます。実際の様子や器具を見せて頂きながら、回復期のリハビリについても学ぶことができました。清水先生や加藤先生はじめとする諸先生方や、リハビリスタッフの方に教えて頂いたことをこれから糧として今後に生かしていきたいと思います。秘書さんも親しみやすい方が多く、本当に楽しく充実した研修生活でした。ありがとうございました。

飯田市立病院 研修医 柚木 清花



こんにちは、飯田市立病院初期研修医の柚木清花と申します。7月第2週に地域医療研修として大変お世話になりました。緊張して始まった初日でしたが、スタッフの皆さんの気持ちの良い挨拶や院内の明るい雰囲気に緊張も和らぎました。回復期リハビリ病棟では、日中さまざまにリハを頑張る患者さん、食事を皆で集まり自力でしっかり食べる様子などワンフロアで患者さんの一日の生活がみえることが印象的でした。

また、病棟のカンファレンスに加え、日常的にも多職種のスタッフで情報共有が行われている様子、セラピストさんはじめ時間外にも熱心に勉強されている様子を拝見しました。チームで患者さんがより本人らしく暮らせるように支えていく姿勢に心動かされました。

自分が知らないこと、また眼を向けられていないことが多くあったと感じた研修でした。今後は、患者さんの暮らし、思いを想像する意識を持ち、チームで支える姿勢でありたいと思います。お忙しい中、親身にご指導くださった先生方、暖かく迎えて下さったスタッフ、地域の方に心から感謝申し上げます。ありがとうございました。

信州大学医学部附属病院 研修医 清水 祐樹



こんにちは。私は諏訪市出身ですが、大学は愛知県の藤田保健衛生大学（現藤田医科大学）に在籍しておりました。卒業後地元の長野県に戻り今回地域研修として3週間、輝山会記念病院で研修させていただきました。初日から大変緊張しておりましたが自大出身の先生方やスタッフの方も多く、どの方もとても優しく親切で、すぐになじむことができました。大学病院では各科の専門分化が非常に進んでおりますが、輝山会記念病院では、どの先生方も様々なバックグラウンドを持ちながらも自身の専門分野に囚われず、非常に幅広い領域にわたって病院スタッフの方々と密に連携しながら日々の診療を行っておられ、眞の意味での“地域医療”を実践されていると感じました。回復期リハビリ病棟では、多数の療法士の方々が患者さんと熱心にリハビリに取り組んでおられ、学生時代にポリクリで見学した大学病院の壮大なりハ室の景色を彷彿とさせる活気がありました。

脳卒中や外傷後の急性期疾患からポリオ後症候群など慢性期疾患の方など様々な患者さんとの出会いを通じて多くの事を学ばせていただきました。また訪問リハビリや訪問診療では市街地周辺から山間部にお住いの多くの患者さんの診療に関わらせていただき、限られた医療環境の中においていかに最善の道を考えるかという事を学びました。また内科・外科当直も経験させていただき地域の救急医療に携わることもでき非常に勉強させていただきました。短い間でしたが、自身の既成概念が良い意味で碎かれる経験ばかりで、今後の自分の医師人生について改めて深く考える機会となりました。ご教授頂いた先生方ははじめ病院スタッフの皆さんには心より感謝しております。有り難うございました。

飯田市立病院 研修医 栗原 知弘



飯田市立病院初期研修医の栗原知弘と申します。9月下旬の1週間、飯田メディカルヒルズ・輝山会記念病院にて地域医療研修をさせて頂きました。私は県外から1年半ほど前に飯田市立病院に就職し、急性期病院の一員として研修を積んできました。

この地域・医療についてまだまだ無知な私にとって、今回の研修は地域の中での各病院の役割や連携システムなどを学ばせて頂く大変貴重な経験となりました。

当院でまず目にしたのはリハビリテーションの規模の大きさと密度の濃さです。そしてそれを実現するために、職種を越えての指導・教育が行き届き、その結果良い連携が生まれている実状に驚かされました。飯田市立病院で以前関わらせて頂いた患者様と出会うこともあり、急性期から回復期にかけての治療のつながりを見ることもできました。また飯田メディカルヒルズには機能別の病棟や老健、特養が統合されており、地域医療が制度上どのように運営されているかを学ぶことのできる絶好の場でした。

医療人としてまだまだ未熟ですが、今回の研修を経て急性期から回復期、そしてその先までの広い視野で医療に携われるよう、今後も研鑽を積んでいきたいと思います。短い期間でしたが、土屋理事長や清水先生、加藤先生をはじめ、スタッフの方々に深く感謝いたします。



訪問診療同行の様子