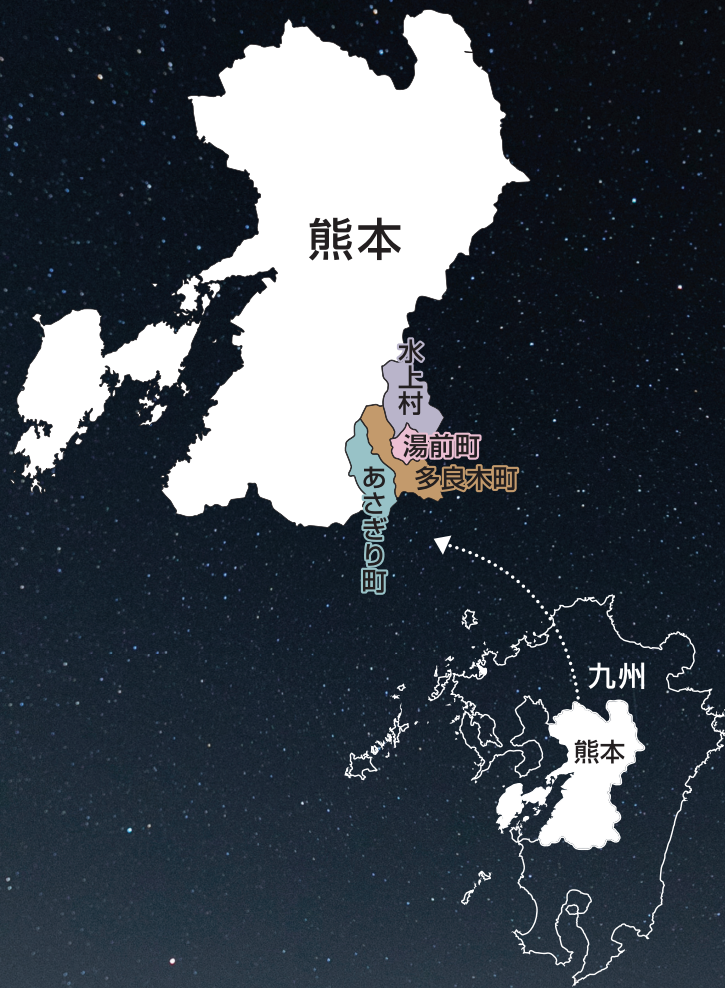




たいせつなひとを診る。
たいせつなふるさとで、

ココ、熊本で、地域の医療を支える。ココデ
CocODE! ココデ

2021 Spring vol.1

熊本県地域医療支援機構
熊本大学病院 地域医療支援センター内
熊本市中央区本荘1-1-1
TEL:096-373-5627
<http://www.chiiki-iryo-kumamoto.org/>



ココ、熊本で、地域の医療を支える。ココデ CocODE! ココデ



Top Interview

上球磨地域と、
わたしが交わした
3つの約束。

球磨郡公立多良木病院
在宅医療センター センター長

HIROSHI HARUGUCHI

春口 洋賜 先生

Take Free

熊本県地域医療支援機構 広報誌

CONTENTS

- 02 Greeting
上球磨地域に根ざし、“人を診る”医療を実践
球磨郡公立多良木病院 企業長 大島 茂樹先生
- 特集1
03 上球磨地域と、わたしが交わした3つの約束。
球磨郡公立多良木病院 在宅医療センター センター長 春口 洋賜先生
- 特集2
07 Think globally, act locally
多良木のDOCTOR-C
頑張る若手総合診療医対談
平賀 円先生×堤 龍子先生
MADOKA HIRAGA RINKO TSUTSUMI
- 09 患者さまからのメッセージ
槻木診療所に通う中村 ヨミ子さん
- 11 がんばる先生の、がんばらない時間。
公立多良木病院 永田洋介先生・山岡章浩先生
- 13 教えて先輩！
若手総合診療医×医学部生との座談会
若手総合診療医・松田圭史先生
- 15 熊大医学部 学生からのメッセージ
- 16 医療まめ知識
熊本大学病院 総合診療科 佐土原 道人先生
- 17 熊本県のへき地医療に関する取り組み
- 18 熊本県地域医療支援機構の取り組み

COCODEは、
熊本県内で活躍する
医師の姿などを通じて、
医師を志す学生や
地域の皆さんに
地域医療の魅力を伝える
マガジンです。

GREETING

Our mission

上球磨地域に根ざし、
“人を診る”医療を実践



球磨郡公立多良木病院 企業長

大島 茂樹先生

1986年熊本大学医学部卒業後、熊本赤十字病院、熊本大学医学部附属病院など熊本県内の医療機関を経て、2014年多良木病院企業長に就任

地域の未来を次世代につなぐために、
安心と信頼の医療を

当院は上球磨地域（多良木町・水上村・湯前町・あさぎり町）唯一の急性期病院です。急性期から当院の地域包括ケア病棟で在宅復帰支援を行い、在宅医療につなげるなど、シームレスな医療体制を提供しています。“general mind”を持った医師が活躍しており、訪問診療やへき地診療など、都心の病院ではなかなか経験できない実践的な医療経験を積むことができますが、医師数は充足していないのが現状です。

人吉・球磨地域は800年という長きにわたり相良藩が統治していた土地で、貴重な歴史文化遺産がまちの至るところに残っています。おいしい球磨焼酎や温泉、豊かな自然が残る上球磨地域の皆さまの幸せを未来につなげるために、医療面でサポートしていきたいと考えています。

上球磨地域と、 わたしが交わした 3つの約束。

朝霧の中を、患者のもとへ

まだ夜も明けやらぬ早朝。多良木病院の駐車場に、春口洋賜先生の姿がありました。朝のカンファレンスを終えると、スタッフと共に車に乗り込み、通院困難な高齢の患者さんの自宅へと訪問診療に向かいます。診療の地域は、水上村、湯前町、多良木町、そしてあさぎり町などの上球磨エリア。片道1時間以上かかる山深い集落を訪ねることもあるといいます。

九州山地に囲まれた球磨盆地は霧のまちとして知られ、凍てつくような冬の朝は、夜が明けてもなお深い霧が立ちこめています。春口先生は、車窓を流れる墨絵のような田園風景を見ながら、自宅で待ちわびる患者さんとそのご家族の元へと向かいます。

球磨郡公立多良木病院
在宅医療センター センター長

はる ぐち ひろし

春口 洋賜先生

熊本県人吉市出身。1972年に自治医科大学第1期生として卒業後、熊本赤十字病院など熊本県内の医療機関に勤務。1990年に公立多良木病院に着任後、2013年に「在宅医療センター」を立ち上げ、センター長として上球磨地域の高齢者医療を支えている。



訪問診療に向かう春口先生



医療に欠かせない血圧計

HIROSHI HARUGUCHI

春口洋賜先生が誓った 3 Missions

Mission 1

自分が受けた高齢者医療を、この地で実現

Mission 2

ご家族の不安にもしっかりと寄り添う

Mission 3

福祉や行政とも連携を深め、地域包括ケア実現に取り組む

“もう来んちゃよかよ” そう言われたあの日。 患者も診る、 家族も診る医療を。



自分が受きたい医療を、この地で

「人の役に立つ仕事がしたい」という漠然とした思いから医師を志したという春口先生。熊本県内の医療機関に勤務後、1990年から球磨郡公立多良木病院に勤務しています。

上球磨地域の高齢化率は約40%。高齢者の1人暮らしや高齢者夫婦のみの世帯の割合が増えており、交通機関の減便や廃止などにより、お年寄りが孤立しかねない過疎地特有の課題を抱えています。

地域の課題に直面した春口先生は、「自分が年老いた時、最後まで安心して暮らせるような医療体制をこの地で作ろう」と決意。2013年に多良木病院内に「在宅医療センター」を立ち上げ、病院に通えない高齢者の家へ訪問診療を始めました。



地域と連携しながら、 包括的ケアを実現したい

訪問看護ステーション「たいよう」と連携し、高齢者宅に訪問診療を始めた春口先生。しかし、その道のりは厳しいものでした。「初めて訪問した家で、診察後に“もう来んちゃよかよ”と言われてしまったんです。頭をがつんと殴られたようでした。今考えると、自宅に他人が突然入って来るわけですから、受け入れてもらえないのは当たり前のことです」。その後、根気強く訪問診療を続けることで、少しずつ信頼関係を築いていきました。患者さんご本人だけでなく、ご家族の不安に寄り添うことも大切と語る春口先生。「自宅での介護を不安に思うご家族は多いものです。患者さんご家族が、穏やかで幸せな時間をできるだけ長く続けることができるように見守っていきたい」。総合診療医として患者さんの病気だけでなく、暮らし、ご家族の状況などさまざまな背景に目を向け、患者さんにとって何がベストな選択なのかを見極める春口先生。“自分が受きたい医療をこの地で”そう誓ったあの日から、福祉や行政など地域と連携しながら、今もあくなき挑戦を続けています。





若手総合診療医対談

Think globally, Act locally!



公立多良木病院

ひらが まどか
平賀 円先生

公立多良木病院

つつみ りん こ
堤 龍子先生へき地診療から救急まで
刺激的な日々で知識をアップデート

堤：平賀先生は、多良木病院だけでなく五木村診療所や人吉医療センターの救急外来でも毎週診療されていて、本当にお忙しいですね。

平賀：多良木病院の外来だけでなく、へき地診療や救急外来などで、さまざまな医療や患者様の課題と向き合いながら知識をアップデートしている感じです。ギアチェンジしながら、いろんな経験ができるので、毎日が刺激的ですね。ところで、堤先生は子育てしながら総合診療医として頑張っておられますが、仕事と子育ての両立って大変じゃないですか？

堤：1歳の子どもがいるんですが、なんとか頑張っています。勤務時間を短縮していただいたり、保育園も整っているし、病児保育も院内にあるので、都会で子育てするよりも恵まれているんじゃないかな。地域の方と芋掘りをするなど、子育てにはすごく適した環境だと思うので、女性もどんどん総合診療医を目指して欲しいと思っています。



ある日の平賀先生のタイムスケジュール

06:30	起床
08:00	病棟業務・発熱外来・救急外来など
12:00	移動
13:00	人吉医療センター 救急外来
18:00	多良木病院に戻り、カルテチェック
19:00	帰宅 子供たちの世話、学会誌のチェック
23:00	就寝

社会ニーズの高まりで注目
最前線医療に挑む

堤：これから高齢化社会が進むと、総合診療科のニーズがますます高まっていきますよね。

平賀：そういう意味では、総合診療医は今後の社会に必ず必要とされる“最前線の医療”だと思います。

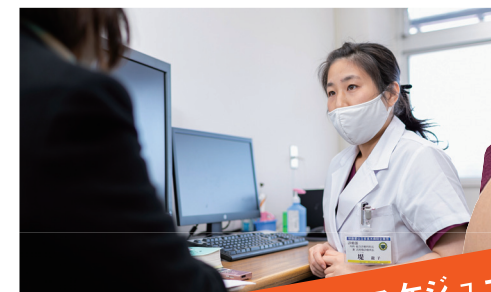
堤：確かにそうですね。

平賀：ロボット手術が“最先端医療”なら、総合診療科は“最前線医療”。手術と出産以外すべてやるのが総合診療医の醍醐味(だいごみ)ですから(笑)。

堤：地域の現状を把握し、いかにその人に合った医療を提供するのか、患者さんの生活背景や価値観、将来への考え方などに考慮しながら、深く、広く“全人的に診る医療”はやりがいがあります。

平賀：総合診療医って、私が子どもの頃に憧れた“お医者さんの姿”に一番近いんです。子どもからお年寄りまで、救急外来から診療所の往診まで、さまざまな経験を積み重ねることで、多様な医療ニーズに対応していけるよう、学びを深めたいですね。

堤：同感です。これからも地域の皆さんの健康な暮らしを支えるために、頑張っていきたいと思います！



ある日の堤先生のタイムスケジュール

6:30	起床後、朝食と授乳
8:30	出勤後外来
12:00	いったん帰宅し昼食と授乳
13:00	外来と病棟回診
15:10	子どもを保育園にお迎え
19:00	夕食とお風呂
21:00	子どもを寝かしつけ
22:00	家の仕事など
23:00	就寝

TSUKIGI SHINRYOJO 槻木診療所

中村ヨミ子さん

天空の山里で。

「診療所があるから

安心して自分らしく暮らせます」

山々に囲まれた球磨郡多良木町槻木(つきぎ)集落。今も日本の原風景が残るこの集落には112人が暮らし、その80%が65歳以上です。ここに暮らす人たちの心のよりどころとなっているのが、槻木診療所です。一週間に2日だけ開く小さな診療所で定期的に診療を受けることで、住民たちは安心して自分らしく暮らしていけると口をそろえます。



「皆さんの元気な顔を見るとほっとします。」と永田洋介先生



中村ヨミ子さん

自分の健康は、自分で守る

大きなイチイガシに見守られるようにたたずむ菅原神社。その東側に旧槻木小学校があります。かつては子どもたちの笑い声が響いたその廃校の敷地内にあるのが、槻木診療所です。

診察を受ける中村ヨミ子さん(89)は、毎日血圧を測り、きょうめんにノートに付けています。永田洋介槻木診療所所長は、そのノートを手に取ると「血圧は大丈夫みたいですね。足のむくみもないですし、前回、採血も異常なかったので安心ですね」とニコリ。

多良木町の繁華街から、車で細い山道をたどること30分以上。人里離れたこの集落の住民は、畑仕事をしたり、五右衛門風呂を沸かすなど、今も昔ながらの暮らしを営んでいます。不便に思える暮らしも、槻木集落の住民にとっては当たり前。だからこそ、集落の人たちは健康管理に気を使い“自分の体は自分で守る”という意識がしっかりと根付いています。

畑仕事に精を出す日々 「診療所で仲間に出うのが楽しみ」

中村ヨミ子さんの一日は、畑仕事から始まります。畑にはダイコン、ラッキョウ、タマネギ、ハクサイなどが、所狭しと植えられています。「今年はシカにやられて、少ししか収穫できんじゃったけどね。畑は“あかっぱげ”ですたい」と笑います。例年だと、台所に立ち野菜を塩漬けにしたり、漬物づくりをするなど忙しく過ごしますが、残念ながら今年是不作。空いた時間は鼻歌を歌ったり、読書をしながら遅い春を待ちます。

「コロナの前までは集落のみんなで寄り合って、カラオケをしたりして楽しかったんですけど、今は人と会うのは診療所くらい。先生や仲間と会うのが一番の楽しみです」と笑顔を見せます。

元気に暮らして、 娘たちに手料理をふるまいたい

今は、4人いる娘や孫たちとも気軽に会うこともできない日々。「娘や孫が遊びにきたら、大好物の煮しめや油みそをごちそうしようと思って。その日まで“ちゃんと”しとかんばですね」とほほ笑みます。



川沿いをジョギングし、 熊本城マラソンに チャレンジ

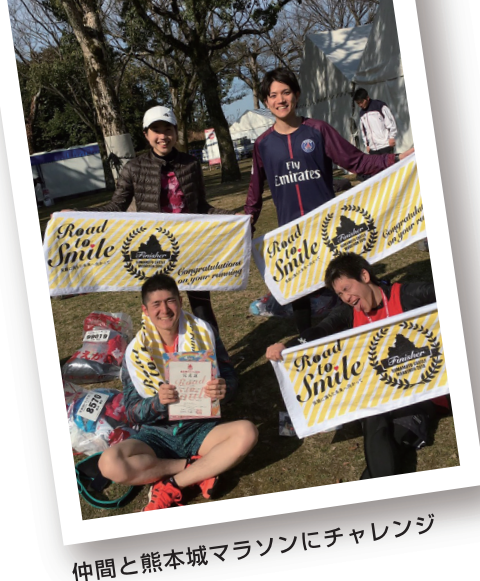
昨年、多良木病院に赴任しました。球磨焼酎の飲み比べをしたり、地域の方が手作りしてくださった鹿肉のウイナーやハチノコを食べるなど、都会ではできないような経験を楽しんでいます。また体を動かすのが好きで、休みの日は病院の横を流れる柳橋川沿いをジョギングしています。熊本城マラソンにもチャレンジしました。大学の頃からフットサルをやっていて、病院のフットサル部に所属しています。現在はコロナウイルス感染症の影響で十分な練習ができませんが、早くプレーを楽しみたいです。



フットサルチームの仲間とともに

公立多良木病院
内科・総合診療科医長
兼槻木診療所所長

永田 洋介先生



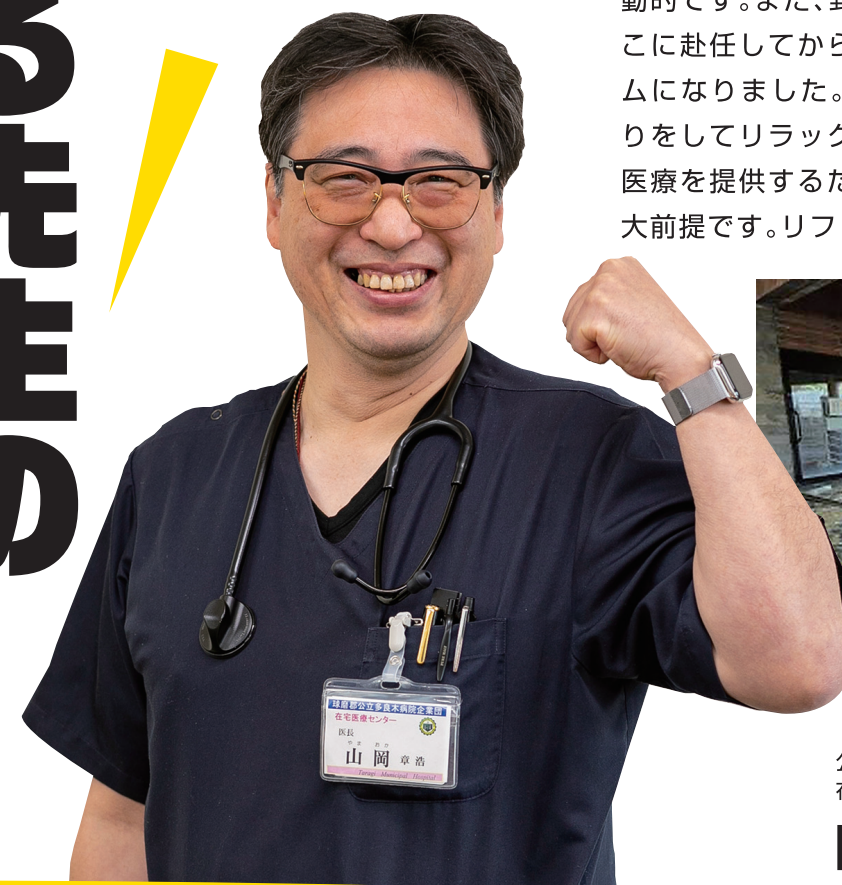
仲間と熊本城マラソンにチャレンジ



がんばらない時間。 がんばる先生の



「妙見野自然の森展望公園」で楽しむ愛犬ラッテ



360度の大パノラマ！ 妙見野自然の森展望公園で 愛犬とリフレッシュ

休みの日は愛犬ラッテを連れてキャンプや自然散策を楽しんでいます。お気に入り、妙見野自然の森展望公園です。九州山地と球磨盆地が一望でき、朝日が昇る瞬間は特に感動的です。また、野菜や果物が安くておいしいのも魅力。ここに赴任してからヘルシーな食生活となり、すっかりスリムになりました。近くには温泉がたくさんあり、温泉めぐりをしてリラックスするのも楽しみの一つです。質の良い医療を提供するためには、まずは自分が健康であることが大前提です。リフレッシュする時間は欠かせませんね。



しょっぱい潮湯が効きそう!?「ゆのまえ温泉 湯樂里」

公立多良木病院
在宅医療センター 副センター長

山岡 章浩先生

上球磨よかところ・うまかもん

生善院(水上村)



猫をお祀りしている相良藩ゆかりの寺で、通称「猫寺」と呼ばれています。狛犬ならぬ「こま猫」が山門の両脇で出迎えてくれます。

Cafe Rosy+(多良木町)



倉庫をリノベーションした多良木町のオシャレなカフェ。ステーションリーや洋服などの雑貨もあり、絶品カレーが楽しめます。

ジビエプレミアムソーセージ(多良木町)



多良木町槻木集落産の鹿肉を使ったジビエプレミアムソーセージは、球磨焼酎のお供にぴったり。

旧白濱旅館(多良木町)



明治期に建設されたとされる旅館を交流施設として改修。多良木町観光協会もあり、町のことを聞くのに便利。

球磨焼酎



米のみを原料とし、人吉球磨の地下水のみを使用した世界的ブランドです。各蔵ごとの飲み比べも楽しい。

ブルートレインたらぎ(多良木町)



寝台列車を改装した宿泊施設。2009年3月に廃止された寝台特急「はやぶさ」(東京ー熊本)として使用されていたものです。

Why GP?

若手医師×学生二人座談会

総合診療医のリアルを直撃 「教えて先輩！」

日々、学びを深める医学生が抱える疑問や不安を、実際に総合診療医として活躍している若手医師にぶつけてみました。

小国公立病院 総合診療科 松田圭史先生
熊本大学医学部医学科5年 M.Sさん
熊本大学医学部医学科2年 古池雅明さん

地方で最先端の医療情報って習得できますか？

松田先生：皆さん、初めまして。小国公立病院で総合診療医として働いている松田です。今日はお二人にお会いするのを楽しみにしていました。どうぞよろしくお願いします。

古池：よろしくお願いします。私は高校時代に「1日医師体験」で実際の医療現場に触れたことで医師になりたいと思うようになりました。私のふるさは天草なのですが、地域医療に貢献したいという思いがあり日々学びを深めています。

M.S：私も社会貢献できる仕事がしたいという思いで、医師を目指しました。よろしくお願いします。

古池：早速質問なのですが、松田先生は、小国で医療を行っていく中で、日進月歩する先端医療をどのように習得しておられるのでしょうか？やはり地方だと学びの機会は少ないですか？

松田：確かに地方の病院で仕事をしていると、かつては学びの機会も少なかったかもしれません。しかし、現在は新しい技術や世界の潮流などについては、インターネットでも十分情報が入りますし、ウェブカンファレンスが充実しているので、特に情報不足で困るということはありません。私も臨床で悩んだり

興味のある症例に関しては、積極的に情報収集をしています。すべては自分のやる気次第。積極的に学びたいという気持ちがあれば、場所はあまり関係ないと思いますよ。

最善の判断ができる医師になるために

M.S：臨床の面においても地域の病院では、限られた医療資源で患者さんを診ていくことになると思います。その辺のむずかしさはありますか？

松田：そうですね。大きい病院だとすぐにできる検査も、地域の病院は医療資源が乏しくてなかなかできないという側面はあるかと思います。そのようなときに「この方はすぐに検査したほうがいいのか」「大きい病院に申し送りした方がいいのか」などを主治医として瞬時に判断しなければなりません。初期研修はたいてい大きな病院ですみますので、そのような決断を迫られるシチュエーションは少ないかと思いますが、地方の病院ではこのような視点で患者さんを診なければならないということのを頭に置きながら、初期研修期間を過ごされると、今後とても役に立つと思いますよ。

“人”を診ることで最善の医療を提供する

古池：先生は総合診療医以外の専門医に興味を持たれたことはありますか？さまざまな専門医の先生とお話しさせていただくと「こんな最新の研究してるんだ」とか「こんな最先端の手術をしたんだ」とかおっしゃっていて、“かっこいいなー”とか思っちゃうんですけど(笑)。

松田：私は球磨郡多良木町の出身なので、最初から総合診療医として地域医療に従事したいという思いで医療の道を志しました。でも、いろんな診療科を回っているとどこもやりがいがあるなと思いますよね。ただ実際に総合診療医としてやってみると、学生の時に想像していた以上にすごくやりがいがあるなと感じます。

M.S：たとえばどういうところにやりがいを感じますか？

松田：患者さんを高い医療の見識で診る力はもちろんのこと、家族や生活背景、また地域などさまざまな周りの状況を見極めながら、最善の医療を提供していくことが求められるんです。もちろん医師一人の力ではできませんから、在宅医療や看取りのシステムなど、地域のリソースを活用して医療体制を構築するな

ど、患者さんにベストの医療をチームで提供することが求められます。患者さんの特定の臓器や病気のみに着目するのではなく、まさに“人と人”とのかかわりを保ちながら、最善の医療を提供できるのは総合診療医ならではのですね。

人間力を磨き、信頼される医師を目指せ！

古池：松田先生とお話させていただき、医学的な知識はもちろん、患者さんやその背景としっかり向き合い信頼される医師になりたいという思いがさらに深まりました。

M.S：私もです！学んだ知識や技術を生かし、患者さんの気持ちに寄り添えるような医師になりたいと思います。ありがとうございました。

松田：総合診療医は、医学的な知識はもちろんですが、人間力がとても大切だと感じます。学生時代はバイトや部活などいろんな経験を積んでください。人間としても成長することで信頼される医師になれると思いますよ。頑張ってくださいね！



医学部医学科1年

梅田 哲也さん(熊本市出身)

私は準硬式野球部に所属しており、プロ野球では読売巨人軍のファンです。最近では巨人軍の春季キャンプの様子をYouTubeで見て、期待の若手などをチェックしています。将来は病気の原因をすぐに把握し、的確な治療を行うことができる医師になりたいですね。



医学部医学科2年

高田 理香子さん(熊本市出身)

一番好きな授業は「病理学」です。疾患の細胞単位の多様な変化を顕微鏡で実際に見て、理解を深めています。最近ハマっているのは「自炊」♪毎週末に一週間の献立を考えるだけでワクワクします！

Message corner

学生の“今”に迫る
「熊本大学医学部 学生からのメッセージ」。



医学部医学科3年

岩井 秋子さん(球磨郡出身)

最近、小説を書いています。小説を書くことは、自分の想像で世界を作り出せるという楽しさがあります。私の中の理想の医師像は、開業医である父です。患者さんの生活を理解することは、地域医療を担う上で大切な事だと、父の働く姿を見て感じます。



医学部医学科5年

五江 景明さん(熊本県宇都宮市出身)

病院での臨床実習をがんばっています。大変なことも多いですが、実際に患者さんと接する機会も多く、とても勉強になります。部活動は茶道部に所属しています。茶道を通して日本の文化について知ることができるところが楽しいですね。



高い熱が下がらず、体中に発疹が出たのですが…

患者：先生、5日前から高熱が出て下がりません。

医師：そうですね。他に症状はありますか？

患者：頭痛と体がだるくて、関節痛、筋肉痛があり、気付いたら体に発疹がありました。

医師：熱がでる1～2週間前に野山に入らなかったか？

患者：そういえば、家の裏山の畑に行きました。

医師：服で覆われてなかった所を見せてください。ここに小さな黒褐色のかさぶたみたいなものがありますね。

患者：気づきませんでした。

医師：ツツガムシ病かもしれませんね。診断のために血液検査を出して、病原体に効く抗生剤と解熱鎮痛薬を出しておきますね。

患者：その、ツツガムシ病って何ですか？

医師：小型ダニの一種のツツガムシの幼虫に媒介される病原体によるもので、以前は夏の東北日本海側だけでしたが、今は別種のツツガムシにより、ほぼ全国で発生がみられます。春と秋がピークです。

患者：知りませんでした。

医師：発熱、刺し口、発疹は3大徴候で、林野に入ったことから疑います。他に、ダニ媒介の感染症で日本紅斑熱や重症熱性血小板症候群という病気もあります。いずれも、重症になることがあるので、しっかり経過観察します。

患者：野外でダニ類に刺されないようにしないといけないですね。



ツツガムシ病の予防と対処法

- 林野や草むらに入るときは、長袖、長ズボン、手袋、長靴で肌の露出を避けましょう。
- 防ダニ効果のある虫よけ剤も使用しましょう。
- 帰ったらすぐに入浴し、衣類を洗濯してください。
- 数日後に高熱と赤い発疹がある時は速やかに医療機関を受診すること。

教えてくれたのは

熊本大学病院 総合診療科

佐土原 道人先生

熊本県のへき地医療に関する取り組み



熊本県で医療施設に従事している医師の数は、約5千人ですが、その6割が熊本市に集中し、地域における医師の確保は大変重要な課題となっています。

これまでのへき地医療は、一人の医師の力で支えてきた部分が多くありましたが、医師一人にかかる負担が大きく、また専門性の向上のための研修機会が確保しづらいといった状況もあるため、県全体でへき地医療を支える仕組みづくりが必要となっています。

そのため県では、熊本県地域医療支援機構と連携し、地域に必要な総合診療医の育成を図るとともに、地域医療を志す学生や医師の一人一人の状況に応じたきめ細やかな支援を行っています。

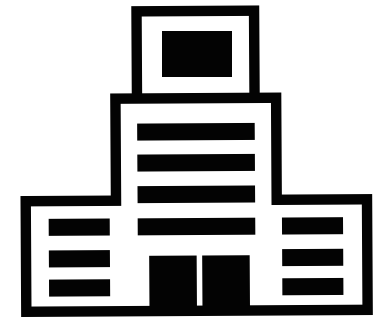
また、へき地医療拠点病院や社会医療法人等からの医師派遣調整や、市町村に対する健康づくりの取り組みの強化の働きかけも行っているところです。

これらの取り組みを通して、様々な団体が連携して地域を支える仕組みをつくることで、へき地にお住まいの皆様が安心して医療・保健・福祉サービスが受けられる体制を整備するとともに、地域で活躍されている医師等の負担軽減とキャリアアップの機会の確保を目指しています。



医師のキャリア形成を支援し、地域の健康を守る

熊本県地域医療支援機構の取り組み



熊本県地域医療支援機構は、医師が地域の医療機関で勤務しながら計画的にキャリアアップできるシステムや地域と熊本市内の医療機関を循環して勤務できるシステムづくりを目指して、県内の医療機関、医師会、市町村などの関係機関と連携しながら「オールくまもと」で医師を育て地域を支える取り組みを進めています。

取り組み
1



県内地域における医師不足の状況等の把握・分析

取り組み
2



医師修学資金貸与医師をはじめとする地域医療に従事する医師のキャリア形成の支援

取り組み
3



地域と都市部の医療機関を循環して勤務できるシステムづくり

取り組み
4



女性医師の就業継続及び復職支援に関すること

取り組み
5



医師、医学生等からの相談対応や医師に関する求人・求職等の情報の発信

取り組み
6



県内医療関係機関等との協力関係の構築