

# かっ とっ ぽ

2019  
8月

令和元年8月1日号 毎月発行No.162

## 目次

P1~4...転任のご挨拶

P5...特診外来予定表

P6...栄養管理室より

P7...敷地内禁煙について/あとがき



長崎県上五島病院 <http://www.kamigoto-hospital.jp/>

〒857-4404 長崎県南松浦郡新上五島町青方郷 1549 番地 11

T E L 0959-52-3000 F A X 0959-52-2981

# 転任のご挨拶 上五島での25年を振り返って



長崎県上五島病院 前院長

## 八坂 貴宏

盛夏の候、新上五島町の皆様には令和初めての夏をお迎えのことと存じます。2019年3月末日をもって長崎県上五島病院院長を辞し、4月より長崎県対馬病院院長に転任致しました。25年に渡り、上五島の保健医療介護福祉に携わり、多くの地域の皆様、病院職員や行政の方々の支援を頂きながら、地域の保健医療の向上に努めて参りました。今回は、これまでの経緯を振り返るとともに、今後の上五島地域における医療体制への提言をお示して、転任のご挨拶といたします。

### 新任で勤務した1990年(平成2年)の上五島

私は、1988年に長崎大学医学部を卒業し、2年間国立長崎中央病院(現長崎医療センター)で初期臨床研修を行った後、1990年5月30日に初めて上五島病院に赴任しました。医学生時代に長崎県医学修学資金の貸与を受け、離島を含めた県内で12年間努める義務があったので、長崎県の人事配置による派遣でした。当時は奈良尾から青方まで狭い国道を車で1時間かけて移動し、若松島と中通島は船で通勤、通学、通院するような環境でした。世界初の洋上石油備蓄基地が竣工し、青方は

店舗や飲食店などで賑わっていました。病院は現在地に新築移転した直後で、最新のCTや超音波検査機器が導入され、医師数は現在の半分くらいでしたが、内科・外科診療、内視鏡検査、検診、救急、当直など、先輩医師に指導されながら、朝から夜まで忙しく勤務した日々でした。職員は皆さん若かったのでチームワークが大変よく、勤務後の夜はナイトソフットやバレーボールなどで汗を流したことを思い出します。

上五島地域は、B型・C型肝炎ウイルスの高侵淫地区で、肝硬変や肝臓がんが多く、また肝内結石症や胆嚢結石症などの胆石症が多く見られました。そのため、肝臓や胆道系の手術が多く、私の外科医として基礎的な知識・技能を、白濱敏先生(現名誉院長)、大坪光次先生(元副院長)の下で学ぶことが出来ました。その後、肝胆道外科医を専門とすることとなったのも、上五島での3年間の勤務のお蔭だと思っています。

### 外科医としてのトレーニング、生月病院での診療

1993年6月外科医としてスキルアップのため、再研修として国立長崎中央病院(現長崎医療センター)に1年間勤務しました。様々な外科疾患に対応できるようにたくさんの手術を経験し多くの学びを得ることが出来ました。長崎県の制度では1年間再研修の後、翌年は再度離島勤務となるのですが、当時離島の外科医の数に余裕があったので、更に1年間研修を行うこととなりました。肝胆道外科医を目指していたので、日本一肝臓手術件数の多い国立がんセンター(現国立がん研究センター中央病院)の外科研修生として半年間、その後癌研究会附属病院(現がん研有明病院)に同じく研修生として半年間勤務しました。解剖学や病理学、病態生理学から、手術手技や術前術後管理まで、最先端の知識や技術を研修できました。





1995年研修を終え、平戸の北、生月島にある生月病院(60床)に赴任しました。専門医がいない小規模病院でしたので、総合外科医として外科、整形外科から、内科、小児科まで幅広い疾患に対応しました。外科の指導医の先生を島に招聘し、手術も毎週行うことができました。生月大橋がかかって2年後でしたので、救急搬送は主に救急車が利用され、同乗して佐世保まで移動したこともありましたが、本土の病院として、島との違いを実感した2年間でした。

### 上五島へ再赴任、1997年(平成9年)

1997年4月20日、上五島病院に再度赴任することとなりました。私は生まれ育ちが対馬でしたので、地元に戻れることを期待していましたが、長崎県の人事配置での赴任でした。

まず取り組んだのは外科診療の充実・向上です。地域の患者さん方のニーズに答えられるよう“島で出来ることは島で完結する”を目標に日々努力しました。また、前述したように肝内結石症の有病率が1/200人と、日本で最も多い地域だったので、多くの症例を経験し、学会や研究会で発表することが出来ました。

2002年、副院長兼外科部長であった大坪先生が退任され、外科部長として勤務することとなりました。部長の責任は大変重圧ではありましたが、周りの支援もあって、成長させられた数年間でした。

当時、平成の市町村大合併で新上五島町の設置が協議され、病院では電子カルテの導入、療養型病床設置のための増改築が進められました。2004年2月電子カルテの運用が開始されましたが、紙カルテをなくす本格的な運用は長崎県内では最初であり、いろいろな苦労がありました。現在の医療情報ネットワークの礎になったと思っています。同年8月には市町村合併で新上五島町が発足し、同じくして病院増改築が完成、現在の6階建て186床の病院として医療機能の充実を図りました。

合併後には、1町内に3病院(上五島病院、有川病院、奈良尾病院)が存在することとなりましたが、人口減少とともに病床の利用率が低

下、また2004年の新医師臨床研修制度の導入、2006年の看護基準の変更が行われ、離島へき地の医師・看護師が大きく不足する事態が発生しました。そのため、長期的な計画に沿った医療体制の再編成、医療従事者確保のための取り組みを行いました。有川、奈良尾病院は無床の附属診療所とし、新魚目国民健康保険診療所、若松国民健康保険診療所は、無床の町立診療所として、基幹病院である上五島病院と連携した医療体制としました。

地域の皆様との説明会にも、当時の井上町長と共に出席し、医療の状況や病院機能集約の必要性についてお話しさせて頂きました。賛否ありましたが、皆様にはある程度納得いただいたものと思っています。現在でも医療の継続や機能の充実、経営の維持が出来るのも、その取り組みの成果であると思っています。



### 院長に就任、2007年(平成19年)

2007年4月上五島病院ならびに有川病院院長に就任しました。最初5年間の目標は、①医療職確保、②地域医療再編、③地域医療情報の発信でした。前述したように医師・看護師不足であったので、基幹型ならびに協力型臨床研修病院として初期臨床研修医の募集、へき地離島で勤務あるいは学びたい公募医の採用、ジャパンハート(国際医療協力のNPO法人)からの看護師派遣、アイランドナースネットワーク(長崎医療センターの看護師を離島病院に派遣する制度)、五島列島SHIMAナース研修プログラム(上五島で勤務しながら在宅看護や地域看護を学ぶプログラム)の創設など、いろいろな制度構築を行いました。当時、医師・看護師とも20%くらいの不足がありましたが、現在では定数に近いところまで確保できるようになってきました。

地域医療再編では、前述のように病院を1か所に集約し、診療所はすべて無床になりました。有川医療センターでは、外来診療、検診、慢性透析、リハビリ、出張診療所への医師派遣など、奈良尾医療センターでは、外来診療、検診、リハビリ、在宅医療など、特に外来診療機能の充実を図りました。現在では、診療所でも外科や整形外科の受診ができるようになっており、医療の質の向上は目標にほぼ達していると考えています。地域医療情報の発信には、ホームページやFacebookを活用しました。インターネットを利用すれば、日本のみならず世界中に情報が発信でき、多くの方々に島の医療や島について知って頂くことができます。ホームページから島で働きたい医師や看護師の応募もあり、多くの成果が上がりました。

次の5年間の目標は、①医療職育成、②地域啓蒙、検診受診率向上、③病院施設整備でした。医療職はある程度確保できましたが、その能力向上は医療の質の維持に不可欠です。医学・医療の高度化と複雑化、そして地域の過疎化と高齢化が進む環境において、幅広い疾患に対応できる総合力と専門的治療を行える専門力を兼ね備えた医師、並びにチーム医療を担う医療技術職の育成が重要であると考えました。医師の学会や講習会参加、専門医取得、看護師の認定看護あるいは特定行為取得の奨励、技師や事務職のライセンス取得に取り組みました。地域啓蒙、検診受診率向上に関しては、まず新上五島町健康保険課と共同で健康道場を開催しました。各集落の公民館等を夜間訪問し、医師からの病気に関する講話、保健師からの生活・食事指導、理学療法士による体操などを行いました。次に、6-7月に夜間、土曜日の検診を検診ウィークとして、9-10月に全国的に行われているマンモサンデーを企画して実施、働き盛りの若い方々が容易に受診できるような検診体制を作りました。2017年度の特健診受診率は41%で、まだ満足できる数値ではありませんが、徐々に上昇してきており、今後の住民の皆様の意識向上に期待しています。2014年からは病院フェスタを開始しましたが、現在は新上五島町の

健康まつりと秋に同時開催としており、毎年多くの方々にご来場頂いています。

さて、当院は1986年に現在地に開院し、これまで8期の増改築を行い、設備ならびに機能充実に努めてきましたが、2017年最終の機能強化のための増改築工事を行いました。その内容は、外来診察室の増室、発熱外来室の設置、訪問看護ステーションならびに検診室の機能強化、心臓カテーテル室の創設、患者家族待機施設の設置でした。外来待合を広げて自動受付機を導入し、患者さんのプライバシーの保護にも取り組みました。

2018年DPC(診断名包括支払い)の導入、働き方改革による医療職の時間外勤務の抑制など、新たな取り組みが始まりました。人口減少の中、病院経営は大変厳しい時代となってきており、この数年当院の経営状態も悪化の方向を辿っています。今後健全経営にさらに注力しなければならないと考えます。

### 対馬病院への転任について

昨年秋、長崎県対馬病院の院長が退任されるため、私に院長転任の打診がありました。上五島で勤務した25年、多くの皆様のご指導、ご協力があり、地域医療向上のため邁進することができました。しかし、まだまだ中途の仕事も抱えており、受けるべきか悩みました。最終的には、私の故郷であり医師を目指す原点であった対馬の医療に従事できること、新病院建設後で経営・運営等課題が山積していること、高齢両親の介護を行う必要が出てきたことから、転任を受けることといたしました。ご挨拶できなかった皆様にはこの場をお借りして、御礼申し上げます。

尚、上五島病院では顧問という立場で、病院運営や経営のアドバイザーを務めさせて頂くこととなっていますので、今後も宜しくお願い致します。





## これからの上五島の保健医療体制について

さて、上五島2次医療圏域は県内でもっとも過疎化、高齢化、少子化が進む地域であり、20～40年後には人口が半減、高齢化率は60%を超えると予測されています。したがって、これまで以上に長中期的目標をもって医療体制や施設整備、医療スタッフ確保に取り組む必要があります。まずは、中心となる入院機能を持った上五島病院の約10年後の新築移転の計画が上げられると思います。どこまでダウンサイジングするのか、どこまでの機能を残すのか、遠隔医療をどこまで活用するのか、新院長と共に考えて頂きたいと思います。次に、新上五島町は人口に対する介護福祉施設のベッド数が県内の最も多い地域になっているので、介護福祉施設の再編成、医療介護連携の強化が必要でしょう。在宅診療と看取りシステム、地域包括ケアシステムの構築は順調に進んでいると思われるので、近いうちに完成形になることを期待しています。今後限界集落が増え、集落消滅の地区が出てくるかもしれません。高齢弱者の住居、生活の場所を青方や有川といった中心地域に集めるのか、そのための高齢者住宅を町が主導で建設するのか、検討の時期にあるかもしれません。

人口減とともに高齢者を介護する介護士の不足が顕著になってきました。きつい仕事の割に手当が見合わないとなつ全国的にも大きな問題となっています。若者が選択したくなるような介護専門職の地位の確立や手当の増額を提言するとともに、外国人技能実習生の受け入れを進めるべきと考えています。上五島病院ではミャンマーからの介護技能実習生3名を本年7月末から受け入れます。皆様には温かく見守って頂き、実習生の技能向上や事業継続にご協力頂きたいと思います。

上五島の高齢化は長崎あるいは日本の15年先を行っています。いわば高齢者医療の最前線であり、ここで実践できた地域高齢者医療は令和の時代の日本の先駆けになると思います。そういう考えのもと、住民、行政、医療者が三位一体で改革を進めて頂ければと思います。

## 最後に

最近では、働き方改革が進められ、医療職も他の職業と一緒に休息や休暇をとり、家庭を重んじる時代となってきました。地域の皆様にはそのことを理解頂き、適切な受診にご協力頂きたいと思います。

そして、自分の健康は自分で守ること;セルフケアが最も大切であることを再認識し、元気に長生きで安らかに人生を終えられるよう自助努力を宜しくお願い致します。我々医療者は皆様と共に歩みながら、皆様の人生を支える役割を果たしたいと思います。

2019年(令和元年)7月



八坂先生、長い間ありがとうございました！





# 令和元年8月の特診外来予定

	泌尿器科	耳鼻科	神経内科	循環器科	皮膚科	眼科
8月1日(木)	近藤先生 午前、午後					
8月2日(金)	近藤先生 午前、午後					
8月5日(月)		高島先生 午前、午後	調先生 午前、午後			
8月6日(火)		高島先生 午前				
8月7日(水)					岩永先生 午前	
8月8日(木)	光成先生 午前、午後					
8月9日(金)	光成先生 午前、午後					
8月12日(祝)						
8月13日(火)		松本先生 午前	森先生 午前、午後	本川先生 午前		前川先生 午前・午後
8月14日(水)					鎌塚先生 午前	前川先生 午前
8月15日(木)	松田先生 午前、午後					
8月16日(金)	松田先生 午前、午後					
8月19日(月)		吉見先生 午前、午後				
8月20日(火)		吉見先生 午前				
8月21日(水)					竹中先生 午前	
8月22日(木)	原田先生 午前、午後					
8月23日(金)	原田先生 午前、午後					
8月26日(月)		渡邊先生 午前、午後				
8月27日(火)		渡邊先生 午前		本田先生・土居先生 午前		前川先生 午前・午後
8月28日(水)					浅井先生 午前	前川先生 午前
8月29日(木)	迎先生 午前、午後					
8月30日(金)	迎先生 午前、午後					

※赤字の診察は予約・紹介予約の患者さんのみです。

※船の欠航等により、予定は変更となる場合があります。ご了承ください。

※診療開始時刻は医師来院時の交通機関の都合により、9:00～10:00頃の間で変動します。ご了承ください。



# 栄養管理室より 生春巻き

見た目も華やかな1品です。



## 《栄養価》(1本分)

エネルギー：74kcal

蛋白質：5.8g

脂質：0.6g

炭水化物：10.3g

食塩：0.2g+ポン酢の塩分

(ポン酢…大さじ1杯で約1.5gの食塩を含みます)

## 材 料 (2人分)

- 鶏胸肉(皮なし)・・・60g
- A：塩・・・少々
- A：酒・・・小さじ2
- レタス・・・50g
- 人参・・・40g
- きゅうり・・・50g
- 大葉・・・3枚
- ライスペーパー・・・3枚
- ポン酢・・・適量

## 作 り 方

- ① 鶏胸肉は耐熱皿にのせ、Aを振ってラップをし、電子レンジで中まで火が通るまで加熱し、冷ます。冷めたら手で細かく裂いておく。
- ② レタスは食べやすい大きさに、人参ときゅうりは千切りにする。
- ③ 大きめのボールに水をはり、ライスペーパーを水にくぐらせて、乾いたまな板に乗せ、手順①、②の1/3量と大葉1枚をライスペーパーの手前に置き、きつめに巻いていく。残りの2枚も同様に巻く。
- ④ 食べやすい大きさに切り分けお皿に盛り付けて、ポン酢を添える。

## 《アドバイス》

●ライスペーパーは濡らした後に重ねてしまうと、くっついて離れなくなるので、1枚ずつ水で戻して巻きましょう。

●「ライスペーパーの模様がなんとなく消えかかってきた頃」、「パリッとしていたのが、柔らかくなってきた頃」が水から取り出す目安です。戻しすぎると巻く時に破けやすくなります。

●一緒に巻く具材は大根、水菜、カイワレ大根、ニラ、もやし、アボカド、エビ、お刺身、カニカマ、シーチキン、豚肉、チーズなどでもOKです。

●ポン酢の代わりに定番のチリソースや、ドレッシング、わさびマヨネーズなどでも美味しくいただけます。

# 敷地内禁煙について



健康増進法の改正により、上五島病院では2019年7月1日から「敷地内禁煙」を実施しております。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

- ・建物内だけでなく、駐車場や通路も禁煙です。
- ・6月まで設置していた屋外の喫煙コーナーは撤去しております。ご了承ください。
- ・病院周辺での喫煙やタバコのポイ捨ては、近隣にお住まいの方のご迷惑となりますのでお止めください。

※有川医療センターでは禁煙外来を行っています。興味のある方は有川医療センターへお問い合わせください。(有川医療センター TEL 0959-42-0320)



## — あとがき —

8月になり、うだるような暑さが続いていますね。

夏になると熱中症患者のニュースが連日取り上げられます。こまめな水分・塩分補給、涼しい服装、日傘や帽子の着用、エアコン・扇風機を利用した室内温度管理など様々な予防策がありますが、仕事中、部活中だからといって無理をしないことも大切な予防策のひとつです。その日の体調次第で症状が重くなる場合がありますので、自分の体調の変化に気をつけつつ、周りの人にも気を配りながら今年の暑い夏を乗り切りましょう！

(広報委員会 O. N)



### ○基本理念

地域と共に歩み、  
信頼され親しまれる病院

### ○行動目標

- ①地域住民の信頼と満足の得られる医療を提供します
- ②医療・看護・介護・予防・生活支援が一体化した地域包括ケアシステムを構築します
- ③病院機能を充実するため、人材育成とチーム医療を実践します



◆ご意見、ご感想を下記までお寄せください。

長崎県上五島病院  
857-4404  
長崎県南松浦郡新上五島町青方郷1549-11

電話 0959-52-3000  
FAX 0959-52-2981  
Email kamihp@gold.ocn.ne.jp  
URL <http://www.kamigoto-hospital.jp>