

## 研修医の手記

高橋 友紀子



## 釧路・道東での研修生活

本年度4月より市立釧路総合病院で初期臨床研修医としてお世話になっております、高橋友紀子と申します。この度は連携ニュース「春湖台」にてご挨拶の機会を

いただき、誠にありがとうございます。

私の出生は札幌ですが、幼少期の数年間を釧路で過ごしました。釧路にいる間は市立病院そばのひびな幼稚園に通い、まるひらのラーメンと東屋のお蕎麦が好きだったことを覚えております。その後札幌へ再び転居し、江別市の高校を卒業後、北海道大学医学部に入学しました。大学時代の6年間はバドミントンに打ち込んでおりました。

幼少期を過ごした釧路に戻り、2年間の研修を行いたいという希望と、道東地域の基幹病院として完結型医療を維持していくために、高度医療と三次救急に力を入れている市立釧路総合病院で勉強させていただきたいという気持ちからこちらの病院を志望し、4月より勤務させていただくこととなりました。

医師になって3か月程で、至らない点も多いとは思いますが、地域の温かい患者の皆様と先生方を始めとした病院スタッフの皆様にご指導・ご鞭撻いただき、充実した研修生活を過ごしております。

釧路での2年間の研修生活を通して医師としての知識や技術だけではなく、ひとりの人間としても成長して行くとともに、少しでも地域の皆様の健康に貢献出来たらと考えています。何卒よろしくお願いたします。

## エキスパートナース紹介 Part.18



本年4月より入職しました内海と申します。これまで緩和ケア認定看護師とがん看護専門看護師として、がんの診断時からの支援、サブスペシャリティでもある緩和ケアの実践や、がん看護に関する看護師の教育支援などに携わってきました。

現在は、医療連携相談室に籍を置き、退院調整役割を担いながら、院内の診療体制などの仕組みや、地域における医療提供の特色などを学んでいます。

どこの地域でも、既往症の進行に加え、がんの診断がされた患者さんが今後も増加するなど、高齢化率の上昇に伴う課題が多い実情があります。患者さんが病気をもちながらも、どこでどのように生活したいと思うかを捉え、ケアに反映させることは、どの疾患であっても共通の考え方であり、これまでがん看護の実践で培ってきたスキルを活用して、様々な場面でも実践したいと考えています。

また、がん患者さんは治療の選択や療養方法の決定など短期間で決断を迫られることがあります。多くの患者さんは意思に基づいて自分なりに決定できる力があります。その力を引き出すことが、がん看護の魅力のひとつだと実感しており、微力ではありますが院内外の医療者の方々と協働し、道東地域のがん医療に貢献したいとまじめに(!)考えています。

もともと釧路出身で、このたび念願の釧路で働くチャンスをいただきました。これほど大きな組織で勤務するのは初めてですが、多くの看護師、多職種の皆さんと少しでも早く顔馴染みの関係になり、役割発揮できるように努めていきたいと思っています。ご指導よろしくお願いたします。

消化器内科技師 内海 明美

## ごあいさつ



市立釧路総合病院 副院長

長谷川 直人

元号も「令和」になり、初めての連携ニュース「春湖台」となります。今回は院長に代わりご挨拶させていただきます。日頃の医療連携においてはいつもお世話になり心より感謝申し上げます。

さて、日本全体が人口減少により人手不足、年金問題と様々な問題が浮き彫りになりつつあります。人口減少は日本全体より北海道、北海道より釧路地域の減少がより加速度的に進行しております。釧路地域は毎年約4千人の人口減少、釧路市も毎年約2千人の人口減少が進んでおり、急速な人口減少により医療資源をどのように有効活用していくかを求められつつあります。医療の効率化を求めながらも、より高度な医療を釧路地域で完結すべく、十分とは言えない人的資源で当院も医療の質の向上を目指しております。

そのためには医療の機能分化の必要性からも医療連携の重要性がますます求められます。当院の医療連携室もよりスムーズな連携を提供すべく奮闘中であり、皆さんにはいつも多大なご迷惑をおかけしていることと思われそうですが、職員への啓蒙も含めより充実した連携を目指して努力してまいります。

今後とも、関係医療機関の皆様にはご理解、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

## 理念「信頼と満足の創造」

## 経営方針

- 十分な説明のもとに患者の意思を尊重し、患者中心の医療を行います。
- 地域完結医療を目指し、高度医療・救急医療を充実します。
- 地域医療を支援するため、病診連携を密にします。
- 心温かな質の高い医療サービスを実践するため、日々研鑽します。
- 良識と協調性のある医療人として、意欲と誇りの持てる職場環境づくりに努めます。



## 市立釧路総合病院

発行責任 広報委員会

〒085-0822 釧路市春湖台1番12号  
TEL(0154)41-6121・FAX(0154)41-6511

## 就任にあたって

### 医療連携相談室のご紹介

医療連携相談室 室長 **桐澤 勝弘**

今年度より医療連携相談室長に就任しました桐澤と申します。どうぞよろしくお願いたします。  
 当院の連携相談室では看護師5名、社会福祉士及び精神保健福祉士10名（産休1名）、事務職他3名の計18名のメンバーで、地域の皆さまができる限り安心して暮らしていただけるように、地域の様々な医療機関や介護・福祉施設等との連携を強化し、医療や介護、福祉サービスが継続的に切れ目なく提供出来るよう日々業務に努めていくとともに、地域医療・介護に係る研修会や勉強会の開催を通して、医療や介護の垣根を超えた多職種による活発な情報交換や交流を図ることにより、“顔の見える関係”を構築し、よりスムーズな相談・支援につなげ、引いては地域全体の介護力・連携力の向上を図っています。  
 また当相談室では、在籍するメンバーの各職種がそれぞれの専門性を生かし、医療費などの経済的問題、各種助成や公的補助について、病院での療養上の不安、退院後のご自宅での療養や訪問看護・在宅サービスの調整及び施設等の利用方法など、外来通院から入院生活、在宅療養生活での問題等、あらゆる心配事の相談・支援を行っています。  
 今後も各関係機関のお力添えのもと、自己研鑽を重ね、更なる向上に努めてまいりますので、当連携相談室の積極的なご利用と皆さまのご協力について、よろしくお願申し上げます。



医療連携相談室 地域医療連携 主幹 **佐藤 とよ子**

今年度4月より看護部から医療連携相談室に就任となりました。主な業務は、前方連携業務（医療機関からの患者紹介に関するお問い合わせや、外来事前診療予約受付）後方連携業務（退院支援・調整）行政、地域との連携と多岐にわたっております。日々、地域医療機関・介護施設の関係者と顔の見える関係の大切さを実感しております。看護部では在宅支援担当として5年間、退院支援・調整に携わっていましたが、改めて地域の医療・介護の現状や退院支援・調整の難しさを感じています。  
 釧路地域の現状は、少子高齢化や人口減少に伴い釧路市の高齢化率は30%、外来患者の65歳以上の高齢者の割合が51.5%と外来患者の2人に1人は高齢者です。生活背景も様々で、日常生活の不安を訴える患者さんも多くおります。地域住民が当院に求めることは、「専門性が高く納得できる治療が受けられる」「この病院に来れば話しを聞いてくれる、説明が丁寧」「救急時は診てくれる」などの理由から当院を選択します。そのため、医療連携相談室に来られる患者さん・家族様が気軽に相談できる「拠り所」となれる環境を提供したいと思っています。  
 退院支援・調整部門では、患者さん・家族様の目線と考え「退院させられた」という意識ではなく納得できる支援・調整につながりが必要です。患者さんが、安心して在宅で暮らせる環境を提供するためには、その人への思いがなければなりません。そのため、連携室のスタッフは、日夜コールセンターのように地域の医療機関・介護施設及び院内の多職種と連携しております。  
 医療連携相談室は、看護部とは環境も違いますが、初心に戻り志を高く姿勢は低く丁寧に地域及び多職種と関わっていきたいと思います。  
 皆様との連携と協力がなくては円滑な運用ができません、今後とも日々努力して参りますので宜しくお願致します。



リハビリテーション科 科長 **松江 岳人**

今年度よりリハビリテーション科の科長に就任しました松江と申します。思い返すと私自身が新人として入社した22年前はスタッフが7名と少なく理学療法士（PT）は4名で、作業療法士（OT）も言語聴覚士（ST）もいませんでした。病院内外においてもリハビリテーションに対する認知度は今ほど高くなかったと記憶しております。しかし現在では、スタッフ総勢29名（PT18名、OT7名、ST4名）の大所帯となり、ほぼ全ての診療科より指示をいただくようになりました。これは、この十数年の間に医療を取り巻く環境が大きく変化していく中で、リハビリテーションの必要性も少しずつ浸透していった結果ではないかと思っています。とくに急性期病院という位置づけからも、急性期のリハビリテーションに力を入れ、より早期に介入できるよう土曜日や連休時にも交替で出勤し、術後間もない方や離床が必要な方を中心に訓練を実施しております。また29名中24名のスタッフが、がんのリハビリテーションの研修を受講済みで、かつ呼吸療法認定士や心臓リハビリテーション指導士などの有資格者も数名在籍しており、より専門的なリハビリテーションを提供できる体制を整えております。  
 訓練業務以外においても、定期的に開催されるリハビリカンファレンスや退院前カンファレンス、退院前にご自宅へ訪問し環境調整などのアドバイスを行う退院前訪問指導など、新人だった22年前からは想像できないくらい他職種との関わりが密になってきています。  
 今後はより専門性を高め、質の高い、患者様にとって最良のリハビリテーションを提供できるようスタッフ一同努力して参りたいと思います。今後ともよろしくお願致します。

## 緩和ケア内科を開設しました

緩和ケア内科部長 **岡澤 林太郎**



みなさま、こんにちは。岡澤 林太郎と申します。  
 今年4月より市立釧路総合病院で緩和ケア内科を開設させていただくことになりました。  
 私は内科医として全道の各都市に勤務し、釧路では12年ほど働かせていただきました。10年前の肉親との死別をきっかけに緩和ケアに取り組むようになり、昨年1年間は札幌徳洲会病院の緩和ケア病棟（ホスピス）に勤務し、緩和ケアについて専門的に学んで参りました。

### 緩和ケアとは

緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面する患者とその家族に対して、痛みやその他の身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題を早期に発見し、的確なアセスメント対処（治療・処置）を行うことによって、苦しみを予防し、和らげることで、クオリティ・オブ・ライフを改善するアプローチです。

### 緩和ケアは…

- ・痛みやその他の苦痛な症状から解放する
- ・生命を尊重し、死を自然なことと認める
- ・死を早めたり、引き延ばしたりしない
- ・患者のためにケアの心理的、霊的側面を統合する
- ・死を迎えるまで患者が人生を積極的に生きてゆけるように支える
- ・家族が患者の病気や死別後の生活に適応できるように支える
- ・患者と家族—死別後のカウンセリングを含む—のニーズを満たすためにチームアプローチを適用する
- ・QOLを高めて、病気の過程に良い影響を与える
- ・延命を目指すそのほかの治療—化学療法、放射線療法—とも結びつく
- ・病気による苦痛な合併症をより良く理解し、管理する必要性を含んでいる

緩和ケアでは、患者さま、ご家族さまのからだところのつらさを和らげることを大切に考えております。まだこれからの科ですが、多くの方のお力をお借りしながら、よりよい治療・ケアを実現して参りたいと思っております。

みなさま、緩和ケア病棟（ホスピス）ってご存知でしょうか？

緩和ケア病棟（ホスピス）は、緩和ケアを専門的に提供する病棟です。  
 緩和ケア病棟は、一般病棟や在宅ケアでは対応困難な心身の苦痛がある患者への対応や、人生の最期の時期を穏やかに迎えることを目的とした入院施設です。緩和ケアの専門的な知識・技術をもった医師が診察にあたり、看護師数も一般病棟より多い傾向にあります。病棟によっては専属の薬剤師、メディカルソーシャルワーカー、宗教家（チャプレン）、ボランティアなどがおり、院内の栄養士、理学療法士、作業療法士などと共同して多職種によるチームケアがなされています。  
 医師や看護師などが患者のベッドサイドに行く時間も比較的取りやすく、病室は多くが個室であり、病室の中に家族がくつろげるスペースがあるなど、プライバシーに配慮された構造になっています。家族が宿泊できる家族室、調理できるキッチンなどもあります。また、病棟では季節ごとの行事や、音楽会などのレクリエーションを行っていることも多いです。

患者さんにとって、緩和ケア病棟に入院するメリットは以下のようなものがあります。

- ・苦痛症状を緩和するための専門的なトレーニングを受けた医師・看護師が主治医・受け持ち看護師となり、24時間ケアを受けられる
- ・ほぼ全個室であり、プライバシーが守られた環境で家族や友人と穏やかな時間を過ごせる
- ・面会や持ち込み物の制限が少なく、自分の家のようにその人らしい生活を送れることなどです。

かつて緩和ケア病棟は、看取りの場としての役割が大きかったのですが、近年では、痛みなどの症状が強い場合に緩和ケア病棟に入院し、症状が緩和されたら自宅に退院することが増えてきました。緩和ケア病棟は、一度入院したら退院できない場ではなく、症状が強い時期に緩和治療を行い、自宅への退院をスムーズに行うなど、地域や在宅の医療機関と連携することが求められています。

この緩和ケア病棟は、全国に400か所ほど、北海道には22か所が開設されています。釧路地区にはまだない施設ですので、ぜひ実現させたいと考えております。

地域のみなさまのご協力をいただきながら、心身の苦痛がある方が安らかに過ごせる緩和ケア病棟（ホスピス）を創ってゆきたいと思っております。

みなさま、なにとぞご支援のほどよろしくお願いたします。