



医 学 生 と 香 川 民 医 連 を む す ぶ 情 報 誌

C O N T E N T S

- ・ 患者さんとの心温まるエピソード
- ・ 臨床実習
- ・ 企画報告
- ・ 私の仕事
- ・ 私のオススメ
- ・ 育児日記

香川民主医療機関連合会

KIMAI: 讃岐(さぬき)弁で「来てね」という意味





高松平和病院 3年目研修医

大内 賢治 医師

Doctor Kenji Ohuchi

profile

高知県出身

香川大学2019年卒

初

めまして。私は高松平和病院で初期研修をした3年目の医師です。日々、患者さんにはたくさんのことを学ぶ機会を頂いております。なんでも診れる医師への憧れがあり、今のところ専門分野は決めず、総合内科的な視点を勉強しております。

日

常の診療の中で患者さんの様々な訴えがあります。熱が出た、足が痛い、眠れない、なんとなくしんどいなどなど。あなたの病気はこれですと診断できる時の方が少ない気がします。どうしたらいいんだろうと思うことが多く、悩んだ時、失敗した時が自分の成長のタイミングだと思う今日この頃です。

学

生の時に平和病院の実習でよく耳にしたのは、医療者は「病気」を診るのではなく「人」を診るという言葉です。最近、この言葉の意味を実感するようになりました。「病気」にはある程度これが良いとされる治療法がありますが、それが患者さんには合わないことがあります。それは患者さんの希望、生活状況など様々な要因があります。そういったことを感じながら、できるだけ患者さんに寄り添った医療に取り組むよう心がけております。

あ

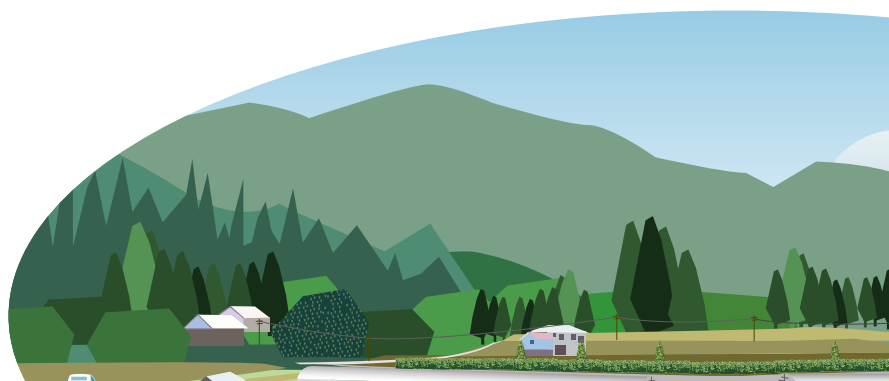
る日中の外来に90歳の元気なおばあさんがしんどくなったということで家族に連れられて来られました。毎日、畑仕事を朝夕に数時間こなして、墓参りに行かれているような方でした。家族は高齢のためそろそろ畑仕事をやめてゆっくりして欲しい、墓参りも毎日に行かないで欲しいと仰っておりまして。ただその方にとって、畑仕事も墓参りも日々欠かさず行ってきた重要なことで、前々から動くのがしんどくても続けていたようでした。

検

査の結果、心臓に負担がきており入院治療が必要で、手術が必要な心臓の病気も見つかりました。やはり超高齢の方にいきなり手術というのは家族の不安も大きかったため手術はせず様子を見ていこうということになりました。ここでも病気を診るのではなく、人を診るという視点があると思います。手術が必要ではあるが、不安が大きかったり、本人の希望がなければ、無理強いして治療という選択肢にはなりません。手術をしないという選択肢もあります。

そ

の後、本人のよくなりたい、以前のように畑仕事を続けたいという思いもあり、外来



医師/セラピスト/看護師で入院患者様のご自宅を訪問して



02

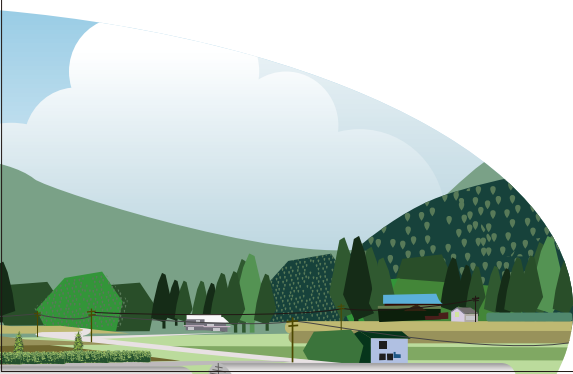
通院を繰り返しながら本人、家族に手術のメリット、デメリットを説明しました。家族でも話し合いをされ手術を希望され大きな病院に手術目的に紹介となりました。その方は手術をされて、その後また以前のように畑仕事をして、墓参りに行っているようです。

私 が直接、その方の病気を治療したわけではないですが、治療の可能性のある病気を発見し、希望に沿った選択肢を提示できたのかと思います。その方を通して、このように患者さんと一緒に最適な治療の選択肢を見つけていくことが「人」

を診るということの一つなのかと感じました。

平 和病院は大きい病院ではないので、提供できる医療に関してはやはり制限があります。けれど地域の病院と連携しながら、必要になればより専門的な医療を患者さんに提供することができます。

こ れからも日々、治療の選択ということに悩むと思いますが、この3年で学んだことを忘れず、患者さんとともに医療をしていきたいと思っています。



臨床実習

2020年1月より香川大学の授業の一環として医学実習Ⅱ(クリニカルクラークシップ)が導入されました。学生さんが興味のある分野の実習を担当者と話し合いオーダーメイドの実習を体験してもらうことができます。

オーダーメイド実習の紹介

	月	火	水	木	金
AM	・オリエンテーション	・初診外来見学	・往診同行	・緩和ケア外来見学	・腹部エコー検査見学
PM		・採血実習	・内科CC	・13:30～研修説明 ・回診	・レポート作成
AM	・レポート作成	・初診外来	・外来 ・病理検査見学	・腹部エコー検査見学 ・内視鏡検査見学	・訪問診療同行
PM		・回診	・内科CC	・心エコー検査体験	・レポート作成
小児科	・レポート作成	・病棟回診 ・外来見学	・病棟回診 ・外来見学	・病棟回診 ・外来見学	・心エコー検査見学
		・発達カンファレンス ・健診見学 ・外来見学	・病棟見学 ・健診見学 ・発達相談見学	・まとめ発表	・レポート作成

◆ 3週目は内科、小児科、緩和ケア科から選択できます。

地域医療を学ぶ学生さんたちのニーズに合わせてスケジュールを組みます。

◆ 外来では、地域のプライマリケアを体験、問診、身体診察のスキルの向上を目指しています。

実習感想

- 医療面接に加えて臨床推論の実習をした。臨床現場での医師の思考プロセスを体験し、とても勉強になった。
- 実際の患者さんに問診、聴診をし、やらせてもらえることが多くて勉強になった。

▼大学ではシュミレーターでの採血をおこなっているため、地域医療実習では人体への採血実習を行います。



採血実習



実習感想

- はじめは思うようにできなかったが、何回も繰り返すうちにできるようになった。看護師さんたちが優しく教えてくれ、わかりやすかった。

胃カメラ体験



消化器内科医師による
お手製の
シュミレーターを使い、
レクチャーを
受けながら行います。



実習感想

- 操作が難しかったが、手技を経験できたためスキルアップしたように感じた。
練習を重ねてコツをつかみたい。

まとめ発表



◀ 3週間学んだことを発表してもらいます。

実習感想

- はじめは長いと思っていたが、はじめてしまえば短く感じた。まとめ発表は緊張するが、先生方それぞれからコメントを頂けて、これからのことも話してくれるので勉強になったと思う。

医師との親睦会



2020年1月撮影

04

▶ コロナ禍なので開催できていませんが、医師との親睦会を行い実習中に分からなかったこと等ざっくばらんに話す事ができます。その他学業の悩みなどなんでも聞ける楽しい場です。

実習感想

- 往診に同行し、地域医療では大学病院と違い、専門外の科の対応も求められ、難しいなと思った。地域において必要不可欠な存在だと思った。
- 実際にみてみて一生の終わりに向き合う患者等医療従事者の姿をみてよかった。
- 診察で必要と思われる手技・知識を実際の症例と関連付けながら学びたいと思う。
- 人が必ず直面する死を実際に間近に感じ取って闘っている患者さんをみて、特に精神的な苦痛にどう対応していけばいいのかもっと学びたいと思った。

この他にも「心・腹部エコー体験」「病理実習」「手術見学」など様々な実習があります。

地域医療を学びたい、実践的な実習がしたいという学生さんにおススメです。

個別実習の対応も行っていますので、ぜひ香川医療生活協同組合に実習に来てください。

(個別実習の場合は、学年問わず受入しています。個別対応していますので、お気軽にお問い合わせください。)



病院実習受入担当窓口

高松平和病院 医学生担当 野口・池内 TEL(代表):087-833-8113

E-mail: heiwhp@gmail.com



医師体験オンラインを開催しました



高松平和病院では、医学部進学を目指す高校生向けに、「医師体験」を実施しています。本来この企画は、学生さんが白衣を着て「ドクター」になってもらい、医療現場の様子や施設見学をします。コロナの影響により昨年と同様今年も対面での実施はできませんでしたが、少しでも高校生の進路選択に役立つように

と、医師、医学生と医学部を目指す高校生がオンラインで交流する企画を実施し、2日間で46名の参加がありました。日々の医療現場の話や医師となるためには、医師になってよかったこと、受験勉強のことなど高校生からの質問に佐藤先生、医学生に答えてもらいました。学生さんにとって充実した企画となりました。



▲医師・医学生との交流



▲医師体験の様子



- 普段、医師の方にこういったお話が伺うことがないので、コロナ禍でもオンライン交流会を開いてくださって、いい経験になった。
- 医師の仕事内容だけではなく、受験生時代のエピソードや、ストレスへの対処法などこれからの受験に役立つお話を聞くことが出来て、とても参考になった。
- 現在の医療について詳しく学ぶことができ、ますます医師になりたいという気持ちが強くなった。
- 自分の考えとは違う考えが聞けて視野が広がった。焦らず今の自分と向き合おうと思った。
- 医師のワークライフバランスなど、色々な角度で医師について知れたのでとても有意義な時間になった。
- 患者さんとかかわり方など、改めて医者という職業がどれだけ大変なものか、やりがいのある仕事か知ることが出来た。

フードバンク、社会福祉協議会から 食材支援がスタート♪



▲温かく声をかけながらお弁当を渡しています。

「コロナ禍でのアルバイト減などで経済的に困窮する医系学生を支援したいが協力してもらえないか」と、フードバンク徳島に相談したところ「外食産業の時短営業や休業などで余った食材があるので協力可能」とのこと。同時に香川県内で取り組み始めた社会福祉協議会を紹介いただいたので訪問し医療系学生への支援の話をする、毎週食材提供していただけるという嬉しい返答がありました。さっそくサポートセンターで学生たちに呼びかけ、第1回目を実施したところ、わかめご飯、五目御飯、豚汁など200食が一瞬でなくなりました。



▲食材提供がありました。



- オンライン授業が続き、バイトもできない状態が続いていたため、人と話すことを忘れていました。温かく声をかけてもらえてうれしかったです。
- 月末数百円で生活していたため、食材支援は助かります。また栄養満点のお弁当は嬉しいし、忙しい中職員さん（医療生協の職員さん）が来てくれたのは嬉しいです。
- 季節の野菜、果物がもらえて嬉しいです。食材支援+お弁当のおかげで食費がかからないので助かります。

他学年や同学年との交流がままならず困っている学生、バイトが出来ず経済的に困窮している学生、今後の事を考えると精神的に不安定になる学生等あらゆる面で困っている学生さんに対して今までと同じように継続的かつこまめなサポートをしていこうと思っています。



▲社会福祉協議会にて。毎週火曜日にたくさんの食材提供していただいています。

↓ アンケートにお答えいただいた方にはもちろん
QUO カードを進呈致します。

06

郵便はがき

760 8790

料金受取人払郵便

高松中央局
承 認

2146

差出有効期間
2022年
年6月30日まで

（切手を貼らないで投函してください）

（ハサミで切り取ってください）

214

香川県高松市栗林町一三二二十四

受取人

高松平和病院

学生担当行



私の仕事



高松平和病院
管理栄養士 食養科
管理栄養担当

船本 忍

Shinobu Funamoto



皆さんは、病院の給食を誰がどの様に作っているのかご存知ですか？栄養士が献立を立て、調理師が作るのが一般的ですが、今回は給食についての色々をご紹介します。

献立を立てる前に、まず入院患者様の年齢・性別などから、必要なカロリー・栄養素量を決定します。ちなみに、年齢ごとの必要なカロリーや、栄養素量は厚生労働省が決めています。それを参考にしながら、入院患者様の回復のために必要な献立を、作成していきます。給食提供の流れとして、まず医師が患者様のお食事の指示を出し、栄養士がそれを受け調理場へオーダーします。

病院は糖尿病食や嚥下食、減塩食など色々な食事の種類があるため、そこで働く栄養士は献立作成だけでなく、患者様の栄養状態の評価も行います。看護師、セラピストなど他職種と連携し、患者様の喫食量や、全身状態をできるだけ把握し食事量の見直しを行います。ちなみに、栄養士は献立作成までで、栄養評価や栄養指導は、管理栄養士が行います。管理栄養士の仕事は年々進化しており、活躍の場も広がっています。皆さんの健康維持や、病気や怪我からの回復の手助けを行うのが管理栄養士です。私たちの体は食べ物で出来ています。未来の自分は食事次第で変わります。成績アップも叶うかも!?

より良い食生活で、明るい未来をつかみ取りましょう!!

07

KIMAIアンケートはがき

2021年Vol.17

① 今号の記事で一番面白かった記事は?

【〇をしてください】

- ・患者さんとの心温まるエピソード
- ・臨床実習
- ・企画報告
- ・私の仕事
- ・私のオススメ
- ・育児日記

② 感想をご記入ください

③ 医学・医療で、今関心があることは何ですか?

④ 病院実習について(医学生のみご記入下さい)

- ☐ 実習してみたい(希望日))
- (内容))
- ☐ 検討中 ☐ 今回は希望しない

※ご意見ありがとうございました

お名前			
ご住所	〒	市・郡	町・村
	アパート名		号室
学校名	高校・予備校・大学(医)	年生	
携帯TEL	-	-	
E-mail	@		

アンケートにお答えいただいた方にはもちろんQUOカードを進呈致します。
(ハサミで切り取ってください)

編集後記

今年4月初期研修医として2名入職しました。学生時代から関わっていたため、

入社式での立派な姿を見ると、担当者として嬉しい気持ちでいっぱいでした。研修で色々な勉強をしていくので、

集中して行えるよう応援したいです。



▲オリエンテーションの休憩中の一コマ



私のオススメ

三野 比花里

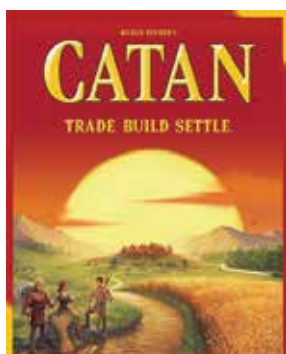
Hikari Mino 高松平和病院(初期研修医)・高知大学2021年卒・香川県出身

私のおすすめは最近読んだジョージ・オーウェルの1984年です。この本を手にとった理由は先輩の先生からお勧めされたから、私自身が村上春樹さんのIQ84を読んでいて似た題名だな～と思っていたからでした。どうやら最近新訳本が出版されたらしく、私はそれを読みたいです。設定は主人公が住む世界は政治的操作によって手に入る情報や知識が徐々に縮小、改変されていく世界で、それに対して主人公が反抗する、という感じです。最後がバッド・エンドなのですが、個人的には面白い世界観であっという間に読み終えてしまいました。アタリの小説に出会うとすぐに時間がたってしまいますね。



谷川 莉理花

Ririka Tanigawa 香川大学医学部医学科5年 香川県出身



私でご紹介するのはカタンというボードゲームです。カタンは世界3大ボードゲームの1つとされ、とても人気があり、私にとってはたくさんの思い出があるゲームです。小学校のころに購入してから、母や父、兄弟4人でよく対戦してはケンカして泣くことも。その後大学で、偶然にも所属していた卓球部で流行りだし、また再開することとなりました。誰かの家でやったり、大学の談話室でやったり、そして部活の仲間でカタンの四国大会に参加することになりました。全国大会出場権をかけた強者が全国から集まっている一方、ガチすぎて悪態をつくおじさんもちらほら。怖くもあり楽しかった大会がまた開催されたらいいなと思います。

森 みどり

Midori Mori 高松協同病院 総看護師長 香川県出身

私のオススメは気分転換を兼ねての旅行です。

しかし、コロナ禍となり海外どころか県外にも行けず落ち込んでいました。コロナ禍だからこそ香川県の良いところ探しに出発することにしました。それが、主に西讃と島巡りです。小山登りやキャンプもします。私は東讃出身なので、西讃の良いところに感動しています。香川県の良いところを探す旅はとても新鮮で香川県をこんなにも知らなかったんだ…と反省の日々です。早く県外、海外に行ける日々が来ますように祈りながら新たな旅を計画して楽しもうと思っています。自分の時間との両立楽しんでみてはいかがでしょうか。



若手医師の

育児日記



去

年、第2子を出産し2人の男の子のママになりました。今は育児休業をいただき、甘えん坊でいやいや期の3歳児(愛称:ゆうくん)と、はいはいをし始めてますます目が離せなくなった9ヶ月児(愛称:りつくん)と毎日バタバタと過ごしています。

出

産直後は、長男の赤ちゃん返りや、2人の生活リズムが合わず、思い通りに進まないことばかりで落ち込むことがありましたが、数ヶ月が経ち、試行錯誤しながら徐々に育児のペースがつかめるようになってきました。

最

近は長男のゆうくんにも変化がみられ、弟のりつくんを抱きしめたり、りつくんが泣いたときや体調を崩したときは優しく声をかけ、お兄ちゃんらしくなってきました。愛おしそうに弟に接するゆうくんと、それに応えるように笑い喜んでいるりつくんの姿をみて「兄弟っていいな」と感じています。

と

はいえ、まだまだ3歳児のゆうくん。「自分のモノは自分のモノ、弟のモノは自分のモノ」で、、ゆうくに「おもちゃをかし」と問うと、使ってないおもちゃでも必ず「ダ



メ!ゆうくん使ってた!」と返答。りつくんが遊んでいるおもちゃを気づいたらゆうくんが取りあげていることもあり、兄弟同士でけんかする日もそう遠くないな、と想像しゾツとしています。

— 方私は、育児のペースがつかめるようになってきたとはいえ、日によってはこどもに強く言い過ぎてしまったり、待てなかったり、失敗と反省を繰り返しています。特に疲れが溜まっていたり、気持ちの余裕がないときにそうなりやすいので、意識して1人で過ごす時間を作り、気分転換をするようにしています。

今

の気分転換の一つは、毎朝家族の誰よりも早く起きて、何も考えずにぼーっと過ごしたり、こどもに邪魔されずに家事や食事をする事です。最近、離乳食のストックやグラノーラ作りをしています。

ま

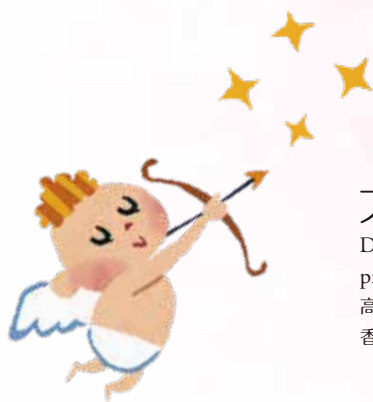
た子育て支援センターも活用しています。今は新型コロナウイルス感染拡大の影響で子育て支援センターも閉鎖され対面で会うことが難しくなっていますが、オンラインでリフレッシュ講座やおしゃべりひろばが開



催されており、そこに参加しています。長男が保育園に行ってから、自宅で次男と一緒にお菓子作りやアロマ講座に参加したり、教育講座を受けて子育てのヒントをもらっています。グラノーラの作り方も支援センターで教えてもらいました。

支 援センターの先生方と話したり、他のママたちの子育ての話を聞くことで「頑張っているのは1人じゃない」と感じることができ、とても力をもらっています。

1 年間いただいた育児休業期間も残り少なくなりました。もちろん仕事復帰に不安や心配はあります。しかし、待っている職場の方たちがいることや、家とは違うやりがいを感じられる場所があることがとてもうれしく、復帰が楽しみです。今以上に余裕がなくなることがあるかもしれませんが、夫とこどもたちと協力してリフレッシュしながらぼちぼちがんばりたいです。



大西 綾花 医師

Doctor Ayaka Onishi

profile

高松平和病院 緩和ケア内科医師

香川県出身 香川大学2008年卒



香川医療生協 医学生 奨学生 募集中。

奨学金制度 の趣旨

この奨学金制度は、医学部卒業後に香川医療生協・香川民医連の病院で研修し、地域医療に参加しようとする医学生を対象に、勉学などの経済的な援助を行う目的で設けています。

奨学金概要

一般

1～2年生 5万円/月額
3～4年生 6万円/月額
5～6年生 7万円/月額

特別

全学年 12万円/月額

※返済免除規定あり(返済金利なし)

奨学生になったら

- point ① 全国の医学生と学び合えるチャンス！
- point ② 低学年から病院実習をかさねて将来の医師像を掴める！
- point ③ 学生生活中的サポートが手厚い！

高校生予約奨学金制度
もあります。

申し込みは随時受け付けています。お気軽にお問い合わせください。

香川医療生活協同組合

厚生労働省
指定臨床研修病院

高松平和病院



学生サポートセンターみき



お問合せ・連絡先

高松平和病院

学生担当/花谷・野口・池内
tel.070-1258-6360 mail:heiwap@ gmail.com



香川民主医療機関連合会

高松市栗林町1-6-4
tel.087-836-9375
fax.087-836-9376



ブログ更新中

<http://www.heiwap.com/>

高松平和病院 医学生・研修医のページ

検索

～日々の学習企画案内・報告をblogで随時更新中～

もれなく
QUOカードを
差し上げます。



〒760-8530 高松市栗林町1-4-1
tel.087-833-8113(代表) fax.087-833-8759

〒761-0701 木田郡三木町池戸1538-1森ハイツ1F

発行元：香川民主医療機関連合会