2024 Spring

とちぎで学び、働きたくなる
出会いがここにある。

磯山弁財天
（佐野市）

医心伝心

トチギ医ズム

～Tochigi Doctor's Voice～

山あげ祭り
（プロジェクションマッピング）
（那須烏山市）

千手ヶ浜のクリンソウ
（日光市）

Doctor's Interview

#01

「とちぎの地域医療と人材育成」vol.1

上都賀厚生農業協同組合連合会
上都賀総合病院
安藤 克彦 病院長

獨協医科大学
日光医療センター
安　隆則 病院長

日本赤十字社
足利赤十字病院
室久 俊光 院長

#02

「とちぎの地域医療と人材育成」vol.2

一般財団法人とちぎメディカルセンター
とちぎメディカルセンターしもつが
北澤 正文 病院長

日本赤十字社
那須赤十字病院
井上 晃男 院長

日本赤十字社
芳賀赤十字病院
本多 正徳 院長

#03

「とちぎのへき地医療」

南那須地区広域行政事務組合立
那須南病院
宮澤 保春 病院長

佐野市国民健康保険
野上診療所
新妻 郁未 所長

日光市立国民健康保険
栗山診療所
古橋 柚莉 所長

とちぎ
地域医療支援センター

Doctor's Interview #01

特集｜とちぎの地域医療と人材育成

**栃木県の地域医療を支える中核病院を代表して
3病院の院長たちが集い、座談会を開催。
各病院の“強み”や内科専門研修、人材育成の特徴などから、
栃木県で歩むキャリアの魅力に迫った。**

日本赤十字社 足利赤十字病院

院長
室久（むろひさ） 俊光（としみつ）先生

出身地 東京都
出身大学 獨協医科大学（1986年卒）

獨協医科大学 日光医療センター

病院長
安（やす） 隆則（たかのり）先生

出身地 茨城県
出身大学 秋田大学（1986年卒）

上都賀厚生農業協同組合連合会 上都賀総合病院

病院長
安藤（あんどう） 克彦（かつひこ）先生

出身地 千葉県
出身大学 群馬大学（1985年卒）

これからは”総合力”の時代。栃木県で、人々から信頼され、必要とされる真に実力のある医師に！

栃木県の地域医療を支える3病院の特徴と”強み“

上都賀総合病院・安藤克彦病院長（以降、安藤病院長）…鹿沼市に位置する上都賀総合病院（352床）は、鹿沼市全域、宇都宮市西部、日光市広域など、県西保健医療圏の中核病院として、人口約15万人を支えている二次救急病院です。

へき地医療拠点病院、地域がん診療病院、脳卒中拠点医療機関、災害拠点病院、DMAT指定病院であり、さらに県指定の「認知症疾患医療センター」を開設するとともに、PFM（外来から患者の入退院を支援する仕組み）を地域中核病院規模としては全国的にも先駆けて導入していることが特徴です。

日光医療センター・安隆則病院長（以降、安病院長）…日光医療センター（199床）は、国内外多くの人々が訪れる国際観光都市日光の基幹病院として地域の急性期医療を支えており、さらにはリハビリテーション分野にも力を注ぎ、切れ目のない医療サービスを展開しています。また、地域医療支援病院や災害拠点病院としての役割も担っている病院です。

獨協医科大学創立50周年記念の節目の年

である2023年1月に日光市森友に新築移転したことを契機に、「眼科」「救急・総合診療科」を新設し、全21科の診療体制を整えるとともに、HCU（高度治療室）や重症病床も導入しました。さらにはIT技術を用いて高品質な医療を提供するスマート・ホスピタルを実現しています。

足利赤十字病院・室久俊光院長（以降、室久院長）…足利赤十字病院（540床）は急性期中核病院として、群馬県を含む両毛保健医療圏6市5町75万人を支える急性期中核病院です。2011年に渡良瀬川緑地に新築移転し、「一般病棟全室個室」の9階建て病棟を整備しました。COVID-19における全室個室での療養は感染拡大の防止となり、"感染症に強い病院"としても認知されています。

ロボット手術ダヴィンチやハイブリッド手術室を備えるなど先端医療にも力を入れており、また、災害拠点病院として災害派遣や日赤独自の救護班を3個班編成していること、さらに国際病院機能評価であるJCI認証やJMIP（外国人患者受入れ医療機関認証制度）、ISO15189認証など、国際基準の安全・良質な医療を担保していること、エイズ診療拠点病院として総合的なエイズ診療を提供していることも当院の特徴です。

安藤病院長…上都賀総合病院の強みは、栃木県に3箇所しかない精神科の閉鎖病棟を有した総合病院であることや、地域唯一の急性期の基幹病院として、周辺地域の救急医療を一手に担っていることです。鹿沼市における救急車の出動件数のうち5割近くを受け入れており、2022年には2000件を超える受け入れをしました。近隣の宇都宮市で受け入れ困難だった患者さんも当院に搬送されてきます。一次から二次までが守備範囲ですが、場合によっては三次救急まで受け入れています。

室久院長…足利赤十字病院の強みは、がん診療と救急です。当院は地域がん診療連携拠点病院であり、最先端放射線治療装置のサイバーナイフを導入するなど、高度ながん治療を提供しています。救命救急センターでは急性期中核病院として24時間体制で高度医療を提供しており、2022年度には5500台の救急車を受け入れました。

安病院長…日光医療センターでも救急医療に注力しています。私が院長に就任してから職員たちに一貫して伝えていることは、"救急車を断らない病院"として県民、周辺医療機関、そして行政からも頼りにされる病院になること。救急車や近隣医療機関からの要請に対して95％以上の急患受け入れ維持と、年間2000件の受け入れをめざしています。2022年度は1651件でしたが今年度は2000件近くまで行くと思います。

"総合力"の習得に最適な救急医療に強い環境

室久院長…3病院ともに救急に力を入れていますが、こうした環境は若手医師の研鑽の場として非常に魅力的だと思います。

安藤病院長…多彩な症例を経験できる救急は、医師としての基礎力を養うための最良の場です。

安病院長…若い先生方には、"救急車を断らない医師"に育ってほしいと思っています。救急車を断らないためには、複数疾患を総合的に診ることができる人材育成が重要なので、当院では2023年に新たに「救急・総合診療科」を開設しました。また、研修医や専攻医の先生方が安心して救急医療に臨むことができるよう、各診療科の上級医にいつでも相談ができるバックアップ体制をしっかり整えています。

室久院長…バックアップ体制がしっかりしていると積極的に救急に臨むことができますし、重大な疾患を見逃さないためにも指導医や上級医の手厚いフォローアップは非常に重要です。

安病院長…そうですね。当院では毎朝のカンファレンスで、前日入ってきた救急車の事例を一件一件確認し、帰宅させた患者さんに重症疾患の見逃しがないかなど、しっかり検討しています。

室久院長…研修医や臓器別専攻医の先生方にとって、多彩な患者さんに対応しなければならない救急当直は不安も大きいと思います。しかし、数を経験するうちに対応できるようになりますし、医師としての大きな自信にもつながっていきます。足利赤十字病院の研修医たちも救命救急センターでの当直経験によって初期研修が修了する頃には「救急が全然怖くなくなった」と、頼もしい医師に成長しています。

安藤病院長…それと、高い専門性をもった医師をめざすことは非常によいことですが、専門分野しか診られないというのも困ります。"総合力"がある上で、高い専門性をもった医師になってほしいですね。将来、専門分野において優れた医師をめざすのなら、幅広い基礎力を修得しておくことが非常に大切だと思います。

安病院長…ものすごく大事なことですよね。（臨床能力を家屋に例えれば）1階部分の"総合力"があるからこそ、2階部分の内科系、外科系、そして専門分野である循環器や消化器といった3階に進むことができるんです。1階と2階部分がしっかりしていなければ3階に上がることはできません。日光医療センターではそうした教育体制を敷いています。

安藤病院長…幅広い診療の知識や技術の裏付けがあってこそ、専門分野において力を最大限に発揮できると思います。そういう意味でも、救急医療に強い環境で研鑽を積むことは、将来、どの診療科に進むにしても非常に大きな力となるはずです。

今後、ますます重要となる"ノンテクニカルスキル"の習得

安藤病院長…病気だけ治ればいいというのは医師として半人前。患者さんには退院した後の生活があります。若い先生方には"人"を診ることができる医師になってほしいと思います。"人"を診る医師とは、患者さんごとに異なる家族構成や生活、社会背景、退院後の生活まで見据え、一人ひとりに最適な医療を提供することができる医師です。

室久院長…"人"を診るには、患者さんやご家族にきちんと向き合うことが大切であり、コミュニケーションスキルも医療の基本と言っていいほど必要不可欠なスキルでしょう。

安病院長…そうですね。患者さんの生活を知るにはご家族からの情報収集も欠かせません。栃木県の患者さんは高齢者の方が多く、高齢者に配慮した言葉遣いも重要となります。

安藤病院長…高齢者には人生の大先輩として敬う気持ちをもって接することが大切です。言葉遣い一つにしても、"親しみをもつ"と"馴れ馴れしい"のは違います。自分が親しみをもって発言した言葉でも、相手にとっては馴れ馴れしい言葉にもなりうる。「親しき仲にも礼儀あり」を常に心がけてほしいと思います。

安病院長…高齢患者さんの多い栃木県だからこそ、そうしたコミュニケーションスキルも醸成できるのではと思います。現代社会は核家族化が進行し、隣近所との交流もほとんどなく、高齢者の方を敬う環境で育ってきた人は少なくなっています。今後、都会でも少子高齢化はどんどん進んでいきますし、患者さんも高齢者が増えていくことは間違いありません。高齢者に対する接し方も、これからの日本の医療を支える若い医師たちが学ぶべき、大切なスキルでしょう。

安藤病院長…そして、「あいさつをする」「時間を守る」ことは社会人としての基本。これも信頼される医師になるために最低限必要なことです。

室久院長…医師は患者さんやご家族のプライバシーにも踏み込むため倫理観も必要ですし、社会性も非常に大切です。社会性が欠落していては、患者さんの立場に立った医療を提供できませんからね。

安藤病院長…知識や手術手技といったテクニカルスキルだけではなく、チーム医療に不可欠な協調性だったり、患者さんやそのご家族との友好な関係づくりだったり、そういった"ノンテクニカルスキル"も質の高い医療の提供に必要不可欠なスキルなのです。

室久院長…いくら豊富な知識や優れた技術があっても、ノンテクニカルスキルがなければ人々から信頼され、必要とされる医師にはなれません。ノンテクニカルスキルはどの科に進んでも、どの場所で働こうとも必要とされるものです。

安病院長…それと、医師は勉強をしなくなった時点で終わり。常日頃から新しい情報を入手し、勉強し続けることも重要です。日光医療センターでは、On duty, off duty（勤務時間中と時間外の研究会・学会への参加など）での学習指導要領をはっきりさせ、"勉強を継続できる医師"を育てています。特

に若い先生方には学会発表を継続的に行うよう勧めています。アウトプットするためにはその10倍を調べる必要があり、かなりの勉強になります。

室久院長…教えてもらえるのを待つのではなく、自分から「やらせてください」とアクティブに動くことで、成長度合いも違ってきます。積極性のある先生は成長のスピードも速く、ものすごく大きく伸びますよね。どのように初期研修や専門研修に取り組むかが、その後の医師人生を大きく左右します。若い先生方には主体性をもって積極的に知識や技術を吸収していってほしいですね。

栃木県の内科専門研修で確かな"総合力"を獲得

安藤病院長…上都賀総合病院は内科専門研修の基幹施設です。コモンディジーズや高齢者に多い複数疾患を抱えた症例も多数経験できますし、糖尿病やリウマチ・膠原病など県下有数の専門性を持った医師たちが在籍しているため、領域によっては希少疾患も経験できます。

研修期間は基幹施設である当院で2年、連携施設で1年の3年間です。連携施設は、済生会宇都宮病院、栃木県立がんセンター、NHO栃木医療センター、昭和大学病院、昭和大学藤が丘病院、昭和大学江東豊洲病院、昭和大学横浜市北部病院となっています。

安病院長…日光医療センターも内科専門研修の基幹施設であり、月3～4回の当直と月150～170件の救急車に対応しながら"総合力"を習得していきます。診断・治療に迷いがあれば各診療科の医師にコンサルトでき、また翌朝のカンファレンスで前日の救急受け入れ症例の振り返りなど、フォローアップ体制も万全です。

研修期間は3年間で、当院での2年と、獨協医科大学病院、獨協医科大学埼玉医療センター、昭和大学病院、昭和大学藤が丘病院、昭和大学横浜市北部病院、昭和大学江東豊洲病院、那須赤十字病院、国立病院機構栃木医療センターの連携施設にて1年の研修を行います。

室久院長…足利赤十字病院も内科専門研修の基幹施設であり、臓器別の専門性に偏ることなく全人的な内科診療を修得できる研修を行っています。3年間のプログラムの1、2年目に当院で研修を行い、3年目は獨協医科大学病院、長崎病院、さいたま市立病院、獨協医科大学埼玉医療センター、慶應義塾大学病院、杏林大学医学部付属病院といった連携施設で研修を行うなど、当院でも専攻医の希望をもとに各連携施設の強みを活かした研修ができます。

安病院長…日光医療センターでは、自分が救急で診た患者さんはそのまま主治医として治療にあたる体制としています。たとえば救急対応した患者さんが脳卒中の場合、サブスペで消化器内科をローテート中であっても、主治医として脳神経内科の先生の指導を仰ぎながら治療、入院と診ていきます。目指すサブスペシャルティ領域を学びながら救急などを通して他の内科領域についても研鑽することで、"総合力"を同時に高めていくことができます。

安藤病院長…やはり内科医には正確な診断能力と幅広い初期対応能力が必要となりますが、こういったスキルを養うためには経験豊かな指導医のもとで、多数の未診断症例に接することが重要です。上都賀総合病院には、そのすべての条件が揃っています。

室久院長…足利赤十字病院は急性期病院ですが、一方で地域の病診・病病連携の中核でもあります。地域に根ざした病院であるため、コモンディジーズの経験はもちろん、超高齢社会における複数疾患を抱えた高齢患者さんの診療や、地域の病院との連携も豊富に経験することができます。

安病院長…日光医療センターでは、へき地拠点病院として毎週木曜日にへき地診療所での診療も行っています。それに同行して限界集落のへき地医療を経験することもできます。

安藤病院長…3病院ともに、地域医療を支える中核病院として、内科全般を包括的に診療している環境にあります。こうした環境で研鑽を積むことは、内科医としての大きなアドバンテージになるのではないでしょうか。

室久院長…そう思います。地域連携を実践できる"総合力"をもった内科医は、超高齢化が進展するこれからの日本の医療において非常に重要な存在となるでしょう。

安病院長…日光市は栃木県のなかでも超高齢社会の一番先頭を走っている地域です。複数疾患を抱えている高齢患者さんは、内科、整形外科、眼科といったいろんな科を受診していくのですが、超高齢化社会では高齢患者さんの複数疾患を一人で総合的に診ることができる医師を育てる必要があります。栃木県はそうした医師が育つ相応しい環境にあると思います。

室久院長…そうですね。それと、足利赤十字病院の関連大学は10大学あり、医師たちの出身大学が多彩であることも特徴です。いろんな大学文化が交わる環境であり、それがお互いの刺激になっていますし、さまざまな文化や考え方を吸収出来る環境も若い先生方にとって魅力だと思います。

安藤病院長…上都賀総合病院では、診療科間や臓器別の縦割りがありません。こうした環境も"総合力"を養うための重要な要素だと思います。

安病院長…日光医療センターも199床の中規模病院ということもあり、部署間の垣根が低いため診療科横断的にフレキシブルな研鑽が可能です。また、当院にはサブスペシャルティである「老年病専門研修プログラム」もあり、私も含め老年科指導医が4名在籍しています。「老年病科」は骨粗鬆症や骨折、内科的疾患、救急医療など、いろんな知識を必要とする科であり、まさに総合医療なんです。

安藤病院長…3病院の特徴や強みからもわかるように、栃木県は高齢化社会が進展する日本の医療に必要な、"総合力"を備えた内科医になるための最良な教育環境にあると思います。

働き方の多様なニーズに応え キャリアの継続をバックアップ

安藤病院長…上都賀総合病院の常勤医は現在61名いますが、うち24名が女性医師です。当院では女性医師のキャリア支援体制も万全ですし、男性医師でも育休の取得や、時短勤務、当直ナシといった働き方をしている先生もいます。院内保育所も完備しているため、お子さんを預けて勤務されている先生も多いですね。

安病院長…日光医療センターでも、子育て中の先生がキャリアを継続していただけるよう、時短勤務、当直やオンコール免除などのサポート体制をしっかり整えています。院内保育所はありませんが、現在、近くの保育園施設との提携を進めているところです。

室久院長…足利赤十字病院でも当直免除や時短勤務が可能ですし、男性医師でも出産時育児休業を取得した先生や、子育てのために9時5時勤務の当直ナシで働いている先生もいます。

安藤病院長…ライフイベントや家庭の事情があっても、仕事を中断することなく、継続して働くことができる環境はキャリア形成にとても重要なことですよね。

安病院長…壬生の大学本部（獨協医科大学）には、日光医療センターの職員も利用できる「女性医師支援センター」があり、専任教員によるキャリア支援や研修中の出産・育児に対する相談支援を行っています。さらに、育児支援などに関するさまざまな情報発信、イブニングシッターサービス事業の実施など、安心してキャリアを継続できるサポートが充実しています。

安藤病院長…それに、上都賀総合病院ではオンとオフのメリハリをつけるために、時間外の会議やカンファレンスの撤廃、主治医制ではなく複数担当医制による業務分担などによって完全オフの時間がつくれるようにしています。「医師の働き方改革」が始まることもあり、地域の急性期病院だからといって休日が取れない、オフがないということはありません。

室久院長…そうですよね。栃木は研鑽の場としてもそうですが、"働きやすさ"という点においても優れた環境にあると思います。

素晴らしいキャリアと充実した 医師人生は栃木県で実現する

安藤病院長…私が上都賀総合病院に赴任して約3年が経ちましたが、それ以前は30年以上、県外の病院で働いていました。栃木県に来て感じているのは、"住みやすさ"です。自然が豊かで美しく、川の水がとてもキレイなんですよね。常に心を癒してくれる環境も栃木県で働く魅力だと思います。

室久院長…それと栃木県と東京は思ったよりも遠くはなく、アクセスの利便性が良いことも魅力でしょう。足利市から東京の浅草までは電車で乗り換えなしの約1時間で行くことができます。

安藤病院長…宇都宮からは新幹線を利用すれば東京まで1時間以内で行けますし、隣の茨城県や群馬県へのアクセスも良いですよね。ちょっと足を延ばせば日光の世界遺産も愉しめます。

安病院長…日光は「日光東照宮」や「二宮尊徳記念館」といった歴史的、文化的遺産がありますし、温泉地としても全国的に有名です。手軽に温泉を愉しめる環境も魅力でしょう。

室久院長…足利も日本最古の学校といわれる日本遺産「史跡足利学校」や国宝「鑁阿寺」など、史跡や神社仏閣が数多く存在する歴史と文化のまちです。足利市には低山ハイキングコースがいくつかあって、個人的には美しい自然を満喫しながらハイキングを愉しめる環境が好きですね。栃木県は災害も少ないですし、とても住みやすい場所です。

安病院長…素晴らしいキャリアと医師人生を実現させるためには仕事の充実度も大切ですが、生活環境も重要な要素。そういう意味でも栃木県で医師としてキャリアを築いていくことは大きな魅力だと思います。

3病院をはじめ
栃木県内の
内科専門研修プログラム
について、詳しくは
コチラへ

日本内科学会
研修施設一覧
栃木県

室久院長…そうですよね。それに、栃木の人たちは素朴で優しい人が多いのも特徴。患者さんは若手医師に協力的ですし、人間関係でギスギスするようなこともありません。初期研修や専門研修など、医師人生のスタート地点として、そして医師として大きく成長する場所として、とても最適な環境だと思います。

安藤病院長…栃木県のこれからの医療を支えていくためには、何といっても若い先生方の力が必要不可欠ですし、"総合力"のある医師がこれからの日本の医療には求められています。栃木県という環境なら、人々から求められ、活躍することができる、"総合力"をもった真に実力のある医師へと成長できるでしょう。

病院紹介

上都賀厚生農業協同組合連合会
上都賀総合病院

〒322-8550
栃木県鹿沼市下田町1-1033
0289-64-2161

獨協医科大学
日光医療センター

〒321-1298
栃木県日光市森友145-1
0288-23-7000

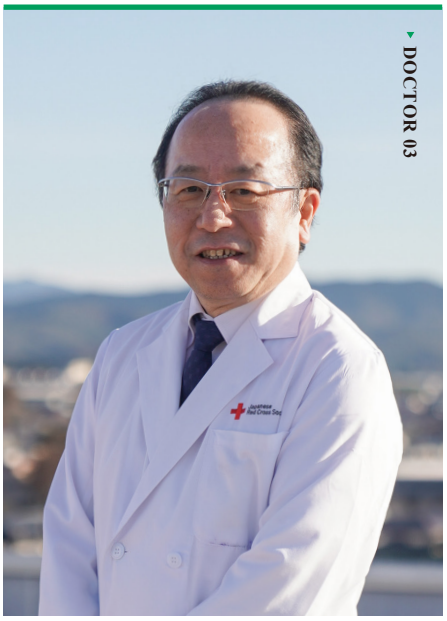
日本赤十字社
足利赤十字病院

〒326-0843
栃木県足利市五十部町284-1
0284-21-0121

Doctor's Interview #02

特集｜とちぎの地域医療と人材育成

**栃木県の地域医療を支えている中核病院を代表して
3病院の院長たちが集い、座談会を開催。
各病院の“強み”や研修の特徴、地域医療の課題などから見えてきた、
栃木県で医師人生をスタートする魅力とは？**



DOCTOR 03

日本赤十字社 芳賀赤十字病院

院長
本多（ほんだ） 正徳（まさのり）先生

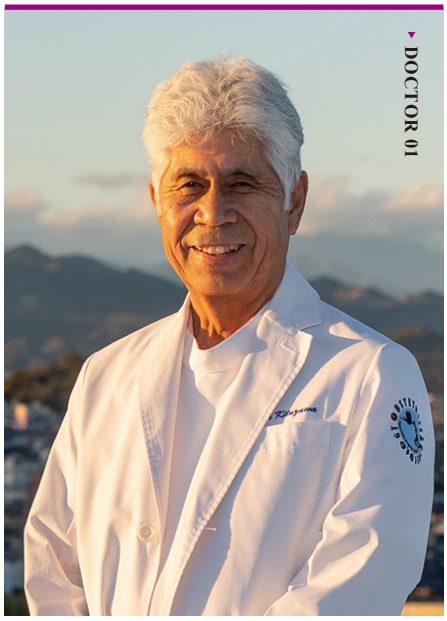
出身地 茨城県
出身大学 自治医科大学医学部（1984年卒）

DOCTOR 02

日本赤十字社 那須赤十字病院

院長
井上（いのうえ） 晃男（てるお）先生

出身地 東京都
出身大学 信州大学医学部（1981年卒）



DOCTOR 01

一般財団法人とちぎメディカルセンター
とちぎメディカルセンターしもつが

病院長
北澤（きたざわ） 正文（まさふみ）先生

出身地 栃木県
出身大学 獨協医科大学医学部（1981年卒）

医師としての確かな実力も快適で充実した生活も！とちぎで医師人生を始めよう！

充実の救急体制と密な連携で栃木県の地域医療を支える

とちぎメディカルセンターしもつが（以降、TMCしもつが）・北澤正文病院長（以降、北澤病院長）…TMCしもつが（307床）は、人口約15万5千人の栃木市に、3病院の統合再編によって2013年に設立された「一般財団法人とちぎメディカルセンター」の中で急性期を担う病院として誕生しました。

2016年に現在の地に新築移転し、27診療科と、最新の医療設備を有する総合病院であり、栃木市唯一の二次救急医療機関となっています。地域医療支援病院として地域の各医療機関と連携し、栃木県脳卒中地域拠点医療機関などの役割を担いながら、栃木地区の医療を支えています。

芳賀赤十字病院・本多正徳院長（以降、本多院長）…芳賀赤十字病院（364床）は2019年に新築移転した30の診療科を有する総合病院です。人口約13万6千人の県東医療圏の中核病院であり、地域で唯一の二次救急医療機関となっています。地域周産期母子医療センターによるハイリスク妊娠の受け入れや新生児治療、さらに地域がん診療病院としてがん医療にも力を入れていま

す。また、急性期医療を担うだけではなく回復期リハビリ病棟も有し、高齢化の進展に対応するため認知症疾患医療センターにも指定されています。災害拠点病院、DMAT指定病院として災害医療に強いことも特徴です。

那須赤十字病院・井上晃男院長（以降、井上院長）…那須赤十字病院（460床）は、人口約39万人の県北医療圏で唯一の地域医療支援病院、そして三次救急医療機関であり、”最後の砦“として24時間体制で「救命救急センター」による重症患者の受け入れを行っていることが強みです。また、地域がん診療連携拠点病院として質の高いがん診療を提供しており、近年は手術支援ロボットによる低侵襲治療を行うなど、先端医療機器を積極的に導入しながら高度で質の高い医療を提供しています。さらに、地域周産期母子医療センターによるハイリスク分娩への対応や、災害拠点病院としてDMATを3隊備え、日赤の使命でもある災害時などの救護・救援活動にも取り組んでいます。

北澤病院長…TMCしもつがは、特に消化器外科や整形外科において診療成果を上げており、また、診療科が揃っているため多彩な疾患に対応することができます。当院の強みも救急であり、栃木市内から年間3000件を超える救急搬送があります。栃木市周辺で二次救急を扱う病院は当院だけであり、診療機能の充実強化を図りながら”断らない救急“を目指して取り組んでいます。

本多院長…芳賀赤十字病院も地域唯一の二次救急医療機関であるため、当該地域の救急搬送の約70％、年間4500台超の救急車を受け入れています。当院でも”断らない救急“を目指しており、そのためにベッドコントロールにも取り組んでいます。当院が満床になると救急患者は三次救急を担う自治医科大学附属病院に流れてしまい、そこで医療ひっ迫を招いてしまいます。そのため2023年度から自治医科大学附属病院と共に地域の各医療機関のベッド状況を”見える化“するなど、スムーズな転院ができる体制整備を進めています。また、当院には3名の医療ソーシャルワーカー（Medical Social Worker）がいますが、2024年度には8名に増員し、将来的には各病棟に一人ずつ配置して速やかに転院調整ができる体制にしたいと考えています。

井上院長…ベッドコントロールは地域の医療機関との連携が大きなカギですよね。それによって患者さんに次の治療にスムーズに移ってもらうことは医療の質や地域医療を維持するために重要なことです。那須赤十字病院でも地域の医療機関や獨協医科大学病院、自治医科大学附属病院との密な連携により、円滑に医療を提供できる体制を整えています。

北澤病院長…TMCしもつがには自治医科大学や獨協医科大学からの派遣医師が多いこともあり、大学病院への紹介、逆紹介もスムーズに実施することができます。医師会の先生方との連携も密であり、紹介率、逆紹介率、共に概ね75％以上となっています。

栃木県で医師のキャリアをスタートする魅力とは？

井上院長…3病院ともに地域の基幹病院として救急医療に力を入れ、また、地域の医療・保健・福祉といった関係機関と連携強化を図りながら、地域完結型の医療を目指して取り組んでいます。こうした環境は医師人生のスタート地点としても非常に魅力だと思います。

本多院長…そうですね。救急に携わることで得られる多彩な症例経験によってプライマリ・ケアや迅速で適切な判断力と診断力を養うことができます。そして、一次、二次、三次医療と、地域において自院と異なる役割を担う各医療機関と密な連携をしているため患者さんをトータルで診ることもできる。医師としての幅広い基盤を作ることができる最良の環境にあると思います。

北澤病院長…TMCしもつがは、「とちぎメディカルセンター」の中で急性期医療を担っており、回復期・慢性期・緩和ケアは「とちぎメディカルセンターとちのき」が担当し、さらに予防医療・在宅医療・介護などは「とちぎメディカルセンター総合保健医療支援センター」が担当するなどして、切れ目のない医療と介護を提供しています。急性期

から回復期・慢性期、そして緩和ケアまでトータルに学べることが当院の研修の強みです。

本多院長…芳賀赤十字病院は急性期を担うだけではなく、40床の回復期リハビリ病棟、2か所の訪問看護ステーションや訪問リハビリ機能を展開するなど回復期医療の充実も図り、急性期、回復期、在宅へとスムーズにつなげる体制を敷いています。当院の研修においても急性期、回復期・慢性期、在宅とトータルに学ぶことができます。

井上院長…那須赤十字病院のある県北医療圏は栃木県内のなかで面積が一番大きく、医療過疎地も多く抱えています。当院は三次救急を担う超急性期の役割だけではなく、巡回診療などにより過疎地の医療も守っており、最新のハードウェアを活用した高度医療から、過疎地域を支える医療まで幅広く学ぶことができます。

北澤病院長…TMCしもつがは研修医の一学年の定員が4名と少人数制であることも特徴です。そのため、手技の機会が多く、かつ早い段階で主体的に診療に携わることができます。医師になって最初の2年間で経験する症例は、都市部の大学病院など、多くの臨床医がいるなかで研修をするよりも豊富で多彩ですし、大変濃密な経験を得ることができると思います。また、研究や学会発表の機会も多くあり、アカデミックな経験を積むこともできます。

井上院長…那須赤十字病院も一学年5名と少人数制であり、豊富な症例を経験することができます。それと、少人数制は手厚い指導を受けられるというメリットもありますよね。

北澤病院長…少人数だからこそ、研修医一人ひとりに十分に目を配りながら個別ニーズにフレキシブルに対応することができます。

本多院長…芳賀赤十字病院も一学年定員5名と少人数制ですが、2020年に私が赴任する以前はマッチングがゼロや1であるなど厳しい状況でした。ただ、当院ではマンツーマン以上の手厚い指導体制や豊富な症例数、さらに新病院として設備も充実しているなど研修環境や教育体制に非常に自信がありました。「病院見学などで当院の実際をちゃんと知ってもらうことができれば、必ず研修医に来ていただける」と病院のPR活動に力を入れたんです。すると翌年からフルマッチとなり、今年（2023年）はマッチングの中間公表で1位志望が募集定員の1.6倍となりました。

北澤病院長…栃木県の地域医療を担っている各研修病院では、少人数制による豊富で多彩な症例経験、手厚い指導といった医師教育やキャリアアップに優れた環境がとても充実しています。そうした各病院の魅力を見学などで実際に知ってもらうことはとても大切ですよね。

井上院長…それと栃木県の研修医は志も高いと感じています。那須赤十字病院は冠動脈カテーテル治療のエキスパートによる全国でも屈指の治療実績をはじめとした多種多様な症例を学ぶことのできる環境が整えられており、マッチング率が高く、医師としての確かな実力を獲得したいと志の高い研修医が来てくれています。

先日、栃木県の研修医たちが集まる交流会に参加した際、110名もの研修医の方々が集まりました。その交流会で他県の医療政策を専門としている先生が「うちの県では交流会に40人ほどしか集まらない。栃木県の研修医のみなさんはとても熱心で志が高いですよね」と仰っていました。当院に限らず栃木県には熱意のある志の高い研修医が集まっていると感じています。

本多院長…そうですよね。芳賀赤十字病院の研修医たちは2年間で気管挿管を100例以上経験していますし、他のスキルも多領域にわたって経験豊富な指導医のもと積極的に経験を積み重ねています。各診療科の連携も密で、病院全体で研修医を育てる万全のフォロー体制にあり、安心して研修に臨むことができます。

北澤病院長…TMCしもつがでも、医師だけではなく看護師や検査技師などコ・メディカルとともに病院全体で研修医をしっかりサポートしています。サポート体制が充実しているからこそ、安心して積極的に研修に臨むことができるんですよね。

井上院長…那須赤十字病院でも、指導医や上級医の先生だけではなく、病院スタッフ全員が教育熱心ですし、研修医のみんなをすごく大事にします。コミュニケーションも活発で、一緒に食事に行くなど仲もいいんです。指導医と研修医の関係性も抜群です。

北澤病院長…それと、TMCしもつがには、2017年7月から『自治医科大学地域臨床教育センター』が設置され、臨床教育、研修医教育、さらに専門医取得に向けたプログラムなど自治医科大学と連携した充実の教育体制も特徴です。

本多院長…芳賀赤十字病院にも『自治医科大学地域臨床教育センター』が設置されて

おり、自治医科大学の研修医教育や学生教育の一端も担っています。また、当院は専門プログラムの基幹施設ではありませんが、研修医の方々には専門医資格を取得するよう指導しています。専門医資格は病院の施設基準のなかに入り込んできているので、専門医資格をもっていないと、今後、就職できない可能性もあります。

井上院長…そうですよね。那須赤十字病院は、整形外科については専門プログラムの基幹病院ですが、それ以外は連携施設として自治医科大学や獨協医科大学などと連携して専門教育を提供しています。

感染症対策や感染症診療も実践的に学ぶことができる

井上院長…コロナ禍によって、医療計画の記載事項に「新興感染症等の感染拡大時における医療」が新たに追加されましたが、那須赤十字病院では、これまで基礎疾患のある方や透析患者、妊婦および新生児の新型コロナ感染者の入院を積極的に受け入れてきましたし、現在も継続して対応しています。3病院ともに第二種感染症指定医療機関であり、感染症対策や感染症診療を実践的に学べることも研修医にとって大きなメリットだと思います。

北澤病院長…そうですよね。TMCしもつがは、栃木県で初めて新型コロナ感染者であるダイヤモンドプリンセス号に乗船していた患者さんを受け入れました。2016年に新築移転した際、6床の感染症病床をつくり、さらに他の病床にも陰圧室を増床していたことで、最大24名の新型コロナ感染患者を受け入れた実績があります。新興感染症は今後も起きる可能性があり、継続して対策を行う必要があります。これからの医師にとって、感染症対策や感染症診療を学ぶことは非常に重要なことだと思います。

本多院長…県東医療圏において新興感染症に十分対応できるのは芳賀赤十字病院しかありません。当院は2019年に新築移転し、救急病棟には陰圧個室4床を併設するなど、感染症に強い体制を構築しています。また、当院は新興感染症を含め、全てにおいて地域の“最後の砦”としての役割を担っているため、当院の医療体制のひっ迫を防ぐため医師会の先生方も保健所も当院の医療機能に合わせた患者さんの紹介等に取り組んでいただき、非常に助かっています。

地域の発展のために、自前で医師を育てる

井上院長…栃木県には医療課題も多いですが、私が13年ほど在籍した獨協医科大学のある県南から那須赤十字病院のある県北に来て感じたのは、住民の疾病予防、健康維持への意識や知識の格差でした。その差が人によって極端なんですよね。

北澤病院長…それに栃木県は車社会であり、近くのスーパーに行くにも車を利用します。歩くことが少ないため、高血圧や糖尿病の患者さんが全国でトップクラスに多いんですよね。心筋梗塞、大動脈解離、脳梗塞、脳出血、慢性腎不全といった合併症も栃木県には多いんです。

井上院長…地域住民への啓発活動も必須であり、今まで以上に積極的に行う必要があると感じています。さらに大きく実感したのは地域の医師不足です。産婦人科医の数が圧倒的に不足しており、ハイリスク出産に対応できるのは県北部では那須赤十字病院くらいしかありません。安心して住める地域にするためには、医師の確保や地域全体で医療を支えるために、さらなる地域連携の充実が必要です。

本多院長…医師の確保は大きな課題ですよね。栃木県のなかでは2つの大学病院がある県南医療圏が医師多数区域となりますが、それでも人口当たりの医師数は不足しています。栃木県は元々医師数が少ないため、医師多数医療圏から少数医療圏に医師を誘導して均衡を取るといった対策では県南医療圏の機能もまかないきれなくなってしまいます。

井上院長…それと診療科の偏りもありますよね。那須赤十字病院の循環器内科は常勤医8名と充実した体制で、急性心筋梗塞などの循環器救急疾患に対しても24時間365日体制で緊急対応を行っています。循環器は内科の花形ですが、栃木県全体では茨城県に比べても循環器専門医が圧倒的に少なく、カテーテル治療ができる医師もカテーテル治療を行っている施設も少ない。産婦人科、小児科も県全体では弱いですよね。

北澤病院長…急性期の脳血管疾患を診る脳神経内科医も少ないです。それに対応するには設備投資も必要ですし、自治医科大学にも獨協医科大学にも医師が充足していないため派遣も難しい状況です。

本多院長…医師不足を解消するには派遣でまかなうのではなく、外から医師を流入させたり、自前で医師を育てる取り組みが必要です。そのためには、栃木県の医療や各研修病院の魅力をしっかり伝えていくことも重要だと思います。全国の医学生を対象とした栃木県内の研修病院を訪問する『栃木県臨床研修病院バスツアー』がありますが、その参加者から芳賀赤十字病院を単願した方がいました。こうした取り組みも各研修病院の魅力をアピールする有意義な方法だと思います。

北澤病院長…それと、医師不足や診療科偏在といった課題があることも、逆にいえば一人ひとりの医師が多くの症例を経験することができ、大いに活躍できる環境がある

ということ。そういう意味でも栃木県は研鑽の場、キャリアアップの場として非常に魅力的な場所だと思うんです。

本多院長…そうですよね。栃木県の医療や各研修病院の実際をしっかり見てもらい、特徴、魅力をしっかりアピールしていけば若い医師たちが増えてくると思います。栃木県で臨床研修を修了した医師が増えていくことは、世の中に栃木県の各地域の医療を知っていただく起爆剤にもなるため、研修医数を増やすことはマストの課題だと思います。今、芳賀赤十字病院ではそれがやっと根付いてフルマッチの病院になることができた。それをしっかり維持していきたいですね。

井上院長…栃木県の医療を担う医師を研修医時代から自前で育てることは、医師数を充足させるためにとても重要なことです。そのため那須赤十字病院でも、研修医の定員を増やしたいと考えています。県外大学に進んだ方が栃木県に戻ってくることは非常に嬉しいことですし、栃木県に縁やゆかりのない医学生や研修医の方々にも、ぜひ栃木県に来ていただき、大いに活躍してもらいたいですね。私の理念は〝地域の発展は医療の発展と共に〟ですが、研修医を増やし、若い医師たちがどんどん活躍することで地域を発展させることができたらいいなと思っています。

働きやすく、子育ても安心 生活環境にも優れた栃木県

北澤病院長…『医師の働き方改革』が始まり、どの病院も当然、時間外労働を減らすための対策をしていますが、オン・オフをはっきりと切り替えられるような環境づくりや意識付けも大切だと思います。

井上院長…那須赤十字病院では研修医の先生たちに「早く帰るように」と指導しています。オフはリフレッシュのために趣味や遊びに使うことも大切ですが、何よりも大事なのは睡眠時間をしっかり確保すること。心身共に健康であることを優先したオフの使い方をしてほしいと思います。

本多院長…近年は女性医師の割合も増えていますので、子育て支援や多様な働き方を支える勤務環境の整備も非常に大切ですよね。

井上院長…小児科や産婦人科など患者さんからも女性医師のニーズは高く、女性医師だからこそ活躍できる場面も多々あります。那須赤十字病院では仕事と子育ての両立ができるサポート体制を各診療科で厳格に確立させているため安心して子育てをすることができます。もちろん時短や週3勤務なども可能です。

北澤病院長…TMCしもつがには院内に託児所も完備されていますので、子育てしながらの勤務も可能ですし、産休・育休取得の実績も豊富です。育児中の方も安心して働くことができます。

本多院長…芳賀赤十字病院では時短勤務をもちろん採用していますし、時短勤務で働いている男性医師もいます。安心して働ける環境だけではなく、栃木県は〝住みやすさ〟という点でも魅力でしょう。芳賀赤十字病院が位置する真岡市はイチゴ生産日本一で有名ですが、工業施設の誘致にも力を入れているため財政力もあります。その財政力を生かして高校生までの医療費を無償化するなど、保健・医療行政にも非常に力を入れており、住みやすさも自慢です。

北澤病院長…栃木県には新幹線が通っていて、東京へも約1時間で行けるため通勤圏内です。買い物に行くにも、働きに行くにも、生活しやすい場所だと思います。また、TMCしもつがが位置する栃木市は蔵の街として知られていて、歴史ある街並みも魅力の一つです。

井上院長…栃木県はゴルフ、スキーといったレジャーのほか、日本有数の温泉地でもあるので気軽に温泉を愉しむこともできます。自然豊かで空気がキレイなのもいいですよね。とても気持ちよく生活することができます。

北澤病院長…世界文化遺産の日光や、ユネスコ無形文化財として那須烏山市・鹿沼市のお祭りなど、文化的遺産や文化芸術も充実しています。さらに栃木県は、ときどき水害こそありますが、津波や強い地震がなく、雪もあまり降らないなど自然災害リスクが少なく、安心・安全で快適な生活ができる県。そういう点でもお勧めです。

〝人間性〟を大切に、栃木で自分らしいキャリアを

本多院長…医学生の方や若い先生方に伝えたいのは、卓越した医療技術を修得してもらうことも重要ですが、医師にとって何より大切なのは人間性であるということです。全ての患者さんに安心を提供することができる〝笑顔〟を大切にした医師になってもらいたいですね。

栃木県の
初期研修病院情報
はコチラへ

とちぎ地域医療支援センター
初期研修

初期研修
とちぎ地域医療支援センター
サテライト

井上院長…そうですよね。知識や技術は後からしっかりついてくるもの。手技を1か月でマスターする人もいれば、手先が不器用で3年、5年とかかる人もいる。でも10年経ったら技術力は同じなんですよね。若い先生方には「患者さんを一人でも多く助けたい」というマインドとプロフェッショナリズムを大切に、全人的医療を実践できる医師になっていただきたい。

北澤病院長…研修医となり、初めて臨床現場に出る心構えとして大事なことは、"真面目で誠実"であること。そして初期研修では臨床、研究と積極的にいろんなことを経験し、自分の力量と適正をしっかりと見極めることも自分に合ったキャリアや働き方の実現にとても重要です。そうしたことを意識して、ぜひ栃木県で素晴らしい医師人生のスタートを踏み出してほしいと思います。

病院紹介

一般財団法人とちぎメディカルセンター
とちぎメディカルセンターしもつが

〒329-4498
栃木県栃木市大平町川連420-1
0282-22-2551

日本赤十字社
那須赤十字病院

〒324-8686
栃木県大田原市中田原1081-4
0287-23-1122

日本赤十字社
芳賀赤十字病院

〒321-4308
栃木県真岡市中郷271
0285-82-2195

Doctor's Interview #03

特集｜とちぎの「へき地医療」

栃木県の「へき地医療」を支える
自治医科大学出身の医師たちによる座談会を開催。
働き方やキャリア、そして暮らしなど、3人の医師たちが語った
とちぎの「へき地医療」の魅力とは ――

日光市立国民健康保険 栗山診療所

所長

古橋（ふるはし） 柚莉（ゆり）先生

出身地 栃木県
出身大学 自治医科大学医学部（40期：2017年卒）

佐野市国民健康保険 野上診療所

所長

新妻（にいつま） 郁未（いくみ）先生

出身地 宮城県
出身大学 自治医科大学医学部（38期：2015年卒）

南那須地区広域行政事務組合立 那須南病院

病院長

宮澤（みやざわ） 保春（やすはる）先生

出身地 栃木県
出身大学 自治医科大学医学部（10期：1987年卒）

目指すキャリアも実現可能。医師としての幅も広がるとちぎの「へき地医療」

これまでのキャリアと現在の勤務先について―

那須南病院・宮澤保春病院長（以降、宮澤病院長）…私は自治医科大学の10期卒（1987年卒）になります。大学卒業後は自治医科大学附属病院で初期研修を行った後、2年間、上都賀総合病院に内科医として勤務しました。その後、医師一人体制である新合診療所（佐野市閑馬町）の勤務を経て自治医科大学附属病院に戻り、神経内科を専門に勉強しました。2000年に「那須南病院」（那須烏山市）に赴任し、2003年に副院長、2015年に院長に就任して現在に至ります。専門は神経内科ですが、内科総合医として内科全般の診療にも携わっています。

野上診療所・新妻郁未所長（以降、新妻所長）…私は自治医科大学の38期卒（2015年卒）で、現在医師9年目になります。出身地は宮城県なのですが、現在は栃木県で働いています。初期研修は自治医科大学附属病院で行い、3年ほど宮城県内の二次救急病院に勤務、東北大学病院で総合感染症学分野を学んだ後、日光市民病院に2年間勤務し、2023年から「野上診療所」（佐野市白岩町）に勤務しています。

栗山診療所・古橋柚莉所長（以降、古橋所長）…私は自治医科大学の40期卒（２０１７年卒）で、現在医師7年目です。初期研修は自治医科大学附属病院で行い、後期研修で自治医科大学救急科の救命救急センターに入局しました。5年目に芳賀赤十字病院の救急科に勤務し、２０２２年から「栗山診療所」（日光市黒部）に勤務しています。

新妻所長…野上診療所は医師一人体制の診療所ですが、事前に連絡を行い、近隣の佐野市民病院へ代診の相談をすることもできますし、週に一回、応援の先生が外勤として来てくださり、とても助かっています。働き方としては、一週間のうち3日間は診療所で外来やワクチン接種業務などを行い、木曜日は往診、そして週に一度、新合診療所（佐野市閑馬町）の代診にも行っています。同じ医師一人体制の診療所でも患者さんの年齢層や疾患の層も異なり、とてもいい経験になっています。さらに週に一回、研究日として自治医科大学に行き、感染症科の勉強もしています。

古橋所長…栗山診療所でも外来に加え訪問診療もしています。私は栗山診療所に勤務するまで救急医療に携わってきたため、木曜日は研究日として、宇都宮市内のクリニックで内科外来と訪問診療を学んでいます。それと、一般に医師一人体制の診療所は休みも取りにくいというイメージを持っている方もいると思いますが、栗山診療所は日光市立の診療所なので、勤務形態としては役所と同じであり、土・日は完全に休みという非常にホワイトな働き方ができることも特徴です。

勤務先の特徴・機能や地域連携について―

宮澤病院長…那須南病院は栃木県那須烏山市にある、150床のへき地医療拠点病院です。半径30ｋｍに救急を担う病院がないため、この地域の救急医療を一手に引き受けており、多種多様な疾患・臨床的問題に対応しています。栃木県のなかでもいまや唯一の純粋な公立病院であり、この地域に無くてはならない病院として栃木県からの自治医大卒医の派遣、自治医大・獨協医大からの医師派遣により、フレッシュな若手の先生が比較的多い環境です。また、各科の垣根も低いので医師同士で相談しやすく、職員全員の顔がわかる規模であるためコミュニケーションの取りやすさも魅力です。コロナ禍でも職員が率先してドライブスルー検査体制やコロナ患者入院体制を構築したことで、地域のコロナ診療に大きく貢献することができました。

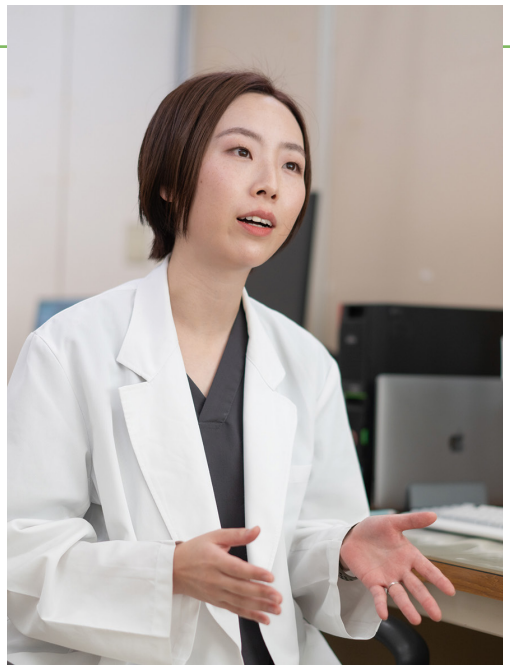
古橋所長…栗山診療所は医師一人体制であり、所長は代々、自治医科大学の医師が数年毎に務めています。患者さんや地域の方々と顔馴染みになったと思ったら別の医師に変わってしまう、という少しマイナスの面もありますが、新しい目が入ることで最新のエビデンスに基づいた医療を提供できるといったプラスの面は大きいと思います。有難いことに住民の方から自治医科大学医師への信頼は厚く、患者さんは何十年も診療所に通っている方ばかりです。

新妻所長…診療所は”重い病気になってから行くところ、具合が悪い時に行くところ“ではなく、”日常生活の一部、人生の一部“として地域住民の方々と長いお付き合いをできることが魅力だと感じています。連携でいうと、高次医療機関などに入院が必要な患者さんを紹介したり、検査依頼などでもスムーズな連携を取っています。

古橋所長…栗山診療所の場合も、他のへき地の診療所と同じように、地域住民の家庭医としての役割を担い、どんな症例でもまずは診て、重症度を判別し、必要なら専門病院に紹介します。診療所ではできない検査・診断・治療を目的に他病院に紹介することがよくありますが、迅速に紹介できる良好な関係が築けていますし、診療所単位では購入しにくい設備を市内の他の診療所と共同で購入、利用したり、物品なども一緒にまとめて買ったりしているので、小さな診療所ですがあまり困ることはありません。

宮澤病院長…へき地医療の現場では連携も非常に重要となりますよね。那須南病院では、

高度な治療が必要な患者さんは大田原や宇都宮方面、あるいは自治医科大学附属病院や獨協医科大学病院などの高次医療機関に対応していただき、治療後は当院でしっかりフォローしています。転送となると大学病院までは1時間位と距離が遠いですが、2010年から獨協医科大学病院を基地病院としてドクターヘリが運航されるようになり、距離的な問題は緩和されるようになりました。



「へき地医療」に携わる やりがいや醍醐味とは―

古橋所長…へき地の診療所に勤務して、病院勤務との一番の違いを感じたのは〝時間の流れ〟です。へき地では、専門治療を受けられる病院まで距離が遠く、移動時間も掛かるため、早期発見はもちろん、疾病予防、健康維持も非常に重要となります。そのため、患者さんの生活背景や家庭環境もみる必要があり、患者さんと接する時間も診療所の方が長くなりますよね。

新妻所長…へき地医療は病気だけではなく〝人を診る〟医療を実践できることが特徴です。その特性上、日頃から一人当たりの患者さんとお話しする時間は長く、一人ひとりの患者さんの考え方・生活状況・家庭状況などに関して理解が深まります。そのように過ごしていると、いざ有事が起こった時や、老いや病と向き合わねばならなくなった時に患者さん本人やご家族の意向を尊重した提案をしやすくなると感じています。

宮澤病院長…へき地医療に従事する大きな特徴として、患者さんやそのご家族との距離や生活に非常に近いことが挙げられます。大規模な病院では短期間の入院治療が求められるようになってきており、どうしても医療技術が重要視され、治療が終わったら「さようなら」という状況になりがちです。しかし、へき地の病院では救急から入院治療、リハビリ、退院後の外来通院と継続して長く患者さんと関わることができ、一人の人間としての患者さんの幸せに貢献しているという実感を得やすいですよね。

新妻所長…そうですよね。へき地医療の現場は医療資源が乏しく、医師数も少ないため、大規模病院のような医療を患者さんに提供することは難しいですし、患者さん側にも独居で頼れる人手がいないなどそれぞれの事情があります。また、専門病院に紹介するといっても遠方にあり、地域の外に出ることを望まない患者さんもいらっしゃいます。そうした状況にあるなか、教科書的第一選択の治療ができなくても、患者さんの生活、家庭、仕事、地域の背景事情まで考慮し、「いま私にできる最善の方法は何なのか」「いかに最良の医療を届けることができるか」を考え、患者さんを取り巻く状況と折り合いをつけていく。そうしたところに医師としての面白さや醍醐味を感じます。

古橋所長…栗山診療所のある栗山地域の高齢化率は約57％で、しかも全世帯の半数が独居です。ちょっとした怪我や病気により、容易に自宅で過ごせなくなってしまう危険性を孕んでおり、さらに地理的な問題から受けられる介護サービスにも限りがあります。このような地域ですから、がんの末期状態の患者さんの訪問診療を開始したときには課題が山積みで、さらにコロナ禍真っ只中だったため入院すれば最期を看取れない可能性もありました。地域の多職種の方々と相談しながら、時間帯に応じての担当者を決めたり、患者さんやご家族に今後の対応策などを丁寧に話し、最終的には安心して在宅療養の継続を決断されました。そして最期は自宅で家族全員で一緒に歌を唄いながら見送ることができたんです。とても良い看取りができたとスタッフみんなで讃え合いました。

宮澤病院長…そうした経験ができることもへき地医療の魅力でしょう。大規模病院や大学病院では、患者さんを短期間で治療をして返さなくてはいけない役割もあるので、どうしても病気を治すことが主眼となります。医療施設の規模が小さくなればなるほど、地域に行けば行くほど、患者さんの生活背景を考慮しながらマネジメントする場面も多くなり、また医師個人の存在も大きくなるため自分の力でやっている実感も得られます。地域社会において自分の存在感を示しやすく、自分が社会に貢献しているという思いを持ちやすいことは、医師としての大きなやりがいに通じると思います。

古橋所長…それと、へき地での医療は検査結果が直ぐに出なかったり、精密検査ができないこともあり、〝遅れた医療をしている〟というイメージを持っている方も多いと思いますが、決してそうではありません。現在はネット環境が発達し、どこにいても世界の最新の医学知識が手に入り、標準的な医療を提供することができます。さらに地域医療ではその地域のことが良く見えるため、患者さんや住民との対話によってさまざまな情報を得ることができ、それが早期発見や診断のきっかけになることがよくあ

るんです。患者さんが気を許して時にペットの名前などプライベートなことを話してくれたときは、「やった！」と思いますね。

宮澤病院長…それも医師としての大きな醍醐味ですよね。私は那須南病院に20年以上勤務していますが、初診患者さんから「以前、おばあちゃんが入院したとき大変お世話になりました」などと言われることがよくあります。10年や、ときに20年も前の事で忘れてしまっていることもありますが、患者さんやご家族にとってはやはり大きな出来事なんですよね。へき地医療の現場ではそれだけ医師の存在意義は大きく、自分が頼りにされ、必要とされているんだなと感じることができます。

新妻所長…私の場合、これまで患者さんに「先生だからお話しできる、先生だから頼みたい」と言ってもらえることがありました。なかには、予後不良の病気を抱え「治らない病気だからこそ、話のわかってくれる先生に診てもらいたいんだ」と言ってくれた方もいました。このように、信頼してもらえることは医師としての大きなやりがいとなっていますし、自分が診療を続けていく強い力になっています。

宮澤病院長…へき地医療を担う医師は、単に病気を治すだけではなく、"患者さんをどう幸せにしてあげるのか"を考え、追究していくことが大事なことだと思います。病気も生活も診て、患者さんを幸せにしてあげる。それが実現できたときの大きなやりがいや達成感は、へき地医療だからこそ得られるものだと思います。

「へき地医療」の現場で求められる能力とは―

宮澤病院長…誠意を持って一人ひとりの診療にあたることが大切だと思います。また、へき地診療所でも私のいる地方中小病院でも共通していることは、紹介先の医療機関が遠方にあるため、医学的にどのタイミングで紹介すべきかの見極めも重要となります。

新妻所長…そうですよね。それと、へき地医療の現場では医療の幅広い一般知識はもちろんですが、介護や保健分野の連携も非常に重要となります。大学の授業でも習いますが、「このような介護や保健の制度があります」といった知識だけではなく、介護や保健分野に医師としてどのように関わることができるか、お互いにどのように助け合ったりできるのかなど、"制度の活用の仕方"を勉強しておくと、へき地医療の現場で非常に役立つと思います。

古橋所長…私が診療所に勤務して感じたことは、医学生時代はコモンよりもアンコモンな疾患をたくさん勉強しがちなんですが、実際に診療所で診る患者さんの8、9割は高血圧、脂質異常症、糖尿病といった生活習慣病なんですよね。生活習慣病のフォローアップ期間だったり、使用する薬の副作用だったり、そういったコモンの知識や対応をしっかり勉強しておかないと外来診療はできないんだなと感じました。

宮澤病院長…それと、医師一人体制の診療所では最新の医療情報をどのようにして集めるかということも重要になります。現代はネット社会ですので、どこに居てもさまざまな情報を入手することができますが、分からない症例に遭遇して誰かに相談したいとき、同級生、先輩、後輩など気軽にアクセスできる人脈を築いておくと、医師一人体制の診療所でも安心して診療できるのではと思います。

へき地における生活面の特徴や魅力について―

古橋所長…私の場合、栗山診療所のある栗山での生活にどっぷりと溶け込んでいますね。住民の方々が、自分の孫みたいに接してくださるのでとても嬉しいですし、患者さんの畑の一角を借りて、近所の方と一緒に野菜を作ったり、採れた野菜をいただいたり、ご馳走になったりと、食事面では全く困ったことはありません。

宮澤病院長…私も独身時代に医師一人体制の診療所に従事した経験がありますが、自炊なんてしたことがなかったので最初のころは生活に苦労しましたね。古橋先生のように家の庭に畑を作ったのですが、隣のおじさんが見るに見かねて手伝ってくれたり（笑）。とてもいい思い出です。

古橋所長…生活面で唯一苦労したことといえば、栗山は寒冷地帯で冬は積雪もあり、昨年の冬に洗濯機が凍って動かなくなってしまったことですね（笑）。そんなときも住民の方に助けてもらいました。

新妻所長…私には小さな子どもがいますが、野上診療所のある野上地区は保育園が廃園となっており、小学校も閉校されているため子育てのある私にとってここでの生活は難しく、市外から車で片道80分位掛けて通っています。佐野市は、夏は暑くて有名ですが、佐野市の野上地区は若干標高が高い場所なので佐野市内よりは涼しいんです。山がとにかくキレイなので写真映えが良く、カメラを持った人がよく訪れていますし、ドラマのロケに使われるなど風光明媚で凄くステキな場所なんですよね。

宮澤病院長…こうした自然豊かで閑静な場所は心豊かに過ごせますし、子どもが育つ環境としても非常にいいところだと思います。私の子どもは自然豊かな那須烏山で育ち、現在は大人になって独り立ちしましたが、そこでの日々が今でもまぶしく、とても印象に残っていると言っています。

新妻所長…私たちの時代はへき地で生活をしていてもネット通販は届きますし、ネットでさまざまな情報も入手することができます。近所にコンビニやスーパーがなくても、現在は冷凍食品がものすごく進化し美味しくなって、食事に困ることもそうそうありません。以前と比べて遥かに生活しやすくなっていますよね。

宮澤病院長…那須南病院について言えば、地方小都市なので生活の問題はありません。スタバはありませんが、ショッピングセンターやファミレスはあります。それに昔と違って道路が整備されてきたので、車があれば生活に困ることはないと思います。

キャリアとしての「へき地医療」と医学生・研修医へのメッセージ

古橋所長…自治医科大学の卒業生には、へき地医療に9年間の勤務義務があるため、専門医資格の取得が遅れたり、診療科によっては専門医資格が取れないなどキャリアとして目指すことが難しい専門科もありました。新専門医制度が始まる前は先輩方がすごく苦労されていましたよね。しかし、私の世代くらいから自治医科大学の先輩方や「とちぎ地域医療支援センター」の方々の尽力もあって、専門医取得のサポートが充実し、ほとんどの診療科の専門医を目指すことができるようになったんです。

宮澤病院長…そうですよね。栃木県ではへき地医療に従事していても、専門医資格の取得にもしっかり配慮した働き方ができるようになっています。那須南病院について言えば、内科・外科・総合診療は指導医がおり、専門医研修もできます。また当院には常勤での派遣医師も多く、人事異動もあるので、常に新しい医療に触れることができます。特定の診療科については大学から非常勤医師の派遣をしてもらったり、特殊性の高い手術などではスポットで大学病院から術者に来てもらうなど医療レベルの向上を図っており、医師としてしっかりレベルアップできる環境です。

古橋所長…私は救急科専門医を取得しましたが、専門医を取得するために必要なキャリアプランを「とちぎ地域医療支援センター」の方々に親身に相談に乗っていただき、かなり手厚いサポートをしていただきました。へき地医療に従事することは専門医取得の大きな足かせになると感じている先生もいるかもしれません。確かに、へき地医療への従事はストレートに専門医資格を取得することは難しいかもしれませんが、へき地医療に従事するタイミングを調整すれば、資格取得に時間が掛かることはありません。

新妻所長…私の場合、初期研修ではやりたいことを見つけられずに2年間が終わってしまったんです。大学病院から外に出て、地域の小中規模病院やへき地の診療所を経験したことで、大学病院以外の医療の在り方や役割を知ったり、「自分はどの診療科に向いているのか」「どのような規模の医療機関で働きたいのか」といった、自分が目指すべき将来のキャリアをじっくり考える貴重で有意義な経験となっています。

宮澤病院長…医師人生の多くは忙しい毎日です。へき地診療所での勤務は雑事が少ないので、じっくり医療のこと、人生のことを考えても良いし、忙しい病院時代にできなかった座学の勉強や、研究テーマを考える時間に充てるなど、その後の長い医師人生の貴重な準備期間にできることも魅力でしょう。

新妻所長…そうですよね。私も地域に出たことで医師として考えの幅が広がったと実感しています。そういったことも含め、地域医療の経験は長い医師人生のなかでとても有意義なことだと思います。一人でも多くの医師に栃木県の地域医療を経験してほしいですよね。

宮澤病院長…誠実に一所懸命に頑張って医療に取り組めば、自然と実力もついていく

栃木県の
へき地医療
について

栃木県医療政策課

はずですし、特に吸収力の大きい若いうちに知識・技術を習得することはとても有効でしょう。医師人生は長く、働き方も多様であり、へき地医療の経験はその後のさまざまな場面において大きく活かされるはずです。そして、医師としての実力は卒業して何年かで完成するものではなく、常に勉強、経験をし続け、ステップアップを繰り返しながら実力を高め続けていくもの。医師人生を長い視点で捉え、そのときどきの経験を大切に、目の前の医療に一所懸命に取り組んでほしいと思います。

病院紹介

南那須地区広域行政事務組合立
那須南病院

〒321-0621
栃木県那須烏山市中央3-2-13
0287-84-3911

佐野市国民健康保険
野上診療所

〒327-0302
栃木県佐野市白岩町361
0283-67-1210

日光市立国民健康保険
栗山診療所

〒321-2713
栃木県日光市黒部54-1
0288-97-1014

Introduction of Support Programs and Projects

とちぎ地域医療支援センターの取り組み

栃木県の様々な支援制度・事業をご紹介します。

栃木県イメージキャラクター
「とちまるくん」

医師のみなさまへ

無料職業紹介事業

職業安定法に基づき、栃木県内の病院・診療所に就職（常勤・非常勤）を希望する医師の方に対して、医師を必要としている医療機関を紹介・斡旋します。

詳しくはこちらから ▼

ドクターバンク事業

医師不足に悩む公的医療機関等に派遣する医師を随時募集しています。栃木県一般任期付職員（ドクターバンク医師）として採用します。任期は3年間です。

詳しくはこちらから ▼

医学生のみなさまへ

医師修学資金貸与制度

［対象者］ 将来、産科医、小児科医又は救急科医として、栃木県内の公的医療機関等に勤務する意志のある全国の医学生。

［貸与額］ 年額300万円（月額25万円×12月）

［返還免除］ 次の2つの条件を満たした場合に貸与した修学資金の返還を免除します。

1. 医師免許取得後、初期臨床研修を栃木県内で行うこと。
2. 栃木県内の公的医療機関等において、産科医、小児科医又は救急科医として修学資金貸与年数の1.5倍の期間勤務すること。

詳しくはこちらから ▼

詳細については県のHPをご確認ください

臨床研修医・専門研修医等のみなさまへ

［各種支援事業］

研修セミナー／臨床研修医向け

研修医同士の情報共有や尊敬できる指導医を見つけるきっかけづくりに、研修セミナーを年1回開催しています。

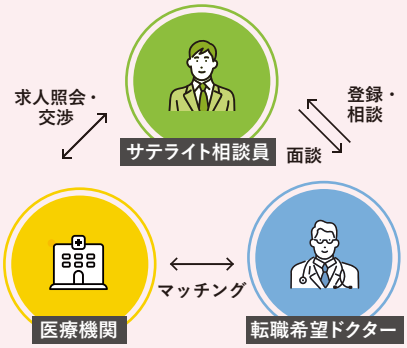
［研修支援事業］

若手医師（免許取得後5～15年以内）向け

若手医師のスキルアップのため、一定期間（研修期間の2倍以上）県内医療機関で勤務することを条件に、国内外での研修に関する費用（旅費・滞在費・研修受講費等）を補助します。詳細については県のHPをご確認ください。

詳しくはこちらから ▼

とちぎ地域医療支援センターサテライトのご案内



県内医療機関での研修や就職に関する相談・情報提供の窓口です。相談員が電話やWEB・対面による面談等で対応します。サテライトに登録すると、県の支援制度・事業をはじめ、県内で活躍する医師の方々の紹介等の情報を定期的にお送りします。栃木県での勤務や研修に興味がある方、将来とちぎに帰りたいといった方は是非ともご利用ください。

とちぎ 地域医療支援センター サテライト

ご登録はこちらから ▼

ご質問・お問い合わせは下記電話番号へお気軽にご連絡ください。

受付時間：平日9時～17時

TEL 03-4565-9440

サブ 03-4565-9871

とちぎ地域医療支援センター

〒320-8501 宇都宮市塙田1-1-20 県庁舎本館4階
TEL 028-623-3145

◀ ホームページはこちらから

栃木県

人口：約 200 万人
臨床研修病院：11 施設
病院数：107 施設
200 床以上は30病院
（令和 3 年 4 月 1 日時点）