地域医療研修を終えて
2025年4月1日-6月6日

済生会山口総合病院　初期研修医2年目
野村萌香

目次

01 研修の目標

02 経験したこと

03 目標のふりかえり

04 今後の課題

①今回の研修の目標

①外来診察の型を身につける

②地域の中小病院から自宅または施設退院の流れを知る

③生活習慣病のフォローを続けている患者に対して
　薬物療法を開始するタイミングや薬の選び方を知る

④病棟管理を勉強する

②経験したこと

外来

- 特定の科や先生にとどまらず、　皮膚科や眼科を含めて外来見学させていただいた
- 毎日外来をして自分が言い淀みやすい・自信をもって説明できないところがわかった

➡問診の仕方、結果の伝え方の引き出しが増えた

- 生活習慣病に対する薬物療法導入のタイミング、薬剤の選び方を学んだ
- 新患外来は時間をかけて問診することができたが、今後は時間を意識する必要があると思った
- 初めて自分の外来に継続で受診する患者さんができて楽しさを感じた

訪問

- 訪問診療
  長く診ている患者さんが多く信頼関係が構築されている印象があった。
  踏み込みすぎないコミュニケーションの取り方も難しい。
- 訪問看護
  連携をはかるうえで欠かせない存在でよく生活を見ているなと思った。
- 訪問リハビリ
  自宅での生活で必要な動作を重点的に行っていた。
- 運転技術も必要かもしれない、、

②経験したこと

病棟

- 輸液や薬の選び方など本で勉強していても実際にしてみないと分からないことは多く、やってみて気づく疑問点がたくさんあった
- 自宅や施設に退院するまでにどのようなやり取りが行われているか見ることができた
- 病状説明をさせていただいた
- リハビリカンファでは退院する先で必要とされる動作を行うことを目的としている。実際にキッチンなど家に見立てたセットが用意されていたり、どんな支援があれば在宅生活が可能か検討したりしていたのが印象的だった

手技

・外傷の処置
・つめきり
・膝関節注射、穿刺
・胸腔穿刺
・胃瘻チューブ交換
・CV挿入
・CVポート植込み、抜去
・ワクチン皮下注、筋注
・挿管
・人工呼吸器の設定

●書類関係
・主治医意見書
・死亡診断書
・身体障害者手帳
・簡単な健診の説明

②経験したこと

印象に残った症例①
【症例】70代男性
【主訴】体動困難
【現病歴】2か月前より生じていた食欲低下でかかりつけ医を受診。原因不明であり精査目的に前医を受診していた。汎血球減少の指摘があり骨髄穿刺を施行されていたが、結果が出る前に体動困難となり当院へ救急搬送された。
【既往歴】前立腺癌
【身体所見】JCS Ⅱ、特記所見なし
【血液検査】WBC 5340、Hb 11.7、Plt 9.9万　その他炎症反応の上昇等なし
【画像検査】食欲低下の原因となりうる所見なし
【入院後経過】
入院3日目の未明より発熱、酸素化増悪、頻呼吸、血圧低下がみられた。
昇圧剤を投与するも反応せず血圧は低下し続け、バイタルが崩れ始めて約7時間後に死亡確認となった。

【印象に残った理由】
・急なバイタル変化を見ても自分が何も対応できなかったことを痛感した
・薬の用量、投与方法、投与時間を的確に指示できるようにならないといけないと感じた
・いつ心停止するか分からないときに上級医が不在で、ACPの確認、病状説明を自分でしなければいけない局面になり、いざ自分がするとなるとどう切り出せばよいのか自信がなかった
・死亡確認、死亡診断書を書かせていただいた初めての症例になった

②経験したこと

印象に残った症例②
【症例】70代男性
【主訴】便通異常
【現病歴】数年前から軟便傾向だった方。2か月前から軟便の回数が増え、1日に10回程度するようになった。ふらつきや易疲労感も感じるようになったため外来を受診された。
【既往歴】胃潰瘍術後
【身体所見】特記所見なし
【血液検査】軽度の貧血
【画像検査】腹部CTで直腸に腫瘤性病変を認め、口側腸管に便貯留を認めた。
【その後の経過】
CSでⅢ型腫瘤を認め、病理組織検査でも悪性の診断であったため、近医へ紹介となった。

【印象に残った理由】
・悪性腫瘍で紹介されてくる症例は経験したことがあるが、自分が見つけて紹介する側になるのは初めてだった
・悪性腫瘍の告知をさせていただいた
先生方に結果説明の順番や告知する上で気を付けていることを丁寧に指導していただき、自分から患者さんに伝えることができた
・初診から紹介まですべて自分でしたのは初めての経験で、小さな自信になった

②経験したこと

その他イベント

救急出動：シミュレーション1回、実際の出動1回
病院搬送までが非常に早く拡充させる価値のある取り組みだと感じた

転院搬送：急変時に対応できるようにならなければと思った

産業医の仕事：元気な人の健康を守ることも大切。資格をはやく取っておこうと思った

②経験したこと

看護の日：高齢者の多い地域ならではの展示だった
「まだそこまで必要じゃない」という高齢者のプライドが垣間見えた
勧め方にも配慮が必要だと反省した

ケアプラン作成：どんな風に作成しているのか気になっていたので嬉しかった

介護用品紹介：知っていたら患者さんに提供できる情報が増えて信頼関係構築
にも役立つと感じた

健康教室：「生活習慣病と介護-今からできる未来のための準備-」というテーマで発表
正しく知ることで自信をもって伝えられるようになった

②経験したこと

地域包括ケア会議：近隣施設との連携を定期的にとっている様子を垣間見れた

退院支援カンファレンス：退院後に必要な支援について顔を合わせながら
話し合うことが安心感につながる

医療安全管理委員会：いつか自分がやりかねない、
知らないことは怖いと思った

感染対策委員会：時事的な感染症の知識を共有してくださり
勉強になった

介護認定審査会
申請から介護度を決定する一連の流れを最後まで見て
理解が深まった

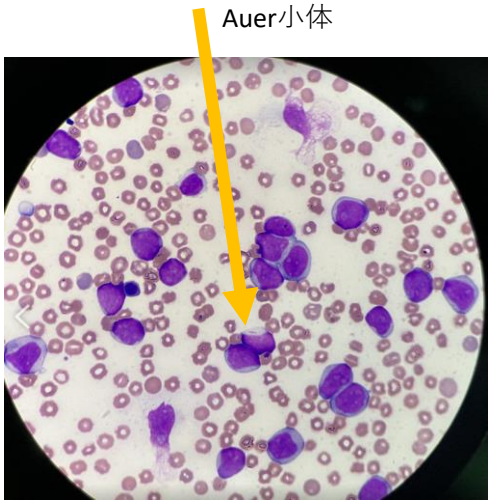
保育園健診（赤桃黄）
小児の発達段階を復習した。発達の遅れに対する適切な助言、
専門医へのつなぎの役目ができるようになっておいた方がいい
なと思った

上関の診療所2箇所見学
検査機器がない環境で診察する不安を感じた
医師が常在しない環境で看護師が健康相談を受けている

学んだこと・経験したことのまとめ

学問的

- 生活習慣病のフォロー
- それに役立つ
  スコアリングシステム
- 外来、病棟で経験した
  症例に対する理解が
  深まった



対人的

- 解釈モデルを聞き出
  せるようになった
- 社会的処方

精神的

- 何事もやってみると
  新たな気づきがある
- やらないと忘れる

③目標のふりかえり

①外来診察の型を身につける
➡自分なりにはできた（とくに風邪診療）

②地域の中小病院から自宅または施設退院の流れを知る
➡達成できた

③生活習慣病のフォローを続けている患者に対して
薬物療法を開始するタイミングや薬の選び方を知る
➡高血圧、脂質異常症は達成できた
糖尿病はすでに開始されている患者が多かった

④病棟管理を勉強する
➡あまりできなかった
先生方の検査、輸液、薬のオーダーを後追いで見ることが多かったが
実際に何度かやってみて前進はできた
病院に帰っても積極的に取り組みたい

④今後の課題

自分の課題

1. 想定する鑑別疾患とそのための検査方法の引き出しが少ないこと
2. 自分の思考に自信（いい意味で）と責任を持つこと
3. 救急対応、急変時の対応が落ち着いてできること
4. キャリアをきちんと考えること

大島病院の課題

1. 地域のかかりつけ医としての役割を果たすこと
2. 訪問診療件数が増えても対応できるようにすること
3. 救急出動の取り組みを拡充させること

患者数の増加
地域住民の安心・信頼
に直結する

➡そのために必要不可欠なのは人員確保

④今後の課題

大島病院の課題

〇研修医は（おそらく）これからも1年間途切れることなく研修に来る
➡研修医の新患外来は継続できる

・ 1年間の当直経験がある研修医2年目がくるので最低限の問診や身体診察はできる
・総患者数は少ないので傾聴しやすく満足度は高くなりやすい
・毎回同じ先生とはいかないが、定期的に受診するきっかけにはなり得る
・救急外来と比較して一刻を争う重症例は比較的少ない
・研修医にとっては本質的な学びがある

ただ、人員確保に直接貢献できるわけではない。

〇救急隊が現場から医師にオンラインでつなげる仕組み
搬送が必要な状況なら医師が現場に向かう今の活動の方が医療的介入は早いか、、？

〇外部当直医になるべく頼らず済むようになれば人件費は削減できる
夜間救急患者の受付は東和か大島のどちらか一つに集約したら人員確保は今よりできるけど、搬送に時間がかかる、、。

令和2年地域医療セミナー全体報告会

周防大島町　～未来の日本！～

実習を通じて気づいたこと、学んだこと、心に残った言葉、特徴など

「島の医療はピンチじゃなくて未来の日本」ここで携われることがチャンス！

働いている人が元気だから、利用者さんもその家族も明るい

地域住民と医療者のつながり

患者さんの生活を尊重してサポートする
（できないことだけでなく、やりたいこともできるように）

学生の頃と変わらず同じことを感じたが
昔とは違い問題点もきちんと知ることができた

2か月間お世話になりました。
とても有意義な研修になりました。

かならず帰ってきます！