地域暮らし体験報告書
2014

雲南市立病院×地域＝暮らしがみられる医師育成プロジェクト　スタートしました！

地域医療に従事したい！病気だけじゃなくて、暮らしもみられる医師になりたい！
「でも、何から始めたらいいの？」
暮らしがみれる医師育成プロジェクトは、そんな「はじめの一歩」を応援するために
2013 年から始まりました。

「雲南市立病院×地域＝暮らしがみられる医師育成プロジェクト」

- ●日　程：2014 年 5 月 1 日(木)～　開始
- ●時　間：8:30～16:00
- ●場　所：雲南市立病院・雲南市内の地区
- ●対　象：地域医療に関心のある研修医、医学生、その他医療系学生
- ●内　容：裏面に記載

【問合せ先】雲南市立病院 地域医療人育成センター（担当：総務課　新田）

〒699-1221 島根県雲南市大東町飯田 96-1 TEL：0854-43-2441　　FAX：0854-43-2398

病院スタッフの実践現場と生の声を体感しよう！

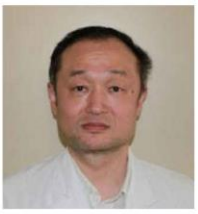
１．ケーススタディ１～先輩医師たちから臨床現場の生の話を聴く～

雲南市立病院で働く医師、看護師、その他医療スタッフから地域医療の実態を聞き、実際の臨床現場での体験を通して、地域医療の魅力を体感しましょう。

大谷順（おおたにじゅん）院長

雲南市立病院院長。外科医。雲南市大東町出身。
「地域医療人育成センター」を開設し、地域医療を担う人材の育成を積極的に行っている。また、地域に必要とされる幅広い治療を行える医師として、地域総合診療科を設け、地域密着型医療の提供と総合医の育成にあたっている。

森脇義弘（もりわきよしひろ）診療局長



2012 年 1 月より外科医として勤務。2014 年 4 月より診療局長兼地域医療人育成センター所長。
2011 年まで横浜の救命救急センターで勤務後、Ｉターンで雲南市立病院へ。
雲南地域と雲南に暮らす人々を愛する外科医。

住民の方とふれあい、暮らしについての理解を深めよう

２．ケーススタディ２～雲南の地域に住む住民の方に暮らしの実際を聞く～

雲南市内の住民の方と一緒に、農作業体験や地域作り活動に参加。
地域の現状や、文化・歴史などの特徴、生活様式や大切にしている思い等を学ぶ機会を得ることが出来ます。

民泊体験を通じて、暮らしについての理解を深めよう

３．民泊

雲南市内の住民の方や病院ボランティアの方のお家に宿泊させてもらえます。
民泊を通して、住民の医療に対する思いを聞き、地域の方の暮らしを見て、地域医療への理解をより深めてみましょう。

雲南市立病院×地域＝暮らしがみれる医師育成プロジェクトは、みなさんのニーズに合わせてカスタマイズできます

このプロジェクトは、病院での体験活動だけでなく、住民の方との交流や農作業体験、民泊などの様々なことが体験できます。希望の日程や体験内容など、参加希望の方のニーズに合わせ、カスタマイズしています。
関心のある方はぜひ一度、雲南市立病院総務課までご連絡ください。
志ある次世代の地域医療の担い手を、雲南市立病院は待っています！

……（キリトリ線）……

＜参加申込書＞

フリガナ 氏名		連絡先 TEL			
メールアドレス				所属 学年	
今回の募集を 知ったきっかけ	□HP の記事　□Facebook　□紹介 □大学からの推薦　□その他（　　）			居住地	
お申込み内容	ケーススタディ１　・　ケーススタディ１，２　／　民泊希望（有・無）				

2014.5.15

暮らし体験実習報告書

＜暮らし体験実習概要＞

暮らし体験実習は平成 26 年度からスタートした体験プログラムです。雲南市立病院、久野地区地域自主組織、雲南市地域政策推進課、NPO 法人おっちラボとの協働により、雲南市立病院に実習に来ている医学生や研修医などを対象に行っています。臨床実習だけでなく、地域の暮らしの実態を体験させてもらうことで、患者さんや家族の生活背景や地域の特性を理解し、臨床診療や看護ケアに活かすことはもちろん、退院支援や在宅療養、社会復帰などへも配慮した支援が展開できることを目的に実施しています。

暮らし体験者：田村公一さん（島根大学医学部 6 年生・4/1～5/16 地域医療実習中）
実習期間：2014.5.14～15 日（水・木）
体験内容
●平成 26 年 5 月 14 日（水）
8:10～集合　大東駅前
8:15～大東総合センターにて地域づくり担当福間守さん同乗
8:40～大東久野地区　太聖集会所到着
9:00～大聖集会所　高齢者サロン訪問（雲南病院保健推進課の出前講座実施）
12:00～木次にて昼食
13:30～ひのぼり牧場見学（病院食にて提供されている安心安全なパスチャライズ牛乳の製造見学）
14:30～久野交流センターにて地域の健康課題学習
15:30～地域と臨床とを重ねて得た学びを発表（田村くん 15 分程度）
16:30～解散　大東駅前

●平成 26 年 5 月 15 日（木）
8:30～集合　大東駅前
9:00～久野地区　下久野駅はな桃ステーション見学
10:00～地域と臨床とを重ねて得た学びを発表（田村くん 15 分程度）
12:00～久野地区　福祉委員藤原様宅にて昼食
13:00～福祉委員藤原様引率の上、地区散策（地域診断）
15:30～振り返り　おっちラボにて（指導医森脇先生　総務課菊地係長、新田、大東総合センター中島次長、地域作り担当福間、荒木、土屋保健師、村尾保健師、地域自主組織の方々同席）
16:30～解散　おっちラボ

＜実習風景＞

写真１

14 日は太聖地区にある高齢者サロンを訪問し、実際に地域の方とふれあい、バイタル測定をするなど、積極的にコミュニケーションをとりました。

当日は雲南市立病院保健推進課の松浦保健師が出前講座を実施し、医療職の地域アプローチの現場を体験することもできました。サロン参加者には健診を予約して下さる方までいました。

写真２

久野交流センターや下久野駅はなももステーションなどでは、臨床と地域で学んだことについて田村君が成果発表をしました。地域の皆さんも雲南に必要なあたたかい医療者が育ってくれることを願っていらっしゃいました。また田村君の発表を通じて、病院内で頑張っている医師・看護師の様子も伝わり、住民の方からは日頃からの疾病予防を大切にしていきたいなどの意見をもらいました。

写真４

暮らし体験実習最終日には、指導医の森脇先生や地域医療人育成センターの新田さん、菊地係長、大東総合センターの保健師さんや地域作り担当さん、そして受け入れて下さった久野地域自主組織の方も集まっていただき、学びの最終報告を行いました。田村君からは「臨床では整形系の患者さんや高血圧の患者さんが多いと感じていたが、暮らし体験実習を通じて、地域には畑仕事をしている方がとても多いこと、また地形や食習慣なども関係していると感じた。」「病院までのアクセスが不便な地域特性があり、簡単に通院できない実態や、患者さんの訴えである治療より田植えが優先！という言葉も納得ができた」「臨床現場にいながら、地域全体のことや患者さん一人一人の生活や特性に合った治療ができる医師を目指したい」という学びの発表が聞けました。

＜最後に＞

雲南市は中山間地域という地域特性に加え少子高齢化が著しく、それに伴い医療機関並びに医療職に求められる役割は日々大きく変化しています。それらの社会の変動を予測し、将来雲南圏域に必要な医療の形を構築していくための一助として、このプログラムが位置づけられていくことを願って、これからも地域の皆さん、関係機関のみなさんと協力して雲南に必要な医療者を育んでいきたいと思います。

2014.6.12

暮らし体験実習報告書

＜暮らし体験実習概要＞

暮らし体験実習は平成 26 年度からスタートした体験プログラムです。雲南市立病院、久野地区地域自主組織、雲南市地域政策推進課、NPO 法人おっちラボとの協働により、雲南市立病院に実習に来ている医学生や研修医などを対象に行っています。臨床実習だけでなく、地域の暮らしの実態を体験させてもらうことで、患者さんや家族の生活背景や地域の特性を理解し、臨床診療や看護ケアに活かすことはもちろん、退院支援や在宅療養、社会復帰などへも配慮した支援が展開できることを目的に実施しています。

実習期間：2014.6.12（木）

体験内容

●平成 26 年 5 月 14 日（水）

8：30～　集合 おっちラボ

9：00～　三島農園 『農業体験』

12：00～　桃源郷にて昼食

13：00～　桃源郷生山神社散策（（中西さん・藤原さんご案内）藤原さんご案内）※少雨決行

14：45～　大東農産加工場にて笹巻体験

15：15～　振り返り会　エコカレッジ事務所にて

参加者：指導医 森脇先生、総務 課新田、久野地区振興会 中西会長、久野地区福祉委員 藤原（※敬称略）

16：00～　解散

【参加者】

島根大学 医学部 6 回生　伊藤ちさ

雲南市民病院 指導医　森脇先生

・久野地区振興会

会長　中西正義

福祉委員　藤原夫季子

・地域コーディネーター NPO 法人おっちラボ

代表 矢田明子

事務局 酒井聖文

事務局 武田勇也

＜実習風景＞

写真１

　久野地区にある三島農園を訪問し、地域の方や患者さんが日頃から行っている農業を体験し、農園を営んでおられる三島さんご家族との交流の中で、農業の実体験にまつわる話や地域で暮らすことのお考え、医療に対する生の声なども聞かせてもらうことができました。

写真２

上久野桃源郷では、久野地区振興会の中西会長さん、久野地区福祉委員の藤原さんから久野地区の風土や現状についてお話いただきました。

その中で、久野小学校の廃校、若者への伝統文化継承問題、若い親世代の地区外流出など、地域が抱える課題から、雲南１番のデマンドバス利用者数から推測される病院受診者への見解や下久野にある診療所の運営体制などのお話を聞かせていただきました。

その後、生山神社を見学し、久野の歴史や文化のお話も聞くことができました。

写真３

大東農産加工場で、雲南の食文化である笹巻づくりの体験を行いました。

笹を巻く作業に苦戦しながらも、加工場のスタッフの方々とコミュニケーションを取りながら、楽しく作業を行いました。

写真４

暮らし体験実習の最後には、指導医の森脇先生や地域医療人材育成センターの新田さん、久野地区振興会会長の中西さん、久野地区福祉委員の藤原さん、NPO 法人おっちラボから矢田・酒井・武田の参加で、学びの振返りを行いました。伊藤さんからは「2 週間の実習で関わってきた患者さん方が言っておられた、“畑いじり”や“地域での暮らし”というものの背景を、今日の体験実習で実際に体感することができた。医療現場だけにいると、暮らしとの接点が持てず視野が狭くなってしまうと感じ、応募した。どこに行っても高齢化が課題となってくるのは同じこと。今後は患者さんの視点を持ちながら医療や勉強、今後の進路にも活かしていきたい。」という学びの発表が聞けました。

＜最後に＞

雲南市は中山間地域という地域特性に加え少子高齢化が著しく、それに伴い医療機関並びに医療職に求められる役割は日々大きく変化しています。それらの社会の変動を予測し、将来雲南圏域に必要な医療の形を構築していくための一助として、このプログラムが位置づけられていくことを願って、これからも地域の皆さん、関係機関のみなさんと協力して雲南に必要な医療者を育んでいきたいと思います。

2014.7.3

暮らし体験実習報告書

＜暮らし体験実習概要＞

暮らし体験実習は平成 26 年度からスタートした体験プログラムです。雲南市立病院、久野地区地域自主組織、雲南市地域政策推進課、NPO 法人おっちラボとの協働により、雲南市立病院に実習に来ている医学生や研修医などを対象に行っています。臨床実習だけでなく、地域の暮らしの実態を体験させてもらうことで、患者さんや家族の生活背景、地域の特性を理解し、臨床診療や看護ケアに活かすことはもちろん、退院支援や在宅療養、社会復帰などへも配慮した支援が展開できることを目的に実施しています。

実習期間：2014 年 7 月 3 日（木）

体験内容

●平成 26 年 7 月 3 日（木）

8:30～集合　大東駅前

9:00～上組集会所　高齢者サロン訪問（雲南病院保健推進課の出前講座実施）

11:30～移動（笑んがわ市へ）

12:10～笑んがわ市で食事＆交流（菜の花さんのお弁当 500 円＋お茶代 200 円）

13:10～移動（中野のサロン現場へ）

13:15～中野交流センター訪問（Uターンした音楽療法士さんから、地域福祉に関わる話を聴く）

15:00～移動

15:45～おっちラボにて 振返り会

16:30～解散

【参加者】

島根大学 医学部 6 年生　合田祥悟

雲南市立病院 研修医　渡部雅子先生

雲南市立病院 指導医　森脇先生

・久野地区振興会

福祉推進員　藤原夫季子

・中野交流センター

健康福祉委員 金築朋子

・地域コーディネーター NPO 法人おっちラボ

代表 矢田明子

事務局 武田勇也

＜実習風景＞

写真１

久野地区では、上組集会所の高齢者サロン「福・ふくサロン」を訪問しました。雲南市立病院保健推進課の松浦保健師が出前講座を実施し、医療職の地域アプローチの現場を一緒に体験しました。

今回の出前講座では、雲南圏域の医療費の多くを占める『高血圧』を予防するために、実際に参加者の血圧測定をしたり、日頃の健康づくりについてや、健康に関する気がかりなこと等の意見交換を行いました。

地域の方からは「あんたみたいに若い人に測ってもらうと、血圧が上がるわ。」などと冗談も飛び出し、和やかに交流することができました。

同時に、大腸がん検診への啓発と検診キットの配布を行い、健康づくりへの意識を参加者に高めていただくようにしました。5 名の方が予約もしてくださいました！

写真２

午後からは三刀屋町中野に移動し、地域の方で運営する「笑んがわ市」を訪問しました。ここは閉鎖してしまったＪＡ跡地を再利用し、地域の方による持ち寄り産直市、寄りあいと茶飲ん話の場として復活した中野のホットスポットです。地域の高齢者の皆さんにとっても、野菜を育ててみんなに買ってもらえる喜びを得たり、近隣の皆さんとの情報交換の場になるなど、福祉の機能としても大いに役立つ場所になっています。いわば、地域住民が自分たちでつくる、健康や地域福祉に役立つ場づくりのモデルが「笑んがわ市」です。振興会の会長さんなどからも直接説明を聞くことができ、少子高齢化の著しい雲南市で（元気で長生き！生涯現役！）をつくっていけばいいのか、医療者として一緒にできることは何か？と学ぶことが多かったです。

写真３

中野交流センターでは、今年から中野地区の健康福祉委員としてＵターンされた音楽療法士の金築さんが、特定高齢者の参加者を対象に、音楽療法と回想法を実践している現場を訪問させてもらいました。（金築さんは2013 年に行った雲南医療見学ツアー参加がきっかけになり、今年Ｕターンされました！）

高齢者の皆さんと一緒に、昔懐かしい曲を一緒に歌いました。

高齢者のからは「ここに参加するのを私たちは毎回楽しみにしています。」との言葉もあり、みなさんとてもいきいきと、素敵な歌声と笑顔をを披露してくださいました。

研修医の渡辺先生は「93 歳の方もいたが、肌艶も良く、とても元気だった。」と、地域での生き甲斐の場づくりがもたらす健康効果に驚いていました。

医学科 6 年生の合田さんは 93 歳の方から「いい医者さんになってな！がんばるだよ！」と手を握り声をかけていただいていました。

写真４

暮らし体験実習の最後には、指導医の森脇先生や地域医療人材育成センターの新田さん、大東総合センターの地域振興課の福間さんに集まっていただき、学びの最終報告を行いました。合田くんからは「今日 1 日通して、久野地区と中野地区のサロンの現場にお邪魔させてもらいました。実際に出て来られる方を見て「みんな本当に元気だな！」と驚きました。一方で、出て来られない方をどうするかが大きな課題だと認識しました。今後は病院と地域の繋ぎの視点をもって、今後の実習や勉強にも取り入れていきたいです。」という学びを発表してくれました。

渡部先生からは「地域医療の現場を訪れて、実際に一人ひとりと会話しながら血圧測定をして、皆さんに喜んでもらえたことは、病院では中々できない経験で、自分も素直に喜べました。」「笑んがわ市は、『交流の場』だと思っていたが、それだけでなく高齢者の買い物支援の場であったり、サロンの役割も果たすなど複合的な要素が加わっているように感じました。」「70 代以上の人達みんなが車で集会所に来られていた。来られた人は元気だけど、来られない人はどうされているのだろうかと思った。「自分にはサロンなんてまだ早い！」という理由で参加されない方も多いと聞いた。一度見学に来てもらったり、『デイサービス』というネーミングも変えてみてはどうか。」と、体感した中での提案をしてくれました。

＜最後に＞

雲南市は中山間地域という地域特性に加え少子高齢化が著しく、それに伴い医療機関並びに医療職に求められる役割は日々大きく変化しています。それらの社会の変動を予測し、将来雲南圏域に必要な医療の形を構築していくための一助として、このプログラムが位置づけられていくことを願って、これからも地域の皆さん、関係機関のみなさんと協力して雲南に必要な医療者を育んでいきたいと思います。

2014.7.24

暮らし体験実習報告書

＜暮らし体験実習概要＞

暮らし体験実習は平成 26 年度からスタートした体験プログラムです。雲南市立病院、久野地区地域自主組織、雲南市地域政策推進課、NPO 法人おっちラボとの協働により、雲南市立病院に実習に来ている医学生や研修医などを対象に行っています。臨床実習だけでなく、地域の暮らしの実態を体験させてもらうことで、患者さんや家族の生活背景や地域の特性を理解し、臨床診療や看護ケアに活かすことはもちろん、退院支援や在宅療養、社会復帰などへも配慮した支援が展開できることを目的に実施しています。

実習期間：2014 年 7 月 24 日（木）

体験内容

●平成 26 年 7 月 24 日（木）

8:30～集合　大東駅前

9:00～太聖集会所

・太聖広場へ集合　　自己紹介

・嶽神社

・鎌倉神社

・生山神社＆生山城登山

・桃源郷

・中西さん自慢のこんにゃく畑見学

12:00～食事＆交流（おっちラボ）

13:00～移動

13:15～大東農産加工場にて こんにゃく作り体験、出前講座

15:00～おっちラボにて 振返り会

16:30～解散

【参加者】

島根大学 医学部 6 回生　佐藤匡哉

雲南市立病院 看護師　岡本茉由

・久野地区振興会

振興会会長　中西正義

福祉委員　藤原夫季子

・地域コーディネーター NPO 法人おっちラボ

代表 矢田明子

事務局 武田勇也

＜実習風景＞

写真１

久野地区では、地区内散策で、嶽神社、鎌倉神社、生山神社登山、桃源郷、久野地区振興会会長中西さんのこんにゃく畑を見学させてもらいました。

神社巡りでは、福祉委員の藤原夫季子さんにご案内いただき、久野地区にまつわる歴史や由来、各神社に因んだお祭りなどの話を聞いて、久野地区に根付く文化や伝統を教わりました。

また、佐藤くんは徒歩で散策する中で、家と隣の家との間がとても離れていることや坂道が多いことに着眼し、「日頃のお付き合いと、住民さん同志の見守り機能の維持が難しそう。」と、地域ぐるみの見守り等のセーフティネットワークと関連付けアセスメントしていました。

写真２

大東農産加工場では、久野地区のこんにゃく作り名人石原さんに教わり、こんにゃく作り体験と佐藤くんの出前講座をさせてもらいました。こんにゃく作りでは、生芋をすり潰す作業から、茹で上げるまでの全工程の見学と、一部こんにゃく作りの工程も体験させていただきました。力が必要な作業に苦戦しながらも、料理への楽しさも体感することができました。

佐藤くんの出前講座では、加工場の皆さんに「熱中症予防」について話を聞いてもらいました。佐藤くんは自前で用意した４ページの資料をもとに、住民の皆さんの反応をとらえながら、言葉を変えたり伝え方を工夫したりして、丁寧に話をしてくれました。

地域の皆さんはとても熱心に聞いてくださって、沢山の質問も飛び交いました。その後、「あんたはどこの科のお医者さんになるの？」「私も将来診てもらわないけんわ。」「良いお医者さんになってね。応援しとるから。」とメッセージをいただきました。一生懸命に出前講座をした佐藤くん。すぐに地域の皆さんの心を掴んだようでした。

写真３

暮らし体験実習の最後には、地域医療人材育成センターの新田さん、久野地区の長澤さんに集まっていただき、

学びの最終報告を行いました。佐藤くんからは「初めて久野に行きました。同じ雲南市内でも自分の生まれた加茂とはたくさんの違いがあることがわかりました。」「熱中症予防についての発表では、思っていた以上に質問がきたので、もっと勉強しようと思えました。地域の皆さんのリアクションを見て、専門用語を使わなかったり、分かりやすい説明をするように心がけました。伝えたいポイントは伝えることが出来たのではないかな、と思います。」「医学科に入ってから、健康や体に関することを日頃からよく聞かれるようになりました。今回も地域の方から沢山質問されたこともあり、もっと勉強し、今後は自信を持って対応できるようになりたいです。話を聞いてくれた方々が、今日の出前講座の内容を家族や地域の方に拡げてくれたら嬉しいです。」と、学びの言葉を発表してくれました。

同席した地域の皆さんからは、「病院では 1 対 1 で話をした時に、生活の中の疾病要因を把握できるくらいしっかり話を聴いてくれる医師になってほしい。」「佐藤くんの今のキャラクターを活かして、自分らしく医師として頑張ってほしい。」など声をかけていただきました。今後の臨床研修と勉強に活かしながら、地域でも、どんな場所でも活躍できる医師になってもらえるよう願っています。

＜最後に＞

雲南市は中山間地域という地域特性に加え少子高齢化が著しく、それに伴い医療機関並びに医療職に求められる役割は日々大きく変化しています。それらの社会の変動を予測し、将来雲南圏域に必要な医療の形を構築していくための一助として、このプログラムが位置づけられていくことを願って、これからも地域の皆さん、関係機関のみなさんと協力して雲南に必要な医療者を育んでいきたいと思います。

2014.8.6

暮らし体験実習報告書

＜暮らし体験実習概要＞

暮らし体験実習は平成 26 年度からスタートした体験プログラムです。雲南市立病院、久野地区地域自主組織、雲南市地域政策推進課、NPO 法人おっちラボとの協働により、雲南市立病院に実習に来ている医学生や研修医などを対象に行っています。臨床実習だけでなく、地域の暮らしの実態を体験させてもらうことで、患者さんや家族の生活背景や地域の特性を理解し、臨床診療や看護ケアに活かすことはもちろん、退院支援や在宅療養、社会復帰などへも配慮した支援が展開できることを目的に実施しています。

実習期間：2014 年 8 月 5 日（火）～8 月 6 日（水）

体験内容

●平成 26 年 8 月 5 日（火）　イイトコ発見プロジェクトに重ねて実施。

8:30～集合　村上旅館前

9:00～上久野桃源郷コテージ

・自己紹介

・地区散策ミーティング

10:30～下区、上組、花ももステーション散策

12:00～食事＆交流（上久野桃源郷コテージにて）

13:30～移動

13:45～久野小学校 見学

16:00～移動

16:10～上久野桃源郷コテージにて振返りとラベルワーク

17:00～解散

●平成 26 年 8 月 6 日（水）　イイトコ発見プロジェクトに重ねて実施。

8:30～集合　村上旅館前

9:00～上久野桃源郷コテージ

9:30～久野地区フィールドワーク

16:00～病院で振り返り

【参加者】

島根大学 医学部２回生　神谷龍輝

出雲高校 森山志保

・久野地区振興会

振興会会長　中西正義

福祉委員　藤原夫季子

・イイトコ発見プロジェクト参加者

島根大学 濱野強

島根大学医学部 木村文子
島根大学医学部 若槻卓成
東京薬科大学 長田大河
島根大学教育学部 久永剛大
雲南市立病院 看護師　岡本茉由
・イイトコ発見スタッフ
安達弓恵
・地域コーディネーター NPO 法人おっちラボ
代表 矢田明子
事務局 流石学
事務局 武田勇也

＜実習風景＞

写真１

８月５日（火）の午前中は、かみくの桃源郷のコテージで、地域診断フィールドワーク（イイトコ発見プロジェクト）参加メンバーとの顔合せからスタートしました。

自己棚卸しワークで考えてきてくれた神谷くん、森山さんの「強み」と「学びにしたいこと」を発表してもらいました。

フィールドワークでは下区、上組地域のお宅を訪問したり、花ももステーションで久野地区での暮らしや地域資源、文化などについて住民さんのお話を聴かせてもらいました。その中で、円滑なコミュニケーションの方法を探りながら、久野地区ならではのイイトコ（地域資源や健康増進の要素）を引き出し、地域医療や福祉サービスにつなげて考えることを積極的に行いました。

写真２

午後は久野地区振興会の皆さんと久野小学校を見学し、施設内の荷物運びや掃除をお手伝いさせていただきました。神谷くんの感想を以下、ご紹介します。

【感想　神谷】

8/4 から、雲南市立病院での医療実習、久野のイイトコ発見プロジェクトへの参加などさせていただきました。島根県で地域医療をやりたい！(理由についてはまたどこかで語りましょう)と思って様々な地域を今まで回って勉強させて頂いていますが、今回の実習は今までで 1 番地域を知り、考える経験ができました。

医療実習では、今まで勉強してきた解剖の知識が実際の現場で土台となっている事を感じ、また積極的に学んでいこうとされている研修医の方々を見る中でも、良い医者になるためには「勉強」が必要だということをとても感じました。また手技的なところもなかなかできないところまでやらせて頂き、いつかは自分の力でやって貢献したい！と思うようになりました。

そしてイイトコ発見プロジェクトは当初 2 日間の予定でしたが、わがままをきかせていただいて、さらに 2 日間参加させて頂きました。民泊させて頂いたのも含めて 5 日間も雲南に住み、積極的にいろんな方の話を聞いてこれた事が、今までで 1 番地域を知れたという要因かと思います。

医療福祉だけの問題ではなく、産業経済、高齢化、交通、いろんな要因が関わり合う中で課題がたくさんある中山間地域において、課題を指摘することは意外と簡単。しかしその中でもイイトコ(伸ばせること)を見つけて、初めの第一歩を踏み出せる事ってなかなか難しい事です。しかしそれができるパワーを持つ方々が雲南にたくさん集まっている、それって凄いことだと思いました。

この実習中に何人の方にどれだけお世話になったか、計り知れませんが、今後何かで還元できたらと思います。

＜最後に＞

雲南市は中山間地域という地域特性に加え少子高齢化が著しく、それに伴い医療機関並びに医療職に求められる役割は日々大きく変化しています。それらの社会の変動を予測し、将来雲南圏域に必要な医療の形を構築していくための一助として、このプログラムが位置づけられていくことを願って、これからも地域の皆さん、関係機関のみなさんと協力して雲南に必要な医療者を育んでいきたいと思います。

2014.8.21

暮らし体験実習報告書

＜暮らし体験実習概要＞

暮らし体験実習は平成 26 年度からスタートした体験プログラムです。雲南市立病院、久野地区地域自主組織、雲南市地域政策推進課、NPO 法人おっちラボとの協働により、雲南市立病院に実習に来ている医学生や研修医などを対象に行っています。臨床実習だけでなく、地域の暮らしの実態を体験させてもらうことで、患者さんや家族の生活背景や地域の特性を理解し、臨床診療や看護ケアに活かすことはもちろん、退院支援や在宅療養、社会復帰などへも配慮した支援が展開できることを目的に実施しています。

実習期間：2014 年 8 月 21 日（木）8:10～12:00

●体験内容

8:10～NPO おっちラボ集合　参加動機/どんなことが学びたいかの共有

9:00～福祉委員さん・久野で有機農業を営む安田さんと合流

・自己紹介

9:30～安田さんの畑で農業体験実施

10:15～安田さんのお宅で茶飲み話＆交流

11:15～移動

11:30～NPO おっちラボ　学びの振り返り

【参加者】

島根大学 医学部医学科 2 年　三浦法理人

医学部医学科 1 年　田邊眞央

・久野地区振興会

福祉委員　藤原夫季子

・雲南市立病院　新田 悟

・地域コーディネーター NPO 法人おっちラボ

代表 矢田明子

事務局 武田勇也

＜実習風景＞

写真１

上久野地区にある安田さん御夫婦の畑仕事にご一緒させてもらいました。

手間を惜しまずに育て上げられた有機野菜の話を教えてもらいながら、日頃の暮らしぶりや今までの入院歴、通院歴などを話していただきました。怪我や病気をしても、こうして農作業を毎日やることが「暮らし」そのもの。三浦くんも田邊さんも熱心に話を聞いていました。

写真２

農作業体験の後は安田さんから「お茶飲んでいってください。」と声をかけていただき、お宅に上がらせて頂き

ました。

安田さんの奥さんは、この日のために前日から仕込みをされ、郷土料理の『山菜を使ったお煮しめ』やご自宅の畑で採れた『野菜を使ったおかず』の数々と、『しそジュース』、『はで干し米』を振る舞ってくださいました！

医学生の三浦くん、田邊さんは、豪勢なおもてなしに圧倒され、戸惑った様子でしたが「何にもないけど、どうぞ。食べてみて。」と、安田さんの奥さんから声をかけてもらい、嬉しそうに食卓を囲みました。そして、お料理を囲みながら安田さんのつくられたお野菜や飼っている牛、ご家族への思いなど聞かせて頂きました。

最後はお世話になった安田さんの前でお礼の気持ちを込めて、医学生の三浦くん、田邊さんが感想を発表しました。

三浦「実家は大東で、昔は田んぼをしたこともありますが、畑作業をしたのは初めて。とても貴重な体験でした。病院から少しいくと、山並みがつづく山間地で暮らしている方がまだまだ沢山いることが分かりました。これだけ身体を使っていたら、足腰が痛くなることもあるだろうし、食文化だって影響すると思いました。病気のベースには生活習慣があると言いますが、地域の方にとってはその習慣が無くてはならないものであるということも、この実習で感じることができました。また、病院で出会う患者さんとはコミュニケーションをとるのが上手い方だと思っていたのですが、地域に出てみると想像以上にコミュニケーションを取ることが難しかったです。それに、NPO の方と同行したことで、コミュニケーションのとり方を自分と比較して考えることができました。これから医師になる上でも役立てていきたいスキルの一つになりました。ありがとうございました。」

田邊「私は初めて久野にお邪魔しましたが、こんなに良くしていただいて、また機会があれば是非来させてもらいたいと思いました。特に雲南病院に入院歴と通院歴のある方だったので、地域でどのように暮らしているのか、退院したあと何が不便と感じたのかを直接聞くことが出来たことは大きな学びになりました。はで干しをしたり、大根を干したりする毎年の作業で怪我をされることもあると知りました。そして、リハビリ期間を経てから、地域で生活し、今もなお悪化しないように気をつけられたり、家庭で血圧の測定をするなどして自己管理されていることを知りました。患者さんが退院される際に、再発防止を暮らしの中にどう取り入れてもらえばいいのか、考える機会になりました。お別れの際には涙を溜めながら温かい言葉をかけていただいた場面は、これからも決して忘れません。そこにお医者さんがいてくれる、そのことが一番嬉しいと言われました。その言葉を忘れずに、これからも頑張っていきたいと思います。ありがとうございました。」と、それぞれ学びと御礼の言葉を発表してくれました。

安田さん御夫婦も医学生２人の発表を聴いて感動され、「また、いつでもおいで。うちは気兼ねはないから。」と言って下さいました。

写真３

最後は NPO 法人おっちラボの事務所に戻り、農作業体験や久野での暮らしに触れて感じたことなどの振り返

りを行いました。医学生の三浦くんからは「こういった農作業体験などは、いずれ医者になったときにも生活の背景を探るために必要になるし、とても勉強になった。このような機会があればまた参加してみたいです。」田邊さんからは「どこの地域でもお年寄りの方と関わるし、汗をかいて地元の方と同じ作業をするのは、すごくいい経験にもなりました。安田さん御夫婦に本当に良くしていただきました。またご縁あればこの地域でお世話になりたいと思いました。」と最後の感想がありました。

＜最後に＞

　雲南市は中山間地域という地域特性に加え少子高齢化が著しく、それに伴い医療機関並びに医療職に求められる役割は日々大きく変化しています。それらの社会の変動を予測し、将来雲南圏域に必要な医療の形を構築していくための一助として、このプログラムが位置づけられていくことを願って、これからも地域の皆さん、関係機関のみなさんと協力して雲南に必要な医療者を育んでいきたいと思います。

2014.10.1

暮らし体験実習報告書

＜暮らし体験実習概要＞

暮らし体験実習は平成 26 年度からスタートした体験プログラムです。雲南市立病院、（地域自主組織）久野地区振興会、雲南市（政策企画部）地域振興課、NPO 法人おっちラボとの協働により、雲南市立病院に実習に来ている医学生や研修医などを対象に行っています。臨床実習だけでなく、地域の暮らしの実態を体験させてもらうことで、患者さんや家族の生活背景や地域の特性を理解し、臨床診療や看護ケアに活かすことはもちろん、退院支援や在宅療養、社会復帰などへも配慮した支援が展開できることを目的に実施しています。

実習期間：2014 年 9 月 30 日（木）8:00～17:00

●体験内容

8:00　　おっちラボ集合 オリエンテーションを交え、久野地区へ
8:30～　　下久野 バス乗り場到着
9:00～10:00 鎌倉神社から生山神社を望む
10:15～10:30 こぶしの里にて遺跡見学（トイレ休憩）
　以下、バスにて移動
11:10～11:50 菅谷たたら 見学
12:00～13:00 グリーンシャワーの森で食事
13:15～14:15 吉田の町並み散策＆鉄の歴史博物館 見学（稲わら工房に駐車）
14:25～15:00 たたら場壱番地 見学（トイレ休憩）
16:00　　下久野 バス乗り場 解散
16:30～17:00 振返り＆アンケート記入（終了後、解散）

【参加者】

島根大学 医学部医学科 5 年　辻中愛佳
　　医学部医学科 5 年　黒田佳那
・久野地区振興会
　福祉委員　藤原夫季子
・久野地区サロン参加者の皆さん　29 名
・雲南市立病院　森脇先生、新田文雄
・地域コーディネーター NPO 法人おっちラボ
　事務局 糸原るい
　事務局 武田勇也

＜実習風景＞

写真１

　久野地区サロンの集合研修ツアーにご一緒させていただきました。

　今回のツアーは久野の各自治会で開催されいるサロンの参加者のみなさんが一同に集合し、久野の地区全体の交流と地域の歴史を学ぶために開催されました。始めに二人も参加者の前で自己紹介させていただきました。二人も馴染のない久野地区の歴史や文化などについて参加者から教えてもらっていました。

バスを降りてからも、ガイドに付いてあちこちと回られる皆さんに「皆さんとてもお元気で、足腰がとても丈夫なのに驚きました。秘訣は何なんですか？」「いつもはどんなお食事を食べていらっしゃるんですか？」と、質問を投げかけながら生活背景を聴き出していました。
また、全員から遅れて歩かれる参加者については、「大丈夫ですか？足が痛みますか？」と、積極的に声をかけながら寄り添っていました。

写真３

帰りのバス車内では、ご一緒させてもらった御礼の気持ちを込めて、皆さんの前で感想を発表させていただきました。

黒田さん「今日は１日ありがとうございました。一緒に歩いたり、お話させてもらって、とてもお元気なのに驚きました。こうやって集まって、話したり、笑ったりすることが皆さんの元気に繋がっているんだと感じました。日頃も患者さんと喋る機会があまりないので良い経験になりました。地域医療に携わる際には今回の経験を活かしていきたいです。ご一緒で来て嬉しかったです。」

辻中さん「１日本当にお世話になりました。私は地元が大阪で、こんな沢山の方と出かける機会も無かった

ので、とても勉強になりました。あまりお話することができませんでしたが、久野のことやサロンのことを教えてもらえて嬉しかったです。皆さんと菅谷たたらへ行き、雲南の鉄の歴史も知ることができ、また来たいと思いました。ありがとうございました。」と、それぞれ学びと御礼の言葉を発表してくれました。

参加者からも「雲南病院は先生が不足しているそうなので、是非雲南病院に来てください。」と、声をかけていただきました。

その後は、参加者の皆さんからも１日の振り返りや感想を発表していただいたり、久野地区で開催されているサロンについても詳しくお話を聞かせていただくことができました。

写真３

最後はNPO法人おっちラボの事務所に戻り、久野の皆さんとの交流を通して感じたことなどの振り返りを行いました。医学生の黒田さんからは「私の同級生が久野地区に住んでいるので知っているか尋ねたら、みんな家や家族のことも知っていた。そんな地縁社会なんだと驚きました。サロンの一貫で、今回のツアーが開催されたということだったが、誰も自分たちで意欲的に参加していらっしゃるように感じました。ただ、今回参加された皆さんはお元気な方が多く、参加されていない方もいらっしゃると聞いて、サロンに行く元気がない人をどうするかが課題だと思いました。独居の方もいらっしゃるそうなので包括して見守りをする仕組みがあってもいいように思いました。自主組織があったり、福祉委員という制度があることなども初めて知ることができました。お元気の秘訣を聞いていましたが、「無い！」とおっしゃる方が多く、特別じゃなくても、農業や久野地区の当たり前の暮らしが健康づくりに役立っているんだと思いました。」

辻中さんからは「今回のようなサロンツアーなど皆さんが集まり、お話しする機会があるから元気でいられるとおっしゃる方が多かったので、このような機会がもっと増えればいいなと思いました。バスでもご近所で隣同士で座っている方が多く、ご近所づきあいが良好で、会話が続くことも頭の健康に役立っているように思いました。また、足の悪そうな方が何人もいらっしゃったので、急な坂道や長距離を移動するのは難しいと感じたので、疲れたらバイクを使ったり、休憩をこまめに取ってもらう方がいいんじゃないかとも思いました。今回の実習では地域の人達や患者さんとの接し方を学ぶことができ、とても勉強になりました。」と、最後の感想がありました。

＜最後に＞

雲南市は中山間地域という地域特性に加え少子高齢化が著しく、それに伴い医療機関並びに医療職に求められる役割は日々大きく変化しています。それらの社会の変動を予測し、将来雲南圏域に必要な医療の形を構築していくための一助として、このプログラムが位置づけられていくことを願って、これからも地域の皆さん、関係機関のみなさんと協力して雲南に必要な医療者を育んでいきたいと思います。

2015.3.24

暮らし体験実習報告書

＜暮らし体験実習概要＞

＜暮らし体験実習概要＞

暮らし体験実習は平成 26 年度からスタートした体験プログラムです。雲南市立病院、（地域自主組織）久野地区振興会、雲南市（政策企画部）地域振興課、NPO 法人おっちラボとの協働により、雲南市立病院に実習に来ている医学生や研修医などを対象に行っています。臨床実習だけでなく、地域の暮らしの実態を体験させてもらうことで、患者さんや家族の生活背景や地域の特性を理解し、臨床診療や看護ケアに活かすことはもちろん、退院支援や在宅療養、社会復帰などへも配慮した支援が展開できることを目的に実施しています。

実習期間：2015 年 3 月 24 日（火）13:30～16:45

●体験内容

13:30　　おっちラボ集合 オリエンテーションを交え、久野地区へ

14:00～15:45 久野交流センターにて、久野地区振興会のみなさんとの交流

16:15～16:45 振返り（森脇先生、須山さん、中西さん、武田）

以下、バスにて移動

【参加者】

島根大学 医学部医学科 4 年　向山 賢

【久野地区振興会】

・会長 中西正義さん

・副会長 新田裕至さん

・おっちラボ部会会長 長澤孝之さん

・集落支援委員 石原和訓さん

・事務局 石原智美さん

・地域福祉推進委員・地域振興推進委員 長妻美保子さん

・福祉委員　藤原夫季子さん

【雲南市立病院】

・森脇先生

・須山さん

【地域コーディネーター NPO 法人おっちラボ】

事務局 武田勇也

＜実習風景＞

写真１

久野地区振興会の各担当の皆さんから地域づくりの話しをお聴きし、向山さんからは「いきいきサロンや男の健康道場を始めたきっかけは何ですか？」「UI ターンの募集はどういう方を対象にどんな発信方法で行っていますか？」と、質問していました。

また、振興会の皆さんに向けて「以前に大阪の大学に通っていた頃、同じ学生仲間には、卒業したら農業に携わってみたいという考えを持つ人も結構いるようです。」と、田舎では当たり前に感じていることが若者の感性から魅力的だと感じる人がいると教えてくれました。

また、「皆さんの話しを聞いて、田舎は都会に比べて閉鎖的のように感じていましたが、プロジェクトを立ち上げたり、自分たちで活性化しようとする意気込みを聞いて、そうではないのだと改めて思いました。」と、振興会の皆さんの熱心な取組みを聴いて、当初抱いていたイメージとのギャップに驚いたようでした。

写真２

最後は NPO 法人おっちラボの事務所に戻り、久野地区振興会の皆さんとの交流を通して感じたことなどの振り返りを行いました。医学生の向山さんからは「地域と聴いて、もっと閉鎖的なイメージを持っていた。実はそうじゃなく、皆さんアグレッシブに活動されていて驚いた。」「森脇先生もおっしゃったんですが、久野地区でやっていらっしゃった高齢者サロンや男の健康道場などの予防医学の取組みを聴いて、都市部の病院では、待っていても患者さんが来られるが、高齢の方も多く、自分で病院にも中々行けない方もいらっしゃるので、こういう中山間地区の中核病院では、自分達が地域に行く必要性もあるんだと感じました。」という感想がありました。

また、久野地区振興会会長の中西さんからの「次年度から交流事業で、都市部からも大学生がやってくることになっていますが、何を見てもらった方が良いのか？こちらとしてもどんな準備をしていいのか考えているところです。」というご意見に、向山さんからは「自分もカナダに留学した時に受け入れてくれた家族があったが、その時はいつも通りの生活を体験させてくれた。外から来る人はありのままの地域を見て感じてみたいと思うので、受け入れる時はそんな感じでいいんじゃないかと思いますよ。」という体験談からの提案をしていました。
一緒に同行してくださった森脇先生から、「地域にいるとお得意様というような人も出てくるが私の考えで言うと、私達はプロとしてあくまで冷静に病気と向き合わなければならない。例え親や仲の良い友人であっても私達が向き合うのはプロとして考えるのであれば「病気」であって「人」ではない。その辺りの冷静さが必要だと思っています。」というお考えに、向山さんも「私もその両方のバランスが大切だと思っています。」という意見を発表していました。

＜最後に＞

雲南市は中山間地域という地域特性に加え少子高齢化が著しく、それに伴い医療機関並びに医療職に求められる役割は日々大きく変化しています。それらの社会の変動を予測し、将来雲南圏域に必要な医療の形を構築していくための一助として、このプログラムが位置づけられていくことを願って、これからも地域の皆さん、関係機関のみなさんと協力して雲南に必要な医療者を育んでいきたいと思います。