



**地域医療トレーニングキャンプ  
2010in北山 報告書**

## 実習 目標

医療施設の見学だけではなく、地域住民との交流を通して地域社会を知ることによって保健・医療・福祉の位置づけを考える。また、地方の食、自然などを体験し、地方の魅力も体験する。このような活動から、離島やへき地を多く抱える鹿児島県の地域医療の現状を知り、地域医療の意義や役割について考えてもらう。また、医学科と保健学科、歯学科の学生の交流を通して、地域医療におけるチーム医療の重要性についても考えてもらう。

## 対象

地域医療に興味のある医学科学生、保健学科学生、歯学部学生

## 対象地域・実習場所・宿泊施設・参加費用

始良町北山地区・北山診療所および北山地区・北山野外研修センター・2,000円(食費・宿泊費含む)

## 実習機関

平成22年9月11日(土)～12日(日)

## 協力

始良市役所・北山地区コミュニティー協議会・北山診療所・北山野外研修センター・北山農産加工センター

## 指導教員

- ・ 嶽崎俊郎 (鹿児島大学大学院医歯学総合研究科  
離島へき地医療人育成センター センター長 兼 国際島嶼医療学講座教授)
- ・ 大脇哲洋 (鹿児島大学大学院医歯学総合研究科離島へき地医療人育成センター 特任教授)
- ・ 根路銘安仁 (鹿児島大学大学院医歯学総合研究科離島へき地医療人育成センター 特任准教授)
- ・ 新村英士 (鹿児島大学大学院医歯学総合研究科国際島嶼医療学講座 講師)
- ・ 平佐田和代 (鹿児島大学大学院医歯学総合研究科国際島嶼医療学講座 大学院生)

## 参加学生

### 【医学部医学科】

宇都 寛高(1年)、孫 起和(2年)、上野 真(3年)、伊福 達成(4年)、田澤 真吾(5年)、西松 香織(5年)

### 【医学部保健学科】

宇都 亜輝子(3年)、山内 久美(3年)、實 真理子(3年)、丸山 千智(3年)、尻無濱 理沙(3年)  
内 友美(3年)

## 実習内容

### ①研修会(地域の生活とそれを支える医療)

北山地域の医療活動には学ぶべき点が多く、地域医療をとりまく保健医療関係者と住民の双方にふれあい、理解を深める。

- ◎「看護師の働きかけ」・・・北山診療所看護師
- ◎「市役所保健師の働きかけ」・・・始良市包括支援センター保健師
- ◎「北山の一年間」・・・有機農業家(地域住民代表)
- ◎「地域のリーダーとして」・・・自治会長(地域住民代表)
- ◎「グループワークの感想」・・・各グループ代表学生3名
- ◎「北山の現況と診療所の役割」・・・毛利通宏先生(北山診療所所長)
- ◎「意見交換」・・・全員

### ②体験実習(北山住民との活動から北山を知る)

#### ◎グループワーク

3グループに分かれて住民の方に先生となってもらい共同作業をする。

作業の過程で地域の人に生活観、健康観など聞き、それらを通して、地域で働く医療者はどうあるべきかイメージする。

- ・「畜産農家の家庭へ」・・・牛のえさやり、子牛への搾乳体験
- ・「豆腐作り」・・・夕食と朝食分20丁製作
- ・「こんにゃく作り」・・・夕食用40個製作

#### ◎ソバ打ち体験

現在、「そば」などは加工製品として販売されており、「そばうち」を経験している学生は少ない。

スローライフの楽しみ方として自らの昼食の準備も兼ねて、「そばうち」を体験する。

これは、最近、重視されている食育の一つでもある。

#### ◎夕食

北山地区で収穫・加工された食材を使った料理を紹介してもらい、地域の方々と一緒に食事をする。地域の理解も深まりコミュニケーション能力の向上につながる。

### ◎ライフストーリー聴取(フィールドワーク)

3名程度の4グループに分かれて、患者さんのお宅を訪問し、北山地区住民から生の声を聞く。訪問するのは、あらかじめ毛利先生から紹介いただいた各地区の患者さん宅である。

患者さんには、これまでの人生、生きがい、病気に関してのとらえかた、生活について質問し、まとめる。一般の現病歴ではなく、患者さんが話したように書く。話たくなさそうな話題は無理に聞く必要はない。写真も撮影してくる。

その後の報告会で各グループ話し合って撮ってきたなかで最も有用な5枚の写真を使用し、訪問させてもらった患者さんについて、全員の前で説明する。

北山診療所の方からコメントをもらうことで、学生の地域への理解、興味も深めてもらう。

## 実習の流れ

### 9月11日(土)

- 08:00 鹿児島大学医学部ピロティー前集合。出発(貸切バス)
- 09:20 北山診療所到着
- 09:30 歓迎式(自己紹介、北山の説明、北山診療所見学)
- 10:30 北山診療圏バスツアー  
木津志出張診療所、中甌地区、山花地区、木場地区、堂山地区等
- 12:00 県民の森で昼食
- 13:30 「北山住民との活動から北山を知る」  
地域の人とグループワーク  
畜産農家の家庭へ、豆腐作り、こんにゃく作り
- 16:30 自由行動
- 18:00 研修会「地域の生活とそれを支える医療」
- 19:30 地元の人たちと交流食事会
- 23:00 宿泊(就寝)

### 9月12日(日)

- 07:30 起床 朝食・出発準備
- 09:00 ライフストーリー聴取(フィールドワーク)
- 11:00 フィールドワーク報告会
- 12:00 そばうち体験・昼食
- 14:30 北山診療所出発
- 16:00 大学で解散

## 9月11日(土)

08:00 鹿児島大学医学部ピロティー前集合  
出発(貸切バス)



09:30 歓迎式(自己紹介、北山の説明、北山診療所見学)



10:00 北山診療圏バスツアー  
木津志出張診療所、中甌地区、山花地区、木場地区、堂山地区等



12:20 昼食 県民の森



13:30 「北山住民との活動から北山を知る」地域の人とグループワーク





18:00 研修会「地域の生活とそれを支える医療」



19:30 地元の人たちと交流食事会



## 9月3日 (木)

07:30 起床 朝食・出発の準備



09:00 ライフストーリー聴取 (フィールドワーク)



11:00 フィールドワーク報告会



12:00 そばうち体験・昼食



14:30 北山診療所 出発





## 実習後の感想



### 「地域医療トレーニングキャンプ 2010IN 北山に参加して」

医学部保健学科看護学専攻 3年 宇都 亜輝子

「つながり」これが昨年、私が北山に対して受けた印象である。様々な体験を通して、北山地区全体が大きな1つの家族であり、互いにつながりを大切にしながら生きていると感じることができた。それから1年が過ぎ、2回目の参加をするにあたって今回はこのキャンプの中で「新たな発見」を自分の目標とした。来年は国家試験や就職のことなどでこういった実習に参加するということは難しくなる。今年が、ラストチャンスになるかもしれない。そのため、昨年以上に北山を肌で感じ今後の自分の看護に活かして行きたいと思い、参加を決意した。今回全体を通して、「安心」を感じた。地域の方々とお話させていただく機会があったのだが、その中で多くの方が「北山診療所があるから安心。」とおっしゃっていた。北山診療所に関しては、「安心ダイヤル」がまず大きな役割をはたしているように思えた。2日目のフィールドワークで伺ったお宅の方も、「安心ダイヤル」のことを話されていたが、住民の方々にとって「安心ダイヤル」の存在、北山診療所の存在、看護師さんや毛利先生の存在は生活する支えとなっているように感じた。また、住民の方々は「皆がいるから安心」ともおっしゃっていた。診療所の近くにある宮脇公民館の前には無人販売所がある。そこに行けば、地元の方々で作ったおいしい野菜が買えるし、誰かと会えて話もできるから安心だそうだ。こういった「つながり」の場があるからこそ、そのうえに「安心」があるのではないだろうかと感じた。またこういった「つながり」があるからこそ様々な職種が連携し、住民の方々の「安心」につながるように働きかけることができると考える。

今回、この実習での1番の学びはやはりフィールドワークである。今回訪問させていただいたお宅はご夫婦で住んでおられた。その中で旦那さんに北山における医療の変化やご自身の病気のこと、今まで生きてきた道のりについて話をさせていただいた。そのお宅の近くにはお店があった。「お店があるなら便利」と思うかもしれないが、そのお店に行くまでは急な坂道を通らなければいけない。若い私達でも息が上がってしまうような坂道である。その坂の上に住んでいるそのご夫婦にとっては買い物も一苦労であろう。しかし、それでもその場所に住み、病気をしながらもそこで農業を続けているのは、北山という自分たちの地域に対する誇りとそして農業への生きがいがあるのだろうと考えた。

私は、将来いつか離島やへき地で働くことを考えている。しかし、将来離島やへき地で働くにしても不安はたくさんある。そこで、毛利先生に「助産師・保健師・看護師のいずれかの職でこういった地域や離島などで働きたいと考えた場合、必要なことはどんなことがありますか？」と質問したところ、先生からは「そこに住む人たちの文化をまず尊重すること、そして理解しようとするのが大事です。」という返事が返ってきた。医療的な何かではなく、そこに住む一住民としてどう生活していくかが大切であるということを考えることができた。

以上のように今回は昨年以上に学ぶことが多かったように思う。また、北山の新たな魅力として「星空」を発見することができた。流れ星を見つけられたことや、ロケットの発射が見えたことも空気が澄んでいて空がきれいな北山だからこそであろう。

冒頭の方で「ラストチャンス」と書いたが、来年も参加をしたいと思う。学生だからこそできる貴重な体験を1回でも逃したくない。また来年も多くの住民の方と交流を通して、多くの生き方を学ば





せていただければと思う。

最後に、一緒に参加した学生の皆さん、北山の皆様、医療人育成センターの皆様、本当にありがとうございました。



## 「地域医療トレーニングキャンプ 2010」

### 医学部保健学科看護学専攻 3年 内友美

今回私は地域医療キャンプに参加してみて、北山の地域の方々と診療所の関わりを通して医療に関する考え方が変わった。診療所は住民の生活を考慮して診察時間を午前中にして、出張診療所や往診に出かけて医療の形を住民、地域に合わせて臨機応変にしていた。

生活のなかに診療所という支えがあるという印象を受けた。専門の外来に先生が来ていたり、レントゲン室や理学療法室もあって想像していたよりも設備が充実してあることに驚いた。しかし、看護師がレントゲン撮影をしたり、勉強会に出かけたり、一人一人の責任や技術、負担も大きいと思った。地域で働くためには臨床での経験や地域の人々との信頼関係が必要だと実感した。

地域の人々と交流してみて、みんな親切で温かい人ばかりだった。私は畜産をされているお宅を訪問した。そこでは、口蹄疫での被害や牛に対する農家の方の思いや、近所の方々と付き合い方など貴重な話を聞くことができた。Give and take の関係が保たれていると感じた。フィールドワークでも北山の歴史や生きがいなどを聞くことができた。

その地域唯一の交通手段となっている車で住民を診療所に送ったり誰かの為にすることが生きがいとなっているということが伝わってきた。お店に置いてある商品もこんにゃくを作るのにひつようなあく汁など地域の人々のニーズにこたえていると思った。自然豊かなところで自給自足をして生活している様子が印象的だった。蕎麦打ち体験でも初めてしたけれど、地域の方々が優しく教えてくださりおいしい蕎麦を食べることができた。北山でとれたお米や、アユ、こんにゃく、蕎麦、特産物を食べることができてどれもおいしくてだからみんなこんなに元気でいられる秘訣なのかなと思った。



だからこそ、毛利先生や診療所の看護師さんたちは、今は元気だから安心と思っている住民の方々が病気になる前に診療所を活用して予防に努めることに積極的に力をいれているのだなと思った。山奥に一人で生活されている方や、夫婦だけで介護をされている方などみんなそれぞれ事情を抱えて生活をされていた。毛利先生や看護師の方々は送迎をしたり、家族のかたや保健師の方と連携をとって住民の方に寄り添っている姿勢が印象的だった。また看護師の三人で、運動、食事、薬の分担をしてサポートしている面が医師と対等に看護師も独立していきいきとして働いているなと思った。毛利先生が診療所の近くにすんでいたり、24時間電話できるのは住民の方々にとっても安心や信頼につながっていると感じた。住民の方と一体となって医療を行うことが大切であると実感した。

今回このキャンプに参加したことで多くのことを学ぶことができた。信頼関係を大切にすること、そのためにはその人、家族、生活をよく知ることだと思った。

これから臨床にでていく上で大切にしていきたい。



## 北山トレーニングキャンプに参加しての感想

医学部保健学科看護学専攻 3年 山内 久美

今回、このキャンプに参加した理由は去年参加した友人からの勧めがあったことと、県外出身であり北山という場所に行ったことがなかったため旅行に行くような軽い気持ちからでした。そんな気持ちで参加したためか、北山に到着した時点での初めての印象は普段の生活からはかけ離れた、まるでアニメのトトロがでてきそうなそんな自然でいっぱいの場所である、という簡単なものでした。

しかし、初日の豆腐作りでは、豆腐を作る過程を初めて見ることでとても感激しました。また笑顔にあふれる地域の人たちの優しさに触れることができたことで親元を離れ、長期間一人暮らしをしていた私にとって、とても幸せで心が温くなるような時間を過ごすことができ北山の魅力にとっても引き込まれていったように思います。

高齢になっても自分の体力や時間の許す限り毎日仕事を行い、自分らしくやりがいをもって生活をしている豆腐屋のご主人やそのご家族の姿がとても印象的で、現在の医療では、どれだけ一人の患者に手厚い看護や技術を提供できるか、そういったものばかりが重要視されていますが、そういったものばかりでなく、我々医療者は彼らがどのような環境で生活を行い、どれだけの現存能力があるのかを見極め、彼らがいかに生きがいをもって余生を過ごしていけるのかをともに考えることもまた必要なのではと、QOL向上のための援助の必要性を改めて考えることができました。



夜になると、地元の方々の大変おいしい手料理がふるまわれ、北山での生活や歴史といったたくさんのお話も伺うことができ、とても有意義な時間を過ごすことができました。空にはまるで降ってくるかのような満点の星空があったり、都会ではまだまだ残暑が残っているものの、北山では鈴虫の鳴き声が聞こえ、肌寒い風が吹いていたり、北山の自然の豊かさにただただ驚かされたまま初日は眠りにつきました。

2日目の初日は、早朝から、ご飯とお味噌汁、といった何げない朝食でありながらかまどで炊いた白米の甘さ、もちりとし食感など、その素朴なおいしさにとっても驚きました。普段小食な私でもおかわりをしてしまうほど大変おいしかったです。

その後のグループワークでは、辺鄙な場所に高齢でありながら独居でおられる女性をたずねました。とても気さくでお話上手な方で、こちらがうかがっているはずであるのに、逆に話題を提供していただいたり、楽しませていただいたりと本当に有意義な時間を共有させていただくことができました。さまざまなお話を伺っていく中で、人生を前向きにひたむきに生きていく大切さや、人と人とのつながりの重要性など、人生の先輩として私自身へのアドバイスを多くいただくことができ、とても胸に響くお話でした。

今回のキャンプを通じて、北山で生活している方々の太陽のような明るさや暖かさ、また自然の豊かさや人とのつながりに感謝し生活している姿を身近に感じることで、将来医療人になるにあたり患者の「病気」だけではなく、その人の環境や人生をいったバックグラウンドまで看ることの大切さを改めて考えることができました。

都会の生活ばかりではなく、地域にも彼らの生活があり、私たちのような将来を担っていく若者もその生活に目を向けていく必要があるのだと思います。



## 「北山トレーニングキャンプの感想」

医学部保健学科看護学専攻3年 實真理子

私が、今回「北山のトレーニングキャンプ」に参加した動機は、昨年このキャンプに参加した友人が「楽しかったよ!」という話を聞いて「楽しいなら私も参加してみようかな。思い出になるし。」という単純な気持ちからだった。私は今回のキャンプで初めて、鹿児島市内から車で約1時間離れたところに、北山という周りが、山々に囲まれた自然豊かな場所があるということを知った。バスの窓から、見渡すかぎり緑一面で、このような環境の中で、人々は、どのような生活をしているのか? 都会とは言わないが、電車などの交通機関が発達しており、コンビニ等も歩いてすぐのところにあるような環境のなかで生活している私にとっては、疑問であった。

しかし、このキャンプを通して、この地域で暮らす人々とのかかわりあいの中で、その疑問の答えが見えてきた。

1日目の北山で暮らす人々が、つくった大豆からその土地の水を利用して、昔ながらの製法で、経験によって培った感で豆腐作りをされているところを見学させていただいたり、そば打ち体験をさせていただいたりしていく中で、北山は、地域の人々は、地産地消を行っている場所だと思った。北山の人々は、自分で栽培した穀物をほかの人に、おすそ分けしたりして、相手が喜んでくれる、そしてそれがまた、自分自身の喜びになる。そこには、助け合いの心と生の連鎖を感じた。また、地域の人々の家々は、その地域の人々の交流の場となっており、ちょっとした差し入れをもってきて、それを食べながら、会話が弾み笑顔があふれる。ご近所とのかかわりが、希薄化されてきているといわれる現代の中で、こんなにも地域全体が暖かいものを持っている場所がまだ残っているのだとおもった。

初めてお会いする私たちは、暖かく受け入れていただいた地域の方々に感謝の気持ちでいっぱいになった。また、夜には、北山地区でとれた食材をつかって、料理をふるまっていたいて、どの料理のおいしくて、忘れられない一夜となった。また、普段、空を見上げることの少ない私は、長い時間、星を眺めた。こんなにきれいな星を見るのは、いつぶりかな? というくらい夜空の星がきれいに輝いていた。夜が更けると、あたりが暗くて静かで、嫌なことや現実を忘れるくらい素敵なひと時であった。

2日目、地域の方々のお話を聞く機会を与えてくださった。名前も病名の知らされぬままの対面であったが、話を聞いていく中で、その方の生活や生きがいをもって生活できるのも地域の方々や北山診療所の方々、そしてこの北山という環境のおかげだと思った。ともに助け合い、その方の環境や生活スタイルや背景・歴史にあわせた診療スタイルを形成していると思ったし、その方がた自身も生活の中で、創意工夫をされながら生活していることに気付いた。また、今回のキャンプを通して、人は「生きがい」を持つことが、生きる活力につながることを改めて感じた。地域の人々の結びつき・助け合いを感じたし、本当の意味で、「便利な生活」って本当は何だろう? と感じた。今回のキャンプを通してとても多くのことが学べた。今回の経験を今後の生活に生かしていきたいと思う。

北山のみなさん、ありがとうございました。







## 「地域医療トレーニングキャンプ 2010IN 北山に参加して」

医学部保健学科看護学専攻 3年 丸山 千智

今回北山でのトレーニングキャンプに参加して感じたのは、「地域医療っておもしろい!!」ということである。私は今回のキャンプに、去年参加した友人からの勧めで参加を決めた。また、離島が多く、僻地医療の必要性が叫ばれる本県において、鹿児島大学で学ぶ身としては、このような地域医療に触れる場に参加して損はないだろう、そんな気持ちで深い思い入れもなまま臨んだのである。そのようにして、恥ずかしながら北山での地域医療の現状をまったく知らなかった私はのんきに、車で1時間ほどで市内にアクセスできる地域であるなら、たいいてい人は大病院を受診するだろうし、看護師の役割は患者さんとの話し相手にとどまるのでは、と考えていたのである。

しかし、実際に毛利医師や3人の看護師の方々の話を聞く中でそれらの考えがまったく間違いであったことがわかった。そのことをはっきり確信したのは、はじめの挨拶で毛利医師のおっしゃった「北山は医療の原点」という言葉を聞いたときである。それは病んで診療所を訪れるより先、予防に力をいれる姿勢である。また、榊山看護師のプレゼンテーションで述べられた、安心ダイヤル、ボランティア的な自宅訪問、看護師3人に薬・食事・運動を分担し専門化するという北山診療所の3つの取り組みは、どれも画期的だと思った。地域の方々とこんにゃく作りをしながら、北山では情報は近隣住民に筒抜けだと笑いながら話をした。住民同士にプライバシーがないに等しい状況だと言うことは、一方でその地を知り、その地域に住む人々の健康状態から家族構成、家庭の事情までを把握した看護師の力は大きいということだ。その助けなしに医師は力を発揮できないと言う。薬剤師・栄養士・療法士のいない地域医療の現場における看護職の可能性を感じた。



また、つながりの重要性にも気づけた。北山では農協との協働や保健師（地域包括支援センター）など、他機関との強いつながりがある。加えて、大窪保健師の話にもあったように「まずは出向くこと」、そのことで住民とのつながりが生まれるのだ。毛利医師が「あなたのことを気にかけています」という気持ちを伝えることが大切とおっしゃられたことも印象的で、それはまさしく看護の心と同じだと思い、嬉しくなった。そのようにつながりを重視する一方でおもしろいのは、北山に他に医療機関がないことはラッキー、と毛利医師、大窪看護師がおっしゃったことである。つまり、機関が多いとそれぞれの歩調が合わないこともしばしばだが、北山では診療所と保健師の連携のみで行動できる。そんなことは考えたことがなかったので、目からうろこといった感じだった。

最期に、おいしい食事やこんにゃく作りやそばうちなどの貴重な体験をさせて下さった住民の方々のお話をまとめたい。「住みにくいならでて行けば」という消極的な考えでなく、何とかここに生き残ろうと言う意思、それこそが地域を活性化させる原動力だと思った。さらに、都会での自殺や孤独死に対して、「北山に帰ってこればご飯と味噌汁くらい食べられるがね、という声を届けたい」という自治会長肥後さんのお話には感動した。また、学生を温かく迎えてくださる住民の方々や北山診療所のスタッフに対する信頼や親しみの思いを感じた。当たり前だが、地域医療は医療者と地域住民との相互作用の中にあるということを改めて思い知った。

「北山診療所も青木商店も一緒。」毛利医師の言葉である。住民のニーズに応えられなければ前を素通りされてしまうということだ。地域は大きな人間かもしれない。個性があり常に変化し、時に病む。患者一人ひとりに合った治療やケアがあるように、それぞれの地域にそれぞれの医療の関わりがあるだろう。私は今回のキャンプを通してそのことを学び、地域医療のおもしろさに気づいた。





## 北山での学び

### 医学部保健学科看護学専攻3年 尻無濱 理沙

今回初めての参加となった地域医療トレーニングキャンプ in 北山。この名前にひかれ、また友人の話を聞き、楽しそうと思い参加することを決めた。

一日目は、北山診療圏をめぐるバスツアー、畜産農家への訪問、看護師・保健師・有機農家などの話を聞く研修会であった。

北山診療所を訪れてみると、外観もきれいで中も診察室やレントゲン室などあり、思ったよりも整っている診療所なのだと感じた。診療圏めぐりでは、北山診療所だけでなく、その他の三つの出張診療所を訪れることができた。それぞれ公民館や小学校の跡地であり、そこを活用しているのだということがわかった。北山診療所に比べ、「なにもない」という印象を受けたが、それがへき地医療を支えているのだと感じた。

畜産農家を訪れてみると、そこで暮らすたくさんの牛、農家の人に出会った。口蹄疫の問題にも負けず、朝は早くから夜は遅くまで、孫や娘よりもかわいいという牛たちを大事に育て、売り出している。そんな牛たちをわたしたちはおいしく頂いている。その裏にあるさまざまなエピソードを聞いて、あたりまえだと思わず、感謝していただかなければならないと感じた。

夜に始まった研修会で、看護師は診療所とのかかわりをお話して下さった。薬・運動・食事で担当を分け取り組みを行っているのだとか。また診療所だけではどうにもならない場合、保健師への変更をとることで、職種間の連携が必要だとわかった。また安心ダイヤルの取り組みでは診療所から電話をすることで地域住民の安心・安全につながっているのだと感じた。看護師の果たす役割は大きく、それぞれが生き生きとして看護活動を行っている北山診療所での三人の看護師。「楽しい看護ができています」という檜山看護師の言葉が印象的であった。

待ちに待った夕食は地域の方々協力して作ってくださり、とてもおいしくて、またきれいな星空を眺めることもでき、一日の終わりとして大満足であった。あゆの料理はパフォーマンスといい、味といい忘れられないだろう。

二日目は、地域住民のライフストーリーの聴取、そば打ち体験であった。

患者さん宅を訪問し、さまざまな話を聞くこととなったのだが、ご自身から話をしてくださる方だったということもあり、あっという間に時間は過ぎてしまった。本当に聞きたいことを聞けたのだろうかとか、奥さんにも話を聞ければよかったとか反省することもあったが有意義な時間を過ごすことができた。帰りの車の中で、「相手との話でいかにぐっと心をつかむことができるか」という言葉を毛利先生からいただき、今後に生かせればと感じた。またライフストーリーを聞くことで、患者を患者とみるだけでなくそこに「生活をしている人」ととらえる感覚をつかむことができたと思う。

終わってみれば、あっという間の一泊二日のキャンプ。初めての経験も多くさせていただき、とても充実した二日間となった。鹿児島生まれの鹿児島育ちである私にとって、いままで知らなかった鹿児島を発見することができ、ぜひまた訪れた場所となった。

北山診療所の毛利先生や三名の看護師をはじめとし、協力して下さった地域住民の方々に大変感謝している。これからも北山地区の医療を支える診療所として発展して欲しいと願っている。





## トレーニングキャンプ in 北山感想文

医学部医学科 1年 宇都 寛高

北山は始良市の中にあり、現在私が住む霧島市の隣であるが、私は北山がどこにあるのか知らなかった。また、参加者の中で唯一の一年生だったので、皆さんの足を引っ張ることにならないか心配だった。だがすぐにうち解けることが出来たのでよかった。北山に着いてみると田舎の趣があり、昔住んでいた福島県の家を思い出した。

着いてからはバスで北山診療所の診療圏を見て回った。各所に出張診療所があったが、元小学校の診療所があったり、公民館の中にあたりして面白かった。地元の人は面白くもなく大変なのだろうが。道中も里山の光景が広がっていて、とてもどかなところだった。自分の家の近くにこんな良いところがあったとは。灯台もと暗しとはよく言ったものだ。

その後は体験学習ということで3つの班に分かれて牛の世話、豆腐作り、こんにやく作りを行った。私の班は牛の世話ということだったが、時間帯が合わず、えさやりなどの仕事はほとんど無かったので私は牛をずっと触っていた。本当に私は牛を触る以外には何もしなかった。何もしなかったのでその日の報告会ではろくな報告が出来なかった。反省しています。

夜は地元の食材を使用した料理を振る舞ってもらった。鶏刺しも新鮮でおいしく、鶏汁も何杯もお代わりしたくなるほどおいしかった。そして鮎の溶岩焼き。おいしいのはおいしいのだが、それまでに他のおいしいものを沢山食べて、もう胃袋の隙間が無くなっていて、あまり食べることが出来ずに本当に残念だった。

次の日はケースワークということで患者さんのお話を伺った。病歴よりもその人の歴史を伺うという形だった。私は写真係となったが、同じ班の先輩方のメモの取り方がとても勉強になった。もちろん、患者さんのお話も勉強になった。患者も人なのだから1人1人違うのは当たり前である。しかし、勉強するときにはどうしても均質なものととらえてしまうので、定期的にこのような企画に参加して大切なことを忘れないようにしたいと思う。

その後はそば打ち体験をした。そば打ちは父親のそば打ちを見ていたのである程度は出来たが、やはりそば打ちは難しい。次回ではもっとしっかりと打てるように、父親の指導の下で練習をしたいと思う。

キャンプを終えて、参加して本当によかったと思う。私は僻地医療に興味があり、将来は田舎の診療所で働きたいと思っていたが、今までは僻地といっても離島の方にしか目が向いていなかった。今回のキャンプで離島以外にも北山のような山の中の田舎にも目が向くようになった。そして、離島とは違う良さを見つけることが出来た。海には海の良さ、山には山の良さがあるということだ。来年もこのトレーニングキャンプがあれば、ぜひ参加したいと思う。



## 地域医療トレーニングキャンプ 2010in 北山

医学部医学科 2年 孫 起和

今回私は、始良市の北山という地区で地域医療を学ぶためのトレーニングキャンプに参加させてもらいました。初日の午前中は北山診療圏のバスツアーをし、北山地区の様子を眺めていました。北山は鹿児島市内から車で90分程度のところにある割には、とても山奥でいわゆるへき地と言われるようなところでした。北山で唯一の医療機関である北山診療所とその出張所も見学しました。この北山診療所には、定期的に他の病院から出張診療に来るようでしたが、出張診療をする方の病院も税金などで有利になるような制度があるみたいで、このような形でも地域医療に対する対策がとられているのだなと知りました。

昼からは地域の方々との交流も兼ねて私たちのグループはこんにゃく作りをしました。最初はこんにゃくがどうやってできるか想像もつかなかったのでとても楽しみでした。こんにゃくいもと水を大きなミキサーにかけ、その後はひたすら手でこねていくとだんだん固まっていった不思議な感覚でした。ひたすらこね続けた手はヒリヒリして痛かったけど、湯でたてのこんにゃくは市販のものとは一味違っておいしかったです。こんにゃくが完成すると、その後はお茶を飲みながらこんにゃく作りおしえていただいた方々とお話をし、北山のことやそこの生活などさまざまなことを教えてもらいました。

夜は「北山の医療」についての講演会のあと、自分たちで作った食材を使った料理や、北山の料理などを地元の方たちにふるまってもらいました。特にアユの石焼きを作る様子は衝撃的でした。味もすごくおいしくて、とても思い出に残ったことでした。宿舎に帰る途中では、星がすごくきれいで、自然豊かな北山の良さをここでも体感できました。

2日目は北山の中でも山奥の込み入ったところに住んでいるご高齢の方のお宅にお邪魔していろいろな話を聞きました。クサノさんのお宅は山奥にあり不便そうでしたが、本人は畑で野菜を栽培し、犬、にわとり、鯉、金魚を飼っていて、自由気ままに充実した生活を送っているようでした。今は年齢が88歳にもなりますがとても元気ですが、これから病院にかかることもあると考えられるので、北山診療所の毛利先生はクサノさんのことや山奥に住んでいることを危惧しておられました。このように診療所にほとんどかかっておらず、患者でない人の状況まで北山診療所は把握して気にかけているという事実を知って、地域医療の特徴や問題点など今回の実習を通してさまざまなことを考えさせられました。

この実習の最後にはそば打ち体験をしました。そば打ちは初めてで、そば粉をこねてまとめるのがとても難しかったです。できあがり手作り感があり、なんとかそばを食べている気にはなれました。

今回の実習では楽しい体験が多く、また地域医療について考えるいい機会となりました。

今回学んだことを大事にして、これから活かしていきたいと思います。



## トレーニングキャンプの感想

医学部医学科 3年 上野 真

今回はじめて北山を訪れた。そもそも、北山という地名を全く知らなかった。「鹿児島にも自分の知らない土地がまだまだある」というのが、北山についての最初の感想だ。この北山では様々なことを学ぶことができた。なかでも、豆腐作りとライフストーリー聴取がよい経験になったと思う。

豆腐作りでは、全ての工程を通して見学することができた。今までにも豆腐屋さんで豆腐を買ったことはあったものの、製造過程をみたのはこれがはじめてであった。豆を挽くところこそ機械化されていたが、その他の作業は全て手作業であり、昔ながらの製法で豆腐が作られていた。私は火の番をさせていただいたのだが、これがなかなか難しい。ほんの少し薪を加えるかどうかで、釜が煮立つかどうかが変わってくる。おばさんに「火焚き屋さん」と呼ばれながら、かまどの火加減に苦戦したのは、いい思い出だ。これらの作業を毎日朝早くからやっているというのは、なかなか大変なことだと思う。一度、もうやめようかという話にもなったらしいが、ご夫婦で続けることにしたらしい。何か生きがいを持って生活することが必要と思われたようで、「豆腐作りは生きがい」と笑顔で話してくださった。この日は近所の方々も数名手伝いに来ていただいたのだが、皆さん終始笑顔で、皆さんの人柄のよさがにじみ出ているようだった。また、豆腐作りとはいったものの、私たちは火の番以外に手伝いらしいこともせず、おばさんたちが振舞ってくれた漬物や栗、お茶などを頂いていた。栗の渋皮煮というのは初めて食べたが、とてもおいしかった。作り方を聞いておけばよかった。



ライフストーリー聴取で最も印象深かったのは、次のようなエピソードだ。昔は、北山の人は先生を診療所の先生をあまり信用せず、診療所はあっても無くてもかまわないような存在だったという。本当に心配なら、時間をかけてでも市街地の病院まで行く。わざわざ田舎の、信頼できるかどうかもわからない医者にかかることはない、と。それが今の先生が来てから変わった。北山の人は先生を信頼し、いまは診療所はなくてはならないものだという。この話を聞いて、「Dr.コトー診療所」も全く同じストーリーで始まることを思い出した。こういった、「僻地の診療所を地元の人が信頼していない」といったことは、どこにでもある話なのかも知れない。それを払拭しようと努める先生方も、大勢いることだろう。

私は地域枠の学生として、将来的に鹿児島の地域医療に関わることになる。そのときに、まず大切なのは地元の方との交流なんだと思っている。地域の人々の信頼を得て初めて、対等な関係で臨床活動に臨めるのだろう。今回の北山での経験を忘れずに、信頼される医師を目指したい。



## 地域医療トレーニングキャンプ2010in 北山に参加して

医学部医学科5年 田澤 真吾

地域医療に興味のあった私は大学のカリキュラムとは別に離島の診療所、東京の下町の診療所、鹿児島市内の総合病院の往診実習などに参加してきました。大学の実習で、始良の病院で実習をしたことがありましたが、北山を訪れたのは今回が初めてでした。街からほんの少し車で走ったところに、これほど自然豊かな地域があるとは知りませんでした。

まず北山診療所にバスが到着し、公民館で自己紹介と志望動機を話しました。地域医療に興味がある学生、昨年参加して楽しかった経験からリピーターになった学生、食事がおいしいとの噂で最終的に参加を決めた学生(私)と、動機は様々でしたが皆さんしっかりしている印象を受けました。

私は1日目のグループワークではこんにゃく作りを体験させていただきました。ミキサーにかけた芋を練り込むのはなかなかの重労働でした。しかも、素手で芋を練っていると手が痒い。というか、チクチク痛い。もしや、とろろ芋と同様にシュウ酸カルシウムでも含まれているのかな・・・などと考えている間も手が痛い。灰汁を加え、さらに練り込み、形を整えた後は大きな鍋で茹であげました。茹で上がるまでの待ち時間に、こんにゃく作りの先生方と謎の緑色の液体(にが瓜にオレンジジュースを入れたもの?健康にはよさそう)を飲みながら歓談をしていました。こんにゃくは芋から作られるという知識はあったものの、実際に見たこともなかったので新鮮な体験でした。いつか、生のこんにゃくで手や口の中がチクチク痛いと言ってくる患者さんが来ても対応できると思います。その晩の研修会では看護師、市役所保健師さん達の働きかけ、地域の方のお話を伺いました。看護師さんによる安否確認(安心ダイヤル)や保健師さんによる積極的な働きかけは「待つ医療」ではなく「攻める医療」であると感じました。また、地域の方のお話では、北山をいかに魅力的で住みよい環境にしていけるか、様々な工夫をされていることがわかりました。研修会後の交流食事会では地域の料理がとても美味しかったです。

翌日は朝6時に起床し、朝食の準備のお手伝いをしました。お米がとにかく美味しかったです。その後は患者さんのお宅にお邪魔してライフストーリーの聴取をしてきました。当初は疾患のことよりも生活の話を中心に何う予定でしたが、患者さんが疾患の治療についてご苦労されてきた経験談を中心に話ししてくださいだったので、私達の班では疾患の治療経過と、患者さんが医療従事者にどのようなことを望んでいるかについて報告会で話すことになりました。そば打ち体験では、私は同じ合気道部の後輩とペアになりました。男が二人掛かりで打てばすぐにできあがるだろうと思っていたのですが、何故か私達の蕎麦はまとま



りに欠け、乾燥していきました。地元のお姉さん達のサポートにより最終的には何とか形にはなりました。厚みにバラツキはあったものの、自分たちで打った蕎麦を食べることができて感動しました。最後に北山診療所の毛利先生、スタッフの皆様、地域の皆様、企画を計画して下さった方々にお礼申し上げます。とても充実した2日間をありがとうございました。



## 北山地域医療キャンプに参加して

医学部医学科 5年 西松 香織

医師、看護師としてみなさんが戻ってきてくれるという奇跡を期待している——キャンプ初日に肥後会長が講演でおっしゃった控えめな表現でありながら切実な言葉が胸に刺さりました。地域医療について学ぶだけではなく、医師となったときにそれを実行する覚悟があるかと自分に問われた気がしました。

今回、私がこのキャンプに参加したのは、正直に言えば田舎暮らし体験に興味を持ったことがきっかけです。畜産農家訪問、豆腐・こんにゃく作り、そば打ちなど、街育ちの自分には外国旅行のような響きがありました。そして、僻地で医療を実践されている現場の医療者が何を思い、日々の業務を行っているのか知りたいという好奇心もありました。

キャンプに参加して最も印象的だったのは、自然とともに生きてきた住民の皆さんの強さです。

実習に患者さんの人生についてお話を聞くというプログラムが組まれていました。私がお話を聞いたのは、88歳のおばあさんで、旦那さんは病院に入院しており一人暮らしの方でした。村のなかでもとくに山の中にぽつんと一人で住んでおられ、これまでの人生も波乱万丈で苦労も多かったであろう方なのですが、とても明るい方でした。一人でこのような山の中に住むのはさびしく不安なときもあるだろうと思うのですが、村の人がおばあさんを見守り、支えていることもあり、住み慣れた村に住み続けたいと思っているご様子でした。印象的だったお話がありました。お子さんが小さかったとき、そのお友達が遊びに来たらしいのですが、その子達の家は麦やお芋が主食で、白いお米はお盆とお正月にしか食べられないと言ったそうです。おばあさんのうちは、農家だったので、食べるものには困らなかったため、その子達が遊びに来ると帰りにごま塩のおにぎりを食べさせるようになったそうです。子供のこたなので、感謝の気持ちを大げさに表現することもなく、ただおいしいと食べていたという記憶があったそうです。それから50年、いまはおじさんになった当時の子供たちが「おにぎりを食べさせてもらったときはほんとうにうれしかった」と言って、缶詰などを持って訪ねてきてくれるのだそうです。思いやりの気持ちが、長い時間を経て巡るのを感じて感動しました。大きな持病もなく、前向きに毎日畑仕事や、にわとり、たくさんのきれいな金魚の飼育などして暮らしていっています。お元気の秘訣は、好きなものを好きなときに食べる、明日は明日の風が吹くといった気持ちでいる、腹を立てない、畑の草花などを愛でる、ということのようでした。

おばあさんのお話を聞いている間中、人生に対するおおらかさ、困難にも柔軟に対応する力、明るさを感じていました。これは人間にコントロールできない自然というものととも生きてきた方ならではの独特の強さだと思いました。

このようなたくましい人間を育て、人と人との絆を大切に生きている豊かな世界が鹿児島から、日本から失われていったとしたら、それはとても悲しいことです。この美しく豊かな暮らしを守るために、自分ができることがあるなら、力を尽くしたい、そんな思いになりました。



## 「地域医療トレーニングキャンプ in 北山」を実施して

離島へき地医療人育成センター 特任准教授 根路銘 安仁

昨年度に引き続き、北山の地で2回目の「地域医療トレーニングキャンプ」を行わせていただきました。昨年は初年度ということもありどのような実習ができるのか、大学側、受け入れの北山の方々にもわからず試行錯誤しながら行いましたが、北山地区の人々と診療所スタッフの皆さまのご協力で、無事成功をおさめることができました。今年は、昨年の経験から北山地区の人々、北山診療所のスタッフの皆さまから多くの提案をいただき相談の結果、少し内容を変更しました。

具体的には、今回は「地域医療トレーニングキャンプ」との思いから、血圧測定講義実習、口腔ケア指導の見学など医療的部分を多く取り入れていました。しかし、昨年の実習は、北山の地区の人々と触れ合う時間が学生たちに好評で大きな影響を与えたようでしたので、本年度は、地域の人々と触れ合う時間を多くとりました。「こんにゃくづくり」、「豆腐づくり」、「酪農体験」は、本年から取り入れたものですが、地元の方と共同で作業をすることで会話もスムーズにでき、生活環境、人々の考え方も理解できたのではないかと思います。「フィールドワーク」は昨年よりもじっくりと話を聞いてもらう時間を取ってもらいました。患者さんの家を訪問して、患者さんの生き方、考え方を聞くことで病気でなく、病気を持った人として考えることができるのではなかったのではないかと思います。

「ソバうち体験」は昨年も好評であったので今年もお願いしました。予想外に上手な学生さんがいて、別の一面を見ることができて楽しかったです。「北山の医療の講演会」は、北山医療(地域医療)を体験したのちに聞くことができ、良い学習になったと思われます。「食事会」は、北山でとれた食材を使って地元の方々が提供してくださいました。地元のお米のおにぎりや鮎、煮物と非常に贅沢な食事をいただくことができました。学生実習に引率するものの役得だと思っています。

上記のように、地域医療に触れることで興味を持ってもらうきっかけとして「地域医療トレーニングキャンプ」が今後も発展していければと考えています。今年は残念ながら歯学部学生の参加はありませんでしたが、医学科、保健学科の学生を含め多くの職種が携わらなければ地域医療は成立しません。多くの職種の学生が早期に、このような体験をしてもらえればと考えています。今後、興味を持った学生達が、健康教室などを開けるような「advanced 地域医療トレーニングキャンプ」のように発展した企画も立てることができるようになりたいと思います。そのためには、このような企画があることを広報していかなければなりません。

最後に、この企画を支えてくださった皆様に感謝します。来年もどうぞよろしくお願いいたします。