

坂総合病院医学生だより

# 坂坂

〈発行〉  
**坂総合病院**  
 医学生と共に歩む委員会  
 連絡先・塩釜市錦町16-5  
 ☎ 022-367-9007  
 2012年12月1日  
 No. 62



# 糖尿病シンポジウム 開催

## チーム医療に活かし、日常業務の糧に

顔写真

糖尿病シンポジウム事務局 健康運動指導士 咲間 優

11月16・17日の両日、仙台AERにて「全日本民医連 第32回糖尿病シンポジウム」が開催されました。全国津々浦々から約300名の大人数が、杜の都仙台の地に結集しました。

初日は、東北大学から公衆衛生学分野教授の辻一郎先生をお招きし、特別講演『健康寿命と糖尿病、そして震災から学ぶ



こと』をご講演いただき、その後に分科会・ポスター発表を行い、夜には全体交流会を実施するという、かなりの強行スケジュールを敢行しました。辻先生は医療従事者であれば一度は耳にしたことがある「健康寿命」という言葉の生みの親で、ご講演では「糖尿病と健康寿命の関係」「地域社会の絆と健康の関係」等々、研究結果を含めたホットな話題を拝聴することができました。分科会・ポスター発表は合計122演題にも上り、全国の民医連事業所における糖尿病診療に関する様々な報告があり、各会場で参加者が熱く討論を行いました。夜の交流会は、音楽会・クイズ大

こと』をご講演いただき、その後に分科会・ポスター発表を行い、夜には全体交流会を実施するという、かなりの強行スケジュールを敢行しました。辻先生は医療従事者であれば一度は耳にしたことがある「健康寿命」という言葉の生みの親で、ご講演では「糖尿病と健康寿命の関係」「地域社会の絆と健康の関係」等々、研究結果を含めたホットな話題を拝聴することができました。分科会・ポスター発表は合計122演題にも上り、全国の民医連事業所における糖尿病診療に関する様々な報告があり、各会場で参加者が熱く討論を行いました。夜の交流会は、音楽会・クイズ大

会・SKB(坂病院)48&オタクダンサーズのコ  
ンサート等、バラエティに富んだ内容で、参  
加者から好評を博していました。

## 趣向を凝らした学習会

二日目は、ワークショップとして「糖尿病  
劇場」「自己血糖測定」「フットケア」「薬物療  
法」「運動療法」「食事療法」の計6つを企画、  
各担当者が知恵を絞り合っ趣向を凝らした  
学習会となりました。最後に石川県城北診療  
所所長の蒔也寸志先生から『暮らし・仕事と  
糖尿病についての研究 ～社会的な要因と糖  
尿病の関係～』と題して全日本民医連  
T2DMstudy の中間報告が行われ、若年2型  
糖尿病患者の所得等と社会的要因について、

詳しく  
解析し  
ていき  
たいと  
の方向  
性が示  
されま  
した。



シンポジウム終了後、アンケートを実施し  
ましたが、結果は概ね好評であり、総括を行  
っている今、一安心といったところです。今  
回の企画に携われたことは、非常に貴重な経  
験となりました。この体験を今後のチーム医  
療活動に活かして、日常業務を発展させてい  
く糧にしたいと思います。

# 研修を通して ～半年間で感じたこと～



坂総合病院 研修医 佐藤 裕行

## 「学ぶ」経験値は申し分ない

この病院で研修してはや半年、だいぶ寒くなっ  
てきましたが、今の所は研修内容には満足して  
います。どんなところが？と言われそうですが、  
初期研修で必要な common disease が揃って  
おり、専門科も一応あるのでコンサルトがしやす  
い点です。経験という点では、その気になれば色  
んな事を実際にやらせてくれるところでしょうか。  
手技も積極的にやらせて貰えますし、救急室に  
行けば病棟ではあまりできない基本的な手技も  
経験できます。だからといって多忙なわけでは  
なく、十分にお休みもとれますし、たまに17時  
定時あがりなんてことも(所属科によりますが)  
あります。受け持ち患者数も10人を越えるこ  
とはないので楽な方だと思います。

また毎週木曜日には研修医向けの勉強会があっ  
て製薬会社の弁当を食べつつ、上の先生の講義  
を聞くこともできたり、研修到達度をみるため  
にOSCEも行なわれます。もちろん少し緊張し  
ますが、意外に楽しめるのでおすすめです。とい  
うわけで初期研修の“学ぶ”経験値という点で  
は申し分ないですが、如何せん塩釜は田舎なの  
で、仕事後に食事がとれるところが仙台市内より  
は全く少ないです。もちろん国道沿いのロード  
サイドのお店はたくさんあるので食べるのには  
困らないです。休日は仙台駅まで電車で20分  
程度なので気軽に買い物にも行けます。平日に  
仕事が終わってから仙台に出かけるというのも  
選択肢としてあります。オフに息抜きするの  
には問題ない環境かなと思います。

## コンサルトしやすい環境

もう一つ気になるのが医局や病院の雰囲気ですが、非常にコンサルトしやすく、一部の病院であるような殺伐とした雰囲気は全くありません。上級医にコンサルトするのに胃に穴があくなんてこともないです。看護師さんも基本的には優しいので色々と無理も聞いてくれます(大学病院だと怒られそうな指示でもOKです)。あと最後に忘れていましたが、社会人として重要な

が給与面です。額面も大事ですが手取りの方が重要かも。この点については仙台近郊であることを考慮すれば妥当以上の金額だと思います。計算方法がやや複雑で納得いかない点多々あるのですが、総支給額が大事ですよ(笑)。つらつらと自分の研修内容について書いてみましたが、総じて悪いところはないかと思います。一度見学に来て体験してみると(雰囲気の良さは特に)実感できていいかもしれませんね。

## 職場紹介①：10階病棟

# 大切な時間をより良く過ごせるように

10階病棟では、内科・緩和ケア病床があり全部で22(内科)床+12(緩和)床でなっています。内科では急性期病院の後方支援病棟としての役割を基本としています。また、円滑な退院計画を実施するために、看護の視点で問題点を明確にし、他職種・他事業所との情報交換し患者様・家族の方に満足していただける看護ケア及び退院計画を展開しています。



緩和ケア病床では、ガン患者様やご家族の抱える様々な身体的苦痛・精神的苦痛・社会的苦痛に対し、一緒に考え苦痛を軽減し少しでも自分らしく、そして大切な時間をより良く過ごせるようスタッフ一同お手伝いをしています。

また、緩和病棟ではチーム内で様々な取り組みをしています。

一つは、毎日同じ病室で過ごされる方に少しでも季節を感じていただけるようにとラウンジを季節に合うよう装飾しています。

また、クリスマス等のイベント時にはボランティアさんが来てマジックショーを開催し病棟を明るくしてく

れます。そして、もう一つとして緩和に入院してから亡くなるまでがケアではなく、その後のケアとして遺族会というものも年に1回開催しています。そこでは、亡くなられた親族の方が集まり生前から入院してまでの患者様の様子や亡くなられてからのご家族の様子等を主治医・スタッフと振り返りながら話せる場となっています。入院中には話せなかったこと、言えなかったことが伝えられる良い機会にもなっています。

10階病棟では医療の他にもいろいろな面で楽しめたり、学ぶことができる場であると思います。

## 職場紹介②：友の会

# 地域との繋がりに大切に



「誰もが、健康で安心して住み続けられるまちづくり」を目指し、会員の健康を守ることを重視しつつ、地域医療や福祉制度の向上を目的に、様々な取り組みを行っています。その事務局として、正職員3名とパートさん3名の6名で、地域にいる役員さんや会員さんと交流しています。現在、会員数は11000人で、毎月の「友の会たより」や地域へ出かけての「班会」を行い、年1回は「健康まつり」として、会員さんや一般市民を巻き込んでの催

しを病院と一緒にしています。また、12ブロックに分かれた地域では、医局の先生方にも「健康講演会」をお願いし、地域での交流もして頂いています。高齢化が進む地域において“安心して住み続けられるまちづくり”は、切実です。そんな地域との繋がりを大切にして、友の会はいつも3人のおばちゃんパワー全開で頑張っています。坂病院に来る機会がありましたら、ぜひお立寄り下さい。人生の相談も受け付けてまいります。

## 職場紹介③：のびのび

# 運動の楽しさ・喜びを伝えたい

集合写真

2006年8月7日、坂総合クリニック1号館6階に『運動療法センター メディカルフィットネスのびのび』を開設してから、早いもので6年が経過しました。『のびのび』は、生活習慣病の運動療法、健康増進・疾病予防運動、介護予防運動などを実践する施設です。



施設内容としては、有酸素運動が行え

るトレッドミル・自転車エルゴなどが15台、筋力向上を図るトレーニングマシンが7台、

レクリエーション用の卓球台が1台、その他としてバランスボール・ゴムバンド・ダンベル・ストレッチポールなどをそろえています。

平日は通常、夜9時まで営業していますので、仕事帰りの職員の方々にもご利用いただいております。肩こり・腰痛・生活習慣病・過体重などにお悩みの職員は、格安で施設をご利用できますので、ぜひともご自身の体調管理に当施設をお役立てください。

現在の「正会員数は約250名」となかなかの大所帯になってきましたが、これからも広く地域の方々に運動の楽しさ・喜びを伝え、運動習慣の構築に役立てていただける、そんな施設を目標に、スタッフ一同努力して参りますので、どうぞよろしくお願いたします。