令和２年度

地域医療課題解決演習

報告書

矢巾町と岩手医科大学「地域医療政策・教育分野における連携協定」に基づいた
岩手医科大学自由科目

Iwate
Medical University

岩手医科大学　全学教育推進機構　編

目次

ご挨拶　　全学教育推進機構長　佐藤 洋一 2
矢巾町長　高橋 昌造 様 3
科目の全体概要 4
指導教員・参加学生・ご協力いただいた皆様 5
各チーム提言 6
個人最終レポート（感想・気づき・提言） 13
資料集　　１．第１回　概要講義（下沖教授、西村教授、大間々講師）... 28
２．第１回　矢巾町課題提示講義 38
３．縁ジョイインタビュー事前学習..... 40
４．チーム提言まとめ　提示資料（第7回講義） 42
学生アンケート　集計結果 43
あとがき　担当教員　　下沖　収　教授 47

ご挨拶　岩手医科大学 全学教育推進機構長 佐藤 洋一

地域医療課題解決演習は、岩手医科大学の使命である「厚生済民」をもとにした教育プログラムで、北米の医学教育で先進的な取り組みとしておこなわれているコミュニティ基盤型の教育方法といえるものです。かなりの人的・物的教育資産を必要としますが、当初より主導して頂いた下沖教授はじめ総合診療科の先生方の協力あってのものでした。もとより、大学のある矢巾町の皆様のご協力無しにはできなかったことは言うまでもありません。

コミュニティ基盤型医療教育というのは、真の総合教育と言って良いでしょう。学問体系に依って細分化された知識だけでは、実社会では役に立たず、多方面の知識を組み合せて応用しないことには、実際の多様な問題に対処不能です。また、医療の中心に在る病者と家族の周辺には多くの医療職種が配置されていることから、対象者との、あるいは職種間のコミュニケーションが欠かせません。以前であればそうしたことは On the Job Training でなされたのですが、これからは学部教育でも学修する（体得する）ことが求められております。この演習はまさしくそれに合致するものと言えます。

これまでの本演習は、参加者も一年生が多く early clinical exposure として位置づけられてきた感があります。しかし、それは全くもったいないことであります。総合医療演習ですから、医学・歯学・薬学・看護学をある程度学んだ高学年にとっても効果的です。もちろん低学年でも、モチベーション涵養の意義は大きいと想いますが、「実社会における知識の統合化と応用」という側面から、高学年参加数が少ないことは惜しい限りです。

この試みがスタートして 4 年が経過しました。看護学部は完成年度をむかえるまでカリキュラムを改編できなかったもあり、自由科目として設定されて来ましたが、これからは選択必修科目への脱皮が望まれます。高学年学生を交えた屋根瓦式の演習にすれば、カリキュラムの字面だけ整えた垂直統合や水平統合科目ではない存在になりえます。学生の成長も大きいと思います。実際、医学部の医学教育分野別評価受審時でも、医学教育に一家言ある先生方の興味を引いた科目ですから、このままの形を維持するだけではもったいないのです。矢巾町の役場の方々ならびに矢巾町民と信頼関係を築くことに成功した今こそ、総合科目として発展することを期したいと思います。ちなみに、ドイツの碩学ゲーテがいみじくも言っております。「いいかね、学生さん。全ての理論は、それ自体は灰色でつまらないものなんだ。生きた実体験こそ陽の光を浴びて輝く緑なんだよ！」と。

令和 3 年 3 月吉日

全学教育推進機構長　佐 藤　洋 一

ご挨拶　　矢巾町長　高橋　昌造　様

岩手医科大学と本町との間で、平成 29 年 3 月 29 日付けにて協定を締結した「地域医療政策・教育分野における連携」に基づく「地域医療課題解決演習」の報告にあたりまして、一言ご挨拶を申し上げます。

本協定につきましては、岩手医科大学が有する地域医療に関する授業成果等を矢巾町の地域医療政策に生かし、地域社会の発展と人材育成に寄与することを目的として、本年で 4 回目のご提案をいただくことになりました。

今回は、26 名の学部生にご参加いただき、「矢巾町における脳卒中予防対策」をテーマとして、グループワークや専門医療機関訪問研修、エンジョイやはばネットワーク事業でのフィールドワーク並びに課題解決策の提言に向けた意見集約等のカリキュラムを経て、去る 2 月 1 日に提言を発表いただきました。

今年度はコロナ禍における演習となり、学部生の皆さんにおかれましては、オンラインでの講義やグループワーク、また訪問研修においても十分な体制をとることができませんでしたが、短い期間で矢巾町民の脳卒中対策への関心や意識、脳卒中対策に取り組む医療・福祉の現場を目の当たりにされ、いろいろとご苦労もあったかと推察されますが、貴重なご意見ご提言を賜りましたことに心より感謝を申し上げます。

岩手県では、岩手県脳卒中予防県民会議を設立し、官民が一体となり脳卒中予防の取り組みを進めています。脳卒中死亡者数は減少しているものの依然として全国よりも死亡率が高くなっており、本町においても同様の傾向です。本町でも、特定健診などから生活習慣病重症化予防の取組みを行っており、皆さんからご提案いただいた内容は、本町の今後の脳卒中施策のあるべき姿の実現に向けまして、積極的に活用させていただきたいと思います。

また、本町は、「希望と誇りと活力にあふれ　躍動するまち　やはば」を基本理念とする第７次矢巾町総合計画・後期基本計画がスタートし、これからも町民一人ひとりの立場に寄り添った施策を進めていきたいと考えております。

今後とも本町の町づくり、保健・医療・福祉の推進に当たりまして、なお一層のご指導ご助言を賜りますよう心よりお願い申し上げます。

結びに今回の発表・提言に至るまで学部生へのご指導ご助言を賜りました全学教育推進機構長の佐藤洋一先生、救急・災害・総合医学講座、総合診療医学分野教授の下沖収先生、全学教育企画課担当課長の高木恵様をはじめ岩手医科大学の関係皆様に、深甚なる感謝と御礼を申し上げましてご挨拶とさせていただきます。

令和 3 年 3 月吉日

矢巾町長　高 橋　昌 造

科目の全体概要

学習方針

患者（対象者）を中心とする地域医療の実現のため、地域から提示された医療課題についてグループワークを行う多職種連携 PBL 科目である。関連施設等の訪問、関係専門職や、対象者（住民）へのインタビュー、アンケートとその分析などをグループで行い、学部・学年を超えたディスカッションの上で提言をまとめる。

到達目標

1. 対象とする医療課題に関する地域の現状と問題点を捉え、説明できる。
2. グループワークやフィールドワークで立場の異なる多様な人と良好なコミュニケーションがとれる。
3. 他分野にわたる幅広い情報収集ができる。
4. 課題解決策を検討する中で、地域医療・健康づくり事業における各医療職の役割が説明できる。
5. 自己学習を身につけるためにポートフォリオを記録し、省察できる。

令和 2 年度テーマ　「矢巾町における脳卒中対策について」

岩手県の脳卒中死亡率（年齢調整死亡率）は平成 22 年に男女とも全国ワースト 1 となり、県をあげた脳卒中予防の取り組みにより脳卒中死亡者数は減少しているものの、平成 27 年統計で男性がワースト 3 、女性がワースト 1 と依然として全国に比べ死亡率が高い。
矢巾町においては、脳卒中での死亡が全死亡者数の第 3 位を占め、全国に比べても高くなっている。脳卒中は多くの場合、継続した治療が必要となる状態になる恐れが高く、「寝たきり」の最も多い要因となっている。脳卒中の予防や早期発見・早期治療、発症後のリハビリなどを総合的に取り組むことが重要である。
本科目では、以上矢巾町からの課題提示をうけ、脳卒中対策について矢巾町施策等を把握のうえ、解決方策提言にむけて課題解決演習を行う。

全日程＜2 フィールドワーク含む＞

第 1 回 第 2 回	概要講義 グループワーク	8/12（水）　13：15-16：30　於）矢巾キャンパス
第 3 回 第 4 回	施設訪問（1） 振り返り	矢巾町　「縁ジョイ」活動　参画演習（及び事前事後学習） 9/12（土）南煙山　9 時半-11 時、　9/26（土）西徳田 2 区　10-12 時 10/11（日）広宮沢 2 区　10-12 時、　10/25（日）高田交友会　10-12 時
第 5 回 第 6 回	施設訪問（2） 振り返り	南昌病院・ケアセンター南昌　見学演習（及び事前事後学習） 9/19（土）　9 時-11 時、　10/10（土）　9 時-11 時
第 7 回	まとめ検討 グループワーク	12/18（金）　17 時-18 時半、12/26（土）　9 時半-11 時 於）矢巾キャンパス
第 8 回	提言発表	2/1（月）　17：00-18：30　於）矢巾キャンパス

指導教員・参加学生・ご協力いただいた皆様

科目責任者：全学教育推進機構長　　佐藤　洋一

担当教員：（医学部）

内科学講座脳神経内科・老年科分野　　前田 哲也 教授

脳神経外科学講座　小笠原 邦昭 教授

救急･災害･総合医学講座総合診療医学分野　　下沖 収 教授、髙橋 智弘 講師

岩手県高度救命救急センター　大間々 真一 講師

リハビリテーション医学科　西村 行秀 教授

（歯学部）

口腔医学講座 予防歯科学分野　　岸 光男 教授

補綴･ｲﾝﾌﾟﾗﾝﾄ学講座摂食嚥下･口腔ﾘﾊﾋﾞﾘﾃｰｼｮﾝ学分野　　小林 琢也 教授

法科学講座 法歯学・災害口腔医学分野　　熊谷 章子 准教授

（薬学部）

臨床薬学講座地域医療薬学分野　高橋 寛 教授、松浦 誠 特任教授

参加学生：26 名

医学部１年　　19 名

歯学部１年　２名、２年　１名

薬学部４年　２名

看護学部１年　２名

ご協力いただいた皆様

矢巾町長　　高橋 昌造 様

矢巾町健康長寿課長　　村松 徹 様

矢巾町健康長寿課健康づくり係長　　藤井 実加子 様

矢巾町健康長寿課予防担当係長　　小原 朋子 様、他 健康長寿課職員の皆様

矢巾町各地区　エン(縁)ジョイ御参加の皆様

南昌病院　院長　木村　宗孝　様、事務局長　鈴木　吉文　様、他 スタッフの皆様

ケアセンター南昌　　地域連携相談室　室長　滝村　光一　様、他 スタッフの皆様

矢巾町への提言

及川友子
神代彩伽
菅原諒
李澤理恵
渡邉茉那

提言1

運動が苦手な人も含めて、
多くの人が集まって活動できるようにする

→その人自身の生きがいに繋がる！

提言2

食事会を開いて、
減塩のレシピを広げる

岩手県では減塩リーダー養成講習会を開いている！

提言3

醤油につ

「いわて減塩・適塩の日」を
広めていくことも大事！！！

岩手県では

独自の醤油がある！

提言4・5

・減塩ラーメンを作る
→外食時でも塩分やカロリーが確認できる
　メニューを提供する飲食店も増えている！
・インスタントラーメンのパッケージに
　工夫をする

提言を作成するにあたって…

ご協力ありがとうございました。

地域医療課題解決演習

～脳卒中の予防と復帰について～

和田祐典、畑山莉輝、菅原百代、周大智

はじめに

岩手県全体の状況

脳卒中死亡率は全国ワーストクラス

平成27年度
男性：ワースト3位
女性：ワースト1位

研修先

南煙山転作研修センター、広宮沢玉生会館
ほか

ケアセンター南昌

南昌病院

発症予防について

体を動かす

集まる

周知徹底

身体を動かす

例）

- 登山　→　運動習慣
- 料理　→　運動、認知症対策

身体を動かす

趣味を持つ

↓

仕事、生活にやりがい

集まる

みんなで集まる場を設ける

予防の為にできる事について学習する

互いに予防を促す

集まる

集まる
↓
顔を見る
↓
楽しみ、喜び
↓
情報収集や講演会
↓
個人、全体の意識を高める

周知徹底

メディアを用いた広報活動

大学の関わり

地理的な状況

地域特有の情報発信

復帰支援について

原因の究明、伝達、改善

QOLの向上

環境整備

原因の究明、伝達、改善

どこを治せば良いか分からない人もいるかも・・・

↓

原因をしっかりと伝える

↓

危機意識を持つことに繋がる

QOLの向上

例）

噛むこと　→　好きな物が食べられる
十分な栄養の摂取

↑

口腔ケア

QOLの向上

趣味を持つ

集まれる場所を作る

↕

発症予防にも繋がる

環境整備

生活が困難になった　→生活に近いリハビリ

介護の相談ができる場所が必要

↑

アクセスしやすい事が重要
気軽に相談できる窓口

環境整備

気軽に相談できる窓口

↑

地域の人と専門家との距離を縮める

↑

状況の把握も容易になる

復帰支援について

危険因子の指摘

運動への参加の呼びかけ
コミュニティの形成が重要では無いか・・・？
食事の指導

など

復帰支援について

グループ3（小山、下権谷、湯川、和田）

【目次】

- 見学で気づいた点・疑問に思った点
- 多様な観点からの感想
- 脳卒中対策へ応用すべき点・強化すべき点

①見学で気づいた点、疑問に思った点

・南昌病院内で段差がきつい場所が多かった。
・ADL（日常生活動作）のリハビリを行うための部屋があった。
・他のケアセンターとは連携をとっているのか、またどういった連携の取り方をしているのか
・保育園と介護施設を病院内に併設することで子供と高齢者の交流機会を増やしている。
・ケアセンターの個室が大部屋風にして低コストに抑えているため、利用者に優しい
・ケアセンター
・お年寄りはストレスを少なく、睡眠を十分にとることが必要であると伺った。

2021/2/1

②多様な観点からの感想

・外でのリハビリを念頭に置いた病院の構造が良いと思った。
Ex.）池の周囲をあえて舗装せず砂利道、どこからでも外に出れる構造
・ケアセンター内に保育園（託児所）を設けることで、女性職員が安心して勤務できる環境が整っていてとても良いと思った。
・子供と老人が交流する機会を多く持つというのは双方にとって有益であると思う。
・ケアセンターでは買い物への同行もすることに驚いた。

2021/2/1

③脳卒中対策への応用すべき点、強化すべき点

・後遺症が残ったとしても、体を動かすことが重要（地域内での運動、買い物など）
・ケアセンターでも実施しているような手芸・工芸、料理、娯楽（カラオケ、麻雀）
→ストレスを減らし、生きがいや楽しみを見出すことのできる生活

2021/2/1

脳卒中予防に関する提言

高橋一華　藤原流偉　古谷周一　本明慎之介

▶高齢者の方々への予防

- 脳卒中に対する適切
- 運動、禁煙、交流
- 高血圧治療
- 減塩

▶幅広い世代への予防

- 脳卒中の周知
- 健康な生活を推奨
- アピールに有名人を起用

▶減塩対策

- 減塩に対する知識・方法の周知
- 減塩するメリットを作成

▶知識・方法の周知

減塩した食べ物は美味しくない・・・
減塩の方法がよくわからない・・・

▶知識・方法の周知

「減塩せんべい」の配布

- だしを用いた味付けにより減塩
- カリウムを含ませることで塩分の排出を促進
- 具体的な方法や減塩レシピの配布

▶知識・方法の周知

塩分含有量の表を作る

- よく食べる食品の塩分量の掲示
  →キッチンの壁や冷蔵庫に貼れるサイズのグッズの作成

▶知識・方法の周知

塩分含有量の表を作る

食品		塩分
しょうゆ	小さじ1杯	1g
味噌	大さじ1杯	1g
ソース	大さじ1杯	1g
ドレッシング	大さじ2杯	1g
梅干し	1個	2g
漬け物	30g	2g前後
バター	大さじ1杯	0.3g
うどん	1玉	0.2g
食パン	1枚	0.5～0.8g
クロワッサン	1個	1g
そうめん、冷や麦	1束	1.8g
コーンフレーク	1カップ	0.4g
塩鮭	1切れ	3.6g

食品		塩分
ざるそば	1食	2～4g
ラーメン	1杯	3～5g
スパゲティ	1皿	約3g
カレーライス	1皿	約3g
にぎりずし	1人前	3～4g
焼き魚		1～2g
コーンポタージュ	1人分	3g
ギョウザ	1個	0.2g
シュウマイ	1個	0.2g
野菜炒め		2～3g
ロースハム	1枚	0.5g
せんべい	1枚	0.2g
ポテトチップス	5枚	0.2g

▶知識・方法の周知

小学生の授業や宿題に取り入れる

- 食事内容を調査し、含まれる栄養や塩分量を調べる

→家族を巻き込んだ意識向上

▶知識・方法の周知

塩彩ライフの認知度アップ

- 料理イベントを開催

→減塩食レシピの紹介、実践

ナト・カリ商品の体験

▶メリットを作成

減塩ポイントの作成

・スーパーの減塩商品を買った場合にポイントを付加する

→分かりやすく実用的なメリット

▶メリットを作成

減塩に成功した人を表彰する

・減塩を続けられている人などを表彰

→頑張りを認めてもらうことでモチベーションの維持

ご清聴ありがとうございました

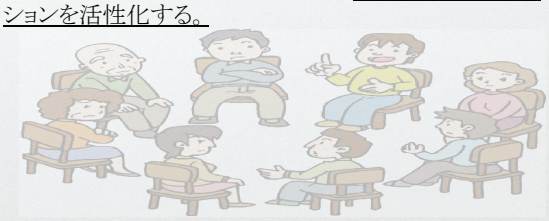
矢巾町における健康づくりプログラムの提案

郷土料理で世代間の交流をしよう！

目的

減塩、減塩と言っているが、実際にどのくらいが減塩だというイメージがわからないのでは？

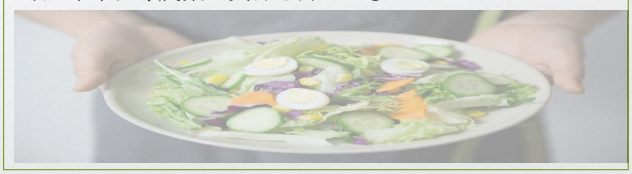
みんなが親しみのある郷土料理を作りながら、減塩を学んだり、世代間で交流を行ったりして、地域のコミュニケーションを活性化する。



具体的には…？

✨若者の食べ物も高齢者に伝える✨

インスタ映えする郷土料理を若者と一緒に考える。
矢巾町の特産の野菜などを材料に取り入れる。
みんなで畑作りから共同作業するのもよい。
（運動にもなる）
草取りもしないといけない。
若い世代が、農業に興味を持つかも⁉



メリット

減塩を知ることで、高血圧の予防になり、脳卒中予防につながる。

世代間の交流をすることで、社会との繋がりが生まれる。

農作業をすることで、運動不足解消になる。

若い世代は、野菜に興味を持ち、野菜摂取が増えるかも。

まとめ

矢巾町の高齢者と医大の学生を対象とする。

料理ができる会場で、郷土料理を一緒に作る。
メニューを考える際に、減塩や高タンパクなど栄養素に関する内容を考える。
料理を一緒に作る。その際に、矢巾町の野菜を使う。

料理を作る時に、こんな風にすると美味しくなるんだよとか
矢巾町の野菜の出来具合なども会話の一部になる。

高齢者は、学生に教えることで、まだ社会から必要とされているなと感じ、学生はその知識を活かして、自炊や野菜の摂取量が進む。

農作業

- **農作業に伴い、鍬や農作業の道具の使い方をお教えてもらう。**
- **昔は、こうやっていたという話を引き出すためには、これが必要**

＜最終レポート＞外部演習のまとめ（気づき・感想）および個人としての提言

医学部１年

1. 矢巾町の「エンジョイ　町民の皆さんへのインタビュー」の感想

お話を伺った矢巾町の皆さんはとても元気で、笑顔がとても多いという印象を受けた。また、コミュニケーションが自然かつ積極的にとられており、対人関係の重要性を改めて認識する機会となった。身体を動かす機会を定期的に設けることで、そういった人間関係の構築とともに身体的健康の維持に直結するこの活動を今後もっと増やしていくことが出来るといいのかなと感じた。

2. 南昌病院・ケアセンター南昌見学の感想

南昌病院の周囲にある池のまわりがあえて舗装されていない理由が、病院内の患者さんがリハビリとしても活用できるようにとの考慮であることを初めて知って、考えつくされた構造に驚いた。南昌ケアセンターでは、施設内に託児所を設けて女性職員も安心して働ける環境をつくったり、施設の利用者と託児所の子供の交流機会を設けたりするなど、施設の利用者以外にも配慮が行き届いた施設であることを教えていただき、利用者や勤務者の家族も安心できるだろうと考えた。

3. 脳卒中予防、予後をテーマとした矢巾町への提言・施設案

矢巾町の方のお話の中に、食べたいものを食べることが１番、というものがあった。また、同棲する家族と好みの味付けが異なるために、ご自分で料理される方も複数名いらっしゃったので、町内で料理教室のようなものを開いて、さらにそこで減塩指導をしていくのも１つの案ではないかと考えた。

医学部１年

１．矢巾町の「エンジョイ　町民の皆さんへのインタビューの感想、気づき」

思ったより町民の皆さんの健康意識が高かったです。医学生の私よりも気をつけていらっしゃるなと感じました。減塩のために味付けを甘くするというのは私には考えつかなかったです。また実際に病気になった町民の方々に話を聞けるというのは医学生として良い体験となりました。

２．南昌病院・ケアセンター南昌を見学させていただいての感想、気づき

本格的な病院見学が初めてだったので、病院の雰囲気を初めて知りました。様々な機械音がいっぱい鳴っていて、話し声は少なく怖いところだなという印象をうけました。寝たきりの患者さんが多くいらっしゃって、私はその光景をみるのも初めてだったのでそのように怖いという印象を受けたのかもしれません。南昌病院は介護と医療がつながっていて良いシステムだなと思いました。ケアセンター南昌は中に保育園と診療所が入っていたというのがすごく驚きでした。幼老交流は私たち大学生と高齢者の交流とはまた違った良さがあるのでもっと推進すべきだと思います。私たちだったら認知症の方との接し方が難しいと思うときもあるかもしれませんが、小さい子供だったらそのようなこともないと思います。なぜなら小さい頃は障害を持った子と何も考えずに接することができたのに、今では「こういうことに気をつけなければ」と考えて接しているからです。

３．脳卒中予防、予後等をテーマの矢巾町への提言・施策案

減塩を実感してもらうということと、地域のコミュニケーションを活性化するということを目的に料理教室を開くことを提言します。

医学部１年

1　矢巾町の「エンジョイ　町民の皆さんへのインタビューの感想、気付き」

岩手県民の特徴としては、食塩の摂取量が多く高血圧の人が多いこと、歩数が少ないこと、BMI が高いこと、男性の喫煙者が多いことが挙げられる。矢巾町の脳卒中による死亡率は、全国の値と比べても男女ともに高い。

脳卒中の患者さんが減ることで、健康寿命の伸びや QOL の増加、医療費の減少といった影響がでる。

矢巾町の取り組みは、以下。

・健康相談、血圧測定、栄養講習会　　・縁ジョイやはば、通いの場体操くらぶ、（地区公民館を中心に）

・特定検診・特定保健指導　　・高血圧、高血糖の人を中心にメールなどで受診を促す→66%程度の人が受診

・発症後も住みやすい街にすること　・重症化予防の重要性を周知させる

＜縁ジョイやはばで 2 人に話を聞いた結果＞

2 人　脳卒中の心配をしたことがないが、しょっぱいものを摂り過ぎるのは良くないという認識はある。
病気にかかることは不安か？という質問に対して「タバコをやめた。酒も心配になってやめた。」

A さん　しょっぱいものを控えていない。小さい頃からのことでなかなかぬけない。ただ、減塩醤油をやめ薄口にした。
病気にならないように特別気をつけていることはない。

B さん　しょっぱいものを控えている。家族にも勧めている。家族も気にしているようである。
●歳まで会社。コミュニケーションを取れていたのが自身にも良かったと考えている。
当時睡眠障害があり病院を受診、担当医師に 3 時間寝れば大丈夫と言われ、安心して眠れるように。医師の言葉はとても大きいものだった。軽い心筋梗塞を起こしたことがある。

やはばの情報

胃がんや大腸がんの検査ができる。公民館周辺の住民は参加している。

AM6～10 時あたりに、バスが 6 台ほど来て、レントゲンや心電図をとってくれる。

ここは健受率一位

町の運動の大会にも参加

2　南昌病院、ケアセンター南昌を見学させていただいての感想

＜ケアセンター南昌＞

地域に密着した病院だという印象を受けた。

リハビリセンターやこども園などが複合した施設というだけあって、窓口から施設の相談などもできてとても良いと思った。施設の中だけにとどまらず、矢巾町の地域全体の施設についても相談できるのも良い点だと思う。

＜南昌病院＞

山の傾斜に沿って建てられているので、2F や 3F からでも外に出ることができ、それがリハビリテーションをより楽にしている。リハビリテーションの部屋には、普段の生活に戻れるように、部屋の中を再現したスペースがあって、良いと思った。

3　脳卒中予防、予後等をテーマの矢巾町への提言・施策案

岩手県では、減塩対策醤油の「いわて健民」を売り出すなど、「減塩」というワードを意識している印象がある。この時同時に、普通の醤油に関する知識も広めていったほうが良いと考える。縁ジョイやはばを訪れた際には、減塩対策として濃口醤油から薄口醤油に変えたという方がいた。しかし、実際は出来上がりの薄口醤油の塩分濃度が約 18%程度になるのに対して、濃口醤油の塩分濃度は約 16%と、薄口醤油のほうが塩分濃度は高い。この事実は広くは知られていない。

医学部１年

１．矢巾町の「エンジョイ　インタビューの感想、気づき」は参加していないため省略

２．南昌病院・ｹｱｾﾝﾀｰ南昌を見学させていただいての感想、気づき

南昌病院を見学させていただく前は、病院と言えば大学病院のようなイメージしか持つことができませんでした。そのため今回、南昌病院のようなリハビリに力を入れている病院を見学することができて非常に学ぶことが多くありました。具体的に以下に述べたいと思います。一点目にリハビリを行う場所が非常に広くとられていて同一の場所に診察室もあるということです。このメリットとしてリハビリをおこなった後にその流れで診察を行うことができることやリハビリの際に患者さんの体調が急変した際にすぐに駆けつけられることができることが考えられました。2 点目にただ身体の機能を取り戻すという目的のリハビリ

を行うのではなく、退院後の日常生活で困らないようにすることが大切だということです。確かに身体の機能を取り戻しても日常生活に復帰できなければ意味がありません。このようなリハビリを行うために家の中を再現した場所がありました。3 点目に屋外を利用してリハビリを行うことです。病院は山の斜面を利用して建築されているため階段が少ないつくりになっています。そのためどこの入り口からも階段なしで病院への出入りが可能となるのです。以上 3 点が南昌病院を見学させていただき気づいた点となります。

次にケアセンター南昌を見学させていただき感じた点です。この施設には高齢者から子供まで幅広い年齢層の人々がいます。例えば、2 階にはこずかたこども園と言った保育所が存在します。今回の訪問ではコロナウイルスの影響により高齢者の方と子供たちが関わっている様子は見れませんでした。高齢者と子供たちが関わることはどちらの立場からしてもメリットがあるので非常に良いことだと感じました。

３．脳卒中予防、予後等をテーマの矢巾町への提言・施策案

まずは脳卒中どれ程恐ろしいか、また誰でも罹りうる病気なんだということを知ってもらうことが大切だと考えます。これはスーパーなどの多くの人の目につくような場所に簡単な予防法などポスターを貼ってもらうという方法が考えられます。

脳卒中は高血圧などの生活習慣が大いに関係してくる病気となっています。そのため、生活習慣をただすということが予防の第一優先になってくると考えます。一つの例としては高齢者同士で定期的に集まり周りの環境を知るということです。定期的なイベントを開催することで高齢者同士で意識を高めあっていくことが大切になってくると考えます。別の方法としては減塩のメリットをアピールするために減塩せんべい(カリウムをせんべいに入れ込むなど)を配布するということが考えられます。どのようにしたら健康に過ごせるかを高齢者の目がつく場所にたくさん配置していくことが大切になってくると考えます。

医学部１年

１．縁ジョイでのインタビュー

・公民館での定期的な集まりが楽しみ。

・体操・ストレッチや交流会などイベントがたくさん開催されて楽しめる。健康診断、各種検診なども企画してくれることもあり、助かっている。

・「父が脳卒中で倒れ、健康に気を使うようになった。暇なときは散歩や庭いじりなど体を動かすようにしている。

・夫が脳卒中になったあとは後遺症による麻痺が出た。日常生活で移動の介助が必要になり、少し大変だった。

・食事は野菜を積極的に取るようにしている。塩分を摂りすぎないよう気をつけている。

…公民館での集まりやイベントを楽しいと感じている人が多かった。

２．ケアセンター南昌・南昌病院訪問

・ケアセンター南昌には、介護福祉施設、保育施設、通所リハビリ施設、訪問介護サービスなどの多くの機能が充実しており、医療、保険、福祉、保育を包括的に支えるトータルケアサービス施設である。

・よって、同世代との交流だけでなく、幼老交流、世代間交流をすることができる。

…介護福祉施設による利用者本人へのケアだけでなく、支援センター、ケアプランセンターによる利用者の家族へのケアも同時に行うことが可能で、地域医療に適した施設だと感じた。

…この施設に行くことで、訪問診療、訪問介護、訪問リハビリ、訪問看護など様々なサービスについて相談できる。それぞれの施設も連携が取りやすく利用者の方々が本当に必要としている医療・福祉サービスを提供していると考えられる。

・南昌病院は岩手県に「盛岡南部地域リハビリテーション広域支援センター」として指定されている。

・回復期のリハビリ病棟が中心で 365 日リハビリテーション医療を提供している。

・回復期リハビリテーションが必要でない患者さんの入院も可能。

・通常のリハビリ施設だけでなく、ADL 訓練室や木工室など患者さんの病状にあった多様なリハビリを選択することが可能。

・リハビリ室の近くには医師が居るため安心。
…脳卒中認定理学療法士が多数いることで安心して脳卒中後のリハビリに専念することができると感じた。
…臨床心理士による心のケアも病気直後の不安な状況では重要なのだと感じた。

３．矢巾町への提言

＜脳卒中予防＞

・独居の高齢者に対して脳卒中の要因、簡単な予防法、初期症状と対処法を呼びかけるポスターを家に貼ってもらう。
・定期的に高齢者どうしが交流できるイベントを開催し、交流を続けてもらう。健康状態の確認や運動の機会を提供する。
・高血圧の治療を行う。家族がいる場合は協力を求め、食生活、喫煙、飲酒の改善に努めてもらう。独居の場合は市の職員さんに訪問してもらい、食生活や生活情報をインタビューし、アドバイスすることで改善を図る。必要な場合は病院を紹介する。
・若くても食生活や生活習慣によって脳卒中になりうるということを広める。大学の掲示板やコンビニなど若い人がよく行く場所に注意喚起のポスターを貼る。

＜減塩への取り組み＞

・カップ麺やお店のラーメンのスープには塩分が多く含まれているが、つい飲みすぎてしまう人が多い。飲みすぎ防止線のついた器を作る。
・日頃よく食べる食品の食塩含有量をまとめた表を作成し配布する。マグネットなどにして冷蔵庫に貼れるようにしたり、油や水に強い素材を用いたりしてキッチン付近に貼れるようにする。日頃の塩分摂取量への意識が高まると思われる。
・カリウムは塩分の排出を促進するため、塩分摂取量減量だけでなくカリウム摂取量増量も呼びかける。カリウムを多く含む食品を、塩分を多く含む食品と一緒に売り出したり、塩分量が少なく、カリウムの含有量が多いレシピを公開したりする。
・減塩のメリットを他にも示す。高血圧・動脈硬化・脳卒中・心臓病予防など長期的な効果だけでなく、むくみ減少、ダイエット（塩分摂り過ぎは過食の原因）、夜間頻尿の改善など比較的すぐに効果が見られるものをアピールする。

医学部１年

町民の方々は、私たちをやさしく迎えてくださり、また私たちの質問に丁寧に答えてくださり、疑問に思っていたことを解決することができた。ただ質問に答えるだけではなく、そのように考える背景やその考えに至るまでの過程を詳しく話していただき、共感しやすかった。そして、共感することで、さらに疑問に思うことも質問でき、すごく深い交流を行うことができた。

私が話を伺うことができた方々は、生活環境がかなり異なっており、そこで比較することができた。具体的には、一人の方は仕事以外であまり運動を行わない方、もう御一方は日常的に体を動かす方だった。一人目の方はかなり塩分を摂取しており、お二人目は意識的に塩分を減らすようにしていた。このような違いは、体調にも影響してきており、お一人目の方は糖尿病を患っていた。しかしながら、どちらの方も、どのくらい塩分を少なくするべきなのか、自分の病がどのようにさらに危険な病（例えば脳卒中など）に繋がりうるのか、正しく知りたいという強い意志があった。これらのことから、気軽に参加できる（敷居の高くない）講座を定期的に開くことが求められていると気づき、これらを実施するべきだと強く思った。講座を開くことで人が集まり、それによって互いに励ましあい、モチベーションを維持するという利点もあると考えた。

医学部１年

１．矢巾町の「エンジョイ　町民の皆さんへのインタビュー」では、町民の皆さんとただ脳卒中への対策についてお話を聞くだけでなく体操や卓球などを一緒に行うことで多くのコミュニケーションをとることができ充実した時間を過ごすことが出来た。まず、インタビューについては３人の方からお話を聞くことが出来た。その際に最も印象に残ったのが一度倒れたことがあるが周囲の目が気にな

って救急車が呼べないということだった。本当は呼ぶべきだろうが夜中であったり昼間でも近所の人に迷惑になるからできればサイレンは消してほしいと感じていることに驚きを感じると共にこれは早急に対策をしなければならないと感じた。食生活に関しては主治医と相談して塩分を控えめにしているという意見が多かった。また、卓球を通してこのように皆で集まってコミュニケーションをとり、たくさん笑うことが社会の中で孤独感を感じず、脳卒中だけでなく多くの病への効果的な対策になっているのではないかと感じた。

2．ケアセンター南昌の見学では、各階に様々な施設があり、かつ多くの工夫がされていることがとても印象的だった。特に印象に残ったのがグループホームの施設である。とても家庭的な雰囲気のある生活スタイルがあり、そのような工夫があるからこそ利用者の方が自身にあったペースで生活が出来るのと共にその暮らしの中に他者との交流の楽しさや生きがいなどを見つけられるのだと感じた。施設全体の見学を通して今まで知識としてあった医療・福祉・保険の地域に密着した連携の形をより鮮明に学ぶことが出来た。ま　た、そこに保育が加わっていることに発想の面白さを感じた。
南昌病院の見学では、リハビリテーションを中心とした医療の形態を学ぶことができ　た。特に印象に残ったのが 2 つある。1 つ目は屋外でのリハビリテーションである。私の中のリハビリは屋内で機材などを用いて行うイメージがあったためとても驚いた。2 つ目は医師の部屋がリハビリ施設に隣接していることである。治療後の患者さんのケアの状況をすぐ確認できるなどチーム医療の形が見て取れた。

3．エンジョイのインタビューを通して、脳卒中に対する高齢者の意識は高いように感じられた。食事の塩分量なども主治医と相談しているなど地域との連携もうまくいっているように思う。しかし、救急車を呼ぶことへの意識の低さは早く改善すべきだと考える。ポスターなどでの呼びかけも大切だが町民の集まりの際に直接呼びかけ救急車を呼ぶことの大切さを共通認識として持ってもらうことが大切だと思う。また、運動は普段からしないという意見も多かったため、家でも公民館で行うような体操とウオーキングを行うことの呼びかけも対策になると思う。

医学部１年

1．岩手県の脳卒中による死亡率の高さの背景には、塩分摂取量の高さが挙げられる。東北地方は漬物などのしょっぱい食べ物を頻繁に取る傾向がある。最近では減塩の醤油や味噌がスーパーなどで販売され、CM でも流れている。しかし町民の方にインタビューしていく中で、塩分を取る機会が多いと自覚しているものの減塩の醤油や味噌などの存在を認知していないことがわかった。岩手県では減塩に対して様々な対策を取っている。例えば、地元の会社と大学などが連携し「いわて健民」という醤油を作ったり、減塩リーダー養成講習、外食栄養成分表示登録店の店舗拡大を行ったり、「いわて減塩・適塩の日」を制定したりしている。しかし未だ地域全体に広がっているのが実情なのである。岩手県のローカル番組やラジオ、新聞で定期的に高齢者に対して宣伝していくべきだ。若者達の間ではスマートフォンが普及しており、いつでもどこでも情報が手に入る時代であるが、高齢者の情報を入手する経路としてはテレビやラジオ、新聞しかないのである。脳卒中による死亡率のほとんどは高齢者であるため高齢者にまで伝わるような宣伝が必要だと考える。
2．南昌センターは元々矢巾の中で転座していた施設を一カ所に集約させたことで、看護師やリハビリスタッフが情報共有しやすくなった施設である。ここには保育所や診療所、リハビリテーション、介護施設が一体化している。特に印象に残ったのは保育所である。初めは看護師やリハビリスタッフに急に仕事が入っても仕事に集中しやすい環境を整えるためであったが、それを地域のために活かしたいと地域の子供達も入園している。これにより高齢者が小さい子供達とふれあえる機会が多くなり、高齢者の生きがいに繋がる。また南昌ケアセンターにはまるで住居のような介護の空間がある。認知症の方は家での介護であれば「危ないから料理をするな」、外に行こうとすれば「危ないから出るな」とやりたいことを制御しなければならない。また介護施設に入れば、閉鎖的な空間だと感じてしまう。南昌ケアセンターは介護施設でありながら、施設の方の付き添いがあれば、一緒に外へ買い物に行ったり、料理を作ったりと自分のしたいことをできるだけサポートしてくれる環境が整っているのである。南昌病院で特に印象に残っていることはリハビリルームに ADL 訓練室があることだ。この訓練室の中は家に

近い環境になっていて、段差や畳、シャワー室など、家に帰宅した際に危険な箇所となり得る場が整備されている。また実際にその人の家でリハビリスタッフとともにリハビリを行うことで退所したあともその人らしい生活にスムーズに戻れるように工夫されている。

3. 脳卒中の原因の 1 つとしてストレス・鬱がある。岩手県は冬になると気軽に外へ出かけられなくなり、雪などで天気の良くない日が続く。人は日光を見たり、浴びたりしないと気分が上がらない。そのため家の中でもできる趣味を個人で見つけることがストレス・鬱対策になる。インタビューの中で町民の皆さんからバレーボールや卓球をやっているという話を伺ったが、それも 1 つのストレス対策になると考える。運動を通して町民それぞれが孤独を感じることなく、町民間でのコミュニケーションが増え地域全体が活性化する。それによりその人自身の生きがいに繋がったり、その人の趣味が見つかったりと良いことがたくさんある。また岩手県は面積が広いために車での移動が必要不可欠である。そのため運動をする機会が少なくなるが、運動することを地域で推進することで運動不足解消にも繋がる。しかし未だに一部の方達にしか卓球クラブの存在が認知されていないため、町内の回覧板や新聞などで卓球クラブの存在などをよりアピールしなければいけないと考える。またインタビュー時は公民会で行っていたが、小学校などで行うことで普段ふれあうことのない子供達と仲良くなったり、一緒に活動することで若い子達から生きるパワーをもらったりできると考える。

医学部 1 年

1　私は矢巾町公民館で、町民の皆さんへのインタビューや、皆さんが行っているレクリエーションや体操に参加させていただきました。インタビューではご夫婦で公民館での活動に参加されているお二人に、減塩についての取り組みや、自宅での工夫など、様々なお話を聞くことができました。まず、減塩については、奥様が食会協に所属して減塩運動に取り組んでいるとおっしゃっていました。これは 1 日の塩分摂取量を計算して、それを 7 グラム以下に抑えようという取り組みです。これがなかなかに難しくて、この間は 9.7 グラムもとってしまっていたわ、と反省されているのを聞き、減塩についての意識を持っている人が町民の皆さんの中にいるということに気付きました。そしてその心がけに刺激を受けました。脳卒中にかかりやすくなる中高年の方々だけが気にすればいいのではなく、習慣を定着させるためにも、自分くらいの年齢から減塩を心がけるべきであると感じました。また、旦那様は糖尿病の治療中で、足が悪いため、家には手すりなどの摑まるところをなるべく多くする、などの住宅の工夫をしていると聞きました。地域医療において、最近では自宅での治療を望む人も増加していることから、このような住まいの工夫は必要不可欠であると感じました。レクリエーションに参加し、私が足を引っ張ってしまったのではないかと思うほどの町民の皆さんの熟練ぶりや、元気に圧倒されました。

2　南昌病院の見学では、患者さんの日常生活の障害をなるべく小さくするためのリハビリに力を入れていると感じました。病院は斜面の途中にあり、どの階からでも外に出ることができます。また、池や大きな木など、散歩など外に出たくなるような作りになっていて、患者さんが外に出て歩く練習をしたりするのに最適であると感じました。

ケアセンター南昌の見学では、世代間での交流が一つの施設内でできてしまうこの構造に驚きました。保育所とデイサービスセンター、グループホームなどが同じ建物の中にあるという施設を見学したのも、幼老交流という言葉を聞いたのも初めてでしたが、保育所の園児と、高齢者施設の利用者さんがふれあうことができるという取り組みには、とても意義があるなと感じました。

3．二回の施設見学を通じて、ここで町民でもない私が提言をさせていただくのは少し申し訳ないくらい、矢巾町では地域医療に対する設備や取り組みが充実しているということに気づかされました。あげるとすれば、これらの減塩運動などの取り組みを、学生などの年齢層にも広めていく活動をすることです。そうすれば、もっと早くから脳卒中予防を行えることにつながるのではないかと考えました。特に大学生は食生活が乱れがちなので、減塩料理の教室などがあれば、そこで地域の方々と触れ合う機会にもなるのかもしれないなと思います。

医学部１年

１．　エンジョイに参加してみて最初に思ったのは、高齢者の方々は自分が思っている以上に動けるのだということだった。一緒に輪投げをやらせていただいたが、みんなとてもよく動けていて驚いた。インタビューを通して、食事や運動などに気を付けていること、たばこやお酒には手を付けないまたは減らそうと努力していること、複数人で生活しているといったことを知ることができ、安心するとともに実際に輪投げで体を動かしていた姿にも納得できた。ご飯を自分で作るようにしていたり、毎日魚と肉を交互に食べていたりとそれぞれ工夫もしているようですごいと思った。一方で、好きなものを食べるのがいい、塩がないとおいしくない、といった言葉もいただき考えさせられた。若いころは全然思いもしなかったが、年を取り、動き一つ一つが遅くなっていき時間の進みが早くなるという感覚を知ったという話もいただき、私も自分の健康に気を配り日ごろから体を動かすよう心がけようと思った。

２．　南昌病院への訪問において最も印象的だったのは、山の近くにあることをうまく利用していたことだ。山は散歩コースとしてリハビリに使え、気分転換などストレスの軽減にも大きく役立つと思う。山から直接病棟の２階３階に入れるということにも驚いた。とてもよい新館だと思う。ケアセンター南昌についてもその設計に感心せざるを得なかった。駅のすぐそばにあるという立地がまずとても良いと思うし、老健施設やデイケアセンターなどと一緒に保育園もあり、幼老交流を可能にしているのも素晴らしいと思う。他の病院や施設でも見たが、利用者さんが誤って外に出ることがないようエレベーターのボタンカバーなどの工夫が凝らされているのも印象的だった。デイケアセンターでは、カラオケや麻雀などができるのには少し驚いたが、利用者さんごとの活動があるというのがとても良かった。もし今後必要になる時が来るのならばぜひ私も利用したいと思える良い施設だった。

３．提言・施策案

私は高齢者同士の交流をさらに増やし、自身の健康増進に関してがんばった人を表彰する機会を設けることを提案する。私は、施設訪問やインタビューを通して、他者との交流の大切さを強く感じた。特にエンジョイにおいては、多くの方が自身の健康に気を配った生活を送っていることを確認できたので、今後もそれを続けさらに健康に良い生活へとレベルアップしていくことが良いと思った。そのためには、やはり一緒に頑張る仲間や自分の頑張りを認めてもらえる機会が必要である。そこで、そのような場を設ける、既にあるのであれば広める、頻度を増やすことが健康増進、脳卒中予防につながると考えた。できるだけ多くの方に、特に独居の高齢者の方には参加してもらえるようにしたい。私の考える形は、必要なものは場所と集まってくれる人々（指導してくれる人）のみで、できるだけお金はかけず、参加も活動内容も基本的に自由を前提とし、やる気のある方々が積極的に参加することで成立させるというものである。活動例としては脳卒中などに関する知識を得る、おしゃべりをする、実際にその場で体を動かす、料理をつくってみるなど。そして一週間単位でも一か月単位でも良いが、その場にいるみんなで、一人一人の努力とその結果を知り認め合える時間を作る。努力というのは、その場での活動でも、家での行動などを含めたすべてでも良い。とにかくこの時間がとても大切で、これだけは活動内容からは外さないでほしいと考える。

医学部１年

１．私は、１ 人のおばあちゃんに声をかけましたが、そのおばあちゃんの体の不調や悩みを聞くことに夢中になってしまい，ほとんどインタビューをすることができませんでした。おばあちゃんは、毎日牛乳を飲んでいるのにカルシウム不足であるとお医者さんに言われたと悩んでいました。まだ、知識が未熟な私にとって専門的なアドバイスをすることができず、もどかしく申し訳ない気持ちになりましたが、懸命にきくということに徹していました。殆どの時間をそのおばあちゃんと過ごしていたので、多くの方とお話しすることができませんでしたが、体操などを通じて交流することができ、矢巾町の皆さんの団結力と明るさを感じることができ、とても良い経験になりました。

２．南昌病院・ケアセンター南昌　　施設の隅々まで案内していただきました。南昌病院の方では、コロナウィルスの対策についてお聞きし，とても貴重な体験をさせていただきました。ケアセンター南昌では、病院復帰を試みる方の橋渡しの役割をしているということで、自宅復帰に向けてのリハビリの様子を見せていただきました。実際に家の中を再現した場所もあり，驚きました。確かに、高齢者の場合、寝たきりの生活からいきなりの自宅復帰となると、バリアフリーな家ではない限り、段差やお風呂に入るなど 1 人だと難しいことが多いと思います。それをできるようにサポートする施設があるということを今までしらなかったので、とても勉強になりました。屋上からの見晴らしも美しかったです。

３．【脳卒中予防について】私が考える脳卒中予防は、カリウムを多くとるということです。矢巾町民の皆さんとお話しさせていただくと、皆さんは，高血圧の原因になる塩分の取りすぎに気をつけていて、自分たちなりの工夫をなさっているように感じました。なので、塩分摂取を減らすよりも別のアプローチをするべきなのではないかと考えました。野菜や果物、イモ類、豆類、海藻類に多く含まれるカリウムは、体内の余分な塩分を排出して血圧を下げる働きがあります。「塩分を取り過ぎているから、カリウムを多く含む食材をようにしよう！」と食生活を少し変えることで、予防ができるのではないかと考えます。また，エンジョイ矢巾にように，定期的に集まる機会を設けて運動をしたり，交流したりことが重要ではないかと考えます。脳卒中予防は，一人では簡単にはできないと思います。地域の人たちで情報共有をし，みんなで減らそうと団結することが重要だと思いました。将来医師になる身としては，専門的な立場から情報を提供，拡散できるようになりたいと思いました.

医学部１年

１．町民の皆さんへのインタビュー活動

インタビュー活動で分かったのは、予想に反して町民の方は自分なりに健康になるための工夫をしているということだ。しかし、よく考えてみれば、運動系の年配者向けサークルに所属している時点でかなり健康に対する意識が高いと考えられるので、サークルに所属していない年配の方からもお話を伺ってみたいと思った。また、話を聞いている中で、自分の考えていた健康に対する取り組みがいかに現実からかけ離れているものなのか実感した。インタビューで学んだ健康活動はどれも自身の性格を把握したうえで日常生活に自然に取り入れることのできるものばかりだった。このことから、健康について何かを考えるときにはある程度その個人に寄り添う配慮が必要だということを知った。

２．南昌病院およびケアセンター南昌について

南昌病院はリハビリ施設が特に充実しているということを学んだ。この病院は、山の近くにあるということを生かし、外にもリハビリに使える施設を構え、自然豊かであることによって患者のストレス軽減にも役立っていると考えられる。この気づきから、病院にはそれぞれに、その土地の特徴などから生まれる個性を持っていることを学んだ。また、それによってどの分野に強くなるかも決まってくることもまなんだ。この経験は、将来の病院選びなどで役立つと考えられるので、大切にしていきたいと思う。

３．脳卒中予防についての提言

私は、特定の日に、スーパーで減塩商品を値引きすることを提案する。特定の日だけにすることによって減塩商品だけが買われてしまうことを避けた。また、単に減塩商品を値引きすると、特定の企業だけをひいきすることになりかねないので、矢巾町で独自に作られた減塩商品（例えば、ダシを練りこむことによって少ない量の塩味で満足できる減塩せんべいなど）に限り値引きすることにする。こうすることによってこの活動を地域の農産業の発展をも包括する形にできる可能性が生まれる。

脳卒中予防のもう一つの提案は学生を巻き込んだ減塩の呼びかけだ。具体的には、小学生（特に低学年）で減塩に関する授業を行い、それを生活や家庭科などの科目の成績に取り入れるというものだ。宿題の内容は 3 日間～一週間の三食の食事を記録し、そこに含まれる栄養素の量（特に塩分）を調べるというものだ。この取り組みは、子供だけでは難しいため、必然的に家族の協力を必要とすることになる。そうすることによって家族全体で自分たちの食生活を見直すことができると考えられる。そのため、課題にはあらかじめ一日の塩分摂取量の目安と、塩分過多と脳卒中との関係につ

いて書かれたプリントも同封しておくとよいと考える。また、年配の方にとっても、医師から塩分摂取についてあーだこーだ言われるより、孫から言われた方が抵抗なく話を聞くことができると思うので、減塩効果がより期待できる。

医学部１年

１．　9 月 12 日に南煙山転作研修センターで行った縁ジョイでは、数人の町民の方々と体操やレクで交流した。元気で気さくな方が多かった。その後に 1 人の方から脳卒中や地域医療について話を伺った。その方は 1 人で暮らしており、自分の健康などに対して不安はあるとおっしゃっていた。そのように不安がある中で縁ジョイのような活動は、多くの人と繋ががりをもてて良いと楽しそうに話していた。すぐ近くに大きな病院がないところで高齢の方が一人で暮らすとなると近所づきあいを大切にしたり、地域でのかかわり合いを大切にしたりすることは重要だとかんじた。岩手医大の学生として地域医療を考える上で、近所づきあいのような感覚で相談・診断ができる身近な医療の充実が求められているのでは無いかと思った。このような機会がないと、地域の方々と交流するということはあまりないと思うので参加して実際の声を聞くことが出来て本当に良かったと思う。

２．ケアセンター南昌を初めに見学させていただいた。思っていた以上に大きくて、中も広く充実していた。ショートステイ、認知症の方専用のデイサービスなど様々な形態の高齢者のための施設があったり、診療スペースがあったり、保育園があったりと驚くことが多くあった。特にいいなと思ったのは老人ホームと保育園が同じ建物内にあるということだ。職員の子供のためというのがきっかけだったとしても現在は地域の子供たちも入り、地域の方からしても重要な場所になっている。何よりも高齢者と小さな子供たちが交流できるというのがとても素晴らしいと思った。小さな子供との触れ合いは高齢者にとってどんな薬よりも効果があると思う。

また、南昌病院は敬愛荘という老人介護施設と並列しており、直ぐに連携が取られる状況になっていた。すぐ横に病院があって見てもらえるというのは心身に障害を持つ方にとってはとても安心できることだと思う。医療と福祉は別々のものではなく常に連携して存在するべきものだということを改めて実感した。この後にあった介護実習では敬愛荘が実習先だったため地域医療課題解決演習での経験も踏まえて実習を行うことが出来たので良かったと思う。

３．脳卒中予防・予後に関する提言

縁ジョイやケアセンター南昌見学を通して思ったのは、地域の人達が最も必要としているのは大きな病院や最新の治療などではなくて、安心して暮らすための身近な医療なのだということだ。1 人で暮らす高齢の方も多いと思うので、より一層すぐに相談し、助けてあげられる医療環境が求められるだろう。医療と福祉の連携が矢巾町の多くの施設で実現されたら、矢巾町はどのような人にとってもとても安心できる地域になると思う。医療の分野で脳卒中予防をサポートし、かかってしまっても医療と福祉の連携で予後を支え、再発防止に努めてくというのが理想だと思う。

医学部１年

１．　今回の町民の皆さんへのインタビューを通して感じたことは、自分が想像していた以上に町民の皆さんの健康に対する意識が高かったということである。実際にお話を伺った方は 60 代から 80 代までの方が大半であったが、これまでに脳卒中や心臓病などの疾患を経験した方が非常に少なく、それらの予防に関してもある程度の知識や情報を得られている方が多かった。さらに、地域の活動への参加意欲も高く、そこで行われる軽めの運動やレクリエーションについて行けなくなるような方も居なかったことから、基礎的な体力も持ち合わせていることがうかがい知れた。また、このような地域の集会への参加率が高いことも驚きであった。伺った時期はちょうど稲刈りのシーズンと被っており参加できない方も居られたものの、それでも 10 人弱の参加者があった。普段はさらに多くの方が参加するとのことで、強固なコミュニティが形成されている状況がうかがえた。

私がお話を伺った方は農業をされている男性であり、今でも現役で農作業をされている方であった。そのため自分の体

力にはある程度の自身を持っていた。その方に普段気を遣っていることを伺ったところ、食事の塩分と飲酒に関しては意識しているがそれ以外には特に気にしている事はないとの事であった。また日々の運動に関しては日々の農作業によって身体を動かせているため、特段に意識したことは無いとの事であった。さらに健康に関する知識は主にテレビとラジオによって手に入っており、定期的に放送される県や大学からの番組が情報源になっているようであった。なおこのような回答は他の町民の方からも伺うことができた。

一方で健康に対する意識は矢巾町内で大きな差がある、というお話も伺うことができた。特にその差は農家の多い地域とそうではない中心部との間で顕著である、と考えているようであった。実際、中心部に長く生活している人には自分と同じ年齢でも認知症や生活習慣病に悩まされている人が多いと感じている方もいた。

２．南昌病院・ケアセンター南昌、両施設を見学して強く感じたことは、町民に対して開かれた施設であると言うことである。南昌病院もケアセンター南昌も認知症や介護に関する相談窓口をもうけており、必要に応じて専門家の意見を聞く事が容易になっていると感じた。

特にケアセンター南昌では介護施設の他に保育施設も備えていることから、より多くの町民に利用機会がある施設となっていた。

これは単に認知症や介護の相談がしやすくなるという利点の他、介護や介護施設に対する理解を深めてもらうということに繋がっている。さらにそこから派生して介護保険制度に対する理解や町民の健康意識の向上にも大きな影響を与えているのではないかと感じる。

南昌病院では日常社会に復帰したときの事を最優先に考え、様々な設備を利用した治療の他、地理的環境を最大限に利用したリハビリを行っていた。岩手県の住環境を疑似体験することで、自分が退院した後にどのようなことができ、どのようなことが困難になっているのかを理解することによって、患者さんのリハビリのモチベーションを上げると同時に、医療従事者に対して治療に関する目標を明確にするという働きをしているものと感じられた。

３．脳卒中予防、予後等のテーマの矢巾町への提言・施策案

私の提言は、矢巾町内における脳卒中予防の取り組みや認識の差を埋める為の物である。具体的には産学官の連携によって町民が容易にコミュニティを形成できる状況を作るべきであると考える。

脳卒中のような生活習慣病と密接な関わりを持つ疾患は、健康に対する正しい認識を持つことのほか、健康を維持する為の努力が必要となる。しかしそれらを一人で継続することは難しい。そのため、定期的に他の人と交流し、なおかつ専門的な助言を容易に得られる環境を作ることが必要であると考えた。

ただし、これは町の施策だけでは達成できず、大学やその他の機関との連携が必要となる、産学官の一体的な取り組みによって普段の労働環境や住環境を含めた状況を正確に把握することで初めてコミュニティを形成する意味が生まれる。

矢巾町は人口の規模が大きくない一方で盛岡都市圏にあることから、多種多様な生活様式が営まれている町である。そのため、対策もまた多様なものになると予想される。そのため、画一的では無く柔軟な対応が求められる。産学官の連携の加速はその柔軟性を確保する上で最も重要な要素になり得ると思われる。

歯学部１年

１.「エンジョイ　町民の皆さんへのインタビューの感想、気づき」

私は、南煙山老人クラブにて、息子さんと共に暮らす農家を営む一人のご高齢の女性にインタビューをした。ここでは、インタビューを通じて感じたことをまとめる。広い土地で周りにあまり人がいない土地で暮らすこの女性は、亡き夫と共に一緒にやってきた仕事を大切に思い生きがいにすることで健康を維持しているという。そして、一番嫌うのは、歳を理由に心配されることでその仕事を奪われることだという。また、この女性は、食生活の自己管理を介護士の方に自ら訊いて行っている事や、生きがいの一つとして自ら作った美味しい食材を食べる事を挙げている。そこから、個人的な感想ではあるが大切な

仕事を長く続けるためにも、恐らくこの女性は、食における自己管理をかなり気にしていたのではないだろうか。そして、ご高齢になった今も何一つ病気なく過ごせてきたのではないだろうか。つまり、この点から感じたのは、医療人として他者の健康を語るとき、単に高齢等の生理的な要因だけに注目しては、ならないという事だ。今回の女性の場合に仕事を健康の維持のモチベーションにしているため、医療人は、健康を語るとき他者の仕事背景を含めた全体像にも注視する必要があるという事だ。

次に、感じたのは今回見学させていただいた、南煙山老人クラブのような施設が、あまり人口密度が高くない土地において、有用であるという事だ。私は、訪問前、市街地にある大きな設備が整った大きな場所を想像していた。しかし、南煙山老人クラブは、その想像をとは程遠いとても簡素なものであった。ただ、私はインタビューで女性の方が、月に何回もここに来てみんなの顔を見ながら、輪投げや、体操をするのが楽しいと聞いて、人が少ないこの土地で大切なことは、広々とした場所で立派な健康器具を使って健康を維持するのではなく、小さなスペースでも顔と顔が近いからこそ作れる人と人のつながりこそがこの地域の高齢者の心の健康を保っているのだと感じた。そして、この大きな土地にある小さな施設に集まることこそがさらに地域の人々のつながりを深めているのかもしれないと感じた。この様な、地域性を理解してその地域に住む人々の健康の為に何を提供すればいいのか考えさせられる良い機会に感じた。以上が感じた事である。

2．南昌病院・ケアセンター南昌を見学させていただいた感想、気づき

ケアセンター南昌を見学して感じた事は、南煙山老人クラブで感じたのとはまた違ったものであった。私が初めに感じたのは、矢幅駅の目の前あり、施設中には何人もの職員の方や、幼稚園、診療所、リハビリ施設等もあり、とても規模の大きな施設であるという事だ。特に、見学の際には、多くの施設を見学したが、医療と福祉が統合された素晴らしい施設であり、職員の方と医療人の距離が近いので医療と福祉の多職種連携が取れやすいと感じた。また、自己で病気の治療が難しいと思われる、子供やお年寄りを診ることができるためこのような施設が町の中心にあることで町全体の健康水準並びに福祉を高め事ができているのではと考えた。

南昌病院では、日本医療機能評価機構認定病院として早期回復を目指すために、行われている専門的な医療従事者同士の多職種連携について見学できた。例えば、南昌病院ではリハビリを行う場所のすぐ隣に医師、臨床心理士、管理栄養士が在住している部屋があるので日々のリハビリ生活の中で、リハビリスタッフの方や、看護師の方が気づいた些細な事でさえすぐに共有しやすい環境づくりがされていた。感じた事は、患者さんを中心とした病院づくりのために日々病院一丸となってその方向に向かっている姿勢である。南昌病院のように地域医療の中核となる様々な医療職を抱える総合病院が地域に良質な医療を届けるために病院づくりをする姿勢は、恐らくこの土地で働く住人の方と医療者の方両方の強い後押しになっているのではないかと感じた。

3．脳卒中予防、予後をテーマの矢巾町への提言・施策案

今回の実地見学を終えて、グループにより意見交換した。その意見を踏まえて私が考えたことは、そもそも脳卒中予防等の健康を維持することでは、当事者が心身ともに健康を維持する事と、その地域の自治体・医療機関の働きが不可欠である。それは、人と人のつながりや、趣味、生きがいから、個人的な健康意識に始まり、自治体の地域行事等の実施から、地域性と患者背景を理解した医療機関の情報共有、提供にまで広がるとても広いものであると考える。今回見学させていただいた施設では、確かに、まだ改善の余地はあるかもしれないが、これの取り組みの多くは既に行われているものも多いように感じた。しかしながら、市街地と農村地域において物理的に距離がある矢巾町においては、今以上に脳卒中予防等の健康維持のために私は、地域包括支援センターの存在を地域全体に知ってもらうことが必要だと考える。例えば、そこの職員の方が自ら農村地域の住人の方におもむいて直接会話する事で、在宅医療や訪問医療を受けやすく、親しみやすいものになるのではないかと考える。これは、農村部で働く移動手段がない高齢者の方を考慮しての意見である。また、これらの医療チームに職種を固定せずにローテーションを組むことで、月に何回も様々な健康サポートの提供を実施できるのではないかとか考えた。市街地では、ケアセンター南昌のように様々な複合施設が一体となった施設が有用に思われた。よって、さらに市街地の住人の方が今以上に気軽に入って健康を管理できるように、クリニックや医院なども併設

する事が良いかもしれないと感じた。そして、高齢者や子供に限らない幅広い年齢層に様々な医療サービスの提供が実現できることが理想的であるように思われた。

歯学部２年

1．インタビューした方の話

食事には気を付けている(バランス etc)

冬になると雪が積もり、その時は雪かきをする→運動になる

矢巾町は様々なことに力を入れてくださっているので助かる

階段を歩くようにしている

(附属病院移転について)近くなので何かあった時に行きやすい

今回は時間の都合上おひとりにしかインタビューできなかったが、全体的に、現在の矢巾町の取り組みに満足しておられるようであった。さらに、同じフロアではバレー大会も行われており、(私は参加しなかったが)皆楽しく運動されている印象だった。

2．ケアセンター南昌について

要介護度別にフロアが分けられていることにより、個人のニーズに応じた介護が受けられると思った。さらに、保育園が併設されており、園児と高齢者が交流する機会があることはお互いにとってプラスであると考えた。

南昌病院について

病院と介護施設が連携しているのでいざという時迅速な対応ができると感じた。さらに、家の中を模した部屋があり、自宅に戻る訓練をすることで戻った後も生活しやすいと思う。

3．矢巾町への提言

ラーメンの器の底に汁を全て飲んだ場合に考えられるリスクを書く

タバコの販売を中止する

運動する機会を増やす

塩分を控えめにした料理を食べる会を開き、減塩した食事に慣れていく(塩分摂取量が少ない地域の方を呼んで)

薬学部４年

１．矢巾町の「エンジョイ　町民の皆さんへのインタビュー」の感想、気づき

高齢の方同士の交流の場というと、昔からその土地に住み続けている方同士が集まっているイメージがありました。しかし、今回高田ｺﾐｭﾆﾃｨｾﾝﾀｰでお話を伺ってみると、震災以降に矢巾町に引っ越してきた方や、定年後に移り住んだ方などもいらっしゃいました。もちろん、幅広い世代間の交流活動は様々なつながりや支えあいの輪が生まれると考えられるので大切ですが、高齢期ならではの悩みを話し合ったり、分かち合うことのできる同世代間交流の重要性に改めて気づかされました。持病がある方も、自身の状態をよく理解しており、畠づくりや卓球、輪投げ、ゲートボールと積極的に体を動かしているというお話を聞かせてくださいました。一人暮らしをしている高齢者には、とれたての野菜をお裾分けするときに「元気かー」などと声掛けをしているという方もいらっしゃいました。お互いの置かれている環境は異なっていても理解しあい、助け合い、見守りあえる関係性を築き上げることはとても大切なのだと思いました。矢巾町の縁ジョイは、社会的交流の機会が増えるため、充実した生活を送るための素晴らしい活動なので、続けていってほしいです。

２．南昌病院・ケアセンターを見学させていただいての感想、気づき

それぞれのニーズに合わせたサービスがとても充実していることに驚きました。またｹｱｾﾝﾀｰ南昌では保育園が併設され、幼老交流ができる施設であることを初めて知りました。核家族化が進むにつれて、高齢者と子どもなど世代の異なるもの同

士がかかわりを持つことが難しくなってきています。高齢者にとっては子どもたちと一緒に遊ぶ時間がイキイキとさせてくれて、無邪気な子どもたちから笑顔の輪が広がります。子どもたちにとっては、学校や家庭では学べない生活の知恵や昔遊びなどを教えてもらうことで豊かな人間性をはぐくむことができます。人と人との触れ合いを通し互いを尊重し、認め合い、思いやりの心をもって接することができる人になるのだと考えます。ｹｱｾﾝﾀｰ南昌のような幼老交流ができる施設がもっと増えたらいいなと思いました。

３．脳卒中の予防、予後などをテーマの矢巾町へ提言・施策案

矢巾町における健康づくりプログラムとして、私たちの班では、「郷土料理で世代間交流をする」という案を考えました。減塩が大切だということはわかっていても、実際にどのくらいが減塩なのかわからないという人も多いと思います。そこで、みんなが親しみのある郷土料理を作りながら減塩を学んだり、世代間交流を行ったりして、地域のコミュニケーションを活性化できたらよいと考えました。若い世代では「インスタ映え」という言葉があり、パッと目を引くような彩度の高いものや見ている人を驚かすようなインパクトのあるものなど、インスタグラムに写真を投稿した際に、見栄えが良く写真が映えることを好みます。料理ができる会場で、矢巾町で作られた野菜を使い、現えにゃ高たんぱくなど栄養面も考えたインスタ映えする郷土料理を矢巾町の高齢者と医大の学生が一緒につくるのです。減塩を知ってもらうことで高血圧予防になり、脳卒中予防につながることはもちろん、世代間交流で社会とのつながりも生み出す。畑づくりから共同作業を行うことができれば、農作業で運動不足を解消したり、農具の使い方を教えてもらったり、ﾒﾘｯﾄがたくさんあります。まだ模索中ではありますが、インスタ映えする郷土料理として、「豆乳仕立ての桃色のひっつみ」を提案したいと思います。加えて、ひっつみの具材の大根やニンジンはハート型や星形のかわいい抜型を使って、より華やかな見た目を目指したいと考えています。もう少しインスタ映えを意識した大根おろしアートも考えましたが、さらに時間がかかってしまうと考え今回は保留としました。しかし矢巾町の特産品である「さんさそば」に大根おろしアートを添えてインスタ映えを狙ったメニューを作ることは可能と思います。このような健康づくりプログラムは高齢者にとっても学生にとっても大変有意義なものになるでしょう。一度きりのイベントで終わらせず、定期的な開催により信頼関係を築いていくことが大切と思います。素敵なプログラムになるように頑張りたいです。

薬学部４年

１．矢巾町の「エンジョイ　町民の皆さんへのインタビュー」の感想、気づき

町民の皆さんへのインタビューでは、ご自身ではなく、ご両親や親戚の方が脳卒中になったことがあるという方がいらっしゃいました。やはり身近に脳卒中を経験された方がいると、脳卒中に対する意識も変わるのか、予防するため塩分をできるだけ摂らないようにしたり、野菜を多く食べるように心がけたりと、日ごろから気を付けていると感じました。

しかし、減塩した食事では味気ないので、できればおいしいものを食べたい気持ちが強いとのことだったので、減塩してもおいしいと感じることができる料理を提言できるといいと思いました。

運動については、昔はいっぱいしていたが現在は運動習慣がない方や逆に今は歩いているが昔は日焼けを気にして、外に出ずあまり運動してこなかったことを公開しているという方もいました。

皆さん共通して、運動は大事だと考えていて、少しでも運動するために、NHK でやっているスクワットなどの簡単な運動を行うように心がけているということを聴き、とても良い心がけだと思いました。

血圧、コレステロールなどを気になっていることがあっても、医者や医療従事者の前に行くと言い出しづらく、大丈夫ですかと聞かれても大丈夫ですとしか答えられないと悩んでいる方もいて、患者さんが相談しやすい環境を作ることが重要と感じました。

２．南昌病院・ケアセンターを見学させていていただいての感想、気づき

南昌病院・ｹｱｾﾝﾀｰ南昌を見学させていただいて、介護やリハビリなど様々なサービスを受けられるだけでなく、介護保険の相談や困りごとがあれば対応もしていただけること、地域の方々が必要としているサービスを提供できる施設だと感じました。また保育所もあり、幼老交流も行われていると聞き、子どもも遊び相手ができるし、思いやりやマナーも身に付き、高齢者

は子どもと触れ合うことで、必要とされていると感じ、活力が生まれるなど多くのメリットのある交流だと思いました。
病室はカーテンで仕切らず、壁で仕切ることでプライバシーを守るというところはとても良いと思いました。プライバシーが配慮されていると患者さんも安心して入院生活を送ることができると思いました。
隊員が近くなった患者さん家族にはお風呂の入れ方の指導をしたり、退院後の患者さんのこともしっかり考えられていると感じました。

ｹｱｾﾝﾀｰ南昌には、カラオケなどの娯楽施設もあり、皆さん楽しんで多くの人と交流できる場であると思いました。

３．縁ジョイのインタビュー時に伺ったように、減塩したいという気持ちはあるがおいしいものを食べたいという方はたくさんいると思います。また、減塩と言っても具体的にどのくらいが減塩になるのかわからないという方も多いのではと考え、高齢者の方に親しみの高い郷土料理を使って、減塩してもおいしい料理を知るだけでなく、若い世代と一緒に、どのようなものを作るか考えながら行うことで、世代間の交流を行うことを提言します。また、料理に使う材料は矢巾町のものを使うことで、地産地消になり、皆で畑づくりから共同作業を行うことで、運動にもなり、若い世代が農業に興味を持つことにつながるかもしれないと考えました。野菜や果物に含まれるカリウムは、塩分を体内から排出するのに役立つので、野菜などを摂ったほうがいいということを伝えることも重要と思います。若い世代のひとにも興味を持ってもらうために、インスタ映えする郷土料理をテーマにすることで、若い世代も活動に呼び込むことができると思います。

看護学部１年

１．思っていたよりも参加人数が少なかったが、午後からのパッチワークには多くの人が参加しているらしい。全体の雰囲気が良く、運動が苦手な人でも楽しく参加できると思った。インタビューでは、バランスや塩分に気を付けた食事をしなければいけないことは分かっているが、なかなか実行できないということを聞いた。一人暮らしなので食事がおざなりになってしまうことがあるともおっしゃっていた。

２．病院と老人ホームが密接に結びつくことで、サービスの質の向上や緊急時の迅速な対応につながっていることが分かった。老人ホーム内には保育園もあり、入所者さんが子どもたちと交流する機会も設けられることがあるそうなので、入所者さんが精神面から元気になれる要因になるのではないかと思った。南昌病院では、最初山の中にあるのは通院が大変ではないのかな、と思ったが、シャトルバスの運行が行われていたり、立地を利用して 1 階まで行かなくても外の出れるようにしているなど様々な工夫がされていることが分かった。

３．・運動に苦手意識がある人でも『縁ジョイやはば』の活動に参加できるように、運動をすることよりも集まってみんなで一緒に活動しましょうということをアピールして、参加人数を増やしていく。

・食事会を開催して、栄養士さんに考えてもらった料理を食べてもらい、参加者にレシピを配って、自宅でも作ってみるように促す。

看護学部１年

１．矢巾町の「エンジョイ　町民の皆さんへのインタビュー」の感想、気づき

矢巾町の町民の方々と話してみて印象的だったのは、日頃から積極的に減塩や運動といった予防活動を行っている方は、家族や友人など、身近な方を脳卒中で亡くした経験を持っている場合が多いという事である。今回インタビューに伺った際、町民の方々は卓球をしていたが、お話を伺ったところ運動を主目的として集まっているのではなく皆で卓球を楽しむために集まっているのだと知った。その話を聞いて、個人ではなく多人数で行う運動を選択することによって忍耐だけでなく楽しみを感じながら活動することができ、長期的に継続しやすくなることに気がついた。また、人との交流を通して行うことによって、運動による身体的な面だけでなく同時に社会的な面での健康も満たすことができると気づいた。

2．南昌病院・ケアセンターを見学させていていただいての感想、気づき

ケアや介護を目的とした施設を 1 つに集約し町の中心に配置したことにより、施設へのアクセスが容易になり、複数の施設を行き来する必要性を無くしたと聞いた。実際に施設を見学しお話を伺うまでは、ケアの質というとその内容にしか目を向けてこなかったため、土地やアクセスという側面での利便性向上も考えているのだと知って驚いた。

3．脳卒中の予防、予後などをテーマの矢巾町へ提言・施策案

高血圧を防ぐために減塩について体感的に学び、脳卒中の予防へとつなげるために、栄養価や塩分を調節した郷土料理を考案し、若い世代の人と一緒に作るというイベントを提案する。このとき、若者と高齢者の間で世代間交流をはかることによって、社会的な繋がりやコミュニティの形成にも繋がる。

2020/8/11

2020年度 地域医療課題解決演習

矢巾町における脳卒中対策

岩手医科大学医学部救急・災害・総合医学講座

下沖　収

1

この実習の一般目標（GIO）

矢巾町の地域医療（保健行政）課題を通じて，
地域医療で求められる

- 基本的知識（疾病と医療，制度，リソースなど）
- 態度（医療チーム・行政・住民組織との連携）
- 技能（情報収集、データ解析、グループディスカッション、プレゼンテーション）

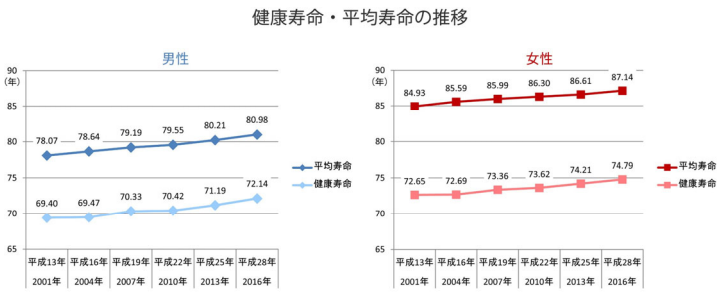
を学ぶ

2

経験目標（SBOs）

3

わが国は長寿社会だが・・・

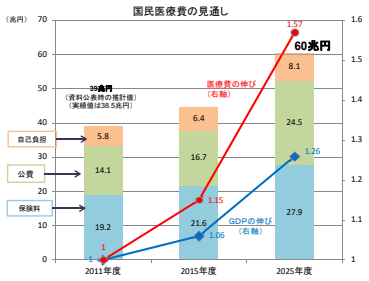


平均寿命：厚生労働省『平成29年簡易生命表』（参考資料2）より　健康寿命：「第11回健康日本21(第二次)推進専門委員会資料」他より　Aging Style編集部作成

増え続ける国民医療費

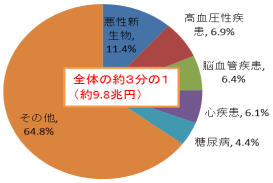
○少子高齢化が進行する我が国においては、医療費が毎年増大しており、平成27年度に42兆円を突破。今後もGDPの伸びを超えるスピードで増加し、2025年度には約60兆円に達する見込み。

○国民医療費のうち、医科診療医療費の約3分の1（9.8兆円）は生活習慣病関連。



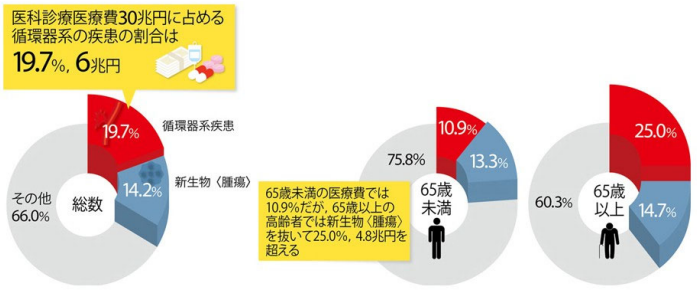
※1 平成22年5月2日社会保障改革に関する集中検討会議資料で公表している将来推計のバックデータから作成。
※2 医療費の伸び、GDPの伸びは、対2011年度比。
（出所:厚生労働省作成資料）

医科診療医療費に占める生活習慣病の割合（平成23年度）



（出典:厚生労働省 平成23年度国民医療費）

脳卒中・循環器病の医療費割合

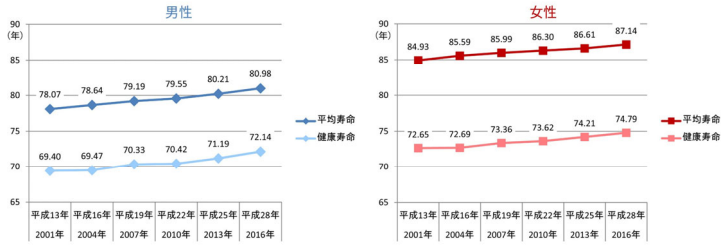


厚労省，平成 29 年度 国民医療費の概況

週間 医学界新聞第3353号より

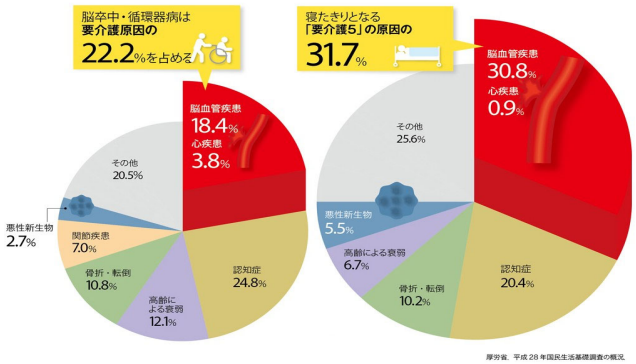
わが国は長寿社会だが・・・

健康寿命・平均寿命の推移



平均寿命：厚生労働省『平成29年簡易生命表』（参考資料2）より　健康寿命：「第11回健康日本21(第二次)推進専門委員会資料」他より　Aging Style編集部作成

要介護・寝たきりの原因



厚労省、平成 28 年国民生活基礎調査の概況

週間　医学界新聞第3353号より

脳卒中の危険因子

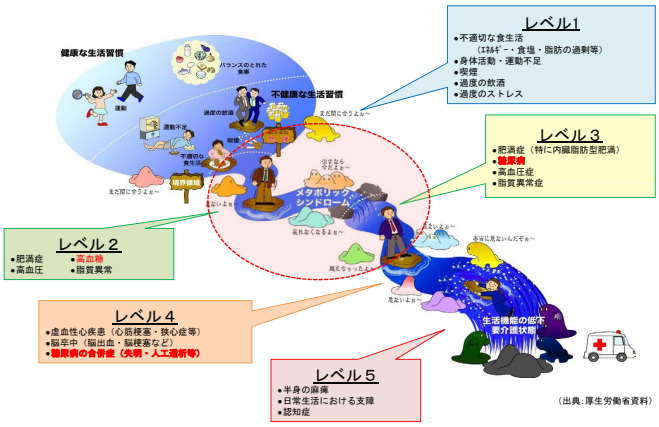
① 高血圧
② 喫煙
③ 内臓脂肪型肥満
④ 食事
⑤ 身体活動度
⑥ 脂質
⑦ 糖尿病
⑧ 飲酒
⑨ ストレス・うつ
⑩ 心疾患

→ 人口寄与リスク 90%

生活習慣そのもの
生活習慣に起因する疾病

（出典：Lancet2010：376：112-123）

生活習慣病のイメージ



（出典：厚生労働省資料）

脳卒中後の経過

1次予防、2次予防　　脳卒中後の経過

急性期治療

脳卒中再発　20%
脳卒中初発　80%

28日以内 12%

死亡 10年間で50%

急性期・回復期
リハビリ

3次予防
再発　10年間で20%

社会復帰
療養型施設入所を含む

2005-2009
秋田脳研追跡調査
死因　N=453
脳卒中 20%
肺炎　23%
心不全 13%
がん　20%
その他 24%

医療・介護・日常生活動作の状況
介護保険サービスが必要　60%（13%は介護度4-5）
医療保険での治療が必要　93%（89%は治療継続中）

秋田県立脳血管研究センター鈴木一夫先生スライドより

脳卒中対策の必要性

- 死因の約3割を心疾患及び脳血管疾患（脳卒中等）が占める
- 国民医療費のうち、生活習慣病が約4割

（がんが約1割、糖尿病、脳卒中、心疾患等の循環器系疾患が3割）

- 脳卒中の危険因子が明らかになっている　→　予防できる
- 寝たきりの原因の3割以上を脳卒中が占める
- 適切なリハビリと社会（生活）復帰支援によりQOLが向上

脳卒中患者を減らし，発症後の適切な支援で
→　健康寿命の延伸，QOL向上，医療費縮小

疾病としての脳卒中と医療，予防

脳卒中後の生活の質向上

矢巾町における脳卒中対策

地域住民の意識

↓

私たち（矢巾町）は何をすべきか

13

これから，実習がはじまります

14

実習における基本的態度

- 能動的に参加，協働作業
- 学部や立場を離れて自由で活発な意見交換
- 相手の意見も尊重
- 傾聴の態度
- 携帯・スマホのマナー

15

学外実習時の身だしなみ

- 清潔な服装
- 短パン，腰パン禁止
- 茶髪・ネイル・鼻ピアス禁止
- サンダル・下駄・雪駄等は禁止
- 装飾品は身につけない
- キーのジャラジャラは禁止
- ポケットからはみ出す長財布は持たない

16

学外実習時の注意事項

- スタッフ・受診者さんへのあいさつ
- スタッフ・受診者さんへの敬意と感謝を忘れない
- 無駄話をしない
- 個人情報の漏洩は厳禁！
- 許可のない写真撮影，録音は行わない！
- データ、画像、情報のSNSアップは厳禁！
- ごみは基本的に持ち帰る
- 汚したら掃除，使用したら元通りにする
- 施設内ではご案内者様の指示に従う

17

グループワークの課題

【課題1】

「脳卒中」の種類毎の病態を考慮して，発症予防のために必要な医学的，社会的取組みについて述べよ

【課題2】

脳卒中の後遺症を挙げ，日常生活上どのような障害（不自由，制限）を来すかを述べよ

【課題3】

脳卒中後の在宅（社会　）復帰のために必要な支援について，障害の種類と程度を考慮して述べよ

18

令和２年度地域医療課題解決演習　2020年8月11日

脳卒中に対する リハビリテーション治療

岩手医科大学医学部 リハビリテーション医学
西村行秀

リハビリテーションは治療です！

リハビリテーション治療は患者さんを
細胞レベルで改善させます。

治療（医療）の本質

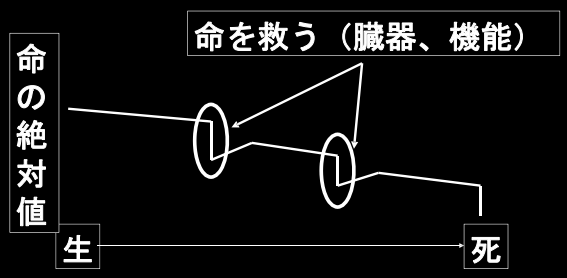
命を救うこと

命を救うための仕組みを知ら
なければならない（医師）

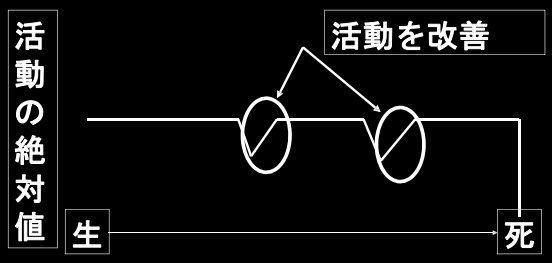
命を脅かすものは病気や怪我など、すなわち
臓器の問題なので、その臓器に精通した医師
が治療した方が良い

だからいろいろな診療科ができてきた

命の絶対値



活動の絶対値



多くの診療科

→治療の専門となる臓器や器官がある

眼科→眼

脳神経外科→脳や神経

消化器内科・外科→消化器

呼吸器内科、外科→呼吸器

整形外科→運動器

など

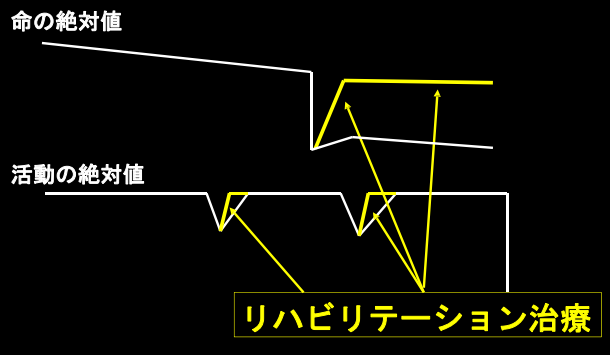
リハビリテーション科

機能の回復

障害の克服

活動を育む

リハビリテーション科



疾病

↓

生命（助かる？）

↓

活動（トイレ、歩行、食事など）

命の後は生活能力関連の質問

すなわち活動の問題

筋力、筋量の減少速度

加齢：1%/年

安静：1%/1日

10年の加齢と2週間の安静臥床は同等！

ベッド臥床実験

3週間ベッド上安静にしていた際に低下した最大酸素摂取量と30年の加齢による最大酸素摂取量の減少程度は同等であった。

McGuire DKら2001 Circulation

心肺機能

3週間の安静

≒ 30年の加齢

脳卒中に対する効果

脳卒中発症早期から適切な医学的管理下で習熟した療法士により行われるリハビリテーション治療は機能的予後を改善する（PROr）。

Effects of physiatrist and registered therapist operating acute rehabilitation (PROr) in patients with stroke

Kinoshita T., Nishimura Y. et.al PLoS ONE 2017

プロリハ：PROr
(Physiatrist and Registered therapist Operating Rehabilitation)

Physiatrist：リハビリテーション科専門医

Registered therapist：習熟した療法士

要は、プロリハとはリハビリテーション科専門医の医学的管理下で技術的にも知識も習熟した療法士（PT、OT、ST）が早期からできるだけ高負荷・高頻度で行うリハビリテーションのこと。

ただし、
各臓器別専門診療科の主疾患の治療が適切になされていることが大前提！

近年の治療方法

複数の治療法を同一疾患に用いることが多い

例：がん

診断→薬物治療→手術治療→薬物、放射線治療

薬物治療、手術治療、放射線治療どれか一つでも良くないと最善の治療はできない！

脳卒中

診断→
薬物治療や手術治療＋リハビリテーション治療

一つでも良くないと最善の治療はできない！

脳卒中に対するリハビリテーション治療

プロリハ（PROr）

- 早期から高負荷・高頻度
- 適切な医学的管理下（各臓器別専門診療科主治医とリハビリテーション科専門医）
- 習熟した療法士
- 本当の意味でのチーム医療（各職種）

ご清聴ありがとうございました

みなさんへ
素晴らしい医師、歯科医師、看護師、薬剤師になってください！

西村 行秀

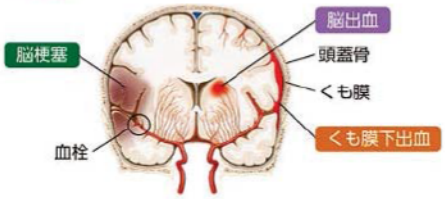
脳卒中

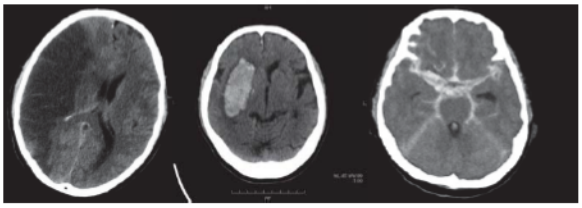
岩手医科大学 岩手県高度救命救急センター
大間々 真一

20200811地域医療課題解決実習

脳卒中とは

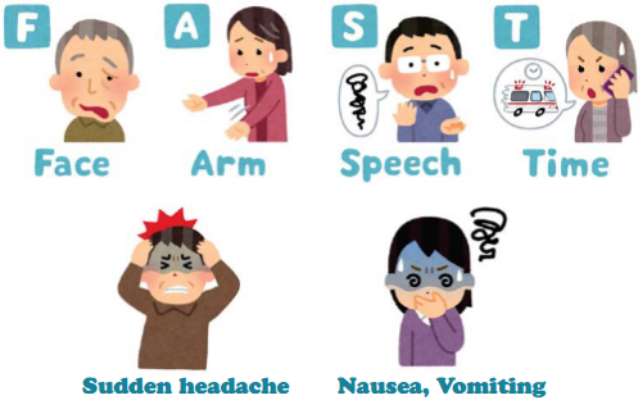
図1　脳卒中の種類





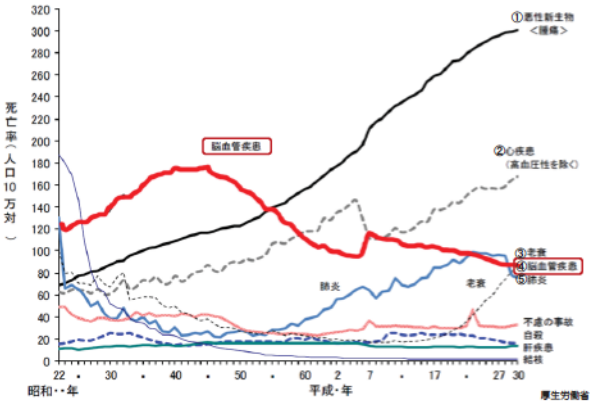
出典：国立循環器病研究センターホームページ

脳卒中の症状



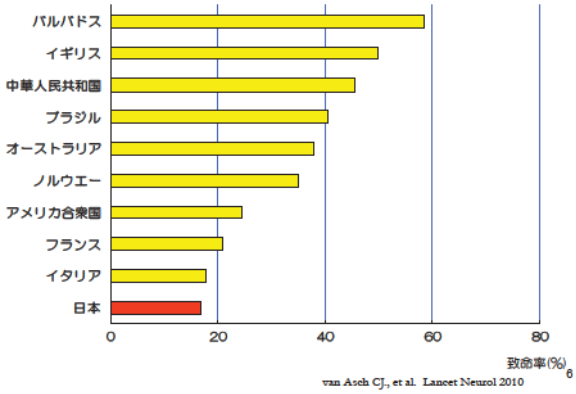
日本人の死因

図6　主な死因別にみた死亡率（人口10万対）の年次推移



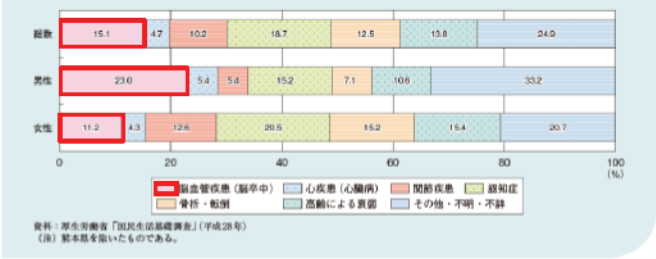
日本は脳卒中の治療成績が良い

脳内出血の発症１ヶ月の致命率　＝１ヶ月以内の死亡数/発症数×100
≠死亡率



高齢者の要介護の原因

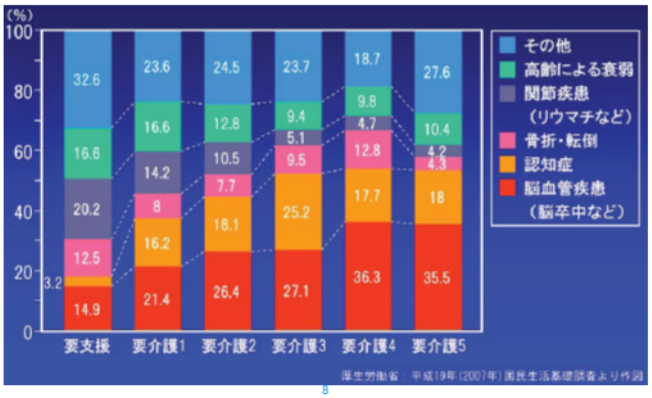
図1－2－2－9　65歳以上の要介護者等の性別にみた介護が必要となった主な原因



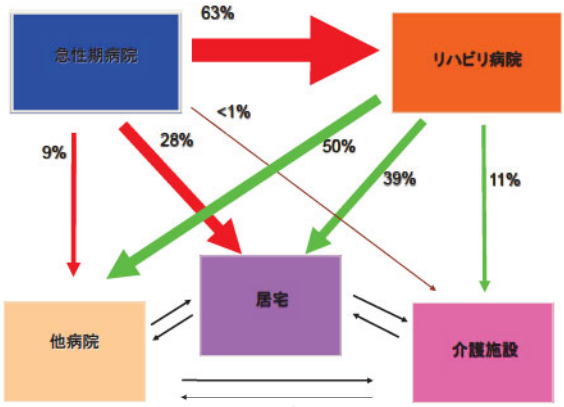
資料：厚生労働省「国民生活基礎調査」（平成28年）
（注）繰本値を除いたものである。

脳卒中は介護の原因の第1位

全国

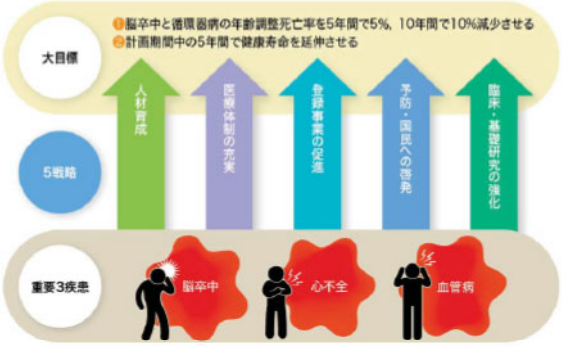


対象者の動向



脳卒中・循環器病対策基本法

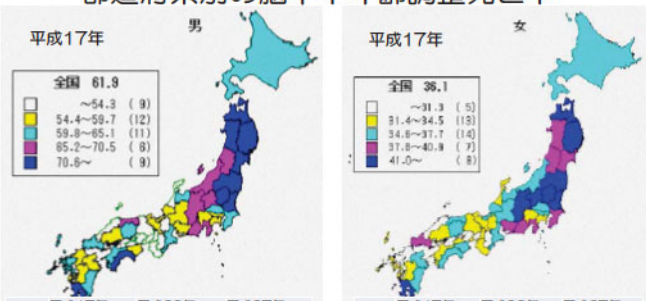
健康寿命の延伸等を図るための脳卒中、心臓病その他の循環器病に係る対策に関する基本法（2019年12月1日施行）



[出典]日本脳卒中学会、日本循環器学会 脳卒中と循環器病克服5ヵ年計画 2016より作成

岩手県の脳卒中

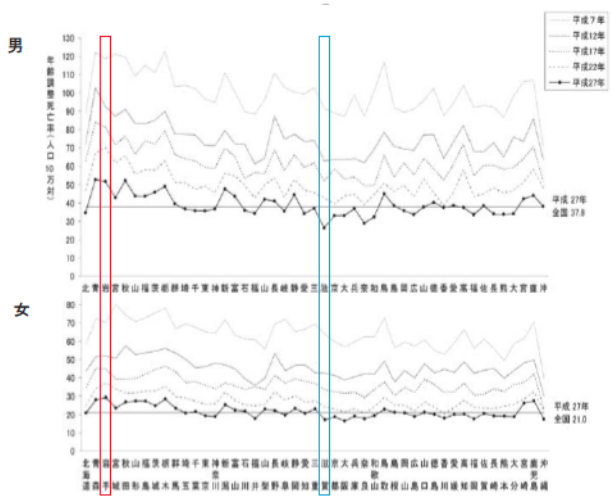
都道府県別の脳卒中年齢調整死亡率



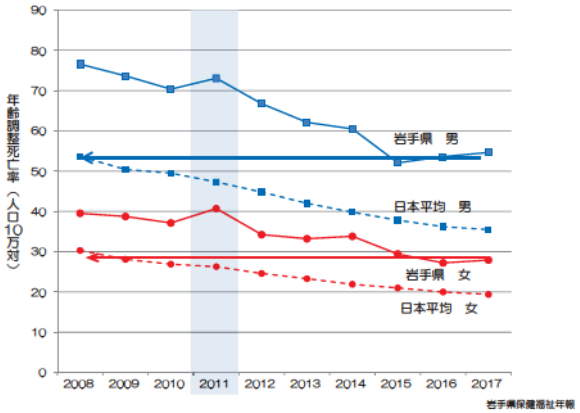
	平成17年		平成22年		平成27年	
1位	青森	84.0	岩手	70.1	青森	52.8
2位	岩手	81.4	青森	67.1	秋田	52.2
3位	栃木	79.3	秋田	65.7	岩手	51.8
平均		61.9		49.5		37.8
45位	沖縄	51.9	京都	39.6	和歌山	32.4
46位	奈良	49.6	奈良	39.3	奈良	29.0
47位	和歌山	49.6	香川	38.6	滋賀	26.4

	平成17年		平成22年		平成27年	
1位	栃木	46.4	岩手	37.1	岩手	29.3
2位	青森	45.3	栃木	35.5	栃木	28.5
3位	岩手	44.7	青森	34.0	青森	28.2
平均		36.1		26.9		21.0
45位	鳥取	30.2	大阪	21.5	沖縄	17.5
46位	奈良	29.2	奈良	20.7	滋賀	17.1
47位	沖縄	23.1	香川	20.6	大阪	16.6

厚生労働省

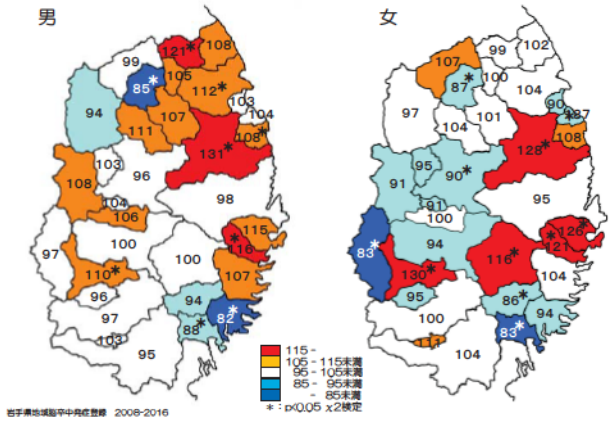


岩手県の脳卒中年齢調整死亡率



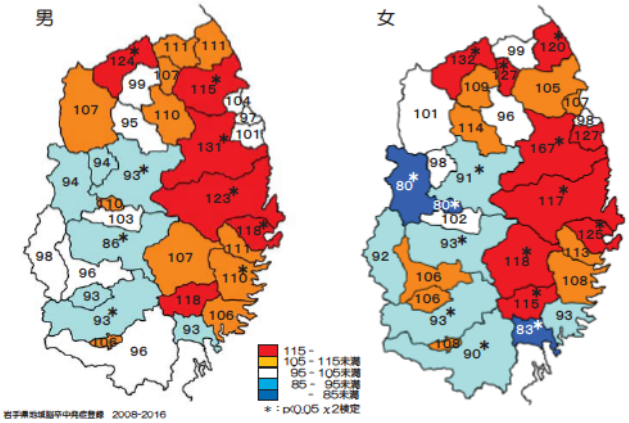
岩手県保健福祉年報

脳血管疾患のベイズ推定による標準化死亡比(EBSMR)(2008-2016年)



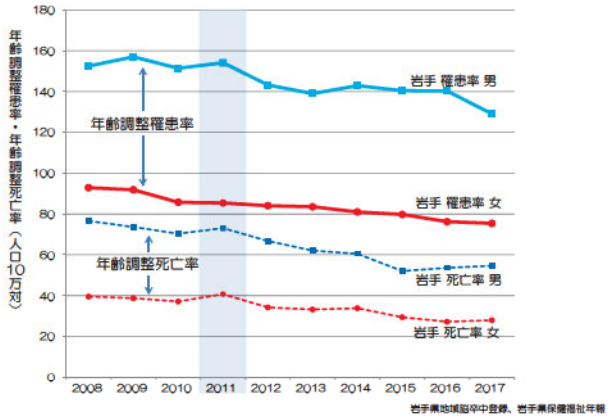
岩手県地域脳卒中発症登録 2008-2016

脳血管疾患のベイズ推定による標準化罹患比(EBSIR)(2008-2016年)

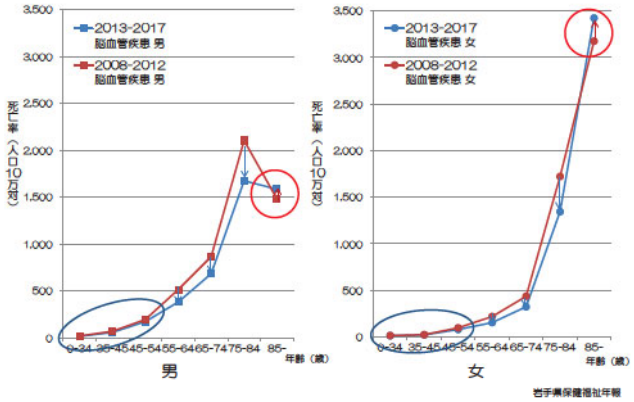


岩手県地域脳卒中発症登録 2008-2016

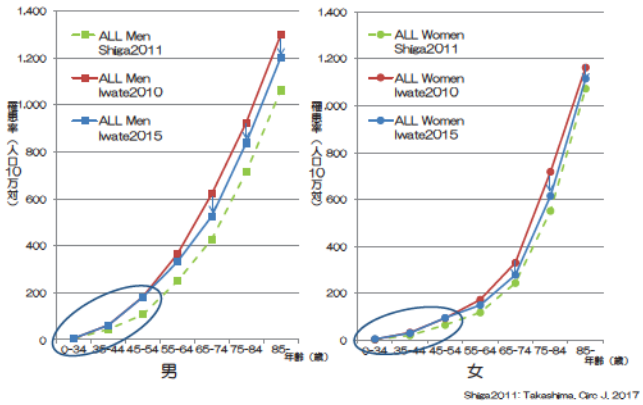
岩手県脳卒中の初回年齢調整罹患率と年齢調整死亡率



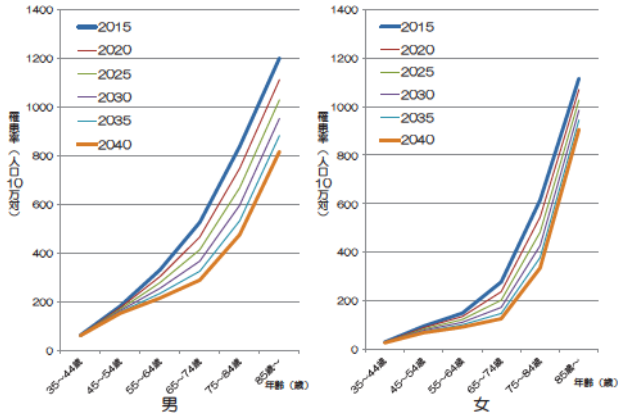
岩手県の脳卒中年齢階級別死亡率



岩手県の初回脳卒中年齢階級別罹患率の推移



将来の初回脳卒中年齢階級別罹患率予測



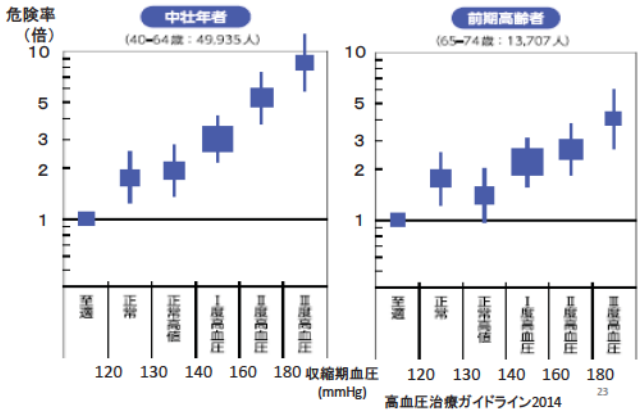
脳卒中の予防

脳卒中発症の危険因子

	脳梗塞	脳内出血	くも膜下出血	脳卒中全体
女性/男性	–	–	3.3倍	–
年齢 10歳	2.9倍	1.6倍	1.3倍	2.1倍
収縮期血圧10mmHg	1.1倍	1.3倍	1.1倍	1.2倍
BMI 1.0kg/m2	1.1倍	–	–	–
HbA1c 1.0%	1.3倍	–	–	1.2倍
総コレステロール 10mg/dl	–	0.9倍	–	–
喫煙/非喫煙	2.5倍	–	3.2倍	1.9倍
習慣飲酒/機会飲酒	–	3.4倍	–	1.7倍

COX比例ハザードモデルを用いた多変量解析
性別、年齢、収縮期血圧、BMI,HbA1c、総コレステロール値、喫煙習慣、飲酒状況を危険因子として解析

血圧が低いほど脳卒中になりにくい

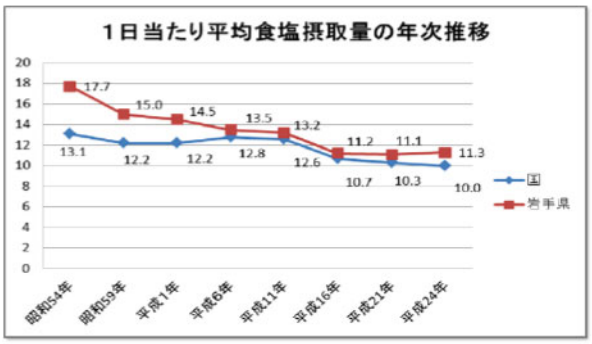


脳卒中死亡率1位の理由？

項目	全国順位	県平均	全国平均	評価
食塩摂取量	男性1位 女性1位	12．9g 11．1g	11．3g 9．6g	×
野菜摂取量	男性6位 女性8位	331g 302g	297g 280g	○
体格BMI	男性5位 女性4位	24．3 23．4	23．6 22．5	×
歩数	男性42位 女性30位	6，902歩 6，678歩	7，791歩 6，894歩	×
習慣喫煙	男性5位	38．5%	33．2%	×

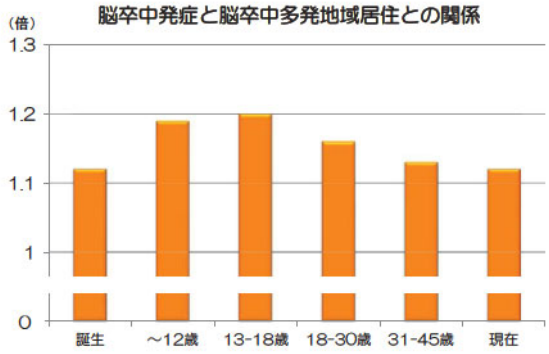
平成24年国民健康・栄養調査（対象26，208人）

塩分摂取は減少傾向？？



「国民健康・栄養調査」「岩手県民生活習慣実態調査」

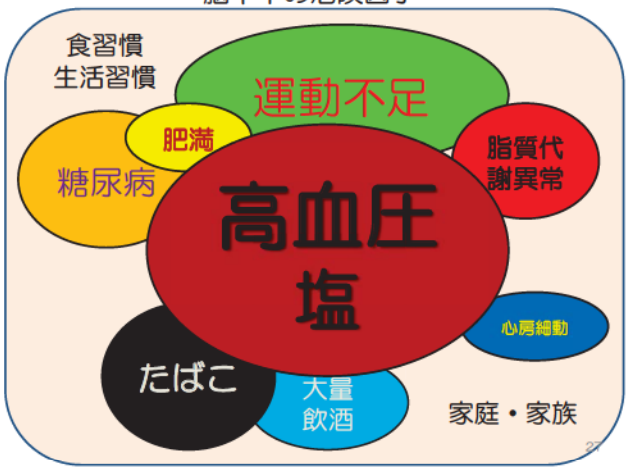
子どもの頃の習慣が大切



26

Howard VJ, et al. Neurology. 2013

脳卒中の危険因子



考えよう！

- 岩手県の脳卒中死亡率は全国で最も高い状態が続いている。
- それはなぜなのか？
- では脳卒中死亡を減らすにはどうしたらよいか？

矢巾町は、こんな町

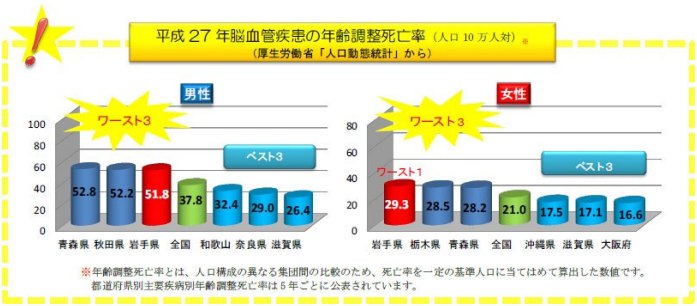
項 目（令和2年4月1日現在）	状 況
人 口	27，227 人
面 積	67．32 ㎢
世帯数	10，711 世 帯
高齢化率	26.1%
出生数 （R元年度末）	187人（出生率6.9）
死亡数 （R元年度末）	276人（死亡率10.1）
国保被保険者数（R元年度末）	4,969人（加入率18.59%）
介護保険認定者数（R元年度末）	1,209人（17.1%）

YAHABA TOWN IWATE

・コンパクトタウン
面積は67㎢、町内はどこでも20分以内にアクセスできる

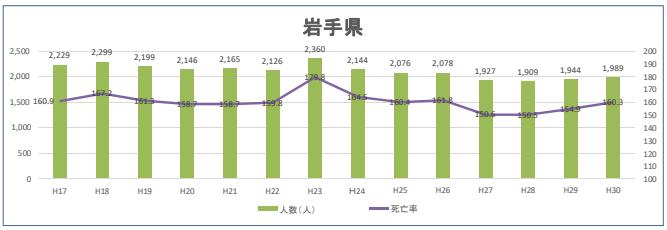
・学園地域と県内医療・福祉の拠点へ
岩手医科大学や県産業技術短期大学校、県立不来方高校が立地している。平成30年1月には岩手県立療育センターと盛岡となん支援学校が移転し令和元年9月に岩手医科大学附属病院が移転。

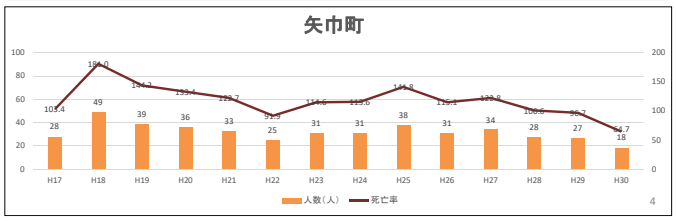
岩手県の脳卒中の現状



国が公表する最新統計（平成 27 年）によれば、岩手県の脳卒中死亡率（年齢調整死亡率）は、男性が全国ワースト 3、女性が全国ワースト 1 となっています。岩手県では、平成 7 年以降平成 26 年まで毎年 2,000 人以上の県民が脳卒中で亡くなっています。（平成 27 年は 1,927 人でした。）

脳卒中の死亡の状況

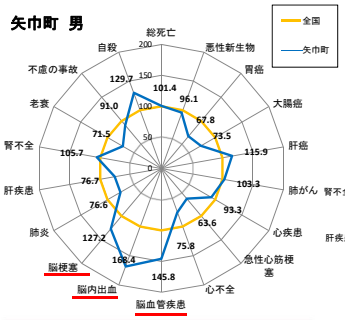


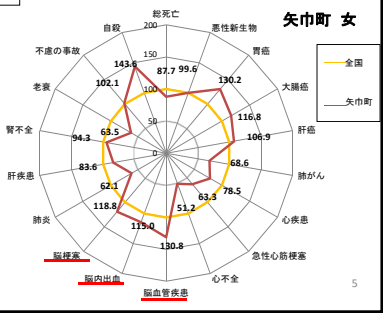


矢巾町の脳卒中の現状

①標準化死亡比（平成25年～平成29年の平均）

脳内出血、脳血管疾患が、全国と比較して高い！！





資料：岩手県環境保健研究センター

矢巾町の脳卒中の現状

②医療費分析

脳血管疾患1件当たりの入院単価 671,286円
外来単価 28,674円
KDB（R1年度累計）より

③要介護（支援）認定者 1,209人（認定率17.1%）

脳血管疾患の有病率 29.0%
KDB（R1年度累計）より

※介護が必要になった主な原因
（平成30年版高齢社会白書より）
1位 認知症（18.7%） 2位 脳血管疾患（15.1%）

【脳卒中対策】 Ⅰ普及啓発

①地域の健康づくり事業

（1）健康相談（血圧測定）・栄養講習会
テーマ「高血圧（減塩）や糖尿病予防」
保健師や栄養士による健康教育と試食の提供

1日食塩摂取量の平均値　10.2g
（矢巾町平成29年度 特定健康診査の尿検査結果）

目標は・・・
男性7.5g未満/日
女性　6.5g未満/日

【脳卒中対策】 Ⅰ普及啓発

①地域の健康づくり事業

（2）各地区公民館を拠点とした活動
縁（えん）ジョイやはば・通いの場体操くらぶ　など

～住み慣れた地域で誰もが安心して暮らし続けるために～

地区ごとに自由に活動内容を設定（健康増進・介護予防・食事・趣味創作活動、学習支援・レクリエーション等）

生きがい・閉じこもり防止・地域の支えあい

【脳卒中対策】 Ⅱ早期発見・予防

①特定健診

生活習慣病予防のためのメタボリックシンドロームに着目した健診
内容は質問項目・身長・体重・腹囲・血圧測定・尿検査・血液検査（血糖・脂質・肝機能等）・眼底・心電図検査等

②特定保健指導（服薬者は対象外）

生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が多く期待できる方に対して、保健師等が生活習慣を見直す個別支援（6か月間）を実施

腹囲
男性85cm以上
女性90cm以上
またはBMI25以上

＋

高血糖　空腹時血糖　100mg/dl以上または HbA1c　5.6%以上
脂質異常　中性脂肪　150mg/dlまたは HDLコレステロール　40mg/dl未満
高血圧　最高血圧　130mmHg以上または 最低血圧　85mmHg以上

＋

喫煙

【脳卒中対策】 Ⅲ発症予防

高血圧や糖尿病が重症化するリスクの高い医療機関未受診者を適切な医療へつなげ生活習慣病の重症化を予防

【対象者】
・高血圧：収縮期血圧160mmHg以上あるいは拡張期血圧100mmHg以上
・糖尿病：HbA1c6.5%以上or空腹時血糖126mg/dl以上or随時血糖200mg/dl以上

→ 手紙、電話、訪問等による受診勧奨を実施
結果：66.7%が受診

脳卒中対策の課題

（1）脳卒中予防の周知
疾患の普及啓発
健康的な生活習慣（食生活・運動習慣・禁煙）の普及啓発

（2）健診未受診者や医療機関受診が必要な方に対するアプローチ

（3）関係機関との連携
○医師会（医療機関）との連携
○県・保健所との連携
○住民組織との連携

（4）発症後も住みやすい町
○医療・介護サービスの提供
○バリアフリー

今後について

1　啓発活動
○若年層からの生活習慣病予防

2　未治療者への支援
○色々な方法で受診勧奨の継続支援
○重症化予防の重要性を周知

3　再発予防の取り組み
○疾患の管理

（4）支援体制づくり
○継続支援できる体制づくり　連携の強化
医師会や近隣医療機関、薬局等との関係機関
介護サービス事業所　など

令和２年９月 11 日

地域課題解決型演習外部演習（現地インタビュー）について

科目コーディネーター　下沖収教授

（問い合わせ　担当：全学教育企画課）

地域課題解決型演習　受講学生　各位

地域課題解決型演習外部演習は、住民の皆様の貴重な時間をいただいて行われます。十分な準備をして臨んでください。

【事前作業】

- 前回のリモートでのディスカッションで課題だと思ったことを中心に質問項目を組み立ててください。
- 対象者によって適する質問が異なること、時間には限りがあること（概ね対象者おひとりあたり 15-20 分）などを考慮してください。
- 自分たちの質問により何をわかろうとするのか明確にし、効率的に情報が収集できる質問の工夫をしてください。

【現地での注意点】

- インタビュー時は常に岩手医科大学の学生であることを意識し、適切な服装・態度をとることをこころがけてください。
- 個人のプライバシーには十分配慮し、常に「…について伺ってもよろしいでしょうか。」と質問ごとに了解を得るようにしてください。了解が得られないときは無理に聞き出そうとしないでください。

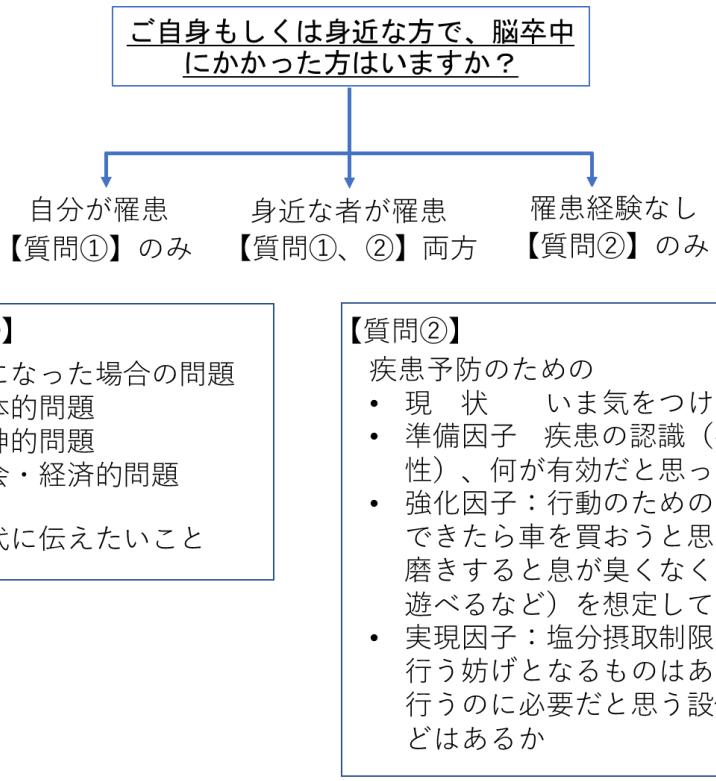
【事前学習】

事前に以下を学習しておいてください。

1. １年次科目「医療における社会・行動科学」のうち「ヘルス・ビリーフ・モデル」および「プリシード・プロシード・モデル」について復習すること。（脳卒中は生活習慣病であり、予防のための介入には行動科学モデルが用いられます）
2. Kleinman（1980）の解釈モデルを学んでくること。（病気がなぜ自分や身近なヒトに起こったのかを、本人がどう解釈しているかを知るために有効なモデルです）
3. 第１回講義　下沖先生講義の復習（インタビュー時に相手からスムーズにお話しを引きだすためのコミュニケーション技法を理解しておいてください）

裏面に、対象の違いによる質問内容を例示します（質問②に記載されている準備因子などは行動科学の用語です。事前学習１を終えてから確認してください）。ただし、ここに示す質問はあくまで例ですから、自分たちで必要と思う質問項目を作成してください。また、インタビューの進み具合によっては想定している質問が不適になる場合もあります。そのときは臨機応変に質問を変えるなどの対応をしてください。

対象の違いによる質問内容（例）



質問①の具体的質問例

- 脳卒中になってどんなことがつらかったですか。
- なぜ自分（身近な方）が脳卒中になったと思いますか。
- 周りの方に、脳卒中について伝えたいことはありますか。

質問②の具体的質問例

（現状について）

- 脳卒中予防のために気をつけていることはありますか。
- 運動はお好きですか。今なにか運動をしてますか。
- 食べ物の塩分に気をつけていますか。食事で気をつかっていることはありますか。
- タバコは吸いますか。

（準備因子について）

- 脳卒中とはどんな病気かイメージがあれば教えてください。
- 岩手や北東北に脳卒中が多いことはご存知ですか。

（強化因子について）

- 禁煙できたら何か自分にご褒美は考えていますか。

（実現因子について）

- 脳卒中予防のために医大に期待するサービスなどはありますか。
- こんなことがあれば楽に禁煙（減塩）できるのにというものはありますか。

2020年度 地域医療課題解決演習　7回目

「矢巾町における脳卒中対策」
まとめの作業

1

この実習の一般目標（GIO）

矢巾町の地域医療（保健行政）課題を通じて，
地域医療で求められる
- 基本的知識（疾病と医療，制度，リソースなど）
- 態度（医療チーム・行政・住民組織との連携）
- 技能（情報収集、データ解析、グループディスカッション、プレゼンテーション）

を学ぶ

2

経験目標（SBOs）

1. 医療課題に関する地域の現状と問題点を捉え、説明できる
2. グループワークやフィールドワークで立場の異なる多様な人と良好なコミュニケーションがとれる
3. 多分野にわたる幅広い情報収集ができる
4. 課題解決策を検討する中で、地域医療・健康づくり事業における各医療職の役割が説明できる
5. 自己学習を身につけるためにポートフォリオを記録し、省察できる

3

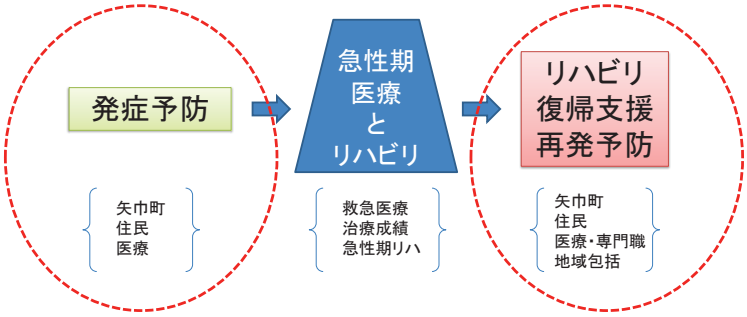
疾病としての脳卒中と医療，予防
脳卒中後の生活の質向上
矢巾町における脳卒中対策
地域住民の意識

↓

私たち（矢巾町）は何をすべきか

4

今回のテーマ：脳卒中



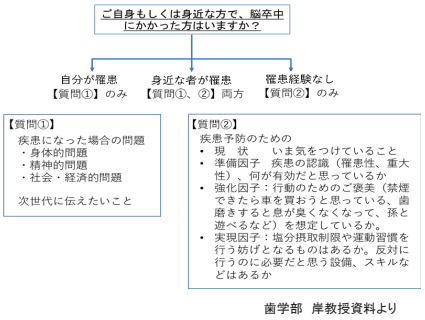
発症予防・再発予防

矢巾町の取組み
住民からの聞取り
その他の情報収集

↓

さらに強化できる点は？
- 何を
- 誰に対して
- いつ，どこで
- どうやって

→矢巾町への提言に



歯学部　岸教授資料より

復帰支援

リハビリテーションの実際　南昌病院

介護予防等地域包括の仕組み　ケアセンター南昌

↓

- 見学して気づいた点・疑問に思った点
- 多様な観点からの感想
- 脳卒中対策へ応用すべき点，強化すべき点

→矢巾町ならびに医療・施設に対して復帰支援策の提言

グループワークの課題

課題1　（予防）

さらに強化できる点は？
- 何を
- 誰に対して
- いつ，どこで
- どうやって

→矢巾町への提言に

課題2　（復帰支援）

- 見学で気づいた点・疑問に思った点
- 多様な観点からの感想
- 脳卒中対策へ応用すべき点，強化すべき点

→矢巾町ならびに医療・施設に対して復帰支援策の提言

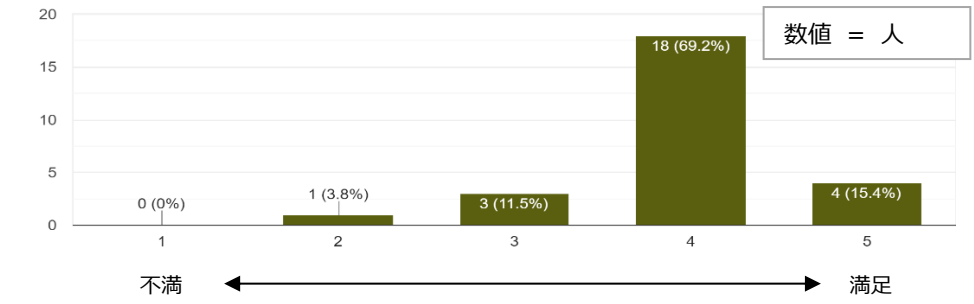
「課題1 and 2」　難しければ　「課題1 or 2」

8

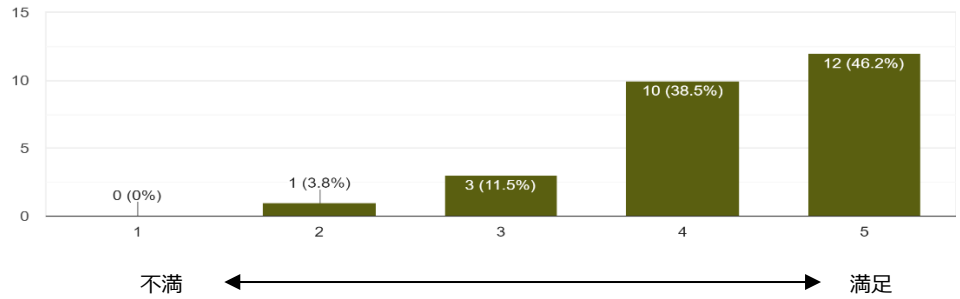
学生アンケート　集計結果

全 8 回終了後の学生アンケート集計結果は、以下の通りでした。

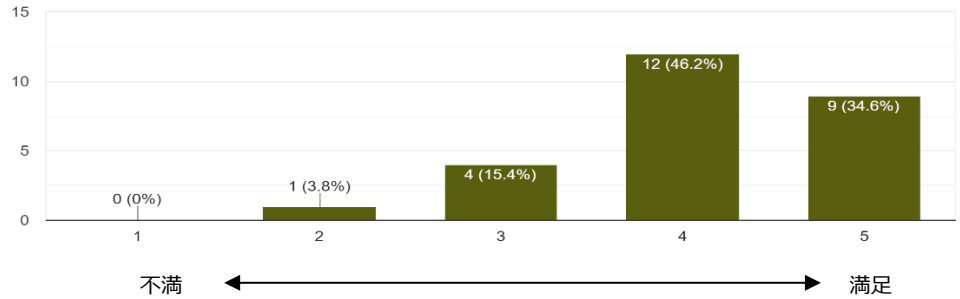
同科目の全般について
26 件の回答



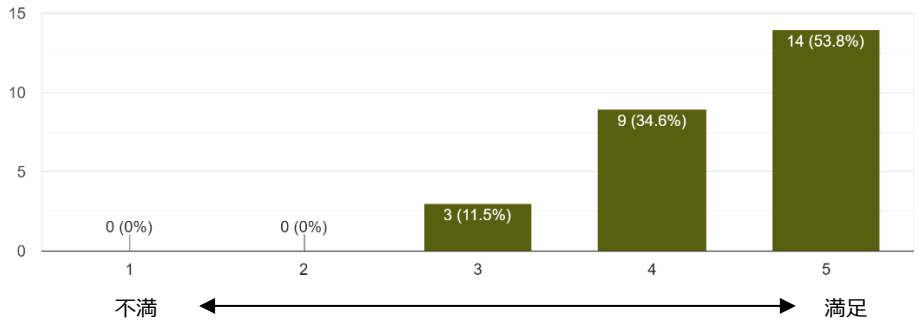
第1回講義　下沖先生、大間々先生講義の満足度
26 件の回答



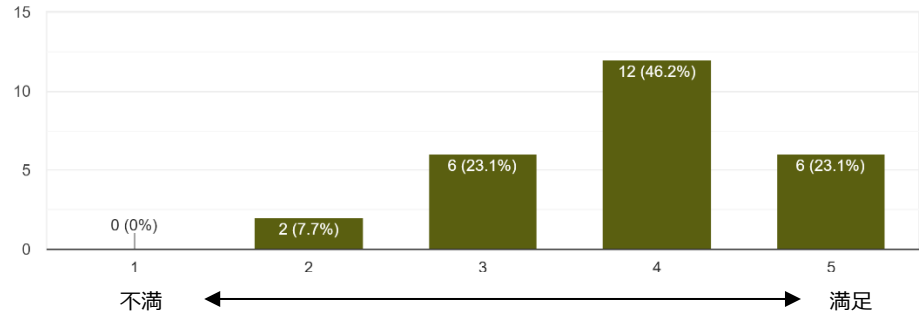
第1回　矢巾町施策に関する矢巾町の方からの講義
26 件の回答



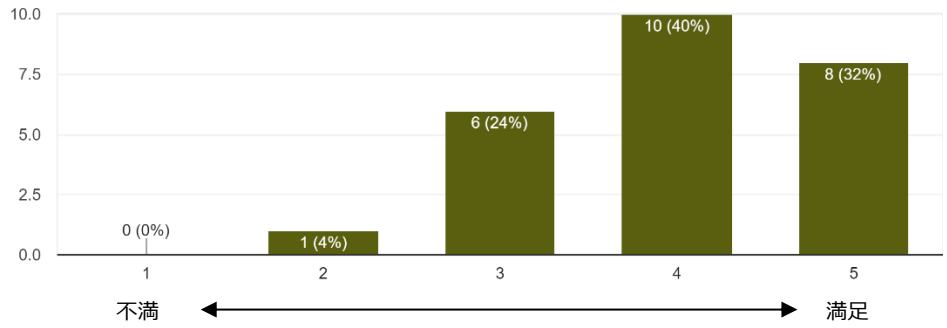
外部（南昌病院・ｹｱｾﾝﾀｰ南昌・矢巾町縁ジョイ）訪問演習について
26 件の回答



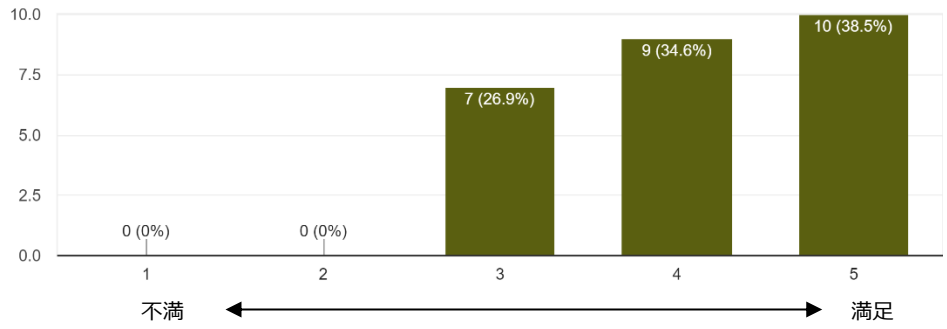
チームでのディスカッションや作業について
26 件の回答



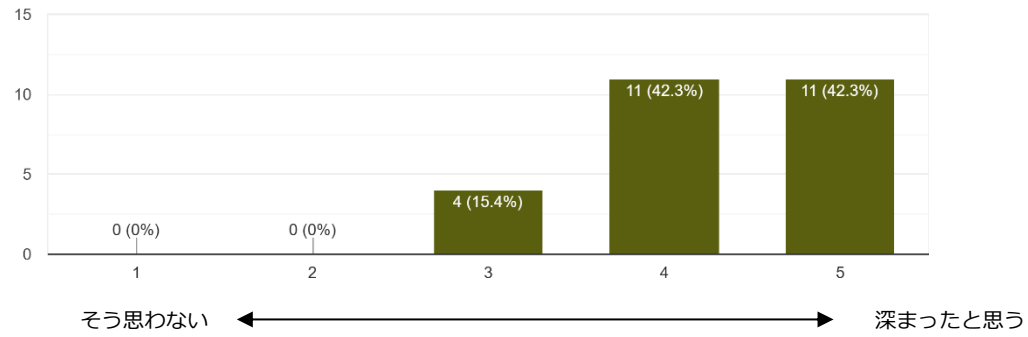
教員の関わり・指導全般について
25 件の回答



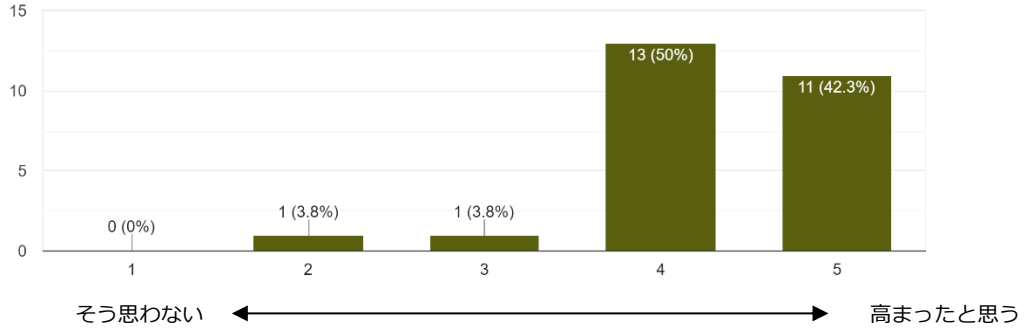
複数学部の教員関与について
26 件の回答



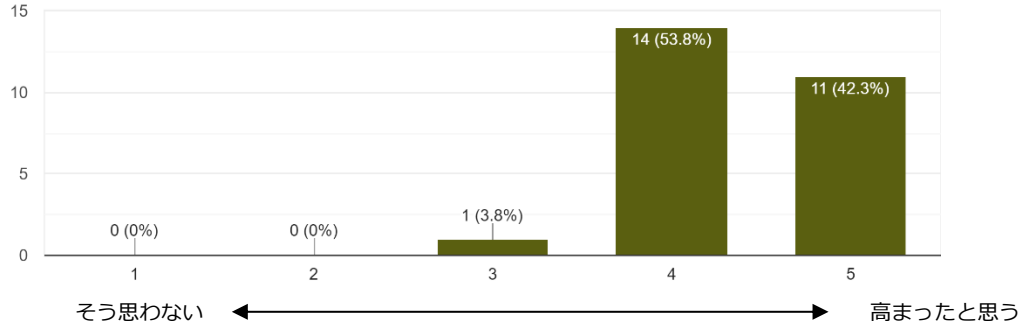
今回の演習により地域における脳卒中対策についての理解が深まったか
26 件の回答



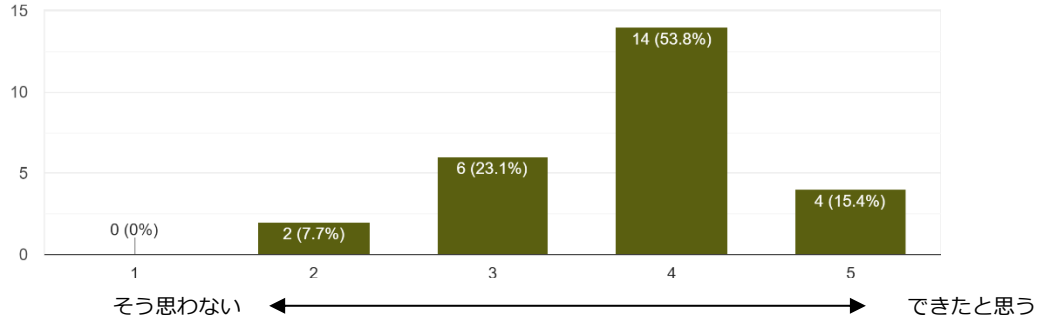
今回の演習を経験し今後の地域医療学習へのモチベーションが高まったか
26 件の回答



学部混合で演習等を行う意義があったか
26 件の回答



他学部等学生間の交流を図ることができたか
26 件の回答



学生アンケートより　演習全体への感想　【抜粋】

他、前半掲載（13～20 ページ）最終レポート課題にも気づきや感想が含まれておりますのでご覧ください

―　医学部　―

・普段の授業では知識として聞いて学ぶことが多い。しかし、今回の演習は実際の現場に行き、目を使って学ぶ機会が多かった。一回でも実際の医療現場を見ておくことは非常に大切なことだと感じた。

・脳卒中というテーマを通して、地域医療の問題点を見ることができたのでとても有意義な時間になったと思う。特に、矢巾町の地域医療を近くで見てみて、自分の住んでいる場所と比較することで、利点がよく分かった。

・地域によって様々な特性があり、一様な視点や対策では効果が得られないということを認識することができた。また地域の方から直接お話を伺うことができた事で、より地域の健康や医療に関する取り組みについて身近に感じることもできた。

―　歯学部　―

・様々な側面から地域医療を考えられる普段の授業では感じられない貴重な経験になったと思う。また、コロナの中個の授業に協力していただいた関係者の方や先生方に感謝したいと感じた。この授業が今後さらに発展して、地域医療を大切にする岩手医科大学として、医歯薬看がさらに連携し地域に根付いた特徴的な科目になればよいと感じた。

・今回はコロナ禍の中ということもあり、活動時間の短縮や zoom を介した講義が多く、皆さんと直接かかわる機会が少なかったのは非常に残念でしたが、脳卒中についての知識を深めることはできたと思います。来年度は、昨年度のように皆さんと実際に集まっていろいろなところへ行き様々なことを楽しく学べるようになることを祈ります。

―　看護学部　―

・Zoom で話し合うのは慣れない部分が多かったが、いろいろな意見がきけて楽しかった。南昌病院やケアセンターの見学もなかなかできないことだと思うので、本当に良い経験ができたと思う。実際に地域の人の話を聴けたのも、テーマについて考えるうえでとても参考になった。今回ご協力くださった皆様、本当にありがとうございました。

あとがき

本学は、2017 年度に開設された看護学部も完成年度を迎え、名実共に「医療系総合大学」となりました。専門職連携教育の果たす役割はますます大きくなっていることは言うまでもありません。「地域医療課題解決演習」は、医療や介護の提供体制が大きく変化していく時代にあって、地域の医療課題を理解するとともに、学部横断グループで討議し課題解決策を考察することを狙いとするものです。加えて、医療人としての社会性、コミュニケーション能力を身につけることを目指し、全 8 コマの自由科目として行っているものです。

2020 年度は第 4 回目として「脳卒中」をテーマといたしました。「脳卒中」は、一旦発症すると ADL を悪化させ、その後の人生を一変させる可能性が高く、また多くの医療・介護等社会資源の投入が求められる疾患です。岩手県においては、長年の全国ワーストからの脱却に向けて取り組んできたテーマであり、矢巾町においても減塩調味料の開発・普及による発症予防に取り組んでいるものです。

今年度は過去最多となる、医学部 18 名、歯学部 3 名、薬学部 2 名、看護学部 3 名の計 26 名の学生が参加しました。新型コロナウイルス感染症によりグループ学修や実地研修が制限されるなか、大幅にコース開始が遅れてしまい、最終的に演習実施は少人数ごとに複数分散開催で、講義やディスカッションは Zoom を活用など制約の多い形式での演習となりました。

そのような中にあっても、複数回にわたる見学を快くお引き受けくださいました「ケアセンター南昌」様、「南昌病院」様の多大なるご協力、また介護予防活動の住民皆様のご厚意により、キャンパスから一歩外に広がる地域の実情を肌で感じることができたと思います。グループディスカッション、プロダクト発表会も Zoom で行われましたが、予想以上の活発な意見交換が行われ、学生目線からの「脳卒中予防対策」を矢巾町に提言させていただくことができました。

本報告書は、今回参加した学生たちの演習成果をまとめたものです。ぜひご覧いただき、忌憚のないご意見やご感想を頂戴できれば幸いです。

最後になりましたが、今回の演習にあたりご指導いただきました矢巾町健康長寿課長の村松徹様、健康づくり係長の藤井実加子様、予防担当係長の小原朋子様、ほか健康長寿課の方々、また施設見学にご協力いただきました医療法人社団帰厚堂・社会福祉法人敬愛会 ケアセンター南昌ならびに南昌病院の皆様はじめ、矢巾町エン(縁)ジョイ活動でお世話になりました区長の皆様ほか住民の皆様に心より感謝を申し上げます。また、今年度は特にも困難な調整に奔走下さいました全学教育推進機構の高木課長さん、各学部担当教員に深く感謝申し上げます。ありがとうございました。

令和２年度　地域医療課題解決演習　担当教員
医学部 救急･災害･総合医学講座 総合診療医学分野　教授　下沖 収