北海道更別村

北海道更別村

更別村役場
〒089-1542 北海道河西郡更別村柏町93番地
TEL 0155-52-2111 ／ FAX 0155-52-2812
https://www.sarabetsu.jp

更別村国民健康保険診療所
〒089-1531 北海道河西郡更別村字更別190番地1
TEL 0155-52-2301 ／ FAX 0155-53-2100
http://sarabetsuvillage-clinic.blogspot.com

Hokkaido Centre For Family Medicine

北海道家庭医療学センター

法人本部
〒007-0841 北海道札幌市東区北41条東15丁目1-18
TEL 011-374-1780 ／ FAX 011-374-6265
https://www.hcfm.jp

更別村 国民健康保険 診療所 20th

更別村 × 北海道家庭医療学センター

支え合った20年の軌跡

1000人の人を1ヶ月診ていたら、750人になんらかの問題が出て、そのうちの250人が家庭医を受診して、入院が必要だったのは9人。他の科の専門医を必要としたのが5人、大学病院には1人だったという研究データがあります。何が何でも(高度医療が受診できる)帯広市ではありません。私どもの家庭医は4年間のトレーニング期間に独自の教育を行い、全ての症例に対応します。家庭医がカバーできる範囲と領域は広いのです。必要であれば帯広市の総合病院の専門医に紹介します。家庭医は患者中心の医療です。そして家庭・家族内の問題を重視します

これは2001年、当時北海道家庭医療学センター所長であった葛西龍樹の住民講演会での言葉です。あれから20年。住民の安心と安全を守る更別村国民健康保険診療所。その軌跡を辿ります。

更別村国民健康保険診療所のあゆみ

1955. 3月	更別村国民健康保険診療所開設(15床)
1974. 11月	更別村国民健康保険診療所移転新築(19床)
2001. 5月	医療法人社団カレスアライアンス(後の独立法人/医療法人北海道家庭医療学センター)と医療業務提携(医師2名・看護師6名・看護補助員6名・事務5名体制)
2002	家庭医療の専門研修修了者がスタッフとして初めて赴任
2004	診療所改築工事
2021	医療法人北海道家庭医療学センターと医療業務提携20年

更別村国民健康保険診療所

家庭医としての20年

山田 康介
更別村国民健康保険診療所 所長
北海道家庭医療学センター 副理事長

葛西龍樹先生（北海道家庭医療学センター前所長）から更別への異動を命じられたとき、私は医師3年目。将来的に僻地の医療をやりたいと願って家庭医の道を選んだものの、まだ研修中の身。学徒動員だといって反発しました。しかしすべては決まったこと。任された以上はしっかりと立ち上げを行って後輩に引き継ごうと思い直し、半年間の約束で更別行きを受け入れました。今だから打ち明けますが、4年間の研修が終わったら、ほかの研修先を探してもっと実力を磨きたいと心の中では考えていました。

診療所に赴任したのは2001年5月。27歳でした。葛西先生や村側が村民向け説明会をしてくださったおかげで、すぐに村民の皆さんがお試しで相談にきてくれました。私としても日鋼記念病院で学んだことが生かせたし、分からないことは仲間と一緒に勉強するうちに診療技術の幅が広がり、その半年間は想像以上に充実したものとなりました。その後、更別を離れて岐阜の診療所へ3カ月研修に行きました。そこで地域に根ざした家庭医療の実践を目の当たりにし、指導医の先生と毎晩のように語り合ううちに、自分が進むべき道はこの道であることに改めて気づきました。北海道家庭医療学センターは世界標準の本格的な家庭医育成施設としては日本初です。そこで育った自分が、和製家庭医第1号として通用することを示したい。家庭医が最高に機能する地域をつくりたい！そう胸に誓って、翌年の春、更別に戻ってきたんです。

意識したのは子どもが集まる診療所でした。お年寄りと違い、若い人は車でどこでも受診できます。帯広の病院ではなく、うちを選ぶというのは、そのまま更別診療所に対する評価だと考えました。それで若い保護者との接点を持つため乳幼児健診を始めました。インフルエンザワクチンの値下げも効果的でした。当時の村瀬事務長に掛け合って接種金額を引き下げ、たくさんの子どもたちが受けやすいようにしました。2003年にどんぐり保育園ができたときには園医に選んでいただきました。翌年に息子が生まれて保育園に通うようになり、パパ友・ママ友ができて、同世代とのパイプも強くなりました。そうして小児の患者さんが増えていきました。高齢者に対しては、認知症が注目され始めた2005年にもの忘れ相談外来を立ち上げました。認知症を広く知ってもらうため、ケアマネやヘルパーなど介護に関わるみんなで集まって寸劇をやりました。多職種連携が深まった出来事でしたね。

私たちが日鋼記念病院から独立したときのことも忘れられません。企業運営の経験も全くない若手医師の集団でしかなかった私たち北海道家庭医療学センターを信じて業務提携を決断してくれた更別村には本当に感謝しています。20年間で35名の専攻医がここで研修に励みました。短期実習も含めれば100名を超えます。今後も多くの家庭医がここから巣立っていくでしょう。

更別村国民健康保険診療所 × 紡ぐ

西山 猛
北海道十勝 更別村 村長

望む「未来」を創り続けて20年、これからも

更別村は住民一人当たりの医療費が道内2番目に低く、出生率は1.87（全国平均1.34）で、2021年10月の人口は前年を上回りました。「元気なお年寄りが多い村」「安心して子どもを生み育てられる村」、それを支えているのが診療所であることは村民の誰もが認めるところです。山田先生に初めてお目にかかったのは、先生が診療所に赴任してまもなくの頃。「病気だけではなく患者さんの家族や社会背景まで診る」という言葉には、私も教育者として同じように考えながら教壇に立っていたので強く共感しました。不登校が問題になったときには幼稚園教諭・保育士・学校教員と医師が連携してケース会議を開き、解決に当たりました。私も更別小学校の教員として参加し、山田先生のリーダーシップにとても感銘を受けたことを記憶しています。

診療所の先生方は、時には診療所を飛び出してマラソン大会などのさまざまな行事に参加してくださり、村民も親しみとともに絶大な信頼を寄せています。ここまで村の医療が充実したのは、20年間にわたり先生方が村民のために心血を注いでくださったから。村民を代表して深く感謝します。現在は「100歳になってもワクワク働けてしまう奇跡の農村」を目指したスーパーシティ構想にも協力していただいています。未来は夢想するものではなく、自分たちの手で創るもの。それを20年前から診療所は実践してきました。これからも健康な村づくりに力をお貸しいただければ幸甚です。

更別村国民健康保険診療所 × 更別村から医師を目指して

宿田 耕之介
社会医療法人 母恋 日鋼記念病院 消化器内科 医師（専攻医２年目）
更別村出身

山田先生の背中にあこがれて

診療所には物心がつく前からお世話になってきました。「医者になりたい」と思ったのは中学３年生のときです。高校受験を控えて将来を見据えたときに、地方で暮らしながら人の役に立てる仕事に就きたいと考え、頭に浮かんだのが、いつもやさしい笑顔で患者さんの話に熱心に耳を傾ける山田先生の姿でした。中学校卒業後は更別を離れ、函館の高校へ通いました。医大に合格し、報告のため診療所へおじゃましたときには、山田先生にすごく喜んでもらえたことを覚えています。

現在は室蘭の日鋼記念病院の消化器内科で、専門医になるため勉強中です。専門研修プログラムを決める中では迷いもありました。決断したのは臨床研修のとき。内視鏡やエコーを使い、自分の手を動かして病気を見つけ、治療を組み立てる医療にやりがいを感じました。これからも尊敬する指導医のもとで数多くの検査・症例を積み重ね、ゆくゆくは更別のようなまちに住み、患者さんやご家族を一番に考え、自分の持っている技術や身の回りの資源を最大限に活用して医療を提供する、地域に根ざした医者になりたいと考えています。

最後となりますが、20周年おめでとうございます。更別村国民健康保険診療所は、自分自身にとってそうであったように、子どもからお年寄りまで村民みんなにとってなくてはならない存在です。これからもずっと村民から愛され、尊敬される、地域のよりどころであってほしいと思います。

Message of 20th

安達記広（2017.4-2019.3フェロー）
現若草ファミリークリニック　院長
これからも全国に誇る地域医療のモデルとして、更別村診療所の活躍を期待しております。

松井善典（2009.4-2009.9専攻医/2010.4-2012.3フェロー）
現浅井東診療所　所長
「家庭医療に満ちた診療所」で「医療は村全体の一部」だと学び、「地道な実践と教育はカッコイイ」と私の人生が決まった第二の故郷です。

黒岩冴己（2016.4-2017.3専攻医/2020.4-2022.3フェロー）
現更別村国民健康保険診療所　副所長
家庭医研修を始めてからの半分以上を更別で過ごさせていただきました。この先、更別村での経験が自分の原点になると思います。これからもよろしくお願いいたします。

石川　慶（2016.3-）
更別村国民健康保険診療所　作業療法士
更別村に赴任し5年が経ちます。提携20年と比較すると日が浅いですが、今後数十年先も皆様と笑い会いが続く事を願っております。

中村琢弥（2012-2014フェロー）
現医療法人社団弓削メディカルクリニック 滋賀家庭医療学センター　本部長
更別村は日本を代表する地域医療教育が叶えられている地域と考えており、また私としては生まれたばかりの家族とともに人生のとても大切な時間を過ごさせていただいた思い出深い素敵な場所となっています。

安藤高志（2005-2007専攻医/2007-2009フェロー）
現ホームケアクリニック横浜港南
私は学生の時に診療所を見学させていただき自分の目標が目に見えたことで、医師としてのキャリアが思い描けたと思います。今後も更別村と診療所が地域医療を担う医療人の道しるべであり続けることを願っております。

棟方智子（2007-2012専攻医/2010.4-2021.3フェロー）
現国民健康保険町立南幌病院
更別村、HCFMのおかげで子育ても仕事も楽しく11年間すごすことができ感謝しています。これからも更別村が住み良い村として発展すること、更別村で学んだ家庭医が誕生し続けることを楽しみにしています。

岩上真理子（2012.4-2013.3専攻医/2013.4-2014.1フェロー）
現JA北海道厚生連 帯広厚生病院
これからも「頼れる村の診療所」として、患者・地域に寄り添う先進的な取り組みを継続して下さい。

齊藤那緒子（旧姓 堀）（理学療法士/2007.4-2016.3）
日鋼記念病院から二泊三日でリハスタッフを派遣していた頃が懐かしい。今後も地域に根差した医療が長く提供されますように。

酒井智寛（2017.4-）
更別村国民健康保険診療所　事務長
安心感のある医療体制を整えることができ、様々な相談にも快く応じてくれる皆様に感謝しています。

高橋真奈美（1995.4-）
更別村国民健康保険診療所　事務
急病、けがには24時間体制の対応や訪問診療など、村民に安心をありがとうございます。そして、これからもよろしくお願いします。

西岡康子（2005.4-）
更別村国民健康保険診療所　総看護師長
入職当時は成人看護の経験がなかったため、医師をはじめ周囲のスタッフには随分と助けられました。今後も引き続き、恩返しができるよう医療現場を支えていきたいと思います。

竹村友美
更別村役場　保健福祉課　保健推進係
医療業務提携20周年を迎えられたこと、嬉しく思います。これからも共に村民の健康を守っていきましょう。

森　稔宏（2000.4-2004.9診療所勤務）
株式会社さらべつ産業振興公社　代表取締役
旧診療所から現診療所への移行期に職員として携わることができ、早くも20年。村の医療のみならず近隣町村を含めた地域医療の中核診療所として、益々ご貢献ご活躍されますことをお祈りいたします。

松山なつむ
訪問看護ステーションかしわのもり　統括所長
今の当たり前が20年前は全く違う景色だったと想像します。これからも時代の先を照らしてください。

西山眞理子
どんぐり保育園　園長
どんぐりの子育て支援で山田先生の存在は欠かせません。引き続きお世話になります。

三浦聡美
更別村役場保健福祉課保健推進係　主査
病気だけでなく、その人の生活や家族背景、人生も含めた患者理解の診療をしてくださること、地域づくりへも協力いただきありがたいです。

萩原悦子
社会福祉法人博愛会コムニの里さらべつ　施設長
コムニの里さらべつも更別診療所の先生方に支えられ13年が過ぎました。特養、小規模、訪問、通所の介護サービスの運営に際しまして特段のご支援ご協力を賜り、誠にありがとうございます。今後とも、益々のご発展をお祈り申し上げます。

高木修一
更別村議会　議長
これからも村民の安全と安心を支えていただきますよう、さらなるご活躍をご期待申し上げます。

佐藤敬貴（2014.4-2017.3診療所勤務）
更別村役場議会事務局　事務局長
日々健康に暮らせるのも、診療所の先生方・スタッフの皆さんのおかげです。感謝・感謝

更別村国民健康保険診療所 × 拓く

若い医師が育たなければ地域医療に未来はない

安村 豊治
更別村元村長
（1999 – 2007）

村瀬 泰伸
更別村国民健康保険診療所
元事務長
（1999 – 2003）

安村▸ 2000年4月に当時の診療所の医師から辞めたいと申し出がありました。常駐医師がいないとなれば村民は不安でたまりません。福祉の里総合センターの開設を検討していた時期でもあって、医師が見つからなければ計画も頓挫する。必死でしたね。縁あって日鋼記念病院を紹介していただき、藁をもつかむ思いで村瀬事務長と訪問したのがその年の9月6日。当時の西村理事長と葛西先生に医師派遣をお願いしたところ、「前向きに」と返事をいただきました。

村瀬▸ 葛西先生は新たに研修ができるフィールドを探していたようです。その点、うちみたいに公設診療所なら安心でしょう。北海道家庭医療学センターにとって悪くない話だったはずです。ところが、地元には「若い先生で大丈夫か?」という懐疑的な声もありました。それまでは経験豊富なベテラン医師だったわけですから。でも、若い先生を育てる組織と、それを受け入れる地域がなければ、地域医療に未来はありません。「若い先生を育てる場を提供しましょう」、そう村長に申し上げました。

安村▸ 正直なところ、家庭医のことは知らなかったんです。ホームドクターぐらいに思っていた。葛西先生から家庭医は「何でも診る」「救急も診る」「病気だけではなく患者の背景も診る」と聞き、更別にぴったりだと思ったね。しかも研修医を含む複数の先生を派遣してくれるという。これで長年の不安から解放されると思って、養成を組み込んだ形での業務提携を決断しました。

村瀬▸ 初めてのことばかりで、実際に赴任してもらうまでも忙しかったですね。まずは診療所職員の理解のために本輪西ファミリークリニックへ研修に行きました。又、村長の強い希望もあって、役場職員に対して「家庭医とは何か?」という研修を始めました。次に住民理解が必要だということで、葛西先生に来てもらって講演会を開催しました。

安村▸ 村民が家庭医を理解することが医師定着には何より大事だと思ったからね。赴任後は地元新聞社がシリーズを組んで紹介してくれました。周囲の応援もあって村民は若い先生を受け入れたし、先生方は地域に根を張るために努めてくださいました。福祉の里総合センターの計画でも山田先生には多大なる協力をいただきました。おかげさまで北海道家庭医療学センターとの業務提携は村に安心をもたらしてくれました。本当に、ありがとうのひと言に尽きます。

「母なる大地」更別村に感謝！

葛西 龍樹
福島県立医科大学医学部 地域・家庭医療学講座 教授
（北海道家庭医療学センター 初代所長）

2000年9月6日。当時の安村豊治村長と村瀬泰伸事務長が室蘭に来てくださった日のことを今も鮮明に覚えています。更別の事情をお聴きして私はお二人の気持ちに応えたいと思ったし、お二人もまた私が診療所と更別村を家庭医育成のフィールドにしたいという願いを受け入れてくださいました。おそらくお二人には、将来、更別で若い家庭医が育つ姿が見えていたのだと思います。

実はお二人が訪ねてくる前から、西村昭男理事長（当時/日鋼記念病院）には地域を基盤にした新しい教育の場が欲しいと訴えていました。私はカナダのブリティッシュ・コロンビア大学で家庭医になる専門研修を受けました。そのプログラムが大事にしていたのが community-based、つまり「地域に根ざした」トレーニングだったのです。世界標準の家庭医育成専門研修プログラムを日本で行うには community-based のフィールドが必要不可欠でした。私たちにはすでに本輪西のサテライトクリニックがありましたが、室蘭という都市部では人口も医療機関も多く、私たちが守るべき「地域」がどこまでなのか見えにくい。その点、更別は人口が当時3400人ほどで診療所は一つしかなく、私たちの提供する医療が村民の健康に直接影響します。更別なら家庭医の役割が見えやすい、community-based のフィールドができると確信しました。

あれから20年。日本初となる本格的な community-based の家庭医療診療所でトレーニングを受けた家庭医は、今や全国で活躍しています。研修中の身でありながら最前線での更別行きを決意してくれた山田康介先生をはじめ、北海道家庭医療学センターの皆さまのご努力の賜物です。「母なる大地」という言葉がありますが、家庭医にとって更別はまさに母なる大地となりました。先日も報道を通じて、東京大学が更別を舞台にスマート農業の研究を行うことを知りました。産業の発展も、教育の充実も、村民の健康がベースにあるからこそ。プライマリ・ヘルス・ケアは持続可能な地域社会活動の礎です。

20年前、どうなるか分からない中でも私を信じ、ともに歩んでくださった安村さん、村瀬さん、更別村議会の皆さま、村民の皆さま、診療所代々のスタッフの皆さま、そして当時の研修医も含めた北海道家庭医療学センターの皆さまに改めて感謝申し上げます。

更別への医師出向が すべてのはじまり

草場 鉄周
北海道家庭医療学センター 理事長

更別村との業務提携は、現在の北海道家庭医療学センターの診療・教育のベースを形作る上で歴史的転換点となりました。診療所が室蘭と更別の2拠点体制になり、都市部に加え郡部診療所という研修フィールドを得たことで、教育の幅が広がり、北海道家庭医療学センターの機能が飛躍的に拡大しました。

郡部の診療所は都市部に比べて地域包括ケアが見えやすいというのが大きな特徴です。行政や保健福祉のプレーヤーと私たち医師が緊密に連携を取りながら、地域全体を見ていくことになるので、地域における家庭医療の役割がとても明確です。ある意味で理想的な家庭医療モデルといえるでしょう。更別村の医療を目の当たりにして感動し、家庭医の道を志すことを決めた医師も多くいます。

一方で大変だったのは距離の問題でした。何しろ今のようにインターネット環境が整備されていない時代です。離れた場所で、どうしたら質の高い教育を実践できるのか…。そこで導入したのがテレビ会議システムです。更別村にも協力をいただきながら専用回線を開設し、2つの診療所をつなぐことができました。今と比較すれば画質も悪く、音声の接続も不安定でしたが、ITによるネットワーク構築をかなり早い段階で経験できたことは、その後の拠点拡大に大いに役立ちました。

自治体との連携、公設診療所における医師のあり方、まちづくりへの参画など、更別村での実践のすべてが、私たちの糧となっています。そしてこの地から、また新たな挑戦も始まっています。医療における広域連携です。2021年4月より私たちは中札内村立診療所の運営を引き継ぐこととなりました。これにより更別村の診療所との医療面の連携が可能になりました。少子高齢化・人口減少が進む中で、限られた医療資源をどう地域に行き渡らせるかは日本全体の問題です。地域医療は「点ではなく、面で展開する」新たなフェーズに入っていると私は感じています。今後も私たちは、常に新しい発想で持続可能な地域づくりに寄与できたらと願っております。