



# 09 東通村診療所

## VOICE プライマリケア・地域包括ケアを学ぶならここ！

(4年・女性・一般科)

プライマリケアや地域医療に興味のある方は、ぜひ東通村診療所へ実習に行ってみてほしいと思います。低学年でも大丈夫ですし、少しでも診察や画像検査の知識があると、より楽しめる3日間になると思いました。東通村診療所での経験を通して、プライマリケアのイメージを掴むことができます。指導医の先生や研修医の先生、スタッフさんたちがとても優しく、初めての实習にも適した診療所だと思いました。

### どうしてその実習先を選びましたか？

#### 地域包括ケアを実際に体験する

これまでの講義や活動を通じて、地域医療の重要性を学んできましたが、その具体的なイメージが持てていないと感じていました。東通村診療所では外来・入院・訪問診療を通じた地域包括ケアを実践されていることを知り、地域に根差した医療や多職種連携がどのように行われているのかを学びたいと思い、実習先を選びました。また、クリニックや病院見学へ行く前の準備として実習に参加しようと思いました。

### 実習先の良かったところは？

#### 県外の先生との交流

指導医やスタッフの方がとにかく優しいです。指導医の先生や研修医の先生は県外出身の方が多く、卒後のキャリアなどたくさん相談などにも乗ってくださりました。進路や就活に対して不安がある人にとってもお勧めです。また、もちろん患者さんもスタッフの方々も、とても雰囲気良く優しい診療所で、診察、聴診、読影などいろいろな経験をさせてもらえます。1つの建物に地域包括支援センターなどの医療系の行政機関や診療所、介護施設が併設されており、地域包括ケアを学ぶのにぴったりな場所でした。

Higashidori Village Clinic

## 東通村診療所の実習スケジュール

### 実習の流れ

## 総合診療・地域医療実習

#### 午前

### 回診・手術見学

- 東通地域医療センターの施設見学
- 朝の回診・カンファレンス
- ラジオ体操
- 地域包括支援センター実習
- 外来見学

センターの役割を体感しました。地域住民の家族関係や人柄を深く知る人が、診療所の相談員として関わっていて、経験の深さからくる連携の上手さを実感しました。

ラジオ体操だけでなく、100歳体操と一緒にやったり、ゴニコンという青森県発祥のトランプゲームと一緒にやったりしました！

#### 午後

### 学習・入院の立ち会い

- 産業医に同行
- 院長先生宅でお茶会（休診日）
- サポート連絡会議
- 老人ホームへの訪問診療

見学の中で実際に診察をさせてもらい、声掛けや聴診、足のむくみの確認などの流れを教えてくださいいただきました。

サポート連絡会議とは、院内の医療スタッフや包括支援センターの職員などが月に2度程度集まり、注意の必要な患者さんについて情報共有する場でした。

長時間労働のあった社員の方との面談や職場巡視を見学させていただきました。外来と産業医としての面談では、所要時間や聞く内容に違いがあって面白かったです。

# Q & A

## 実習参加者の声

### Q1. どのような医師になりたいですか？

志望の診療科などはまだ明確には決まっていませんが、患者さんや他職種の方々としっかりとした信頼関係を気づき、関わる人の力になれる医師になりたいと考えています。

### Q2. 最初に立てた目標は？

病院実習への不安をなくし、クリニックや病院見学に自信を持っていけるようにすることを第一の目標にしました。また地域包括ケアの実践や、基本的な外来などで用いられる手技、患者さんと信頼関係を築くためのコミュニケーション力を身につけたいと思いました。将来のキャリアやなりたい医師像を考える上で役に立つような経験になればと思いました。

### Q3. 東通村診療所までのアクセスは？

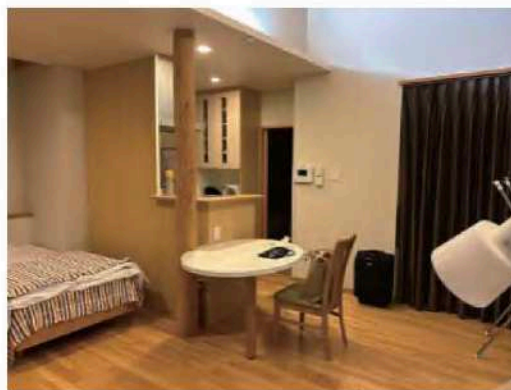
弘前駅から下北駅を電車で2時間半、下北駅から診療所まで車で25分です（事務の方が送迎してくださいました）。切符は事前にまとめたものを購入することをお勧めします。先方から当日始発で来るように指示があり、その通りの電車で行きましたが、雨の影響で電車が遅延し、予定の時間に間に合いませんでしたので、前泊させていただけないか尋ねてもいいと思います。

### Q4. 実習に向けて準備したことは？

診療所についてHPなどである程度調べていきました。そのほか、聴診器を持ってくるように指示があったので聴診の手技などを一応勉強していきました。

### Q5. 宿泊場所はどんなところ？

研修医宿舎でしたが、新しくとても綺麗でした。所長の先生が建築にこだわりがあり、木造で木の香りがして、旅館みたいでした。キッチンなどもあり、一通り生活できる設備が揃っています。ゴミ袋、トイレトーパー、ティッシュは備品がありました。



### Q6. 食事はどうしましたか？

病院食を職員も注文でき、1日3食で1000円程度で医局まで持ってきてくれるので大変助かりました。研修医の方や指導医の方と食事をとることができ、いろいろなことを聞けました。病院内に食堂もあり、300~900円ほどでそばや牛丼などを食べることもできます。

### Q7. 持ち物は？

KC、室内用の靴であれば色も自由でなんでも可でした。名札は所属先のもので良いと指示があったので、大学のものを持っていきました。地域包括支援センター実習で着用・体操するので、ジャージなど動きやすい服を持参しました。休診日には院長先生とのお茶会もあるので、ちゃんとした私服があると良いです。ATMなどが近くにない場合もあるので、現金をある程度持っていくのがおすすめです。