

平成23年度第2回マスコミとの懇談会 「地域医療（かかりつけ医）に何を求めるか」について

理事 玉井 修



平成23年8月25日（木）、沖縄県医師会館において第2回マスコミとの懇談会が開催されました。今回のテーマは『地域医療（かかりつけ医）に何を求めるか』であります。

最初のプレゼンターは、現在北部地区医師会の副会長でもあり、今帰仁診療所院長として地域のかかりつけ医として活躍する中で、農耕を営みながら積極的に地域に溶け込み、食育の問題や生活習慣病への啓発活動などに対して強いメッセージを発信し続ける石川清和先生です。地域医療を担うだけでなく、地域のオピニオンリーダーとして非常にユニークな活動をされています。石川先生の視点は常にオールジャパンまたは世界に向けており、最新の医療情報を如何に地域医療に実践していくかを模索している活動だと思いました。かかりつけ医という言葉そのものも、日本とアメリカのFamily Physicianではその意味合いが違ってきます。フリーアクセス、皆保険制度など日本型医療の利点を踏まえて様々な提言を頂きました。次に、琉球大学医学部附属病院地域医療部の武村

克哉先生から現在琉球大学医学部の学生に対して行っている地域医療研修を通して見えてきた、今後期待されるかかりつけ医の重要な役割について解説して頂きました。地域医療を総括的にコーディネートする中核的存在としてかかりつけ医は重要な立ち位置にあると思われ、若い医師が早い時期にかかりつけ医という存在に直に触れるという事が大切であるとお話されました。

今回のマスコミとの懇談会は、マスコミ側から11名の参加があり、積極的な議論が出来たと思います。今回はコミュニティFM局からの参加も多く、地域への情報発信において地域のコミュニティFM局への積極的な参加は今後の対外広報において一つの選択肢になりうるという思いが強くなりました。懇談会後にささやかなオードブルを囲んで懇親会を行いました。そこで話された本音の会話は非常に充実しており、このマスコミとの懇談会が果たすべき役割は何も色褪せてはいないと確信致しました。

懇談内容

マスコミとの懇談会出席者

1. マスコミ関係者

(順不同)

No	氏名	役職名	備考
1	大城勝太	エフエム沖縄放送局 アナウンサー・ディレクター	エフエム沖縄放送局
2	池島弘樹	NHK沖縄放送局記者	NHK沖縄放送局
3	玉城江梨子	琉球新報社社会部	琉球新報社社会部
4	石井恭子	琉球新報社社会部	琉球新報社社会部
5	島田直弥	沖縄テレビ報道部記者	沖縄テレビ報道部
6	赤嶺由紀子	沖縄タイムス社会部記者	沖縄タイムス社会部
7	棚原大悟	琉球朝日放送報道制作局記者	琉球朝日放送報道制作局
8	池原雅史	週刊レキオ編集部長	週刊レキオ
9	平良斗星	エフエム那覇代表取締役	エフエム那覇
10	仲宗根朝治	FMよみたん代表取締役社長	FMよみたん
11	比嘉美与好	FMよみたん	FMよみたん

2. 沖縄県医師会関係者

No	氏名	役職名	備考
1	石川清和	今帰仁診療所所長	今帰仁診療所
2	武村克哉	琉球大学医学部地域医療部助教	琉球大学医学部附属病院
3	宮城信雄	沖縄県医師会会長	沖縄第一病院
4	小渡敬	沖縄県医師会副会長	平和病院
5	玉井修	沖縄県医師会理事	曙クリニック
6	當銘正彦	広報委員	県立南部医療センター・ こども医療センター
7	久場睦夫	ふれあい広報委員	国立病院機構沖縄病院
8	照屋勉	ふれあい広報委員	てるや整形外科
9	喜久村徳清	ふれあい広報委員	三原内科クリニック
10	増田昌人	ふれあい広報委員	琉球大学医学部附属病院
11	小宮一郎	琉球大学医学部附属病院教授	琉球大学医学部附属病院
12	我那覇仁	県立南部医療センター・ こども医療センターセンター長	県立南部医療センター・ こども医療センター
13	玉城清酬	広報委員	空と海とクリニック

懇談事項

地域医療に何を求めるか？

今帰仁診療所 石川清和



今日は私が今帰仁でやっていることを地域医療についての1例として提示し、武村先生が琉大の地域医療部で行っている取り組みを中心に総括的な話しをします。

今日の話

- 地域の医療を守る 健康長寿再生
- 病気になる生活習慣
- 医食農脳動同源
- 食をめぐる問題
- 農業をめぐる問題 自然農法
- 求められる医師像
- 東日本大震災大津波被災地支援

私は国費医学制度（医師不足を解消するための、県内の試験を受けて本土の各大学医学部に編入される）で医師になりました。九大医学部卒後10年目、7年間の県立北部病院勤務を経て今帰仁診療所を開業しました。1995年当時の今帰仁村は、肝炎が多く、C型肝炎ウィルス抗体陽性率は2%を超え県内の他地区平均0.7%よりも高い状態でした。インターフェロン治療、肝炎の進行遅延、食道静脈瘤・腹水などの合併症の予防、肝がん早期発見に取り組んできました。現在は患者さんの高齢化もあり肝疾患は減少してきています。

地域の健康を守るため、「病気になる生活習慣」をモットーとして診療に取り組んでいます。疾病予防の取り組みとして患者の付き添いや予防接種、健康診断で病院受診時に肥満者へ呼びかけし、管理栄養士による栄養指導を行い、特定健診結果の確認、頸動脈エコー検査の

導入、心電図変化、尿中塩分定量、エルゴメーター負荷心電図、24時間血圧測定等を導入してきました。寝たきりにならないため、各種運動を勧め、認知症にならないための検査、脳トレを指導しています。

病気になる生活習慣として最も大切なのは医食同源の考えです。様々な食事の問題の中で便秘にならない食事をする事、健康野菜を片手5皿分取ることが大切だと感じています。現在の輸入農作物を含めた残留農薬、カビ毒素、有機農業の有機肥料の入れすぎによる亜硝酸体窒素の問題があり、医食同源だけでは済まされない、医農同源として解決していかなければならないと思っています。

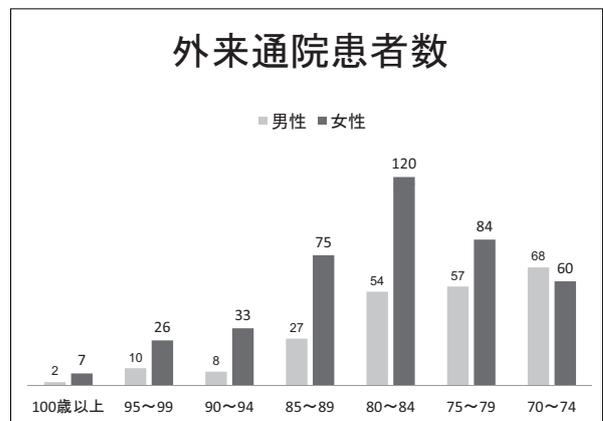
農村地域の今帰仁では夏場あまりに汗をかきすぎるため、塩分摂取不足からこむら返り、血圧低下、全身倦怠感、食欲不振になる例があります。食事の塩分摂取量を指導するため、尿中の塩分測定と、0.7%、1%、1.2%の塩水で味覚チェックをすることで、患者さんへの塩分の摂取過不足の指導を行っています。

生活習慣改善のためには社会全体での取り組みが必要で、ソーシャルネットワークの中で、人とつながりの多い人は影響力が強と考えられます。肥満は感染する、同様に健康づくりも感染すると思っています。ここに参加されているマスコミの皆さん、医師の皆さんは影響力がとても強いので、皆さんが強い意志で健康づくりをすると、周りも変わると考えられます。食育もとても大切なことで子供のうちから医食同源を意識させるため、子供だけで作る弁当の日

を年に二回、小中高で開催しています。

最後に最も大切なことは地域、社会が持続可能であることです。次の世代のために地域の環境を守ることは最も大切な使命と考えています。今帰仁には宝物がたくさんあります。複雑な地層ゆえ植層が多く、蝶や野鳥の種類が多く生息する乙羽岳、その乙羽岳が育む豊かな海産物を住民に供するイノーや海、基地のない農業が基幹産業であることが今帰仁の健康長寿をもたらしてきたと思います。健康長寿も今帰仁村の宝物です。今帰仁診療所の7月～8月中旬の受診者を見てみるとかなり高齢者が多いのがわかります。これまでに、ハーバード大公衆衛生大学院生らによるJAPAN TRIPや公衆衛生学教授らの健康長寿者のフィールドワーク、世界のマスコミの取材がありました。多くの百寿者、世界一長寿者を今帰仁から輩出することも今帰仁を活性化することになると信じて今後も地域医療に取り組んでいきたいと思っています。

外来通院患者数



食育

- 弁当の日
- 子供だけで作る弁当の日
- 年に2回開催
- 小学校5・6年生、中学校生、高校生



地域医療（かかりつけ医）に何を求めるか？
琉球大学医学部附属病院 地域医療部
武村克哉



地域医療部は、1970年代初頭に創設された歴史ある部署です。現在、県寄附講座の地域医療システム学講座、地域医療教育開発講座など他の部署と協同し、地域医療を支える

人材育成に力を注いでいます。今後、沖縄の地域医療のさらなる充実と発展を目指し、より一層教育・診療・研究活動に励んでいく所存です。

さて、本日のテーマについてですが、私からは総論的なお話をした後、「地域医療（かかりつけ医）に何を求めるか？」について私見を述べたいと思います。この会の冒頭挨拶で宮城信雄会長から、これからの医療は「一つの医療機関だけで医療を完結するのではなく、地域の中で医療を完結する」「診療所にかかっている人だけを診るだけではなく、家族、地域を包括的に診る」ことがより求められるとのことのお言葉がありました。今帰仁診療所の石川清和所長からは、「病気にならない生活習慣」への実際の取り組みのお話がありました。本日私がお伝えしたいのは、まさにこの2点に集約されます。

現在の日本の保健医療を取り巻く環境として、がんや循環器疾患等生活習慣病の増加など疾病構造の変化、急速な少子高齢化の進展、医学・医療技術の進歩による医療の高度化・専門化の進展ということが挙げられます。沖縄も例外ではありません。

2000年に沖縄県の男性の平均寿命が全国第26位に後退し、いわゆる「26ショック」として受け止められました。それ以降も沖縄県は、全国の平均寿命の伸びに比べ、男女とも下回っており、健康長寿沖縄の維持継承が大きな課題となっています。その原因の一つに生活習慣の問題が挙げられます。沖縄の肥満者の割合は全国と比較し、各年代で突出しています。肥満は糖尿病をはじめ生活習慣病のリスクとなりま

す。沖縄県の糖尿病の年齢調整死亡率は男女とも高く、糖尿病性腎症による新規透析導入率は全国平均を上回り、都道府県別でみると上位となっています。糖尿病をはじめとする生活習慣病は動脈硬化を引き起こし、沖縄県の死因の上位を占める心疾患や脳卒中につながります。沖縄県では県民の健康づくりを推進するため、健康おきなわ21が策定され、健康増進計画が進められています。現在、既に多くの医師が特定健診・特定保健指導、地域での健康教室などを通して保健活動に熱心に関わっておられるように、今後もかかりつけ医には、保健関係者との連携、ヘルス・プロモーションを意識した地域との関わりが求められると思います。

もう一つの大きな課題としては、少子高齢化の進行が挙げられます。沖縄は全国に比較し、少子高齢化の進展は緩やかではありますが、着実に進行しています。その変化に対応するため、地域包括ケアの構築が急がれます。今年7月に閣議報告された社会保障・税一体改革においても、地域の中で完結する医療への方向性が示され、在宅医療の充実を含め、これからかかりつけ医に求められる役割は大きくなっていくものと思われます。

以上、まとめますと、地域医療（かかりつけ医）に求められるものは、1) ヘルス・プロモーションへの積極的な関わり、2) 在宅医療に関する取り組み、3) 家族・地域を含めた総合的な視点を持った診療ではないかと私は思います。

最後に、医学教育に関わっている立場として、地域の先生方には「地域で医学生を育てる」ことへのご協力をお願いし、話を終えたいと思います。

質疑応答

○玉城氏（琉球新報社）



沖縄戦追悼・平和祈念生活習慣改善運動は今年から始めたのか。

○石川先生 この沖縄戦追悼・平和祈念生活習慣改善運動を今年から3月26日～6月23日まで実施した。初めは自身の禁酒のため、生活習慣改善の目的で実施したのだが、長期間続けることで身体が軽くなったと感じた。是非皆さんも実施してほしい。また、毎月23日を記念日とし、それが、是非自分たちの生活の根底にある健康を再度見つめ直すきっかけとなつてほしいと願っている。

○平良氏 (エフエム那覇)



現在の高齢化社会を踏まえて、理想とする保険の形態は何か。

○石川先生 自由経済主義のアメリカでは、国民皆保険制度は成り立たないと考える。日本は長寿会社が多く、思想として1. 自分も儲かる。2. 商売でも儲かる。3. 社会全体にとっても利益になる。その3思想が日常生活でも定着しているので成り立つと考える。そのためには、国民一人ひとりが自覚をもって生活していけば大丈夫だと思っている。

○小渡副会長



保険の形態は世界各国で様々な種類があり、日本の医療制度でも様々な問題が発生していると報道されている中で、WHOでは日本の医療制度は世界で1番優れている医療制度だと認めている。理由として安い費用で、長寿国となっている現状が評価されている。

現在の日本の医療制度の問題点は、急激な高齢化社会を迎え、それを補う保険料が足りないとのことで、小泉政権ではアメリカと同様に自由主義の医療制度を導入しようと考えたが、医療制度が崩壊する恐れがあり、日本医師会でも反対の意向を示していた。

現在の日本の医療制度の問題点は、急激な高齢化社会を迎え、それを補う保険料が足りないとのことで、小泉政権ではアメリカと同様に自由主義の医療制度を導入しようと考えたが、医療制度が崩壊する恐れがあり、日本医師会でも反対の意向を示していた。

○宮城会長



OECD加盟国の中でGDP比に占める日本の医療費は22位となり、先進国の中では下位に位置している。その結果から、他の国と比べても日本の医療費は非常に安いと考える。

皆保険については、国民のほとんどが加入しており、組合保険が解散しても協会健保に入ることになるため、日本では無保険になることはないことから、非常に安定した保険とのことで評価されている。

アメリカでは、国民皆保険制度導入の提案があったが、医療保険を取り扱っている民間保険会社が市場を荒らされることを嫌って反対するとともに、自由な価格を設定できなくなり、医療費が抑制されることを懸念した医療関係者が、国民皆保険制度を反対している。

○平良氏 (エフエム那覇) 現状の被用者保険を実施すべきか、それとも税金を投入して運用すべきか。

○石川先生 財源は別として、費用の面で負担を減らしていければいいと考える。一人ひとりが生活習慣を見直すことで、医療費を抑えることができるので、そこに視点を向けて取り組んでいければ運用できるのではないかと考える。

○平良氏 (エフエム那覇) 健康に関する普及啓発の活動に関して、成功体験等あればお聞きしたい。

○武村助教 石川先生の講話でもあったが、影響力のある人がいい生活習慣を持ち、前面に出



て活動すると、それが周りの人間に影響し、良い効果が得られるのではないかと私も考える。

○喜久村先生



医者は診療所で治療するが、こちらから一方的に説明を行っても患者さんに知識があればスムーズに行く。ポピュレーションアプローチとは公衆衛生学的な啓発活動である。成功体験

はあるのかないのか。全国的にもマスコミは健康問題を積極的に取り上げているので、沖縄のマスコミの方も主体的にアイデアを出していく時代と思う。

○照屋理事



「健康おきなわ21」のキーワードは、栄養対策（食育）と運動対策（貯筋）、タバコ対策（禁煙）、アルコール対策（節酒）、ストレスマネジメント（笑い）、歯科保健対策（歯磨き）、

生活習慣病対策、の六つの大きな柱であり、是非とも一般の方に伝えてほしい。

○赤嶺氏（沖縄タイムス）



在宅医療の推進には学生のうちから教育することが重要との声がある。在宅医療に関して、琉球大学ではどのような取り組みをしているのか。

○武村助教 現在、琉球大学では、在宅医療を行っている先生から学生に講義して頂いている。また1日～2日地域の診療所で地域医療実習を実施しているが、その中で診療所によっては在宅医療に触れる機会もある。今後は実習期

間を伸ばし、実習にご協力頂いている施設の中に在宅医療を行っている施設を増やしていきたいと考えている。

○玉井理事 私の診療所でも、毎年何人か研修医が実習を行う、若い世代が一人でも多く地域医療に触れ活性化を担ってほしい。

○仲宗根氏（FMよみたん）



未病の方に対してどのように健康に関して情報提供していくかが重要だと思う。特に中高年に向けた医療情報の発信のために、地域のマスコミを是非活用して積極的に情報発信

してほしいと考えるがいかがか。

○玉井理事 医師として、できるだけ時間を割いて、一般向けに情報発信する機会を設けるよう努力する必要がある。また、マスコミ側から具体的にどのような情報を提供してほしいのか、依頼を頂ければ是非協力していきたい。出演交渉については、沖縄県医師会、地区医師会等を通じて交渉するのも一つの手段である。また、当懇談会等に是非出席いただいて、顔見知りになることで、交渉もしやすいのではないかと考えるので今後も参加頂きたい。

○小渡副会長 未病の方に対して行う予防活動のことを地域保健活動というが、本来は公的機関の保健所等が積極的に実施していくべきであると考えている。

