

オール沖縄で
医師のキャリアを考えるマガジン

Muru Uchina

ムルウチナー

2016 Spring Vol.02

Top Interview

宮古島に 光る星たち。

沖縄県立宮古病院 副院長
総合診療科
本永英治 先生

Take Free

ご自由にお持ちください



Muru Uchina

ムルウチナー

オール沖縄で 医師のキャリアを考えるマガジン

沖縄で活躍する医師たちを通して

沖縄の医療と臨床研修の魅力を紹介するマガジン「ムルウチナー」。

「ムル」は全部、「ウチナー」は沖縄を意味します。

島の人々の健康を守るためには

地域住民との“信頼関係”と地域医療機関との“連携”が必要不可欠です。

医療の本質と島の未来を見つめ続ける沖縄県の医師たちの

「ムルウチナー」を感じていただけたら幸いです。





2016 Spring Vol.02 INDEX

P.02
Top Interview

宮古島に光る星たち。

沖縄県立宮古病院 副院長
総合診療科

本永英治 先生



P.06
Special Talk

沖縄の未来を見据えて

沖縄県地域医療支援センター
副センター長

川妻由和 先生



P.10

OKINAWA Residents Story

沖縄の研修医の話。

琉球大学医学部附属病院
初期研修医

古堅優佳 先生



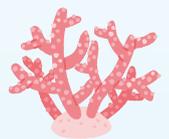
P.12

OKINAWA DOCTORS SCENE

沖縄で働く医師の話。

沖縄県立南部医療センター・
こども医療センター皮膚科

花城ふく子 先生



P.14

Islands in Okinawa #02

久米島

P.16

Okinawa Crossword Puzzle

沖縄クロスワードパズル





Top Interview

宮古島に 光る星たち。

この春、協力型から基幹型臨床研修病院にステップアップし、独自の研修医育成を開始した県立宮古病院。そのオリジナルの研修制度を監修し、故郷の宮古島で地域医療に長年携わってきた副院長・本永先生に、今後のビジョンと夢について話を聞いた。

INTERVIEW

沖縄県立宮古病院 副院長
総合診療科

本永英治 先生

Eiji Motonaga

平良字西里出身。自治医科大学校卒。県立中部病院、八重山病院などを経て1998年宮古病院リハビリテーション科医長、2004年同病院医療部長、11年副院長兼医療部長。2010年地域医療貢献奨励賞を受賞。

「病気がなく、患者を見るそれが地域医療の第一歩」

「随分、若かった頃の話です。離島に赴任し、診療所の休診日である日曜日になると決まってる『めまいがする』と電話してくる90歳のおばあちゃんがいました。診療所へ来て欲しいと話しても、車酔いするから往診に来て欲しい、と。以来、毎週のように通うことになりました」と語るのは、沖縄県立宮古病院の副院長・本永先生。食事やや、海へ釣りに出かけていても、繰り返しかかってくる電話に半ばうんざりしていた頃、そのめまいが原因でおばあちゃんが骨折したという。本島へへり搬送した時には、「なぜもつとおばあちゃんの身になって考えてあげられなかったのだろう」と反省したのだとか。

「離島勤務を終え、船で帰ろうと見送りに来てくれた島の人たちに手を振っていると……その向こうからあのおばあちゃんが杖をついて一生懸命歩いてくるのです。そして私のところへ来て『ありがとう、ありがとう』と手を握ってくれたときは涙が溢れました」

だと気付いたという本永先生。

「患者さんの世界観で話していることを、私たち医療者が敬意を持って傾聴し共有していくことが重要です。故郷である宮古島へ戻って18年になります。宮古の方言も常に学び、高齢の方々とのコミュニケーションも育みました」

文化や言葉に共鳴することも、地域医療従事者の心がけの一つと語る。しかし、宮古語は2009年には奄美語や八丈語とともに「危機言語」に指定されるほど話し手が少ない言語。非常に発音が難しいことでも知られている。

「同じ病気の人に同じ治療をしても個人差があるように、患者さんに共感し、患者・医師間の壁がなくなることで治療の経過が変わることは大いに期待できることです」

方言が話せるか否かは本質ではないが、以前に話したことを覚えていたり、患者さんの地元の話をしたり、いかに患者さん個人を見つめたかが治療の結果にもつながるのだという。

「これが私の原点ですね」と本永先生が見せてくれた古い数冊のノートには、びっしりと一人ひとりの患者さんの記録

が書き留めてある。

「人となりを知り、病気を見るのではなく、患者さんを見ることでわかることがたくさんあります」

リハビリが専門の本永先生のもとは重度の障害を抱えて精神的な負担がある人も多い。

「病気の種類に限らず、様々な年代の患者さんが精神的に不安定な状況にある中で話をしていかななくてはなりません。最近も、パーキンソン病と診断した患者さんが訪ねてきて世間話をしました。10年以上も心を開いてくれませんでした。やっと話ってくれた彼の若い時期の暮らしは、私にも懐かしい青春のひと時でした。『そろそろ寝たきりになるのかね』という弱気な一言をおっしゃった時には、『まだまだわからないよ、一緒に頑張ろう』と、いつの間にか心を通わせている自分がありました」



診療活動をまとめたノート



宮古島には古語がたくさん残っています。私はその多くを民謡から、学んでいます。10年以上かかりましたが、30曲程度のレパートリーを歌えるようになりました。

Q. 先生にとって宮古島とは？

A. 輝く星たちに照らされ、
医師みんなが輝ける場所。

宮古島に 光る星たち。



オリジナルの「**うさぎ**」
研修プログラムで
宮古島が輝き出す

「研修医一人ひとりに島の医療を見てもらいながら、丁寧に指導してきた実績が評価され、この春、『基幹型研修病院』として認定を受けました」と喜びを語る本永先生。輩出してきた研修医はすでに130名を超えるという。

「この県立宮古病院で独自に研修医を育てる環境を作れるよう、10年以上かけて初期・後期の研修プログラムをオリジナルで作りました」

初期研修プログラムの名は「**ばいかぼし**」。宮古語で「南の星」という意味だ。北極星の真南に位置し、通称「長寿星」と呼ばれ、健康で強運になれると伝えられる光の強い星なのだとか。東京からは見えないため、沖縄まで見に来る人が絶えない。

後期研修プログラムはその名も「**うぶらうさぎ**」。宮古語で「うぶら」は「金星」を表し、

「うさぎ」は「見送る」という意味。後期専攻医らが金星のように輝きを増して大きく成長した人材が、宮古島から日本、いや、世界へはばたけるように送り出す、という気持ちでつけたのだという。

「こうした地域にとって、研修医はまさしく輝ける希望の『星』。美しい沖縄の空に輝く星にちなんで命名するのは楽しい過程でした。これらの宮古語は、調べるだけでも苦労しました。文献を丁寧に読み、島の自然観察の中で見つけました。これは、医療の現場と同じ。無限の組み合わせがあり、地道に調べ、ひたすら考えることでしか見えないものがあります」

地域のヘルスケアを本格的に診ていくために、昨年「家庭医療センター・地域診療科&総合診療科」を立ち上げ、地区医師会との協力の下で24時間365日の体制で島民をサポートしている宮古病院。往診するだけでなく、家族全員での

看取りのためなら離島やへき地まで万全な体制で医師が搬送する活動も行っている。

「患者さんを治療することだけが地域医療ではありません。家族や本人の希望を最後まで聞いてあげる。それも地域医療の根幹になっているのです」

ここ宮古島で独自の研修を受ければ、このような離島完結型の医療を目の当たりにできるだろう。

「今の私の夢。それは、宮古島という小さな島から、プライマリ・ケアの楽しさを発信し、ここへ来た若手を楽しく育てること。まずは一緒に地域のヘルスケアを考えましょう」

この春から、第1期生が宮古島へ渡っている。彼らが、やがて沖縄の星となって宮古島を照らすだろう。

宮古島の光る星たちは
地域医療の担い手として
いつか日本を照らしていく

研修医



撮影:本永副院長

今年の1月のことです。南十字星の写真をややく撮影できました。その時金星も同時に東の空に光り輝いていました!

沖縄県立宮古病院

Okinawa Miyako Hospital



院長名 上原哲夫 千葉大学出身
設立年月日 1950年1月
(宮古民政府立結核療養所)
診療科目 内科、呼吸器内科、消化器内科、循環器内科、神経内科、外科、麻酔科、消化器外科、心臓血管外科、脳神経外科、整形外科、精神科、小児科、皮膚科、泌尿器科、産科、婦人科、眼科、耳鼻咽喉科、リハビリテーション科、放射線科、救急科、歯科口腔(くう)外科、腎臓内科(24科)
医師数 55名
(うち臨床研修指導医数:13名)
病床数 276床
外来患者数 1日あたり497人
入院患者数 1日あたり252人

沖縄県立宮古病院

〒906-0013 沖縄県宮古島市平良字下里 427-1
電話 0980-72-3151 (代表)

<http://www.hosp.pref.okinawa.jp/miyako/>

沖縄県立宮古病院の理念及び基本方針

私たちは、地域の笑顔(SMILE)を大事にします

S Service: 医療サービス

・私たちは、地域住民の声に耳を傾け、誠意ある対応に努めます

M Medical team: チーム医療

・私たちは、互いを尊重し、安全で適切な医療を提供します
・私たちは、医療人として知識、技術の研鑽に努めます

I Informed consent: インフォームド・コンセント

・私たちは患者の権利を尊重し、丁寧な説明のもと、納得できる医療を提供します

L Local-area collaboration: 地域連携

・私たちは地域の関係機関と連携し離島の中核病院としての役割を果たします

E Environmental: 環境衛生

・私たちは、患者が快適な医療を受けられる環境作りに努めます
・私たちは、職員が生き生きと働ける職場を作ります

本院の役割は、一般医療はもとより、救急医療・精神医療において、宮古保健医療圏の中核的な役割を担うことと考えています。沖縄本島で検査・治療を受けることによる地域住民の経済的・心理的負担の軽減を図るためにも、地域の医療機関との連携を密にしながら地域完結型の医療を提供して参りました。

そして、平成25年6月1日から新たな沖縄県立宮古病院が開院しました。新病院では、更なる地域完結型医療を実現するため、最新の医療機器を整備し、すべての人が快適に利用できるようユニバーサルデザインの充実、バリアフリーの徹底を図り、耐震・防火機能など安全性にも配慮しました。

また、平成27年4月1日より、家庭医療センターを設置し、在宅医療等のサービスにも努めております。宮古圏域の新たな医療拠点として、これまで以上に地域に親しまれる病院を目指し、職員一同、新たな気持ちで業務に取り組んで参ります。

沖縄県立宮古病院 院長 上原 哲夫



Special Talk

沖縄の未来を見据えて

沖縄県地域医療支援センター 副センター長 川妻由和 先生 Yoshikazu Kawaduma

地域枠で研修を始めた若手医師の支援からスタートし、
沖縄医療活性化に向けて歩き出した「沖縄県地域医療支援センター」は、
2015年に開設されて今年2年目を迎えている。
今後は、県内外の若手医師の支援も視野に入れているという副センター長の
ビジョンについて語ってもらった。



沖縄県地域医療支援センターとは

沖縄県内の特に離島・へき地の医師不足の状況等を把握・分析し、医師のキャリア形成支援と一体的に医師不足病院等の医師確保の支援等を行い、医師の地域偏在の解消を目的とする組織です。

〒903-0215

沖縄県中頭郡西原町上原207番地
おきなわクリニカル
シミュレーションセンター内

TEL：098-895-1225

E-Mail：r0000000@jim.u-ryukyu.ac.jp

※ゼロが7つ

<http://www.chi.med.u-ryukyu.ac.jp>

地域枠、離島・北部枠

琉球大学医学部医学科には、一定の条件を満たす方に推薦入試（地域枠、離島・北部枠）制度があり、沖縄県より授業料・生活費が貸与されます。一定期間（指定医療機関）などに勤務すると、返還が免除されます。

医師人生をスタートした沖縄で これからしたい恩返し

「まずは、このセンターの存在や活動をもっと周知してもらいたいことから始めなければ」と、その意気込みから語る川妻先生。琉球大学医学部の定員増に伴い新設された「地域枠」の学生が2015年の春に大学を卒業し、その臨床研修開始を待って開設された「沖縄県地域医療支援センター」の副センター長を務めている。

「まずは、彼らのへき地・離島勤務のサポートを行い、希望に即したキャリア形成を支援していくことが使命です。今、こうして若手の力を借り、その成長を促さなければ、医療の充実は期待できません」

沖縄の医療のために活動する川妻先生だが、出身は大阪府。自治医科大学を卒業し義務年限は大阪でスタートした。

「初期研修後、沖縄出身の妻と結婚したことをきっかけに阿嘉島へ赴任。2年間離島に勤務し、後期研修1年目を沖縄県立中部病院で受けていますから、私の医師人生の基礎は沖縄にあります。義務年限を果たした後は、沖縄の地域医療に携わりたい

と戻ってきました」

名護市の北部地区医師会病院で4年ほど勤務する間、急性期病院へと変貌を遂げるために、24時間体制の救急開始や病院機能評価の認定、緩和ケアチームの立ち上げ、県で3つ目の地域がん診療連携拠点病院に指定を受けるなど、様々な取り組みを実践し達成してきた。

「しかし、沖縄でへき地医療に携わっていると、解決に苦しむ問題もありました。知人が救急外来を受診しようとしたものの、その時間に受けていないのは県立中部病院のみ。レントゲンを撮影するまでに3時間待ち、診察を受



川妻先生の離島の思い出

私が医師人生をスタートしたのもここ沖縄。その時は「離島に医師が来た」というタイトルでNHKの朝の報道番組に出演しました。住民の皆さんとの交流や診察風景、訪問診療など、島での暮らしを改めて取材されてみて、温かさを実感しました。この暮らしや人とのご縁があったから、沖縄に戻ってきたのですね。



琉大地域枠・自治医大合同懇親会の写真
(平成27年8月)

阿嘉診療所にて宮田道夫自治医科大学教授と(平成4年)





沖縄医療の未来を担う 若手を探して 県内外の若手ドクターと ともに歩んでいく

沖縄という素晴らしい環境で 医師として充実した日々を送る

沖縄における
様々な活動を
経て、教育に興
味を持ち始め
た川妻先生。
「救急の成果
を上げていくほ
どに、それを引
き継ぐ若手指
導の重要性も

けたのは病院に到着した7時
間後だったと言います。それ
がきっかけで平成17年には中
頭病院の救急科へ。私がそこ
で診られたら状況が少しでも
改善されるかもしれないと考
えたのです」

外科医としてのキャリアよ
りも社会貢献できる救急への
道を選んだ川妻先生。軽症

患者はもちろん、重症患者の
受け入れも積極的にを行い、県
内2位の搬入数を誇るまでに
なったという。その成果は、沖
縄が日本一、たらい回しがな
い県との位置づけになり、学
会ではもちろん、取材により
一般の人々にも広く知られる
こととなる。

「重症患者数は全国有数

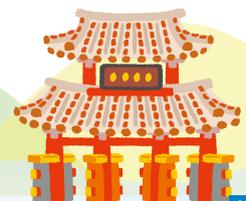
でありながら、外傷死亡率
はかなり低い位置でした。し
かし、実績や評判は上がって
いくものの、その裏で、次を
担う若手の教育面での悩み
が尽きませんでした。私の医
師人生を築いてくれた沖縄
への次なる恩返しは教育で
の貢献だと、この頃に決めた
のです」

身に染みて感じていました。
そこで、米国式の臨床研修制
度を取り入れようという試み
で始まった東京ベイ・浦安市
川医療センターの創設に向
け、研修プログラムディレク
ターに就任しました」

この時、充実した研修プロ
グラムや環境が整備され、質
の高い教育を行えば、優秀な

沖縄の離島と診療所の数

- 沖縄の離島は **109**
- 離島にある診療所は **20** か所
- そのうち人が住むのは **39** か所
- 一人診療所の数は **19** か所



OKINAWA Residents Story

沖縄の研修医の話。

INTERVIEW

琉球大学医学部附属病院
初期研修医

古堅優佳 先生

Yuka Furugen

出身地:沖縄県
出身大学:琉球大学(2015年卒)
現在、初期研修1年目を終え、2年目は外病院を中心にローテーション中。

Hospital Data



琉球大学医学部附属病院

〒903-0215
沖縄県中頭郡西原町字上原207番地
TEL : 098-895-3331
<http://www.hosp.u-ryukyu.ac.jp>



自由度高いプログラムでのびのび希望を叶えられる

「自分の可能性を探りたいから、初期研修2年間は自由度が高い研修プログラム『RYUMIC』を選択しました」と言うのは初期研修1年目を終えたばかりの古堅先生。「RYUMIC」は大学病院のみでなく、離島の診療所や市中のクリニック、地方中核病院などを含め、研修先に幅広い選択肢があるプログラムだ。

「肝臓内科、呼吸器内科、産科、麻酔科、県立宮古病院での救急、神経内科、腎臓内科と回りました。母親が助産師だったこともあり、産婦人科には特別な思いがありました。どの科もそれぞれに魅力があり、専門を決めるのはもう少し後になりそうです」

研修2年目は外病院を中心に回れるプログラムなので、様々な病院を見てみたい、とすでに後半の研修も楽しみな様子だ。

「様々な科や病院を回れると、将来目指したい医師像となる先輩医師と出会えることも魅力です。私のようにまだ進路を決めていない人はもちろん、決めて



沖縄の研修と暮らし。

それは、医師人生を

大きく変える季節になる。

いる人にとっても選びたい科を多めに見られたり、反対に他の科を回ったりできる良い機会となるでしょう」

医師人生を変えてくれた
宮古島で過ごした夏

充実したプログラムのなかで、前半を終えた古堅先生。印象的だったのは、宮古島での救急の経験だという。

「ある日はインキンチャクに刺された患者さん、またある日は海で急に倒れてしまったという観光客の患者さん。また、地元の方で宮古の方言が強く、病歴がわからない患者さんもうらっしゃいました。そのときはベテランの看護師さんに通訳をお願いしたことも……。医療の知識だけでは対応できない状況にたくさん直面しました」

そう振り返る古堅先生だが、県立宮古病院はウオークインの患者さんを含め救急搬送のほとんどを受け入れているため、多い日で1日20人以上を診ることもあったという。また、親子で通うなど生活の背景を知っている島民もいれば、沖縄に初めて来た観光客などは暮らしの背景が見えず、旅の予定

を気にしている人も多いので大変だったとか。

「3ヶ月でおよそ500人ほどの患者さんを診させていただきました。観光地である離島ならではの様々な患者さんとも接しながら、熱心な先輩たちに囲まれて丁寧な指導を受けられました。多くの刺激を受け、成長しようともがく毎日でした」

また、その忙しさの中でも「今日の採血、痛くないね」「古堅先生はいつも話を聞いてくれるから嬉しいよ」などと患者さんから気にかけてもらい、沖縄の温かさを改めて感じられる機会でもあったという。

「私は名護市で生まれ、幼頃は宮古島で過ごしました。産婦人科医不足で悩まされたり、救急医の不足を嘆いたりする親戚がいましたから、医師不足の地域で働きたい気持ちはその頃から強いんです」

また、久しぶりの宮古島での暮らしを、十分に満喫できたという古堅先生。

「橋を渡って伊良部島へ渡り、カフェに行ったり、シュノーケリングで海を楽しんだり。夜になると満天の星が輝きます。沖縄って、こんなに星がキレイだっ

たんだと改めて感動しました」

宮古島に限らず、離島での研修はこれからの医師人生にとって重要な経験だった、と語る古堅先生。いつかまた、離島で働くその日まで成長できるように頑張りたい、と意気込んでいる。

「沖縄は、研修も暮らしも楽しめる場所。今まで沖縄に住んだことがない方にも、一度訪れていただけたら嬉しいですね」

座右の銘

聞くは一時の恥、聞かぬは一生の恥



写真上：宮古島での研修時。伊良部島に渡った時の写真。
写真下：先輩や同僚の医師とバーベキューにかけたり、みんなで沖縄を満喫している。



INTERVIEW

沖縄県立南部医療センター・
こども医療センター 皮膚科

花城ふく子先生

Fukuko Hanashiro

出身地:沖縄県
出身大学:琉球大学(2009年卒)
社会医療法人かりゆし会ハートライフ病院で
初期研修修了後、琉球大学皮膚科入局。
県立八重山病院皮膚科での離島勤務を経て、
沖縄県立南部医療センター・こども医療
センター皮膚科にて3年目を迎える。



離島と本島が連携し
皆で患者さんを見守っていく

「初期研修後、赴任が決まった
県立八重山病院でのことでした。
離島なので、外来をはじめたばか
りでも重症な患者さんを診なけ
ればなりません。明らかに重度の
皮膚がんだとわかった時は、正
直戸惑いました」

そう八重山での勤務時代を振
り返るのは、現在、沖縄県立南部
医療センターで皮膚科医を務める
花城先生。患者さん本人は湿疹だ
と思っていたものの、深刻な病状で
あることは初見でわかったという。

「検査結果を待たずに、本島の
大病院院を紹介しました。通院
のための飛行機手配からお手伝い
し、一刻も早い治療をお勧めしま
した。まだ研究段階ですが、沖縄
は紫外線の影響なのか皮膚がんが
比較的多い地域。日頃は大きな
病気が少ないと思われがちな私た

ち皮膚科医も、皮膚がんとな
るとがん宣告や余命をお伝えす
る経験も多いんです」

離島の病院、診療所は日頃から
大学や県立病院との連携が取れ
ているため、こうした場合にもす
ぐに本島の医師との意思疎通が
図れるという。

「研修3年目の私がかんだとお
伝えして、進行状況から見た余命
まで……。ものすごいプレッシャー
でした。私のところへ来てくださ
ったのだからと、なんとか奥様とご
本人にお話ししました。後に大学
病院での担当医の先生に「花城
先生に感謝されていたよ」と聞い
たときはホッとしたことを今でも
覚えています」

患者さんと思うほど、正確に伝
えることが重要だと、この時に学
んだという。

「私は本島に戻りましたが、その
患者さんは最後まで地元で頑張
られていた、と次の担当医の先生
から聞きました。これも沖縄の良
さですよ。患者さんと深く関わ
り、医師同士も距離が近いのでお
互いに相談がしやすいんです」

皮膚科医の勉強会にもよく参
加し、地域の診療所の医師や大
学病院の医師など、県内の皮膚
科医のつながりが強いことも診療
を提携する際に心強いのだとか。

優しいおじい、おばあの
見えない症状を大切に

「皮膚科医になるとは、実はまっ
たく想像していませんでした」

今の初期研修のシステムによつて
出会えた、縁だったと花城先生。

「内科も外科も面白さは感じた
のですが、皮膚科では内科的な
診療に外科的な手術、顕微鏡を
覗いて病理学を実践する一面も。
この絶妙なバランスが私には合っ
ています」

県立南部医療センターは琉球
大学附属病院に次いで、手術件
数が多いため、技術も常に磨いて
いかなければならないが、技術以
上に難しいことがあるという。

「特に、かゆみ」という症状は
本人にしかわからないもの。皮
膚の見た目に症状を出さないこ
とも多々あります。そういう場
合に「病気じゃないから大丈夫
ですよ」なんて言ってしまうと
逆効果で……」

これ以上話を聞かない、という
姿勢を見せてしまえば、患者さ
ん本人は納得いかないまま帰るこ
とになってしまう。

「年を取れば、それだけで皮膚
は萎縮して薄くなります。本人に
しかわからない症状も出やすくな
る。時には腎臓や肝臓が悪い場合
もあります。加齢による影響や

精神的な要因がある場合も。だか
ら、とにかく話を聞くことが重要
です。これが、意外と難しい」

目と目を合わせて患者さんの
話を聞くようにするだけでも、
満足して帰ってくれることが多
くなるという。

「他県に就職した医師仲間から
話を聞いていても、沖縄の患者さ
んは優しいのだと気付かされま
す。そんな、優しいおじい、おばあ
たちに、少しでも満足して帰って
もらえる医師でありたいですね。
皮膚に現れた症状に限らず、見え
ないものを診よつとする心を持っ
て接していきたいです」

温かな患者さんに囲まれた
環境で、診療の難しさを受け
止められる花城先生だからこ
そ見つけた、患者さんと向き合
う姿勢だった。



写真右:八重山で
の離島勤務時に
よく出会っていた
島の猫。
写真左:休日は海
を眺めながらスロ
ーライフを満喫。



ていだの強い沖縄で
肌に現れない症状も
話を聞いて、診てあげたい

座右の銘
為せば成る



Hospital Data



沖縄県立
南部医療センター・
こども医療センター

〒901-1105
沖縄県島尻郡南風原町新川118-1
TEL : 098-888-0123
<http://www.hosp.pref.okinawa.jp/nanbu/>

よくいただく質問

Q. 診療所に一人で赴任しなきゃいけないの？

A. 地域枠の人が赴任する可能性がある（指定医療機関）には一人診療所だけでなく、離島・へき地の中核病院も含まれます。逆に、離島診療所勤務を希望されている医師も多いので、そういう方を優先しています。

Q. 専門性が高い、心臓外科や脳外科などを
目指したいのですが……

A. 離島やへき地でプライマリ・ケアを学ぶと同時に、どういった専門研修が必要か各診療科教授と個別に相談した上でキャリアプランを作成します。何より、その高い志を応援できるように、私たちセンター員が全力でサポートします。

Q. 指導医の先生方は多くいるのでしょうか？

A. 臨床・教育・研究に優れた指導医が多数。グローバルスタンダードな医療知識・技術・態度をしっかりと学習できる環境です。

研修医が育っていくことを目の当たりにする。
「そういった研修医は臨床能力がしっかりと身についていますから、地域医療に送りだしてもへき地だろうと離島だろうと問題ない。試験と一緒に準備せずには受けたら失敗する。でも、しっかりと準備をしておけば高得点が狙える。この準備を、いかにできたかが重要なのです」
その準備がきちんとできるかは、医師のマイนด์次第だという。

「関東の大きな病院でしたから、研修医の数も豊富でした。中でも優秀だと感じる研究医と働いてみて気付いたのは『目指す医師像』をしっかりと持っていること。それがあれば、自ら準備して目指す医師像に向かって挑んでいきます。沖縄に戻ったら、目指す医師像を若手がイメージしやすくなる手助けをしなければと強く感じて、当センターの開設を待ちました」
今は一人ひとりの話を聞き、個別に成長へ向けたサポートやアドバイスをやっているという。

例えば、「一人で診療所に赴任するのは不安で……」という方や、「幼い頃にお世話になった先生に憧れて、心臓外科を目指したいのですが……」といった話をしてくれる人もいます」
まずは、その不安を解消するところから始めているという川妻先生。
「県内出身の若手に加え、今後は県外からの若手医師の力も必要でしょう。沖縄の魅力をこのセンターから発信し、多くの若手をサポートすることで沖縄の地域医療を発展させていけるよう私も全力を尽くします」

沖縄（離島）

- 石垣
- 北大東
- 宮古
- 南大東
- 久米島
- 与那国

国内線（本島）

- 高松
- 静岡
- 新千歳
- 福岡
- 中部国際
- 仙台
- 長崎
- 伊丹
- 羽田
- 熊本
- 関空
- 成田
- 宮崎
- 神戸
- 茨城
- 鹿児島
- 広島
- 新潟
- 奄美
- 岡山
- 小松
- 与論
- 松山

国際線

- 高雄
- 福州
- 台北
- 杭州
- 北京
- 上海
- 天津
- 香港
- 台中
- ソウル
- 釜山

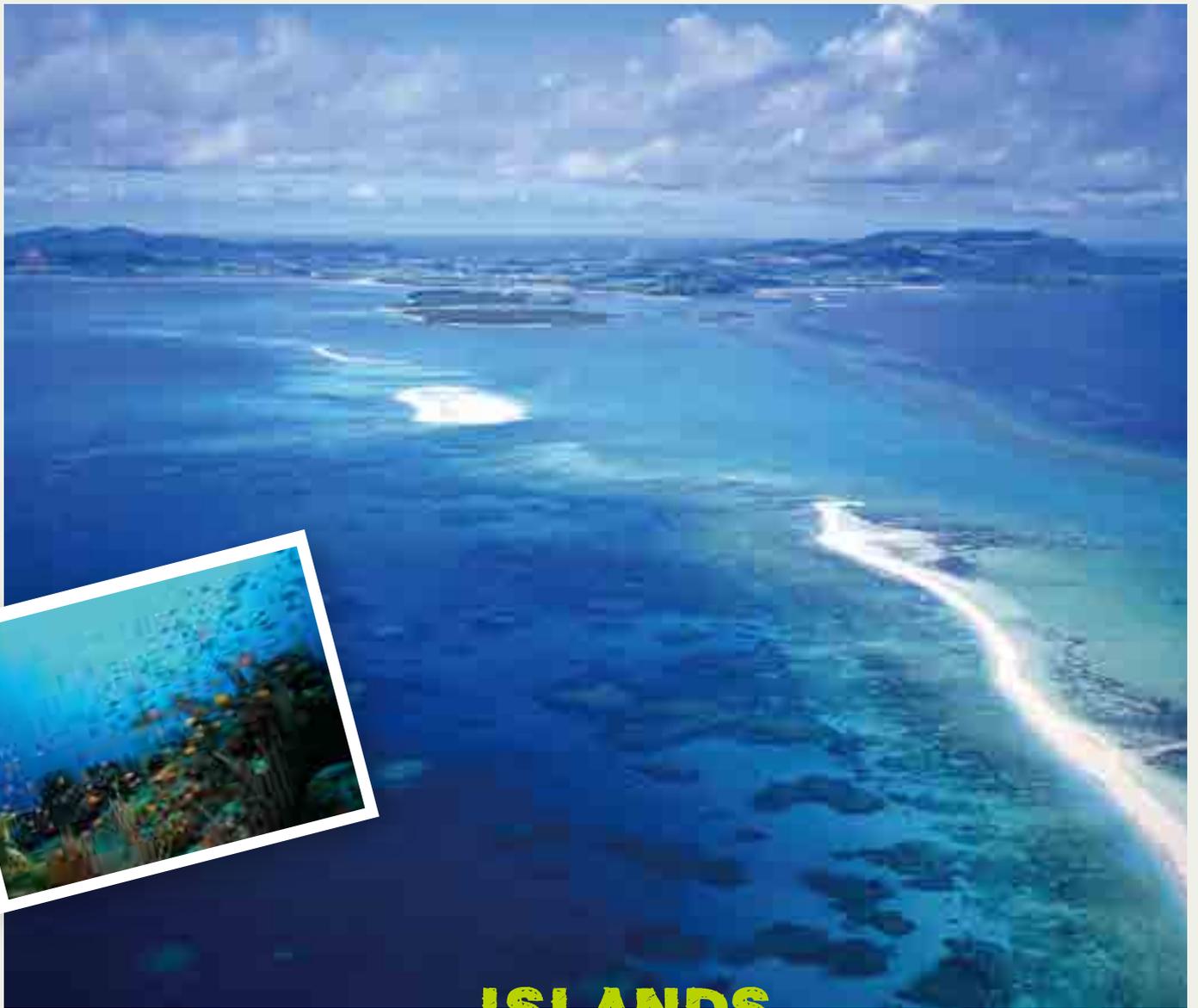
ACCESS 近い！ 沖縄県



沖縄 ← 約2時間15分 → 東京
航空利用
(那覇空港) (羽田空港)

沖縄 ← 約1時間45分 → 大阪
航空利用
(那覇空港) (関西空港)

沖縄 ← 約1時間35分 → 福岡
航空利用
(那覇空港) (福岡空港)



ISLANDS

in Okinawa #02

久米島



久米島は沖縄諸島に属する島で本島から西に約100kmの所に位置します。

別名「球美(くみ)の島」とも呼ばれており、琉球王朝時代は中国をはじめとする東南アジアと日本本土の貿易の寄港地として栄えていました。琉球列島の中でも美しいことがその由来とも言われています(※諸説あり)

島全体が県立自然公園に指定されており、天然記念物のクメジマホタルが生息していたり、ラムサール条約の登録地として認定を受けていたり、多くの自然に囲まれています。「久米島





久米島の森(だるま山)

山の中にはラムサール条約の登録地になっている溪流があり、清らかな流れを楽しめる。夏はもちろん、12月でもセミの鳴き声をする。



国の重要指定文化財「上江洲家」

1754年ごろに建てられた琉球王朝時代の士族の家。屋敷は琉球石灰岩の石垣とフクギを取り囲み、正門突き当たりにはヒンプンという、目隠しや魔除けの石塀が立っている。



ハテの浜

久米島の東5kmの所に位置する砂浜だけの無人島「ハテの浜」は、エメラルドグリーンと真っ白い砂だけが広がる究極のビーチ。



車えび

日本一の車えび産地の久米島。



畳石

沖縄県指定天然記念物の畳石と呼ばれる奇岩群で、干潮時にのみ現れる。この五角形や六角形の形をした岩は別名「亀甲岩」とも呼ばれる。



おばけ坂

一見するとなんの変哲もないただの坂道。しかしボールを転がしてみると上り坂のはずがボールが逆に転がり落ちていく。錯覚だと頭では分かっているが、なんだか不思議な感覚になってしまう面白スポット。

泡盛

古酒の多さと味の良さにも人気がある久米島の久米仙の泡盛。



アーラ浜

久米島の中でも知る人ぞ知る穴場のビーチで、訪れる人も少なく、それゆえに自然の美しさを堪能できる。



久米島味噌

味噌づくりに最適の地といわれる「米どころ」久米島では、昔から各家庭で自家製の味噌づくりが盛ん。

ACCESS

久米島空港 ← → 那覇空港

所要時間 / 約30分 便数 / 1日7便

ホタルの会」ではその自然を守る活動に非常に積極的です。

久米島は移住者からも非常に人気でイーフ地区では全体の3分の1を移住者が占めています。

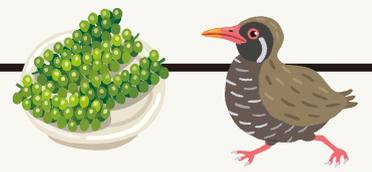
医療機関は公立久米島病院と診療所が2つ、歯科医院が2つです。久米島病院は島唯一の病院であり、24時間・365日体制で島の救急医療を支えています。

久米島病院を運営している公益社団法人地域医療振興協会は、日本全国のへき地・離島への医療支援を行っています。また、久米島病院も県内の離島診療所に医師・看護師を派遣しています。

アクセスは那覇空港から飛行機で約30分、フェリーで約3時間のいずれかです。島には勾配の急な坂も多くあり、美しい光景を見渡せます。

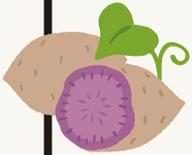
ハテの浜をはじめとした琉球で最も美しい島を訪れてみませんか？





沖縄 クロスワードパズル

1	2	E		3	
	4				
5	A		6		
		7			8
	9	D			C
F			10	B	



タテのカギ

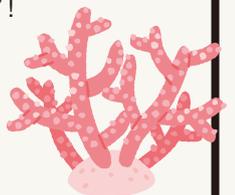
- 2 沖縄に伝わる樹木の精霊 ○○○○ー
- 3 チャンプルーでも汁でもおいしい!
- 5 沖縄の代表的な盆踊り
- 7 美ら海でしか生きられません
- 8 あしびなーは沖縄の○○○レットモール

ヨコのカギ

- 1 毎日食べても飽きない、沖縄のソウルフード
- 4 落花生を使った○○○○豆腐
- 5 地元の情報発信! タイフーンエフ○○
- 6 プチプチ触感がたまらない! ○○ブドウ
- 9 ラードが入ったお菓子です
- 10 A&Wの飲み物といえば○○○ビア!

答え

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---





Muru Uchina

ムルウチナー



オール沖縄で 医師のキャリアを考えるマガジン

「MuruUchina(ムルウチナー)」第2号をお届けしましたが、いかがでしたでしょうか。

沖縄県地域医療支援センターは医師の地域偏在解消を目的とする組織です。

この冊子で少しでも私たちの想いをお伝えすることができれば幸いです。

ご意見・ご感想などお待ちしております。



発行



沖縄県地域医療支援センター

Okinawa Community Medicine Support Center

〒903-0215

沖縄県中頭郡西原町字上原207番地

おきなわクリニカルシミュレーションセンター内

TEL : 098-895-1225

E-Mail : r0000000@jim.u-ryukyu.ac.jp
※ゼロが7つ

<http://www.chi.med.u-ryukyu.ac.jp>

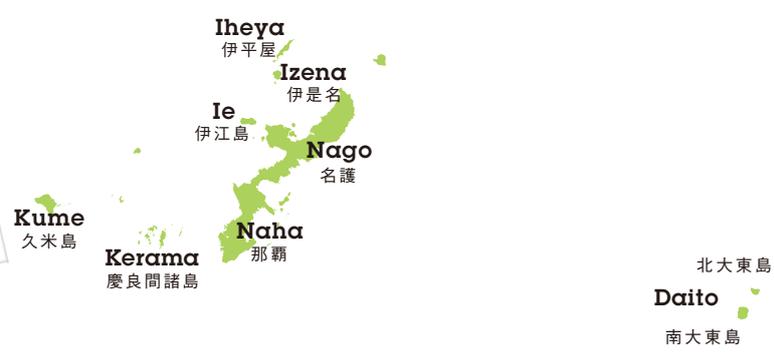


編集制作

【民間医局】株式会社メディカル・プリンシプル社

ディレクター・デザイン：勝又シゲカス 文：さくまえり 撮影：小菅聡一郎





沖縄県地域医療支援センター

Okinawa Community Medicine Support Center

〒903-0215 沖縄県中頭郡西原町字上原207番地
おきなわクリニカルシミュレーションセンター内
TEL : 098-895-1225
E-Mail : r0000000@jim.u-ryukyu.ac.jp
※ゼロが7つ

<http://www.chi.med.u-ryukyu.ac.jp>

