

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

2024

Vol. 12

〔特集〕

やんばるの地で想いを築く

～ 沖縄北部医師の挑戦 ～





# 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。

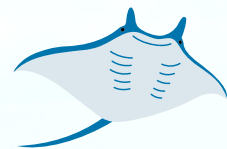
今号は、沖縄県北部地域の医療を守り、支える、沖縄県立北部病院の医師たちに密着し、  
やんばるの地の優れた医療とキャリア教育の魅力について迫ります。



【特 集】



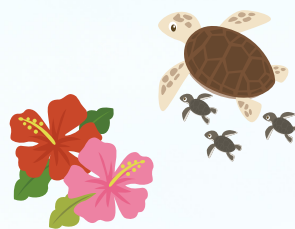
## やんばるの地で想いを築く ～ 沖縄北部医師の挑戦 ～





# INDEX

2024. Vol.12



## P.02 Top Interview

やんばるの地には“医の原点”が詰まっている

沖縄県立北部病院 院長 久貝 忠男 先生



## P.04 Special Talk Session

沖縄北部“やんばる”の医療～挑戦と魅力～

救急科部長 高良 剛 口ベルト 先生 / 循環器内科部長 平辻 知也 先生

消化器内科部長 星野 慎一 先生 / 外科部長 岡田 晋一郎 先生



## P.08 OKINAWA Residents Story

やんばるの研修医の話。

初期研修医 1年目 島袋 希真 先生 / 初期研修医 2年目 佐藤 裕 先生

まとめ 指導医の声 内科・指導医 永田 恵蔵 先生



## P.11 WORK & LIFE in YANBARU

やんばるの働きやすさと生活。

消化器内科 平良 香織 先生 / 産婦人科 仲村 和歌子 先生

内科 永田 恵蔵 先生 / 小児科 竹川 賢太郎 先生



## P.14 MuruUchina Topics 沖縄県の新たな“卒前”教育

沖縄県キャリア形成卒前支援プラン

沖縄県地域医療支援センター 副センター長・特命准教授 川妻 由和 先生

島医者・山医者・里医者育成プロジェクト

琉球大学医学部 医学教育企画室 特命教授 金城 紀与史 先生



## P.16 Okinawa Crossword Puzzle おきなわクロスワードパズル







## Top Interview

# やんばるの地には “医の原点”が詰まっている

広大な沖縄本島北部、通称“やんばる”の地の医療を支える  
沖縄県立北部病院の院長、久貝忠男先生に聞いた、  
やんばるの医療と、この地で築くキャリアの魅力とは——。

「ここでは、ていあんだー（心を込めて丁寧を作る）」という沖縄の方言のように、患者さん一人ひとりを想い、一人ひとりに最良なオーダーメイドの医療を提供しています。しかし、こうした特徴は数字の実績としては現れません。実際に経験しないと分からない医療の

「沖縄北部の医療は我々が支えるんだ！」という気概をもって、断らない救急を目指している。医師一人ひとりのスキルは非常に高く、そして、みんなとても教育熱心なんです」

北部地域の医療といえば、慢性的な医師不足や、それに伴う診療制限・休止といったマイナスイメージが強い。久貝先生も北部病院に赴任する前はそうだった。

「ここでは、ていあんだー（心を込めて丁寧を作る）」という沖縄の方言のように、患者さん一人ひとりを想い、一人ひとりに最良なオーダーメイドの医療を提供しています。しかし、こうした特徴は数字の実績としては現れません。実際に経験しないと分からない医療の

「沖縄北部の医療は我々が支えるんだ！」という気概をもって、断らない救急を目指している。医師一人ひとりのスキルは非常に高く、そして、みんなとても教育熱心なんです」

北部地域の医療といえば、慢性的な医師不足や、それに伴う診療制限・休止といったマイナスイメージが強い。久貝先生も北部病院に赴任する前はそうだった。

「ここでは、ていあんだー（心を込めて丁寧を作る）」という沖縄の方言のように、患者さん一人ひとりを想い、一人ひとりに最良なオーダーメイドの医療を提供しています。しかし、こうした特徴は数字の実績としては現れません。実際に経験しないと分からない医療の

「沖縄北部の医療は我々が支えるんだ！」という気概をもって、断らない救急を目指している。医師一人ひとりのスキルは非常に高く、そして、みんなとても教育熱心なんです」

北部地域の医療といえば、慢性的な医師不足や、それに伴う診療制限・休止といったマイナスイメージが強い。久貝先生も北部病院に赴任する前はそうだった。

「ここでは、ていあんだー（心を込めて丁寧を作る）」という沖縄の方言のように、患者さん一人ひとりを想い、一人ひとりに最良なオーダーメイドの医療を提供しています。しかし、こうした特徴は数字の実績としては現れません。実際に経験しないと分からない医療の

「沖縄北部の医療は我々が支えるんだ！」という気概をもって、断らない救急を目指している。医師一人ひとりのスキルは非常に高く、そして、みんなとても教育熱心なんです」

北部地域の医療といえば、慢性的な医師不足や、それに伴う診療制限・休止といったマイナスイメージが強い。久貝先生も北部病院に赴任する前はそうだった。

「ここでは、ていあんだー（心を込めて丁寧を作る）」という沖縄の方言のように、患者さん一人ひとりを想い、一人ひとりに最良なオーダーメイドの医療を提供しています。しかし、こうした特徴は数字の実績としては現れません。実際に経験しないと分からない医療の

「沖縄北部の医療は我々が支えるんだ！」という気概をもって、断らない救急を目指している。医師一人ひとりのスキルは非常に高く、そして、みんなとても教育熱心なんです」

北部地域の医療といえば、慢性的な医師不足や、それに伴う診療制限・休止といったマイナスイメージが強い。久貝先生も北部病院に赴任する前はそうだった。

「ここでは、ていあんだー（心を込めて丁寧を作る）」という沖縄の方言のように、患者さん一人ひとりを想い、一人ひとりに最良なオーダーメイドの医療を提供しています。しかし、こうした特徴は数字の実績としては現れません。実際に経験しないと分からない医療の

「沖縄北部の医療は我々が支えるんだ！」という気概をもって、断らない救急を目指している。医師一人ひとりのスキルは非常に高く、そして、みんなとても教育熱心なんです」

北部地域の医療といえば、慢性的な医師不足や、それに伴う診療制限・休止といったマイナスイメージが強い。久貝先生も北部病院に赴任する前はそうだった。

「ここでは、ていあんだー（心を込めて丁寧を作る）」という沖縄の方言のように、患者さん一人ひとりを想い、一人ひとりに最良なオーダーメイドの医療を提供しています。しかし、こうした特徴は数字の実績としては現れません。実際に経験しないと分からない医療の

### Interviewee

久貝 忠男 先生

Tadao Kugai

### Title

沖縄県立北部病院 院長

### Profile

沖縄県宮古島市出身。1986年、滋賀医科大学医学部卒業後、琉球大学医学部第2外科（現：胸部心臓血管外科講座）入局。沖縄県立宮古病院、沖縄県立南部医療センター・こども医療センター医療部長などを経て、2017年に沖縄県立北部病院の副院長。2018年、同病院の院長。  
日本胸部外科学会指導医、日本心臓血管外科専門医・修練指導医、日本外科学会専門医・指導医



## 衝撃を受けた、やんばるの 優れた医療と教育環境

沖縄県立北部病院は、沖縄本島の66%（約7割）の面積を占める沖縄県北部地域、通称“やんばる”の地の医療を支える中核病院だ。院長である久貝忠男先生は、2017年に北部病院に赴任した際、やんばるの医療に大きな衝撃を受けた。  
「医療資源が少ないなか、全ての医師が





魅力が北部地域にはたくさんあるんです」と、久貝先生の言葉に力がこもる。

こうした医療環境は若手医師のキャリア形成にとって最良の舞台にもなる。北部病院での初期研修のキーワードは「少数精鋭」だ。熱心で優れた指導医たちの力と相まって、単に症例数をこなすのではなく、一つひとつの症例からより多くのことを吸収できる濃密な研修が特徴である。

「たとえば、大規模病院では5、6人でやっていることを、当院では1、2人で担います。経験内容は非常に濃く、研修医の先生方が獲得できる実力はどこにも引けを取りませんし、それ以上だと思っています」

さらに研修医たちは多くの学会発表にも参加しており、「沖縄県医師会医学会総会・最優秀賞」や、「日本内科学会九州地方会・初期研修医奨励賞」など、毎年数多くの賞を受賞していることも大きな特徴だろう。

北部地域の急性期病院は北部病院と北部地区医師会

## 北部医療の課題解決が期待される新病院の開設

病院の2つしかなく、しかも両病院が近い位置にあるため、医師や患者の分散を招いていた。前述したように、医師不足といった長年の課題があったが、それを解決する取り組みが動きはじめている。2つの病院を統合した新たな基幹病院「公立沖縄北部医療センター」の開設だ。

「統合して医師が集約されることで医師不足が解消し、また新病院として医療機器も充実するため高度で専門的な医療も提供できるようになる。患者流出も無くなり、経営面も大きく改善することで、さらなる人材の獲得や医療機器の導入など、より良い医療を提供できるサイクルも生まれる。病院は産業です。地域に新たな雇用も生まれ、北部地域の大きな発展にもつながるはずですよ」

県立と民営という組織文化の異なる病院統合は厚生労働省も注目している。ちなみに、合併後は、公設民営となるため、完全民営では難しい採算上困難な離島、周産期、救急医療などの縮小はない。

## 一人でも多くの医師に北部医療を経験してほしい

います。北部地域に来て、それをぜひ肌で感じてほしいです」

久貝先生の座右の銘は「而今<sup>じこん</sup>」

である。過去や未来に囚われず、今という時間に精一杯尽くす。つまり、未来を決めるのは現在の生き様ということだ。

「今を一所懸命に取り組み、何にでも挑戦する。それも若いうちに。そうして得られた濃密な経験は、長い医師人生を歩み、成長し続けていくための大きな糧となるはず」

「一人でも多くの人が来てもらうことが重要なんです。分母が増えるほど、この地を好きになって住む人も増えていく。それは医療も同じです」

久貝先生は事あるごとに、「とにかく北部地域に来て、この医療をみてほしい」と、何度も力強く訴える。北部地域の医療に自信があるからこそ、それを沖縄県の多くの医師たちが知らないことに強いもどかしさを感じている。

「病気を治すだけではなく、治療後の生活や社会復帰までを考え、患者さん一人ひとりの想いに応えた最良の医療を提供する。それができる優れた医師たちがいて、それを学べる優れた教育環境がある。ここには、医の原点が凝縮されて

その舞台として北部地域を選択する意義は大きい。ここで経験する、医の原点や、ジェネラル力の獲得はキャリアの大きなアドバンテージとなるはずだ。医療も地域も進化・発展の只中にあるやんばるの地と共に、ここを舞台に挑戦する若手医師たちも地域医療の主役としてポテンシャルを最大限に発揮し、大きな成長を遂げることができるだろう。

**Q.** 院長にとって沖縄北部とは

**A.** ブルーオーシャン！  
(ポテンシャルが高く、進化・発展していく場所)



### Hospital Data

沖縄県立北部病院

〒905-8512

沖縄県名護市大中

2丁目12-3

TEL:0980-52-2719

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



**高良先生**…北部地域の医療課題といえ、やはりマンパワーが足りていないことです。

**平辻先生**…当院に勤務して約20年になるのですが、慢性的な医師不足ですね。

**岡田先生**…医師不足によって、それまであった脳神経外科や泌尿器

科も休止となり、救急では頭をぶつけて硬膜血腫になった患者さんなど、当院にない診療科も診なければなりません。また医師数が少ないため自分の専門外の患者さんを診ることも当たり前の環境です。逆にこのような環境は若手医師の研鑽、挑戦、成長の場として非常

# 01

研鑽、挑戦、成長の場として  
最良の環境がある



Special Talk Session

## 沖縄北部 “やんばる”の医療 ～挑戦と魅力～

沖縄本島の66%もの面積を誇る沖縄県北部地域“やんばる”には医師不足など多くの医療課題が存在する。だが、一方では若手医師たちにとって挑戦と成長に優れた舞台となりうる場所だ。沖縄県立北部病院で活躍する医師たちが語った“やんばる”の医療の魅力とは――。



沖縄県立北部病院  
外科 部長

**岡田 晋一郎** 先生  
Shinichiro Okada

沖縄県立北部病院  
消化器内科 部長

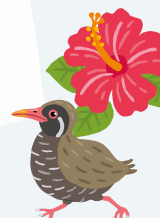
**星野 慎一** 先生  
Shinichi Hoshino

沖縄県立北部病院  
救急科 部長

**高良 剛 ロベルト** 先生  
Tsuyoshi Roberto Takara

沖縄県立北部病院  
循環器内科 部長

**平辻 知也** 先生  
Tomoya Hiratsuji





に大きなメリットだと思います。  
**星野先生**：そうですね。北部地域には急性期病院が当院と医師会病院（北部地区医師会病院）の2つ

しかないため、救急患者は1次から3次まで幅広く集まっています。さらに当院に来る患者さんのほとんどが診断のついていない方であ

り、さまざまな疾患の初期対応、診断、治療、その後の外来フォローと一貫して診ることが出来ます。こうした環境は、研修医や専攻医（総合診療科）、若手医師のトレーニングの場として最良でしょう。

**高良先生**：ハブ咬傷やクラゲによる刺咬傷など、中南部地域では診れなくなってきた症例も北部地域ではたくさん診ることが出来る。非常にバラエティに富んだ経験が出来ます。

**平辻先生**：循環器内科で診ている患者さんの半分は一般内科の患者さんなんです。地元に戻る用事があり内地の病院に半年間勤めた経験があるのですが、その循環器内科では循環器領域しか診ませんし、中堅の循環器内科医が今まで胸腔穿刺をしたことがなかったことに驚きました。ここでは何でも診ることが当たり前なので（笑）。

**星野先生**：そうですね。それに当院は公立病院なので税金から補助があり、地域医療を支えるという重要な役割を担っています。自分のやりたい医療があっても、地域が求めている医療を最優先しないといけないですね。そうした環境だからこそ、幅広い実力を自然と獲得することができるんです。このことは若手医師にとって大きなメリットだと思いますね。

## 02

### 〆助け合い〆の精神が根付いた働きやすい環境

**岡田先生**：医師数が少ないのですが、それ故に横の連携が非常に取しやすいというメリットもあります。全診療科の先生方と顔見知りなので、コンサルや相談がしやすいことも良いですね。

**星野先生**：当院の規模だとスタッフ全員の顔も分かります。医師もスタッフ数も少ないので、お互いに協力することが当たり前の環境であり、仕事としては非常にやりやすいですね。このことは実際に大学病院や大規模病院から来ている若い先生方が口を揃えて言っています。

**高良先生**：当院では24時間の救急医療の提供や、附属の伊平屋診療所、伊是名診療所といった離島医療も支えています。これらは全診療科、全スタッフが協力し合わないとできないことです。

**岡田先生**：協力でいうと、私は、以前、神奈川県の病院にいましたが、同じ地区に同じ規模や機能をもった病院がある場合、ライバル

関係にあつてあまり仲良くないんですよ（笑）。でもここは違います。医師会病院の先生から、私が学会や帰省などここを離れる際は、協力しますと言ってくださるなど、地域で助け合う環境も素晴らしいと感じています。

**星野先生**：北部地域は人口が少なく、こじんまりとしているので連携もしやすいんです。地域の開業



沖縄県立北部病院  
救急科 部長

**高良 剛 ロベルト** 先生

Tsuyoshi Roberto Takara





医の先生方や保健所、福祉施設、多職種、自治体などとタイアップが取りやすく、新型コロナが流行する以前から密なやりとりをしていたため、各施設への感染対策指導もすぐやりやすかったですね。

**平辻先生**…こじんまりとした地域です。スーパーなどで退院した患者さんが夫婦仲良く買い物している姿を見たり、歩いていて声を掛けられることもあります。とても嬉しいことですし、やりがいにもなっています。また、病院数の多い中南部地域と異なり、北部地域には急性期病院が2つしかないため、一人の患者さんを長く診ることもできます。この前カルテを整理していたら、私が当院に赴任した当初に診た63歳の患者さんが現在80歳を越えていました。患者さんの人生にも携わっているんだなと感慨深かったですね。

**高良先生**…それと、マンパワーが少ない困難な状況でも、「患者さん一人ひとりに最良の医療を提供するにはどうしたら良いのか」を常に一所懸命に考え、実践できることも医師としての大きなやりがいであり、醍醐味ですよね。

**平辻先生**…マンパワーが少ない分、

責任ある立場も若い時期から任せてもらえます。すぐ成長させてくれますし、大きなやりがいになりますよね。

**星野先生**…それに今後、当院と医師会病院が統合して「公立沖縄北部医療センター」が開設すれば、北部地域の全疾患が分散することなく集まり、特殊症例も数多く修練できるようになるでしょう。

**平辻先生**…新病院の開設によって、当院で研鑽を積んだ若い先生方が再び北部地域に戻り、実力を存分に発揮できる場所になれば良いです。



沖縄県立北部病院  
循環器内科 部長

**平辻 知也** 先生

Tomoya Hiratsuji

## 03 医師人生のスタートにも最適な、やんばるの医療

**高良先生**…当院は初期研修にも優れた環境です。救急は研修医がファーストタッチし、釣り針が刺さった、虫に刺されたといったものから命に関わる重症まで幅広く関わることが出来ます。大規模病院と比べて患者数は少ないですが、研修医数が一学年6名と少ない分、一人が経験できる量は十二分にあります。

**平辻先生**…将来、どの科に進もうとも幅広い症例を初期対応できる能力はすごく重要です。ここならそうした実力を確実に修得できるはずです。

**星野先生**…消化器内科では、県立中部病院などから指導医の先生に来ていただき、超音波内視鏡の検査を指導してもらったり、内視鏡切除術ESDも実施するなど、高水準の教育環境も整っています。

**岡田先生**…学会発表が盛んなことも特徴です。先日、研修医の先生方が県の医師会医学会で発表する機会がありました。内科の永田先生（研修管理委員会副委員長 永田恵蔵先生）が他科の先生にも研修医の発表指導やサポートをお願いします。

いして、先生方もそれを快く引き受け、みなさんが協力しているような科から発表をしました。そうした環境もすごく良いと感じています。

**星野先生**…それと、研修医2年目からは主治医として患者さんを担当したり、責任ある立場でいろいろなことを経験できます。責任感も育つなど、ものすごく勉強になるはずです。専攻医を修了した医師にとっても、自分がどれだけのスキルアップの場としても最適な環境です。

**岡田先生**…責任を持ち、自分がリーダーシップを取って、自分で判断して決断する機会が多い環境は、医師としてのものすごく大きな成長につながりますよね。

**高良先生**…そのためのバックアップも、我々はもちろん病院スタッフ全員で行いますので、安心して研修に臨むことができます。

**星野先生**…みんな教えることが好きで、病院全体で研修医や若手医師を育てる風土が根付いていますよね。



沖縄県立北部病院  
外科 部長

**岡田 晋一郎** 先生

Shinichiro Okada

**岡田先生**…それと、病気は治ったけども自立した生活が難しい患者さんも多く、患者さんの生活や家族背景、さらに地域連携に関わることも北部地域では重要となってきました。そうした医療を経験できることもすごく勉強になると思います。

**星野先生**…その点で当院が恵まれているのは、歴代に総合内科に優れた先生たちがいて、患者さんの生活や家族背景まで診る医療もしっかり学べることです。

**平辻先生**…循環器疾患では、心不全患者はもとより、不整脈疾患、大血管疾患などあらゆる患者さんが救急、外来に來られます。私は心血管カテーテル治療が専門ですが、虚血性心疾患の治療以外にも、下肢血管、頸動脈治療、またペースメーカー植込み術も行います。全ての患者さんに適切な処置、対応をしなければならず、幅広い知





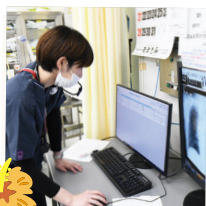


識、手技が必要とされます。総合  
力に長けた循環器内科医、ジェ  
ネラルカーディオロジストを目  
指す医師にとっては、非常に良い  
場所だと思います。

**高良先生**：大規模病院の救急は  
100メートルダッシュを何本も  
続けてやるような感じですが、当  
院では100メートルダッシュは  
するけど、休憩時間もしっかりあ  
る。それでいて研修医が少人数な  
ので豊富な経験もできる。自分の  
ペースで研修がしたい人にも最適  
な病院だと思います。

**岡田先生**：競争は苦手だとか、ガ  
ツガツしたくないとか、でもたく  
さん学びたい気持ちはある。そう  
いう人に向いていると思いますね。  
私が私がと前に出なくても、一  
人ひとりがちゃんと主役になれる  
病院です。

**星野先生**：初期研修は長い医師人  
生の大切なスタート地点。だから  
こそ北部地域で学び、経験を積ん  
でほしいですね。



沖縄北部、やんばるの医療、挑戦と魅力

Special Talk Session

## 04

地域も人も、たくさんの  
魅力にあふれた場所



沖縄県立北部病院  
消化器内科 部長

**星野 慎一** 先生  
Shinichi Hoshino

はいで、北部地域しか見れない美  
しい景色もたくさんあって、沖縄  
の原風景を感じるような街並みも  
好きですね。

**星野先生**：私の出身地は千葉県で  
すが、都市部よりも地方が好きで  
琉球大学に進学しました。医学生  
時代には、やんばるの道をドライ  
ブしたり、この場所が昔から好き  
でしたね。自然が豊かで、病院か  
らは美しい山と海を見渡すことが  
でき、夕日はものすごくキレイで  
す。それと人が優しく、あたた  
かいことも大きな魅力ですね。

**高良先生**：私は北部地域という土  
地環境が好きで当院を希望して赴  
任したんです。うるま市から通っ  
ていますが、通勤でも車を運転す  
ることが好きなので、風光明媚な  
景色を眺めながらのドライブは良  
い気分転換になっています。

**岡田先生**：県外から来る人には北  
部地域の方がより沖縄らしさを感じ  
られると思います。自然がいっ  
ぱい、北部地域しか見れない美  
しい景色もたくさんあって、沖縄  
の原風景を感じるような街並みも  
好きですね。





Residents  
Story

やんばるの研修医の話。

#1

好きな郷土料理  
ハイケイ

趣味

Snow Man鑑賞

モットー

七転び八起き

一年後には、想像以上に成長した  
自分に出会うことができます

沖縄県立北部病院

初期臨床研修医 1年目

島袋 希真 先生 Kimi Shimabukuro

〔出身地〕沖縄県那覇市

〔出身大学〕琉球大学医学部地域枠(2023年卒)

北部地域の魅力

道路やお店など混雑が  
少なく過ごしやすい

OFFの過ごし方

人と会う、寝る

近所のお楽しみスポット

美ら海水族館、パイナップル  
パーク、今帰仁城跡、等症例数も手技の経験も  
学会発表も充実しています

沖縄県の研修病院は、どの病院も素晴らしい教育環境にあり、研修内容にあまり差はないと思います。そのなかで北部病院を選んだ理由は、定員が1学年6名と少人数であり、それが自分に合っていたからです。

すし、困ったことがあっても連絡すれば直ぐに来てくださるなど、フォロワー体制が万全なので安心して手技に臨むことができます。学会発表も盛んで、内科だけではなく外科や小児科など、各科の先生方も私たち研修医の学会発表を熱心に指導、サポートしてください。「病院全体で研修医を育てよう！」という環境も当院の大きな魅力だと思います。

す。少人数の良いところは、症例や手技の取り合いがなく、マイペースな研修ができること。それに住環境にも大きく恵かれましたね。2015年に完成した寮はとてもキレイで、1LDKと部屋も広く、テレビや家具なども備え付けられています。さらに研修医は家賃と水道光熱費がゼロ。病院に隣接しており、通いやすいのも良いですね。

上の先生方の指導は、重要な部分を的確に指摘してください。るのでとても分かりやすく、また、良いところは褒めてくださるのも嬉しいですね(笑)。そのお陰でモチベーション高く研修ができています。

安心して自分のペースで  
濃密な研修ができます

んに誘っていただき夏祭りに行ったりと、オフもしっかり楽しんでいます。北部地域は車が混むことが一切なく、風光明媚な景色が広がっていますし、生活環境としても抜群ですね。

研修医になって最初の頃は誰もが不安を持っていると思います。

当院では研修医1年目が年間を通して病棟患者さんの朝の採血を行います。正直、最初の頃は「朝は早いし、大変だなあ」と思っていました(笑)。でも一か月もすれば慣れてきますし、今では基本的な手技を徹底して鍛えることができます、すごく有意義で大切な経験をしているんだなと感じています。

現在は麻酔科を回っていますが、挿管やC.V(中心静脈カテーテル)なども多く経験させてもらっています。上の先生方が見守っていますし、

1年目と2年目で分かれた研修医室もあり、研修医が完全リラックスできる環境があることも良いですね。研修医室では、同期たちと昼ごはんや仕事終わりなどに、「こういう症例を診ただけで、どう思う?」といった話をよくしています。そうした会話もすごく勉強になります。

休日は同期とご飯を食べに行ったり、この前は2年目の先生と上の先生2人の4人で「ナゴバイナツパーク」に行ったり、看護師さん

果報バンタ  
(幸せ岬)にて

寮で同期とリフレッシュ風景





スタッフと卓球で  
リフレッシュ



第14回日本プライマリ・ケア連合学会  
学術大会(JPCA 2023)に参加

## “See one, do one, teach one” によって着実に成長できる環境

初期研修は沖縄県の比較的小規模な病院でしたいと思っていました。学生時代の地域医療実習でお世話になった先生が沖縄県立中部病院で研修をされた先生で、その先生のかつての指導医が北部病院にいたことや、研修医が少人数（1学年6名）という環境も自分に合っていると思い、当院を研修先に選びました。

北部病院では研修医の主体性を重んじた研修が特徴であり、1年目から自ら考えて治療方針を決めるなど主治医に近い状態で診療を経験していきます。患者さんにしっかりと寄り添い、生活や家族背景も診る医療が当たり前であるという意識が自然と育ちましたし、早くから医師としての責任感も醸成されました。

経験できる症例数も多く、挿管や、胸腔穿刺、腰椎穿刺などの手技も早くから経験することができました。たとえば麻酔科で挿管を習い、できるようになったら次は救急で実践し、2年目には後輩の研修医に教えるといった“See one, do one, teach one”（一度見たら実行し、次に教える）のサイクルを繰り返すことができる環境です。こうしたサイクルによって着実にスキルアップすることができ、さらに手技でいうと、病棟患者さんの朝の採血を研修医一年目が担当することも特徴です。麻酔科を回れば点滴を取ったりと、針を刺す行為はいろいろな手技の基本中の基本ですから、これは本当に勉強になりましたね。

それと、貧困率が高いなど社会的に困っている患者さんが多いのも特徴です。お酒が好きな人も多く、それで日常生活が壊れてしまう人もいます。患者さんの病氣以外の問題にも向き合う必要があり、そうしたこともすごく勉強になりました。

## 人が優しいからこそ 主体的に経験ができる

研修医が少人数なので、同期たちとは困ったことがあればカバーし合うという強い団結力も自然と生まれます。「みんなと一緒に乗り切ろう！」と頑張ることができたり、急に当直に入れなくなったときなども、お互いの気持ちがあるため気軽に頼みやすい関係性も良いですね。

上の先生方も研修医の様子をみながら、「大丈夫？」「仕事を抱え過ぎていない？」と、よく気にかけてくださいますし、コンサルも相談もしやすいです。それは多職種の方々も同じで、みなさんとても優しいんです。こうした環境だからこそ安心して主体的に研修に臨むことができ、知識も技術もしっかり自分のものにできるんですね。

それと、北部地域の土地環境も大好きです。趣味は釣りですが、海までは病院から車で5分と気軽に行けますし、オフには最北端にある辺戸岬までドライブに行ったり、名護十字路の繁華街に同期と飲みに行ったりと、やんばるを楽しんでいます。

沖縄県立北部病院  
初期臨床研修医 2年目  
**佐藤 裕** 先生 Yutaka Sato  
【出身地】東京都  
【出身大学】島根大学医学部  
(2022年卒)

OKINAWA

## Residents Story

やんばるの研修医の話。

#2

## 主治医として患者さんと向き合い 強い責任感と確かな実力を獲得

趣味  
釣り、卓球、心電図の勉強

座右の銘  
三倍努力

北部地域の魅力  
自然がいっぱい

OFFの過ごし方  
自宅でごろごろしているか、平日にできなかった業務や自己研鑽

おススメスポット  
許田インターから北部病院までの海沿いの道



# 人々から信頼され、必要とされる “グッド・ドクター”を目指して

沖縄県立北部病院 内科・指導医 研修管理委員会 副委員長

永田 恵蔵 先生 Keizo Nagata

[出身地] 鹿児島県 [出身大学] 鹿児島大学医学部(2012年卒)

## Residents Story

まとめ 指導医の声

指導医が語る、  
やんばるの初期研修。



総合力をもった  
● 実力ある医師を育てます

沖縄県立北部病院は、どの診療科も、総合診療の意識が強く、初期研修においても総合力を持った実力ある医師を育てることを目指しています。

研修は少数精鋭により、症例の一例一例にしっかりと向き合う濃い研修をすることが出来ます。救急は通年で経験し、ファーストタッチは研修医が行い、チームリーダー

として多職種をまとめながら治療を行っています。

研修医一人当たり年間1000数百名の患者さんを診ることができ、また担当する入院患者さん、当院では一人10名ほどを担当します。しかも、研修医が中心となつて考え、動き、それを指導医たちがサポートするという教育体制であるため、どこよりも優れたリーダーシップや総合力を獲得できると自負しています。自分で考え、悩み、解決する経験はものすごく大きな

成長につながります。

さらに研修医一年目は一年間を通して病棟患者さんの朝の採血を担当するのですが、基本的な手技力を鍛えるだけではなく、採血を通して医師として大切な患者確認やコミュニケーションスキルなども学ぶことができます。そして、当院附属の伊是名診療所や伊平屋診療所といった離島医療や地域のクリニックでの研修も、確かな総合力を習得できる有意義な経験となるでしょう。

また、学会発表を多く経験できることも特徴です。研修医全員が、毎年最低一例は発表しており、研修医の年間の学会発表数も多く、2023年度は一年間で17題を発表しています。これはとても誇れる数字です。

● 近い、関係だからこそ  
得られる大切なスキル

上の先生方と研修医の「近さ」も特徴です。指導医の先生方は県立中部病院や県立南部医療センター・こども医療センターから派遣されている若い先生も多く、お兄さん・お姉さんのように気軽に何でも相談しやすい関係性です。

それに多職種との距離も近い。ため各専門職の役割や働き方も深く理解することができ、3年目以降、チーム医療のリーダーシップを発揮する際に大きく役に立つでしょう。

また、北部地域はこじんまりとしたコミュニティなので患者さんとの距離も近く、自分が診た患者さんが退院した後、道端やお店でばったり会って感謝されるなど、自分の存在が地域医療に役立っていることも実感できるでしょう。北部地域でなら、住民、患者さん、そして病院スタッフからも信頼され、必要とされる、「グッド・ドクター」として成長することができるとは思っています。

それとオフの日は、美味しいものを食べたり、観光に行ったり、ダイビングや釣り、ゴルフをしたりと北部地域を愉しむことも重要です。そうやって地域の魅力を知ること、研修の大切な一環だと思っています。

北部地域に遊びがてら、ぜひ病院見学に来てください。寮に泊まっていたら研修医と同じ生活も体験できますし、北部地域を堪能できる見学プランを提供したいと思っています。



### Profile

大学卒業後、沖縄県立南部医療センター・こども医療センターで初期臨床研修。同病院にて後期研修。2017年に沖縄県立北部病院の内科に赴任。専門分野は内科、総合診療。







# WORK & LIFE in YANBARU

やんばるの働きやすさと生活。

## 北部地域の魅力

綺麗な海などの自然が  
日常生活に近いところにある

## モットー

尽くして求めず 尽くされて忘れず

## オズ×オズのスポット

21世紀の森ビーチ、ネオパークオキナワ

## OFFの過ごし方

家族で公園めぐり



## 1

## 子育てへの理解と支援で、安心して働ける環境です

沖縄県立北部病院 消化器内科 平良 香織 先生 Kaori Taira [出身地] 長野県 [出身大学] 自治医科大学医学部(2014年卒)



私の出身地は長野県ですが、自治医科大学の同級生である夫が沖縄出身という縁で沖縄に来ました。自治医科大学卒業生は出身都道府県の地域医療に9年間従事する義務があります。自治医科大学の卒業生同士で結婚した場合は配偶者の出身都道府県での勤務が認められており(結婚協定)、その一環として2023年4月から夫と共に沖縄県立北部病院の内科に勤務しています。

子育て(4歳をしながらですが、周囲の支援を得てフルタイムで働いています。朝は8時のカンファレンスに間に合うように、子どもを保育園に送ります。夜は、延長保育が終了する時間までに、私か夫のどちらかが仕事を終えて迎えに行っています。

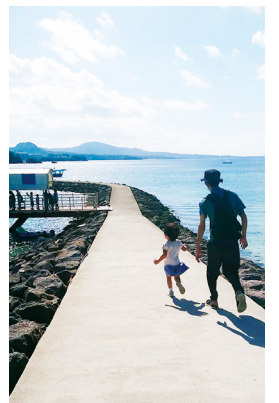
子どもが体調不良になったときは那覇市にある夫の実家に預けたり、また、検査など業務内容によってはチームの先生に代診をお願いし、休みをいただくこともあります。台風によって保育園が早く閉まってしまうときなどは、業務の途中で早退することがありますが、そんなときも先生方が快く引き受けて送り出して



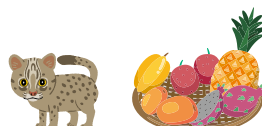
友人家族が沖縄へ遊びに来たとき

くれるんですね。上司である星野先生(消化器内科部長)や夫の上司の平辻先生(循環器内科部長)は、私の子どもと仲良しで、子どものことを大事に考えてくれる優しい先生なんです。どの先生方も家庭の状況をすごく理解してくださり、子育て中でも相談しやすく、不安も少なく安心して働ける環境です。

現在の住まいは病院のすぐ近くですが、北部地域は子育て環境としても素晴らしい場所ですね。沖縄県のなかでも、やんばる(山原)といわれている北部地域は風光明媚で、病院からは海も近いですし、子どもと一緒に遊べる広い公園もたくさんあります。それと個人的には生まれが長野県なので冬は寒くないのが嬉しいですね(笑)。住民のみなさんも子どもにも優しくしてくれそうですし、生活の場としても非常に素晴らしい環境だと思います。



休日に家族と、海中公園にて







# WORK & LIFE in YANBARU



やんばるの働きやすさと生活。

## 北部地域の魅力

地域の人たちが優しくあったかいところ。  
広い北部地区の医療を担っていること。  
海が近くて、通勤のたびに窓から見える海に癒されていること

## モットー

成功への近道はない、努力を怠るな。失敗することを恐れるよりも真剣でないことを恐れない、誠実に謙虚に熱心にやるのが大切である。

## 趣味

ドラマ鑑賞、家族

## OFFの過ごし方

娘たちの習い事の付き添い。  
お散歩



## 2

## 北部地域の魅力は、何といても“人の優しさ”です

沖縄県立北部病院 産婦人科 仲村 和歌子 先生 Wakako Nakamura

〔出身地〕 沖縄県浦添市 〔出身大学〕 琉球大学医学部地域枠 (2018年卒)



沖縄県立北部病院には学生時代のポリクリや初期研修でもお世話になりました。患者さんがすごく優しく、ポリクリでは産婦人科を回ってエコーを経験させてもらいましたが、妊婦さんが快く協力してくださいましたし、初期研修では1年目から主治医のような立場で患者さんに関わらせてもらいました。これらは協力する患者さんたちの優しさがあったからこそできることなんですよ。初期研修後は琉球大学の産婦人科に入局し、専門医資格を取得した後、今度は産婦人科医として北部病院に戻ってきました。

現在は2人(3歳と1歳)の子どもを育てながら仕事をしており、もうすぐ3人目が生まれます。専攻医の1年目と3年目に出産しましたが、専門医資格をストレートに取れたかったので、産後は3か月で復帰し、2人目は生まれる2日前まで働いていました。現在は子どもの世話を実母に任せており、フルタイムで働くことができています。子育て環境に恵まれた私が言うのもなんですが、仕事と子育ての両立のコツは、頼れるところは遠慮せず頼ることだと思います。

当院の産婦人科は常勤医4人体制であり、完全主治医制ではなく

グループ制なので、たとえば自分がいないときに担当患者さんが急にカイザー(帝王切開)になっても他の先生に任すことができます。連休も取れますし、定時で帰れることも多く、とても働きやすいですね。

診療の特徴としては若年妊娠など社会的ハイリスク妊婦さんが多く、小児科や保健師と密な連携を取りながらの診療はすごく良い勉強になっています。

北部地域の魅力は何といっても人が優しいこと。研修医時代には病院のみなさんや住民の方々にもすごくお世話になり、恩返ししたいという意味でも北部病院に帰って来たいです。それほど私にとって素晴らしい病院であり、地域なんですよ。







**モットー**  
食べずからは底から

**オススメのお店**  
ハンバーガー店  
「キャプテンカンガルー」

**OFFの過ごし方**  
子どもと公園でサッカー、  
家族で美味しいもの巡り



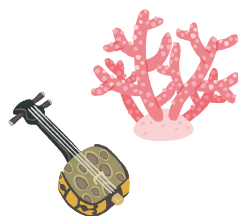
沖縄県立北部病院の小児科ではシフト制を導入しており、連休を取ることも可能です。また医師2人ずつでチームを組んでいるため、どちらかが子どもの急病などで欠けても補える診療体制となっています。ライフワークバランスが取りやすく、さらに子育て中の若い先生も多いので、困ったらお互いに遠慮なく助けを求めることができる環境です。

で人気のハンバーガーショップに行ったり、「沖縄美ら海水族館」に行ったり、通勤以外にも北部地域によく来ています。2025年には大テーマパークである「JUNGLEIA」が開設予定など、さらに魅力ある場所に。名護市には暮らしに必要なものがぎゅっと詰まっていますし、南部の那覇市よりも家賃が安く、住環境としても魅力的な場所だと思います。

### 3

## ライフワークバランスが取りやすく 住環境も素晴らしい場所です

沖縄県立北部病院 小児科 竹川 賢太郎 先生 Kentaro Takekawa  
[出身地] 京都府 [出身大学] 秋田大学医学部(2015年卒)



北部地域には医師数が少ないので、お互いに助け合う組織風土が根付いています。子育てをしながら働いている女性医師も多いのですが、みんなで助け合い、支え合いながら、柔軟性をもっと働いています。病院スタッフも子育て世代が多く、お互いに子育てに関する悩みを相談し合ったり、アドバイスをしたりと、子育てと仕事の両立に理解のある人ばかり。マンパワーが少ない分、各家庭の事情や何かあったときの把握しやすく、合いができる病院です。

病院スタッフは若い世代が多いので、院内の雰囲気も活気があつてすぐ明るいですね。それに患者さんも地域住民の方たちも、みんな優しくて、あたにかいんです。医師数が少ないので忙しさはありますが、ギスギスしておらず、余分なストレスを抱えることはありません。働きやすさも大きな自慢です。



院内の桜の木



**モットー**  
正しくなんくるないさー

**北部地域の魅力**  
優しく、温かく、  
地域愛を感じます。

**趣味**  
MARVELとゴジラの  
フィギュア収集

**OFFの過ごし方**  
子どもと遊ぶ

### 4

## 助け合いの精神が根付いた 働きやすさも大きな自慢です

沖縄県立北部病院 内科 永田 恵蔵 先生 Keizo Nagata  
[出身地] 鹿児島県 [出身大学] 鹿児島大学医学部(2012年卒)







沖縄県・沖縄県地域医療支援センター・琉球大学・医療機関等が連携

## 沖縄県キャリア形成卒前支援プラン

沖縄県地域医療支援センター 副センター長・特命准教授 川妻 由和 先生 Yoshikazu Kawazuma

喜びと強い使命感を胸に、  
地域医療に貢献する医師を  
学生時代から育てる

卒前教育から地域医療に  
貢献できる人材育成を

琉球大学医学部に地域枠で入学した学生は、沖縄県の地域医療（離島・北部地域）に貢献するという使命がある。【沖縄県キャリア形成卒前支援プラン】は、地域枠で入学した学生や、「沖縄県医師確保修学資金」の貸与を受けている学生を対象としたキャリア形成のための支援プロジェクトであり、沖縄県の離島や北部地域の医療に貢献できる人材育成を重点目標としている。

「具体的には、入学前に地域医療に関する小論文の提出や、入学後のオリエンテーション、個人面談、また夏休みなどを利用した離島・北部医療体験、地域医療の学習レポート提出など、学生期間を通じて地域医療マインドの涵養を図り、地域医療に貢献するキャリアを具体的に描けるよう支援していきます」

適用開始は2024年度の入学者からであり、一般枠の希望者に

も適用していく予定だ。

苦悩を突き抜けて  
歓喜に至れ

地域枠で入学した学生は地域医療に貢献する使命があるため、どうしてもキャリアに制限がかかってしまう。学生期間の途中で、地域医療の現場では求められない特定の医療やキャリアに興味を持つても、自由に選択できないといった苦悩にぶつかることもあるだろう。だが川妻先生は、そうした苦悩にしっかり向き合うことも、

優れた医師になるために非常に重要なことだと語る。

「ベーターウェンの言葉に、苦悩を突き抜けて、歓喜に至れ、があります。自分の苦悩に向き合い、それを乗り越えた先に本当の喜びがあるのです。それは医療も同じです。患者の苦悩にしっかりと向き合い寄り添える医師は終末期を悲劇ではなく、『良い人生だったね』と演出できるのです。その力は、重要な地域医療マインドの一つです」

【沖縄県キャリア形成卒前支援プラン】によって、将来、地域医療に貢献する学生たちは、誰よりも人々に寄り添う医療を実践できる、優れた医師になるための重要な学びと経験をすることができると。そして川妻先生は医学生たちにこのメッセージを送る。

「人々が求めている医師とは、エ

キスパートな医師です。スペシャリスト（専門医）であってもジェネラリスト（総合医）であっても、ピグナリーベルでは意味がない。そしてスペシャルの本来の意味は「専門」ではなく「特殊」です。そういう意味では離島といった特殊な環境で実力を発揮できる医師も専門医と言えるでしょう。特殊な環境でも一般的な環境でも実力を発揮できる、エキスパートを目指してほしいですね」







## ポストコロナ時代の医療人材養成拠点形成事業

# 島医者・山医者・里医者育成プロジェクト

琉球大学医学部 医学教育企画室 特命教授 金城 紀与史 先生 Kiyoshi Kinjyo



総合診療、救急、地域連携に強い  
優れた医師の育成を目指す

地域医療の素晴らしさや  
楽しさ、やりがいも学ぶ

「島医者・山医者・里医者育成プロジェクト」は、琉球大学と佐賀大学が共同で行う、文部科学省の補助事業「ポストコロナ時代の医

療人材養成拠点形成事業」(期間は2022年度から7年間。全国で11事業が実施)であり、新たに、卒前の教育プログラムを立ち上げ、医学生1年次から総合診療、救急、地域連携などに力を発揮できる優れた医師の育成を目指すものだ。

主に地域枠学生

(及び地域医療に興味のある一般枠学生を対象とする地域医療コースというカリキュラムを設け、新授業の「プライマリケア演習」や、4年次から始まる臨床実習ではより多くの時間を離島・北部地域での実習に充てることになる。

「学生時代から地域医療をより多く学び、体験することで卒前からしっかりとキャリアを見据えて学ぶことができ、また『自分

ている』といった使命感も培われます。そして地域医療の素晴らしさや挑戦できるチャンスが豊富にあることも感じてほしいですね」

その他、ハワイ大学の医師によるワークショップや、島医者と医学生をネットつなぎ離島医療の魅力発信する「島医者TV」、さらに医学生が高校に出張授業を行う「医学塾」の実施など、高大接続によって高校生から地域医療を担う人材育成も行う。

「島医者が医学生を教え、そして医学生は高校生を教えるという、教えるサイクル」を育むことができ、屋根瓦式教育への強い意識が涵養されることも目指しています」

大切なスキルと醍醐味を得る  
離島・北部地域での経験

離島診療所では、あらゆる症例や予防医療にも対応する総合診療力、そして重症度の判断などER型救急のスキルも求められる。また島の医療の代表者として、消防団や青年団、行政など、現地のリソースとの連携も重要だ。地域の病院においても同様のスキルが求められる。金城先生は自信を持ってこう語る。

「地域医療の現場では、いろん

視点からのアプローチと幅広い人材の活用も重要です。そこで培われる能力は医師人生のさまざまな場面で役立つはず。また、その地域のオリジナルの医療を創ることができる醍醐味もある。

たとえば、北部地域の医療を支える県立北部病院の小児科では、常日頃から地域との多職種や施設、自治体と密な連携を取っており、当初は医療体制の観点から離島に帰るのは難しいと思われた医療ケア児について話し合いを重ねることで最終的に家族の希望通り帰ることができたという。こうした生活の場の視点から患者や家族を支援するのを学生時代から学ぶこともインパクトは大きいでしょう」

沖縄県には3つの研修群(県立病院群・RYUMIC群・群星沖縄研修群)が切磋琢磨している卒業教育に強い土壌や、優れた人材育成のノウハウがある。こうした沖縄の優れた教育資源を最大限に活かした佐賀大学と共同でつくる新しい卒前教育プログラムは、沖縄や佐賀だけではなく全国の地域医療のさらなる充実・発展につながることも大きく期待されている。





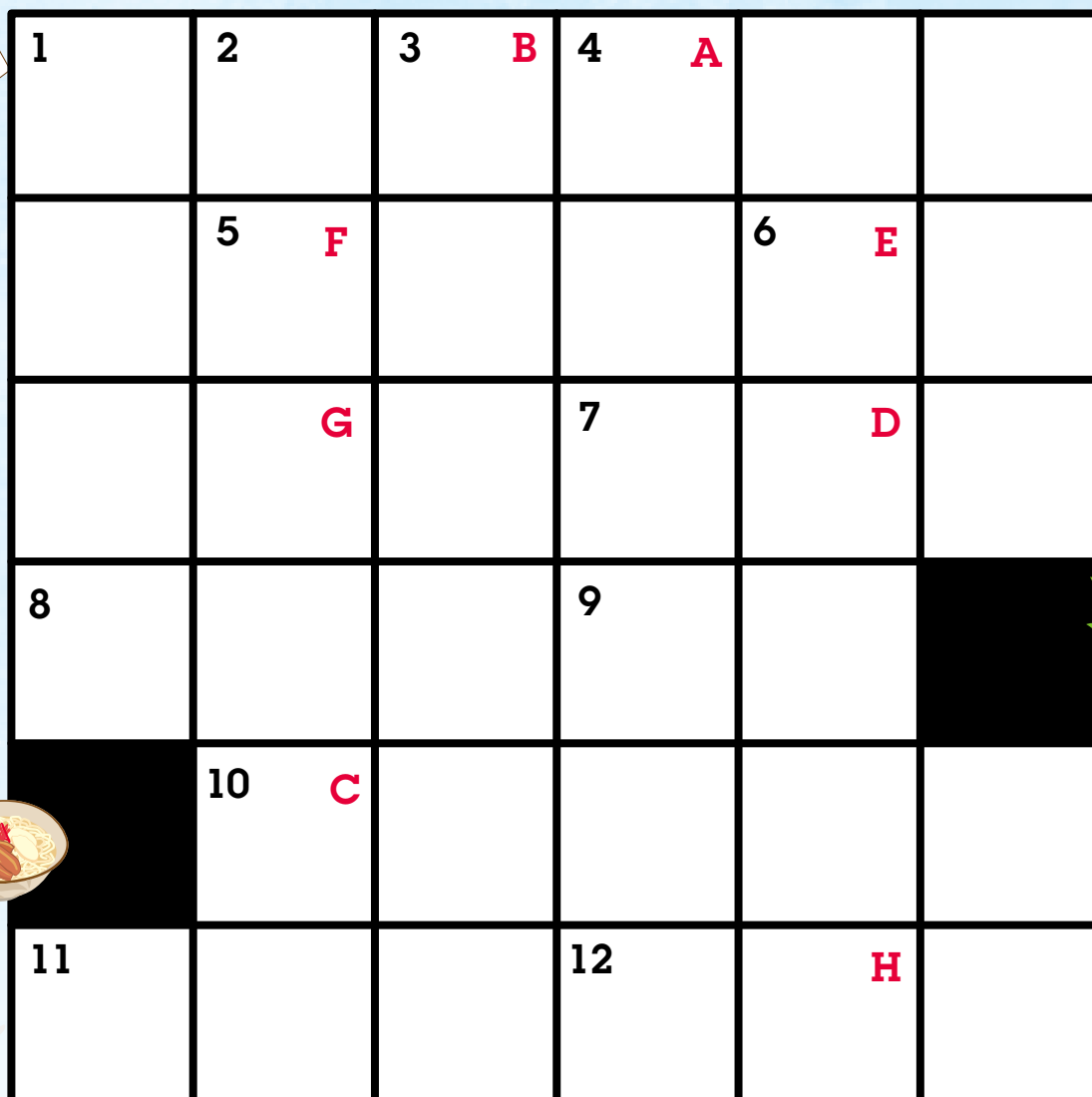
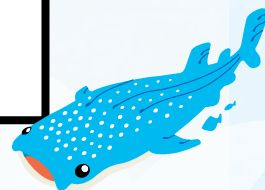


# おきなわクロスワードパズル

Okinawa Crossword Puzzle



石敢當



## ヨコのカギ

- 1 北部に位置し本島で一番透明度が高い「○○○ビーチ」
- 4 福を招く言葉として「○○○!」と言って乾杯をします。
- 5 北部にある、日本最大の水族館「○○○○○水族館」
- 7 与那城地区の集落で、琉球畳の原料「○○○ビーク」
- 8 甘いスパアリブをトッピングした沖縄そば「○○○そば」
- 10 首里周辺に伝わる種々の紋織や絣織物を総称「○○○○○」
- 11 象の鼻のような岩があり、夕陽を望めるスポット「万○○○」
- 12 沖縄の言葉では、塩のことを「○○○」と呼びます。

## タテのカギ

- 1 希少な生き物がいっぱいの「沖縄○○○の国」
- 2 沖縄の方言で「沖縄生まれの人」を指す言葉「○○○○んちゅ」
- 3 沖縄の伝統芸能、古典舞踊「○○○○○舞踊」
- 4 沖縄発祥の武道といえば「○○○」
- 6 珊瑚の島という意味で沖縄本島の中でも伝統的な文化が色濃く残る町「○○○市」
- 9 宮古列島の中でも人気の観光スポット「○○○島」

## 答え

A	B	ゆ	C	ム	D	E	F	G	H
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---



(解答) 1. 北部に位置し本島で一番透明度が高い「○○○ビーチ」 2. 希少な生き物がいっぱいの「沖縄○○○の国」 3. 沖縄の方言で「沖縄生まれの人」を指す言葉「○○○○んちゅ」 4. 福を招く言葉として「○○○!」と言って乾杯をします。 5. 北部にある、日本最大の水族館「○○○○○水族館」 6. 珊瑚の島という意味で沖縄本島の中でも伝統的な文化が色濃く残る町「○○○市」 7. 与那城地区の集落で、琉球畳の原料「○○○ビーク」 8. 甘いスパアリブをトッピングした沖縄そば「○○○そば」 9. 宮古列島の中でも人気の観光スポット「○○○島」 10. 首里周辺に伝わる種々の紋織や絣織物を総称「○○○○○」 11. 象の鼻のような岩があり、夕陽を望めるスポット「万○○○」 12. 沖縄の言葉では、塩のことを「○○○」と呼びます。

おきなわの文化





# 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

「Muru Uchina(ムルウチナー)」第12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

琉球大学病院

おきなわクリニカルシミュレーションセンター内101

TEL: 098-895-1225

E-Mail: chi@w3.u-ryukyu.ac.jp

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



ムルウチナー バックナンバー



Vol.1



Vol.2



Vol.3



Vol.4



Vol.5



Vol.6



Vol.7



Vol.8



Vol.9



Vol.10



Vol.11







Iheya 伊平屋  
Izena 伊是名  
Ie 伊江島  
Nago 名護  
Kume 久米島  
Kerama 慶良間諸島  
Naha 那覇

北大東島  
Daito  
南大東島

Yonaguni 与那国島  
Ishigaki 石垣島  
Iriomote 西表島  
Hateruma 波照間島

Miyako 宮古島



## 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  
琉球大学病院 おきなわクリニカルシミュレーションセンター内101  
TEL: 098-895-1225  
E-Mail: chi@w3.u-ryukyu.ac.jp

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

