

三友会だより

第106号 令和6年4月1日発行 発行者：石川 智信

宮崎市神宮西1丁目49-1 TEL:0985-32-2234 <https://www.sanyu-kai.or.jp/>

決断の時

石川智信

今年の11月、三友会は30周年を迎える。41歳で開業したあの日から、自宅で最後まで生きたいと願う人々を支えるために走り続けてきた。市内で往診を実施している医療機関が数か所しかなかった時代である。訪問診療の依頼を次々に受けたが、私と妻の2人ではおのずから限界があった。

訪問診療医を増やすしかない。市郡医師会病院に緩和ケア病棟ができたのを機に在宅医療の勉強会を開始したが、なかなか仲間は増えなかった。しかし時代が追い風を吹かした。24時間対応する訪問診療に診療報酬が応えてくれるようになった後は、多くの診療所が参画するようになり、在宅医療は第3の医療として認められるようになった。

30年は長い年月であるが、私にとっては瞬時であった気がする。市外に遠出することも憚り、ポケットベルを肌身離さず持ち、市内の公衆電話の位置を覚えこんでいた時代から、携帯電話で迅速に対応できる時代へと変わっていった。24時間拘束されることには変わりなかったが、それをきついとは思わなかった。患者さんやご家族からの感謝の言葉が何よりの疲労回復剤であった。しかし一方で最良のパートナーであった妻を病気で戦線離脱させた。昼食も摂れない忙しさの中で幾多の誤診もし、患者さんを苦しめたこともあった。今この年になって医師人生を振り返るとき、後悔することも多い。若い時は後悔をエネルギーに変えて前を見続けることができたが、今はできなくなった。

開業した時まだ小学1年生だった長男が、昨年からは診療所を手伝ってくれている。胃・大腸カメラ、訪問診療、外来業務そして週に1回県病院での内視鏡治療と忙しいスケジュールをてきぱきとこなす姿を見ていると、昔の自分を思い出す。同時に今の自分の診療の手際の悪さを思い知る。新しくなる一方のデジタル化された医療機器や情報処理機器にもついていけなくなっている。この数年、昼前になると急に全身の疲れや眠気に襲われるようになった。そんな時院長指名の患者リストが残っていても、もうひと頑張り心と心を奮い立たせることができなくなった。病院の勤務医と違って開業医には定年がない。どこで身を引くかは多くの先生が悩むところであろう。私には決断の時が来たと思う。

今年の4月から院長職を息子に交代し、坂元先生に副院長職をお願いすることにした。長く臨床の場にいなくても副院長は妻の代名詞であった。妻の奇跡の復帰を願い、副院長の肩書をあえて外さなかった。2人で始めた診療所である。私が院長をやめる時、妻の副院長の肩書も解くこととした。もちろんしばらくは医師としての職責は続けていく。完全に引退するのは少し先であるが、診ていく数は徐々に減らしていきたい。来年1月私は72歳になる。残された時間は余りないかもしれない。これからは30年間顧みなかった妻との時間を取り戻したいと思う。

《院長就任のご挨拶》



院長 石川裕太郎

令和6年4月から いしかわ内科院長に就任いたしました、石川裕太郎です。

私は病院勤務医時代に様々な疾患の診断や治療にあたってきました。生活習慣病の診断・治療から専門である内視鏡治療、救急外来、癌の化学療法や緩和ケアにも携わり、多様な状態の方と接してきました。検査により早期に癌を発見することで治療できた方もいれば、生活習慣病で長く付き合っていく方もいます。中には、病気や体の状態により通院が困難になる方、癌の診断はついたものの治療ができない状態で、最後は自宅で過ごしたいという方もいました。

いしかわ内科で働き始め、外来診療に加え訪問診療も行うようになり、そのような通院困難な方や自宅で緩和ケアを希望される方を診る機会も増えました。人生の最後まで患者さんに寄り添い、ご本人の人生を全うする一助となれる事にとてもやりがいを感じています。

いしかわ内科の法人の理念は『地域で暮らす人達が、住み慣れた自宅で、親しい人に囲まれて、安心できる生活を継続できるよう医療や介護などの在宅サービスを提供しながら、地域住民の健康増進と生活を支援していくこと』です。

私が院長就任後も、地域に根差し、困った時に頼って貰えるような医療機関であり続けたいと考えています。そのために、予防接種や健診、風邪・生活習慣病の治療から困った時には訪問診療まで行い、人生の様々な段階で必要な医療に対応できるようにしたいと思います。

特に訪問診療は、超高齢化社会の中でますます必要とされており、力を入れていきたいところです。またこれまで専門で培ってきた技術を活かし、日帰りで胃カメラ、大腸カメラ・ポリープ切除も行います。麻酔をかけて楽に受けられるようにもできますので、カメラを受けるか悩んでいる方はご相談ください。

最後になりますが、これからも地域医療を支える診療所として、職員一丸となって頑張っていますのでご期待賜りますようお願いいたします。

略歴：

- ・大分大学医学部卒
- ・横浜市立大学附属病院 初期研修
- ・横浜市立みなと赤十字病院
- ・都立広尾病院 内科/消化器内科
- ・平塚市立病院 内科/消化器内科
- ・茅ヶ崎市立病院 内科/消化器内科
- ・宮崎大学附属病院 消化器内科
- ・県立宮崎病院 内科/消化器内科



資格：日本内科学会認定医、消化器病専門医、消化器内視鏡専門医



《副院長就任のご挨拶》



副院長 坂元貴道

この度、石川智信先生より新年度の副院長就任のお話を頂き、謹んでお受けさせて頂きました、坂元貴道と申します。

私がいしかわ内科に着任したのは、2021年7月1日でした。総合病院勤務時代には、自分の専門領域の診療が主であり、どこか遠くに感じていたコロナ感染でしたが、否応なくコロナ最前線で診療する現場に直面し多忙を極めました。在宅と施設の往診、そして外来診療の患者さんは、私にとって全員が初診であり、病歴把握と診察を並列で進めていく事は、慣れるまでに時間を要しましたが、丁寧さを心掛けました。外来診療から在宅医療そして看取りまで、患者さんの生死に深く関わることができる今の仕事は、まさに医者冥利に尽き、私にとって天職だと感じています。

さて、三友会は今年30周年を迎え、石川裕太郎先生が新院長に就任されます。2024年度診療報酬改定は、生活習慣病を中心に診療する内科系クリニックにとって厳しい改定でした。従来通りの外来診療では減収になるからです。一方で在宅医療の分野はより強化促進されました。いしかわ内科はどんな変化にも臨機応変です。厳しいコロナ禍にあっても強い気持ちをもってチーム医療で乗り越えてきました。引き続き、新院長を中心にスタッフ一同、力を合わせてこの困難な局面を打破していく覚悟です。

当院は、他者への思いやりと寄り添いを大切にする自然な空気があります。そのような中で私自身は、今後も真心ある診療に努めたいと思います。

略歴：

- 宮崎大学医学部卒
- 古賀総合病院 初期研修
- 古賀総合病院 内科/循環器内科

資格：

日本内科学会認定医・日本循環器学会会員

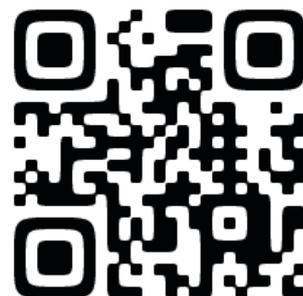


当院ホームページのご紹介

いしかわ内科



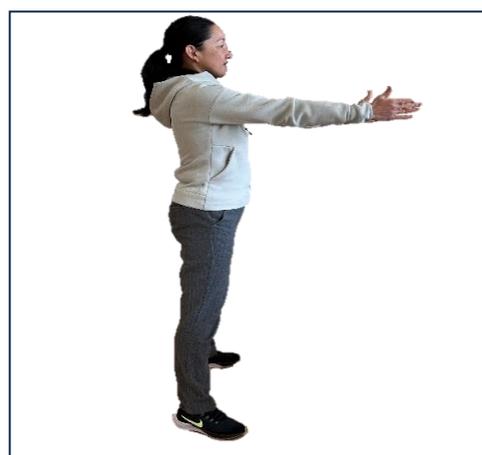
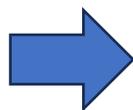
いしかわ内科にはホームページがございます。ホームページ上で過去の三友会だよりもご覧になることができます。また、ブログを毎月更新し私たちの活動をお伝えしていますのでいつでもご覧になってください。お手持ちのスマートフォンでQRコードを読み取ることでアクセスできます。検索よろしく願いいたします。



簡単・安全に体を改善！
筋力強化におすすめの運動

スクワット

健幸くらぶ万智 宮原 和子



- ①両腕をまっすぐ前に出し、両足を肩幅よりも(拳2つ分)広げて立つ
- ②5秒かけて、ゆっくり腰を落とす
- ③太ももが床と並行になったら静止し、2秒間保つ

- ④ス〜ッと立ち上がる
- ⑤繰り返し10回行う

注意事項

- 呼吸を止めない
- 痛みがある時は無理しない
- 足腰に自信がない人は、イスかポールを支えに行う
- いつもの体調と違う時はかかりつけ医に相談する

めやす：1日3セットを週2回

ビールの苦み成分が認知症を改善する

祇園デイサービスセンター 中河 真穂

私は普段アルコールを飲みませんが、気が向いた時だけ少量飲む時があります。気分が少しだけ高揚しストレス解消になります。ビールに含まれるホップの苦み成分はアルツハイマー型認知症を予防する効果があるという話を聞いたことがあります。ただし、アルコールの取りすぎは逆効果になるので注意が必要です。

無理やり制限しても続けられなかったら意味がありません。妥協案を考えていきましょう！

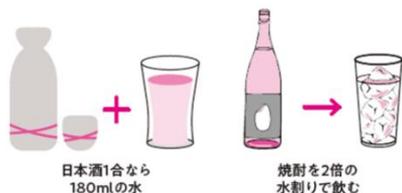
お酒を楽しむ為に飲みすぎない工夫をしよう。

1、お酒と同量の水分をこまめに飲む。

3、ビタミンCの多い果物を摂取。

2、二日酔いには味噌汁を飲もう。

4、週に2日は休肝日を設けよう。



編集後記

いしかわ内科 デイケア 田崎潤

4月となり、私の息子も新一年生となりました。いしかわ内科も新しい体制となり職員一同より一層盛り上げていきたいと思っています。施設見学・体験、いつでもお待ちしております。