



ヴィッキーの にっぽん紀行 Vol.12

Victoria Potter
ウィクトリアポッター
・1980年生まれ。英国ノーリッチ出身。
・2008年8月から町英語指導助手。



去年に引き続き、11月に須賀川の火祭り、松明あかしに行ってみました。去年も含め2回目になりますが、今回は松明を持つ役目にはなれませんでした。前は、カメラの電池がなくなり唯一松明の写真を1枚しか撮ることができなかったのですが、今回は切望していました。今回は壮大な写真をたくさん撮ることができました。私は日本でたくさん写真を撮ることが好きです。自分自身のためだけではなく、帰国したときに家族や友達にみてもらうためです。イギリスにも11月5日に火の祭りがああります。

最近私は只見から仙台の北の松島まで旅行にいきました。今までの県内のALTの友達が仙台を訪れ私にも薦めてくれました。そこは大変美しく、天気の良い日に友人と訪れることができたことはとても幸運でした。私たちはボートで海岸から離れた小さな島々を巡る体験をしました。その中には小学校も中学校もある人口300人ほどの島もありました。そこにも私のようなALTがいるのかな、などと思っていました。松島では名物の「牛タン」を食べてみました。それは大変おいしいものでした。また、名所のお寺の前に杉の木が生い茂る公園（瑞巖寺）の中を歩

きました。お寺は改修工事中で見ることができませんでした。しかしその公園はとても興味深く、公園の一端の岩壁は大きく切り出され、洞窟のようになっています。これはただの飾りなのか、それともほかの目的があるのか不思議に思いました。(補足：僧侶が修行、生活するためのスペース) 私は今回の松島旅行を満喫し、もう一度訪れたいと思いました。そしてさらにもっと東北地方を巡り歩きたいと思っています。

もうすぐ私はクリスマスに向けて帰省をします。家族と友人に会えることにとっても興奮しています。なぜなら、昨年7月に帰省して以来、初めてになるからです。クリスマスには家で家族とゆっくり過ごしたいと思っています。昨年度は逃がしてしまいましたが、イギリスでは一年の中でクリスマスは家族と共に過ごす時間なのです。今の私は家に着いてからのことが心配です。街を歩いているときや、喫茶店の中、テレビをつけたときに回りの人たちが言っていることが理解できるのかと思ってしまうのです。しかし、私がイギリスに住んでいるのはそんなに昔のことではありません。実際はそんな不安はずぐに吹き飛び、以前のような日常に戻ることでしょう。

それでは只見の皆さん、よいお年を。

(訳・只見中・平野)

広報ただみ診療所

朝日診療所 医師 高柳宏史

「家庭医とは」

こんにちは、朝日診療所の高柳です。こちら只見に住むようになり早9ヶ月が過ぎました。外來でも声をかけていただきましたが、今年の9月に第一子(長男)が無事に誕生し公私ともに忙しい日々を送っております。

ところで、私は福島県立医科大学の地域・家庭医療部に属しているのですがみなさんは家庭医療という言葉は聞かれた事はありませんか？おそらく聞きなれない言葉だと思います。せつかくの機会ですから今回は「家庭医」について話をしたいと思っています。

病気をその頻度から分けると「まれな病気」と「よくある病気」とに分ける事が出来ます。今の日本では高血圧、糖尿病、腰痛症、認知症などが「よくあるもの」に入ります。これらの「よくある病気」について学び、治療することができるのが「家庭医」になります。

先進諸国ではこういった家庭医の存在が一般的でかつ制度化されています。まず一度自分の「家庭医」に診てもらい、もし「専門医」の治療が必要な場合は紹介してもらおう。そういった仕組みが制度化されている国々では「専門医」の負担を減らし、医療費の削減効果があることが示されています。現在、先進諸国の中でこういった家庭医の制度がないのは日本だけであり、アジア諸国の中でも日本が「家庭医療後進国」であるという現状です。

また「家庭医」にはさまざまな科の知識・技能を持つ以外にも一つ重要な能力があります。それは「患者中心の医療」の方法です。アメリカで社会的な人間関係と健康に関する研究が行われ、喫煙よりも社会的な人間関係のほうが人の健康に大きく影響を与えるという事が示されました。具体的な例としては両親の関係が子供の入院の割合や気管支喘息の病状に影響を与えたといったものです。その他にも社会の中の人の営みが健康に大きく影響する事が多くの研究で示されています。そのため、その人の家族や地域社会、文化などその人の「背景」について深く理解する事と、その「背景」を理解した上で医師と患者さんが一緒に目標をたてた上で医療を提供していく事がその人の健康に非常に重要な事です。そのやり方を「患者中心の医療」という方法で私たち「家庭医」は学んでいます。

「家庭医の先生は専門って何ですか？」と聞かれることがあります。一言で答えるのが難しく困ります。アメリカの家庭医の先生に「あなた達の専門は？」と聞いたアンケートが一番多かったのは「私の専門はあなた(患者さん)です」という答えだったそうです。その患者さんの背景を知り、適切な医療を患者さんに提供する。そんな医師に僕もなりたいと思いますし、そんな家庭医と専門医がうまく協働すれば今の医療崩壊もきつと良い方向へ行くと思っています。