

日常の診療に加え、

がん検診と生活習慣病予防を柱に

診療所長インタビュー

市民の健康を守る

つがる市民診療所の初代所長には、26年間にわたって成人病センターで私たちの健康を守ってきた岩村秀輝先生が就任しました。岩村先生に所長としての抱負や私たちが健康に暮らすためのアドバイスを聞きしました。



岩村先生に聞きました

Dr.IWAMURA
INTERVIEW

—成人病センターで診療されてきて、つがる市民の健康状態について感じていることを教えてください。

まず、高齢者が増えました。成人病センターに来た頃は80才代の患者さんは少なかったが、今では当たり前。65才を超えると複数の病気にかかることが急に増えてきます。胃がん、大腸がんも多いですね。胃がんの患者数は県の平均に比べて1・5倍以上です。

最近の傾向としては、糖尿病、高血圧、高脂血症が増えてきて、脳卒中や心筋梗塞の危険性が高くなってきていると感じます。

—生活習慣で問題と感ずることは？

洋食化など食生活の変化の影響と思いますが、塩分の摂取が多いですね。アルコールも量をたくさん飲む人が多い。それから運動不足。これは車社会の影響もあるでしょうね。

—つがる市の健康推進対策についてはどう思いますか？

つがる市は、がん検診の無料化や胃がん撲滅のためのピロリ菌検査など市独自の事業に積極的取り組み、いい自治体だと思います。行政が乗り気でない医療従事者も萎えてしまうが、いろいろな協力や支援をしてもらって助かっています。

平均寿命日本一の長野県は、ボランティアによる自主的な健康づくりへの取組や啓蒙活動が盛ん。つがる市も参考になるのではないのでしょうか。

—先生自身、健康のために取り組んでいることはありますか？

2年前から自転車（ロード

バイク）を始めました。1日50キロくらい走ります。車だと速くて周りを見られませんが、自転車だと自分でスピードを調節できるので、花や景色など季節の変化を感じられるのでいいですよ。

—私たちが健康に暮らすためのアドバイスをお願いします。

大人の病気は大きく分けると「がん系」と「血管系」の2つに分けられます。がん系は遺伝、ウイルス、ピロリ菌、タバコ、アルコールなどが関与し、血管系の病気は、生活習慣が大きく関係してきます。脳卒中や心筋梗塞のような血管系の病気は、本人が正しいだけでなく、介護も長期化し疲弊している家族も多い。自立した生活ができる、いわゆる「健康寿命」が大切です。そのためには、普段の生活習慣の改善と定期的な健診・検診の受診によって血管を大事にしてください。

生活習慣については①塩分の摂取を減らす、②腹八分目、③適度な運動、最低この3つを呼びかけています。タバコはやめるべきだし、酒、



電子カルテを備えた診察室

入院と診療時間外の受け入

―診療所の役割は？

立派ですね。広くて床暖房も完備で快適。静かなのもいいです。

―新しい診療所の印象は？

魚中心にして、減塩を心がけてください。

も種類によってアルコール濃度が違うので、飲み物の量ではなく、アルコール量を把握し、飲み過ぎに気をつけてください。

これはできなくなりますが、一般的な診療に加え、これまで同様に、胃がん、大腸がんをはじめとした精密検査もできます。初期医療とともに病気の予防・早期発見の役割を担い、市民の健康を守ることです。

―新しい診療所となつて機能や利便性が向上することは何でしょうか？

CTとレントゲン、超音波検査機器が新たに更新され、性能が向上しました。また、血管年齢を測定する機器が新たに導入され、動脈硬化の予防に役立てられます。

そして、新しく電子カルテが導入され、広域連合の3病院2診療所で診療情報を共有できるようにします。例えばここで撮影した内視鏡の写真をつがる総合病院で見るときもでき、レントゲン写真を持参したりする必要もなくなります。

大きな違いは、これまでは午前中のみの診療でしたが、これからは、午後も外来診療を受けることができます。検査などで午前中でなければならぬものもありますが、そ

うでなければ午後の方が待ち時間は少ないと思います。患者さんの待ち時間の環境もゆつたり、快適になりました。

―自治体病院機能再編が円滑に進むために私たちが心がけることは？

それぞれの医療機関の機能分担を理解したうえで、使い分けが大切ですね。最初から入院が必要と予想される患者さんがここに来るのは、時間のロスかもしれないし、逆に軽い病気でつがる総合病院に行くというのも機能分担が崩れてしまいます。

救急体制も変わり、症状と地区により、救急隊の判断で救急車の搬入先が振り分けられますが、機能分担を理解してもらえればと思います。

―初代所長としての抱負をお聞かせください。

まずは電子カルテに早く慣れてスムーズな診療を行うことです。2、3カ月くらい経てば患者さんも一回りし、落ち着くのではないでしょう。日常の診療に加え、がん



岩村 秀輝

いわむら ひでき

昭和31年 旧金木町（五所川原市）生まれ。弘前大学医学部大学院卒。昭和63年 木造町立成人病センターに着任。専門は一般内科、消化器、血液。弘前市在住。趣味はガーデニング、自転車。

検査、生活習慣病予防の2つを柱に運営していきたいと思っています。

それから診療所には研修室があるので、市役所と協力しながら、患者さんだけでなく広く市民を対象とした生活習慣病予防の教室なども開催できればと考えています。

将来的には在宅医療も視野に入れていかなければならないでしょうが、一度にあれもこれもできないので、まずは、関係機関と連携しながら、自治体の診療所としての役割を果たしていきたいと思っています。

つがる市民診療所

受付・診療時間

■受付時間

午前8時15分から午前11時まで
午後1時45分から午後4時まで
（再来受付機は午前7時から）

■診療時間

午前8時30分から午後5時まで

診療日程 平成26年4月1日から

	月	火	水	木	金
内科外来	○	○	○	○	○
糖尿病内科	○午前のみ				○午前のみ
外科外来	○午前のみ		○午前のみ		○午前のみ

◆休診日は、土・日曜日・祝日・年末年始（12月29日～1月3日）です。

◆上記診療日程については、都合等により変更となることがあります。

【平成26年3月31日までは】

- ・外科外来は月曜日から金曜日まで午前、午後、診療を行います。
- ・内科、糖尿病内科は上記表のとおりです。