

特集

地域を支える診療所

リバーサイドクリニック / 泉野診療所 / 北山診療所



どんな人も見捨てない 地域を支える 開かれた診療所を目指して

診療所科部長
兼 リバーサイドクリニック所長
鍋島 志穂医師に
インタビュー

鍋島 志穂 | なべしま しほ

診療所科部長 兼 リバーサイドクリニック所長
淀川キリスト教病院にて初期研修、諏訪中央病院にて
後期研修修了。平成26年4月よりリバーサイドクリニック。



令和5年4月1日、リバーサイドクリニック、泉野診療所、北山診療所が茅野市から諏訪中央病院組合へ経営移譲されました。

新しく諏訪中央病院の仲間になったリバーサイドクリニックの所長である鍋島志穂医師に医師を志したきっかけ、これからの診療所への思いをインタビューしました。

患者さんの立場を 代弁できるような医師に

——諏訪に来たきっかけは？

鍋島 鎌田先生の「がんばらない」を読んだのがきっかけです。その本を読んだ時は学生だったのですが、医学ではなく心理学を勉強していました。

心理学から医学に転じたんですね。

鍋島 心理学の研究をしていく中で、当時住んでいた宮城県の交換留学生プログラムを通じて米国デラウェア州に留学しました。ところが、留学先で交通事故にあい2ヶ月ほど意識不明の重体となりました。一命は取り留めたのですが、寝たきりの状態で日本に帰ってきて実家のある富山の病院で約1年間リハビリをしました。

日本に帰ってきた当時は「どうして自分がこんな目に遭わなきゃいけないの」と毎日泣いていました。若干22歳でした。長い期間寝たきりだったので、まずは重力に慣れるところから始めました。ティルトテーブルと言うベッ

ドに固定され、強制的にベッドごと立たされるんですけど、それがとても辛かった。ティルトテーブルは今でも私の敵だと思っている（笑）。午前中いっぱい毎日リハビリでした。右手も麻痺で使えなかったの、ストレッチャーに寝たままだに大きい画版を乗せてそこにクレヨンで平仮名で自分の名前を書くということをやりました。麻痺の手が利かないから書けない。泣きながらクレヨンで自分の名前を書いて。先生に「何ができるようにしたいか」と聞かれ、「いつかまたピアノが弾けるようになりたい」と言ったら涙が止まらなかった。「今まで何とも思わなかった小さなことが幸せだったんだ」と実感しました。例えば1人でトイレに行けること、お風呂に入れること、「美味しいね」って家族と一緒にご飯を食べること、学校に通えること・・・日常生活のひとつひとつのことが、全部幸せなんだなっていうのを毎日感じました。毎日ストレッチャーに乗せられて行くリハビリ室の前に自動販売機があって、普通に歩ける人が「今日暑いね」って言って自動販売機の前に立ってお金を入れて好きなジュースを選んで飲めるっていうのが、本当に憧れで夢の世界のことのような気がしていました。その当時

大学病院の整形外科病棟に入院していたのですが、大学病院の大部屋で一日中リハビリ以外はずっと天井を見て寝たきりの患者でした。そうすると不思議なもので感覚が研ぎ澄まされるというか、周りの雰囲気とか、人の

れない。でも安藤先生が20年間ずっと

ニーズに応え続けて、築き上げたもの、大切にしてきたものがある。それは「リバーサイドクリニックは地域のどんな人も見捨てないし、どんなに大変であつても自分たちの求められる役割を果たす」と言うことです。1人では心細いけど、スタッフ一丸となって、さらには隣の西部サービスセンターの方々なども一緒に、皆で力を合わせその信念を引き継いでいきたいです。

鍋島 現在の業務はどんな内容ですか？
外来診療、月100件前後の訪問診療、特養の嘱託医の診療、他に地域の仕事、健診とか学校医などです。

——本当に地域を支える仕事っていう感じですね。今後、さらにこうなったらいいなっていう期待は何かありますか。

鍋島 私としては、この4月から病院と同じ組織になったことはとても大きいと思っています。病院と診療所、病院と地域を医療者が自由に行き来できることが、この地域の医療を実践する上で大事なことだと思っています。そういう新しいチャレンジがいろいろできるんじゃないかなと楽しみに思っています。

——病院の若手にも診療所で働きたい人が多いと感じます。

鍋島 診療所は病院にとつての窓のような役割を果たせばいいなと思っています。地域にも開かれていて、病院のスタッフにとつても風通しが良くて息が

診療所科部長 兼 リバーサイドクリニック所長 鍋島医師インタビュー

——診療所で働くようになったきっかけは？

鍋島 後期研修医の時に4ヶ月間リバーサイドクリニックで働いて安藤先生（現北山診療所所長）や看護師さんたちがとても優しくて患者さんの生活

患者さんに寄り添った あたたかな場所

気持ちなど色々わかるんです。人の言葉の意味や背景にある感情を敏感に感じるようになって。同じ部屋に毎日ずっと「痛い痛い」って言っている患者さんがいました。医者が回診に毎日来るんですけど、「はい、はい」と言っているんですけど、看護師さんも忙しかったり時にはイライラしていたり。患者さんはその状況を受け入れるしかない。それを毎日ずっとベッドの上で感じたり、聞いていて思ったんです。「誰か1人でも本当に分かろうと思つてこの人の話を聞いてあげたら、この痛みは半分ぐらいにはなるのに、どうしてそれに誰も気づかないのだろう。数分でもいいから足を止めて、ゆっくり腰を下ろして、その人にしかわからないその人の話を聞いてあげたらいいのに」って思ったのがすごく心の中に残ったんです。一患者として過ごす中でいろいろなことがありました。そんな経験を通して、患者さんの立場を本当に代弁できるような医者が世の中に一人ぐらいいてもいいんじゃないかって思ったのが医師になろうと思ったきっかけです。

前所長の築き上げた信念を スタッフ一丸となつて

——いろんな仕事をしてこられたわけですけど、現在のリバーサイドクリニックってこういう診療所だよっていう風に伝えるとするとどんな診療所ですか？

鍋島 それまでは安藤先生という大きな大黒柱がいて、安藤先生がいれば患者さんもスタッフも安心という場所でした。安藤先生が定年になり3年前から私が所長になりました。とてもじゃないけど安藤先生のようににはな

しやすい、そんな役割をできたらいい。

相手の立場で最大限の想像力を

——かつて大学病院でリハビリテーションをしていた時に思った、「この患者さんの話を誰か少しでもちゃんと聞いてあげたらいいのに」と思ったその時の思いに沿うような仕事をされていますか。

鍋島 そこは自分の原点なので、それをできなくなつたらもう医者はやめるべきと思っています。

——具体的にはどのようにされていますか？

鍋島 その患者さんの置かれた境遇や状況をできるだけ細かく想像するようにしています。例えば寝たきりの患者さんを診療する時に、その方はどんなことを辛いと思っているか、何を幸せだとしみじみ感じているのか、とそこの人の身になって最大限の想像力を働かせると言うことはとても忍耐力や人間の器の大きさが必要なことなので、大変な状況の中で過ごす方々を人として尊敬しています。

——最後に住民の方々にメッセージを。
鍋島 医者は地域の方々や患者さんから育てられるものだと思います。これからもどうぞよろしく願っています。—— 今日はお忙しいところありがとうございます。（聞き手 脳神経内科医師 渡辺慶介）

リバーサイドクリニック

診療科目：内科、小児科、訪問診療、漢方科

所在地：長野県茅野市宮川3975

電話：0266-72-7010

第1～4木曜日の午後はリバーサイドクリニックの医師が
泉野診療所へ赴いて診療を行っています。

■ 受付・診療時間

	受付	診療	月	火	水	木	金	土
午前	8:30～ 11:30	9:00～ 12:00	○	○	○	○	○	休
午後	1:30～ 4:30	2:00～ 5:15	○	○	訪問 のみ	○	○	休

■ 鍋島志穂所長より

リバーサイドクリニックは「日本プライマリ
ケア連合学会認定 家庭医療専門医」の資格を持
つ常勤医2名を含む複数の医師により、性別・
年齢・臓器などにとらわれない広く総合的な
診療を行っています。また、病気の治療だけで
はなく、患者さんお一人お一人の生活が支えら
れるように、看護師や介護士、行政や福祉の専
門家とも日頃から連携しています。0歳の赤ちゃんの予防接種や健診
から100歳を超える患者さんの訪問診療まで広く対応しております
ので、体調のこと、介護のことなど何でもご相談ください。



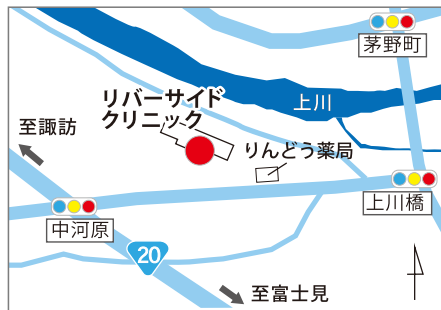
リバーサイドクリニック



開所式にて（令和5年4月3日）

リバーサイドクリニックは、その名の通り茅
野市内を流れる上川のほとり、茅野駅から徒歩
10分ほどの場所にあります。
平成5年に茅野市内の民間病院を継承し、諏訪
中央病院の分院として、クリニックの前身であ
るリバーサイドホスピタル（105床）が開設さ
れました。その後、平成10年にすべての病床を本院
へ統合しリバーサイドクリニックとして運営さ
れていましたが、平成13年に茅野
市の地域福祉計画（ビーナスプラ
ン）に沿って西部保健福祉サービ
スセンターとともに茅野市立の診療
所として新築されました。

そして、令和5年4月、茅野市か
ら諏訪中央病院組合へ経営移譲さ
れました。



北山診療所

診療科目：内科、小児科、訪問診療

所在地：長野県茅野市北山4808-1

電話：0266-78-2310

■ 受付・診療時間

	受付	診療	月	火	水	木	金	土
午前	8:30～ 11:30	9:00～ 12:00	○	○	○	○	○	休
午後	3:30～ 4:30	4:00～ 5:00	○	訪問 のみ	訪問 のみ	訪問 のみ	○	休

■ 沿革

1948（昭和23）年	国保北山診療所開設
1958（昭和33）年	市政施行により茅野市運営となる
1971（昭和46）年頃	公設・民営化となる
2012（平成24）年3月	所長医師の急逝により閉鎖
同年7月	茅野市国保直診療所として再開
2023（令和5年）年4月	茅野市から諏訪中央病院組合へ 経営移譲

■ 安藤親男所長より

今回、北山診療所が諏訪中央病院組合の一
員になったことで、今まで以上に諏訪中央
病院との連携を強めていきたいと思ひます。地域のみなさまが、
お気軽に相談できる診療所を目指しています。



北山診療所



左から河西看護師、安藤所長、
岩本事務員

リバーサイドクリニック、泉野診療所ととも
に諏訪中央病院組合の仲間となったのが、北山
診療所です。北山診療所は標高1000mほどに位
置し、茅野市北部保健福祉サービスセンターと
併設されています。地域のみなさんが受診され
るのはもちろん、白樺湖や蓼科などの観光地、別
荘地に近いことから、観光で訪れた方々にも多
く利用されています。
1948（昭和23）年の開設から75
年、途中やむなく閉鎖された時期も
ありましたが、子どもからお年寄り
まで幅広く診療を行っています。また、高齢化が進む地域でのニーズに
応えるため、通常の診療に加えて訪
問診療への対応にも力を入れています。



訪 問 診 療

のご案内

リバーサイドクリニック医師 **川井隆弘**

かわい たかひろ



リバーサイドクリニックと北山診療
所では、訪問診療にも精力的に取り
組んでいます。訪問診療は、病気や障
がいといった様々な理由で外来通院が
困難な方を対象に定期的にご自宅や
お住まいの施設を訪問して診察させ
ていただくもので、定期外来の代わり
となるものです。現在、2診療所で約
150名の方に月1回から2回程度
の訪問診療を行っています。訪問診療
では、外来や病室でお会いする際とは
違った表情、一面や趣味を拝見させて
いただくことも多く、私自身やりがい
を感じるとともに楽しみにしている時
間帯でもあります。また旅立ちの時
を、病院ではなく、住み慣れたご自宅
や施設で迎えたいというご希望のあ
る方の訪問診療も積極的に行ってお
り、年間約30名の方の旅立ちの時をサ
ポートさせていただいています。
2診療所で行っている訪問診療の
大きな特徴のひとつにグループ診療と
いうものがあります。これは主治医を
決めず、複数の医師が交代で訪問し、
診察させていただくというものです。
それぞれの医師の得意分野・強みを
生かしつつ、不十分な点をお互いに補
い、見落としを防ぐことで、より良い
医療が提供できるようにしたいとい
う思いで行っています。またグルー
プ診療を行っていることで、急な体調不

良で臨時に診察が必要となった際に、
開院時間中はもちろんのこと、夜間や
休日であっても、普段のご様子を把握
しているいずれかの医師が迅速に訪
問する体制をとることもできていま
す。主治医が決まっていらないことに
不安を感じる方もいらっしゃるいま
すが、毎週カンファレンスを開き、ご様子
や方針の共有を図り、医師個人では
なく、診療所自体を主治医と感じて
いただけるよう努力しています。また
診療所看護師も医師の訪問診療に同
行し、医師とは違った視点でより良い
医療が提供できるように関わってお
り、医師には相談・質問しにくいこと
にも対応しています。
病気や障がいを抱えておられる方
を支えるために医師のみでできること
は限られており、地域の様々な関係者
やサービスとの連携が重要となってき
ています。今年度より諏訪中央病院
組合の診療所になったことで、これま
で以上に諏訪中央病院の各専門診療
科医師や様々な職種と連携し、より
良い訪問診療を提供できるように努
めてまいります。
訪問診療のご希望・ご相談があり
ましたら、まずはかかりつけ医にご相
談いただいた上で、諏訪中央病院患
者サポートセンターまたはリバーサイ
ドクリニックまでお問い合わせ下さい。

第35回

● ● ● 病院から地域へ ● ● ●
認知症について名誉院長 濱口 寛 はまぐち みのる

先日、病院のロビーで認知症の話をしました。多くの人が集まってくれました。やはり物忘れが気になり心配されているのでしょう。私も物を置いた場所を忘れたり、人や物の名前がすぐ出てこないことが増えました。しかし、思い出す努力をすることは大切なことだと思います。

そして料理、趣味、運動など楽しみながら続けることが認知症の予防になります。私の母も92歳で亡くなりましたが、80歳代後半には好きだった料理や短歌作りも突然やらなくなりました。認知のためか、やらなくなると認知が進んだのかわかりませんが、続けることで進行を遅らせることができます。

認知症を調べていくと、ナン・スタディという研究がされていました。この研究は米国の修道院で1986年から、修道女(75、106歳)678人を対象に行わ

れたものです。修道女たちは規則正しい生活を送ることが知られています。この研究に参加するにあたって、残された記録の提供、脳機能や記憶力のテスト、そして亡くなった後の脳解剖の同意が求められました。その結果、アルツハイマー病の病理的異常と認知機能の低下にはあまり関連がないことがわかってきました。ただ、20歳代に日記や手紙に複雑な文章を書いていた人に認知機能の低下は少なく、関係するのは脳梗塞巣が認められた脳でした。今さら20歳に戻って人生をやり直すことはできませんが、脳梗塞は生活習慣を見直すことで予防できます。

若年期に認知症リスクに影響するのは教育環境です。子どもたちに読み聞かせをすることが大切です。それが文章の書き方、読書習慣を育て、良い教育環境を与えるのです。

第13回

● ● ● 減災を身近に ● ● ●
夏を楽しむために、備えておくこと防災士 4南病棟 看護師 濱 貴彦 はま たかひこ

梅雨、台風、とされていた夏の雨ですが、最近では気象庁より、線状降水帯、ゲリラ豪雨、という特徴的な雨雲が発表されるようになりました。どちらも夏の湿った空気から突然現れる積乱雲によるものです。ゲリラ豪雨は一つの積乱雲が1時間ほど大雨を降らせますが、線状降水帯は長さ50~200km、幅20~50kmの長い範囲に複数の積乱雲が発生して長時間停滞し大雨を降らせます。

台風が発生するとテレビやニュースで被害の大きさの予想がされ災害への準備がなされますが、ゲリラ豪雨、線状降水帯はまさにゲリラ的に突然発生し、準備が追いつかず被害も拡大します。諏訪地方には八ヶ岳からたくさんさんの河川が諏訪湖に流れています。突然の豪雨では立ち入り禁止などの措置がされないうちに増水し、浸水や氾濫してしまう可能性があります。災害が来る前の今のうちに、『すわそらサイト』を検索して

みてください。諏訪地方の河川の水位と画像がリアルタイムに出ています。『キキクル』は気象庁が発表している土砂崩れの危険度を色別に分けているサイトです。

突然の豪雨の被害に遭わないために情報を得て早めの危機回避行動をしてください。

すわそらサイトを検索

QRコード



第7回

● ● ● 認定看護師からのちょっとした話 ● ● ●
おいしいものをおいしく食べるために摂食・嚥下障害看護認定看護師 丸茂 広子 まるも ひろこ

ソーメンやスイカがおいしい季節ですね。皆さんおいしく食べられていますか？

しかし、嚥下機能(飲み込みの力)が低下すると、ソーメンやスイカなどはむせやすくなります。私たちは呼吸の通路と食べる通路がのどで交わります。通常は、呼吸が優先のため食べる通路は遮断されています。

食べる時は、呼吸の通路を一瞬(0.6秒)遮断して飲み込みます。しかし、すすり食べは、両方の通路があいたまま汁の付いた麺を口に取り込むため、水分が呼吸の通路に侵入し、むせやすくなります。また、スイカなど果汁を多く含んだ食品は、嚥んだ時にジュワッと出た果汁等が、一気にのどに入り込むため、とっさの動きに対応できずむせるのです。



え？もう食べられないの？と心配になりますよね。でも大丈夫！食べ方を工夫すればまだまだ食べられます。

麺類や汁、スイカは冷やして食べましょう。冷たい方が嚥下反射が起きやすくなります。また、飲み込む時にあごをしつかり引いて「飲むぞ」と意識して飲みます(意識下嚥下)。さらに、麺類はわずかに汁にトロミをつけると麺に汁が絡みやすくなり、むせにくくなります。トロットとするほどトロミをつけなくても振りかける程度でよいでしょう。

出来れば、唐辛子を振りかけてもいいですね。唐辛子に含まれているカプサイシンは嚥下反射の促進効果があると言われています。

おいしいものをおいしく食べて暑い夏を乗り切りましょう！



第1回

● ● ● 研修医は今 ● ● ●

浅川 敬太先生インタビュー あさかわ けいた
(平成21~22年度研修医)

——諏訪中央病院で研修した経緯は？

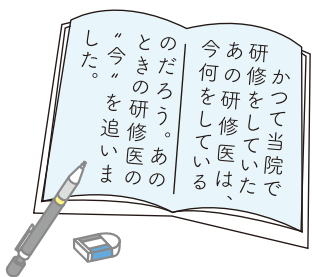
浅川.. 大学5年のときに1年休学して大阪の愛隣地区という生活困窮者の多い地域で公衆衛生の勉強をしているときに、後に諏訪中央病院の同期になる須田先生(現当院リウマチ膠原病内科医師)に出会ったのがきっかけ。

——当院の研修はどうでしたか？

浅川.. 特別な思いがあります。根本の部分で患者さんを見ることはどういふことか、主治医をするベ

——今何をしていますか？

浅川.. 諏訪中央病院に3年いた後、大阪で救急科の専門医を取得しました。その後ロースクールに行つて弁護士資格を取りました。元々、生きる死ぬに加えて、生活やトラブルにもう一步入っていくような仕事がしたいと思っていました。今は仕事の8割が弁護士で2割



が医師です。今はまだ弁護士としては修練中ですがゆくゆくは弁護士と医者半々でやりたいと思っています。医者としては二次救急の夜間とか病棟の当直だったり責任もつてやりたい。弁護士としては街の弁護士で専門性を発揮して弁護士として一人前の仕事をしたい。医療過誤のことなども担当していきたいです。さまざまな事案を経て医療がよくなるように発信していけるようになればいいなと思っています。

(聞き手.. 脳神経内科 渡辺慶介)



