



**第22回福祉講演会特集** 平成30年3月3日(土)開催 於:鴨居地域ケアプラザ  
テーマ「かしこい医者のかかり方」  
講師 社会福祉法人清光会 大矢直子先生

## かしこい医者のかかり方

上白根病院 副院長 大矢 直子

先日、「かしこい医者のかかり方」というお題でお話しさせていただきました。「かしこい医者」にかかるのではなく、「かしこいかかり方」という意味です。ややこしくてすみません。

皆さんは自覚がないかもしれませんが、日本人は基本的に医療機関を自由に選ぶことができ、高度な医療機器を使えて、医療費が安いという世界でも稀に見る良い医療環境にいます。一方で、他の先進国との比較で日本は医師が少なく病院が多い。患者さんも多いです。そのために日本の医師は他国の5~10倍の患者さんを診ています。そのような状況でどうしたら患者本人が満足する医療サービスを受けられるのか！ということをお題としました。

具体的には、まずはどの程度の緊急性があるのか、どの科に行くべきかを確認します。よくわからない場合は、受診



の前に電話などで問い合わせても良いでしょう。診察室に入ったら、自分の一番辛い症状から訴えてください。その症状がいつからどの様に始まったのかも大切な情報です。座っていれば何でもわかってくれると思うのは間違いで医療にも限界があります。「薬が効いていなかった」「薬が残っている」等もお伝え下さい。ありのままを主治医の先生にお話するのが最も大切な事だと思います。

どうぞ、医療機関をうまく利用して下さい。

## 第22回「鴨居地区福祉講演会」に参加して 鴨居連合自治会

相談役 狩野 陽二

毎年、楽しい鴨居地区福祉講演会に参加していますが、今回は「かしこい医者のかかり方」をテーマにした学び甲斐のある講演会でした。

(右上へ)

私も後期高齢者で、一見元気そうに見えますが幾つかの病気を抱えていますし、手術の経験もあります。そのため今回の講演会は大変参考になりました。

紹介状を書いて頂いた経験もあります。薬の飲み残しも出てきます。症状が長い間改善しないと、他の医院に行ったこともあります。これらは、かかりつけの医師にハッキリ言うのは、患者として何となく嫌われたくない気持ちもあり、なかなか率直に言い辛い面があります。初診で症状や体の変化等を十分話してないこともありました。帰宅後に、あの症状を話して置けばよかったと思うことがありました。医者からすれば、患者の情報が多ほど効果的な治療が出来ることがよく分かりました。大矢直子先生の今日の講演会で、医者が的確な治療をするために、患者情報の重要性を再確認しました。今後は、医者と患者の信頼関係にも心がけて行きたいと感じました。

大矢先生のお話は、分かりやすくハッキリとおっしゃるので好感をもって受講できました。有難うございました。

## 福祉講演会に参加して

鴨居老人クラブ さつき会

会長 江原 寛司

演目の前段で、日本を含む世界の主要国の医療事情を様々なデータを示して俯瞰的に比較されました。仕事上の駐在生活で私が体験したり見聞した海外の医療についての理解が裏付けられたり修正されたりしましたが、同時に日本の医療環境がいかに優れたものであるかが理解できました。

一方、私たちの日々の診療に際しては、自分の病状の適切な説明や要望をうまく表現できずに、結果的に不安な気持ちが解消されないこともあります。

この講演では、白衣ではなくスーツ姿の先生が、患者の目線でお話をいただき、また質問にも応じていただきましたので、明日からでも役立つ貴重な情報やアドバイスとなりました。

## 福祉講演会に参加して

### 横浜市鴨居地域ケアプラザ

#### 地域包括支援センター

内谷 政弘・米良 重人

はじめまして。この度、鴨居地域ケアプラザ・地域包括支援センターの社会福祉士として着任しました、内谷と米良です。

今回は第 22 回鴨居地区福祉講演会に地域の皆さまとともに参加させていただきました。

清光会の大矢理事長を講師に、国内の高齢化の推移と日本の医療の現状という大きな視点と実際に医者と患者の信頼関係に基づく診察と治療の関係性といった内容のお話を聞きました。

和やかな会場の雰囲気の中、地域の皆さまの健康への高い意識とそれを支えている医療への関心の深さをひしひしと感じ、私たちは心より感銘を受けました。

私たち内谷と米良は今後、地域の皆さまと信頼関係を築き、地域をより良く支えていきたいと思えます。どうぞよろしくお願い致します。

## 第 22 回 鴨居地区福祉講演会開催！

### 鴨居地区民生委員・児童委員

岡村 知美

厳しい冬の寒さもやわらぎ、春の訪れを感じる穏やかな陽気の中、今年で 22 回目を迎える鴨居地区社会福祉講演会が開催されました。

今回は鴨居地域ケアプラザの運営をされている社会福祉法人清光会理事長の大矢直子先生を講師にお招きして「かしこい医者のかかり方～医療機関を賢く利用するために」と題し、医療の現場や病院のかかり方のヒントとなるようなお話をいただきました。

喉が痛いという症例一つとっても、喉の入り口の痛みは内科、喉の奥の痛みは耳鼻科という具合に受診する科が異なるので、まずはそこを見極める。診察室に入ったら、自分が困っていること、辛いこと、過去の病歴などを明確に医師に伝えることがとても大事とお話されました。また、薬は効果が出て副作用が少ない量が決められているので、心配せず医師の指示通りに正しく服用してほしいということでした。

講演は 1 時間ほどで、プロジェクターを使いながらとてもわかりやすく丁寧に教えてくださり、聞いているみなさんも真剣そのもの。（右上へノ）



～活発な質疑～

講演後の質問コーナーではたくさんの方が挙がりました。今日のお話を、今後、医療機関を受診するときに大いに役立てたいと思います。

## 鴨居地区社協 30 周年に当たって

鴨居地区社会福祉協議会（鴨居地区社協）は創立から 30 年が経ちます。

鴨居地区社協では「お食事会（鴨居会館・ケアプラ）」「れんげの会」「手作りを楽しむ会」そして「配食サービス」と、創立 10 年の間で様々な福祉団体を立ち上げることができました。

20 年目には社協念願の鴨居地域ケアプラザが完成して福祉の環境が整い、「鴨居便利帳」や災害に活用できる「黄色いリボン」を作成、今年度は社協マスコット「ゆずりんとゆずみん」も一新いたしました。鴨居地区社協が、皆さまにますます浸透していくことを願っています。

もっと社協のことを知っていただくために、ただいま創立 30 年の「あゆみ」を作成しています。

福祉という言葉は敷居が高いですか？

皆さんができる時間にできる事をほんの少し楽しくお手伝いいただけたら、安心・安住に暮らせるまち作りがどんどん広がっていくと思います。

どうぞ、これからも皆様のご協力よろしくお願い致します。

## ～お知らせ～

☆ 鴨居原市民の森愛護会から、昨年秋にたくさんのおさつま芋をお食事会に頂戴しました。鴨居ケアプラ食事会では天ぷらに、鴨居会館食事会ではスイートポテトにして、美味しくいただきました。ありがとうございました。

☆ 緑区新年賀詞交換会で鴨居地区社協の小池邦仁副会長が「緑区こもれび踊るふれあいのまちづくり顕彰」を受賞されました。これは様々なかたちで地域活動に取り組んでいる方々や、緑区民を元気にする活動を行った方々を讃えるために、平成 10 年から実施されている表彰です。おめでとうございます。

## ～編集後記～

厳しかった寒さも和らぎ、春らしい陽気が多くなってきました。今年は桜の開花も早めで、一部ではチラホラと咲き始めており、お花見を楽しみたい気持ちがふつふつと湧いてきます。

早いもので東日本大震災から 7 年が経ちました。災害への備えも今一度考えなければいけないと思い直しています。加えて、今回の講演会にあった「医者のかかり方」は自分の身のことであり、日頃からより真剣に考えなければならぬものなので、今回のお話を生かしていければと振り返っています。