



* 凛(りん)として: 自分のために! * 輪(りん)として: 仲間のために! * 鈴(りん)として: 社会のために!

* 宮城県大崎市・10/1~ 医療用ウイッグ購入費用助成事業がスタートしました! *

H29年度, 県内初の取り組みを開始した栗原市を筆頭に, 現在まで川崎町・石巻市・東松島市・大衡村・美里町・涌谷町, そして仙台市も既に開始されておりましたが, 今月から大崎市でも取り組んでいただけることになりました。

“がん患者様方の治療と就労や社会参加の両立支援”と“療養生活の質の向上を図る”為, 医療用ウイッグ購入費用の一部を助成していただけるものです。

【助成金額】 * 30,000円(上限額)または, ウイッグ購入費2分の1の額のいずれ低い額

【助成対象】 平成30年4月1日以降に購入したウイッグが対象 ※一人1回1台のウイッグに限ります

※申請方法など詳細につきましては, 健康推進課(Tel:0229-23-5311)に直接, お問い合わせください。



* りんりんの会・イベント参加のご報告 *

* 9/29(土)仙台国際センターにて「リリーフフォーライフ」が開催されました♪ *

昨年患者団体として参加していましたが, 今回, 地下鉄2階で“パッド作り体験コーナー”のブースをセッティング。りんりんハンドメイド倶楽部3名が講師となり, 参加された患者様方と一緒に作製して来ました。

今年の参加者は2名でしたが, 今回は8名の方々が, それぞれ全摘様用パッド, 温存様用パッドをワイワイ賑やかな中で作製♪ 昨年参加された方が今回も来て一緒に作ってくださったり, 秋田の患者会(「なないろこまち」さん)のお二人が高速バス日帰りで駆けつけ, 限られた時間の中でテキパキと作製していただいたり…。楽しい時間を過ごすことが出来ました。



* 今月27日(土)・秋田での「補整用パッド作り講習会」(「なないろこまち」さん主催)に講師として参加します! *

今回ご参加いただいた「なないろこまち」さんでは, 今後, 秋田県内で『補整用パッド作り講習会』を開催し, 手作りパッドを広めて行きたい! という趣旨でお声掛けいただいた経緯があります。お困りの患者様方の笑顔につながるようなプロジェクト開催に, りんりんも賛同しました。これを機に, 宮城と秋田の患者会同士の交流が深まり, 互いに患者会活動やパッド講習会などがどんどんと広がって行くことを願っています。

* りんりんの会・今後のイベント予定 *

★10/20(土)10:00~定例茶話会

(※場所: 大崎市民病院3階会議室)

- * 皆さんと一緒におしゃべりが出来る「定例茶話会」です♪
- * 今回のテーマは『お肌トラブル・メイクなど』。その他にもお困りのこと等, 一緒にお話してスッキリしましょうね。

★10/24(水)13:30~“りんりん相談室”

(※場所: 大崎市図書館2階研修室1)

- * 場所を変えての“りんりん相談室”初開催になります。
- * おしゃべり会・相談会・補整用パッド講習会 etc.
- これから一緒に“りんりん相談室”をみんなでリニューアルしていきましょう! * 図書館でお待ちしています!
- ※今後の予定: 11/28(第4水) 12/19(第3水)
- 毎月第4水を予定(変更もあります。)

★11/3(土)10:00~ここりん (9階会議室)

- * 講話「臨床心理士と考える心をゆったりするヒント」
- 講師: 渡邊裕美氏(大崎市民病院臨床心理士)
- * 医療スタッフと一緒に『情報交換・相談会』も予定しています。

★11/18(日)13:00~りんりん研修会 (福祉プラザにて)

- ピンクリボン講演…吉田龍一先生
- ヴァイオリン&ピアノコンサート…池田敏美氏・鈴木布美子氏
- ≪体験を朗読して下さる方 募集中!≫
- 今回, J.POSH より助成金をいただいて開催します。一般の方にも参加いただけるのピンクリボン啓発活動のイベントになります。
- ★コンサートの中で『体験者・家族からメッセージ』(一人2~3分)朗読を予定しました。体験をお話して下さる方, 募集しています。りんりん(090-6259-9205)にご連絡くださいね。

～りんりん会報に寄せて No.36～

医師の働き方改革

大崎市民病院 乳腺外科科長 吉田 龍一

以前も書きましたが、私の研修医時代は1年間で休みは正月3日間と夏休み2週間、ゴールデンウィーク中に1日。当時は土曜は半ドンで日曜日朝から回診のため出勤でした。休み以外は24時間オンコール、つまりポケットベルを常に身につけていました。毎朝7時前に出勤、帰りは午前様。家に帰った途端にポケベルが鳴ったりと、いつ何時呼ばれるかわからないので、メシは食えるときに食う、寝れるときに寝るという超不規則な生活でしたが、それが当たり前とっていました。医者仕事は肉体労働ですが、2～3日徹夜続きでもなんとかなった年齢ですから、働き過ぎとも思っていませんでした。先輩方も患者の急変があれば夜中でも駆けつけ、朝まで手術しても翌朝から外来をこなしていましたから、我々下端が休みをくれなんて言えるわけがありません。今で言うブラック企業です。当時は、仕事をしているというより自己研鑽している感覚で、毎日が勉強、給料をもらうなんておこがましいという感覚もどこかにありました。誰もが一人前になるために通る道ですから、つらかったけれどやりがいがありました。ただし、これが何年も続いてたら死んでたかもしれません。まあ、その前に辞めていたと思いますけど。

最近、医師の働き方改革が言われていますが、大崎市民病院も働かせ過ぎだと警告を受けました。病院は医師に対し死ぬまで働けなどとは言いませんが、個人的には自己研鑽のためには多少の過剰労働は仕方ないことだと思っています。10時間以上かかる手術なんてザラにありますし、夜中の緊急手術の経験がない外科医なんて考えられません。自分の患者が急変しても超過勤務だから・・・というわけにはいきません。

医師を増やせばいいのではないかと、確かにその通りです。でもなかなか増えません。毎年8000人以上医師が誕生しているのに。原因のひとつに、医師の地域偏在、科別偏在があります。都会は医者が多く地方は少ない。また、外科や産婦人科、小児科など激務で急患の多い科は敬遠されがちです。医者が少ないところは1人あたりの仕事量が多く時間外勤務が多くなります。それに、国の方からもあれやれこれやれと雑用が多くなり忙しくなる一因になっていることは否めません。

また、患者側も、自分の都合を優先したり軽症で夜中に来るコンビニ受診が多いのも困ったものです。病院は24時間営業当たり前と思っている人が多いようです。医師には応招義務があるものの、緊急性のないものはお断りすることもあります。これは患者が悪いというより病気や怪我に関する教育の機会がないからだだと思います。「正しく恐れる」ことができないから軽症でも不安になり病院に来るのだと思います。例えば、「風邪は万病の元」と言われ、風邪がこじれる前にお医者さんにかかりましょう的な啓蒙がなされていますが、医学的には風邪は万病の元ではなく自然治癒する病気です。風邪をこじらせて死んだ人なんて見たことがありません。テレビでもやたら健康を維持するにはとか、こんな徴候は危ないみたいな番組が増えているような気がします。正しく恐れさせるのではなくただ不安を煽っているようにしか思えません。病気とその予防に対する正しい教育が大切だと思います。

それから、ひとりの医師が主治医となって患者を診る制度を主治医制といいます。何でもかんでも主治医がやるというのは大変です。しかし、大きな病院には同じ科の医師が何人もいるので、チーム制をとって主治医を複数にし、個々の医師の負担を減らしています。でも、責任が曖昧になったり、患者さんがあの先生はイヤだなどと言いだすかもしれません。同じように今は地域連携といい、病気が安定したら近くのかかりつけに紹介することが国の方針となりました。言わば主治医の交代です。すると、あそこには行きたくない、ここがいいと言う方が多いのも事実です。ずっと診てあげられないのは心苦しいのですが、そうしないと我々も疲弊してきます。

医療者や医療費も含めた限られた資源を有効に使うことが働き方改革であり、そのためには患者さんの意識改革も絶対に必要です。是非ともご協力をお願いいたします。

* イベント情報は、[大崎市民病院 HP](#) 又は [りんりんの会ブログ](#) などで随時更新しています。

* **連絡窓口：大崎市民病院地域医療連携室 がんサロン ☎ 0229-23-3311 ***