

「塩冶地区・島根大学医学部連絡協議会」

健康講話実施報告書

2011/2/4

塩冶地区・島根大学医学部連絡協議会 学生担当幹事
島根大学医学部附属病院 卒後臨床研修センター
研修医 飛田憲彦

【はじめに】

2010年11月8日に設立された塩冶地区・島根大学医学部連絡協議会にて、地域住民の方が医療情報を得る機会を設けて、健康増進を図る交流事業を行うことが確認された。本企画である健康講話も、主旨に基づき、学生と研修医の自主的な取り組みによって、塩冶地区住民の健康増進を図るものとする。

学生、研修医にとっては「教えることは二度学ぶこと:Teaching is learning twice over. (ジョセフ・ジュベール)」であり、講義や病院研修によって自ら学んだ知識、経験を他者に伝達することによって、自らの学びを振り返る貴重な機会となる。

あるいは、学生にとっては、早期より大学のある地元・塩冶地区と交流することによって、将来の研修先選択における意思決定の参考になる良い機会でもある。

また、この企画を通じて、当協議会の主旨に基づき、普段より塩冶地区住民の方が、医学部や附属病院に対して思っておられることを橋渡しすることができる機会の一端となることを目標とする。

【対象】

塩冶コミュニティーセンター内のサークルである「えんや健康サークル」(第1・3水曜日10:00~11:30、藤岡圭子先生、木原恭子先生)の受講者約30人

「えんや健康サークル」正規開講の時間帯ではなく、医学生の講義終了後にスケジュールを合わせていただき、18時開始で受講者の方に集まっていた。

【医学部側参加者】

佐貫薫学生委員

尾上正樹学生委員

飛田憲彦学生担当幹事

安友政男総務課長(聴講者として参加)

【日時】2011年1月26日(水)18時開始

【場所】 塩冶コミュニティーセンター 研修室

【方法】

今回の対象者の方に、塩冶側委員である野津雅子氏を通じて事前アンケートをお願いした。アンケートは「健康講話に関するアンケート」（資料1）として佐貫薫学生委員が作成した。このアンケートは、塩冶地域の方の健康に対する興味関心を把握し、健康講話のテーマを決定するために行った。興味関心のあるテーマを多肢選択肢の中から選んでいただき、同時に自由記述欄にコメントを書いていた。アンケートの結果は佐貫薫委員が集計した。その結果を下に示す。

表 1 年齢と興味関心項目のクロス集計

| | 40代 | 50代 | 60代 | 70代 | 計 |
|--------------|-----|-----|-----|-----|----|
| メタボリックシンドローム | 1 | 1 | 4 | 1 | 7 |
| 骨粗鬆症 | | 2 | 5 | 2 | 9 |
| エイズ | | | | 1 | 1 |
| 糖尿病 | | 2 | 3 | 2 | 7 |
| ダイエット | | 1 | 3 | 2 | 6 |
| 高血圧 | | 1 | 6 | 2 | 9 |
| 脂質異常症 | | 2 | 1 | 1 | 4 |
| 癌 | | | 2 | 4 | 6 |
| 東洋医学 | | 1 | 1 | 1 | 3 |
| アトピーなどの皮膚疾患 | | | 1 | | 1 |
| アレルギー性疾患 | | | 1 | 2 | 3 |
| 地域医療 | | | 1 | 2 | 3 |
| 栄養と健康 | | 2 | 5 | 3 | 10 |
| 老化 | | 1 | 4 | 4 | 9 |

<自由記述欄記載項目（原文ママ）>

60代 ・生活習慣病

- ・筋力低下防止（腰）
- ・今のうちに前屈姿勢にならない方法
- ・たまには外に出てハイキングなど
- ・生活習慣病で日常生活の在り方を学びたい

70代 ・毎年のようにコミセンでの講話でよろしいです

- ・病気予防についての内容
- ・数時間歩く時間を会話しながらできるとよい

- ・アルツハイマー
- ・地域医療問題について、更に掘り下げた方法をやってほしい。
医師、看護師の不足問題等、島根において深刻です！
- ・いろいろな勉強の機会をたくさん与えてください

これらの結果を受け、今回の健康講話のテーマを9名の希望のあった高血圧とした。佐貫薫学生委員と尾上正樹学生委員が、「高血圧治療ガイドライン 2009」に準拠した内容でスライドを作成し、当院循環器内科医であり、医学部側委員でもある石橋豊医師がスライドの内容を確認した。(スライドの内容は資料2参照)

佐貫委員、尾上委員が中心となり健康講話を行った。質疑応答に対しては、場合によっては、研修医の飛田が回答した。健康講話終了後、「健康講話終了後アンケート」(資料3)を配布し、回答いただいた。この終了後のアンケートは、今回の学生健康講話のフィードバックを得ることと、次回の希望テーマを調査することを目的とした。前者は、「大変わかりやすい」から「大変わかりにくい」までの5件法で行った。また、島根大学医学部附属病院に対するご意見、ご要望を自由記述にて記載していただいた。結果は【当日の様子・結果】に示した。

最後に、島根大学医学部から塩冶地区に、「高血圧治療ガイドライン 2009 ダイジェスト」2部を進呈した。

【当日の様子・結果】

「健康講話終了後アンケート」は22部回収できたことより、当日の参加者は、22名強と思われた。スライドは、尾上委員が主に説明し、適宜、佐貫委員と飛田でアシストした。参加者の皆さんはメモを取りながら熱心に聴講して下さった。全体として、受講者の方の満足度は高かったと思われた。当日の様子を以下に示す。



図1 講話を行う尾上、佐貫両委員

図2 熱心に聴講される塩冶地区の方々

講話終了後の質疑応答でも、活発に発言が出た。18時より開始し、閉会したのは19時30分であった。「健康講話終了後アンケート」の結果(N=22)を下に示す。

表 2 健康講話終了後アンケート Q1 「講話はわかりやすかったですか」

| | 大変 わかりやすい | わかりやすい | どちらとも いえない | わかりにくい | 大変 わかりにくい |
|----|--------------|--------|---------------|--------|--------------|
| Q1 | 13 | 9 | 0 | 0 | 0 |

表 3 健康講話終了後アンケート Q2 「講話は参考になりましたか」

| | とても 参考になった | 参考に なった | どちらとも いえない | 参考に ならなかった | 全く参考に ならなかった |
|----|---------------|------------|---------------|---------------|-----------------|
| Q2 | 14 | 8 | 0 | 0 | 0 |

Q1 「講話はわかりやすかったですか」の問いには、59%が「大変わかりやすい」、41%が「わかりやすい」と答えていた。Q2 「講話は参考になりましたか」の問いには、63.6%が「とても参考になった」、36.4%が「参考になった」と答えていた。

Q3「今回の感想や次回に聞きたい内容について」、Q4「島根大学医学部附属病院に対するご意見、ご要望」をそれぞれ質問し、自由記述を行っていただいた。結果を下に示す。

<自由記述欄記載項目（原文ママ）>

Q3[感想・次回聞きたい内容]

- ・ 適当な答えを得てましたが、今回参加して大変参考になりました。
- ・ 適性体重を実施する方法を知りたい（運動は行っているが食欲が余計に出てたべすぎる為か全然体重が減らず困っている）
- ・ 楽しく聞かせていただきました。
- ・ 医学関係者と話し合いながら学ぶことができ、とてもなっとくできました。
- ・ 心易かった。
- ・ 参考になりました。メモを取りながら聞いていたので、帰って読み返します。
コレステロールの勉強したいと思っています。
- ・ 今回良くわかりました。参加してよかったです。次回糖尿病についてもお願いしたいと思います。
- ・ 他の病気への質問に答えていただきありがとうございます。
- ・ コレステロール ざっくばらんな話し合いもいいと思う。
- ・ 血圧私も薬をのんでいるので参考になりました。
- ・ 話がわかりやすくてよかったです。又次回も是非参加させて下さい。私ごとですみませんが、まん性すい炎についての説明をおねがいします。
- ・ 住民のレベルに合った話しで非常に分かり易かったです。
- ・ 身じかの問題をとりあげていただき改めて自己反省のよい機会になりました。今後も機

会を与えて下さい。

- ・ 糖尿病、コレステロールについて 次回を待っています。
- ・ だいたい TV などでも聞いたりした事が多かったので、もう少し内容的にくわしく？していただければよかったかな？
- ・ コレステロールについて 善玉・悪玉について
- ・ とてもよい時間だと思ひより一そうのお話を聞きたいです。
- ・ 高脂血症について予防やなってしまった時はどうすれば良いかコレステロールが高い時はどうすれば良いか話しが聞きたいと思ひます。
- ・ ミニ集会のようで、意見がたくさん出て、いろいろな話が聞けて良かった。
- ・ 自分のこと家族のこと友人のことを頭にえがきながらお話を聞きました。いい話でした。

Q4[島根大学医学部附属病院に対するご意見、ご要望]

- ・ 学生さんに対してですが医学的な事ばかりでなく人としてのもらるも勉強してほしいと思ひます。塩冶は学生さんが多いはずですが、将来この人達が医療につかされると心配です あいさつもなし
- ・ この様な機会が多く持つて欲しい
- ・ 大変忙しい中講話をしていただきありがとうございます。この会が更に発展することを祈ります。
- ・ 今回のように地域へも出て住民と対話をして下さい。
- ・ 各地区での健康講話の企画はどこでやっていますか。(地区集会所を利用しての企画支援など)
- ・ 今日医学部へ見舞い行きました所、看護師さん又職員の方の対応が良くてとても感じが良かったです。ありがとうございます。
- ・ 予約で時間内に行っても、一時間以上待つ事あり、老人(95才)をつれて行くと、よけいつかれると言う。もう少し早くは出来ないでしょうか。
- ・ 色々な検診がもっと気軽に受けれるといいと思ひます。
- ・ コレステロールについて 薬との関係 食事
- ・ 今のところありません。今後も交流させて下さい。

【考察】

今回は高血圧を取り上げた。次回の聞きたい内容としては、自由記述ではコレステロール、糖尿病が多かった。この結果は事前のアンケートにて「栄養と健康」10名、「糖尿病」7名の興味関心があったことと一致していた。

また高血圧の講話のなかで、動脈硬化や脳卒中についても触れたため、住民の方は、この健康講話を「シリーズ企画」と捉えて下さり、今回の内容の続編としてのコレステロール、糖尿病についての健康講話を期待しておられると考えられた。

会の進行や質疑応答の場面が「参加型」となっていたため、「ミニ集会のようで、意見がたくさん出て」や「ざっくばらんな話し合いもいいと思う。」という自由記述があった。

始終、なごやかな雰囲気であり、講師も学生ということで、親しみを持って聞いていただけだ。また、医学的な内容に関しては、専門医が担保したというアナウンスも良かった。親しみやすい学生が、医学部・附属病院に担保された医学・医療の話をつかりやすく行ったことが、今回の会が盛会であったことの原因であると思われる。

脂質異常症、糖尿病による次回の健康講話も強く望まれている感がある。塩冶地区の方の学習意欲は高い。しかしながら、学生委員は代替わりするため、今後の方針を考える必要がある。

【謝辞】

このような機会を与えて下さった塩冶地区の皆さまに感謝致します。日程調整や事前アンケートに尽力下さった野津雅子様、坂本達夫様に厚く御礼申し上げます。またスライドをチェックして下さった循環器内科石橋豊先生、医学生・研修医を常に支援して下さっている小林祥泰病院長、森田栄伸医学科長に御礼申し上げます。また参加者の立場で聴講いただき感想をいただいた安友政男総務課長に感謝いたします。

佐貫さん、尾上君、お疲れさま。

【医学部側委員の先生方へ】

塩冶地区の方の、島根大学医学部附属病院に対するご意見、ご要望を承りました。可能なものに関しては、対応のほど、よろしく願い申し上げます。