

日本プライマリ・ケア連合学会 北海道ブロック支部 ニュースレター

発行
2024年3月
No.40

発行人
支部長 木佐 健悟
北海道ブロック支部事務局
(市立美唄病院内)
TEL:0126-63-4171
mail:hpca.jimukyoku@gmail.com

北海道ブロック支部広報委員会

編集前記

こんにちは。今回のニュースレターを担当しました笹岡です。

北海道もすっかり雪が溶け春になり——と
言いたいところですが、3月に入ってもまだまだ
雪が降り、春はいつやってくるのでしょうか。そのよ
うななか、COVID-19の他にもインフルエンザ
Bや麻しんなど感染症の脅威を心配して過ご
す日々となっております。清々しい北海道の春
が待ち遠しいです。

今回のニュースレターは認定看護師の山崎さ
さんに寄稿いただいた地域活動に関するコラム
をはじめ、委員会報告や地方会情報などを掲
載しています。是非、楽しみながらご覧ください
！



桜と手稲山

第11回北海道地方会は 6/29に開催！

2024年6月29日(土)、札幌市の「か
でる2・7」において日本プライマリ・ケア連合学会
北海道ブロック支部主催の「第11回北海道
地方会」が開催されます。

今回のテーマは「今から取り組む、明日のため
のヘルスプロモーション」です。

ワークショップ等は「予防医療 Update」「地
域リハビリテーションとアウトリーチ〜リハ職による
介護予防の取り組み〜」「臨床発達心理士から学
ぶ、思春期ケアをする上で役立つコミュニケーション
のコツ」「待ち時間でちょこっとヘルスプロモ
ーション（略して、「ちょこヘル」）」を企画中で、
どれも楽しそうな内容となっています。

基調講演は青森県立保健大学・青森大学
の竹林正樹先生をお迎えして、「なぜあの人は
健康づくりをしない？ ナッジで人を動かす」とい
う題でご講演いただきます。

一般演題のご応募もお待ちしております。
(締め切り 4/17(水))

通常は会費が発生する地方会ですが、前回
に引き続き今回も会費は無料となっています。

詳細はトピック③をご覧ください！最新情報
は支部ホームページもご覧ください！

多職種でプライマリ・ケアを学ぶ
JPCA第11回北海道地方会

参加無料

2024年 6/29(土) かでる2・7

受付開始 12:30~
13:30~18:10

今から取り組む
明日のための
ヘルスプロモーション

一般演題(口演・ポスター) 14:00-15:00

企画 15:10-16:40
「予防医療 Update」
健診 / 誤嚥性肺炎 / 小児期逆境体験

「シンポジウム」
地域リハビリテーションとアウトリーチ
〜リハ職による介護予防の取り組み〜

「ワークショップ」
臨床発達心理士から学ぶ、
思春期ケアをする上で役立つコミュニケーションのコツ

「カフェ企画」
待ち時間でちょこっとヘルスプロモーション
略して、「ちょこヘル」

基調講演 16:55-18:05
なぜあの人は健康づくりをしない？
ナッジで人を動かす

青森県立保健大学・青森大学
竹林 正樹 先生

JPCAの生涯学習単位及びoff-the-jobトレーニングの単位
プライマリ・ケア認定看護師の認定申請に有効となります(申請料
別途発生)をご覧ください(※要予約)

日本プライマリ・ケア連合学会
北海道ブロック支部事務局(市立美唄病院内)
TEL:0126-63-4171 FAX:0126-63-4300

トピック①

支部会員リレーコラム

今回のリレーコラムは、札幌市東区にあ
る北海道家庭医療学センター 栄町ファミ
リクリニックで看護師長をしている、プライ
マリ・ケア看護師の山崎礼子さんです！

トピック②

「総合診療・家庭医療の 実践を学ぶシリーズ」 学習会 開催報告

1月に開催された旭川医科大学学生
向けの学習会について、若手医師学生支
援委員会よりご報告いただきました！「低
収入は大病の元？ お金から見る総合診
療」という題で楽しい学習会になったよう
です。

トピック③

第11回北海道地方会 のご案内

6月29日(土)に札幌市の「か
でる2・7」で開催する地方会のご案内を掲載して
います。今回のテーマは「今から取り組む、
明日のためのヘルスプロモーション」です。是
非、ご参加ください。

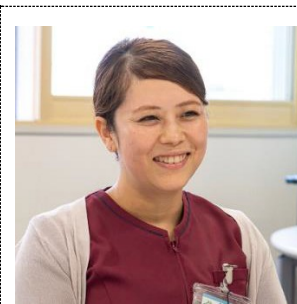


左上：寸劇 左下：肩こり改善体操 右：梅津医師

トピック①

支部会員リレーコラム

山崎 礼子（医療法人北海道家庭医療学センター 栄町ファミリークリニック）



2016年に北海道家庭医療学センター栄町ファミリークリニックに勤務
家庭医療は未知の領域でしたがとにかく医師のみなさんが優しく丁寧な診療をされていることに家庭医療の奥深さを実感しました。
2021年に日本プライマリ・ケア連合学会認定 プライマリ・ケア看護師資格取得認定看護師支援部門メンバー

高校生の娘の薦めで北海道が舞台の「ゴールデンカムイ」を全巻一気に読みました。
先住民族アイヌの伝統文化の基本的知識がわかりやすく説明されていて史実にある程度基づいているので学習漫画と言ってもいいくらいです。観光名所でもある網走刑務所や五稜郭、札幌麦酒工場など行ったことのある場所が登場し、全国のゴールデンカムイファンたちが聖地巡礼に訪れているようです。（私も網走刑務所に行きました）

栄町ファミリークリニックは札幌市営地下鉄東豊線の栄町駅を降りて徒歩3分という利便性の良さと、中心部からは少し離れていますが生活圏には大型スーパーや飲食店、メディカルビル、小中学校や丘珠空港などがあり生活しやすい環境が整っているところにあります。

クリニックには7名の家庭医（専門医3名、認定医2名、専攻医1名、救急とのダブルボード取得希望者1名）とコメディカルを合わせ30名のスタッフが勤務し、外来診療、訪問診療を行いながら、住み慣れた地域での暮らしを支える上で大切な役割の一つでもある「地域活動」にも注力しています。具体的には地域住民を対象とした「健康講座」の開催、町内会の活動である一人暮らしの高齢者宅への見守り訪問の報告会＝「福祉協力員会議」への出席、一人暮らしの高齢者同士の集いの場＝「おしゃべりサロン」等があります。「福祉協力員会議」や「おしゃべりサロン」には、主にMSWがクリニックの代表として参加しています。

今回はその中から「健康講座」についてご紹介させていただこうと思います。

年2回、多職種でチームを構成しテーマを決めスライドなど手間暇かけて作成し、全職員で老人福祉センターに出向します。

講演だけでなく参加者も一緒に身体を動かしたりクイズに参加していただいたり、近隣の介護事業所のPTさんにご協力をいただいて、より専門的な運動をレクチャーして頂いたこともありました。時には寸劇を通して訪問診療がどのように導入されるのか知っていただく、なんてこともしました。

寸劇は脚本家（MSW）、主演、バイプレイヤー共々、大根役者が勢ぞろいで演じ切り「演技が上手いねー」「感動して泣いちゃったよ

「楽しみながらの地域活動」

- 山崎 礼子 -

ー「話を聞くよりわかりやすい」など感想をいただき「全米が泣いた！！」程ではありませんが、笑いあり涙ありの超大作を観てくださった地域住民の方々と一体感を味わうことができ、とても貴重な経験になりました。

先月はこの健康講座を専攻医の梅津医師が中心になって「肩こり、もうごりごり（涙）」というテーマで講義と体操のレクチャーを行いました。定員30名にもかかわらず、50名の方々が参加してくださいました。

医療的ケアだけでなくこういった地域での活動を通して家庭医療について多くの方に知ってもらい、小さな活動ではありますが地道に続けることに大きな意味があるのだと思います。

冬の寒い季節はどうしても外出の機会が減る傾向にあります。

このように対面で行う活動は人と触れ合う良い機会になりますし、顔の見える関係を構築することで何か困りごとや相談事があればここに行けばいいんだなと思ってもらえることこそが地域で暮らす高齢者やそのご家族のサポートに繋がることを期待して、スタッフ一同これからも楽しみながら地域活動を続けていきたいと思っています。

トピック②

「総合診療・家庭医療の実践を学ぶシリーズ」学習会 (旭川医科大学学生向け) 開催報告

1月26日(金)旭川医大にて、学生向け総合診療・家庭医療勉強会が開催されました。

今回は、旭川医大出身で、勤医協中央病院で臨床研修後、現在は藤田医科大学で総合診療専門研修中の西村涼先生をお招きし、「低収入は大病の元？お金から見る総合診療」という題で、SDH(健康の社会的決定要因)をテーマにご講演いただきました。内容も、実際の患者さんの家計シミュレーションや、具体的事例に基づくディスカッションなど、学生さんにとっても分かりやすく工夫された素晴らしい構成で、プレゼンも非常に分かりやすく、低学年から高学年まで皆楽しんで参加されているのが印象的でした。

11名の学生さんに参加いただき、さらに7月から西村先生が赴任する道北勤医協一条通病院の多職種の皆さんも駆けつけてくださり、賑やかな勉強会となりました。

委員会の学生メンバーの皆さんの学内でのお声掛けに感謝致します。また、西村先生は今後北海道ブロック支部の若手医師学生支援委員会のメンバーとして一緒に活動して下さることになりました。委員会では引き続き

道内3大学での学生向け勉強会を定期的に企画していきます。皆様のご支援・ご協力をよろしくお願い致します。

若手医師学生支援委員会



今年度も薬剤師部会は活動しています！

北海道ブロック支部では、薬剤師会員同士の交流とプライマリ・ケア認定薬剤師についての相談先、薬学生へのプライマリ・ケア認定薬剤師制度の啓蒙などを目的として、薬剤師部会の活動を行っています。

主な活動は、2か月に1回程度開催しているZoom開催の定例会です。定例会は遅い時間での開催ですが、その日のテーマについて学習と参加者同士のディスカッションをして、毎回薬学生も参加してくれて盛り上がる会となっています。



2023年度は以下のようなテーマ・内容で開催しました。

- 第11回定例会(2023/6/21)
「お薬手帳活用術を共有しよう」
- 第12回定例会(2023/8/23)
「論文抄読会」
- 第13回定例会(2023/10/25)
不動産薬品プラットフォームアプリ
- 第14回定例会(2023/12/20)
Zoom忘年会
- 第15回(2024/2/28)
プラネターヘルス

6月24日には、地方会の開催前の時間を活用してリアルな薬剤師部会ミーティングも開催することができました。

また、北海道ブロック支部薬剤師部会のFacebookグループでも情報交換を行っており

ますので、ご興味のある方はリクエスト申請をお願いします。

北海道ブロック支部薬剤師部会



Facebookグループ申請お待ちしております！



<https://www.facebook.com/groups/485214252579879/>

北海道大会(第16回学術大会)実行委員会始動！

2024年は静岡県浜松市で開催される日本プライマリ・ケア連合学会の学術大会ですが、2025年の学術大会は6月20日(金)～22日(日)に札幌コンベンションセンター他にて開催されます。

大会テーマは、『「そこ・そこ」のプライマリ・ケア～それぞれの場で、ふさわしくあるには～』です。

大会長を務める支部長の木佐健悟先生のもと北海道のメンバーを中心に実行委員会が組織され、活動が開始となりました。支部会員の皆様も一緒に北海道大会を盛り上げてい

ただけましたら幸いです。

なお、学術大会は北海道ブロック支部の事業ではありませんので、ブロック支部への問い合わせはしないようにお願いします。

また、学術大会の開催に伴い、例年6月に開催している北海道地方会については、2025年度は中止することを幹事会で決定しています。一般演題の応募を考慮しておられた方は、学術大会あるいは別の機会での発表をご検討ください。



トピック③

第11回北海道地方会のご案内

テーマ「今から取り組む、明日のためのヘルスプロモーション」

実行委員長：鈴木 聡（市立旭川病院 総合内科）



「今から取り組む、明日のためのヘルスプロモーション」——。このテーマを掲げ、第11回地方会を6月29日(土)に札幌市の「かでる2・7」で開催いたします。

健康な未来を築くために必要なヘルスプロモーションの在り方やプライマリ・ケアの役割に焦点を当て、共に学び、考える貴重なひとときとなることでしょう。

現代のプライマリ・ケアにおいては、単なる病気の診断・治療だけでなく、病める人のQOL向上や、医療が必要でない人々へのヘルスプロモーションが重要です。少子高齢化や医療費の増大が課題となる中、健康を保ち、既存の疾患を悪化させないことが社会保障費の削減に繋がります。プライマリ・ケアが果たすべき役割の大きさを再確認し、知識やアイデアを共有し合う場となることでしょう。

当日は、一般演題（口演・ポスター）の他に、幅広いトピックをカバーするワークショップやレクチャー、そして基調講演をご用意しております。また、今年も基調講演のみ Web 配信も行います。

通常は会費が発生する地方会ですが、今回は皆様にお集まりいただく喜びを共有し、プライマリ・ケアに興味を持つ医療従事者や学生の参加を広く促進するため、会費は無料とさせていただきます。ぜひ、お知り合いの方にもお声がけいただき、一緒に素晴らしい学びと交流の場を楽しんでいただければ幸いです。

実行委員会一同、皆様のご参加を心よりお待ちしております。



その他のお知らせ

① ブロック支部内部組織及び活動状況について

現在、広報委員会、若手医師・学生支援委員会、薬剤師部会が各々活動 & 計画中です。引き続き情報があれば随時共有していきます。まだ Facebook のご登録をされていない方々もぜひ登録を！

<https://www.facebook.com/Hokkaidoprimarycare/>

② 支部の予算について

コロナ禍で、事業をあまり行うことができなかつたことがあったため内部留保があります。幹事会での議論を経て、プライマリ・ケアの普及に予算を使う方向性としております。このため今年度の北海道地方会および北海道プライマリ・ケアフォーラムは無料としております。

北海道ブロック支部でやってみたい行事や活動などがありましたら、幹事会、幹事会などで議論しますので、ブロック支部事務局までご連絡ください！

北海道ブロック支部事務局 Email
hpc.a.jimukyoku@gmail.com