稚内市

医療と健康のまちづくり応援団

行動計画

平成 ２９年 １１ 月

地域医療を考える稚内市民会議

目　　次

第一章　はじめに

応援団と行動計画は『まちの力』 ---------- P1

第二章　応援団の基本方針

1. 三者の責務で力あわせを ---------- P2

2. 地域ぐるみの応援団をめざして ---------- P3

3. 応援団のとりくみ期間について ---------- P3

第三章　応援団の方針・行動計画

行動スローガン/行動方針/行動計画 ---------- P4

応援団長紹介 ---------- P5

◆ 病院応援団 ---------- P6

◆ 健康応援団 ---------- P7

◆ 未来応援団 ---------- P8

◆ 医師誘致応援団 ---------- P9

第四章　おわりに

「励まされているんだなあー」と

びっくりしています　！---------- P10

第一章
はじめに

応援団と行動計画は『まちの力』

地域医療を考える稚内市民会議会長／稚内市長　　工藤　　広

稚内の『まちづくり』にとっての課題は、地域医療環境の充実です。

少子高齢化が進む中で、限りある医療資源のもと、大変な思いをされている方がいます。
困難な悪条件の中でも、稚内市民の命と健康を守るために懸命にがんばっていただいている医師をはじめとする医療関係者の方々の姿があります。

平成 28 年 12 月、地域医療を考える稚内市民会議は、市民みんなで『感謝』『励まし』『きずな』の市民力を強めて、『いつまでも住み続けることのできる稚内』にしたいと考え、【医療と健康のまちづくり応援団】の結成と【応援団の行動計画づくり】を呼びかけました。

この呼びかけに応えて、平成 29 年８月、『病院応援団』・『健康応援団』・『未来応援団』・『医師誘致応援団』の四つの課題別応援団が誕生し、そして、応援団による『行動計画』をつくることができました。

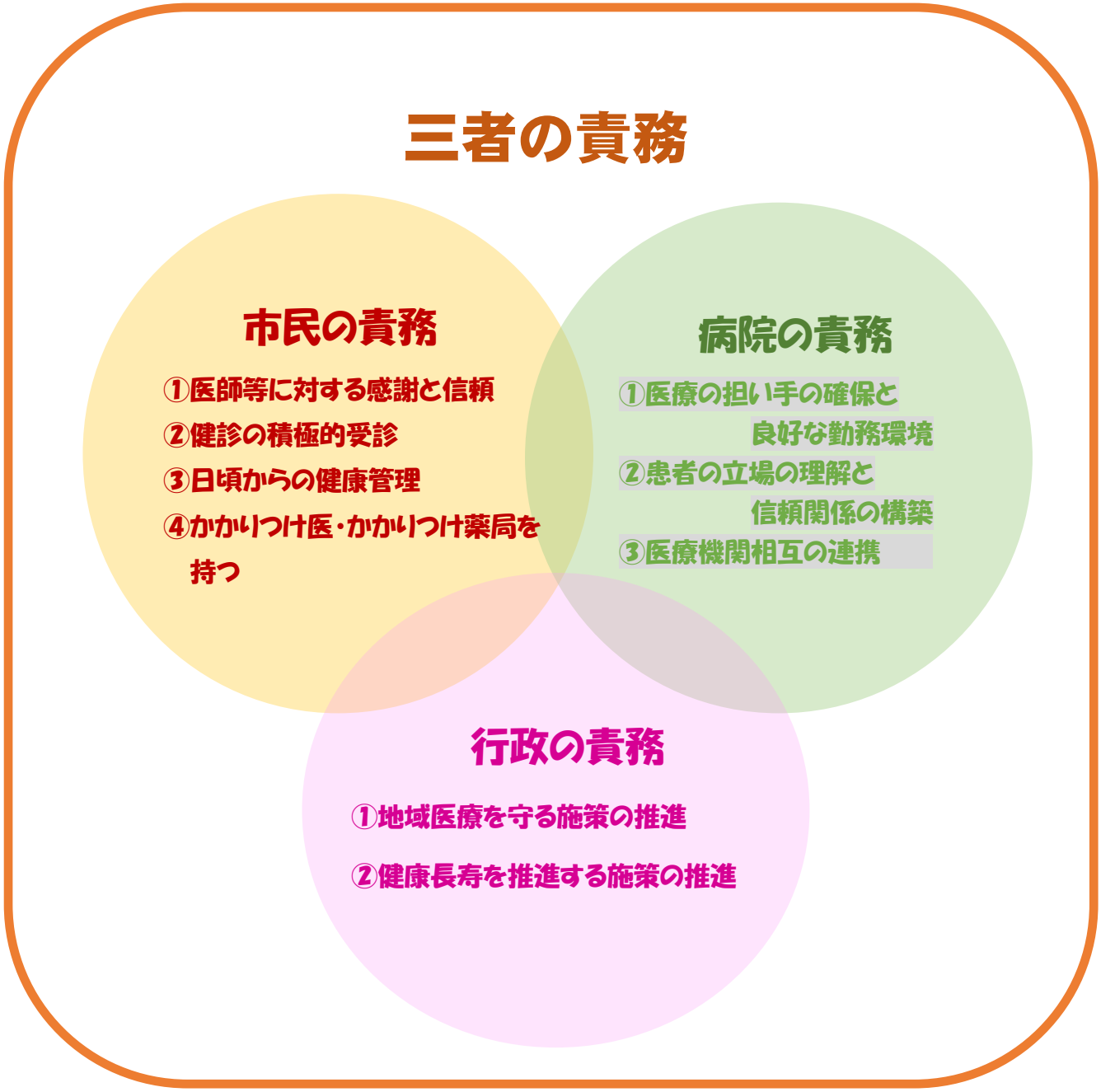
ここに示した行動計画は、市民の自主的な取組みの行動指針となるものです。
市民の皆さんへ、『医療と健康のまちづくり運動』への参加を呼びかけているところに特徴があり、行政や医療機関などの努力だけといったことではなく、『オール稚内』で地域医療について考え、行動する、大変大きな一歩になります。

稚内の良さは『顔の見える大人のつながり』です。そして、困難に立ち向かっている地域連携の強さが魅力です。
我がまちならではの『市民力』の強み、『まちの力』を生かし、市民ぐるみの医療と健康のまちづくり運動を広げ、課題解決に向けスタートしましょう。

第二章
応援団の基本方針

1.　三者の責務で力あわせを

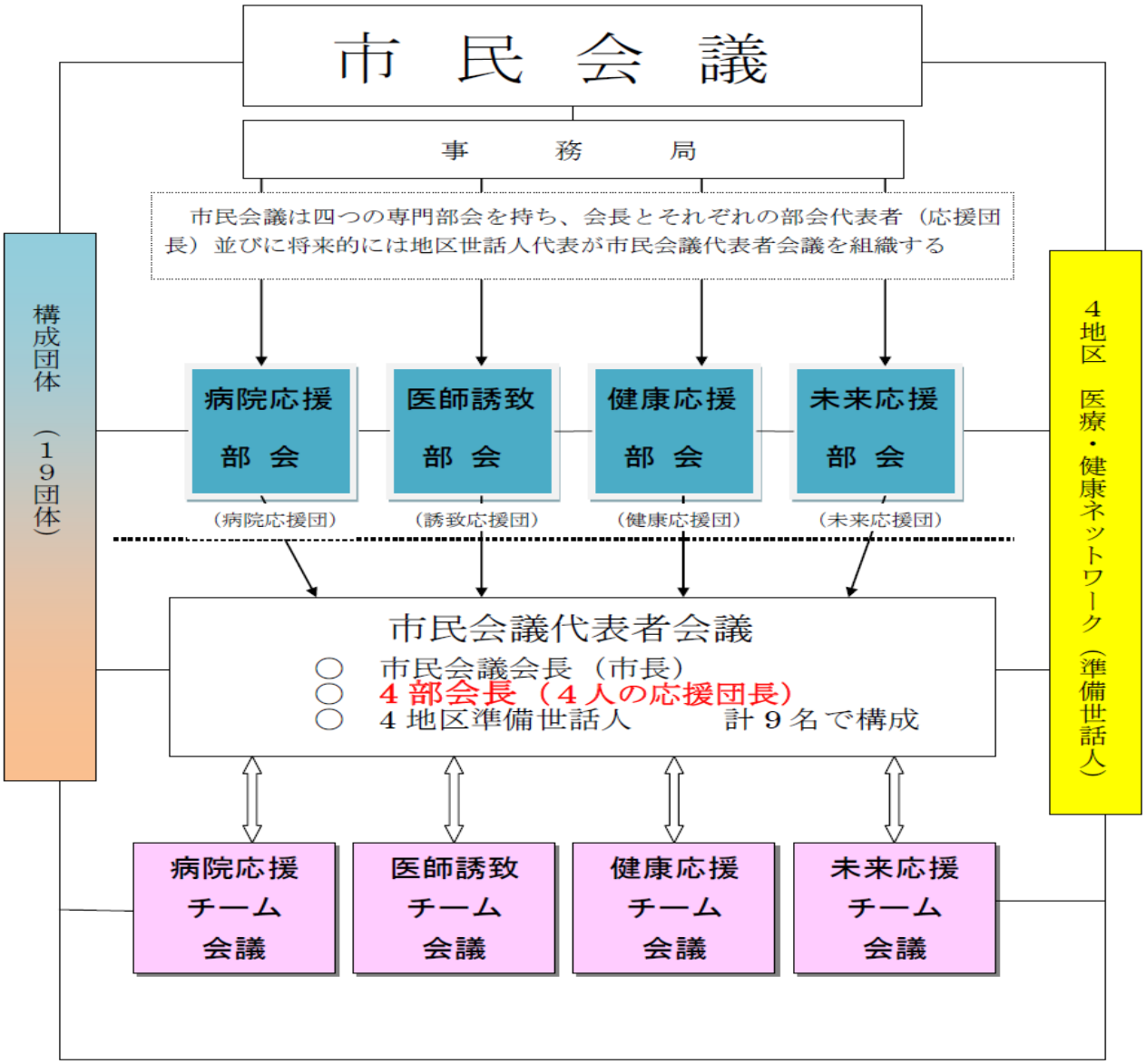
市民と病院と行政の三者が一体になり、それぞれの責務を発揮し、相互に連携しあいながら稚内市民みんなで『医療と健康のまちづくり』運動にとりくみます。



2.　地域ぐるみの応援団をめざして

地域ぐるみのとりくみに向かって、①１９構成団体のがんばり　②４つの応援団活動のがんばり　そして、③『４地区ごとのネットワーク』の結成が必要です。

近い将来『４地区ごとのネットワーク』が結成できるよう、関係団体で力をあわせてとりくみます。



3.　応援団のとりくみ期間について

① この行動計画は、平成３０年度から平成３２年度までの３年間をとりくみ期間とし、稚内市民１０，０００人の登録をめざしてとりくみます。

② 平成３３年度以降は、とりくみの進捗状況や国や道の動向等を踏まえ、４年に一度の見直しをしながら、稚内ならではの『医療と健康のまちづくり運動』にとりくみます。

第三章
応援団の方針
・行動計画

行動スローガン

市民みんなで、自分自身の命と健康につながる応援団に直接参加するために、稚内の『医療と健康のまちづくり』運動の行動スローガンをつくりました。

『感謝』・『励まし』・『きずな』で
医療と健康のまちづくりを

行 動 方 針

1. 『感謝』・『励まし』・『きずな』の医療と健康のまちづくりを市民みんなですすめましょう。そのためには、『医療と健康のまちづくり応援団』にみんなが参加し、いつまでも住み続けることのできる稚内のまちをつくりましょう。

2. さしあたりお願いしたいことは、次の三つです。

①市立稚内病院をはじめ、各病院の良さを発見し、感謝と応援の声を広げましょう。
②となり近所・親戚・友人など身近なところから健康づくりの声を広げましょう。
③『医療と健康のまちづくり応援団』の仲間をふやし、まちぐるみの運動につなげましょう。

応援団長紹介

病院応援団

◆　病院応援団長　　田中　俊美　さん

下勇知小中学校長を退職後、道北勤医協宗谷友の会の会長を務めています。２年前から市立稚内病院の応援活動を自主的に展開。國枝院長をはじめ病院職員の皆さんを励まし続ける頼もしい存在。趣味は山菜・キノコ採り。ご夫妻で楽しんでいます。

健康応援団

◆　健康応援団長　　内田　正洋　さん

えびす薬局経営のかたわら、北海道薬剤師会稚内支部長や港小学校 PTA 会長など要職をエネルギッシュに務める３児のお父さん。常に住民の健康に気遣いながら、自らも健康増進のためにマラソンに取り組んでいます。

未来応援団

◆　未来応援団長　　片山　桂太　さん

35 歳の若さで中央地区に株式会社『ケイト』を立ち上げる。昨年、大牟田市・延岡市に『医療視察団』として出向き、稚内の良さを再発見。「稚内には未来を切り開く子どもたちの力がある」と言い切ります。趣味はバスケット。日々成長する３歳の娘さんに目を細めています。

医師誘致応援団

◆　医師誘致応援団長　　山田　繁春　さん

元市議会議長。現在も社会保険労務士・行政書士のお仕事の他に、富岡町内会長・稚内市町内会連絡協議会副会長などの要職を務めています。医療行政や医療機関を取り巻く街の雰囲気を良くしたいと意欲的に活動中。ご夫婦での旅行を楽しみにいています。

病院応援団

行動方針

病院応援団は、稚内をはじめ、宗谷管内の医療と健康を守るために、日々がんばっている市立稚内病院や稚内禎心会病院、道北勤医協宗谷医院、各診療所を応援します。

そして、限られた医療スタッフのもとで働く、医師や看護師、医療従事者の方々の『大変さ』に感謝する『まちの力』をつくります。

行動計画

（１）　『感謝の思いを伝えよう

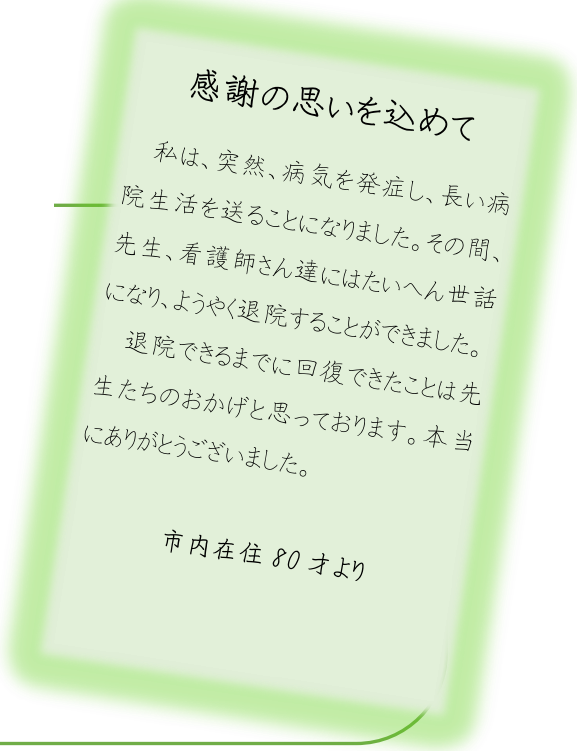
① 「メッセージを読んでうれしくなった。スマホに撮って、おふくろに伝えた…」（医師）

『感謝のメッセージ』が厳しい医療環境の中で働く医師の目にとまり、励ましの力になっています。

感謝の思いを伝えるこのとりくみを広げます。

② このとりくみに、だれもが参加できるよう工夫します。

「家族メッセージ」「学校メッセージ」「町内メッセージ」「会社メッセージ」など、市民の誰もが参加できるようアイディアを出し合い、豊かなふれあいをつくります。



（２）　『かしこい患者』　を　めざそう

① 『かしこい患者』になるためには、学びあうことが大切です。

医師のがんばっている姿や医療環境のきびしい現実を知ることで、感謝の気持ちも生まれます。

短く・楽しく・わかりやすい講師を派遣する『医療出前講座』のとりくみを広げます。

② 市が作成した「命を守り医療を守る　救急受診チャート『みかた』」を活用しましょう。

また、救急外来（時間外診療）の役割を理解し、重症患者がすみやかに受診できる環境をつくります。

③ こうした、実践をよびかける「応援グッズ」の開発や『健康講座』の開催に向けたとりくみをすすめます。

声

- 感謝のメッセージを多くの市民に知ってもらう方法を考えよう。
- 市立稚内病院の医師のがんばっている様子を撮影してもらえないかなぁ。
- 病院ボランティアを考えてみないかい。
- 「病院の上手なかかり方」を学び、かしこい患者になろう。
- 待ち時間の過ごし方の工夫ができないものかなぁ。
- 『FM わっぴー』に頼んで、メッセージを紹介したらどうでしょう。
- 感謝のメッセージを発表する場も必要なんじゃないかなぁ。

健康応援団

行動方針

健康応援団は、健康でいつまでも安心して暮らせるまちづくりをめざし、行政と協力してとりくみを広げます。

一人ひとりが健康づくりへの意欲を高め、主体的にとりくむことができるよう、稚内ならではの強みを活かし、行政だけでなく多くの関係する機関・団体等との連携により、市民ぐるみの積極的な健康づくりを推進します。

行動計画

（１）『健康講座』などを広げよう

① 地域に根ざした団体や町内会、地域保健推進委員の活動、健康に関する行政部署等のとりくみが「健康のまちづくり」を支えています。

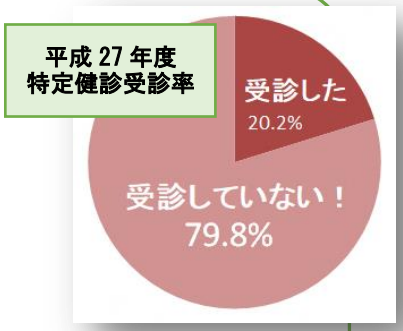
この強みを生かして、各所で行われるさまざまな健康づくり、認知症予防、介護予防等の『健康講座』や『出前講座』への参加やお誘い活動などを広げ、さらなる「健康づくり」にとりくみます。

② 健康に害をもたらす『喫煙』『塩分過多』に歯止めをかける環境づくりの機運を高めます。

(2) 特定健診などの検診を受けて日常生活の見直しを

① 特定健診の受診率は全国平均、全道平均よりも低い状況です。

特定健診をはじめとする、各種検診を積極的に受け、日常生活を見直す機会をつくるためのとりくみを応援します。



② 特定健診の結果から『太りすぎ』『高血圧』『動脈硬化』の傾向が見られています。

これを受け止めて生活習慣を見直し、「健康づくり」へのとりくみに繋げます。

※特定健診受診率は稚内市国民健康保険加入者における数値

声

- 認知症サポートキッズの養成も、もっと広がったらいいなぁ。
- 子どもたちに食育講座や料理講座ができたらいいなぁ。
- 学校でも禁煙教育がもっとできたらいいなぁ。
- 子ども食堂が広がったらいいなぁ。
- 中学校区ごとに認知症の人が安心して住めるネットワークができないかなぁ。

未来応援団

行動方針

未来応援団は、子どもたちのキャリア教育を応援します。
子ども自身が、医師や看護師・医療介護従事者に意欲的にチャレンジできるようにサポートします。
稚内の強みを生かし、病院・学校・行政の連携で、子どものキャリア教育の機会を提供するとりくみを支援します。

※キャリア教育:子どもたち一人ひとりの社会的自立や･職業的自立に向け、必要な基盤となる能力や態度を育てること

行動計画

（１） 『医療探検講座』の継続を

① 市立稚内病院が、中学生を対象に『医療探検講座』を実施しました。参加した子どもたちの真剣な姿が関係者を感動させてくれました。また、子どもたちみんなが「病院への感謝」の気持ちを述べてくれました。このとりくみを継続して開催できるように応援します。

② 「普段は入れない手術室を見せてくださり、ありがとう。」「研修医の先生の話がとても勉強になりました。」「手のひらにあんなに細菌がいっぱいあって、びっくりしました。」「絶対医者になりたい。」など、たくさんの感想が寄せられました。
こうした事業を継続し、小学生の段階から『医者へのあこがれ』や『キャリア教育』にとりくめるよう、応援していきます。

（２） 医学生とふれあう機会を もっと ！

① 医学生は、市立稚内病院や道北勤医協宗谷医院などで『医療実習』をしています。
この機会をとらえて、各学校での医療講演や地域でのふれあいの場をつくっています。
「稚内の連携はすごい！」･「稚内のまちづくりって本物！」の声に励まされ、このような機会を積極的につくるようにとりくみます。

② 地域医療の充実に向けて連携している稚内は、医学生にとって、魅力ある「医療の研修フィールド」です。この良さを生かしたとりくみを積み上げます。

声

- 市立稚内病院の『医療探検講座』って素晴らしいですね。これからも続けてください。子どもが夢を持っていることに感動しました。
- 学校でも研修医を招いて子どもたちに話を聞かせてほしい。
- 稚内高校でも将来、医者希望者が輩出できるように頑張ります。
- お医者さんに稚内の街を案内してあげたいわ。
- おもてなしの気持ちが大切だよね。得意分野の協力ならできるわ。
- キッズ応援団もできないかなぁ。

医師誘致応援団

行動方針

医師誘致応援団は、開業医の誘致や市立稚内病院の専門医を確保する努力を応援します。「稚内は市民ぐるみで医療と健康のまちづくりを進めています。」「稚内市民みんなが、感謝・励まし・きずなのまちづくりに参加しています。」と、自信をもって全国発信できるようにとりくみます。

稚内ならではのとりくみや強みを生かし、行政だけでなく、多くの関係する機関・団体等と連携し、市民ぐるみの医師誘致体制をめざします。

行動計画

（１）　『市民応援』のあるまちに　医師はいきたいと思う

① 『稚内の魅力』をアピールして開業医の誘致にとりくみます。また、市立稚内病院の専門医や研修医の確保に役立つ市民運動にとりくみます。

② 「連携している稚内の大人たちってすごい。」と稚内を訪れた医学生が感動しています。この感動が開業医や専門医の誘致につながる大きなヒントになっています。この良さを生かしたアピールで住みよい稚内のまちを宣伝します。

③ 医師の確保（誘致）につながる市民情報を寄せていただくよう呼びかけます。医師の確保につながるための施策（開業医誘致条例など）や市民運動を全国に発信します。

④ 医師を目指す稚内の子どもたちを育てます。

（２）　厳しい現実の中、　稚内で働く医師に感謝を

① 全国的な医師不足と都市部とへき地の医療格差は深刻です。稚内の地域医療の深刻さは、日本の地域医療問題の『縮図』とも言えます。
これ以上、深刻にならないためにも、いま稚内で懸命にがんばっている医師に感謝する視点が何よりも大切です。

② 医師不足の原因、過重労働の問題、医療費の抑制政策等、それらの医療政策について、みんなで話し合い、考え合っていきます。

声

- 医療現場の状況を聞いて、はじめてわかったことがいっぱいあった。勉強しよう。
- 患者さんから『ありがとう』って言われた時が一番うれしい（医師）
- 市民会議の設立がうれしい。「励まされているんだなあ」って実感する（医師）
- とにかく病院をとりまく雰囲気をみんなで良くしよう。
- わたしたちも『勉強』からはじめよう。

第四章
おわりに

『励まされているんだなあー』と、びっくりしています　！

市立稚内病院長　國枝　保幸

私は、平成９年９月に内科医長として赴任しました。

稚内で働くようになって驚いたことがありました。それは私が赴任した道内のどの地域と比べても「医療不信」が強く、病院に対する評価がすこぶる悪いということでした。

平成 17 年４月より病院本館３階に「医療支援相談室」が誕生しました。

この部署で最も多い業務が苦情処理です。一番多い訴えは「待ち時間が長い」「職員（医師）の態度が悪い」でした。それらの苦情に担当者が丁寧に病院の実情を話しながら対応すると、多くの方々は「知らなかった」と理解を示してくれました。

そんな経験から、多くの住民は病院のおかれた現状を知らないことに気づき、当時、医療支援相談室で働いていた中村喜人さんに背中を押され、この地域の医療・市立病院の現状について、「宗谷の医療」と題して講演をすることになりました。また、院長に就任後は、２年間にわたり稚内市広報の「病院便り」として講演の内容を掲載させても頂きました。講演の最後に必ずお話しすることがありました。それは、医療を守る住民運動の草分けである「県立柏原病院の小児科を守る会」のことです。稚内にもそういう団体が誕生することの願いを込めて話をしてきました。

そうした中、深刻な医師不足の問題が市民の皆さんの共通の課題となり、平成 27 年 10 月「地域医療を考える稚内市民会議」がつくられ、さらに今年８月「医療と健康のまちづくり応援団」結成会議が開催されました。準備委員会のメンバーは数十人でしたが、その日の会場には 120 人が集結し、また企業の参加表明もあり、200 名の団員でスタートとなりました。予想外の団員の増加には正直びっくりしましたが、同時に言葉では言い表せないほど、励まされている実感と勇気をもらいました。

本日の第３回「稚内の医療を考える市民の集い」の開催に際し、皆さんにも一緒に考えて頂きたいことをお話しします。それは、この市立稚内病院を守るための私からの提言です。

・市立稚内病院では標準以上の診療を提供しています。もっと信頼して下さい。
・医者も一人の人間です。もっと人格を尊重してあげてください。
・病院への不満は、ぜひ『医療相談室』に持ち込んでください。
・可能な医療行為は、ぜひ市立稚内病院で受けて下さい。医局に所属する医師にとって業績は重要なのです。

最後に、私も団員のひとりとして宗谷の医療を応援していきたいと思います。

お問い合わせ先

地域医療を考える稚内市民会議

事務局　稚内市役所 まちづくり政策部地方創生課　医療対策グループ
〒097-8686 稚内市中央3丁目13番15号 電話 0162-23-6287
道北勤医協　宗谷友の会
〒097-0001 稚内市末広3丁目6番5号　電話 0162-24-6688