



## 院内での調理実習や運動指導で、 患者さんの健康をトータルに管理

2013年10月取材

北海道札幌市  
医療法人社団 美田内科循環器科クリニック 院長  
美田 晃章 先生

1999年に開業した美田内科循環器科クリニックは、2010年に施設の大規模なリニューアルを行いました。現在はクリニックに併設された新館の1階に喫茶店・健康食品などの売店、2階に多目的コミュニティホールと調理実習室、3階に健康増進施設を備え、これらをフル活用して、糖尿病をはじめとする生活習慣病の治療を行っています。

### 循環器疾患と糖尿病診療を柱に

循環器科医として長年病院に勤務していた美田晃章先生は、その診療活動の中で、循環器疾患の背景に糖尿病があるケースが多く、治療後も血糖コントロールが必要な患者さんが年々増えてきたことを実感していたと言います。そんな患者さんを日常診療レベルでトータルに管理するためには、病院の循環器科では限界がある——。そう結論付けたのが開業の大きな理由です。さらに、開業後間もなく日本糖尿病療養指導士の資格が創設されたのに合わせ、スタッフがみんなで勉強して資格の取得に励んだそうです。こうして専門スタッフが誕生し、循環器と共に糖尿病がクリニックの柱の一つとなったのです。「私は勤務医時代、腎不全の診療にも携わっていたことがあります。これも現在の診療に大いに役立っています」と美田先生は語ります。



健康増進施設にはエアロバイクやトレッドミルなどの各種機器を備えており、3名の健康運動指導士が指導にあたっています。個人個人のメニューだけでなく、写真のように集団でのグループエクササイズも行っています。

### かかりつけ医としてトータルに健康管理



2013年8月には「夏祭り」をテーマに、2回目となる健康フェスタを開催。講演会の他、写真展や隣接する空き地でのフリーマーケット、野菜即売会などを行い、子どもたちも大勢集まりました。

札幌市手稲区は古くからの住民と比較的新しい住民が混在する地域です。同クリニックを訪れる患者さんも、働き盛りの会社員から高齢者まで幅広いのが特徴です。美田先生の基本的な姿勢は「かかりつけ医として、患者さんの相談には全て乗る」こと。その一環として、先生は3年前に併設された新館に調理実習室、健康増進施設などを設置しました。「食事や運動の指導を口頭で行っても、実際に患者さんが家庭で実践するのはなかなか難しいでしょう。それならば実地で覚えてもらうことが一番考えたのです」。3年が経過し、例えば健康増進施設では「血糖降下や骨折予防といった身体的な効果はもちろんですが、患者さんが精神的に生き生きしてくる姿を目にすることが何よりもうれしいですね」と、確実に手応えを感じているようです。

### スタッフと共に、今後も地域のために

同クリニックではさまざまな工夫を凝らした食事会や調理実習を実施しており、その他にもミニコンサートやウォーキング、『健康フェスタ』と題した「講演会＋お祭り」を開催したりと、イベントは多岐にわたります。もちろん、こうした活動を行うことができるのはスタッフの協力があってこそ。同クリニックには看護師、薬剤師、事務員、健康運動指導士など20名のスタッフが在籍していますが、3年前のリニューアルで活動の「器」ができたことにより、そのモチベーションはさらに向上していると言います。「みんな、常に「患者さんのために」という思いで行動してくれています。今後はさらに活動を広げ、当院が患者さんだけでなく、地域住民の皆さんの集まるコミュニティ的な存在になればいいですね」と、美田先生は将来の構想を語ってくれました。



「健康増進施設は好評で、ここを使いたいと他のクリニックから転院してきた人もいます。今後はデータを集積して、運動が身体に、特に糖尿病に及ぼす影響についての解析もしていこうと思っています」と美田先生。