

学籍番号： 4318100290

氏名： 田口 理彩

実習先： 悪石島 平島

実習期間：令和 5年 6月 9日 ～ 6月14日

1. 自然環境

悪石島と平島は、屋久島よりも南に、奄美大島よりも北に位置し、計 12 の島からなるトカラ列島の有人島 7 つのうち の 2 つである。十島村は南北で約 160km もあり、日本一長い村である。

亜熱帯と温帯の交差地域で気候は温暖であり、年平均気温は 20 度である。ほぼ無霜地域で、年間降水量は約 2700mm で日本の年間平均降水量 1700mm を大きく上回る。

フェリーとしま 2 での交通アクセスに限られる。

トカラ列島はほとんどが火山でできた島で、各島で温泉が湧出している。



2. 社会的背景

人口構成 (H30) は、悪石島は 81 人、平島は 78 人で、高齢人口は全体の約 30%、年少人口は約 21%である。

高校はなく、生徒数が少ないため小中学校併設の複式学級の小中学校が 1 つずつある。ほぼマンツーマン授業で、大規模校に負けない基礎学力やたくましい精神力、自然を愛する心などが養われ、離島留学 (山海留学) 児童の受け入れも行っており、寮も設置されている。

農業や漁業が中心で、特に肉用子牛の生産・畜産が盛んである。

十島村は「トカラ」と呼ばれているが、沖縄や奄美地方で沖の海原を意味する「トハラ」から派生した説、宝島に乳房の形をした女神山があることから「トカラ」に由来するという説、「宝島」の「タカラ」から派生し列島全体を指すようになった説などがある。古くは日本書記で述べられおり、近世に入り三島村を含めた有人十島を合わせて「じっとうそん」と呼んでいたが、昭和 27 年の日本復帰後は三島村の三島と分離して七島だけを「としまむら」と呼ぶようになった。

3. 住民の生活

島内にはスーパーやコンビニエンスストア、飲食店はなく、島内にある個人経営の売店で食料品を買ったり鹿児島や奄美大島から個人的に取り寄せたりしている。悪石島には売店があるが平島にはなく、生協で注文した品が毎週フェリーで届けられる。運送会社が島内に無いため、荷役組合を組織し、荷物の運送を行う。自動販売機は島内に数ヶ所設置されている。

飲料水、ゴミ、電気、ガス、郵便局、携帯電話、情報通信施設の設備は整っており、テレビは鹿児島で

放送される全ての放送局が視聴可能である。

収入は、温暖な気候と原野を利用した畜産周年放牧体系の肉用子牛の生産、温暖な気候を利用した農業（主に島らっきょう、島バナナ、大名筍、早出しピワなどの栽培と島外販売）、日帰り漁業（シビ、カツオ、サワラ、キンメ、ホタテ、チビキ、タルメ、ムツなどの鹿児島等の市場への出荷、平島は島内にも）、観光業（民宿の経営）などからなる。

悪石島は、鹿児島県無形文化財である仮面神ボゼが有名である。島内各所に神々がまつられ、島民は日々の平穏への祈りを捧げている。

魅力的な定住推進策の強化や産業振興対策の推進、少子高齢化や地域づくり対策の強化、生活環境対策の充実、交通対策の向上、情報通信基盤対策の整備、行財政対策の強化などを主要施策として、総合振興計画や地域創生総合戦略の実現に向けて取り組んでいる。

4. 医療供給体制

病院はなく、村立へき地診療所が1つずつあり、看護師1～2名が常駐して住民の看護にあたる。常駐医師はおらず、月に2回の巡回診療を行なっている。患者は鹿児島本土か奄美大島に船で通院していることが多い。遠隔医療システムを採用している場合もある。

緊急時には、自衛隊か県のヘリコプターにより鹿児島本土または奄美大島の病院へ搬送される。外傷が最も多い。

高血圧性疾患・虚血性心疾患・脳梗塞などの循環器系疾患が最も多く、次いで悪性腫瘍、胃潰瘍などの消化器系疾患への罹患が多い。

実習概要

日付	内容
R5.06.09	<p data-bbox="319 1249 813 1288">午後11時発のフェリーに乗り、出発。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;">   </div> <p data-bbox="319 1960 774 2004">フェリー内の、悪石島、ボゼの紹介</p> <p data-bbox="821 1780 1029 1870" style="text-align: center;">就寝は大部屋で (女性専用)</p>

R5.06.10 午前：悪石島に到着



コミュニティーセンターに移動し、診療体制の整備

午後：コミュニティーセンター内に設置したポータブルユニットと、歯科巡回診療車
こじか号との二手に分かれて診療

実施内容：歯周組織検査、スケーリング、歯面清掃（PMTC）、小中学生の歯科検診、
やコンポジットレジン（CR）充填、晩期残存乳歯抜歯、フッ化物歯面塗布

悪天候のため、急遽、悪石島への滞在は一日だけに短縮となった。

終了後、すぐに片付けをし、平島への移動準備を行った。



民宿にし荘での晩御飯と、室内の様子



(←) 湯泊温泉、(↓) 石碑



もっと悪石島を堪能したかった。

R5.06.11 午前：フェリーで移動し平島に到着



民宿しらさかは新しい民宿で、壁のクジラの絵がきれいだった

コミュニティーセンターに移動し、ポータブルユニットでの診療体制を整えた。



午後：診療

歯周組織検査、スケーリング、PMTC、口臭対策指導、義歯調整などを実施。

診療終了後、島内散策に出かけた。



千年ガジュマル



ヤギが飼われているのを見かけた。



夕食に出された刺身は新鮮で、
とても美味しかった。

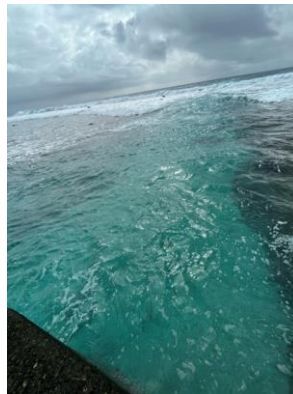
R5.06.12

午前：

患者さんの受診がなかったので、許可を頂いて島内散策に出かけた。



集落の真ん中の島立神社



東之浜海岸の透き通る海

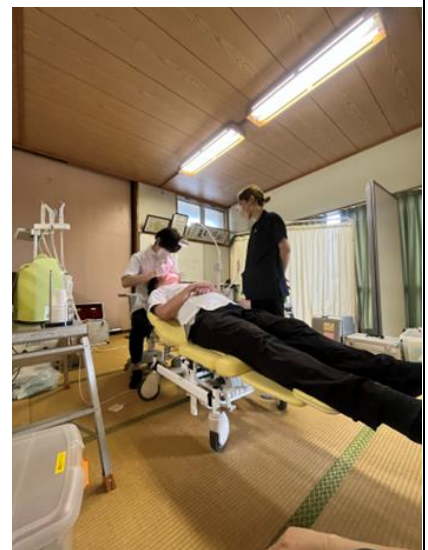
午後：診療

コミュニティーセンターに設置したポータブルユニットで行った。

歯周組織検査、スケーリング、PMTC、咬合調整などを行った。

小学生と就学前児童の歯科検診とフッ化物歯面塗布を実施した。

ポータブルユニットを使ってPMTCの相互実習も行った。



診療後、島内散策。



大きなアロエかと思いきや
ドラゴンフルーツの栽培だった。



平家の穴



南之浜の青すぎるくらい青い海



夕食のお刺身が今夜も最高でした。

R5.06.13

早朝 5:30
早起きして大浦展望台で
日の出を拝んだ。

この展望台からは
十島村全体を
見渡すことができる。



午前：診療

歯周組織検査、スケーリング、浸潤麻酔、CR 充填などを実施。

午後：片付け。最終日なので、コミセンの清掃をして、鹿児島島に帰る準備を行った。

全て終わってから、最後の島内散策に出かけた。

南之浜で、地図に載っていないスポットを発見した。

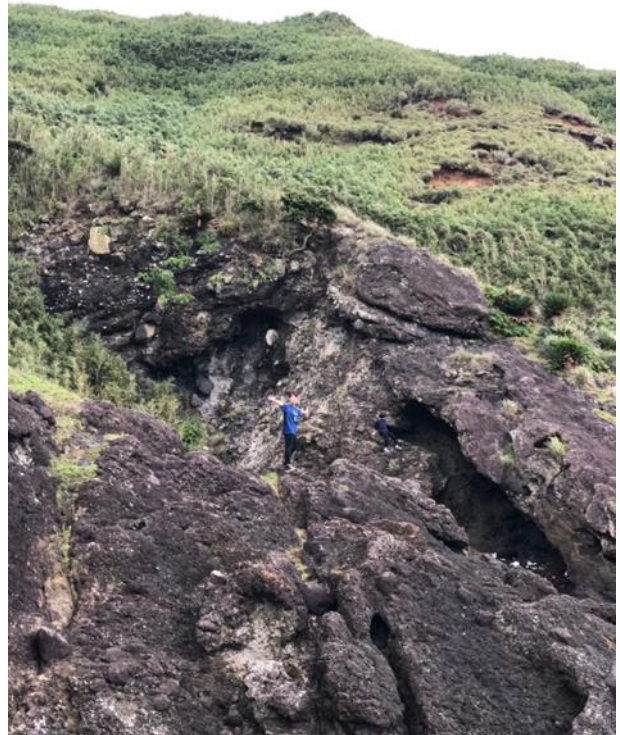
エメラルドグリーンの海。



水神様



エメラルドグリーン




今日の晩御飯には
釣りたてのアジの
お刺身が出ました。

毎晩、最高のお魚を頂きました。

ご飯が毎食美味すぎて
3キロ太っていました。



<p>R5.06.14</p> <p>帰りたくないと思いながら 上りのフェリーに渋々乗り 鹿児島へ。</p> <p>予報では毎日雨予報だったが、 割と天気は良く、平島を堪能 することができた。</p>	
--	--

振り返り記録

悪石島では、着いてすぐ診療体制を整え、慣れないまま診療が始まったため、最初は戸惑うことが多かった。徐々に慣れてきて、限られた環境や器具でどのように診療するのかを学ぶことができた。特にこじか号での診療は、内部が狭く、器具の格納場所の把握が難しく、こじか号には載せていないものもあったため、スムーズな診療を行うにはスタッフとの連携や事前の確認が重要であると感じた。

平島では、準備も診療の流れも慣れてきて、スムーズに行うことができた。タービンを使う必要がある時にはコンプレッサーを接続しなければならなかったため、コントラで代用したが、5倍速も用意があればより良かったのではないかと思った。ユニットの代わりに患者さんを掛けさせる椅子は、背もたれの角度の調整にコツが必要であったため、患者さんのストレスにならないように動かすのが大変そうだった。移動式のライトはかなり眩しく、患者さんも眩しかっただろうと感じた。

先生方や歯科衛生士さんを見て、島の人たちへの対応が優しく、そして説明も分かりやすく、島で過ごしていく上での口腔内アプローチの仕方を指導しており、勉強になった。島に住む人たちの通院方法はフェリーであり、往復に時間もお金もかかり、何より日帰りでの往復は不可能である。鹿児島本土や奄美大島での宿泊が必要となるため通院はとても大変であることを、特に今回の実習でフェリーに乗ったことで感じる事ができた。通院をしなくて済むような島民への歯科の予防的指導を継続することが重要だと思った。

歯科医師の先生方、研修医の先生方、歯科衛生士さん、事務の方、そして私と同級生というメンバーで、約1週間に及ぶ離島診療で行動を共にすることに最初は少し不安もあったが、診療はもちろん、食事や診療時間外での会話や島内散策をするなかで、それぞれの方たちとの交流を深めることができた。私としては皆さんと仲良くすることができてとても嬉しく、このような貴重な経験ができたことを誇りに思う。鹿児島大学歯学部歯学科ならではの経験だと思う。新型コロナウイルス蔓延の影響でこの数年の先輩方は巡回診療に参加することができなかったが、参加できる環境になって良かったと感じた。

秘境トカラ列島に実習を通して足を踏み入れることができ、離島での歯科診療の現状を自分の目で確かめることができ、とても貴重な経験となった。非常に充実した実習を行うことができ、大変光栄だった。この機会に恵まれたことに心から感謝したいと思う。