

北海道6医療圏
エリア紹介

道南

Southern Hokkaido

広く渡島半島全体をカバーする道南エリア。
渡島総合振興局と檜山振興局の管轄エリアです。
北海道の中でも極めて古い歴史を持つこの地域には、
松前城や勝山館跡などの歴史遺産や数百年前から続く
伝統的な祭りなど、独特の文化が色濃く残っています。
海沿いに連なるように小さな漁師町が点在し、
内陸には深い森が広がります。
北海道の中では比較的温暖で、寒暖の差も小さく、
積雪も少ない地域です。

■ 渡島総合振興局
函館市、北斗市、松前町、福島町、知内町、
木古内町、七飯町、鹿部町、森町、八雲町、長万部町

■ 檜山振興局
江差町、上ノ国町、厚沢部町、乙部町、奥尻町、
せたな町、今金町

道南エリア医療圏のデータ

- 面積 6,567km²
- 人口 414,063人
- 世帯数 193,620世帯

※令和2年国勢調査及び
北海道のオープンデータを利用しています。

スーパーでも新鮮な
魚介類が手に入る！



海岸線から望む水平線と夕日、
日常にあるとっておきの海の幸、
海の豊かさを存分に享受できる場所

道南のワンポイント



新幹線

木古内駅、新函館北斗駅の2つの新幹線駅を有しています。東京駅からの所要時間は約4時間。奥津軽いまべつ駅までは30分程度と、上手に活用することで旅程の選択肢が広がります。



祭り

数百年前から続くと言われる祭りが残されているエリア。真夏の神輿渡御もあれば、真冬の寒中みそぎも。地域をあげて盛り上がる、大切な神事です。写真は江差の姥神大神宮渡御祭の様子。



レトロモダン

函館の西部地区などをはじめとし、和と洋が入り混じったノスタルジックな建物が数多く残されています。大正ロマンを感じるカフェなど、古くて新しい街並みを生かした観光を楽しめます。

\\ CHECK ! /
道南は
こんな人に
おすすめ

- 歴史ある街並みが好き（松前城下通り、江差にしえ街道など）
- レトロな喫茶店巡りが趣味（特に函館の西部地区など、美しい建造物を生かした店が点在）
- 地域の祭りなどに参加したい（寒中みそぎ祭り、姥神大神宮渡御祭など）
- 雪が多いのは不安（比較的温暖で、雪が少ない）
- 新幹線を使いたい（木古内と新函館北斗、2つの駅があり、本州との往来に便利）

社会福祉法人 函館厚生院
函館中央病院

内科・総合診療科 医長

うぶかた しんじ
生方 晋史 先生

「やりたいこと」をするために、海と山、坂のある街へ

兵庫県神戸市で生まれ育ち、沖縄や奈良など全国各地で積極的に医師としてのキャリアを積んできた生方先生。

北海道函館市へやって来たのは、「やりたいことをやろう」と思っていたこと。「子どもが小さいうちの方が動きやすい」と、2歳目の頃に単身赴任で移住した。半年後には妻と子も移住。現在は家族3人で暮らしている。

「私が元々、閉塞感のある場所が好きではなくて。海も山もある開放感のある街、函館を選びました。故郷の神戸にも雰囲気似ていますね。休日はほとんど子どもと一緒に(笑)。ドライブで温泉に行ったり、飛行機で札幌近郊まで旅行したりも。自然の中で子どもを遊ばせられるのが良いです」。

港町特有のなまりや方言、冬場の雪

北海道 | 函館市 | Hakodate |
羽田から飛行機で約80分、
東京から新幹線で約4時間
札幌から飛行機で約40分、JRで約4時間



かきに戸惑うことはあるものの、「外から来た人を邪険にしない」函館の人の気質や、小さな街ならではの患者さんとの距離の近さも「楽しい」と話す。

現在所属する内科・総合診療科は、専門科への振り分けが難しいケースにも積極的に対応しているため、患者さんの訴えも実に多様。中でも「かくれ生活習慣病」が疑われる患者さんは、地方の街へ行くほど多いように感じるといふ。各専門科とも連携を取りながら、プライマリ・ケアの概念を大切に「なんでも相談できる地域のお医者さん」として日々診療にあたっている。

好きな言葉は、行雲流水。「今の自分でできることを精一杯やったら、あとはなるようになる。結果がどうあれ前向きに捉えるようにしています」。診療内容、患者さんとのコミュニケーション、そして家族との時間。選んだ先にあっただのは、港町での充実した暮らしだった。

PROFILE

Shinji Ubukata

出身地
兵庫県神戸市

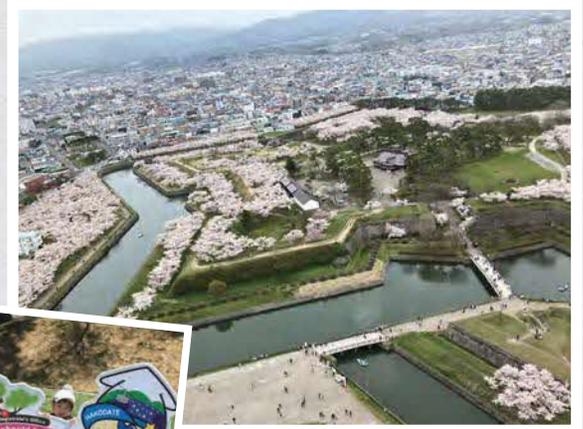
略歴
2012年 昭和大学医学部卒業
2012年 今村総合病院
2014年 浦添総合病院
2016年 市立奈良病院
2019年 函館中央病院 内科・総合診療科



移住医師の 休日



親子三人で神社へ
七五三のお参りに
行ってきました。



地元の仕出し屋さんの
おせち料理！
海産物がたくさんで、
とてもおいしかったです。



北海道っ子の定番、
「ソリで移動」。
坂道は大変ですが、
子どもは楽しそうです。



休日のほとんどは子どもと過ごして
います。定番ですが、五稜郭公園の
桜はとてもきれい！

仕事と暮らしの Q & A

Q. 移住の決め手になったのは？

A. 函館に来る前、鹿児島や沖縄で救急診療を学び、奈良の総合診療科でその学びをアウトプットする機会を得ました。ですが、数年間過ごすうちに診療内容に少しマンネリを感じて。また別の環境で新しいチャレンジをしたいと思ったのがきっかけです。

Q. なぜ函館にしたのか？

A. 北海道には旅行で何度も訪れたことがあり、とても好きな場所でした。条件が合う病院を探したときには幾つか迷ったのですが、最終的には「函館」という土地に興味があったので決めました。

Q. 移住して大変だったことは？

A. 移住して1年目の4月1日、初勤務の日に雪が降り、積もったこと。まさか積もるなんて思わなかったので、除雪道具も持っておらず。車の雪を手で落として出勤しましたが、驚きました。



1. 業務内容は多岐にわたる。病棟での看護師とのミーティングのほか、パソコンに向かったデスクワークの時間も。
3. 函館の中心部に立地する函館中央病院。上層階からは津軽海峡や函館山が望める。