

## 北海道6医療圏 エリア紹介

# 十勝

## Tokachi



帯広市・音更町・士幌町・上士幌町・鹿追町・  
新得町・清水町・芽室町・中札内村・更別村・  
大樹町・広尾町・幕別町・池田町・豊頃町・  
本別町・足寄町・陸別町・浦幌町

### 十勝エリア医療圏のデータ

- 面積 10,832km<sup>2</sup>
- 人口 332,918人
- 世帯数 153,081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。

北海道の道東地方に位置する十勝。

人口は約33万人、

帯広市をはじめとする1市16町2村で構成されています。

畑作、酪農などの農業がさかんで、

カロリーベースの試算によると、食料自給率はなんと

約1、100パーセントにもなります。

また、四季折々の自然を楽しむことができるのも魅力。

特に冬の間は日高山脈で雪雲が遮られる影響で晴天の日々が続き、  
通称「とかち晴れ」とも呼ばれます。

雄大なパッチワークの  
風景が広がります



見渡す限り広がる畑、  
豊かな作物。  
遙かに日高山脈を望む、  
映画の世界のような場所

## 十勝のワンポイント



北の屋台

雪国では不可能といわれていた屋台を実現させた「北の屋台」。全国的なブームの先駆けにもなりました。十勝の豊富な食材を使用した、バラエティに富んだ20店舗が軒を連ねます。



ガーデン

北海道の中で「ガーデン街道」と呼ばれているのが、大雪～富良野～十勝を結ぶ約250kmの街道。該当する8つのうち5つのガーデンが十勝に集中しています。豊かな自然を身近に感じられるスポットです。



ばんえい競馬

帯広競馬場で行われているのが、世界唯一の「ばんえい競馬」。騎手を乗せ、500kg～1tの鉄製のソリを引いた馬が、障害(坂)のあるコースで早さを競います。馬と並行して歩きながら応援できます。

### CHECK ! /

十勝は  
こんな人に  
おすすめ

- 暑さ・寒さには強いほうだ（北海道の中では夏に気温が高く、冬は雪が少ないが寒い）
- 農業の風景に興味がある（大規模畑作、酪農の様子が日常的に見られる）
- 温泉が好き（世界的にも珍しい、植物性のモール泉が湧いている）
- アウトドアアクティビティが好き（釣り、ラフティング、キャンプ、カヌー、乗馬などが楽しめる）
- お菓子が好き（バター、小麦、卵、てんさい糖など菓子原料がすべて地場産で揃う。六花亭・柳月の生誕の地）

公益財団法人 北海道医療団  
帯広第一病院

副院長・総合診療科 部長

たかやま よしひろ  
高山 嘉宏 先生

北海道 | 帯広市 | Obihiro |

→羽田から飛行機で約90分、  
札幌からJRで約3時間



### 慣れ親しんだ故郷を離れ、 冬の美しい十勝へ

富山県で生まれ育ち、医師としての生活も北陸で送ってきた高山先生。北海道への移住を考えたのは、定年を迎えたことがきっかけだった。「どこか別の場所に住みたい」と一念発起。2020年春、妻と共に北海道帯広市へとやって来た。

移住先の決め手は、気候の良さ。何と言っても、冬の澄んだ空気の中カラッと晴れる「十勝晴れ」に惹かれたと話す。「長年住んでいた金沢は、とにかく雪が多くて晴れないんです。冬の快晴に憧れていました」。心配していた厳しい寒さは、「着こめば大丈夫」。マインス20度の中、十勝川に現れた川霧（かわぎり）を見に行ったり、気球に乗って空中散歩をしたりと、早くも冬の十勝を楽しんでいる様子。「北陸にいた頃は仕事一

筋。木々が紅葉しようが、雪が降ろうが関心がありませんでした。それがこちら（十勝）に移って、自然を見つめる機会が増えて。いい年して自然豊かな場所に身を置いたからなのか、気持ちの持ち様が変わりました」。

診療を行う上で気づいたのは「農業大国十勝」ならではの特徴。農繁期の夏場や、遠方からの患者さんは頻繁に診察に来られず、受診間隔が長いこともしばしば。それでも、治療を進めていく上でコミュニケーションが取りづらいという印象はないという。今後は「糖尿病教室」を開き、治療の環境を整えたいと意欲をみせる。

住み慣れた故郷を離れて約1年半。自然を堪能する余裕が生まれ、仕事では新たな目標を見つけた。60代半ば、穏やかに充実した十勝での生活はまだ始まったばかりだ。

#### PROFILE

Yoshihiro Takayama

##### 出身地

富山県高岡市

##### 略歴

- 1987年3月 金沢大学医学部卒業
- 4月 金沢大学附属病院
- 10月 公立鶴来総合病院
- 1988年 金沢大学附属病院
- 1989年4月 県立福井総合病院
- 10月 金沢大学附属病院
- 1990年4月 水見市民病院
- 10月 金沢大学附属病院
- 1991年 社会保険鳴和総合病院(現JCHO金沢)
- 1995年 国家公務員共済組合連合会北陸病院
- 2020年 帯広第一病院

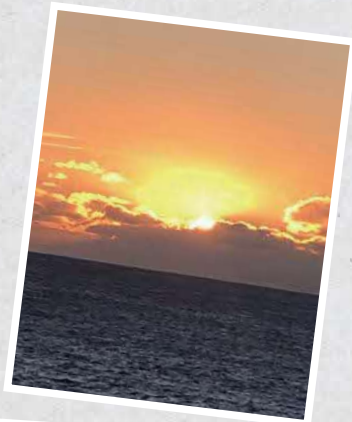


十勝川の川霧。水温が気温より高い時に発生します。

## 移住医師の 休日

ドライブをしていて偶然見つけた気球。  
降りた場所へ行ってみると、  
なんと乗せてもらえることに！

元旦の朝は納沙布岬へ。  
初日の出を拝みました。



近所で買い物も。  
道産食材を選んで  
楽しんでいます。



### 仕事と暮らしの Q & A

#### Q. この病院の決め手は？

**A.** 十勝で糖尿病の専門医を求めているのが今の病院でした。はじめに興味を持っていることを伝えたら、理事長と事務長が金沢まで駆けつけてくださって。実際にお話をする中で強い熱意を感じたのも大きかったです。

#### Q. 道東のおすすめポイントは？

**A.** 阿寒から屈斜路湖、摩周湖までのドライブルートでしょうか。大自然が広がっていて、壮大な景色を楽しめます。後は、ソフトクリームもおすすめ。どのお店へ行ってもはずれがなくおいしいんです。

#### Q. 移住して驚いたことは？

**A.** 食べ物がおいしくて安いこと。特に去年はメロンが安くて、親戚中に送りました。魚介類も本州にいたころは珍しくて高級品だったものが、こちらではスーパーで簡単に手に入るんです。よく買って食べています。



看護師や他のスタッフとのコミュニケーションも欠かせない。仕事の話はもちろん、雑談にも花が咲き、和やかな職場の雰囲気がある。「どのお店がおいしいとか、休日には何をしたかとか。そんな話ばかりです」と高山先生。