

高知県の専門研修を選んだそのワケは？



「ここには、専攻医への愛と思いやりがある！」

高村 洸輝 Dr. / 小林 海里 Dr. / 澤村 大造 Dr. / 尾崎 マリナ Dr. / 北代 亮太郎 Dr. (コーディネーター)

なぜ医師に？なぜ高知に？

北代 高知県での初期臨床研修・専門研修について、みなさんの経験談を伺って、後輩たちの参考にしてもらえたらと思います。まずは、医師を目指したきっかけから教えてください。

澤村 僕は医学部に入学する前、サラリーマンをしていました。営業、人事、商品管理などの部門を経て退職しました。より社会に役立つ仕事として医師を目指しました。

小林 父が産婦人科医、母が看護師という環境で育ちました。父が、真夜中に起こされても患者さんのためにお産に向かう姿をカッコイイなと素直に思っていたので、医者になろうという気持ちになったんだと思います。自然な流れでした。

尾崎 高2の3月までは歯学部を目指していました。当時、歯科矯正をしていて、その歯科医院がとても素敵だったので、ここで働きたいと思ったんです。塾の先生から、「歯科医は人数が多いので卒業してからが大変。医師にしたら？」と勧められて、医学部に変更しました。

高村 明確に医師になろうと思った出来事などはありませんでしたが、中高生の時からテレビや本を通じて医師という職業への憧れがありました。進路を決めるにあたって、医師を目指せばよかったと後悔したくないと考え、医学部を志望しました。

北代 みなさん、高知で初期臨床研修をした後、高知県の専門研修プログラムに進まれています。高知県を選んだのはなぜですか？

澤村 僕は島根大学医学部卒ですが、親の健康問題があり、妻も高知出身なので帰ってきました。初期臨床研修は他大学出身のため不安を感じましたが、幸い同期に恵まれ、無事初期臨床研修を終えることができました。

尾崎 5年次のポリクリが楽しかったことと奨学金を受給していたことを踏まえ、高知に残り、近森病院で初期臨床研修をすることにしました。私はAO入学で、高知県から合計4年間奨学金を借りました。自分を医師にしてくれた高知県に恩返しをするという気持ちもあります。

小林 僕は、大学で都会に出たいと思っていたのですが、落ちてしまって…。AO入試で高知大に入学しました。なので、県外に出るといった選択肢はなかったですね。

高村 僕も高知出身のAO入試なので、初期臨床研修は高知で決まりました。

尾崎 初期臨床研修は、県外に行きたい人は行くのがいいと思います。でも、もし悩んでいるのであれば高知に残ることをお勧めしています。何かあった時に相談しやすいのは、断然母校です。まず高知で働いてみて、高知ではできな

北代 亮太郎 Dr.

高知県出身。高知大学医学部卒業後、高知大学医学部附属病院(以下、大学病院)で初期臨床研修。大学病院老年病・循環器内科に入局し1年勤務の後、幡多けんみん病院で1年を過ごし、現在は大学病院老年病・循環器内科。研修医の時に、同期の研修医と結婚。妻と二人の子どもと、妻の祖母と同居中。研修医や専攻医たちに頼りにされる医師6年目の先輩。



インタビュー動画はコチラ

いことや納得できないことがあれば専門研修で県外に行けばいい。医師1年目の働き始めは、ストレスがかからない環境がいいと思いますね。

専門研修について

北代 初期臨床研修の次は、専門研修。みなさんはどうやって専攻を決めましたか？

小林 僕が救急に決めたのは、内科・外科の両方できるようにしたいから。地域医療・訪問診療を学んだときに、全部一人でやっている医師を見てカッコイイと思ったんです。

澤村 年齢的なこともあって、内視鏡やカテーテルなどの手技を習得するには時間がかかるから、手技が必要な科は難しいと思い第二内科を選びました。

北代 専攻医になって、何か気持ちに変化はありましたか？

小林 責任の大きさが全然違いますね。今までは上の先生に相談し、帰す・帰さないをその先生の責任で決めていましたが、今は自分の責任。大変ですが、やりがいがあり楽しいです。

澤村 僕は、内科全般のトレーニング不足を強く感じました。

尾崎 私は自分のやりたい仕事をしつつ、ワークライフバランスが取れることも重要だと思っています。特に女性医師はそうだと思います。専攻医になって、やはり責任を持つ場面が増えました。正直負担になることもありますが、やりがいを感じていますし、今は丁度いいバランスで働くことができています。

北代 専門を決めるタイミングはどうだった？初期臨床研修の途中で決めて早めに専門科の現場を学ぶのがいいのか、それとも自分が専門にしたいと思っている科と違う科を回るのがいいのか。みんなはどっち派？

尾崎 私は他の科を回る派です。専門科に入ると、リタイヤするまでずっと同じ科を診るわけで、勉強しなくちゃいけないことがたくさんあります。なので、私はそれまでに他の科を回っているんな経験を積みたいと思っていました。

放射線科は治療内容を理解していないと読影が難しいこともあり、他科を回った経験が役に立つことがあります。

澤村> 僕も全部の科を回りました。研修医の時しかできないことだし、いろいろ経験してから専門科に行くのがいいと思ったんです。でも、専攻医になっていざ第二内科に入ると、腎臓病は全然わからないし、膠原病って何？って感じで、本当に動けなかった。もっと実務を意識してトレーニングを積んでおけばよかったのかもしれない。

小林> 僕は近森病院での初期臨床研修中に救急に入ると決めました。その後は患者さんが運ばれてくるたびに、「来年はこれを自分で診ないといけないのか…」と思いがら毎日を過ごしていましたね。それが今に生きています。

高村> 私も老年病科に決めて以降、一つ一つの疾患やプロブレムに対して、循環器内科医の立場であったらその場でどう対処すべきか、何を見逃してはならないかをより一層具体的に考えるようになったと思います。私は進路を決めるのは他の同期の研修医より早かったのですが、早く決めたことで研修医のうちに重点的に学ばなければならないことや、必要なスキルを身につけるために、明確な目的を持ってより充実した研修ができたように感じます。

北代> 研修医の2年で広くいろんな科を経験するか、それとも決めた科を重点的に研修するかは、その人の考え方によると思う。僕は、研修の最後の2カ月間を老年病科で研修したんだけど、結果的には他の科を回ればよかったと思ってます。それなりに仕事をしていたつもりだったけど、専攻医になると自分で決めなくちゃいけないことが想像以上に多くて…。専攻医になってずっとその科でやっていくなら、その2カ月の経験はさほど大きな差にはならなかったと今では思うかな。専攻医になると、なかなか他の科の手法や専門的な治療は見られないしね。一度見たことがあるかないか、その経験の差は大きいし、患者さんへの説明などにも関わってくるので、幅広く研修することのメリットは大きいと感じています。

北代> 研修医の時に、これをやっておいてよかったということはある？

澤村> 内科レジデントの鉄則は初期研修医の時に先生に

言われて、30項目を一つずつ潰してやってきました。具体的な目標として到達度が分かりやすいと思います。

北代> 病棟と呼ばれて、経過観察で何事もなく過ぎることもあるけれど、絶対に見逃してはいけない病態もあるしね。専攻医になると夜間などは一人で判断しなくちゃいけない時もあるし、必要な知識になるね。3年目、4年目になっても読み返す価値のある本だと思います。

——プライベートについて

北代> ちょっと仕事から離れてみよう。休日はどう過ごしていますか？

澤村> 僕はインドア派ですが、週に一度は必ず妻との時間を作っています。日曜は病棟業務に出ますが、午後は妻と一緒にドライブしたり、外食したり、月に一度は遠出もします。

小林> 小児科医の妻とは土日の休みが合わなくて、各自で過ごすことが多いです。当直明けの休みが合った時は、外食に行ったりしますね。一人の時はジムで鍛えています。

尾崎> 夫がアウトドア好きなので、一緒について行きます。魚釣りやキャンプ、沢登り、エビやアユも釣りに行きました。今まで自分が知らなかった世界を楽しんでいます。

北代> 僕は最近、花を活けています。花を買う時は、「これ絶対いい！」と思って選ぶんだけど、花瓶に挿してみるとイマイチな時もある。逆に、バシッと決まった時は気持ちがいいね。うまくいかないことも含めて楽しんでいるかな。今は働き方改革が進んできて、当直・日直制で土日もしっかり休みも取れる。患者さんの状態が良ければ、弾丸旅行に行ったりもします。時間は作ろうと思えば作れるから安心してね、高村先生！

高村> 北代先生、楽しみにしていますね。私も友人と一緒にご飯を食べに行ったり、車で遠出したりして過ごすことが多いです。みなさん共働きのようですが、家事と仕事をどのように両立されているんですか？

小林> 当直などのスケジュールを見ながら1週間分の買い物をして、日曜日に二人で副菜をたくさん作ります。そうすると、帰宅してメインを1品作るだけでいいので楽ですね。

尾崎> 私の家は夫の方が帰りが早く、家事も得意なのでいろいろやってくれます。私も帰ったら家事に参戦しますが、基本は夫。彼の方が「支える」マインドを持っているんです。

澤村> 我が家は僕が外で働いて、妻は家のことをするという役割分担をしていて、お互いに了解しています。正直僕は、家庭の事は朝のゴミ出し以外は何もできていません(苦笑)妻には感謝です。

北代> 僕は妻のおばあちゃんと一緒に住んでいるので、洗濯物を畳んでもらったり、食洗器を回してもらったり、朝の味噌汁も作ってくれます。夕飯は帰宅が早い妻が作ってくれますが、できる人ができることをするのがわが家のやり方ですね。

——働き方について

北代> これから地域研修があるよね。僕は幡多けんみん病院に1年、単身赴任しました。週に1回、妻が子どもを連れて会いに来ていました。みなさん、単身赴任などありますか？

小林> 救急はある程度融通がきくので、妻の転勤について行くつもりです。救急プログラムでも幡多けんみん病院など地域の病院で働く必要があるの、違った環境で働くことも楽しみです。短期間でも二人でタイミングを合わせて行ければなお良いと思っています。

尾崎> 高知市南国市以外の病院で2.5年働く予定です。夫が近森病院に籍を置いたまま一緒に赴任して仕事をさせてもらえるよう申請しています。そういうところに融通がきくのも高知県の良い所だと思います。

北代> 専門研修の研修病院間だと配慮してくれるね。高知県は医師を大事にしてくれていると思うよ。今後、親の健康問題で住むところを変えなくてはならないことも出てくるかもしれないけれど、高知県はそこにも寄り添ってくれると思います。

北代> 家庭を持つ女性医師も多く活躍しているよね？

尾崎> 高知県は、女性医師が働きやすいと思います。県外出身の先輩医師から、医師数の多い都会の病院では、小さい子どもがいて時短勤務が必要もしくは時間外で働くこと

が難しい女性医師は、どうしても第一線から外れざるを得ない事が多いと聞きます。でも、高知県なら定時に帰る働き方でも、比較的第一線で働くことができるように思います。医師の絶対数が少ないので“一人”を大事にする環境があると思います。

北代> 僕の妻は高知医療センターに勤務していますが、当直の輪番については外してもらっています。まだ子どもが小さいからと、上の先生が配慮してくださっています。

——目指す医師像とは？

北代> 最後に、皆さんはどんな医師になりたいですか？

尾崎> 私は身近に自分が目指すカッコイイ医師がいて、ロールモデルになっています。手技的にも知識的にもキャラクター的にも必要とされる医師、後輩たちが「一緒に高知で頑張りたい」と思えるような医師になりたいです。

小林> 最初から最期まで診られる医者になりたいです。これから緩和ケアも学びたいし、在宅医療にも関心があります。

澤村> 患者様を選ぶことなく、対応出来る事を増やしていくのが今の目標です。

高村> 医師として働き始めてまだ1年と少しで、知識と経験を積み重ねていくことに必死な毎日です。そうした日々を積み重ねることで、高知県の医療に貢献し、ひいては自分の理想の医師像がみえてくるのではないかと思います。

北代> 僕は、アンパンマンが理想かな。彼は、なぜ人を助けるのかという問いに、「僕は人のために何かをしてあげた時、心が熱くなるんだ。それが僕の幸せなんだ」と答えるんだよ。僕もいろいろな本を読んで、幸せの究極の形を考えたときに、その考えにたどり着いたんだよね。それを体現しているのがアンパンマンだった。

今後は大学院に行き、学位を取ってサブスペシャリティを取りたいという思いもあります。後輩たちとともに成長し、高知県の医療の土台を作っていけたらいいなと思っています。みんなで頑張っていきましょう！



kobayashi kairi
小林 海里 Dr.

高知県出身。高知大学医学部卒業後、近森病院で初期臨床研修。近森病院救急科で専門研修中。昨年、小児科医の妻と結婚。医師3年目。

※近森病院救急科
専門研修プログラム



osaki marina
尾崎 マリナ Dr.

岡山県出身。高知大学医学部卒業後、近森病院で初期臨床研修。近森病院の内科で1年間研修をした後、大学病院放射線診断科に入局。昨年11月、四万十市出身の薬剤師の夫と結婚。医師5年目。



インタビュー
動画はコチラ



takamura koki
高村 洸輝 Dr.

高知県出身。高知大学医学部卒業後、高知医療センターで初期臨床研修。春からは大学病院老年病・循環器内科で専門研修。2年目研修医。



sawamura daizo
澤村 大造 Dr.

高知県出身。会社員として働いた後、島根大学医学部入学。卒業後、高知大学医学部附属病院で初期臨床研修を行い、大学病院内分泌代謝・腎臓内科(以下、第二内科)に入局。1年間専門研修をした後、近森病院総合内科に所属し、各科ローテートで専門研修中。医師4年目。

※高知大学医学部附属病院
内科専門研修プログラム