

Good Doctor

Compassionate Doctor & Competent Doctor

Vol. 16

2016.10.25

contents

[特集] 平成28年度 WELCOME 研修医の会

- 1 先輩からのメッセージ
- 2 研修医の皆さん医師会に参加してみませんか?
- 3 研修医の皆さんからのメッセージ

岡山県医師会 Okayama Prefectural Medical Association

URL <http://www.okayama.med.or.jp/>
E-mail oma@po.okayama.med.or.jp

[特集] 平成28年度 WELCOME 研修医の会

岡山県医師会 会長 石川 紘

平成28年度
WELCOME 研修医の会

開催日時 平成 28年 4月 7日 (木) 14:00~21:00
場 所 ホテルグランヴィア 岡山 (岡山市北区駅元町)

社会保険医療担当者集団指導

時間	内容	講師等
14:00~16:00	中国四国厚生局、岡山県、岡山県医師会	
16:00~17:00	医師会入会手続き、Coffee break	
第一部		
17:00~17:15	開会 挨拶	(同会・進行)岡山県医師会 理事 神崎 寛子 岡山県医師会 会長 石川 紘 岡山県保健福祉部 部長 荒木 裕人 岡山大学病院 副院長 藤原 俊義 川崎医科大学附属病院 院長 園尾 博司
17:15~18:15	特別講演「持続可能な社会と医療」	国立成育医療研究センター 研究所政策科学研究所 部長 森 臨太郎 (座長)岡山県医師会 理事 合地 明 岡山県医師会 副会長 清水 信義
18:15~18:30	ガイダンス「医師の職業倫理」	岡山県医師会 副会長 清水 信義
第二部 レセプション		
18:45~	開会 NPO法人岡山医師研修支援機構活動紹介 大じゃんけん大会1回戦 (iPad miniが当たる) 大じゃんけん大会2回戦 (iPad miniが当たる) 乾杯 挨拶 各病院研修医あいさつ 閉会のあいさつ	(同会)岡山県医師会 理事 神崎 寛子 NPO法人岡山医師研修支援機構 事務局長 伊野 英男 岡山県医師会副会長 NPO法人岡山医師研修支援機構 理事長 糸島 達也 岡山医師協同組合 理事長 内田耕三郎 岡山県医師会 理事 松山 正春
21:00		

社会医療保険の重要だが小難しい話を2時間、さぞお疲れでしょう。兎に角、第一段階の医療担当者集団指導も終了し、晴れて保険医となられたことおめでとうございます。

マイクの前のこの年寄りには岡山県の多くの保険医の活動を支援する団体、岡山県医師会、個人の診療所や病院の代表医師1,500名、皆様方の様に病院に勤務されている医師1,600名の代表である石川と云うものです。私はごく小さな産婦人科診療所を営んでいる保険医です。因みに司会の女医の先生は県医師会で唯一の女性役員で、直ぐ近くで皮膚科を営んでいる神崎先生です。

先生方のお楽しみの第2部のレセプションまで先生方へのおもてなしを致しますが、もし食事でじんましんが出たら、治療致します。

これから18:30迄、お偉いさんの挨拶づくし、特別講演と最後にダメ押しで職業倫理の講義があります。その後はお楽しみです。

フレッシュな先生方には心身共に剛健な医師となって地域医療に貢献されることを期待しております。われわれは先生方への癒し系集団として見守って参ります。

先輩からのメッセージ

岡山赤十字病院 研修医 稲生祥子 先生

はじめまして。岡山赤十字病院、消化器内科後期研修医の稲生と申します。赤十字病院で初期研修を行い、そのまま後期研修も赤十字病院に残り、現在5年目になります。

初期研修が始まり私が最初に思ったのが、「教科書での知識」と「臨床」はやっぱり違うということでした。違うというよりうまく繋がらないといったほうが正しいかもしれません。後から先輩医師に説明されれば「そういえば国試の勉強でやったなあ」という内容がその場では思いつかない。特に救急外来では定型の間診はできてはそれだけで、後ろから先輩医師が質問を追加していただけることで、あれも確認しなきゃいけない、その病気が念頭に置いておかなきゃいけなかったんだ、とやっと気づくことばかりでした。

また、初期研修では、医療知識はもちろんですが患者さんとの接し方を学ぶことが非常に大切です。専門知識のない人にかに必要な情報を伝えるか、Bad newsの伝え方、問題患者との折り合いの付け方。最初の頃はICは上級医が説明している後ろで聞いていることがほとんどだと思います。ただその内容を聞くだけではなく、話し方、話の順序などにも注意していると、自分がICをしなればいけなくなったときに役立ちます。いざ自分でやってみようと思っただけ以上に難しいものでした。

医者というのは日々勉強です。初期研修の頃に比べたら成長できたかなと思いつつ、今でも分からない事は多くまだまだ勉強が足りないと思ってしまう事の繰り返しです。初期研修は医者としての今後の礎となる期間です。色々学んで充実した研修を送ってください。

研修医の皆さん 医師会に参加してみませんか？

岡山県医師会 理事 神崎 寛子

岡山県医師会が開催する「WELCOME研修医の会」のような都道府県医師会が開催する研修医の歓迎会は各地で開催されるようになっていきます。その土地で医師としての最初の1歩を印されることを歓迎する意味と医師会というものを知っていただきたいという思いを込めて開催されています。

平成27年度、平成28年度の「WELCOME研修医の会」の参加者に「どのような取組や情報があれば、医師会へ入会を考えますか。率直な意見をご記入ください。」というアンケートを行いました。

回答の中で多かったのが、「もっと医師会について知りたい：具体的なメリット、入退会にかかわる手続き、会員の活動を知りたい」、「若手医師対象のセミナー」、「キャリア支援：研修やその後を考えるための情報提供」です。医師会のすべてを紹介することは簡単ではありませんが、研修医の皆さんに関係する部分を少し紹介します。

医師会は任意加入の職能団体です。医師たちが医療を良くしようと自主的に活動してきた組織であると同時に、医師が安心して働くことができるように互助的な役割を果たしてきた組織でもあります。

勤務医時代は所属する医療機関、大学の医局と多くの先輩や仲間と囲まれています。開業して一国一城の主となると、勤務医時代の仲間との縁が切れるわけではありませんが新しい仲間が必要になってきます。このため、医師会に所属する人が増えるのですが、特に最近の医療は、大規模病院だけでも開業医だけでも完結できず、地域連携が大切になっています。普段からお互いに顔の見える関係を築いていることが大切であり、医師会は地域の中で医師同士・医療機関同士の連携を支えるネットワークを支える役割を果たしているのです。

若い勤務医の時代にこうした地域医療を支えるボランティア活動と言われても現実味がないことでしょう。しかし、医師会に入会することによって得られる直接的サポートもあります。診療面、学習面、生活面そして女性医師の4つの側面から支えてくれます。

医師として働いていれば、不幸にして医療事故が起きてしまうことがあります。以前は病院に対して訴訟が起こされることがほとんどでしたが、

近年、勤務医個人に対する訴訟が増えてきています。日本医師会医師賠償責任保険に加入していれば、補償はもちろんのこと、医師ができるだけ矢面に立つことなく紛争を解決できるよう岡山県医師会がサポートする仕組みも整っています。アルバイトや代診といった非常勤勤務での医療事故にも対応可能です。

産業医として働くという選択肢を考えたことがありますか。日本医師会認定産業医制度を利用して産業医に認定されると産業医として働くことができます。大企業の産業医として働く選択肢もありますし、非常勤でいくつかの企業の産業医を兼務することも可能になります。働き方の選択肢が増えるわけです。

健康保険や公的年金といった社会保険に加入することは国民の義務であることをご存知でしょうか。医師はキャリアの中で大学院進学や研究生になるといった常勤として組織に所属しない期間が生ずることがあります。また、医師は異動が多いことが原因で一般企業に勤務する人に比べ年金の受給額が少なくなる可能性があります。安心して老後を迎えるためには若いうちからの備えが必要です。日本医師会年金は積立型の私的年金で、保険料が自由に設定でき、増減も可能です。収入の少ない時期や子育て等で支出の多い時期は低く設定しておき、生活にゆとりができれば増額することも可能なのです。健康保険も岡山県医師会の会員であれば大学院の時期や育児・介護のために常勤ポストを離れていても岡山県医師会国民健康保険に加入することができます。医師が自ら運営し、保険料を決定したり、各種検診サービスを運営したりしているのでメリットの大きい健康保険です。

日本医師会生涯教育制度は専門分野以外の情報や知識に触れることができる機会です。専門医の認定・更新に利用できる講習会もあります。岡山県医師会でもプライマリケアに役立つ講演会が用意されています。日本医師会医学図書館は大学図書館と同等の蔵書があり、インターネットで申し込みればコピーを送ってもらうことができます。

医学部卒業生の3割以上が女性である現在、育児や介護をしながらでも働き続けられる仕組みや一旦仕事を離れてもスムーズに復帰できる仕組みを構築することは医療界全体の課題と医師会は考えています。日本医師会には日本医師会女性医師支援センター事業があり、岡山県医師会も女性医師相談窓口事業を岡山県より受託し、出産、育児時期の女性医師の支援を行っています。

日本医師会、岡山県医師会、都市等医師会の研修医の年会費は無料です。まずは医師会に参加してみませんか？

研修医の皆さんからのメッセージ

岡山医療センターでの研修医生活と日々の学習

国立病院機構岡山医療センター 研修医 光宗 翔先生

国立病院機構岡山医療センター研修医1年目の光宗と申します。始めて数か月間の研修医生活について、簡単ではありますが書かせていただきたいと思えます。

私が研修している岡山医療センターでは、1年目の内科研修は2科同時並行で2か月間といったようにローテートが組まれています。私が、病院の研修プログラムに対して長所と深く感じるのは、短期間に多くの手技を経験でき、多くの症例を目にできることです。そして、2つの科のカンファレンスに参加させていただき、多くの先生のお話を聴かせていただいたり、色んな疾患を持つ患者さんの治療計画に参加できることです。しかし、同時に2科同時ローテートの大きな問題となるのは、多くの疾患について効率よく学ばなければいけない点です。諸業務とは別に自分の時間で学生時代に学んだ知識を臨床の現場で役立つものに昇華させるためには、記録と学習効率が重要です。そこで私の研修医生活で活躍しているのがWELCOME研修医の会で頂いたiPad

mini 4です。

iPad mini は、白衣のポケットにも入るサイズで軽量にも関わらず、多くの専門書やガイドラインのデータを持ち歩くことができ、経験したことを忘れることなく記録として残すことができます。つまり、現在送っている研修医生活においてタブレットは大きな役割を担う道具となっています。他にも勤務以外のスケジュール管理など多くの機能があるので、これからも研修医生活に活かしていきたいと思っています。

初期研修中に学ばなければならないことは多いと思いますが、日々の仕事を一生懸命こなし、多くの人の役に立ち活躍できる医師になることができればと思います。

最後になりましたが、この度WELCOME研修医の会という素晴らしい会を開いてくださった岡山県医師会、NPO法人岡山医師研修支援機構の関係者の皆様に御礼申し上げます。

iPadのある研修生活

岡山赤十字病院 研修医 坪井一馬先生

はじめまして、岡山赤十字病院研修医1年目の坪井一馬と申します。

まず始めに今回WELCOME研修医の会という交流の場を設けて頂き、さらにはiPadをプレゼントしていただきありがとうございました。岡山県内の他施設の研修医の方々との交流もでき、とてもいい刺激になりました。

さて、iPadを頂いたじゃんけん大会ですが、正直あまり覚えていません。最後は確かパーで勝って、気づいたら壇上にいた様な気がします。絶対当ててやろうと目を血走らせている獰猛な同期が隣にいて、「ああ、こいつはきっと当たらないなあ」と思っていたことも何となく覚えています。

そんな感じで頂いたiPadですが、白衣のポケットの中で日々大活躍しております。各種ガイドラインや薬剤の添付文書検索に加え、学生時代の教科書の電子版を取り込みもうる覚えの知識の確認などに役立っています。タブレット端末を持ったことが無かった僕にとって、分厚くてどうしようもなかったあのイヤークラウドでさえ今ではiPadの中の一部だと思えば、時代は進化してるんだと感動する毎日です。

日赤での研修は4ヶ月が経過しましたが、まだまだ何をやるにも時間がかかり、自分の未熟さを痛感するばかりです。周りの人達に恵まれた素晴らしい環境で、より充実した研修期間にするためにこれからもiPadを有効活用していきたいと思えます。

最後になりましたが、WELCOME研修医の会を設けて下さった岡山県医師会、NPO法人岡山医師研修支援機構の方々、素敵なプレゼントをありがとうございました。



▲森臨太郎先生（国立成育医療研究センター研究所 政策科学研究部長）による特別講演。「持続可能な社会と医療」と題してお話いただきました。



▲毎年恒例の大ジャンケン大会★
iPad miniを獲得するため皆さん力が入ります。

iPadとともに成長

岡山市立市民病院 研修医 寺尾俊紀先生

岡山市立市民病院 初期研修医 1年目の寺尾俊紀と申します。この度はWELCOME研修医の会を開催していただき、岡山県医師会やNPO法人岡山医師研修支援機構の方々、誠にありがとうございます。

今回、iPadのある研修生活について一筆したためてくれと言われたので、恥ずかしながらも紹介させていただきます。

これをご覧になっている先生方も、多くの方は何かしらのタブレットを持っていると思っています。僕も以前から自分のタブレットを持っており、改めて新しいタブレットをいただいても使うことができるのだろうかと思っていましたが、試しに使ってみると、やはり軽くて使いやすかったです。使い方は多くの書籍を入れたりしていますが、患者様に同意をいただいた上で患者様の病変などを写真に収めています。写真を撮るとやはり上級医へのコンサルトや教科書との比較も行いやすく、とても便利で

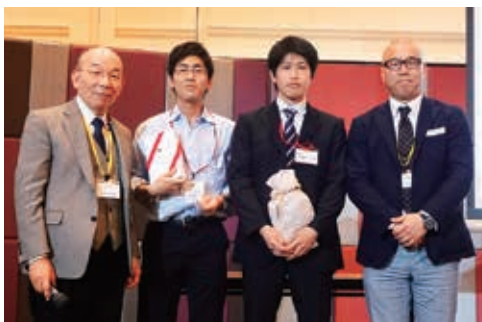
す。また、iPadは画像がきれいなので、以前のタブレットよりも非常に使いやすいです。多くの症例を入れることで自分も成長でき、症例もたまり、タブレットで思い出すことができるので、タブレットで成長させてもらっています。いろいろな使い方があるので、毎日欠かさず使っています。このタブレットにポケモンGoを入れてしまったら、ますます離せなくなると思うので、入れていません（笑）。

冗談はさて置いて、タブレットは使いやすいので、非常に頼ってしまい、できる風に見えてしまう部分もありますが、まずは患者様の話を聞いて、きちんと身体所見をとって、自分で考えることを忘れずにこれからも邁進していきたいと思えます。これをご覧の先生方、これからもどうぞ温かい目で見守ってやってください。ご指導のほど、よろしくお願い申し上げます。



▲上写真左端・下写真右端はNPO法人岡山医師研修支援機構 事務局長 伊野英男先生

▶NPO法人岡山医師研修支援機構 糸島達也理事長（左端）との対戦で勝ち残られた寺尾先生（左から2番目）と伊藤先生（左から3番目）



◀今年度から協賛して下さった岡山医師協同組合 内田耕三郎理事長（左から2番目）との対戦での勝者：光宗先生（左から3番目）と坪井先生（右端）

iPad mini

倉敷中央病院 研修医 伊藤久尊先生

倉敷中央病院初期研修医1年目の伊藤久尊です。

研修生活も4ヶ月経過し、ようやく倉敷での生活に慣れてきました。研修医の同期は28人いて、みんなでもっと楽しい研修生活を送っています。全国各地から集まってきた同期とともに働くことはモチベーションのアップにもつながります。

各科の上級医の先生方もとても丁寧に指導して下さい、毎日とても有意義な時間を過ごせています。

研修医の会で頂いたiPad miniですが、いつも白衣のポケットに入れて研修生活に活用しています。ポケットに入るので電子教科書として持ち運べ、分からないことはすぐに調べられるのでとても便利です。まさかiPad miniを頂けるとは思っていませんでしたので、とても嬉しかったです。

まだまだ初期研修は始まったばかりなので、これからも毎日の研修を精一杯頑張ろうと思えます。

第25回

「女性医師を応援します!」パート6

Doctor's Career Café in OKAYAMA

メディカルカフェ in かわさき

平成28年10月20日 無事終了いたしました。

- 日 時：平成 28年10月20日 木 18:20 ~ 19:30
- 場 所：川崎医科大学校舎棟8階ラウンジ
- プログラム：① 話題提供 (30分)
「40歳皮膚科開業医兼新米ママのどたばた生活
—決してバリキャリアではありません—」
松尾皮膚科医院院長 菅田明子先生
- ② 自由懇談 (50分…4~5人掛けのテーブルごとに)

託児支援のご案内

岡山県内の医療機関に勤務する医師及び岡山県内に居住しておりかつ医療活動に対し意欲のある医師が、学会・研修会・大学院授業に出席するため託児が必要な場合は、県医師会がサポートいたします！（事前登録が必要です。お気軽にご連絡ください。）

場所

ポストメイト保育園
（イオンモール岡山又は
ホテルグランヴィア岡山）

補助金額

1時間につき500円

お問い合わせ先

岡山県医師会

TEL 086-250-5111

E-mail omajoi@icloud.com

第7回 岡山MUSCATフォーラム

smile力 明日を拓くエネルギー

参加無料

2016年11月3日 日 13:30~16:00 (13:00受付開始)
地域医療人育成センターおかやま(MUSCAT CUBE)3階 MUSCAT Hall

特別公演

演者：西ノ島町国民健康保険浦郷診療所 所長

「JOYの心得」

隠岐島前病院 小児科科長

白石裕子 先生

パネルディスカッション

「女性医師の生き方と今後必要なキャリア支援とは」

【お問い合わせ・お申し込み】

岡山大学 医療人キャリアセンター MUSCAT

TEL : 086-235-6963 FAX : 086-235-6834

E-mail : muscat@md.okayama-u.ac.jp

マタニティ白衣

レンタルサービス事業のご案内

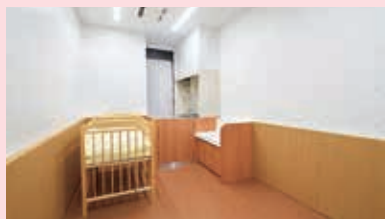


岡山県医師会では、女性医師が妊娠中も快適に働けるよう、マタニティ白衣レンタルサービスを行っております。ご希望の方は岡山県医師会までご連絡ください。

お問い合わせ先 TEL 086-250-5111



託児室のご利用について



岡山県医師会館4Fに託児室があります。

医師会員はお部屋を無料でご利用いただけますが、託児室の利用は先着順となります。シッターサービスは付きませんので、ご自身でベビーシッターをご依頼ください。ただし、保育支援会員制度利用の際には、県医師会でシッターを手配します。

※県医師会主催講演会には、シッターサービスが付いております。（10日前までに要予約）
※会員外の方のご利用の場合は、岡山県医師会へご相談ください。

お問い合わせ先 岡山県医師会 TEL 086-250-2100

/ 編 / 集 / 後 / 記 /

Good Doctor Vol.16をお届けいたします。

WELCOME 研修医の会のじゃんけん大会でiPad miniを勝ち取った研修医の皆さんに研修の様子を寄稿してもらいました。皆さん白衣のポケットに入れて日々の診療のお供にしてくださっているとのこと、協賛して下さったNPO法人岡山医師研修支援機構、岡山医師協同組合とともに喜んでます。

さて、今号では医師会入会のメリットを説明いたしました。研修医や若い勤務医の皆さんにとって医師会は縁遠い世界でしょう。私もそうでしたからよくわかります。しかし、当時に比べ医師が一つの団体に属

するということがより必要になっていると思われます。医師は日本の人口構成と反対で、若い世代ほど多いピラミッド型を呈しています。つまり、皆さんは自分たちで新しい社会を築いていかなければならないのです。そのためには、一つの職能集団として、政府をはじめとする社会へメッセージを発信していくことが必要であり、求められているのです。

子育て中でも研修に参加したい先生方（もちろん男女を問わず）のために、新しい県医師会館には託児室を作りました。また、JR岡山駅近くの保育施設と契約しており、保育支援会員に登録されれば、割引料金で利用できます。是非、医師としてのキャリアアップのために利用してください。（神崎）



発行

岡山県医師会

Okayama Prefectural Medical Association

700-0024 岡山市北区駅元町 19-2

[Tel] 086-250-5111 [Fax] 086-251-6622

[E-mail] oma@po.okayama.med.or.jp

[URL] http://www.okayama.med.or.jp/