

この号の内容

- ① 医師臨床後期研修を始められる先生方へ
- ② 先輩からのメッセージ
- ③ 日本医師会生涯教育制度について
- ④ よりよい医療のために、よりよいキャリアのために
- ⑤ 白癬菌との30年のつきあいから学んだこと



岡山県医師会

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

医師臨床後期研修を始められる先生方へ

岡山県医師会 会長 石川 紘

医師として2年間の初期研修を終了され、経験豊かな先輩医師達の指導の下で臨床医としての腕を磨き、実働臨床医として実際の診療に当たり、更に今後3年間、専修医、レジデント、シニアレジデント等の称号を与えられ、いよいよ自身の進路、生涯を賭けて進む診療科を意識し専門分野の医療技術、知識を身につける為に濃縮された研鑽を積むことになります。或いは既に生涯進む専門科を決めてエネルギーに取り組んでおられる先生もおられるでしょう。

兎に角、目的を見据えたバラ色の将来が無限に広がっており臨床医学に没頭できるPeriodを迎えました。どんどん知識・技術を吸収してその上でゆとりを持って人生を謳歌してください。学問・診療一辺倒では息切れがします。今後の長い人生の中で癒しを与えてくれる趣味を養う時期でもあります。又、気の許せる生涯の友人も出来る時期でもありますので大切に時間を使って下さい。

話は変わりますが規模の大きい総合病院以外でも特色ある専門科を有し、秀でた臨床業績を積んでいる中堅医療機関も少なからず存在し、専修医を特に歓迎してくれる処もあります。エキスパート思考の先生方の選択肢の一つとなることを心の片隅に於いて下さい。

何れにせよ先生方の周りには、厚労省の指針により厳しい養成研修をクリアされた臨床研修指導医がおり、先生方を見守ってくれている筈です。迷いが生じた時、これらの先生方は人生のナビゲーターとしてきっと良きアドバイザーになってくれます。

此処で再び胸にしみる名言を意識してみてください。「置かれた場所で咲きなさい」

先輩からのメッセージ

津山中央病院 外科 橋本将志 先生

はじめまして、私は橋本将志と申します。現在津山中央病院で外科医として勤務しており、初期研修から3年、後期研修1年目を終えようとしています。皆さんと比べてそう先輩でもないのですが、これを良いきっかけに自分の研修を振り返ってみたいと思います。

私の研修は外科からはじまりました。始まってすぐの休日の回診。ニコニコと病棟を歩いていると「術後の〇〇さんの血圧が下がっているのですが、どうしたらいいですか?」と看護師さんに尋ねられました。大学時代ろくに勉強もしてなかった私は『術後』『血圧低下』のキーワードに慌てふためき、上級医に電話して大騒ぎをしました。実は硬膜外麻酔の効果で血圧が少し低いというだけだったのです。国家試験に合格してもなにもできないなと感じたはじめのエピソード

でした。それから2年間『知識のなさを元気でカバー』をモットーに一生懸命研修をしました。研修理念を『新幹線、飛行機でドクターコールに飛んで行く医者を作る』というテーマを掲げている当院で、多彩な救急症例の中で情熱に溢れたスタッフに指導していただき、半人前くらいにはなれたでしょうか?

後期研修に入ると患者さんに責任を伴うインフォームドコンセントをしなければならなくなることが多くなってきて、患者さんへの接し方を改めて考えさせられることが増えてきました。ついつい手技や知識に気を取られる初期研修、そんなところは注目していなかったと反省しています。余裕をもって話す上級医の安心感、患者さんとの信頼関係は一朝一夕では真似できないオーラを感じます。夜中に呼び出されている外科部長や休日の朝でも回診に来ている名誉院長をみて、「これが続けられるから信頼されるのだな」と感じながらたどり着いた答えは『一生勉強・真心真心』です。

ということでこれからは『謙虚素直感謝のワンツースリー』をモットーに後期研修に励むこととしました。みなさんも一緒にがんばりましょう。良かったら津山中央病院にも来てくださいね!

ミニレクチャー

日本医師会生涯教育制度について

岡山県医師会 生涯教育担当理事 **山本 博道**

医師は、日進月歩の医学、医療を実践するため、生涯にわたって自らの知識を広げ、技術を磨き、常に研鑽する責務を負っています。日本医師会では医師の自己学習・研修を効果的に行えるように日本医師会（以下日医）生涯教育制度を実施しています。

本制度は、医師の研修意欲をさらに啓発・高揚させること、また一方で社会に対し医師が勉強に励んでいる実態を示し、国民からの信頼を増すことを目的としており、連続した3年間の研修会参加等の学習単位数とカリキュラムコード数（同一コードは加算不可）の合計数を60以上取得された先生方には3年間の有効期限がついた「日医生涯教育認定証」を発行しています。（図1）

単位数は学習時間数で、最小単位は30分（0.5単位）です。カリキュラムコード（略称：CC）は日医生涯教育カリキュラム（2009）に基づき、学習項目として84のカリキュラムコードが設定されています。（表1）ただし1講習会等の一日の上限は5単位までとなっており、1カリキュラムコードの付与は最短30分（0.5単位）です。つまり1時間の講習会を受け

ると基本的には2カリキュラムコード、1単位となりますが、以前受けたカリキュラムコードと同一コードの場合はカリキュラムコードは加算されません。

本制度には多くの先生方に広く制度に参加いただけるよう医師免許取得直後から参加できるシステムになっています。最短では医師免許取得後3年で日医生涯教育認定証が発行されます。

現在専門医制度の見直しが行われ、昨年8月には厚労相「専門医の在り方に関する検討会」の最終報告書に基づき「中立的第三者機関」設立に向け第一回「日本専門医機構（仮称）」組織委員会が開催されました。その中で新たに総合診療専門医に関する委員会も設置されました。その詳細は現時点ではまだはっきり決まってはいませんが、日医としてはその総合専門医認定の際、一定の日医生涯教育制度の参加単位数とカリキュラムコード数が必要と主張しており、そのようになってくる可能性があります。その意味でも先生方は奮って医師会に入会され、研修会開催日程等の情報を入手し、色々な研修会に早期から参加されてはいかがでしょうか。岡山県医師会では前期研修医の間は会費無料になっています。ぜひ皆さん医師会に入会しましょう。入会するならば「今でしょう」。

表1

日本医師会生涯教育カリキュラムコード（略称：CC）

1 専門職としての使命感	29 認知能の障害	57 外傷
2 継続的な学習と臨床能力の保持	30 頭痛	58 褥瘡
3 公平・公正な医療	31 めまい	59 背部痛
4 医療倫理	32 意識障害	60 腰痛
5 医師-患者関係とコミュニケーション	33 失神	61 関節痛
6 心理社会的アプローチ	34 言語障害	62 歩行障害
7 医療制度と法律	35 けいれん発作	63 四肢のしびれ
8 医療の質と安全	36 視力障害、視野狭窄	64 肉眼的血尿
9 医療情報	37 目の充血	65 排尿障害（尿失禁・排尿困難）
10 チーム医療	38 聴覚障害	66 乏尿・尿閉
11 予防活動	39 鼻漏・鼻閉	67 多尿
12 保健活動	40 鼻出血	68 精神科領域の救急
13 地域医療	41 嘔吐	69 不安
14 医療と福祉の連携	42 胸痛	70 気分の障害（うつ）
15 臨床問題解決のプロセス	43 動悸	71 流早産および満期産
16 ショック	44 心臓停止	72 成長・発達障害
17 急性中毒	45 呼吸困難	73 慢性疾患・複合疾患の管理
18 全身倦怠感	46 咳・痰	74 高血圧症
19 身体機能の低下	47 誤嚥	75 脂質異常症
20 不眠	48 誤飲	76 糖尿病
21 食欲不振	49 嚥下困難	77 骨粗鬆症
22 体重減少・るい瘦	50 吐血・下血	78 脳血管障害後遺症
23 体重増加・肥満	51 嘔気・嘔吐	79 気管支喘息
24 浮腫	52 胸やけ	80 在宅医療
25 リンパ節腫脹	53 腹痛	81 終末期のケア
26 発疹	54 便通異常（下痢・便秘）	82 生活習慣
27 黄疸	55 肛門・会陰部痛	83 相補・代替医療（漢方医療を含む）
28 発熱	56 熱傷	84 その他

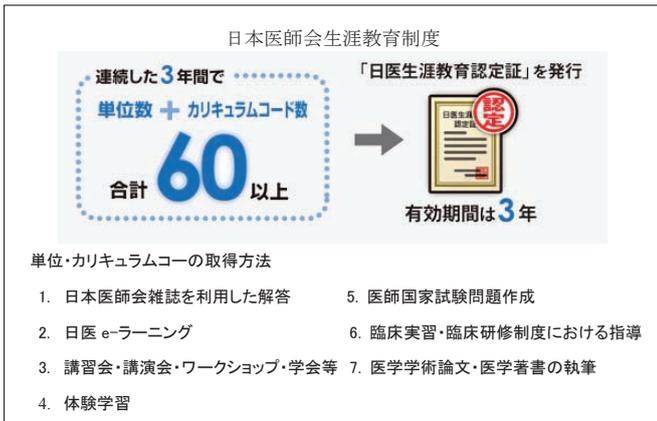
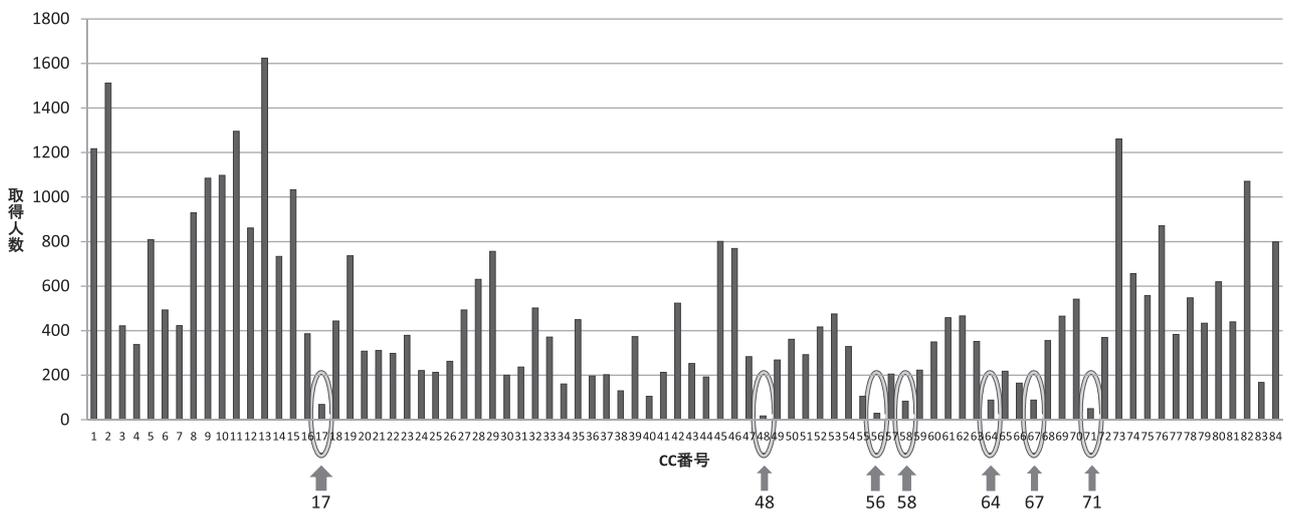


図1

平成24年度カリキュラムコード取得者数比較



岡山県では17.急性中毒、48.誤飲、56.熱傷、64.肉眼的血尿、67.多尿、71.流早産および満期産のカリキュラムコード取得者が少なく、全国的傾向とほぼ同様でした。

第9回 男女共同参画フォーラム よりよい医療のために、 より良いキャリアのために

国際医療福祉大学 副学長 桃井 眞理子 先生

平成25年7月27日、山口市で日本医師会主催 第9回男女共同参画フォーラムが「みんなちがって、みんないい ～伝えたい、豊かな医療人をめざすあなたへ～」をテーマに開催されました。国際医療福祉大学副学長の桃井眞理子先生の基調講演「よりよい医療のために、より良いキャリアのために」を紹介します。

急速な高齢化を迎える我が国では、男性に期待するのみでは人材を賄いきれない状況が近づき、男女ともに人材を育てていくという観点から男女共同参画を考えなければならない時期にきています。欧州諸国では来るべき高齢化社会に備えて人材を男女ともに活かそう、リーダーも男女共に育てようという方向に動いています。社会に性差がどの程度あるのか統計（Global Gender Gap Index）では日本は下から2番目で欧米諸国と比べていかに女性を活かしきれていないかが明示されています。欧米諸国でも女性の社会進出が進み子供の数が減っていましたが、女性の社会参画と同時に出生率を上げる政策を次々に出したフランスなどは両指数ともに上がっています。日本のように均一集団は安定期には好都合ですが、変革期にはそのマイナス部分が大きくなってきます。男女共同参画とは新しい社会設計への挑戦であり、多様性を容認する社会は変革を促すことができます。

変わっていかねばならない医療社会にも男女共同参画の意識が必要です。患者には同性医師を求める権利があります。割合を決めて女性医師を登用すれば能力は発揮されます。そのためには女性医師自身の両立視点を変える必要があり、上司は「両立」という言葉に関して発想の変換を指導することが必要です。多くの若い女性医師は「どちらを選択するか」と迷っていますので、「選択してしまうこと」を指導しなければなりません。医師としてのキャリア形成の基本はただ医師として働くのではなく「自分の強み」を作ることです。「何」で自分を築きたいかを明確におかないとキャリアの継続は困難になります。上司には「いいよ。無理しないでやりな」という優しさも大事ですが、厳しく育てるという視点も必要です。

指導者は本人が気づかない能力を指摘して、期待して育ててほしいと思います。そして、女性医師たちには自分が仕事をするだけでなく、後輩を育てる責任と能力があると伝えてください。「後輩を育てなくて」と思うことで彼女たちの役割が明確になってきます。男女共同参画とは若い人を男女ともにプロフェッショナルとしてうまく育てるかに尽きると思いません。それは、日本がこの60年の成功体験をしぼし忘れて、新たな日本の活力を生むための大きな挑戦の1つではないかと思っています。



(文責：岡山県医師会 理事 神崎 寛子)

第11回 Doctor's Career Café in OKAYAMA 第4回 D+Muscat 白癬菌との30年のつきあいから学んだこと

揖斐総合病院 皮膚科 藤広 満智子 先生

岡山大学医療人キャリアセンターMUSCATの復職支援枠の女性医師を中心に県医師会と協力して「D+Muscat」という託児つきの皮膚科勉強会を、年に数回行っています。この会では、勉強会と働く女性の意見交換会やメンターの講演をセットで開催しています。

D+Muscatでは、これまでに血管炎、病理などの勉強会を行ってききましたが、2013年10月26日揖斐総合病院皮膚科 藤広満智子先生をお招きして、真菌についての勉強会を開催しました。その内容について簡単に紹介します。

よく患者さんから言われる「病院のスリッパで水虫がうつりました」は実際にはどうなのか？という疑問をきっかけに、約300例（足白癬患者183例、コントロール102例）について検討されたお話を伺いました。清潔なスリッパを素足で10分間履いてもらい、足底が接する全面からセロテープで検体を採取し培養したところ、足白癬患者が使用したスリッパの65%から白癬菌が分離され、Trichophyton rubrum（以下TR）が74例、Trichophyton mentagrophytes（以下TM）が51例の結果でした。実際の足白癬の原因菌は、TRとTMが2：1程度とされており、上記の結果はそれに矛盾しない菌の散布結果と考えられます。しかし、病院スリッパや床などの環境から分離される白癬菌は、TMが大部分を占めることがわかっており、なぜ一致しないのかという疑問が生まれました。生体外の角質での菌の生存期間はTR 7ヶ月、TM 9ヶ月程度であることが報告されていますが、気中菌糸を角質のないシャーレで観察したところTRが20日以内に死滅する一方でTMは80日（長いものは140日）も生存し、環境中からはTMが多く分離される理由が明らかにされました。また、足白癬患者の65%が10分という短時間で白癬菌を環境へ散布しており、角化型より趾間型や小水疱型が、臨床的には浸軟が見られる多汗を伴う足白癬が白癬菌を散布しやすいということがわかりました。

白癬菌の培養指摘温度は24℃と低く、糖尿病やASOの足など循環不全の環境を好むそうです。また、JAPAN FOOT WEEKによる白癬の有病率は、ロシア90%、日本40%、東南アジア10%であり、温度ではなく湿度を反映した結果でした。

他に、夏になると寝たきり患者さんの背中に体部白癬が出てくる症例を多く経験し、シーツにいるTMが湿度の高い環境で増えるためと考え、予防に週2回程度足に（手の爪白癬があればそれも）抗真菌薬を外用することで、夏の体部白癬が予防できたそうで、試してみたいと思うお話でした。

また、夫婦が足白癬と足白癬でない組み合わせで結婚した場合、すぐに感染する人もいれば何十年も感染しない人もいることから、どのように感染するのかについても検討され、足ふきマットを替える・干すなどは有意差がなく、意識して趾間を洗っている人がうつりやすいという結果で、角質のバリアーが重要であることがわかりました。

足白癬ひとつでも探究すればいかに奥が深いかかわかる大変興味深いご講演で、楽しそうに生き生きと話される先生の姿が印象的でした。



(文責：岡山大学病院 皮膚科 深松 紘子 先生)

第12回 Doctor's Career Café in OKAYAMA

第10回岡山ビジョンナ会講演会

平成26年1月11日 ⊕ 無事終了いたしました。

■ 特別講演 I

「眼形成疾患の基本」～子持ち女医が仕事を続けていくために～
北海道大学大学院医学研究科眼科学分野 助教 野田 実香 先生

■ 特別講演 II

「子どもたちに夢を！晴れの国・岡山からJリーグへ！」
株式会社ファジアーノ岡山スポーツクラブ 代表取締役 木村 正明 先生

第13回 Doctor's Career Café in OKAYAMA

「第5回 D+Muscat」

●日時：平成26年4月19日 ⊕ 17:00～19:00

●場所：岡山ワシントンプラザ 11階

●プログラム：

■ Session 1

「寛解を目指すアトピー性皮膚炎の外用療法

How to “tight control”

大阪府立呼吸器・アレルギー医療センター 皮膚科主任部長 片岡 葉子 先生

■ Session 2

「D+Muscat Discussion」

Part 1 トピックス

Part 2 病診連携のために

！ 保育施設情報 リニューアルしました
http://www.okayama.med.or.jp/shisetsu_search.php



社会保険医療担当者
集団指導
(岡山県医師会
中国四国厚生局
岡山県)

特別講演
「医療の倫理」
栗屋 剛教授
(岡山大学生命倫理学)

iPad mini が当たる
大じゃんけん大会
NPO 法人岡山医師研修支援機構

2014.4.3 THU 15:00- WELCOME 研修医の会 ホテルグランヴィア岡山 フェニックス

オリエンテーションプログラム

「社会保険医療担当者集団指導」「医療の倫理」

岡山県医師会ではNPO法人岡山医師研修支援機構と共に、岡山県内の各臨床研修指定病院で臨床研修を開始されます研修医を歓迎し、出身大学も異なり研修病院も多様な研修医の皆さんに岡山の医療人としての結びつきを持ってもらいたいという思いを込めて、船出を祝う会を企画しました。

平成26年度新臨床研修医全員の参加をお待ちしています。

岡山県医師会
NPO法人 岡山医師研修支援機構

問合せ先
岡山県医師会
岡山市中区古京町 1-1-10
Tel 086-272-3225
(担当：河原)

お知らせ

学会出席時に託児施設をご利用下さい

岡山駅前の託児施設に学会出席中の託児を特別料金でお願いしています。利用には岡山県医師会保育支援事業への申し込みと託児施設への事前予約が必要です。詳しくは岡山県医師会へお問い合わせ下さい。

岡山県医師会主催の教育講座等への出席の際の会場での無料託児は従来どおり行っております。ご利用下さい。

詳細は <http://www.okayama.med.or.jp/topcontents/joseishi/youkou.html>

■ 表紙の写真「さくら」

撮影者 川崎医科大学 第3学年 鹿毛千聡さん

編集後記

日差しが春らしくなりましたが、まだまだ寒い日が続いています。3月は旅立ちの時です。医学部を卒業して研修医として働き始める皆さん、臨床研修を終了して専門研修に入る皆さん、新しい環境でのご活躍をお祈りいたします。

「後期研修(専門研修)を始められる先生方へ」で岡山県医師会石川会長から専門科の研修に入られる皆さんへエールを送りました。先輩からのメッセージは津山中央病院外科の橋本先生です。ご自身の臨床研修医時代の思い出を書いてくださっています。今号のミニレクチャーは日本医師会生涯教育制度について山本博道理事が解説しています。カリキュラムコードを見ますと医師が絶えず意

識しておかなければならない専門職としての使命感や医療倫理など日々の研修とは違った目線でのテーマがあります。是非、研修会に参加してください。

第9回男女共同参画フォーラムからは国際医療福祉大学副学長の桃井真理子先生の特別講演からより良いキャリアを積むために本人だけでなく指導者がどうすればよいかを紹介しました。また、Doctor's Career Café in OKAYAMAの進化形ともいえるD+Muscatについて岡山大学復職支援枠を卒業して4月から常勤医として働き始める深松先生を紹介していただきました。

来年度早々には今年も岡山で臨床研修を始める皆さんの歓迎会「WELCOME 研修医の会」を開催いたします。そのほか、女性医師支援、勤務医支援の新たな活動も予定しています。新しい世界へ一歩踏み出しましょう。

(神崎)