

# Good Doctor

Compassionate Doctor & Competent Doctor

Vol. 19

2018.11.10

## contents

[特集] 平成30年度 WELCOME 研修医の会

1 先輩からのメッセージ

2 医師の職業倫理指針

岡山県での家庭医療の実践と総合診療専門医育成の現状・将来像

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](mailto:oma@po.okayama.med.or.jp)

## [特集] 平成30年度 WELCOME 研修医の会

開催日時/平成30年4月5日(木) 14:00~21:00 場所/岡山県医師会館(岡山市北区駅元町)

時間	内容	講師等
社会保険医療担当者集団指導		
14:00~16:00	中国四国厚生局、岡山県、岡山県医師会	
第一部		
16:30~16:45	開会 挨拶	(同会・連行)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 裕人氏 岡山大学病院 院長 金澤 右先生 川崎医科大学附属病院 副院長 長谷川 徹先生
16:45~17:15	ガイダンス 「医師の職業倫理指針」	岡山県医師会 副会長 清水 信義
17:15~18:15	特別講演 「岡山県での家庭医療の実践 と総合診療専門医育成の現 状・将来像」	岡山家庭医療センター 奈義・津山・湯郷ファミリークリニック 院長 松下 明先生

時間	内容	講師等
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 大じゃんけん大会2回戦 乾杯 各病院研修医あいさつ	(司会)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 理事長 糸島 達也 先生 岡山医師協同組合 理事長 内田耕三郎 先生 NPO法人岡山医師研修支援機構 理事長 糸島 達也
21:00	閉会のあいさつ	岡山県医師会 副会長 松山 正春

## 先輩からのメッセージ

津山中央病院 小児科 上田善之 先生

初期研修医の皆さん、こんにちは。私は津山中央病院で初期研修を2年間行い、今年の春から小児科後期研修医として働いています。他の病院の研修のことは知らないのですが、当院のことを書かせていただきます。当院は岡山県の県北に位置しており、周りに大きい総合病院がありません。そして、重症の患者さんはまず当院に運ばれてくるため、初期研修医が初期対応をし、そのあと担当に当てられることも少なくありません。2年間通して重症患者の治療にあたるのは、僕にとってとても大きな財産となりました。初期対応時のABCの評価、バイタルの安定化、入院後の輸液・栄養・抗菌薬の使い方など様々なことを患者さんから学びました。状態が崩れることも多いため緊張感もありますが、その分得られることも大きく、当院の初期研修医の先生には4月の初めに『重症患者さんから逃げないこと』といつも伝えていきます。

初期研修の2年間を経て、学生の頃から子供を診たいという思いがあったため、後期研修では小児科を専門研修として選びました。今は週に2回自分の外来をもたせていただき、大変充実した研修をさせていただいています。忙しい時もありますが、子どもたちが笑顔

で退院するのを見るのは仕事のやりがいを感じる瞬間でもあり、次また頑張ろうと思えます。小児科医は臓器にこだわらず、子供の全身を診るのが特徴でもあるので、将来の進む科が絞れない人や欲張りな人は小児科を選ぶのをおすすめします(笑)。

これから後期研修病院を探す予定の方は、病院ごとに特色があるため自分にあった病院を選んでください。症例数が多い病院、院内勉強会が多い病院、指導体制がしっかりしている病院など様々です。皆様が実りのある研修を送ることができるよう願っています。



# 医師の職業倫理指針

岡山県医師会 副会長 清水信義先生

医師や弁護士等プロフェッショナルな職業には、職業の倫理指針というものがああります。医師としての倫理指針は仕事の内容などを規定する医師法、病院や組織などについての医療法があり、その上に、倫理的な指針、法律ではないが法律以上に守らなければならないもの、これが職業の倫理指針です。



医療というのは医学というサイエンスが基本ですが、その上にもう一つ、精神や心のアートが入らないと医療として成り立ちません。ぜひ、サイエンスとアートを頭に置きながら医療をしてください。

日本医師会は平成28年に医師の職業倫理指針を定め、医の倫理綱領として「医学および医療は、病める人の治療はもとより、人びとの健康の維持もしくは増進を図るもので、医師は責任の重大性を認識し、人類愛を基にすべての人に奉仕するものである。」を掲げています。医師は常に医学の知識と技術の習得に努め、医学の発展につくし、職業の尊厳と責任を自覚し人格を高め、患者さんの人格を尊重しなければなりません。医師の基本的責務として、自分の考えだけではなく、確かな科学的根拠に基づいた医療を行ってください。そして、生涯にわたり研究心をもって診療にあたられることを希望します。

ヘルシンキ宣言の基本原則の中に「インフォームドコンセント(IC)取得の必要」があります。日常的に治療をする時、大きく治療方針が変わる時など、それぞれにICが必要です。ICは、患者の権利を尊重するために欠かすことはできません。また、カルテはしっかり記録し、保存することが大切です。

医師が診療の過程で取得する個人情報についての守秘義務は、非常に厳格なものです。院内でのPCの取り扱いには十分注意し、自分のPCとの使い分けをしてください。

カナダに内科学分野を開いたウィリアム・オスラーという医師がいました。オスラーの著書に「平静の心」という医療や医師のことを非常に良く書いた本があります。私はこの本を医師になったときから読んでおり、これ以上の本を今まで読んだことがありません。「沈着な姿勢、これに勝る資質はありえない。生まれつき持たない者も、経験と知識で身につけることができる。」「平静の心を持って、平静の心は若いときには難しいが、必要である。知識は得られるが、叡智を得るには時間がかかる。」「最悪の事態に陥っても、顔に笑みを浮かべて理想を曲げずに。」と書かれています。時間をかけてもこういった気持ちを養ってほしいと思います。

オスラーが理想とするものとして、第一にその日の仕事を精一杯やり、明日については煩わない。第二に力の限り患者に、己の欲することを施せ。第三にたとえ成功しても謙虚な心を持ち、悲しみの日にも勇気を持つ平静の心を培う、を挙げています。

また、仕事やプライベートでなんでも相談できる職場の先輩を見つけることが大切です。今なら何を聞いても大丈夫です。親切に教えてくれる先輩、少し厳しいメンターを作りましょう。

皆さんが注意しておくべきことのひとつとして、2年半前に発足した医療事故調査制度があります。この制度では、医療に起因した死亡と、管理者が予期しなかった死亡、この2つが重なったときに、これを医療事故として報告しなければなりません。過誤の有無に関係なく、当該医療機関が事故かどうか判断し、事故ならばセンターに報告、院内で事故調査委員会を行い報告書を作成し、センターに提出します。報告書に問題点があり、遺族や医療機関から依頼があれば当該医療機関から離れた医療事故調査センターが再調査します。今は、年間約300件の報告があります。

皆さんは、今日から臨床の医師として出発されます。是非、地域の医療

に貢献し良い医師になってください。まだまだ、自分だけではロケットのように上っていく力はありません。先輩たちが培ってきた推進力という背中に乗って一緒に出発することになります。岡山県医師会、岡山県医療界として皆さんの活躍を期待しています。

## 岡山県での家庭医療の実践と総合診療専門医育成の現状・将来像

岡山家庭医療センター 奈義・津山・湯郷ファミリークリニック  
松下 明先生

私は、無医村の医者になりたくて医学部に入りましたが、当時はそれを目指す専門科が日本にはありませんでした。しかし、図書館で出会った「プライマリ・ケア」という家庭医療の教科書に思い描く医師像があり、それを目指してみようと思い、自分の医者人生が始まりました。



川崎医科大学で初期と後期の研修を行い、6年目からアメリカのミシガン州で3年間、家庭医療の研修を行いました。研修では、いろんな科をローテーションしたり、指導医のもとクリニックで外来を行ったりしました。この3年間で、0歳から100歳までの健康問題に向き合うことで、その9割にきちんと対応し、残りの1割の紹介を適切に行うこと、また科をローテーションすることで急性期、慢性期、終末期

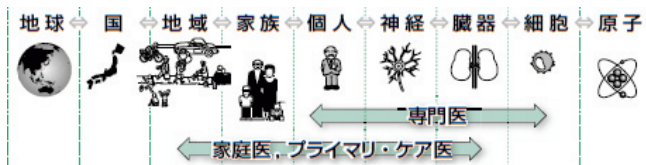


のケアを学ぶと同時に、クリニック外来で家族単位でのかかりつけ医としての自覚を持つことができました。さらに、ビデオビューやロールプレイを行い、患者や家族や地域の多職種に対するコミュニケーションを実践し、家族志向のケアの中で「家族の木」(患者本人が背中にいろんな人を背負っている)をイメージした診療を行うことを学びました。

▲「家族の木」  
参考文献：家族志向のプライマリ・ケア  
松下明（監訳）丸善 2006

帰国後、岡山県北部の奈義町で診療を始めまし

た。平成13年からは、後期研修医をクリニックで診療所研修のみ受け入れていました。次第に研修後も残られる先生が増え、平成18年から3つのクリニック(奈義・津山・湯郷ファミリークリニック)、日本原病院、津山中央病院と連携した3年間の家庭医療後期研修プログラムを開始し、平成26年から岡山大学GIMセンターと連携し、岡山県全域の家庭医のプログラムを開始しました。平成30年からは日本専門医機構の総合診療専門医制度が始まり、総合診療専門医コースに変わってきています。奈義・津山・美作エリアで完結するAコース、岡山県全域をカバーするBコースがあり、毎年10名を受け入れられる大きなプログラムで、今



▲研修医イマイチ先生の成長日誌  
行動科学で学ぶメディカルインタビュー 医学書院HPより



年度はAコースが3名、Bコースが1名からスタートしています。

18年間、同じ地域で診ていますが、実際地域の現場は変化し、認知症の方、高齢独居、高齢者夫婦世帯が増加してきています。「やるき在宅」だけでなく、入院短縮させられ家で看る「消極的在宅」が増えてきて、そのような人達と在宅をどう頑張るかが課題となっています。発達障害者や不登校も増えて、保護者も心理的に余裕がなく、地域の経済状況に問題を抱える中で、どうやって医療を継続していくかも問題になってきています。家族パワーや地域パワーが落ちている中で解決策案として、グループで在宅診療を行える家庭医(総合診療専門医)の育成、家族志向のケアの方法論をプライマリ・ケアの全職種に広めること、地域住民の力を引き出せる方法を学ぶこと、認知症/老々介護、発達障害者を支える社会システム作り、地域を支える様々な職種に必要な教育システ

ム整備などが挙げられます。

国がいう地域包括ケアシステムモデルは、高齢者等が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けられるよう、住まいを中心に介護、医療、予防、支援が一体的に提供される構造で、これをどう成り立たせるか、そのために医療がもう少し頑張らないといけないのが今の現状です。

総合診療専門医は、「扱う問題の広さと多様性」が特徴で、日常的に頻度の高い疾病・傷害に対応しつつ、地域によって異なる医療ニーズに的確に対応出来る「地域を診る医師」です。多職種と連携し、包括的で多様な医療サービスを提供し、地域の予防医療・健康増進活動等を通して地域全体の健康向上に貢献できます。今後、総合診療専門医のニーズは大きくなっていくと思いますので、専門の選択肢の一つとして考えてみていただきたいです。

## 研修医の皆さんからのメッセージ

### Apple Watchのある生活

岡山赤十字病院 初期臨床研修医 池田大輔先生

自分がApple Watchを使用するようになるとは、正直なところ全く想像していませんでした。私はかなりアナログな人間であり、iPhoneを使用している以上何もないlightなAppleユーザーで、時計に時間を測る以外の要素を求めていなかったからです。しかし、医師会での抽選会で偶然にもApple Watchを獲得してから、大仰に聞こえるかもしれませんが、世界が変わったように感じます。

まず一つには、電子決済サービスである「Quick Pay」が非常に便利である、ということです。大学を卒業するまでは、旅行の決済など大型出費以外でカード払いをすることは減多になかったのですが、Apple Watchをかざすだけで支払いができるようになったため、その利便性から自然とキャッシュレスの生活に移行できました。生活感の溢れる話にはなりますが、現金払いよりもカード払いの方がポイントなど明らかに得であり、iPhoneの財務アプリと連携しているため、自動的に家計簿をつけられます。忙しい研修医生活の中では、無駄な時間をいかに減らせるかが重要であり、Apple Watchは一役も二役も買っているように思います。

さらに、ヘルスケア機能にも大変助けられています。Apple Watch

には周知の通り、心拍測定機能や、1日のWork out目標を自動で設定してくれる機能があります。中々運動するのが億劫になる今日この頃に視覚的に消費カロリーや歩数を実感できると、やはりモチベーションの上がり方が違います。

他にも紹介したい機能はまだありますが、今回は割愛させていただきます。Apple Watchを使いだしてから一番感じていることは、世界の技術は自分の想像以上のスピードで進化しており、「自分はそういうことには疎いから。」と理解を諦めるには勿体なさ過ぎる、ということです。私はかなり保守的な人間と自覚しているので、技術のbreak throughに取り残されないよう、人一倍意識する必要があると感じています。

最後に、このような目からウロコの経験をさせて頂いた、岡山県医師会の関係者の皆様に厚く御礼申し上げます。この度は誠にありがとうございました。



### 研修医生活とApple Watch

岡山赤十字病院 初期臨床研修医 池町涼介先生

4月から研修医生活が始まり、はや半年がたちました。毎日分らないことが出てくる日々が続いていますが、ひとつひとつ真剣に解消していきながら、必死で研修を積んでおります。時に、成長しているのかなと不安になる時もありますが、そういう時には同期や先輩方に相談して、前向きに気持ちを繋げています。幸いながら、まだまだ心は折れずに保っております。

さて、ジャンケン大会で頂いたApple Watchですが、なにぶん機械



▲毎年恒例の大ジャンケン大会

に不慣れなもので、研修医生活と同じで、新しい発見ばかりです。この間は、心拍数が測れる機能を見付けました。緊張している際には、すぐに心拍数を計測し、100bpm以下であることを確認し、大丈夫だと言い聞かせております。また、指示を出さずとも、一日の歩数や歩行距離なども記録してくれています。社会人になり、食生活が乱れ、腹の肉が重なりだした私にとっては、運動量を意識する良いきっかけになっております。使っていないアプリはまだまだありますので、未知の世界が広がっていると思うとワクワクもします。

もう半年もすれば、新しい研修医が後輩として入ってきます。いつまでもヒヨコではいられません。医師である自覚をもって、同期達と切磋琢磨しながら、日々成長していきたいと思っております。医療とアップル、どちらも新米であった私が、両者を極めていく様子を温かく見守って下さい。また、至らない事があれば、是非、厳しくご指導を宜しくお願い致します。



## ちょうどいいサイズのiPad mini

岡山赤十字病院 初期臨床研修医 河内 大先生

研修が始まる前から、できるだけ紙媒体ではなく電子機器で勉強したり、書類をまとめたりしたいと思っていました。使っていたiPhoneでもできないことはありませんでしたが、4.7インチの画面では教科書や論文を読むのに快適とはいきにくいです。iPad miniのサイズは白衣のポケットに入るギリギリのサイズで、携帯できるタブレットの中では最も快適に文書を読むことができます。近頃ではdynamedやup to dateを病院で採用し、研修医が無料で使用できる事が多く、岡山赤十字病院ではdynamedが無料使用できるので、抄読会のときや最新の情報を手早く調べたいときに非常に重宝します。またこれはみなさん経験があることと思いますが、タブレット等で勉強していると、インストールしているYouTubeやamazonといったアプリを見てしまい集中力が削がれてしまうことがあります。

岡山県医師会から頂いたiPad miniには勉強や医学に関するアプリのみインストールしているので、その心配はありません。病棟ですばやく調べ物をするときも、iPhoneで済ますよりも周囲の目も憚らずにすみます。病院で用いるのにすべてがちょうどいいサイズ感のiPad mini。前々からほしいと思っていたこの便利なタブレットをじゃんけん大会で勝ち取ることができ、企画していただいた岡山県医師会の方には感謝に尽きます。これからもiPad miniを使って一人前の医師になれるように研修を頑張りたいと思います。



Doctor's Career 第31回  
Café in OKAYAMA D + Muscat

平成30年4月14日  
無事終了いたしました。

### 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

### 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.19号をお届けいたします。

今号は、4月に開催しました「WELCOME研修医の会」の特集です。岡山県医師会清水副会長のガイダンス「医師の職業倫理指針」の後、岡山家庭医療センター 奈義・津山・湯郷ファミリークリニック院長 松下 明先生が「岡山県での家庭医療の実践と総合診療専門医育成の現状・将来像」をご講演くださいました。

先日、平成31年度の初期研修マッチング結果が発表されました。研修医の皆さんは1年前、2年前を思い出されていることでしょうか。また、先日から専攻医の登録も始まっています。2年目の皆さんは希望のプログラムにエントリーできたでしょうか。しっかり学んで、岡山でより良

い医療を提供する「Good Doctor」になってください。先輩からのメッセージは津山中央病院小児科の上田善之先生からです。先生からのメッセージは「重症患者から逃げないこと」です。重症患者の治療にあたれたことは大きな財産だと言われています。

医師会では日本医師会医師賠償責任保険、日本医師会医師年金、岡山県医師国民健康保険など皆様の生涯に関わるサポート事業を展開しています。日本医師会医師賠償責任保険は研修医や30歳以下の勤務医の先生方の保険料が引き下げられました。医療事故は関係ないとは思わず「転ばぬ先の杖」ですので、医師会への入会（研修医の会費は無料です）とともに検討してください。



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/