

にいがた
勤務医ニュース
発行所
新潟県医師会
新潟市中央区医学町通2-13
TEL 025(223)6381

ご卒業おめでとう 老医師からのアドバイス

新潟県医師会 会長 堂前 洋一郎



皆様、ご卒業おめでとうございます。この6年間のご努力に対し、敬意を表します。また、保護者の皆様におかれましては、長い間のご支援に対し、敬意を表します。皆様にとって卒業は一つの目標であったかもしれませんが、最終目標ではありません。一人前の医師になる一つの過程と捉えてください。これから新たな出発です。

門出に当たり、40年間整形外科をやってきた老医師から「いかに手術手技を習得してきたか」の経験談を話して、皆様へのアドバイスと致します。

卒業おめでとう



ご卒業おめでとう ご卒業おめでとうございます

木戸病院 院長 佐藤 秀一

ご卒業おめでとう。6年にわたる勉学の後、無事に卒業を迎えられたことを心よりお祝い申し上げます。そして、更にこれから医学の研鑽を積み重ねていく事を期待しています。

私の医師としての経験が、これからの皆さんの人生に少しでも参考になればと思います。書き綴って健康である事です。患者さんや診察、治療するために、主治医は健康であることが重要です。体の健康のみならず、心も健全であることも必要だと思えます。ご自身の体調管理には常に気を付けていただきたくです。医師の仕事はその時だけで終わるのではなく、長期間続く事を常に考えながら、ご自身の体調管理をしてください。

今後、皆さんが選択する分野に関して、自分にとって興味がある

あり楽しい事が見つけれると良いと思います。私自身は機械がとても好きで、学生時代はコンピュータのプログラミンやパソコンの自作をやっていました。現在でも、据え置き型のパソコンは自作して仕事に使っています。研修していた当時は、内視鏡や腹部血管撮影装置に大変興味がありました。そういった理由もあり、生涯の仕事として消化器内科を選択しました。院長になった現在でも、一日の仕事の中で最も集中し落ち着いて出来る事は、自分にとっては内視鏡検査です。研修医当時に興味があった事は、現在に至るまでその気持ちが続き、仕事に対するモチベーションとなつていきます。そしてまた、自分の専門分野以外の多くの物事に、幅広く興味を持つ事も必要だと思います。好奇心旺盛な

心は、多くの思考回路を形成し、幅広い知識は自身の行動を適切な方向に導く助けとなります。次に、医療の現場では常にチームワークが重要です。看護師、薬剤師などいろいろな職種の人たちの協力で初めて、医療行為が可能になります。それぞれの職種間でコミュニケーションをうまく取り、スムーズな業務を行う事が重要です。また、強固なチームワークは、安全な医療の実現のためにもとても大切です。チームプレーがうまくいかない時は、医療事故などが起こる可能性が高くなります。お互いの信頼関係の中に、安心安全な医療が実現できる事を、常に心しておく必要があります。

更に現在は、皆さんもご存じの通り、地域医療構想の実現に向けて、様々な準備が進められています。今後の人口減少、そ

して高齢者の増加による疾病割合の変化に対して、医療資源の効率的・効率的な活用を目指した改革が進められています。それらを実現するために、個々の医療機関の機能や役割の見直し、それぞれの地域で必要な医療の需要に対応できる体制、つまり地域として求められる医療を実現する体制を、構築しようとしています。そして、質の高い専門的医療から回復期・慢性期医療及び在宅医療まで、医療機関の相互連携により切れ目なく幅広い医療サービスを提供する事も目指しています。

「地域医療構想」と同時に「医師の働き方改革」の実現も準備が進められています。今までの医療の現場は、一部職員の長時間労働により支えられてきた、という現実があります。それに対して、人口減少とそれによって生

じた労働力の減少などに対応する為、勤務条件などを工夫し、状況に応じた職場環境の提供を実現しようとしています。つまり、一部スタッフの長時間労働を解消し、更に限られた労働力を最大限に活用する事を目的とした改革が進められています。働く意欲のある医療従事者にとって、多くの選択肢が用意される、働きやすい環境が整備される、と考えています。現在はまだ、今後の医療機関の変化を予想しにくい部分が多いかと思えます。

しかし、変化を前向きに捉えて、自身の進路を決定していく必要があると思います。最後に、私自身は、医療を通して人を幸せにする事が、医師の最も大切な役割と感じています。患者さんや家族が幸せになり、それに貢献出来た自分も幸せを感じる事が出来ます。そして、そこから更なる責任感とモチベーションが生まれると感じています。今後の皆さんの活躍を期待しています。

上司は必ず執刀医とさせてくれず。見るのと自分で行うこととは大違いと気づくでしょう。うまくいかなかったときはどこに原因があったのかを考えて、その対処法を考慮します。これも引き出しの一つです。この引き出しを多く持つ外科医は手術がうまいと言われています。また、手術を多く行っていると、必ず壁にぶつかることがあります。どうやってもうまくできない壁は乗り越えようか、このようにときは原点に返ることが必要です。原点に返るとは、今一度文献を読み返すなどの知識を入れることや、特にその手術の開発者の手術見学などが考えられます。必ずや解決策が見つかるはずですが、この解決策も引き出しの一つとなります。この壁を乗り越えることが手術手技を大きく伸ばすことになるのです。

③次の段階は人に教えることです。人に教えることで飛躍的に技術が向上します。それは人に手術を教えるには、術者より数歩先にいかなければならぬからです。また、ここをどのようにつら合併症が起きるかなど、あらゆる推測が必要となつてきます。これも引き出しの一つになります。

数年前に、ハンマー投げの室伏広治氏の講演を聞いたことがあります。彼は2004年アテネオリンピックのハンマー投げ

で金メダルに輝いた方で、現在はスポーツ庁の長官です。彼の父は室伏重信といってアジアの鉄人と言われ長い間ハンマー投げの日本記録を持っていました。1998年室伏広治がその記録を破り日本記録を塗り替えたとき、「指導者である父親を乗り越えたのでは？」との質問に対し、「記録は乗り越えたかもしれないが、自分の記録を超える選手を育成できたときに初めて乗り越えたといえる」とのコメントをしたと話を聞いていました。自分よりうまい術者を育成すること、手術を教えたと言えただけで、手術を教えたと言えただけで通じるでしょう。

④最後に外科医の宿命としていつメスを置くかという最終命題があります。得てして外科医は自分の腕を過信してまだやれると思つている方が多くいます。いつまでも老医がはびこっているのは迷惑です。私は自分より弟子の手術がうまいと思つたとき、予期せぬ合併症が2例続いたときと決めてやってきました。今ではもう自分で執刀することはありませんが、手術の助手として参加しており、また別の見方で手術を楽しんでいます。

以上、手術をどのように学んだかの経験談をお話させていただきました。少しでも参考になったでしょうか。君たちの未来は輝いています。期待しています。

多の難関をくぐり抜け、学生生活の最後の1年間は多くの制約のもとで過ごし、ようやくたどり着いたところですので、喜びもひとしおかと思えます。まず自身をねぎらうとともに、これまで支えてくれた方々へ感謝の気持ちを伝えて下さい。しかし、本番はこれからです。

ほとんどの方はこれから臨床研修を始められることと思います。現在の皆さんは医学的な知識や技術を身につけるのに最も適した状態にあります。研修でほとんどの皆さんが経験する知識や技術は、多くは知識と技術を習得して頂くための準備です。研修で可能な限り多くの知識と技術を習得して頂くことが重要です。必要なのは後で初めて分かることも多いですし、分かってからは放線線科医(画像診断医)ですが、卒業後2年間は新潟市民

病院内で内科全科、救急、集中治療、小児科、放射線科のローテーションをさせて頂きました。今から四半世紀も前のことですので、医療もそれから大きく様変わりしていますが、それでもなお当時の経験は現在の仕事に大変役立っていると感じています。皆さんも志望科に関係なく研修するすべての科で真剣に取り組むように心がけてください。

次に強調したいのは、コミュニケーションの重要性です。患者との接点が少ないとされる画像診断医が強調するのは違和感があるかも知れませんが、それだけ重要です。患者や家族とのコミュニケーションについては、他論を俟たないと思えますが、他の医師や他の職種の方々とコミュニケーションもチーム医療の土台となるものですので非常に大切です。ともに働くスタッフとは普段から良好な関係を築くように心がけていくべきです。そして、多くの指導医との出会いがあります。技術指導はもちろんのこと、患者や家族との接し方、忙しい状況での仕事のこなし方、自己研鑽の方法、等々あらゆる事が参考になると思えます。さらに後輩にも目を向けてください。研修医は医学生にとって一番身近なお手本であり、相談役です。ついでこの間まで逆の立場にいたのだから、ぜひ聞いてほしいものと思えます。そして、専攻医になつたら研修医の指導にもあたってください。専門医以外には指導資格がない、

なんてことはありません。困つたら上級医に相談すれば良いのです。理解が曖昧なままだと人にものを教えることはできませんので、改めて確認することでも自分自身のためにもなります。一人の医師が診ることのできる患者には限りがありますので、様々な行為を通じて貢献の幅を広げていくべきです。

最後にお伝えしたいことは、医療はこの先もどんどん変化していく、ということ。日本では今後高齢化がさらに進んだあとで人口が減少に転じると予測されています。それに伴い医療のニーズもダイナミックに変化していくことが予想されています。さらには人工知能の発達によつても医療は変化していくでしょう。何科に進んでも人工知能のために仕事がなくなるようなことは無いでしょうが、仕事の内容ややり方は変わっていくことは予想されます。そして10年前の震災・原発事故やこの度のパンデミックに代表されるように、突然の大きな変化によつて医療が大混乱に陥る可能性も想定しておかなければなりません。医師を続けていく上では、緩急大小様々な変化に対応できる柔軟性を兼ね備えておくことが重要です。

お伝えしたいことは他にもたくさんありますが、最終的には自ら課題を見つけて解決に取り組む姿勢が必要になってきますので、それに期待したいと思います。うまくいかなければ凹み込まないように、凹み込まないで、困難な状況に遭遇しても慌てずに乗り越えていくべきです。今後皆さんがそれぞれの目標に向かって逞しく歩んでいられるように願っています。



新潟大学大学院医歯学総合研究科放射線医学分野 教授 石川 浩志

これから医師として 歩み始める皆さんへ

ご卒業おめでとうございます。医師になることを志してから長きに渡って幾多の難関をくぐり抜け、学生生活の最後の1年間は多くの制約のもとで過ごし、ようやくたどり着いたところですので、喜びもひとしおかと思えます。まず自身をねぎらうとともに、これまで支えてくれた方々へ感謝の気持ちを伝えて下さい。しかし、本番はこれからです。

ほとんどの方はこれから臨床研修を始められることと思います。現在の皆さんは医学的な知識や技術を身につけるのに最も適した状態にあります。研修でほとんどの皆さんが経験する知識や技術を習得して頂くための準備です。必要なのは後で初めて分かることも多いですし、分かってからは放線線科医(画像診断医)ですが、卒業後2年間は新潟市民

病院内で内科全科、救急、集中治療、小児科、放射線科のローテーションをさせて頂きました。今から四半世紀も前のことですので、医療もそれから大きく様変わりしていますが、それでもなお当時の経験は現在の仕事に大変役立っていると感じています。皆さんも志望科に関係なく研修するすべての科で真剣に取り組むように心がけてください。

次に強調したいのは、コミュニケーションの重要性です。患者との接点が少ないとされる画像診断医が強調するのは違和感があるかも知れませんが、それだけ重要です。患者や家族とのコミュニケーションについては、他論を俟たないと思えますが、他の医師や他の職種の方々とコミュニケーションもチーム医療の土台となるものですので非常に大切です。ともに働くスタッフとは普段から良好な関係を築くように心がけていくべきです。そして、多くの指導医との出会いがあります。技術指導はもちろんのこと、患者や家族との接し方、忙しい状況での仕事のこなし方、自己研鑽の方法、等々あらゆる事が参考になると思えます。さらに後輩にも目を向けてください。研修医は医学生にとって一番身近なお手本であり、相談役です。ついでこの間まで逆の立場にいたのだから、ぜひ聞いてほしいものと思えます。そして、専攻医になつたら研修医の指導にもあたってください。専門医以外には指導資格がない、

卒業おめでとう

新潟県立中央病院 整形外科 山田政彦
(平成26年卒)



ご卒業おめでとうございます。新型コロナウイルス感染症拡大の中、学生生活最後の年を送った皆様には、大きな戸惑いがあったかと思いますが、その中で国家試験、本当にお疲れ様でした。6年間という長い学生生活を終え、この4月から医師として活躍される皆様にメッセージを送らせていただきます。

私は医師7年目、整形外科医の山田政彦と申します。研修医を終え、専門分野で少し働いたところから感じていることを書かせていただきます。医師として働いて思うことは、コミュニケーションの必要性で

卒業おめでとう

新潟大学大学院医歯総合研究科 消化器内科学分野 石川夏生
(平成29年卒)

令和2年度は新型コロナウイルス感染症拡大の影響が色濃く、新初期研修医となるみなさんにとっても制限が多く、苦勞の多い1年だったのではないかと拝察します。そのような情勢の中、でも努力を重ねられ、医師としてのスタート地点に立たれたみなさんに心からお祝い申し上げます。この度は機会を頂きましたので、ほんの少しみなさんより先に医師として働き始めています。この度は機会を頂きまして、先にご挨拶させていただきます。

① 健康に気をつけること

医師の職務は国民の健康な生活を確保することです。そして、医師自身の健康もまた、保たれるべきものです。初期研修医は、新たな土地で初めて仕事をし、

② 人に聞くこと

働き始めると、カルテの使い方など業務上のことや、患者さんの評価や治療方針など診療上のできる場が多々あるでしょう。みなさんは、医師と

初期研修を通して

新潟市民病院 研修医 石井翔太
(平成31年卒)



卒業生の皆様、ご卒業おめでとうございます。皆様におかれましては、国家試験を戦い抜いた達成感と、これから始まる医師としての日々が大いなる期待を寄せていることと存じます。今年度は、新型コロナウイルス感染症の流行の最中、このような状況下で国試の勉強をまとめ上げることが、

試験を戦い抜いた達成感と、これから始まる医師としての日々が大いなる期待を寄せていることと存じます。今年度は、新型コロナウイルス感染症の流行の最中、このような状況下で国試の勉強をまとめ上げることが、さぞ大変であったかと思いますが、臨床研修を開始するまで残された期間は、どうぞゆつくり羽を

卒業おめでとう

厚生連長岡中央総合病院 研修医 末森理美
(令和2年卒)



卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。卒業試験や国家試験お疲れ様でした。4月から社会人となり、新しい世界で生活していくことに期待や不安を抱いていると思います。必ず良い指導医や気の合う同期に巡り合えます。私もみなさんと一緒に働けることを楽しみにしています。今回は、私が研修医として普段心がけていることを二つお伝えします。

一つ目は一人の患者さんを見ながら診療しているという意識を少しずつ学んでいってください。皆様の医師としての第一歩、初期研修の日々が実り多いものとなり、日々を祈念いたします。

二つ目は自分だったらどうするか考えて研修をすることです。ローテーションする科やその時の状況にもよりますが、研修医が主体となつて診療することができないこともあります。その時、何もなくても研修は終わっていきませんが、自分だったらどうするか考えてみると良い研修になると思います。研修医の間、責任は問われませんが、3年目からは自分が主治医として働き、担当患者さんに何かあった時は自分の責任となります。その時に向けて、今のうちから考えて研修しましょう。検査オーダーの入れ方や治療薬の選択など先生方それぞれの考え方があり、自分だけの考え方を学べるのは研修医の特権だと思います。自分だったらどうするかを考え、それと先生のやり方が違えば質問して聞いてみると、その先生の考えが分かります。それを続けていけば幅広い考え方ができる良い医師になれると思います。

ことと感ずるかもしれません。しかし、いざ研修が始まると慣れによる中だるみや、自分の希望する科とは異なる分野であったりするなど、自己研鑽が疎かになってしまったといった話をよく耳にします。一度しかない研修の期間を有効に活用して有意義なものへ実らせるために、ローテーションする科ごとに最低限学びたいことの目標を定めておくことをお勧めします。希望する科とは異なる分野であったとしても、医師として働く上で知っておかねばならないこと、希望する科へ通じるものには必ずあります。ただ漫然と働くより、その科で学んでおきたいことを定めておくほうが、はるかに学習効果が高かったように感じます。

する時期がやってきます。もちろん手技の回数が多いに越したことはありません。しかし、その手技一つ一つには適応があり、行うための準備や合併症への対策、合併症が起こった際の対応など、これらのことを全て理解して初めて自分一人ですることとができるようになります。何も準備をせずに漫然と言われた通りに手技をこなすのと、自分で予め勉強してこれら全てを理解した上で行う手技とは、後者に残るものは全く違つたものとなります。こうした準備を周到に行つた一回の経験は、ただ回数を重ねているだけの経験を凌駕する効果があるものと思います。

編集後記

ご卒業・国家試験合格おめでとうございます。この勤務医ニュースは、新潟県医師会が年4回発行しており、毎年3月では卒業生にむけて、先輩医師からのメッセージを載せています。例年多くの先輩方は、自分の体験談の他、コミュニケーションの重要性を説いています。医師会や病院内など、人とのつながりを多くすることは、知識が増え、多方向からの見方が理解でき、自分の可能性を広げることにつながります。研修医時代は学ぶことも多く、忙しく、周囲のレベルとの比較で焦ることもありますが、無理しない程度に頑張つていただきたいと思います。先を読もうと努力し、今やるべきことに集中すれば、おのずと道は開けます。皆さんの活躍を期待しています。
(伊藤)