

僕の生い立ち

諏訪赤十字病院
研修医 井出翔吾

大学生活

1、2、3年生

- 夢の医学生ということで、無駄にモチベーションは高かった。
- 部活に参加し、大学生のノリを少し覚える。
- アルバイトを始め、社会の厳しさを学ぶ。
- ドライブの楽しさを知る。

大学生活

- 4年生：幹部学年に（主務という名の雑用）。練習にいそしむ。引退後やっと勉強を本格的にがんばり始める。冬にCBTあり、無事合格。
- 5年生：実習が始まる。初めての病棟は緊張しつつも楽しむ。
- 6年生：国試勉強に明け暮れる。図書館の住人となり、朝から晩まで。時にはドライブ行ったり、バイトしたり友達とご飯食べたりして気分転換もしっかり。

国試まで

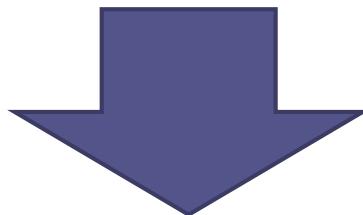
- TECOMとったが、びびってQBも全て買う。
- 最終的にはビデオ3周、QBオンラインほぼ1周し、△×は何度も、公衆衛生は△×も含めて5周くらいやった。
- 模試も全て受けたが、果たして意味はあったか・・・
- 直前講座もとった。まあ精神安定剤のような感じか。あんまり頭に入らなかつたし・・・

国試本番

- 前日：緊張の為か頭痛に。これはやばいかもとさらに焦る。直前講座も頭に入らず・・・
- 1日目：Cブロック壊滅。自己採点はしない主義であったが、友達が見るに見かねて誘ってくれた。案外悪くなさそうと思い持ちこたえた。
- 2日目：ブロック終わるたびに採点。モチベーション維持に努める。
- 3日目：最終ブロック長すぎ。なんとか終わる。

国試を終えて

- どんなに勉強しても、分からぬ所は必ずある。
- そして、迷ったところは大体みんなも迷っている。



- 終わったところは悩んでも仕方がない。「間違えたわ～笑」くらいの方が精神衛生上良い。
- 友達との会話は大事！何気ない会話の内容が結構本番出たりする。
- よく寝ましょう！

解放された



たすきか市中か

- 信州大学附属病院とのたすき掛けと、市中病院2年間のどちらかにするかすごく迷った。

市中病院（諏訪日赤）

455床

大学よりは少ない
多くはない（～10人）

平均以上

Common disease

救急が充実

指導・教育に熱心

病院内の風通しが良い

規模

科

研修医の数

給料

研修内容

その他

大学病院（信大）

707床

大体の科は揃っている
多い（30人～）

多くはない

Academic

最先端の治療

指導医の数が充実

たすきがけをすると、市中と大学の良いとこどり

たすきか市中か

- 将来、信大のどこかの科に入局するつもりではあった。
- 住めば都と言うし、附属病院で1年働いても知らない科は知らないままだし、信大は他大学出身者にも優しい、ときいた。
- 確かに医局の雰囲気が分からるのは困るが、将来医師不足病院に行ったときに初期診療やcommon diseaseをみられた方が良いと思った。
- せっかく職員の方と仲良くなっても、1年で変わってしまうのはもったいないかな、とも。

市中：諏訪日赤へ

- 病院説明会や、実際の病院内の雰囲気が凄くよかったです。
- 富山大学からの先輩が結構研修先に選んでいる。
- ローテートが割としつかり決まっている。
- 研修医の数もそこそこ（8 ~10人）でちょうどいい。
- 救急での教育に力を入れている。
- 朝に勉強会がある。
- 教育研修科の非常に熱心な勧誘 笑

たすきか市中か

- 信州大学附属病院とのたすき掛けと、市中病院2年間のどちらかにするかすごく迷った。

市中病院（諏訪日赤）

455床

大学よりは少ない
多くはない（～10人）

平均以上

Common disease

救急が充実

指導・教育に熱心

病院内の風通しが良い

大学病院（信大）

707床

大体の科は揃っている
多い（30人～）

多くはない

Academic

最先端の治療

指導医の数が充実

たすきがけをすると、市中と大学の良いとこどり

実際に働いてみて：大変なところ

- 机上の勉強と、実際にやってみるのは違う。学生はやはり学生。責任感の度合いが違う。
- 「疾患→症候」ではなく「症候→疾患」
- 実際に何かしらの手技をやるのは難しい。まさに「習うより慣れろ」
- 教科書通りにはいかない、そんなに分かりやすい症例は無い
- 毎日が知らないことの連続。1学習しても10わからぬことが出てくる

実際に働いてみて：嬉しいところ

- ・自分の力で診断から治療に結び付けられた時
- ・自分の方針を認めてもらえた時
- ・患者さんからだけでなく、他の医療従事者からも「先生」と呼ばれる時（当たり前だが・・・）

大変な時もあるけど、医者になってよかったです！と
今は思える (^ - ^)

研修先は人によって考え方は様々だけど、

100点満点の研修先はない！

その代わり0点の研修先もない

何をどうふるまって成長するかは自分次第

医療従事者同士の関係性は重要！