

あなたと徳島県民医連を結ぶコミュニケーションレター

# すだち通信

2025  
春号



## CONTENTS

研修医へインタビュー  
初期研修修了報告

先輩医師からのメッセージ  
医師の心得

春の読書タイム  
おすすめ本紹介

ちょっと息抜き  
すだちDEクイズ

学生生活をサポート  
奨学金制度のご案内

発行 徳島県民主医療機関連合会  
徳島市下助任町4丁目9  
☎ 088-625-8412  
e-mail t-igakusei@kenkou-seikyou.com

# 研修を終えて

初期研修医になったばかりのころは、わからないことばかりで何もできない自分に打ちひしがれる日々が続きました。しかし、この2年間で指導医の先生方やスタッフの皆さん、そして何より患者さんから多くを学び、成長できたことを実感しています。

診療を通じて、さまざまな疾患や患者さんの生活背景が複雑に絡み合っていることを実感し、それぞれの患者さんに最適なアプローチを考えることの大切さを学びました。そのためには、多職種の皆さんと協力しながら、患者さんにとってより良い結果を目指して、相談や助け合いを繰り返すことが重要だと強く感じます。

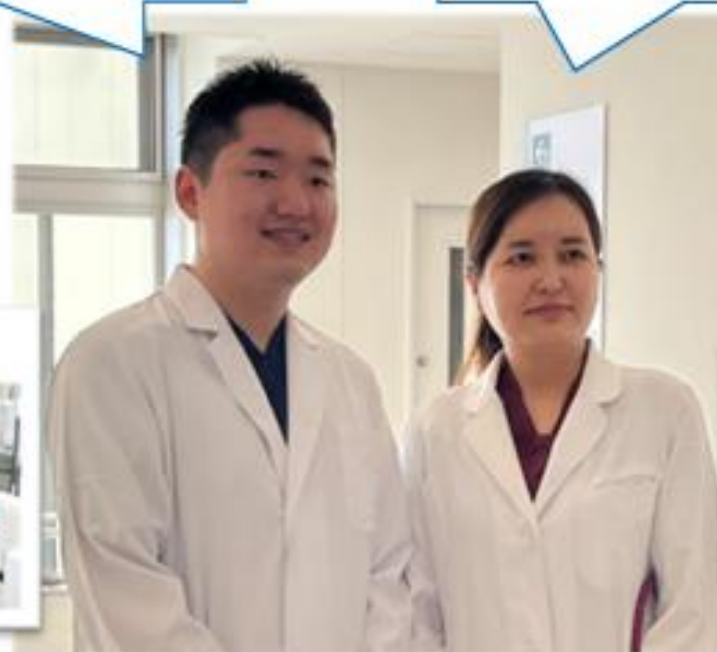
来年からは徳島健生病院で総合診療専攻医として新たな一步を踏み出しますが、これまで学んだことを活かし、さらに成長できるよう努力していきます。



全力で医療に取り組むやりがいや楽しさは疲れに勝るものであるということを実感できたのは、非常に大きな収穫でした。

いろんな科を回る中で、自分にどのような科や分野が向いているか、向いてないかに気づくこともできました。

研修を振り返り、一番印象に残っているのは、朝の合同回診で症例をプレゼンし指導医の先生からピシバシ質問されたことでしょうか。非常に勉強になりました。



# 初期研修修了しました

2年間の初期研修を終え、それぞれ専攻医としてのスタートを切りました

## 医師の道のり

医学部 6年間

教養科目/基礎医学  
臨床技能教育/臨床実習/  
国家試験

初期研修 2年間

医師として最初のステップ。  
医師としての人格の涵養と基本的  
診療能力を学ぶ研修です。2年間で  
複数の科と地域医療を学びます。

専門研修 3-5年間

初期研修修了後、専門分野を極めるための  
プログラムで専攻医として研修します。  
内科・外科・小児科などの19の基本領域に  
加えて、消化器・新生児など臓器・分野別の  
専門に分かれるサブスペシャリティがあります。

医師



# 先輩医師からのメッセージ

医学生・研修医に向けて、先輩医師からのメッセージをご紹介します。



徳島健生病院 内科・総合診療科  
古川 民夫

## 医師の心得

### I. 3つの教え

私は半世紀近く大過なく医師生活を過ごすことができました。その間に、先輩医師から「3つの教え」を伝授されました。

- ・医師になったばかりの頃、「医師は身体が資本だよ。」と一見当たり前のような「真理」を教わりました。この言葉は陰に陽になって、私の医師生活を支えてくれました。
- ・私が医師になって10年ほどがたった頃、先輩医師から「卒後10年になった医師は教科書レベルから専門書レベルの段階を目指すように」と忠告してくれました。私は専門医資格を持っていませんが、ガイドラインに基づく標準医療を心がけてきたと思います。
- ・「医師は一生勉強だ」という言葉も味わい深いモットーです。私は「生涯教育」を医師生活の中にできるだけ組み込むように努力をしています。

### II. 或る糖尿病医の心得

或る糖尿病医が次のような「心得」を説いています。異なる分野にも応用できる考え方として紹介します。

- ・ガイドラインなどに示されている「標準的な保険診療」に習熟する。low carbon dietなど極端な治療法に走らないこと。
- ・講演会や研修会に積極的に参加して、知識をアップデートする。
- ・専門書や最新の海外文献に目を通しておく。
- ・年に1回は研究成果を学会などで発表する。発表成果は海外誌に投稿して論文にする。

- ・糖尿病に合併する領域として眼科、心血管、認知症、がん診療、腎臓(腎代替療法)などの勉強を日頃からしておく。自らががん検診を行う。

### III. 総合診療医の立場

前項は臓器別の専門医志向になっています。医師の多くは開業医(かかりつけ医)です。そこで、高齢化社会の医療体制に向けて「総合診療医」の臨床技能に関して底上げが必要と考えます。

- ・徳田安春先生と志水太郎先生は「ケーススタディ」を推奨しています。医学雑誌にメディクイズの形で「ケーススタディ」が載っているので、力試しに問題を解くことで臨床技能を養います。
- ・日常診療で経験する症例を大切に、毎日頃から「省察」する習慣をつけます。問診とフィジカル検査だけで診断できないか、自問自答を繰り返しながら解答を探し求めます。

### IV. まとめ

「健康が基本」、「ガイドラインに基づく標準医療」、「一生勉強」の心得(心構え)を新しく医師になった研修医や医学生に贈ります。一般の方にも医師が日々切磋琢磨し自己研鑽を積む姿を知っていただき理解を深めることで、より良い「地域医療体制」を共に築きましょう。

## おすすめ本紹介 「本心」 平野啓一郎 著

舞台は、「自由死」が合法化された近未来の日本。最新技術を使い、生前そっくりの母を再生させた息子は、「自由死」を望んだ母の、<本心>を探ろうとする。「テクノロジーは、人の心を再現できるのか?」というコメントがちょっと気になって手に取りました(映画化もされていますが観ていません)

そもそもロボットやアバターとの会話は、そういう目的に使うというよりは、心の癒しに使うものなのでは?と考える私は、その世界のイメージが持てず、もやもやしながら登場人物の「本心」を探りながら読みました。それぞれの人の思いや行動の背景、おかれている環境とそれを生み出す社会の矛盾を追いながら、「死の自己決定」「貧困」「社会の分断」といった、現代人がこれから直面する課題を考えさせられる一冊でした。主人公が現実を受け止めていくさまに少し切なくなります、読んでみてください。



医学生担当：楠藤

## 奨学生募集！

徳島健康生活協同組合では、医学生・看護学生のみなさんの学業や学生生活を応援するために奨学金制度を設けています。

### 奨学金制度の概要

医学生	一般奨学金	100,000円/月
医学生	特別奨学金	180,000円/月
看護学生	奨学金①	40,000円/月
	奨学金②	60,000円/月

**Point!**  
年度途中の申請OK

**Point!**  
返済免除規定有り

詳しくはこちらのページ  
をご覧ください



違う学部で奨学生とも交流でき、他学部でどんなことをやっているか情報が入っておもしろい。



負担なく社会的学習ができる。いろんなところに行ける。医学生のつとみや企画があり、全国の医学部学生と交流ができる。

奨学生会議で、先輩に試験や勉強方法・大学生活の様子を聞ける。

低学年のうちから病院見学に行けて、興味のある科を見学でき、モチベーションアップになる。

奨学金だけでなく、学校生活や生活面などお金以外のサポートも受けられる。

### すだちDEクイズ(第15回)

#### 【問題】

最近(2025年1月)、先生方のQOL向上のために徳島健生病院の医局に導入されたものは何でしょう？

- 1 マッサージチェア
- 2 アロマディフューザー
- 3 カプセル式コーヒーメーカー
- 4 ウォーターサーバー
- 5 軽食自販機



答えが分かった方は、右のGoogleフォームで回答を送ってください。正解者の中から5名の方に図書カードをお送りします。



※第15回の回答締め切りは 4/30(水)15時

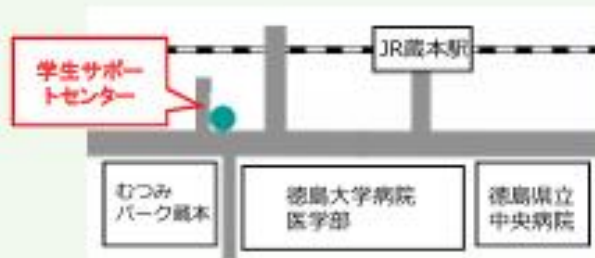
第14回の答え：  
①C(葉の中身) ②A(黄色) ③A(控えめな)でした。  
ご応募ありがとうございました。

### 徳島県民医連学生サポートセンター

住所：徳島市庄町1丁目パークハイツ101

#### <お気軽にお問合せください>

- ◇実習、病院見学のご相談
- ◇奨学金制度のご案内
- ◇医療系学生むけ学習企画
- ◇各種イベントのご案内
- ◇サポセンランチ(週1回)



### ◆各種お問い合わせ・お申込みは

徳島県民主医療機関連合会 医学生担当まで  
住所：徳島市下助任町4丁目9  
電話：090-7628-2820 (学生担当)

