

# 総合診療医として 生きる力

鳥取の総合診療  
専門医を育てる  
プログラム

鳥取総合診療PG



鳥取で学び、世界に羽ばたく  
ドクターになろう！

皆さんの強みを生かすことができる  
環境づくりと一緒にていきましょう！

総合診療のやみつきになる  
魅力を肌で感じ、ともに学んでいきましょう！



総合診療を学びたい皆様の  
応募をお待ちしています

鳥取の総合診療専門医を育てるプログラム 事務局

〒683-8503 鳥取県米子市西町86  
鳥取大学医学部 第二中央診療棟 地域医療学講座内  
[代表] Tel : 0859-38-6661 <http://cbfm.tottori.jp/>

# 鳥取で総合診療医になろう!



## ごあいさつ

はじめまして、鳥取大学医学部地域医療学講座の谷口です。

「鳥取の総合診療専門医を育てるプログラム」というのは長い名前ですが、いろいろな思いが入っているタイトルです。

じつは今までにも鳥取県内には家庭医療専門医プログラムが5つほどありました。新しい専門医制度が始まるにあたり、鳥取県の総合診療指導者の力を結集してよいプログラム作りをしようというところから発想された名前です。

鳥取県は人口57万と小さな県ですが、東中西の二次医療圏に中核病院を備え交通アクセスも便利な環境となっています。

総合診療医の育成には、クリニックでのプライマリ・ケア研修、病院での総合診療研修、領域別研修が必須ですが、中山間地と都市部を中心に熱心な指導者を有する総合診療研修のフィールドを備え、領域別研修は大学病院などプライマリ・ケアに必要な専門診療をしっかり学べる環境を整えています。

また、英国ケンブリッジ大学など国外との情報交換も盛んであり、自然環境に恵まれ落ち着いた雰囲気のなかで、じっくりと総合診療の学習をおこなうことができます。

これからの日本にとって必要な新しい学びを、鳥取の地ではじめようではありませんか。みなさんの参加をお待ちしています。

鳥取の総合診療専門医を育てるプログラム責任者  
鳥取大学医学部地域医療学講座  
谷口晋一

## 鳥取総合診療PGの5つの特徴

1 きめ細やかな教育体制



2 鳥取県全域での研修可能



3 専攻研修+αの支援



4 ライフプランに合わせた研修が可能

5 研修後の多彩なキャリアパスを支援

## 鳥取総合診療PGの1日

### (例) 診療所での1日

7:30ー 起床



今日は咽頭痛の鑑別診断とマネジメントについて復習!

8:30ー 朝カンファレンス



外来で和気あいあい、今日は外国からのコンサルタントにプレゼン!

9:00ー 午前外来



12:30ー



高齢者の血圧管理はどこまで積極的に行うべきなんですか?

13:30ー

16:30ー 午後外来or訪問診療



18:00ー 指導医との振り返り

19:00ー 帰宅



## 鳥取総合診療PGの3年間

1年目



内科

小児科

救急

(例) A君の場合

よし!絶対どこに行っても通用する総合診療医になってやる!

まずは総合病院で総合診療に必要な専門領域の技術を身につけるぞ!

2年目

中小病院 (総合診療研修ならびに内科研修6ヶ月)

3年目

診療所

いよいよ今年から総合診療科だ!  
継続外来もスタート!

日常的な内科疾患も経験し、  
内科研修12か月クリア!

指導医に外来のフィードバックも  
もらいながら着実に  
ポートフォolioも完成!

学生や後輩の教育もしないと!  
前々から練っていた  
臨床研究もスタート!

特徴  
1

## きめ細やかな教育体制



### 日々の外来／診療指導

どの施設で研修しても、毎日指導医との振り返りの時間を確保します。



### 週に1回のレジデントデイを保証

どの施設で研修しても、週に一回、半日はフリーになり、家庭医療のコアな学習やスキルアップなどを行う時間を保証します。



### メンタリング／様々なサポート

研修施設内の指導医やプログラムの基幹指導医がキャリアや仕事、生活上の相談にいつでもあります。



特徴  
2

## 鳥取県全域での研修可能



山間部・都市型・診療所・中小病院など、自由にアレンジ可能！



きれいな海、山、新鮮な野菜と海産物、穏やかな人柄の県民性だと思います。買い物も映画鑑賞も音楽鑑賞もネットでできますが、これらはネットでは買えません！



鳥取の魅力！

人がいい、優しい自然豊か、水や魚が美味しい  
子育て支援が充実している

特徴  
3

## 専攻研修+αの支援



### 医学教育／Faculty Development (指導医養成)

- ★ 研修中、研修後にフェローシップ等への参加を奨励
- ★ 独自のFaculty Developmentコースも準備中
- ★ 卒前教育、研修医教育にも積極的に参加可能！



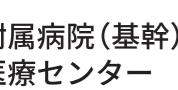
### プライマリ・ケア研究

- ★ 研修期間中から大学院博士課程への入学可能
- ★ 月に1回のリサーチカンファレンスや、疫学・公衆衛生学との密接なコラボレーション
- ★ 国内外の学会参加、発表、論文制作を支援



### 強みをつくる+αのトレーニング

- ★ ファシリテーションや地域診断、地域介入を体系的に学べる！
- ★ 内分泌疾患や不整脈なども、大学とのパイプを生かし、専門家から濃密な指導が受けられる



特徴  
4

## 個別のライフプランに合わせた研修が可能



### 産休・育休について

産休・育休の取得も奨励します！  
自らのお産や育児経験を生かして、段階的に研修に復帰できるプログラムとなっています。  
併設保育園（病児保育つき）がある病院への勤務や当直勤務、診療時間への配慮なども行います。男性の育休も可能！  
男性も女性も働きやすいプログラムです！



### 開業前準備コース

これまでプライマリ・ケアのトレーニングを受けてこなかったけれど、開業したいと思う…そんな方のために家庭医療の理論から外来、在宅などにおける独自の知識、技術のトレーニングを行います。  
専門医の取得を目的としない方向けのフェローシップも検討しています。



### 留学のチャンスも！

専攻研修中やその後の留学も奨励します。欧米への家庭医療臨床留学や公衆衛生大学院などへの研究留学、はたまた途上国への国際医療協力なども応援します。海外に出た後も帰ってきてポストがなくなる心配なし！さらなる研修の実施も鳥取で応援します。

特徴  
5

# 研修後の多彩なキャリアパスを支援

\本プログラムの卒業生は/

- ★ 個人、グループ開業
- ★ 中小病院における総合医としての勤務
- ★ 鳥取における就職、キャリアパスのサポート
- ★ 県外、国外への就職へのサポート
- ★ 医療政策者（保健所、医系技官など）
- ★ 留学（MPHやPHD、臨床留学）
- ★ 国際保健医療NGOなど

このようなキャリアを歩むことができるよう  
全力でサポートします！



## 研修医からのMessage

鳥取市立病院総合診療科  
家庭医療専門医

**櫻井重久先生**



### Q. 研修医になろうと思ったんですか？

自治医科大学の出身ですので地域の病院で総合診療医としてスタートしました。その時点ではあまり総合診療医ということを意識することはありませんでしたが、仕事をする中で、プライマリ・ケアの包括性、継続性、協調性に興味を持つようになり、体系的に学びたいと考えるようになりました。また臓器を問わず幅広い疾患の診断と治療を学ぶ良い環境を探していました。ちょうどその頃、鳥取市立病院で家庭医療専門医の後期研修プログラムが開始されたことを知りコースに入りました。

### Q. 研修はどうですか？

家庭医療は一人ではなかなか勉強することが難しい分野ですが、研修に参加することによって指導医の先生方との日々のディスカッションや、様々な見識ある方々との出会いを通して、たくさんの学びがあります。



### Q. 新専門医制度に伴って鳥取でも新たなプログラムが立ち上りますが、どう思いますか？

県内の様々な医療機関で研修が行え、専攻医の交流も図りやすい県内統一プログラムは非常に魅力的だと思います。



### Q. 自治医大出身ということですが、プログラムの履修は問題なかったのでしょうか？

自治医大出身者は義務年限内は勤務先を自由に選べませんが、私の場合はプログラム2年目で鳥取市立病院に赴任できたことで問題なくプログラムをこなせました。

## 研修医からのMessage

鳥取大学医学部地域医療学  
家庭医療専門研修修了

**紙本美菜子先生**



### Q. なぜ総合診療医になろうと思ったんですか？

小さな頃、風邪をひくたびにかかっていたのが地元の町立診療所。私にとって医師とは診療所のお医者さんでした。高校時代に祖父を都市部の基幹病院で亡くし、「家の畠の上で死なせてあげたかった」と父親と話した時に『地域医療』『在宅医療』『高齢者医療』ができる医師になりたいと思い総合診療医を目指しました。あとは学生時代から思っている個人的な意見ですが、これからの時代に総合診療医は必ず必要とされる存在になる、女性特有の感性が必ず総合診療に活かせる、自分に向いている分野だと確信しているからです。

### Q. 研修はどうですか？

一言でいうと刺激的な毎日です。育児休暇から一気に3次救急の現場に来たので、初期研修時代の記憶を取り戻すのに毎日必死です。医師としては9年目ですが、気持ちは初期研修医です。実際に頭の中がフレッシュな知識で満たされている初期研修医やポリクリ学生さんに教えてもらうこともあります。これまでの地域での医療でいつしか省略されていた診察方法やカルテ記載内容、急性期病院ならではの検査や処置、新しくなった疾患概念や薬剤など、もう一度覚え直すいい機会を与えてもらったと思っています。



### Q. 教育体制はどうでしょう？

現在、産休・育休明けで領域別研修を大学で行っています。初期研修医やポリクリ学生への教育体制が充実しており、時間がゆるせる一緒にレクチャーを受けたりできます。また、現在は救急災害科で研修中なのですが、疑問点を周りのドクターや教授にも質問したりディスカッションしやすい雰囲気でとても助かっています。

=3

### Q. 研修でつらい時もありますか？

つらいというほどではないですが、経験したい処置などがあつても子供のお迎え時間が来たり勤務時間を気にしなければならず、自分の研修だけに没頭できるわけではありません。まあ、オンとオフを切り替え、自分の選んだ道でできることをしっかりと積み重ねていきたいです。



### Q. お産や育児をしながら研修するのはどうですか？

やはり子供を持ってからは、どうしても自分の時間に限りがでてきます。ですから、子供を預けて研修に出ている間はなるべく集中して知識や経験を得ようと思いますし、夜もいかに勉強時間を捻出するかを常に考えていますね。他の医師に比べて、働く時間や得られる知識・経験が少なくなるのは想定内です。大切なのは、他医師と比べるのではなく自分自身の獲得目標を明確にすることです。家庭にも責任ある身であることを自覚しあらかじめ自分の研修スタイルを周囲に表明したうえで、周りになるべく迷惑をかけない気遣いや感謝を忘れないことも大切だと思っています。



### Q. 研修プログラム終了後の目標や予定などがあれば教えてください

将来的には、在宅医療なども手掛けるクリニックに勤務するなどして、このプログラムで経験したことを実践につなげていきたいです。めざせ「おばちゃん家庭医」です（笑）



### Q. ストレス解消法を教えてください

子供とふれあうこと、音楽を聴いて気分を高めること



### Q. 女性で研修していくにあたって体力やその他に不安とかはなかったですか？

育児休暇明けで仕事復帰するのはとても不安でした。復帰前に就職先のワークライフバランス支援室にお邪魔して、医師の復帰支援プログラムや保育所の案内などをもらい、復帰支援や子育て支援体制があることにひとまず安心しました。また、子育てで超過勤務や夜間休日勤務が難しいですが、各領域別研修先でも問題なく研修でき、スムーズに受け入れもらっています。最近は女性医師も多いので、他の女性医師の先生がどんな様子で仕事をしておられるか参考にさせてもらっています。



## 学生からのMessage

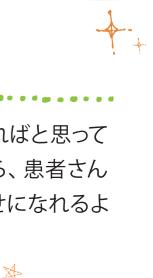
鳥取大学医学部

**飛騨美紗都さん**



### Q. 将来、どんな医師になりたいですか？

将来はへき地で働き、その地域の住民さんの健康を守っていくことができればと思っています。その地域の住民の一員として住民さんと濃い関わりを持ちながら、患者さんの病気だけではなく、生活まで包括的に考慮し、一人一人の患者さんが幸せになれるように親身になって医療に臨める医師になりたいです。



## 学生からのMessage

豊岡病院医科研修医  
(鳥取大学医学部卒)

**中井翼先生**



### Q. 鳥取でも総合診療専門医のプログラムができます。学生としてはどう感じますか？

まさに「待ってました」という思いでいっぱいです（笑）。特に鳥取県は高齢化率が高く交通の便が悪いことからも、地域に根付いた総合診療の需要が高いと思います。やりがいのある分野だと思います。



### Q. 将来、どんな医師になりたいですか？

患者さんの「病気」だけでなく、心理社会的側面も大切に、「人」を診れる医師になりたいと思います。

