

研修を振り返って

【2020年3月卒初期臨床研修医 M】

私は横須賀市立市民病院で2年間研修し、沢山のことを学べたと思っています。横須賀市民病院の研修医は大人数ではなく、研修する多くの科で研修医が一人で回ることができるため競合することなく多くの手技や症例を学べたことが勉強になったと思います。また内科志望の自分からすれと多くの内科の見学ができたということは自分の志望科を決めるうえでも大いに役に立ちました。自分の未熟さで多くの先生方やスタッフの方々々に迷惑をおかけしましたが、職場の雰囲気が大変よく、優しく指導していただきとても感謝しております。また、市民病院のある横須賀市西部地区は穏やかで落ち着いたエリアで快適に生活できる良いところなので、医学生は一度見学しに来ていただけると幸いです。2年間本当にありがとうございました。

【2020年3月卒初期臨床研修医 U】

当院での2年間の研修では、数多くのことを学びました。初期研修という面で、他病院と比べ良いと思う点は、まず病院全体の雰囲気がよく、仕事がしやすいことです。学ぶこと以外の問題でストレスを感じる事が少なく、研修に専念できたことは大きなメリットだと思います。第二に、救急外来や病棟管理をある程度任せてもらえる点です。自分でアセスメントし行動しなければならない場面もあり、多くのことを調べ考える必要があり大変勉強になりました。もちろん、困った際には指導医の先生が快く相談に乗って下さり、適切なアドバイスをいただきました。その他、研修医の人数が一学年あたり4~6人と少ないため、手技の取り合いを避けられる点です。ややハードルの高い挿管や腰椎穿刺、中心静脈カテーテル留置なども相当数をこなすことができたため、ある程度自信をもってやれるようになったかと思っています。

その他内科が一通りそろっている、希望すれば他の地域医療振興協会や横浜市立大学など外部病院での研修ができることなどもよい点だと思います。ぜひ一度見学にいらして下さい。

【2020年3月卒初期臨床研修医 M】

初期研修においてのみならず今後重要なのは、自ら積極的に学びを得ることです。自分にとって必要と思われる物事を取捨選択し、納得するまで調べる、尋ねる、行うという姿勢があれば、如何なる環境でも学びは得られ、如何なる経験でも学びに繋がります。当院での研修に向いているのは、そのような姿勢を持っている方や今後持ちたい方です。学びたいことがはっきりしていれば、個々に応じてくれる自由さと雰囲気があるからです。逆に、多忙の中で数をこなしたい方や、厳密に教育プログラムを決めてほしい方は、希望に沿った他の病院を探したほうが良いでしょう。

いずれにせよ自らの「軸」を決めたほうが良いです。何を目指し、何に重きを置くか。経験を積む中で方向性が変わるのも良いでしょう。しかし「軸」がないとその場に留まったまま時間のみが流れることとなります。

「とりあえず〇〇になってから考える」思考は止めましょう。永遠に決まりません。

研修先を選ぶ前に、今、自分が何をしたいか、何になりたいかを決めましょう。その軸が定まっていれば、どこで研修するかは些細な問題なのです。

【2020年3月卒初期臨床研修医K】

横須賀市立市民病院で2年間初期研修をさせていただきました。この病院で初期研修をおススメできるメリットをあげたいと思います。

①病院全体の雰囲気が良い、アットホーム

急性期病院だとどうしてもギスギスとした雰囲気の病院が多いなか、病院全体の雰囲気が良く、とても働きやすい環境でした。また上級医へ相談しやすい環境にあるため医師のスタートを切る初期研修として良い病院でした。

②研修医の数が少ない

一見するとデメリットのように感じるかもしれませんが、ローテートする研修医が一人なので手技を独占できました。また救急外来もファーストタッチは必ず研修医がするので、プライマリケアの勉強になりました。

③科が豊富

この規模の病院で、科がある程度そろっているのは珍しいと思います。選択肢は多いに越したことはないので良い点でした。

④地域医療振興協会・逆たすき

もしローテートしたい科が、自院にない場合は横浜市立大学付属病院で研修をすることが出来ます。また地域医療振興協会内の病院へも研修で行くことが出来ます。この制度のおかげで、研修内容の自由度がかなり増しました。この病院のプログラムの非常に良い点のひとつだと思っています。

⑤自分のペースで研修をすすめられる

選択期間が長く、かなり自由度が高いことありますが、とても忙しい科というのが少ないため、自己学習の時間を持つことが出来て非常に研修しやすかったです。

2年間研修して、医師としてのスタートを切るにはとても良い病院と思いました。是非一度見学して、病院の雰囲気や研修の様子を見て頂くことをお勧めします。2年間ありがとうございました。

【2020年3月初期臨床研修修了たすきがけA】

私は、横浜市大附属市民総合医療センターからのたすきがけ先として1年次のみ横須賀市立市民病院で研修させていただきました。

この病院で研修を行って感じた良い点として、①職種間の距離が近く、スタッフの雰囲気
が和やかであること、②研修の自由度が高いこと、③研修医の人数が程良いことが挙げられ
ます。以下、それぞれについて簡単に説明します。

① : 上級医の先生は穏やかな方が多く、質問しやすい雰囲気を作ってください様々な
ことを教えていただきました。診療科の垣根が低いためローテートが終わった後でもその
科についてのご相談もしやすいです。コメディカルの方々も優しい方が多いため、とても働
きやすい環境です。

② : 病院の方からより良い研修にしていこうという働きかけがあり、研修医に対して
研修への希望を積極的に聞いてくださります。実際にフィードバックもあり、救急外来でグ
ラム染色をしたいという希望に対し、希望が出てから数か月程度で試験的に運用開始とな
りました。また、普段の業務自体も強度が高すぎず自分で勉強する時間が確保できるため、
日々の研修で得た知識を教科書や文献等で確認し、定着させていくための時間があつたの
は良かったです。

③ : 各学年4人+1年次たすき2名なので、ローテートは基本的に各科1名ずつ（ま
れに2名）です。手技の取り合いにならず、自分のペースで研修を行うことができます。そ
の年によって雰囲気は異なるかとは思いますが、同期や先輩の先生方に恵まれ楽しく研修
を行うことができました。

全体的には、特に内科系は科も揃っているため Common disease を中心に様々な症例を経験
できるかと思えます。ぜひ1度見学に来て、雰囲気を肌で感じてみてください。

1年間お世話になりました。

【2020年3月初期臨床研修修了たすきがけK】

横須賀市民病院は研修の自由度が高くフレキシブルな研修病院である。個人に仕事量の裁
量が任されており積極性が大事だ。限界はあれど向上心を持って研修すれば学びを体感で
きるのではないか。その反面、惰性で過ごしてしまうというリスクも伴う。怠惰な日々は心
地よく自覚のないまま過ごしてしまう。手遅れになってしまわないよう日々の終わりに今
日は何を学べたか、常に考えて動いていたかフィードバックすることが大事である。脳死し
ているうえ脳死していることに気がつけなくなってしまつては取り返しがつかない。私も
日々反省の毎日である。当院で得た医者としてのマインド、経験、知識、そしてなにより初
心を忘れないでこれからの医者人生を歩んでいきたい。