

医心伝心

トチギ医ズム

~Tochigi Doctor's Voice~



カンセキスタジアム(宇都宮市)

特集

とちぎの専門研修

専攻医座談会

～各診療科と専門研修の魅力～

獨協医科大学病院
産婦人科

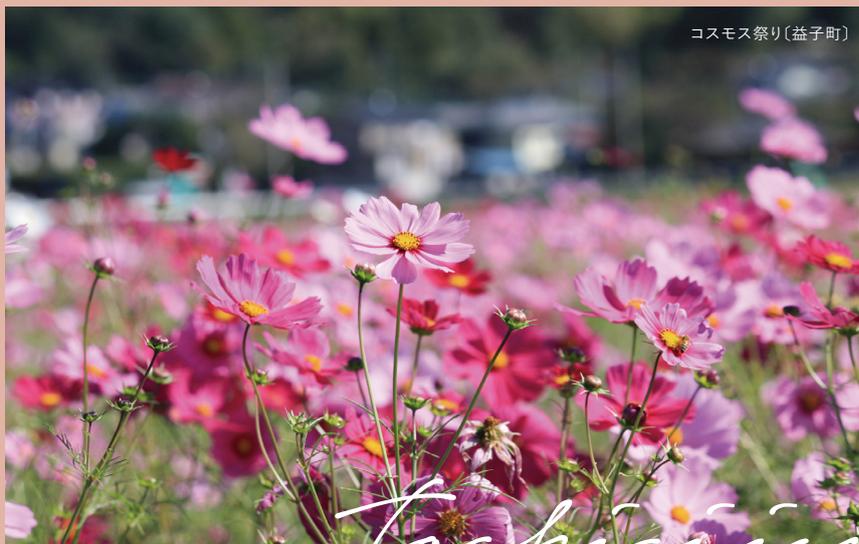
鷺 瑞月 先生

自治医科大学附属病院
小児科

阿久津 萌 先生

栃木県済生会宇都宮病院
救急科

福田 怜雄 先生



コスモス祭り(益子町)

Tochigiism



とちぎで学び、
働きたくなる出会いが
ここにある。

SLもおが(茂木町)



とちぎ

地域医療支援センター

特集 | とちぎの専門研修 専攻医座談会～各診療科と専門研修の魅力～

とちぎで研鑽を積む、産婦人科、小児科、救急科の
専攻医による座談会を開催。
各病院の研修・教育体制や医療環境の特徴などから
とちぎでの専門研修の魅力に迫った。



救急科

専攻医1年目
栃木県済生会宇都宮病院

ふくだ れおん
福田 怜雄先生

出身地 群馬県

出身大学 群馬大学医学部(2016年卒)

小児科

専攻医2年目
自治医科大学附属病院

あくつ めぐみ
阿久津 萌先生

出身地 東京都

出身大学 山形大学医学部(2021年卒)

産婦人科

専攻医1年目
獨協医科大学病院

さぎ みづき
鷺 瑞月先生

出身地 宮城県

出身大学 獨協医科大学医学部(2022年卒)

豊富で多彩な症例数を経験。
手技も早期から実践でき、
教育・指導体制も充実。
専門研修はとちぎで！

専門研修の場に栃木県の
病院を選んだ理由とは――

獨協医科大学病院・産婦人科鷺瑞月(以降、鷺)：私は獨協医科大学に「栃木県地域枠」で入学しているため、初期研修は指定の獨協医科大学病院で行いました。産婦人科の専門研修も引き続き獨協医科大学病院にお世話になっています。産婦人科を選んだのは、医学生の間から産婦人科や乳腺外科といった女性領域を勉強するのが同性として楽しかったからです。初期研修で経験した循環器内科と迷いましたが、悩みに悩んで、やはり自分の一番好きな領域であり、外科系も内科系も実践できる産婦人科に進むことを決めました。

自治医科大学附属病院・小児科 阿久津萌(以降、阿久津)：私は初期研修も小児科の専門研修も自治医科大学附属病院(以降、自治医大病院)で行っています。小児科を選んだのは、子どもの全身を診ることができる科であり、成長期の身体に生じたいろんな病気やこころの問題に対応するなど守備範囲がとて広いこと。そして、子どものさまざまな問題や課題に対して、ご家族と共に乗り越えていくなど、やりがいの大



きな診療科だと感じたからです。大学時代の臨床実習で小児科に興味を持ち、医学生るときから将来は小児科に進もうと決めていました。

栃木県済生会宇都宮病院・救急科 福田 怜雄
(以降、福田)：初期研修は群馬県の公立病院で行い、その後、群馬大学の泌尿器科に入局し、泌尿器科専門医になりました。泌尿器科としての研修、仕事は大変充実していました。子育てや家族の都合で宇都宮に移住し、現在は救急科の専攻医として済生会宇都宮病院で研鑽を積んでいます。

です。ダブルボードとして救急科を研修しようと思ったのは、当直で他科の疾患を診ることもありますし、泌尿器科の治療で起こりうるさまざまな合併症を診る際、救急科における全身管理スキルが大いに役立つと感じたからです。専門である泌尿器科診療はもちろん、幅広く対応できる医師として病院や地域に大きく貢献したいと考えています。

鷲：私が初期研修から引き続き獨協医科大

学病院を専門研修の場を選んだのは、教育体制がとても充実しており、安心して研鑽ができる環境だったからです。これは産婦人科に限ったことではありません。初期研修で他科を回ったときにも、先生方からきめ細かなフィードバックをいただけるなど教育体制がものすごくしっかりしています。フィードバックが充実しているからこそ失敗したことも次にしっかりと活かすことができ、着実に成長することができるとすよね。

福田：私が救急の研鑽の場に済生会宇都宮病院を選んだのは、「栃木県救命救急センター」として1次から3次救急まで幅広く受け入れるERを中心に、ICU、救急科病棟を持ち、集中治療や病棟管理もしっかり学ぶことができる環境だったからです。さらに、救命救急センター内には「ECMOセンター」が開設されており、ECMO(体外式膜型人工肺)を学べることも大きな魅力でした。

阿久津：私の場合は初期研修先を決める時点で小児科専門研修も見据え、小児科の全領域において質の高い医療を提供している、「とちぎ子ども医療センター」のある自治医科大学病院を選びました。

各病院、各診療科の強みと 専門研修の特徴について

福田：済生会宇都宮病院の救急科は、ERだけでなく、集中治療や病棟など、救急科が関わる範囲を最大限に学べるのが特徴です。ECMO件数も全国トップレベルであ



り、心原性ショックの重症患者に用いるPepo(補助循環用ポンプカテーテル)という最新鋭のメカニカルデバイスも救急科が管理に携わっており、最新の治療も経験することが出来ます。研修プログラムも一人ひとりの意向に沿って柔軟に組むことができ、私は集中治療を中心に勉強したいという希望を出していたので、それに合わせて現在はICUと病棟勤務をメインに研鑽を積んでいるところです。今後、研修が進んでいく中でERも勉強していきたいと思っています。

鷲：獨協医科大学病院には、「総合周産期母子医療センター」や「腫瘍センター」が併設されており、県内だけではなく隣接県からも患者さんがいらっしやいます。そのような環境にあるなか、産婦人科では症例や手技をほとんど専攻医に任せるというスタンスであるため、成長のスピードも速いですね。大学病院は急性期や症状が重い患者さんが多いというイメージがあるかもしれませんが、獨協医科大学病院は市中病院で

診るような頻度の高い症例から、専門治療の必要な緊急の患者さんまで幅広い症例が送られてきます。豊富で多彩な症例を経験することができ、かつ教育体制も充実しているなど、市中病院と大学病院のいいところ取りのような環境が魅力です。

阿久津：自治医科大学の「とちぎ子ども医療センター」は栃木県の支援を受けて設立された国内では画期的な「大学併設型」の子ども病院であり、隣接県である茨城、群馬、福島、埼玉からも多くの症例が集まる病院です。高度な専門医療を提供する大学病院として、各領域に経験豊富なエキスパートの先生が揃っていますし、一次から三次までの救急を受け入れており、小児の救急の対応や急性疾患の管理も学ぶことができます。センター内には小児医療における外科系を含む各診療科が集まっており、小児科の全領域をもれなく経験できるのが特徴です。



福田：済生会宇都宮病院の救急科の特徴は、いろんなバックグラウンドをもった先生がいることです。麻酔科、心臓血管外科、脳神経外科、形成外科、腎臓内科の先生がいる他に、私自身は泌尿器科専門医であるなど、その診療体制は一人ひとりの個性や専門性を尊重したチーム医療を特徴としています。お互いの専門性から学ぶことも非常に多く、また救急科では他科とも深く関わりながら診療にあたるため、幅広い診療科の知識も学ぶことができます。これらのことから、出身大学の派閥がなく、また、各診療科間の垣根が低い済生会宇都宮病院は救急科の研修にもってこいの場所だと感じています。

鷺：産婦人科のイメージとして、「先生方は多忙で若手医師を教育する余裕がない」と思われている方もいるでしょうが、そんなことはありません。獨協医科大学病院の産婦人科は指導体制がしっかりしており、先生方はみなさん親切で、丁寧に教えてくださり、面倒見がとていいんです。院内は助け合いの精神が根付いており、他科との協力、連携も非常にスムーズです。獨協医科大学病院では、臨床実習に來ている医学生のことを先生方が覚えており、研修医や

専攻医になって廊下ですれ違ったとき積極的に声を掛けてくださるなど、雰囲気がかよく良いことも魅力ですね。

福田：栃木県は人が優しいという印象がありますし、助け合いの精神があるため、働きやすさ、という点においても魅力だと思いますね。栃木県の多くの地域は医師数が充足していません。済生会宇都宮病院のある医療圏も人口に比して医師数が多いとは言えませんが、隣接する医師少数区域からも様々な疾患の患者さんが集まってくるため、各診療科が密に連携し、みなで助け合いながら地域の医療ニーズに添えていく必要があります。経験できる症例数が豊富で、かつ、助け合いの精神が根付いたチーム医療による働きやすい環境は、医師として大きく成長するための最良の場であると思います。

阿久津：「とちぎ子ども医療センター」では、小児科診療における各専門分野はもちろん、成人各科とも密な連携をとって診療にあたっています。小児科は専門分野が幅広く、それだけわからないこともたくさんあるため、診療科間の垣根が低く、各科の専門医の先生方にもいろいろと相談できる環境はものすごく助かっています。それに、指導医の先生方も優しく、気軽に相談できる環境が嬉しいですね。

鷺：それと、獨協医科大学病院は若手医師にたくさんチャンスが与えられることも魅力だと感じています。他の病院を回ったときに、たとえば手術の執刀医に何年目ですかと聞くと、専攻医1年目の後半や2年目と答える先生が多かったですが、うちの産婦人科は医局員が少ないこともあり、専

攻医1年目の4月という早い段階から執刀経験ができるんです。もちろん、しっかりと準備した上で行いますし、指導医や上級医の先生方のフォローも万全です。

福田：済生会宇都宮病院の救急科の指導体制としては、重症度の高い患者さんの場合には、上の先生が専攻医の傍について対応するので安心ですし、専攻医が一人で診ることができそうな症例に関しては、上の先生が個々の実力と照らし合わせてリスクを評価し、適宜相談しながら介入度合いを調整しています。専攻医一人ひとりの能力や適性に合わせてしっかりと経験を積むことができ、スキルを着実に自分のものにすることができます。

阿久津：自治医大病院の小児科の診療体制はチーム制であり、各チームは4、5人で構成され、常に10人ほどの患者さんをチームで診療しています。毎日行われるチームカンファレンスや、それ以外にも専攻医向けに相談や質問の機会を設けてもらったり、先輩医師が勉強会を開催してくださるなど、勉強や相談できる機会も多くあります。また、専攻医は1年目の3か月目くらいから当直のファーストコールを対応するのですが、当直前に各専門分野の先生方が小児救急でよく遭遇する疾患についてクルーズ（少人数制講義）をしてくださったり、当直で何か困ったことがあれば直ぐに相談できる上級医の先生方がいるので安心して当直に臨むことができます。

鷺：獨協医科大学病院の産婦人科では、科のカンファレンスはもちろん、関連診療科との合同カンファレンスや、抄読会、勉強

会も充実しています。勉強やフィードバックの機会が豊富に用意されていることも獨協医科大学病院の魅力ですね。

福田：済生会宇都宮病院の救急科もカンファレンスが多くあります。毎日の朝カンファレンス、昼のショートカンファレンス、夕方に申し送りのカンファレンスがあり、さらに救急科はいろんなバックグラウンドをもった先生方がいるので、それぞれの専門視点からみたコメントをいただけることも非常に勉強になります。

阿久津：「とちぎ子ども医療センター」内には小児医療の各専門科が集まっておりカンファレンスによって幅広い学びを得ることが出来ます。全体での朝カンファレンスが週に3回あり、研修医や専攻医が新入院の患者さんをプレゼンし、その他にも週一回、教授回診のときに自分の担当患者さんをプレゼンしています。プレゼンのフィ



ドバックでいただけるコメントがものすごく勉強になるんですね。

福田：また、済生会宇都宮病院は大病院と同じように学会活動も活発に行われており、救急科では専攻医でも海外学会で発表している先生がいます。もちろん、学会発表や論文作成の指導、学会参加への援助などバックアップもしっかりしています。

人間関係など職場環境や働きやすさについて

鷲：産婦人科の専攻医の同期は5人います。毎週水曜日は同期たちで集まって勉強会をしていますし、仕事が終わってからカンファレンスルームに集まって教科書を読み合ったり、学会で発表する文章を作ったりと、みんなで助け合いながら楽しく研鑽を積んでいます。同期の存在があるからこそ頑張れますし、大きな成長にもつながっていると感じています。

阿久津：小児科専攻医の同期は私たちの代はずごく多くて10人います。そのうち8人が自治医大病院の初期研修からそのまま専門研修が上がっています。外病院から来た先生も含め、同期は全員仲がいいですね。ちなみに、自治医科大学の卒業生は地域医療に従事するため出身都道府県に戻るので、自治医大病院の多くの先生が自治医科大学以外の出身であり、学閥が全くないことも特徴です。

福田：私の同期は他に2人いるのですが、分からないことを教え合ったり、ERで習っ

ていること、ICUで習っていることなど、それぞれが現在学んでいることを常に共有し合っています。指導医や上の先生方とは年齢も大きく離れてはいないので、質問や相談も気軽にできますし、人間関係はものすごくいいですね。

鷲：さらに、獨協医科大学病院の産婦人科は働きやすさも魅力です。私は産婦人科に入局する前、「産婦人科はいつ家に帰れるのかわからないくらい大変なんだろうな」と、それなりの覚悟をしていました。でも、実際は全くそんなことはなく、土・日は当直がなければ完全休みで、オン・オフのメリハリがあるとても働きやすい環境なんです。同期の誰も欠けることなく楽しく仕事ができていますね。

福田：救急科も忙しくて大変だというイメージが強いです。確かに仕事中は力を合わせて全力で取り組む必要がありますが、勤務体制は、オン・オフのメリハリが比較的はっきりしており、出産や育児などライフイベントのある女性医師にも働きやすい診療科なんです。実際に、ドクターカーに乗りながらERの最前線で活躍されている子育て中の女性医師もいるなど、子育てと仕事を両立しやすいことも特徴です。

阿久津：自治医大病院の小児科もチーム制なので、誰かが休みのときは同じチームとして患者さんを診るなど助け合って診療しており、オン・オフがはっきりしています。

また、子育てをしながら時短勤務で働いている先生や、大学院に入学する先生もいるなど、育児と仕事の両立やキャリア形成のロールモデルとなる先輩女性医師がたくさんいることも心強いですね。

福田：済生会宇都宮病院の救急科では、子育て中の女性医師だけではなく、子育てを手伝うためにシフトを減らしている男性医師もいます。私も子どもの行事への参加などでシフトを配慮してもらったり、勤務希望を相談しやすい風通しのいい職場環境です。オン・オフがすごくはっきりしているため、プライベートの予定も立てやすく、家族からも好評です。

オフの過ごし方や

栃木県での生活の魅力とは

鷲：栃木県は暮らしやすさという点においても魅力です。東京都出身で、初期研修を都内で行った同期の先生に、なぜ栃木に縁もゆかりもないのに獨協医科大学病院の専攻医になったのかを聞くと、「のびのびと研

修生活をしたかったから」と言っていました。
阿久津：栃木県は都会すぎず田舎すぎない丁度いい環境で、のびのびとした生活ができますよね。そして何より人が温かいことも魅力だと感じています。

鷲：初期研修や専門研修の合同説明会で栃木県のブリスをまわると、人の温かさを感じますし、出身地や出身大学に関係なく、どんな先生でも大歓迎な雰囲気がありますよね。

福田：栃木県は子連れで愉しめるスポットがたくさんあることも嬉しいですね。「那須どうぶつ王国」や「栃木県ながわ水遊園」に行く、子どもがすごく喜んでくれます。夏には「井頭公園 万人プール」などレジャースポットもありますし、温泉も身近にあって気軽に行けるのもいいですね。

鷲：私は「あしかがフラワーパーク」によく行きます。同期は足利市にあるワイン醸造場の「ココ・ファーム・ワイナリー」に行きたいと言っていました。栃木県は名所や観光スポットもたくさんありますし、オシャレなカフェも多いですね。

阿久津：私は山登りが趣味で、休日は県内だと那須岳の登山を愉しんでいます。5、6月の山登りはとても気持ちいいですし、秋も紅葉がキレイなのでおススメですね。他にも、栃木県のプロバスケットボールチーム「宇都宮ブレックス」の試合を観戦したりとオフも充実しています。また、私の家は東京なのですが、栃木県は東京へのアクセスが良いことも魅力ですね。





福田：栃木県は東北新幹線や東北自動車道が南北に走っており、都心へのアクセスも宇都宮駅から新幹線で50分と非常に便利です。さらに宇都宮駅には次世代型路面電車「LIGHT LINE（ライトライン）」も開業するなど、交通網も発達しています。自然が豊かで公園もたくさんあり、のびのびと子育てができますし、子ども医療費の助成や待機児童がゼロなど、子育て環境としても優れた場所だと思っています。

自分に合った専門科と

失敗しない研修病院の決め方―

鷲：「自分が一番好きで、本当にやりたいことは何か」を徹底的に考え、悩みに悩み抜いて専門科を決めてほしいと思います。専攻医になったばかりの頃は不安も大きく、仕事に慣れるのにも大変な時期であるため、「一番好きであること」が確固たるモチベーションになります。私の場合、初期

研修で循環器内科にも興味を持ち、進路を迷ったのですが、初めて外病院に研修に出た際、周りに知り合いがいらない不安な環境のなか、モチベーションとなるのは「自分が本当に一番好きなことをする」ことだと実感し、学生時代から好きだった産婦人科に進みました。

阿久津：少しでも気になる病院があれば実際に見学に行つて、雰囲気を感じることが大切です。文字情報では分からないことが沢山ありますし、病院見学をすることで、今自分が初期研修をしている病院が、他の病院よりも専門研修に最適な病院だと気が付くこともあります。私も含め多くの同期が自治医大病院の初期研修からそのまま専門研修が上がっていますが、実際に他の病院に見学に行つて比べた結果、自治医大病院がどの病院よりも専門研修に最適な環境であると実感できたからです。キャリアに失敗しないためにも病院見学は非常に重要です。

鷲：分からないことはどんどん聞くことも大事ですよ。私の場合は研修医の頃から、「休みはありますか」「育休は取れていますか」など、結構突っ込んだ質問をしています。

した。聞かなければ分からないことも多々ありますし、「興味があるから」という理由だけで進むと、将来つまづいてしまえます。自分の体力や適正とも照らし合わせながら、総合的に考えることも専門科を決める際に大事なことです。

福田：迷っている人は、その地域で「どのような医療、どのような医師が必要とされているのか」を考え、自分のキャリアを決めるのもいいでしょう。必要とされている医療で地域に貢献することは、医師としてのやりがいも大きいはずですよ。

初期研修医へのメッセージ―

鷲：婦人科は、人の生まれる瞬間に立ち会い、そして「おめでとー」と言える唯一の診療科です。また、婦人科ががん診療など外科にも強い分野ですし、若い女性の卵巣の腫れや、生理が来ない悩みなど患者さんの年齢層も幅広く、内科的管理も重要になります。産婦人科は女性の一生を支える

ことができ、幅広く診たいという人にも向いていますし、女性領域ということで同性である女性医師が大いに活躍できる診療科です。一人でも多くの先生が産婦人科に進んでくれたらとても嬉しいので、一緒に栃木県の産婦人科を盛り上げていきましょう。



福田：急変対応のスキルは、どの病院においても医師として求められる普遍的なスキルであり、それをしっかり鍛えられるのが救急科です。他科との関わりも多いためコミュニケーション力、コンサルテーション力、プレゼンテーション力も自然と習得することができ、さらに、社会的弱者や、さまざまな問題・課題を抱えた患者さんと日常的に向き合うため、社会的な視点も学ぶことができます。医療活動を通じて社会貢献できることも救急科の大きな醍醐味でしょう。救急患者数は増加していますが救急を担う医師は不足しています。救急の専門スキルを得ることで病院や地域に必要とされ、大いに活躍できる医師になることができます。また、自分の専門領域に加え、ダブルボードとして救急科の専門スキルを持つことで、活躍できる範囲もグッと広がることができます。

阿久津：小児科の魅力は、みんなで頑張った結果が子どもたちの満面の笑みと元気な姿になって返ってくることです。子どもたちの成長を見守ることができるとても小児科ならではの大きなやりがいです。また、子どもやご家族の精神的ケアにも関わるため、



栃木県内の
専門研修基幹施設

については、
コチラへ ▶▶



とちぎ地域医療支援センター
専門研修

今回紹介した
専門研修プログラム

について、詳しくは
コチラへ ▶▶



獨協医科大学病院
産婦人科専門研修プログラム



自治医科大学附属病院
小児科専門研修プログラム



栃木県済生会宇都宮病院
救急科専門研修プログラム

優しく明るい先生が多いのも特徴で、そんな環境で働くことができるのも小児科の魅力でしょう。自治医大病院の小児科には全国から若い先生方が集まっていますし、栃木県には県外大学出身者も歓迎してくれる

風通しの良さがあります。専門研修をどこでするか迷っている方は、研修や仕事面はもちろん、生活や子育ての場としても優れた栃木県をぜひ考えてみてはいかがでしょうか。

学校法人獨協学園
獨協医科大学病院

📍 〒321-0293
栃木県下都賀郡壬生町北小林880
☎ 0282-86-1111



病院紹介

学校法人自治医科大学
自治医科大学附属病院

📍 329-0498
栃木県下野市薬師寺3311-1
☎ 0285-44-2111



社会福祉法人恩賜財団済生会支部
栃木県済生会宇都宮病院

📍 〒321-0974
栃木県宇都宮市竹林町911-1
☎ 028-626-5500

