

医心伝心 トチギ医ズム

~Tochigi Doctor's Voice~

とちぎで学び、働きたくなる出会いがここにある。

特集

各診療科と 研修の魅力

「佐野厚生総合病院 産婦人科」

峯積 拓巳 先生

「那須赤十字病院 小児科」

竹田 圭恵 先生

「とちぎメディカルセンターしもつが救急科」

渡邊 伸貴 先生

鎌倉山の雲海(茂木町)



とちぎ

地域医療支援センター

大きなチャレンジができる栃木県で 産婦人科医療に貢献できる ”パイオニア”を目指して



佐野厚生総合病院 産婦人科

峯積 拓巳 先生 (みねづみ・たくみ)

出身地 | 栃木県日光市(旧・今市市)
出身大学 | 福島県立医科大学医学部(2016年卒)
認定医・専門医 | 救急医学、集中治療医学、災害医学/
人工呼吸管理、人工心肺(ECMO)、
災害、熱傷、外傷、ドクターヘリ

手術のダイナミックさや
雰囲気の良さに惹かれ
産婦人科に入局

私は「栃木県医師研修学資金貸与制度」を利用して、卒業後は栃木県に戻り、「芳賀赤十字病院」で初期研修を行いました。3年目に自治医科大学の産婦人科へ入局し、「自治医科大学附属病院」や派遣先の「佐野厚生総合病院」「上都賀総合病院」で研鑽を積み、産婦人科専門医を取得しました。その後は「佐野厚生総合病院」「栃木県立がんセンター」と、栃木県内での勤務を続け、2023年10月から再び「佐野厚生総合病院」に勤務しています。大学生のころは小児科を目指していたのですが、初期研修で産婦人科を経験した際、出生前の段階から診療ができるという特性や帝王切開のダイナミックさに魅了され、産婦人科に興味をもちました。また、初期研修先の「芳賀赤十字病院」の産婦人科には自治医科大学の先生が派遣で来られており、先生方のあたたかい人柄や、人間関係、雰囲気の良さが決め手となり自治医科大学の産婦人科に入局することを決めました。自治医科大学の産婦人科医局は県外出身者が多く、現在勤務している「佐野厚生総合病院」の産婦人科も、部長、副部長が県外出身者であるなど、出身を問わず、風通しがよく自由な雰囲気も大きな魅力の一つです。

”独り立ち”できる実力を
着実に獲得できる研修環境

「佐野厚生総合病院」は地域周産期医療センターに指定されており、産婦人科では緊急症例やハイリスク症例を県内外から広く受入れていることが特徴です。妊娠分娩や、卵巣腫瘍、子宮筋腫といった良性腫瘍疾患、子宮脱、膀胱瘤といった骨盤臓器脱、更年期障害や月経困難症といった女性ヘルスケア分野など、婦人科疾患全般にわたって幅広く対応しています。常勤医師7名体制に加え、当院は「自治医科大学産婦人科研修プログラム」の連携施設となっており、現在3名の専攻医の先生たちと共に診療にあたっています。私の仕事内容としては、週3回の外来（妊婦健診外来・婦人科外来・初診外来）の他、毎週火曜日・金曜日と月1回の水曜日は手術日として週に2〜4回の手術を担当しています。診療体制は主治医制ではなく、複数人に対応するチーム制を敷いており、初期研修医の先生にもチームの一員として一緒に患者さんを診てもらいます。お産や手術はできるだけ体験してもらおう方針であり、その他、将来、消化器分野に進みたい人は急性性腹症を診たり、腹腔鏡の練習を一緒にしたり、手術がしたい人は縫合をしても良かったりと、個々の目指す目標に沿って学ぶことができる自由度の高い研修が特徴です。

指導医や上級医と研修医・専攻

医の垣根は低く、気軽に相談できる環境にありますし、診療はチーム制であるため様々な先生と関わる機会も豊富にあります。チーム制において情報共有は非常に重要であるためコミュニケーションも活発ですし、小児科との合同カンファレンスなど情報共有をしっかりとした上で診療にあたっています。カンファレンスでは役職や経験年数に関係なく、みんなが意見を出し合っており、診療方針などを決めていますが、専攻医の先生に強制的に意見を求めるのではなく、無理なく自主的に意見や考えを言えるような雰囲気を大切にしています。私が指導をする際、常に心がけていることは、山本五十六の名言をもとにした『やってみせ、言っただけ聞かせる、やらせてみせ、ほめてやらねば人は育たない』です。産婦人科では研修医・専攻医の先生方が将来、医師としてしっかりと、独り立ち”できる指導・教育





— 峯積拓巳先生のオフ —

オフは子どもと一緒に過ごすようにしています。栃木県には児童館や公園も多く、「佐野市こどもの国」、「おもちゃ博物館」、「とちのきファミリーランド」、「宇都宮動物園」など子どもと楽しめるスポットがたくさんあり、夏には「井頭公園一万人プール」、冬には「ハンターマウンテン塩原」など、季節ごとのレジャーも魅力です。日を選べば混雑していないのも子供連れには嬉しいポイントだと思います。



佐野厚生農業協同組合連合会 佐野厚生総合病院

○ 栃木県佐野市堀米町1728番地
● <https://www.residentnavi.com/hospitals/349>
■ 病床数：531床 ♪ 診療科：23科

産婦人科はメリハリのある ”働きやすさ”も魅力

に努めており、一人ひとりの特性や興味、目標に合わせて、どんな経験してもらおう方針ですし、私たちがチームとしてしっかりフォローをしているため、安心して研修に臨むことができます。

産婦人科の魅力は何といっても生命誕生に立ち会えることです。最初はいろんな不安を抱えた妊婦さんが、赤ちゃんと共に笑顔で退院される姿を見ることは大きなやりがいであり、分娩という生命が誕生する喜びは他科では味わうことができません。また、産婦人科は外科分野でもあるため、当初は上の先生に導かれなくてできなかった帝王切開が、やがて自信を持ってできるようになり、今度は教える側に立つなど、レベルアップを実感できることも魅力でしょう。

忙しいというイメージの強い産婦人科ですが、それは夜間のお産対応など診療科の特性によるところが大きく、実際はメリハリのある働きやすい診療科だと感じています。当院の産婦人科は月に6〜8回ほどの当直、またはオンコール体制の日がありますが、それ以外の日は17時になると当直担当医に業務が引き継がれ、定時に業務を終えることができるメリハリのはっきりした環境です。当直日も、

お産や緊急手術が一件もない日は時間に余裕が生まれることも多く、その間に論文の作成や学会発表の準備、勉強などに時間を使うこともできます。

また、当院の産婦人科は医師7名のうち4名が女性医師であり、一人は子育てをしながら勤務しています。男女問わず育休・産休や時短勤務といった多様な働き方はもちろん、「子どもの行事にはできるだけ参加してほしい」という部長の方針によって、子どもの行事日に休みが取りやすい環境も魅力です。

栃木県は医師数など、医療資源が潤沢とは言い切れませんが、その分、医療の伸びしろも大きく、やりたいことがあればどんどん経験できますし、不足している分野や県内にはない新たな医療を確立させるといった「パイオニア」を目指せる環境にあると思います。私は産婦人科専門医を取得する過程で、オールラウンダーな産婦人科医を目指して幅広い産婦人科領域を経験させていただきました。そして現在は産婦人科の腹腔鏡技術認定医の資格取得を目指して研鑽を積んでいます。知識をもっと深め、技術をさらに磨き、多くの優れた後輩を育てることができると指導者としても成長し、栃木県の産婦人科医療に大きく貢献できる「パイオニア」になれたらと思っています。そうした大きなチャレンジができる環境も栃木県の魅力でしょう。

MESSAGE

進路選択は自分の心に正直に 栃木県はキャリア形成に最良の場です

診療科の選択は自分の心に正直に決めるのがいいと思います。また、勉強をしていてあまり苦ではなかったと感じる分野も自分に合った診療科であり、進路を選択する際の大きな目安になるでしょう。

例を経験することができ、一人ひとりが目指す目標や医師像に向かって着実に前進することができると感じています。どの診療科に進んだとしてもキャリア形成の場として最良の環境にあるとは思いますが、私個人としては一人でも多くの先生が産婦人科の道に進み、共に栃木県の産婦人科医療を盛り上げていくことができれば嬉しいですね。



豊富で多彩な症例数、充実の教育体制 人があたたかく和やかな雰囲気も魅力 小児科医を目指すなら栃木県で



那須赤十字病院 小児科

竹田 圭恵先生 (たけだ・たまえ)

出身地 | 栃木県野木町
出身大学 | 獨協医科大学医学部(2019年卒)
認定医・専門医 | 小児科全般
資格 | PALSプロバイダー

一般診療から専門医療まで
小児科領域を幅広く経験

私は栃木県出身の地域枠医師で、初期研修は卒業した獨協医科大学で行いました。3年目は獨協医科大学の小児科に入局し、2022年4月より派遣で「那須赤十字病院」の小児科に勤務しています。

「獨協医科大学病院」での初期研修は、指導医の先生方をはじめ、院内全体の雰囲気も温かく、教育体制やフォロー体制が充実していたため、安心して学べる環境だったと感じています。

小児科は医学生の頃から興味を持っていました。手を動かす外科よりは、じっくり考えながら診断治療を決めていく内科系のほうが自分に合っていたこともあり、将来は内科か、子どもが好きだったので小児科に進もうと考えていました。初期研修で小児科を経験した際、子どもと触れ合うことがとても楽しかったですし、病気で大変な子どもたちを自分の力で笑顔にしたいという気持ちが強くなりました。小児科の雰囲気も良く、指導医や上の先生方も非常に教育熱心であり、そうした環境にも惹かれて3年目は獨協医科大学の小児科に入局することを決めました。

現在、勤務している「那須赤十字病院」は県北地域で唯一、三次救急に対応できる救命救急センターが設置されており、県北地域の小児医療拠点として幅広い小児症例が集まる病院です。新生児期

から15才までの広い年齢層の患者さんを診ており、発熱や咳などの一般的診療や入院治療はもちろん、新生児医療ではNICU(新生児集中治療室)3床とGCU(新生児児回復室)6床を有し、早産児や低出生体重児、重病の新生児の治療など、専門性の高い小児医療にも対応しています。

こうした環境は小児の一般診療を豊富に経験することができずし、かつ、急性期疾患や難しい疾患など専門性の高い小児症例も診ることができると、小児科医を目指している若手医師だけではなく、ある程度経験を積んできた小児科医にとっても大きな学びを得られる環境であり、研鑽や成長の場としても最適だと思います。

主体性を発揮しやすい 雰囲気の良さも大きな魅力

「那須赤十字病院」は初期臨床研修病院であり、研修医の先生方には必須研修として小児科を4週間経験していただきます。一戦力として実践経験をどんどん積んでいただく方針であり、救急外来では研修医の先生にファーストタッチをしてもらい、どのような検査や処置が必要なのかを自ら考えることで医師としての基礎力をしっかりと養うことができます。お子さんの病状や診療方針など、ご家族への説明にも立ち会ってもらいますし、実際に説明してもらおう機会もあります。もちろん、私たちが

チームとしてしっかりフォローするため、安心して研修に臨むことができる体制にありますし、わからないことがあればどんどん頼ってもらいたいと思っています。

必須である4週間の小児科研修だけではなく、当院の初期研修プログラムには14週間の自由選択が設けられているため、小児科に興味をもった先生や小児科志望の先生は追加で小児科を回ることができます。そういった先生方には、個々の能力によって診療を任せたり、カンファレンスの司会を担当してもらったりと、より濃密な経験を積むこともできます。

食事をテイクアウトして医局のラウンジでみんなと一緒にご飯を食べたり、小児科医の異動の時期には送別会に参加してもらったりとアットホームで和やかな環境も特徴です。部長や上の先生にも気軽に相談ができますし、コミュニケーションも活発なので、最初は





竹田圭恵先生のおフ

趣味の映画鑑賞をしたり、友達とおしゃれなカフェや可愛いお店の多い黒磯に遊びに行ったり、夫と一緒に茶臼岳に登山をしたりと、オフも愉しんでいます。那須塩原や黒磯は秋になると紅葉が非常に美しく、インスタ映えする風光明媚なスポットがたくさんあります。美しい景色に囲まれた落ち着いた環境は、心身の疲れをいつも癒してくれますし、そうした環境が身近にある贅沢な暮らしも都会では味わうことのできない魅力ですね。



日本赤十字社
那須赤十字病院

○ 栃木県大田原市中田原1081-4
● <https://www.residentnavi.com/hospitals/348>
☎ 病床数：460床 ☎ 診療科：29科

遠慮がちな研修医の先生も打ち解けることができるなど、個人的に小児科の雰囲気は抜群に良いと思っています。

女性医師も活躍できる分野
子どもの笑顔が
何よりのやりがい

私の一週間の勤務内容としては、週1回の午前中外来、週に1〜2回の救急外来、午後は予防接種や乳児健診などを担当し、それ以外は病棟管理などを行っています。「那須赤十字病院」の小児科の常勤医数は現在7名、うち4名が女性医師であり、診療体制はチーム制ですので誰かが急な事情で出勤できなくなっても、患者さんのことを全員が把握しているため問題なく対応できる体制にあります。診療科間の壁は低く、産婦人科と合同でハイリスクな妊婦さんのカンファレンスを行うなど情報共有も密にしており、他科との連携も非常にスムーズです。

休みも希望日に取りやすく、育休・産休、時短勤務はもちろん、当院には24時間体制の託児所が完備されているなど、育児中であっても安心して働くことができる環境が整っています。また、育児休暇や子育ての経験が、診療を行う際に患者さんの悩みへの共感・アドバイスに繋がるなど、人生経験を活かして活躍することも小児科の特徴の一つだと思います。小児科のやりがいは、子どもが

元気になって退院する際、ご家族全員の笑顔を見られることです。子どもから折り紙や手紙など、手作りの感謝をもらったときはとても嬉しいですし、子どもたちの成長に寄り添えることも他科にはない大きな魅力です。

小児科は、「子どもの総合診療科」と言われており、急性期から慢性期まで、感染症、免疫疾患、アレルギー疾患、神経疾患、心疾患、血液疾患、内分泌疾患、新生児医療とあらゆる領域を診ることができ、かつ、幅広い領域のなかから専門性を深めることもできるなど、キャリアパスが多彩であることも魅力です。

また、子どもだけではなくご家族の心情を理解しながら信頼関係を築くことや、病状、診療方針の説明などでは分かりやすい言葉で話をするなど、コミュニケーション力も大切です。さらに、子どもは成人とは異なり自分の気持ちを言葉で上手く表現することが難しいため、洞察力も必要となります。「子どもの総合診療科」である小児科では幅広い知識や診療力を身につけられるだけではなく、仕事をするなかで自然とコミュニケーション力や洞察力も習得できるなど、人間としても成長できる魅力の大きな診療科です。当院の初期研修で一人でも多くの方が小児科に興味をもっていただき、小児科の道に進む医師がたくさん生まれ、栃木県の小児医療を共に盛り上げることができたら嬉しいです。

MESSAGE

「研修環境」「働きやすさ」「暮らしやすさ」
すべてが栃木県の魅力です

「那須赤十字病院」だけではなく、栃木県の研修病院の特徴は多様な症例を豊富に経験できることだと思います。また、栃木県は医師数が増えているとは言えない状況のため、協力体制や助け合いの精神といったチーム力も強く、充実のサポート体制によって安心して診療に臨むことができる環境にあります。

さらに栃木県は「人柄の良さ」も特徴です。病院スタッフも、患者さんも人があたたかく、和やかな

雰囲気のなかで仕事ができますし、忙しいイメージの都会とは異なり、栃木県は人混みも少なくゆったりとした環境にあるため、暮らしやすさも魅力だと感じています。栃木県の人柄や暮らしやすさに惹かれて、東京から栃木県の病院にいられている研修医や専攻医の先生も多くいらっしゃいます。栃木県は「研修環境」「働きやすさ」「暮らしやすさ」、すべてが魅力であり、自信をもって栃木県での初期研修、専門研修をおすすめします。



どんな疾患にも対応できる救急医 進路は多様で活躍できる場も多く 地域貢献を実感できることも魅力



とちぎメディカルセンターしもつが 救急科 渡邊 伸貴 先生 (わたなべ・のぶたか)

出身地 | 栃木県宇都宮市
出身大学 | 北里大学医学部(2012年卒)
認定医・専門医 | 日本外科学会外科専門医、
日本救急医学会救急科専門医
専門分野 | 救急、外傷外科、集中治療、
Acute care Surgery

内科も外科も好きで
何でも診られる救急医に

大学卒業後は「自治医科大学附属病院」で初期研修を行い、3年目は自治医科大学の救急科に入局しました。入局後、まずは外科専門医を取得するため、2015年から「宇都宮記念病院」の消化器外科にて2年間研鑽を積ませていただきました。2017年に「自治医科大学附属病院」の救急科に戻り、救命救急センターでの診療や後進の育成に携わった後、派遣によって2024年4月から「とちぎメディカルセンターしもつが」(以降、TMCしもつが)の救急科に勤務しています。

「自治医科大学附属病院」を初期研修先に選んだ理由は、出身が栃木県であることや、全診療科の知識を満遍なく吸収したいと思い大学病院で探していたなか、自治医科大学は医師が全国から集まっており、学閥が一切ないフラットな環境であること、そして決め手となったのは病院見学をした際に感じた教育体制の手厚さと雰囲気の良いことでした。

3年目は内科か、手術も好きだったので外科に進むか迷っていましたが、進路を考えているとき、ふと、6年間医学生として、また初期研修医として幅広く学んできたのに、3年目になって専門科以外を診ないのもつたないことだと感じ、内科も外科も幅広く診ることができると救急科に進むこと

に決めました。

「自治医科大学附属病院」の救急科は、救命救急センターを有する三次救急医療施設として栃木県の救急医療における最後の砦を担っており、年間2万人以上もの(うち救急車搬入は5000台)の救急患者を受け入れています。三次救急からコンディenserズまで、多彩で豊富な症例を経験することができ、さらにドクターカーによるプレホスピタルケアの実践、災害医療(DMAT)のトレーニングなど、「攻めの救急医療」を学べることも特徴です。

他科との協力連携も抜群 症例数も多く教育体制も充実

現在勤務している「TMCしもつが」は、2013年4月に設立された人口約15万6千人の栃木市唯一の二次医療機関であり、年間3000件を超える救急搬送があります。ER型救急として、軽症から重症まですべての救急患者に対応しており、当院にて治療が難しい場合は、ドクターヘリによる専門医療機関への迅速な搬送にも対応しています。また、2013年設立ということで、広くて動きやすい救急室や医療機器・設備などハード面が充実していることも特徴です。

救急科では、私を含め救急科専門医である常勤医2名と、月・水・金は獨協医科大学から、火・木は

自治医科大学から派遣される非常勤医師と協力しながら、救急搬送や紹介患者に対応しています。私が赴任する前は救急科専門医が不在であったため、救急車の応需率は5〜7割ほどでしたが、赴任した2024年4月以降は8割以上を受け入れており、本年度は4000件に届く見込みとなっています。さらに救急科として病棟管理体制を整えているところです。

救急の受入れには他科との連携・協力も重要となりますが、その点、当院は他科の先生方が非常に協力的であり、入院治療をお願いする時も快く引き受けてくださいます。医局が全科一つの部屋で全員が顔の見える関係にあり、他科の先生同士がコミュニケーションを取っている光景が当たり前にある、非常に風通しの良い環境です。

「TMCしもつが」では、2017年7月に「自治医科大学地域臨床教育センター」が設置され、大学と連携した教育体制の充実が図られていることも特徴です。さら





渡邊伸真先生のオフ

子どもが3人いるので、オフはもっぱら子どもの行事に参加するか、子どもたちと遊んで過ごしています。栃木県には室内施設、公園、遊園地、動物園、観光牧場など、子どもと遊べるスポットがたくさんあり、都会のように混雑していないことも魅力です。栃木県は自然が豊かで、車通りも少なく、子どもが安心してのびのびと遊べる環境にあるため、子育て中の医師にもおすすめです。



一般財団法人とちぎメディカルセンター
とちぎメディカルセンターしもつが

○ 栃木県栃木市大平町川連420-1
● <https://www.residentnavi.com/hospitals/111>
☎ 病床数：307床 ☎ 診療科：27科

に、栃木市唯一の二次医療機関として豊富な症例が集まるため、初期研修ではプライマリ・ケアに必要な基本的診療技術を確実に修得することができます。

初期研修の要となる救急研修や当直では研修医がファーストタッチを行い、どのような検査や処置が必要なのか、研修医の先生方が自ら考える診療を大切にしながら指導を行っています。当直（月3〜4回）は1年次の4月から始まり、研修医1名と内科系、外科系いずれかの2名による当直医の指導・フォローのもとで行うため、安心して臨むことができます。また、他科との連携が大切となる救急科は、端的かつ正確に伝えることができるコンサルト技術の習得に最適な場です。コンサルト技術はどの診療科に進んでも必要となる重要なスキルであるため、研修医が獲得すべき大切な能力の一つとして、コンサルト技術の獲得も重要視した指導を行っています。

さらに、救急科には獨協医科大学と自治医科大学から派遣医師が来ており、両大学の先生と交流ができることも魅力でしょう。

ワークライフバランスに優れた活躍の場も幅広い救急医

救急科が忙しいのは昔のイメージであり、現在はメリハリを大切にしている診療科です。私も「丁

MCSしもつが」の救急科の責任者として、働きやすい環境づくりにも力を入れて取り組んでいます。日勤と夜勤の交代シフト制によって定時になれば当直医にバトンを渡して帰ることができますし、私自身も子どもの行事日には休ませてもらうなど、希望日に休みが取れる体制となっています。

救急科は一般外来とは異なり、緊急度が高く、これまでの生活が一変するような急病で運ばれてくる方がほとんどです。そうした患者さんに迅速な診断と処置を行い、他科の先生方と協力しながら最適な治療を提供し、無事に元気になるまで退院したときの達成感ややりがいは非常に大きなものがあります。複数の専門性を活かすことができる診療科ですし、幅広い知識を有しているため他科の先生から相談を受けることも多いなど、医師からも頼られる医師としてのやりがいも感じることがができます。また、「MCSしもつが」の救急科では介護が必要な高齢者の方が搬送されることも多く、必要に応じて地域の多職種やクリニックの先生とも協力連携しながら社会調整を行うなど、地域全体と関わる医療ができることも特徴です。

今後の進路はまだ決めていませんが、救急医は全身を診ることができずし、地域の多職種と関わることもできるため在宅医療とも親和性が高く、ジェネラリストとして地域医療の現場で活躍したり、大学病院の三次救急にて重症

度の高い患者さんを診たりと進路の選択肢が幅広いことも大きな魅力です。今後、どのような道に進

むにしても、栃木県の医療に大きく貢献できる医師でありたいと思っっています。

MESSAGE

救急科は考える力を養う最良の場
研修では“自分で考える癖”をつけてほしい

研修先を決める際は、必ず病院見学に行き、実際の目で教育体制や雰囲気確かめることが重要です。人を基準に決めてしまうと、異動によってその先生がいなくなることもあるため、おすすめはしません。

そして研修では“自分で考える癖”をつけてください。特に救急研修は、鑑別診断や検査、治療方針を決めるなど、考える力を養う最良の機会です。常に自分で考える癖をつけることで、初期対応力

や問題解決力など、医師として大切な実力を涵養することができます。「自治医科大学附属病院」は大学病院であっても地域医療を重視した医療を行っていますし、特に「MCSしもつが」に赴任してからは地域に密着した医療を強く感じるなど、医療を通して地域貢献を実感できることも特徴です。さらに栃木県は人が穏やかで、仕事のしやすさも魅力だと感じています。どこで研修をするか迷っている方は、ぜひ栃木県に来てください。

