



Joetsu General Hospital

この場所では出会える、みらいの私。

新潟県厚生農業協同組合連合会
上越総合病院



上越総合病院の理念

患者さまの権利を守り、人に優しい良質な医療を提供します。
医療を通じて上越地域の発展に貢献します。

臨床研修の理念

上越総合病院の理念を基盤として、「医師としての人格」を涵養し、将来専門とする分野にかかわらず、医学及び医療の果たすべき社会的役割を認識しつつ、一般的な診療において頻繁に遭遇する疾病または負傷に適切に対応できるように、プライマリケアの基本的な診療能力(知識・技能・態度)を身につける。上越総合病院での臨床研修を修了した者は、その後のそれぞれのキャリアを通じて、社会に求められる医師としての役割を果たすよう、活躍してゆくことが期待される。

卒後臨床研修評価機構認定病院

2015年9月に卒後臨床研修評価機構(JCEP)の第三者評価を受審し、同年11月に臨床研修認定病院として登録されました。全国で178番目、新潟県内で2番目の登録となり、2017年に再度訪問調査を受け、更新されています。



基本研修プログラム

[研修ローテーション例]

1年次	内科 (24週) (呼吸器内科・消化器内科・腎臓病内科・神経内科・循環器内科)	救急科 (12週)	外科 (4週)	小児科 (4週)	産婦人科 (4週)	精神科 (4週)
	地域医療 (4週)	総合診療科 (6週)	選択科 (42週)			

※外科、小児科、産婦人科、精神科、地域医療は最低4週とし、8週以上が望ましい。

必修科目	内科(24週)、救急科(12週)、地域医療(4週) 外科(4週)、産婦人科(4週)、小児科(4週)、精神科(4週) 一般外来(6週):原則として総合診療科および地域医療で行う。従って、本プログラムでは総合診療科も必修診療科とする。
選択科目	内科、総合診療科、小児科、外科、呼吸器外科、脳神経外科、産婦人科、眼科、整形外科、泌尿器科、皮膚科、救急科、放射線診断科、放射線治療科、麻酔科、病理診断科、精神科、検査科、地域医療

詳しくは
病院ホームページを
ご覧ください▶



先輩
インタビュー

頼れる先生方・先輩方をお手本に
日々、成長していきたい。

私は親族に医療関係者が多く、医師になりたいという思いはずっとありました。小学生の頃に入院を経験したことで、その気持ちはより強くなりました。上越総合病院との出会いは、研修病院がいくつも集まるフェアのブースに立ち寄ったことがきっかけです。実際に見学に来てみたら、指導医や研修医の先生方の雰囲気すごくて、ここで研修できたら自分も成長できるのではないかと、そんなふうを感じました。大学時代の実習に比べると、上の先生方との距離がとても近く、自主的に取り組む先輩の姿にもすごく刺激を受けます。指導医の先生や研修医の先輩は、いつ何を聞いても教えてくれる、優秀で頼もしい人ばかり。私もそうなりたいという目標ができました。



私はまだ、圧倒的に知識や経験が足りていません。実際にお会いする患者さまは、人生経験豊富な方がほとんどなので、できるだけ不快な思いをさせないように、言葉遣いや態度には気を付けています。患者さまの気持ちを考え、一人ひとりに寄り添える医師を目指していきたい。指導医の先生方をお手本にしながら、しっかり学んでいきたいと思っています。



interview 01
福尾 篤子 1年目
富山大学 医学部医学科 卒業

自分で考え、行動する力が身につく、
研修生活がますます充実。

子供の頃、かかりつけ医が患者さまに一生懸命つくす姿に憧れて、自分も人の役に立つ仕事をしたいと思い、医師の仕事に興味を持つようになりました。大学5・6年の選択実習で上越総合病院を選んだ際、教育熱心な医師がたくさんいらっしゃることも、また指導医だけでなく看護師さんや検査科の方なども含め、病院全体で若い医師や学生を育てていこうという、温かい雰囲気を実感。卒業後の研修でもこの病院で勉強したいと思い、現在に至ります。



1年次の頃はわからないことだらけで、指導医の指示通りに動き、記録することで精いっぱい。これではいけないと思い、自分なりの分析で治療方針を考え、指導医とすり合わせていくようになりました。半年ほど経つと、指導医から初期対応を任せられるようになり、少しずつ毎日が充実してきたと感じています。都会の大きな病院ではただ数をこなすだけになりがちですが、この病院なら余裕を持って考えられ、振り返る時間を持ちながら学べる。これも私の性分に合っていると思います。指導医の先生方のように、私も自分の知識や経験をしっかりと後輩に指導できる医師になりたいです。



interview 02
小林 清太郎 2年目
信州大学 医学部医学科 卒業

全国各地から、ここ上越へ。
恵まれた環境のなかで学び、暮らしています。

上越総合病院の研修医は、出身地・出身大学とも、全国各地から数多くの採用実績があります。自然豊かな上越市。周辺には、生活に便利な大型量販店や飲食店があり、オン・オフとも充実の時間が過ごせる環境です。



出身大学

- 新潟大学 ●金沢大学
- 信州大学 ●富山大学 ●日本医科大学
- 徳島大学 ●宮崎大学 ●秋田大学
- 高知大学 ●杏林大学 ●岐阜大学
- 獨協医科大学 ●山梨大学
- 愛知医科大学 ●岩手医科大学

DIARY

上越総合病院の研修医は、毎日充実した研修生活を送っています。外科系・内科系研修医の、とある1日の流れをご紹介します。

外科系

古谷 篤先生
Furuya Atsushi's 1 day



7:45 研修医室 熱血指導医のモーニングレクチャー 毎週金曜日はモーニングレクチャーの日。総合内科指導医が、これまでの経験に基づいた独自の視点から、実践に役立つ知識を教えてください。この日のテーマは「見落とさない心電図の見方」。	8:30 外科外来 朝カンファレンス 前日のオペ患者さまの様子と、当日行われる手術についてカンファレンスが行われます。外科系専攻医のテキパキ働く姿は良いお手本になります。 <i>女性の外科系専攻医も活躍しています!</i>	9:00 HCU一般病棟 総合回診 指導医の指導のもと担当患者を診察し、処方や処置、検査オーダーなどを行います。初めての患者さまには「研修医の古谷です」と自己紹介を忘れません。	10:30 手術室 1件目の手術 外科チームに入って1か月、手術の助手や執刀医も経験しました。緊張しますが、外科指導医や麻酔科指導医、手術室スタッフ、看護師さんの全面協力のおかげで安心して実践できました。	13:30 研修医室 昼食 ランチタイムはJA経営店のおかず弁当。おいしい新潟米が食べ放題!たくさん食べて元気をチャージ、午後の研修に備えます。令和元年にリニューアルした院内食堂のお弁当も食べてみよう!	14:30 手術室 2件目の手術 数多くの手術を経験することで、外科的な手技はもちろん、術前・術後の管理についてもしっかり学べます。患者さまのご家族への病状説明は緊張しますが、大変勉強になります。	16:30 研修医室 合同カンファレンス 週に1回、他診療科のチームとともに、より良い治療法を検討。ケースワーカーや看護師による、退院に向けた患者説明にも同席し、在宅医療をはじめとする地域の社会福祉制度を学びます。 <i>サークル活動は、テニス部や華道部など他にもあります。</i>	17:00 研修終了 ほっと一息。同僚の旅行みやげのお菓子を食べて、コーヒーブレイク。	17:30 帰宅、リフレッシュ 病院から徒歩5分のアパートへ一旦帰宅し、院内のスタッフをメンバーとする野球部の練習試合へ。慰労会は近くの居酒屋で。運動後のビールは最高!今日はぐっすり眠れそうです。 <i>Refresh!</i>
--	---	---	---	--	---	---	--	--

内科系

沖津 正代先生
Okitsu Masaya's 1 day



8:30 病棟 回診 総合診療科の入院患者さまは高齢者が多く、複数の疾患(問題)を抱えているため全体像を診ることが重要。指導医同席のもと患者さまとご家族に病状説明を行います。私の診療録の記載に対し、指導医からより丁寧なコメントやカウンターサインが入ります。	10:00 外来 外来診療 内科の初診患者の医療面接。病歴聴取、バイタルサインを含む身体診察を行い、必要な基本的検査を指示。結果の概要を患者さまへ説明します。隣の診察室には常に指導医がいらっしゃるので、判断に困った時はすぐに質問。	12:00 研修医室 昼食 当院にはメンタリングプログラムがあり、昼休みを利用してメンターの先生と面談します。女性研修医には相談しやすい女性医師がメンターに。研修中の悩みやそれに対する解決法、進路相談なども、女性目線での親身なアドバイスをもらえます。	13:00 救急外来 救急患者対応 総合診療科では救急患者の対応も行います。ファーストタッチを行い、鑑別診断に必要な血液検査や画像検査の結果を見て、専門診療科とともに治療方針を検討します。 <i>救急の対応は救急科と協力!</i>	14:00 検査室 検査科研修 臨床検査技師からグラム染色や血液型判定・交差適合試験を教わります。そのおかげで、救急外来でグラム染色を自分でできるようになりました。希望すれば、生理検査室でエコーや心電図検査についても詳しく学べます。	16:00 医局カンファレンス室 総合診療科カンファレンス 一日の振り返りを行います。今日診察した患者さまの記録「総合診療科外来ポートフォリオ」を作成、指導医とともに振り返りフィードバックを受けます。 <i>指導医の先生に的確なアドバイスをいただきます。</i>	17:30 研修医室 研修医勉強会 研修医自ら企画する、週に1度の勉強会へ。症例検討やシミュレーターを使った研修会など内容は様々です。今日は、スキルラボ室で採血の練習。指導医の先生が優しくレクチャーしてくださいました。	18:30 帰宅 帰り道の途中、近くのショップでお買い物。スーパーや家電量販店など生活に欠かせないお店から、おいしいパン屋さん、カフェまで徒歩圏内にあるのでとても便利です。リフレッシュして、明日からまた頑張ります! <i>Fight!</i>
---	--	--	---	---	---	--	---

研修医の心強い相談相手 メンター制度

各科の研修を担当する指導医とは別に、パートナーとなる指導医を設定し、研修生活で直面するさまざまな悩み事を定期的(2~3カ月に1回)に相談できる、研修医のためのサポート制度です。パートナーは、男性研修医には男性メンター(指導医)、女性研修医には女性メンターが相手になるよう、年度初めにマッチングで決定。患者さまやご家族への対応やスタッフとのコミュニケーションの取り方、将来のキャリアへの希望、さらには生活全般のことまでを相談できるため、研修医にとって非常に心強く、よりよい研修生活を送ることができます。



多職種研修

医療現場で重要視される「チーム医療」は、いろいろな職種が各専門分野の知識や技術を発揮し、連携することが大切。そのため当院では、年間を通じて多くの多職種研修会が開催されます。臨床研修医のフレッシュマンセミナーは新人看護師と合同で行い、患者さまのケアや注射法などを復習。また、薬剤師が研修医に対して小児の薬の飲ませ方をレクチャーすることも(写真)。他には医療安全管理や院内感染防止、コンプライアンスなどさまざまな職種のスタッフが指導者となって研修を行います。よりよい医療を提供するために互いの仕事を理解し、尊重し合う姿勢が必要であると考えています。



当直について

- 当院の当直は、基本的に指導医1名・研修医1名・看護師2名体制で行います。
- 1年次の初めての当直は、先輩研修医と一緒に見習い当直(17:00~22:00)からスタートします。
- 指導医・先輩研修医とともに当直の経験が積めるので1年次でも安心。
- 当直は月に4回程度です。翌日は半日勤務となります。体と心をしっかり休められます。

処遇・福利厚生

身分給与	上越総合病院 常勤医師(新潟県厚生連就業規程による)
	[1年次] 基本給……………350,000円 当直手当……………19,400円/回 時間外手当…実動支給
	[2年次] 基本給……………380,000円 当直手当……………19,400円/回 時間外手当…実動支給
勤務時間	基本の勤務時間 8:30~17:00
時間外勤務	あり
当直	4回程度/月
宿舎	民間アパートを斡旋 ※50,000円まで補助あり
社会保険	健保・年金・雇用・労災加入
健康管理	健康診断:年2回
医師賠償責任保険	病院へ加入、個人加入は任意
研究費助成	臨床研修2年間で研究費20万円利用可能 ※学会出張に伴う旅費、参加費に利用可

START

初心忘れず
頑張るぞー!

研修 スタート



すすめ!! プロフェッショナルへの道

地域の方からのアンケートでは
記入していただいた方の95%が
"研修医の将来に期待している"
と回答してくれたよ



4月 フレッシュマンセミナー

はじめの2週間は新人看護師、コメディカルと一緒に患者さまのケアや注射法、医療安全管理や院内感染防止などの研修をするよ! 座学と実践形式でわかりやすいし、他のスタッフとも仲良くなれた!

10月 上越総合病院病院祭

地域の方々と一緒に「心肺蘇生とAEDの使い方」を演習中。恒例の研修医による劇は地域の方々からも大好評!!

研修診療科終了ごとに振り返る 360度評価

手術において執刀医を担当したこと、患者さまの家族に対して病状説明をしたことは、初めての経験だったのでとても緊張したけど、事前準備をしたおかげでなんとかやりきることが出来た! あの緊張感はずっと忘れることはないと思う。



2年目の スケジュールが決定

柔軟なプログラム、豊富な症例、スケジュール変更の対応も含めて大満足!



悩んだときは
先輩研修医が
相談のってくれるよ

5月 はじめての当直

最初は先輩研修医と一緒に副当直に入るので安心。慣れてくると指導医と研修医の2人体制だよ。



わからないことは
何でも聞いてね

各種コースが 院内で受けられる

ICLS ACLS BLS CPVS 外傷コースなどなど、ほかにもいろいろなコースを当院で開催しているので受講しやすいんだ!



レベルアップ チャンス!!

THE RESIDENT CIRCLE不識庵 教育レクチャー

近隣の研修病院の研修医が集まって3ヶ月に1回程度、開催しているよ。外部から有名な講師の先生が来てくれてとっても贅沢な研修会! 医学生さんの参加も多いし毎回いろんな発見があるから成長するチャンスだよ!

8月 研修医同窓会

当院を修了した先輩たちが集まるから、進路のことや体験談、あんなことやこんなことまでたっぷり聞ける貴重な時間。

地域の方からメッセージ

たくさん研修医が育ってほしい。一つでも多く経験することが未来につながると思う。一生懸命で対応が親切だったので安心して委ねることが出来た。

地域住民とのふれあいもあるよ



壁にぶちあたると

何をするにも時間がかかってしまうみんなに迷惑かけてないか不安だな...ちゃんと成長できているのかな...

そんな時は

メンターに相談!!

P4 参考 よし! まずは目の前のことを1つ1つこなしていこう



大忘年会での余興も
全力投球



やさしい看護師さんからメッセージ

当院では、研修医は指導医からだけでなく、看護師や他職種職員にもいろいろなことを教わり信頼関係を築いています。最初は緊張していた研修医の先生も、2年次になると患者さまに対する説明がグッと上達。そんな成長の様子を、看護師たちは優しく見守っています。



後輩たちが仲間入り

救急科研修では1にも2にも患者さまの診察がスキルアップの近道。指導医と一緒に、時には1人で、ファーストタッチができて、不明点があればその都度相談できるシステムだよ。自分の力量不足を痛感できるし、勉強にも熱が入る!



協力病院での研修

2年目には外病院での研修(地域医療)があるよ。地域医療研修のほかにも選択科目として協力病院での研修が可能。現在当院の協力病院は12病院あるからニーズに合わせて選ぶことができるよ

2年目の 春に突入



涙の 研修修了式

教育熱心な指導医の温かく的確な指導、他職種スタッフの声掛け、面倒見のいい事務員、病院全体で研修医を育ててくれたなあ~充実した2年間を経て成長した自分を感じることができる。ここでの研修をバネに新たな目標に向かってスタートだ!

目指せプロフェッショナル!!!

研修修了!!



レベルアップ チャンス!!

THE RESIDENT CIRCLE不識庵 教育レクチャー症例発表

1年を通して超豪華な研修会が盛りだくさん!
ゴータム・デシュバンデ先生/
笹野幹雄先生/
ローレンス・ティアニー先生/
志水太郎先生などなど



ついにこの時が...

英語での発表は難易度が高かったけど指導医の先生が事前に添削してくれたから自信をもって発表できた。終わった時の達成感は半端ない!!

