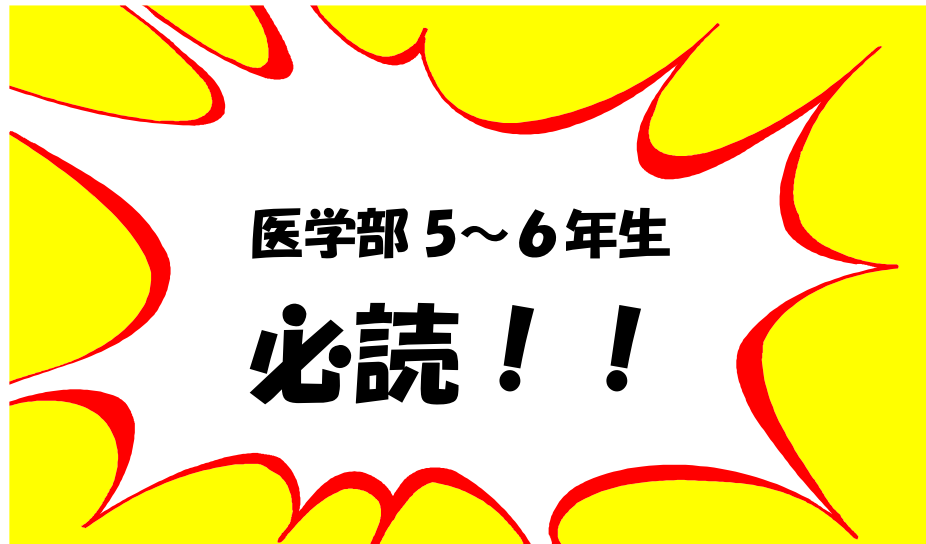




“マッチング” これで、私は長崎大学病院 に決めました！！



今年度、長崎大学病院に採用になった研修医1年次の先生方に、

- ✓ 長崎大学病院を選んだ理由
- ✓ ワンポイント国家試験対策（裏面）

を聞いてみました！是非、今後の参考にしてください♪

指導医が GOOD！！

- 病院全体で、研修医や若手の医師を育てようとする先生方が多くいらっしゃることや、それをサポートするシステムがあること。
- ポリクリ、クリクラ等で指導医の先生方が充実していたから。
- 先生方が熱心に教えてくれたから。
- 先生方が非常に親切で学びやすかった。
- 長崎出身の人は、地元の先生と関わりがもてるので良いと思う。
- ○○教授、○○教授がいらっしゃったから。
- 「医者が一番大事な能力は考えること。手技は5年目には皆同じレベルになるから安心しろ。」呼吸器内科○○先生談。
この一言があったから安心して大学病院を選べました。
- ある教授の一言
「○○、逃げるなよ。」→教授が長崎大学病院に来たばかりの時、父親の執刀をしていただいたので頭が上がりません。
ある教授の一言
「ここで頑張った方がいいと思うよ。」
ある教授の一言
「力をつけて国内留学をした方がずっと価値ある修行になる。」
麻酔科○○先生の一言
「東京に行っても“生活には困らない”けど、根なし草の医者があふれている。」

雰囲気 GOOD！！

- 研修医（長大出身じゃなくても）を温かく、受け入れてもらえる雰囲気を感じたから。
- 長崎大学病院では研修医の教育に熱心な先生方も多く、臨床研修センターの方々も温かく迎えてくださるので、そのような雰囲気に惹かれました。
- 病院見学の際に研修センターをはじめ、先生、スタッフがとにかく親切、熱心で、こんな所で一緒に働けたら楽しいだろうなと思ったから。
- ポリクリ、クリクラで病棟、医局の雰囲気を見ているので、研修中のストレスが少なそう。
- ポリクリやクリクラで長崎大学病院をまわって、先生方の雰囲気がとても良かった。
- 出身大学なので差別がなさそう。

システムが GOOD！！

- 救命救急センターができたから。
- 以前は救急が気にはなりましたが、今年から救命救急センターもできて、設備の面で長崎大学病院は申し分ないと思います。
- 変化をしていく姿に熱意を感じたから。
- よりよい研修病院を作ろうとしているのがわかるから。
- 全国で1番の研修病院ではないかもしれないが、全国で1番良くなってきている病院だと思う。
- 国際ヒバクシャ医療・保健コースを選択しなかったのが長崎大学病院を選びました。特色のあるプログラムだと思います。
- 小児科を目指そうと決めたので、小児科コースのある大学を選びました。あと、他にも病院は見学しましたが、やはり指導体制がしっかりしている大学病院が良いと思いました。
- 長大出身でたくさんの方がいる方が頑張れると思った。教育システムが良いと思った！
- 教育体制。
- 病院関係者の方々の努力のおかげで研修しやすい素晴らしい環境を作ってくれたから。
- 研修システムがしっかりしている。
- 研修センターのバックアップや各種の勉強会、セミナー、シミュレーターが充実している。
- 私は長崎を出る気満々だったのですが、ポリクリを回っていたときの夏に何か所か他県の病院を見学に行って、逆に長崎大学病院の設備の良さや指導医やその他の先生方の教育姿勢がものすごく良いことに気づき、長崎に残ろうと思いました。
- 私は長大出身だったので、知っている環境で研修した方がスムーズに勉強できると思いました。
- 病院がキレイだから。

その他も GOOD！！

- 今の研修プログラムでは内科・救急が必修なので、市中病院2年の研修よりもカンファレンスや指導医・症例が充実している大学病院での研修のほうが実技は劣るかもしれませんが、医師に必要な考える力がつくと思いました。また、私は外科系に進みたいのですが、考えることが苦手というか、市中病院では症例をこなすことがメインになりそうだったので、カンファレンスでつまれつつ、1つの症例でより多くのことを学び考える力をつけたいと思ったから。
- 一番のキメテはクリクラでコメディカルの方々と顔見知りになり「働きやすい職場」で徹底的に勉強しようという「覚悟」です。しっかり働かないと他の職業（医療関係以外の職業でも）の人達に申し訳ないし恥ずかしいです。
- 将来ずっと長崎で働きたいと考えていて、研修医のうちから医局選びを考えておきたいので長崎大学を選びました。あと、実家から10分弱で着いて楽なので、大学病院にしました。
- 病院はきれいだし、他大学出身者にも優しい気がしたから。
- 長崎が好きだから→長崎に残りたいから。
- 長大出身だし、将来長崎で働きたいから。
- 3年後も長崎で働こうと思っているから。
- 長崎が一番大きいから。
- 地元だから（3票）
- 母校だから（4票）

後輩に勧める “オススメ★ワンポイント国家試験対策”

其の一 ネット講座・受験本は必須

- ◆ 予備校のネット講座を6年生の4月頃から見ると、病態生理をまとめていると勉強になった。
- ◆ 卒試までに全ての科をアプローチ、クエバン等で勉強し終える。そして、卒試を復習感覚で臨む。そうすれば、卒試後の勉強が楽になる。
- ◆ 模試をできるだけたくさん受けて、きちんと復習する。必修、公衆衛生を疎かにしない。
- ◆ イヤーノート熟読する。国試後におけるイヤーノートは無敵！！
- ◆ 全国的に過去3年分、必修QB、公衆衛生QBはそれぞれ2周はみんなやっている。模試はテコム3, 4回、MEC等は必ず目を通しておく。
- ◆ 模試からも結構出題されていたので、復習前提で模試はたくさん受けたほうがいい！！夏・秋の模試も直前に復習すると基礎の確認になって良かった。
- ◆ 三苦信者になれば合格！三苦先生のセレクト講座は絶対に見た方がいい！！予想問題も載っているのだから、必修のQBはした方がいい。直前のMEC・Dr 孝志郎の講義が良かった。
- ◆ まずは産科・小児科+苦手な科目を三苦先生のビデオでやれば6割は超える。これに加え、ちょこちょこやれば8割いく！試験当日には必修の本を持って行くこと。
- ◆ 自分は、QB やアプローチは全く使用せず、三苦先生のセレクト講座しかしませんでした。本番では、考える問題が多く、考える力をつけることが大切のように思えました。
- ◆ 始めはTECOM or MECのビデオ講座などで基礎固め。どうせ忘れるので、あんまり最初から知識の詰め込みは良くない。2周、3周するイメージで繰り返し勉強することが大事。
- ◆ SELECT+過去問=合格！！
- ◆ 教科書を1ページ目から全部読む。全科目を3回読めば受かります！
- ◆ 模試の復習は時間がかかってもする価値がある。(同じ問題がでたりする)

其の二 メリハリをつけて、仲間と頑張るべし

- ◆ 1週間に6日は元気に頑張る。
- ◆ 勉強部屋には必ず通うこと。(不合格者のうち、勉強部屋に来ていない人の割合は毎年かなり高い。)
- ◆ みんなと一緒に勉強する。みんなと同じことをする。病態を理解しておくこと。
- ◆ 勉強部屋で、皆と一緒にネット講座を受ければ大丈夫！
- ◆ メリハリをつける！勉強するときとはとにかく集中。遊びや部活の時は、勉強のことはすっかり忘れる。早目にひと通り終わらせる。
- ◆ 過去問は3年分くらい。勉強部屋では話さずらいので友達と「今日これやるんだけど・・・」と連絡しあったりすると良かった。国試直前は病むので、友達とごはんを食べたり、メールしたりしてリフレッシュしましょう。私は国試2か月前に母を亡くしました。母が亡くなるかもしれないという不安と、今年は国試受けられないかも・・・という気持ちがずっとありました。それでもどうにか受験できたのは、国試のラスト1ヶ月に支えてくれた友人たちの「一緒に頑張ろう」という言葉やメールのお陰でした。みなさんも、ふとしたことで勉強ができなくなることがあるかもしれませんが、周りにはちゃんと見てくれています。国試は1人では乗り切れません。
- ◆ ダラダラせずに、時間を守って勉強する。遊びも大事。自分に合ったテキストを使う。みんなでMTM・・・って空気に流されない。当然みんながISSAだから・・・ってのもNG！マイナーが意外に大事。今年は直前にMECが良かった。
- ◆ クエバンを1人で解くと知識の線引きができないので無駄が多い気が。正答率の悪い問題はどうせ削除になるので、マニアックな知識を詰め込むよりも、周りの人たちと同じ思考を持つセンスを磨く方が良いと思う。9割は合格する試験なので、1割に入らない勉強をすることが大事。

其の三 スケジュール管理は大事

- ◆ 6年生の1年間を通した大まかなスケジュールを最初に決めて、後から焦らないようにした方がいいと思います。特に必修・公衆衛生は後からやる人が多いと思いますが、この2つは国試におけるウェイトも大きいので、早目の対策をお勧めします。
- ◆ 7月1日～2月13日まで盆、クリスマス、正月(卒試後休み)も無く、朝8:00～夜11:30までノンストップでした。自習部屋は是非活用して下さい。話し合った事が高確率で国試に出ます。国試の直前期は精神的に不安定になる人がいたりします。隣の人は鼻息が荒くなりました。そういう時は必修対策だけに絞って一般・臨床は軽めにしときましょう。その時点で怖いのは必修(80%以上合格)だけになっていますので。
- ◆ 基本的に恋愛や趣味は自己責任です。私は全て切りましたが、切らなかった人が落ちたので、やっぱり本気で受かりたいなら切るべきです。
- ◆ とにかく夏休み前までにQBメジャーを一通り終わらせておくこと。夏休みには、QBやビデオ講座などで、産婦人科と小児科をやるべし(卒試対策にもなる)。当たり前だけど、疾患は必ず病態生理を理解し、「この疾患は、このような異常があるから～な症状が現れ、また検査は～や～が必要」といった流れを把握し、理屈を理解することで、暗記する箇所を少なくする。
- ◆ とにかく早目の対策を。何から始めていいのかわからなければ、まずメジャーを。
- ◆ 計画通りには進まないけど、とりあえずはメジャー1周、マイナー2周、公衆衛生2周、必修1周を年内にするとかなり良いと思います。年明けからこの4つをもう1周ずつしないと、人の記憶はそんなに持ちません。メジャーはSELECT、マイナーはマイナーKids(説明不足、画像も曖昧だけど・・・)公衛はクエバンとMEC高橋、必修はクエバンで私は十分だと思いました。

其の四 ポリクリは重要

- ◆ ポリクリ、クリクラをまじめに受けること。・・・なんてことを6年生に言っても、もう遅いけど(汗)。診療の流れ(次に行うべき検査は?)などを問う問題が多くなっているように思います。実習でそのあたりを意識していると、国試の勉強もスムーズですよ。
- ◆ 必修対策は実習を真面目に取り組む。必修が一番怖いので、しっかり対策してください。
- ◆ ポリクリや授業で学んだことを活かす。
- ◆ 座学も大切ですが、実習で実際に自分の目で見たことを大切にしてください。
- ◆ 104回は内科が減って、外科やマイナー科が増えていたので、決してアプローチやクエバンだけで満足しないほうがいいと思います。実習でやったことも多くあるので、クリクラ中に実技はたくさん学んでおいたほうが良いです。実技・画像は増えていました。



長崎大学病院 臨床教育・研修センター(医師育成キャリア支援室)

TEL: 095-819-7847

FAX: 095-819-7882

MAIL: career@ml.nagasaki-u.ac.jp

HP: <http://www.mh.nagasaki-u.ac.jp/career/>

BLOG: <http://careerngs.exblog.jp/>