



鳥取の総合診療専門医を 育てるプログラム GuideBook



診療のみならず、地域活動や多職種連携で活躍する

総合診療医を育成することによって、

その総合診療医が働くエリアの人々が

自分らしく幸福でいられる社会を作ること。

vision



診断学



訪問診療



内視鏡



予防医療



多職種連携



救急 集中治療



小児思春期



研究

ニーズに合わせて様々な武器を身につけていく

“あなたの目の前にいる患者のために”

プログラム責任者からのメッセージ

専攻医へのメッセージ



プログラム責任者
谷口 晋一

みなさん、こんにちは。

鳥取の総合診療専門医を育てるプログラムの責任者を務める谷口晋一です。私は鳥取大学医学部で地域医療学講座を担当しています。総合診療医には、患者や地域を包括的にみる視点と力を身に着けることが必要です。それは医学部で学んだサイエンスとは異なる哲学を、自分の視点に織り込むことでもあります。私自身は内分泌代謝専門医からこの分野に入り、家庭医療学を中心に学び続けるうちに、視野の広がりと自分の囚われていたものの見方に気づかされました。総合診療は病気だけでなく、人間の全体像をとらえるチャレンジングな分野です。

鳥取のプログラムの魅力は、何と言ってもその指導陣です。孫大輔准教授を筆頭とする地域医療学講座の面々は家庭医療の造詣が深く掘り下げた指導をしてくれます。いっぽう地域で活躍する先生方は多くの経験知をもっておられ、それを実地で学ぶことができます。そして、私たちのプログラムで何よりも大事にしているのはレジデントへの丁寧なフィードバックです。症例をたくさんみるだけでなく、一例一例を丁寧に振り返り省察することが、成長のためにもっとも重要なステップです。人間に興味のある人はぜひ一緒に総合診療を学びましょう。

とにかく総合診療は面白い！

～総合診療の3つの魅力～

地域医療学講座の孫です。私は「とにかく総合診療は面白い！」ということを3点お伝えします。

まず一つ目は、その「深みと広がり」です。総合診療は幅広くみるのみだけでなく、人間を「深く」みる医療でもあります。私は総合診療を通して、患者さんの心理面や社会的側面に深く触れることができることを「面白い」と感じています。

二つ目は、総合診療の「学び続ける」側面です。人間を総合的にみる医療は、総合診療しかありません。しかし、この「総合的にみる」というスキルは終わることがありません。最近では、私は総合的に人間をみるアプローチは心理学・哲学から学ぶことができると思い、メルロ＝ポンティの哲学（現象学）やゲシュタルト心理学を学んでいます。

三つ目は、「他者との協働」という側面です。総合診療医は地域において、越境的にいるんな人とコラボレーションして役割を果たします。この「他者との協働」において、いつも驚きや未知の発見があり、楽しさが尽きることはありません。

これからの新しい時代において、総合診療・家庭医療は人間のヒューマニティ（人間性）に関わることに一番コミットするので、AI時代においても最も必要とされる分野であることは間違いありません。一緒に新しい時代の新しい医療を目指しましょう。



プログラム副責任者
孫 大輔



奥谷 はるか

私は鳥取大学に特別養成枠で入学し、初期研修は鳥取県立中央病院で勤務した後、現在は鳥取市立病院で総合診療医として研修しています。

高校生のとき家族の看取りを経験したことから、**病いがありながらも生きている人や家族を支えたい**と思うようになり、成績は優秀ではなかったのですが、2年浪人して鳥取大学に入学しました。大学生の時に大山町の公民館に行って町民の方と一緒に医療体制や健康について考えたり、訪問診療に同行したりした経験から、総合診療医・家庭医こそ自分の目指す医師像にピッタリだと思い、総合診療医を目指すようになりました。**総合診療医は人の病気だけではなく、生活背景、家族や社会との関わりも診る医師**です。現在は憧れだけではなく、総合診療医としてその人や家族とどう関わっていくか考えながら診療に取り組んでいます。



鳥取の総合診療プログラムでは月一回のレジデントデイや、院内の指導医との日々の振り返りや月一回のメンタリングを通して、総合診療や家庭医療の考え方を学んでいます。自分の抱えている事例や日々の出来事を俯瞰してみたり、フレームワークを使って考えることで新たな気づきが得られることが多いです。一人で問題を抱え込まずに、指導医の先生と共有することで安心して前に進むことができると感じています。

そして、このプログラムに所属している専攻医は**それぞれ自分にとって大切なこと、それぞれの価値観を尊重されている**と感じます。仕事におけることだけでなく生活や家族のことも相談しやすい雰囲気がありますし、専攻医のやりたいことを応援してくれる土壌があります。私はこのプログラムで教育を受けることができよかったです。

メッセージ



過疎地域こそ、
家庭医が輝ける



小原 亘顕

皆さん、こんにちは！専攻医の小原亘顕です。私は医師6年目で、総合診療専門医研修が終了し、家庭医療専門医研修の4年目として日野病院の内科で研修しています。

私の業務内容は、①入院主治医として10～15人の患者を診る、②週2回で初診・再診外来をする、③週2回で上部消化管内視鏡検査をする、④週1回、半日で訪問診察をする、⑤週2回、病児保育の利用者の診察と多岐にわたります。日野病院は慢性期外来患者から急性期入院患者まで、また0歳から100歳までと幅広い患者を同時に診られるので、総合診療医として診療の幅が自然に広がるのがメリットです。そして、総合診療科に勤務する地域医療学講座の指導医に相談できるのも良いところです。

その一方で、日野病院の在宅介護所長もしています。

職員が遭遇した在宅困難事例の対応を検討し、必要とあらば院外の会議にも出席しています。実際に病院組織のマネジメントをすることで、組織のガバナンスやリーダーシップの取り方なども学んでいます。病院を飛び出し、日野町の福祉課と協力し、医療機関を受診しない高血圧の患者を対象にパンフレットの配布や健康教室を開くなど、高血圧の地域啓発活動もしています。日野病院があるような過疎地域こそ、地域を包括的にマネジメントできる家庭医が輝けると感じています。将来的には過疎地域の地域医療に携わることで、患者をただ診るだけでなく、行政や福祉と連携し地域全体に貢献できる医師になりたいと考えています。

この文章を読み、総合診療に興味を持って下さった皆様と一緒に働ける日を心待ちにしております。

卒業生からの Message

Shohei
Taniguchi

Tsubasa
Nakai

Yuma
Otsuka

鳥取の総合診療プログラムを 選んだ理由と将来の医師像

〔谷口〕プログラムに入る前は総合診療医ってあまり分かってなかったと思います。「在宅医療もやりたい、でも病院でも働けるようになりたい」という気持ちもあったんです。「それができる」という意味で総合診療を選びました。

自分が目標にしてた「幅広い場での診療ができるようになる」というところは十分に達成できたと思います。学んでいくうちにだんだん視野が広がってきて、課題を見つけながら学んでいった。その先が、在宅もできるし、いろんなこともできるようになった、という感じですね。実は、深いところもあるんだよなっていうところは、入ってみたいとわからないかもしれません。

〔中井〕私の場合、総合診療以外も最後まで迷っていて、「身体の全部、患者さんの全部を見たい」という思いがありました。総合内科や感染症内科など、本当に迷って……。その中でなぜ総合診療医を選んだかという、一番最初に身につけておくべき医療の基礎かなというふうに思ったんですよね。その基礎を固めた上で今後に応用ができるんじゃないかって。ただ入ってみると、総合診療は単なる基礎だけじゃないって感じました。本当にどんどん深めていくと、僕が地域にどういうふうに入り込んでいくか、患者さんをどういうふうに内面や生活まで診ていくかっていう、総合診療独特のスキルというものがとても奥深いんです。それに、患者さんから教えられること学ぶことが多くあります。始める前に思い描いていた「患者さんの全部を見ることができる」という目標が一定は達成できました。それ以上に人間的にも大きく成長できたと感じます。

診療の基礎力と総合診療医の 診療能力の違い

〔谷口〕一般的にその総合診療って言われると、医学的な側面にフォーカスされるような気がしますけど、それだけじゃないっていうところ言いたいですね。BPS(Bio-Psycho-Social)モデルの個人を中心として広がっていくところの文化ということまでを含めた後ろに広がっていく感じがします。

〔中井〕医学科1年生の授業に行くんですが、「総合診療医は幅広く見る専門性」「地域を見て地域を良くする専門性」「人を見て人間を深く知るための学問」という感じで、単純化して伝えているんですよ。臓器、人間、家族、地域みたいな感じで、広がっていく。基礎力ってどちらかっていうと、細胞とか臓器とか、そっちの方に焦点が当たってるっていうイメージかと。

鳥取の総合診療プログラムは どんな特徴がある？

〔中井〕研修の場所として、大学を含めた大病院から小病院、診療所まで、いろんな場所でもどこでも対応できる。というように、数年間いろんな地域で研修することができます。多分どこに行っても通用するスキルがその中で身につくんじゃないかなと思っています。

〔谷口〕幅広いっていうところに関して言うと、鳥取は超急性期病院から一般病院的な規模の病院、二次病院、やろうと思えばプライマリーの現場、また在宅も含めて、バランスがいいですね。半年、1年働いていると、そこでうまく立ち回るための能力、診療の能力というのは身につけることができると思います。

〔大塚〕診療能力以外だとどうですか。人間的にも成長できるプログラムだと思うんですね。

〔中井〕実は、以前は人と関わるのが苦手だったんです。でも同期や先輩、先生方と自由に話せるノープレイムな環境のおかげで変わりました。内面をさらけ出して相談できるメンターもいて、成長を実感しています。何より人に興味が湧き、患者さんとも自然に繋がれるようになりました。

〔大塚〕“No Blame Culture” このプログラムが大事にしている1つですからね。

〔谷口〕幅広く患者の背景を知り、本当に患者さんのためになるかを追求することを全員が大事にされていて、それができるプログラムだと感じています。結果、人間力、総合診療力に結びついているのかなと思いました。専攻医の若い時期から勉強会の企画から始めて、リーダーシップ、マネジメントな

どを経験して、年次が上がってくると地域での活動もして、いろんな人を巻き込みながらやっていくってこともステップアップになります。

(大塚) 確かに、お二人ともそれぞれ地域でリーダーシップを発揮してますね。

総合診療医に必要とされる診療以外の能力

(中井) 総合診療医として地域や病院で活躍するって、実は「患者さんをたくさん診られる」とか「質の高い診療ができる」ということだけじゃないと思うんです。新しい、または既存の取り組みに関わっていくことも含めて活躍するってことになると思っています。そこで必要になってくるのは、**リーダーシップやマネジメントの能力**なんですよ。一人で動いてもやっぱり範囲が狭まっちゃいますからね。

(大塚) そうですね。一人じゃ何もできないっていうのを知って大事な学びですよ。逆に言えば、**その総合診療医が一人いることによってチームが活性化して地域がより健康になる**っていう、いいムーブを起こすこともできると思います。

プログラム修了後

(谷口) 総合診療の研修中、いろんな医療機関で働くので、どこでも活躍して働くことができるようになります。加えて主軸を大学という場にすることもできますね。

僕の場合、僻地の医療機関で診療しながら、巡回診療の立ち上げをしたり、病院のリクルート活動をしたり、病院運営に関わることをしたり、幅広く活躍したいと考えています。

(中井) 私は今、主に大学に所属しています。教育と学生教育に大きく関わるようになりました。深く学ぶ機会を作って、総合診療についてもっと知ってもら。皆さんにジェネラルマインドをなんとなくでも感じてもらうというのは、どの科にいてもきっと役に立つ考え方だと思うので、やりがいを感じています。総合診療からいろんな進路があるよという形で学生、研修生には知ってもらいたいかなと考えてます。

ワークライフバランス(休みの日はある?)

(谷口) 働く医療機関によっても多少の差はあると思います。

専攻医になりたて医者3年目の頃は、研修医から上がって自分の責任が重くのしかかる時期。確かに多少しんどいところはあると思います。その後、診療の能力は誰もが上がっていった、ある程度うまくやることができるようになってくると、**ワークライフバランスが取りやすくなって**くるのかな。このプログラムは、プライベートも大事にしている文化がありますよね。僕自身も子育て中ですが、家帰ったら子どものご飯を食べさせたり、一緒にお風呂入ったり寝かしつけしたり、子どもと過ごす時間を十分にとれているので、すごいいいかなと思います。

(中井) プログラムとしていうとメンター制ですね。しっかりとワークバランス的な面も見守って支えてくれる指導医の存在が大きいです。先生方の支えもあって、この数年間生き延びてこれたと感じています。このプログラムでは産休・育休を取ることを推奨してますよね。

(大塚) 総合診療や家庭医療って、他人の人生に関わり、考察する学問でもあるので、**人生においてのイベントを自身も経験することが、めぐりめぐって良い総合診療医になる過程になる**んじゃないのかなと思います。

鳥取での総合診療医に興味を持っている人へメッセージ

(谷口) このプログラムに入れば、「**優しい良医**」になれるんじゃないかなと思ってますね。「優しいヤブ医者になるな」とはよく言われる話ではありますが、患者さんのために何ができるかを、ちゃんと理論を持って、そのやり方を学んだ上で、最善の医療を提供する。そんな優しい良医になることができるんじゃないかなと思います。

(中井) 私も同じですね。そういう意味で、このプログラムに入って、あなたが主治医でよかった、先生に見てもらえてよかったと言われる回数はどんどん増えていってます。**自分の憧れの人に近づく道筋を示してくれる**プログラムではないかな。

(大塚) 私からは、夢を大きくですね「**鳥取から世界を席捲しよう**」。世界を席捲するために、一緒にやっていこうぜ、と伝えたいですね。

左) 谷口 尚平 2023年総合診療専門医取得
2024年新・家庭医療専門医取得
2018年に鳥取大学を卒業し、島根県立中央病院での初期臨床研修を経て 現在は日南病院を中心に中山間地の地域医療に従事している。

中) 中井 翼 2022年総合診療専門医取得
2024年新・家庭医療専門医取得
2017年に鳥取大学を卒業し、公立豊岡病院での初期臨床研修を経て 現在は鳥取大学医学部 地域医療学助教として、日野病院を中心に臨床・教育・研究を実践している。

右) 大塚 裕真 2022年総合診療専門医取得
2023年新・家庭医療専門医取得
2017年に鳥取大学を卒業し、鳥取大学医学部附属病院 たすきがけプログラムでの初期臨床研修を経て 現在は鳥取大学医学部 地域医療学 特命助教として、総合診療医の育成に特化した各地域での活動を展開している。



研修プログラム スケジュール

最短で

総合診療・家庭医療専門医を取るパターン

	4～6月	7～9月	10～12月	1～3月
1年目	鳥取県立中央病院 内 科 研 修			
2年目	鳥取市立病院 総合診療Ⅱ研修			
3年目	日野病院 総合診療Ⅰ研修／家庭医療Ⅰ研修			
4年目	日野病院 家庭医療Ⅰ研修／家庭医療Ⅱ研修			

資格
取得

3年目：総合診療専門医試験資格

4年目：家庭医療専門医試験資格

4年間で

総合診療専門医を取るパターン

	4～6月	7～9月	10～12月	1～3月
1年目	島根県立中央病院 内 科 研 修			
2年目	島根県立中央病院 総合診療Ⅱ研修			
3年目	日南病院 総合診療Ⅰ研修			
4年目	日南病院 など 自由選択			

資格
取得

4年目：総合診療専門医試験資格

1
年目

J-OSLER

／簡易：20 症例、詳細：5 症例

内科研修における実績としての
症例や多職種評価等を登録する
システム。

3
年目

J-GOAL

／*経験省察研修録 7 事例など

総合診療専門研修全体を管理す
るオンライン研修手帳。事例の
登録や症例・手技等の経験の進
捗確認を行う。

*経験省察研修録

総合診療研修において身につけるべき 7
つの資質・能力について、自分が身につ
けたいと考えた能力をどのように修得
し、その能力をどのように活用したのか
を記載すること。

4
年目

Fami-log

／*ポートフォリオ 16 事例

家庭医療専門研修全体を管理す
るオンライン研修手帳。症例・
手技等の経験の進捗確認や日々
の研修での学習内容についての
登録を行う。

*ポートフォリオ

経験した事例を振り返り、指導医などか
らのフィードバックを受けて省察を深め
ていったプロセスの記録。16 の領域に
ついての記載が必要。

1
年目

J-OSLER

／簡易：20 症例、詳細：5 症例

4
年目

J-GOAL

／経験省察研修録 7 事例など

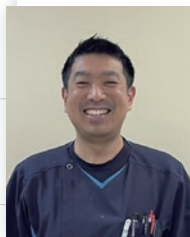
基幹病院



<提携病院>
大山診療所
井上 和興

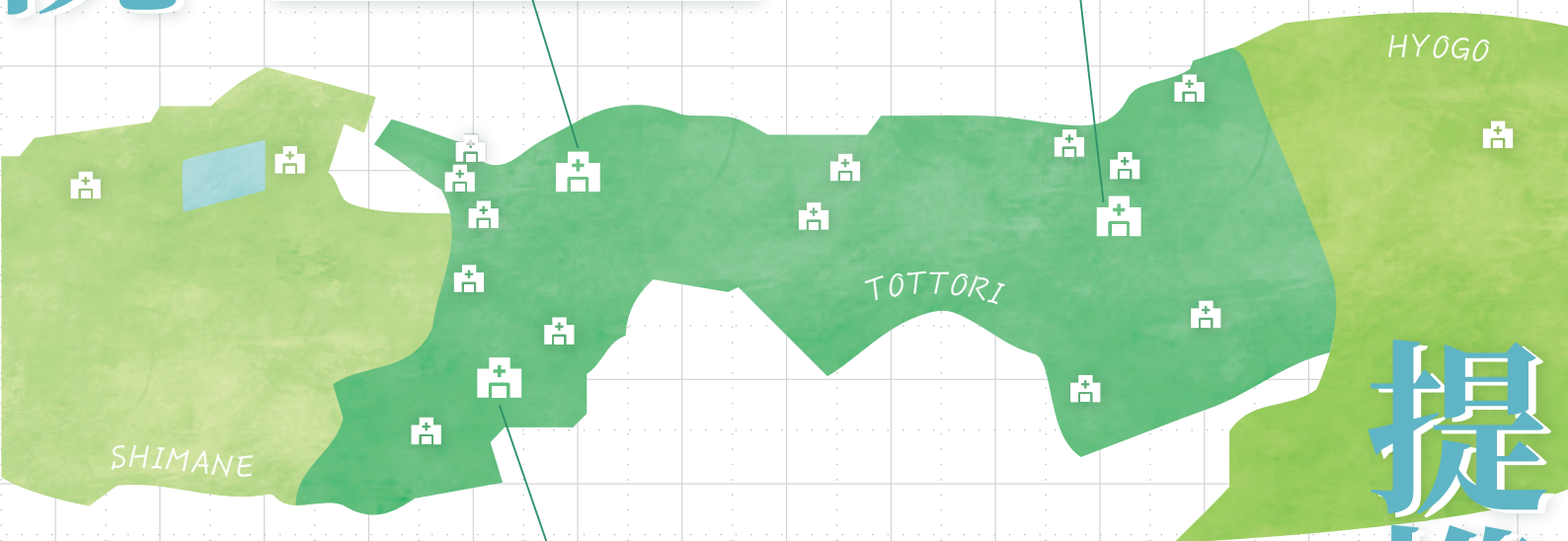
大山診療所は鳥取県大山町の直営の診療所です。そのため、大山町という行政組織と協働しながら、大山町の住民さんのウェルビーイング向上に取り組んでいます。また、かかりつけ医として、「ゆりかごから墓場まで」的な様々なライフステージの住民さんからの相談に乗りつつ、家庭医療・総合診療を展開しています。大山診療所で研修することで、地域全体をみつつ診療を行う感覚を養うことができます。

当院は鳥取県東部地域の総合病院です。地域の急性期治療を担う一方で、急性期治療を終えた患者さんの退院後の生活を見据えたケアを提供するため地域包括ケア病棟を設置し、また在宅療養されている患者さん



<提携病院>
鳥取市立病院
櫻井 重久

に入院が必要な場合に安心して入院いただける在宅療養後方支援病院としても機能しています。総合診療科では各臓器別専門科や多職種と連携し、全人的な診療に取り組んでおり、多職種で家庭医療的な検討を行う場も用意されています。総合診療・家庭医療の専攻医の教育体制も充実しており定期的なカンファレンスやリフレクションを行っています。



<提携病院>
日野病院
李 瑛

日野病院は鳥取県西部の日野郡の中心となる病院であり、MRI や透析施設を備えています。病院は99床と決して大きくは無いですが、近隣の診療所からも入院依頼があるなど、地域の砦としての役割を担っています。鳥取大学医学部附属病院から週1程度で各専門医が外来を行っていることもあり、日野郡内で多様な疾患をカバーすることができます。地域医療学講座の教員が日野病院・総合診療科医師として勤務しており、院内に鳥取大学地域医療総合教育研修センターが設置されており、同センターで臨床実習の学生が common diseaseを学ぶことができるのも特徴

です。専攻医は外来・病棟を中心に common diseaseをマネジメントする力を養います。また訪問診療に取り組むことや上部内視鏡検査・腹部エコーなどの検査についてもトレーニングを受けることができます。病床数の多い急性期病院とは異なり、一人一人の患者さんとじっくりと向き合うことができるため、患者さんの背景をしっかりと考えながら行う外来のマネジメント力を磨くことができます。前述の通り、地域医療学講座からも医師が定期的に勤務していることから、臨床上の相談やメンタリングも定期的に行われています。

提携医療機関

基幹病院・提携病院一覧

基幹病院／鳥取大学医学部附属病院

提携病院／【鳥取県】日野病院組合日野病院、江府町国民健康保険 江尾診療所、日南町国民健康保険日南病院、南部町国民健康保険西伯病院、国立病院機構米子医療センター、山陰労災病院、大山町国民健康保険大山診療所、鳥取県立厚生病院、藤井政雄記念病院、鳥取県立中央病院、鳥取市協病院、わかさ生協診療所、鳥取市立病院、岩美町国民健康保険岩美病院、国民健康保険智頭病院、【兵庫県】公立豊岡病院【島根県】松江市立病院、島根県立中央病院

教育体制

レジデントデイ



鳥取の総合診療専門医を育てるプログラムでは、月に1回専攻医・指導医が一堂に会してレジデントデイを行っています。レジデントデイは、専攻医の先生が医療現場で経験していることを振り返り、家庭医療・総合診療のスキルアップを目指します。経験を振り返ることで、家庭医療・総合診療の専門家として次になにをするかを明確にします。これらを繰り返していくことで、より自律した医師になることができます。

2024年度のレジデントデイでのテーマは以下の通りです。

- ポートフォリオってなんだっけ？
- 家庭医療専門医試験の
Clinical Skills Assessment 対策
- 文化人類学について
- ○○町の地域志向性ケア
- 家族療法

テーマは、専攻医の先生方のニーズに合わせた内容もありますし、専門医取得した後を見据えたアドバンスな内容も混ぜる工夫をしています。そのため、レジデントデイの企画に専攻医の先生方にも参画していただいています。専攻医の先生方が楽しみながら、「成長しているなあ…」と実感できるような総合診療専門プログラムになるための一助となるレジデントデイを実現できるように日々ミーティングを重ねています。

メンター制度



専攻医の皆様は、日々の研修の進め方や将来のキャリアについて不安を抱えることがあるかもしれません。幅広い診療能力や多様な場での活躍が期待される総合診療医にとって、キャリアの選択肢は多彩であり、その分迷いを感じることもあります。生物医学的な知識や技術は現場の指導医と共に学ぶことができますが、より良い研修の進め方、理想のキャリア形成、心理的あるいはプライベートな悩みについて相談できる支援者の存在は、研修を安心して進める上で大きな支えとなります。

また、様々な個性や診療スタイルを持つ複数のメンターが関わることで、多角的な視点を得ることができ、専攻医としての視野が広がります。当プログラムでは、専攻医ごとに複数の指導医によるチームを編成し、定期的なメンタリングの機会を設けています。メンターには、キャリアの相談、研修のスケジュール管理、ポートフォリオの作成支援はもちろん、日常のちょっとした悩みまでどのようなことでも気軽に相談していただけます。

総合診療医としての可能性を最大限に引き出すために、このメンタリング制度を活用し、自分らしい成長の道を見つけてください。

その他

その他にも学会発表支援、論文作成支援、専攻医の読書会、修了後も学び続けられる指導医向け勉強会などあり、教育コンテンツは充実しています。ぜひ一度見学にお越しください。



新着情報

トリソウの最新情報、プログラムの詳細は
下記二次元コードから！



Webサイト



Instagram
@tottori_soushin



公式 LINE

見学会のご案内

当プログラムは定期的なイベント、説明会を行っています。

またプログラムへの見学もお待ちしています。

「総合診療医や家庭医に興味があるけど、私にもできる？」

「体や地域を丸ごと診られる医者になりたい」

「地域でやりがいをもって働きたい」

「どんな働き方や研修・教育をしているんだろう？」

「現場で働いている専攻医・指導医の姿を見たい！」

「プログラム修了後の進路は？」

「他科からキャリアチェンジしても大丈夫？」

……などなど、興味がある方はぜひお気軽に連絡ください。

お問い合わせはこちら

鳥取の総合診療専門医を育てるプログラム(トリソウ)事務局

〒683-8503 鳥取県米子市西町86 番地
鳥取大学医学部 第二中央診療棟4階 地域医療学講座

☎ 0859-38-6661 ☎ 0859-38-6663

✉ torisou2024@gmail.com



見学・連絡申込み
フォーム



鳥取の総合診療専門医を育てるプログラム