

医学教育ニュース

(第 77 号)

令和 8 年 7 月 7 日 発行

編集 久留米大学医学部教務委員会 広報活動部会

目 次

国試合格体験記

照屋 秀斗 初期研修医

私の教育観 新任教授から学生へのメッセージ

皮膚科学講座	古賀 浩嗣	主任教授
医療センター精神神経科	土生川 光成	教授
集中治療部	有永 康一	教授

授業紹介

1 学年 医学入門実習

国試合格体験記

初期研修医 照屋秀斗

僕は5年生に1回、6年生に1回留年し、国試浪人を1回して国家試験に受かることができました。

今振り返ると、僕の中での分岐点は5年時の留年です。その時の僕らの学年は皆んな仲良くて、全員で頑張ろうという雰囲気がある学年でした。5年生の時にクリクラで留年してしまい、とてもショックでした。親に申し訳ないという気持ちはもちろん大きくありましたし、この学年を離れてしまうことに対しても凄く悔しかったことを覚えています。

そのショックをずっと引きずってしまい、6年時にも友達が勉強に誘ってくれても楽な方に逃げてしまい、6年時にも留年してしまいました。

2回目の6年時は元々ずっと仲良かった友達と同じ学年になったという事もあり、2人で切磋琢磨し合い卒業試験を突破する事ができました。突破した事が嬉し過ぎて、そこから2人とも12月いっぱいまで遊んでしまい、1月に入っても、遊びはしないが勉強に身が入らない日々を送ってしまいました。要は国試を舐めてしまっていたのです。そのせいで国試も1点足りずに落ちてしまいました。

国試浪人の日々は残り1点を補えればいいと初め考えていましたが、1からちゃんと全科目勉強し直したときに、自分の

中の穴が埋まっていく感覚がすごく楽しかったのを覚えています。

国家試験を控えている皆様に、こんな僕から何か伝えることがあるとすると、以下の2つです。

1、友人を大切にして、切磋琢磨する事！

これは凄く使い古された言葉ではございますが、使いまわされているからこそ大事な事なのです。

2、ある程度勉強したからといって決して試験を舐めない事！

元々真面目な性格な方にはこの言葉は伝わらないかもしれませんが、僕みたいな半端な考え方をしている人間には伝わるかもしれません。やはり、試験に対して勉強をやり過ぎたという事は全くありません。興味を持てたら最強ですが、どうにか机に向かって勉強を続けてほしいです。

誰が言ってんねん！って僕の友達に見られたら突っ込まれそうな文章ではございますが、僕の経験した苦汁を後輩の皆様には舐めて欲しくないの、皆様が獅子奮闘する事を心から応援しております。

医師になるという初心を胸に

－興味をもって学ぶ姿勢－

古賀 浩嗣 皮膚科学講座 主任教授

医学生が習得すべき知識は膨大であり、医学の進歩や病態解明の深化に伴って、その量は年々増え続けています。これらを六年間で身につけるには、低学年からの知識の積み重ねが欠かせません。その事は、高校までの学習を通じて誰もが実感しているはずです。医学部でも同じです。例えば基礎医学の知識は、臨床の知識を整理する土台となります。知識とはしばしば階層的で、互いに補完し合う関係にあります。だからこそ、低学年のうちから一つひとつを自分のものとして身につけ、進級していくことが重要なのです。

とはいえ、勉強へのモチベーションは時に低下します。趣味や部活など他のことに忙しいとき、あるいは勉強に飽きてうんざりしてしまうときもあるでしょう。そうした状況でも意欲を保つ方法があります。それは「興味」を絶やさず持ち続けることです。

入学したときのことを思い返してみてください。皆さんは医師になるという強い思いを胸に、厳しい受験を勝ち抜いて入学したはずです。ところが入学後すぐに医師としての実践的スキルを学ぶわけではありません。私自身、基礎の講義を受けながら、これが将来の自分にどうつながるのか分からなくなった時期がありました。しかし医学では、基礎を理解できているかどうかで、その後の理解度が大きく変わります。理解が深ければ、知識を整理し「圧縮」することができます。低学年から理解し、整理しながら積み上げるのか、暗記に頼って雑多に積み上げるのか。六年生の卒業試験が近づく頃、両者の記憶の空き容量に大きな差が生じることは容易に想像できるでしょう。五、六年生になると国家試験に向けて知識の習得は一段と密になり、終盤は暗記勝負の側面も強まります。そのときに備え、低学年のうちから知識を整理し、「圧縮」

する勉強の癖をつけておいてください。さらに、国家試験で身につけた知識は、合格後に不要になるものではありません。臨床で生きる知識を確実に定着させるためにも、日頃からの整理が欠かせないのです。だからこそ、低学年のうちから医師になるという初心を絶やさずに、学ぶ意義を忘れないでください。

四年生になると臨床実習が始まります。待ちに待った、臨床医としての経験を積む段階です。ここでも改めて、医師になるという情熱を思い起こしてほしいのです。回診、カンファレンス、外来や病棟での診療——実習で出会うすべてが、後に自分が実践することになるものです。先輩医師の行っている事を自分事として見て学べるかどうかは、実習で得られる知識・経験の収穫量を大きく左右し、研修医としてスタートを切ったときの力の差となって表れるはずです。

最後に、勉強への意欲を保つうえで最も大切なことをお伝えします。それは「疑問をもつこと」です。座学でも実習で

も、とにかく疑問を持つことを意識してほしいと思います。興味のアンテナの感度が高い人ほど、さまざまな事象に疑問が生じやすくなります。疑問が生じれば解決したくなるのが人の性であり、そこに学びのストレスはなく、能動的に調べ学ぶ姿勢が生まれます。そして、得られた知識で疑問が解けたときの爽快感こそが報酬です。数学や物理の難問を解けたときの爽快感は、誰もが経験しているでしょう。ところが臨床の知識では、その爽快感は意外と得にくいものです。疾患の特徴をキーワードとして覚える作業に、爽快感は伴いにくいからです。ではどうするか。病態の理解に焦点を当てて学ぶことをお勧めします。病態を包括的に理解できたとき、覚えるべきキーワードは、もはやただの単語ではなくなっているはずです。「医師になるという初心」、そして「医学に興味を持ち続け、常に疑問を見いだせる姿勢」をもって、有意義な学生生活を送っていただきたいと思います。



～患者さん以上の教科書はない、 自分の目で診て探求し続けることの重要性～

土生川 光成 医療センター精神神経科 教授

令和 7 年 8 月、医療センター精神神経科教授を拝命しました。私はこれまで「精神医学」「睡眠医学」の二本柱で臨床、研究、教育に励んできました。近い将来医師になる皆さんにとって、私が非常に大切と思うことをいくつかお伝えしたいと思います。

患者さん以上の教科書はない

医療において“患者さん以上の教科書はない”という言葉は極ありふれたフレーズですが、私は日々の臨床の中で常にこの言葉を頭に置き、診療に取りかかります。医師になれば誰でも自ずと医学書や論文を読み漁り知識を習得しますが、患者さんとの出会いや診療は一期一会のものです。その瞬間を見逃さず、患者さんの訴えに十分に耳を傾け、信頼関係を築きながら、日々診療をすすめていくことが大きな臨床力になります。皆さんがクリニカルクラークシップに参加する際

は、五感をフルに活用し、「患者さんから直接学ぶ」姿勢を身につけてください。また多職種とのコミュニケーションや連携も大切にしてください。それらは皆さんが医師になって習得すべき最も重要な基本姿勢となります。

自分の目で診て経験したことは忘れない

睡眠医学のなかで、睡眠構造を明らかにする睡眠ポリグラフ検査(PSG)は非常に重要ですが、PSG は一般に臨床検査技師が担当します。しかしわれわれ久留米大学睡眠研究室では医師自らが、患者さんの脳波や機器を装着し、検査室に一晩泊まり込み、PSG 検査を担当しました。例えばレム睡眠行動障害(RBD: REM 睡眠中に激しい夢を見て、叩く・追いかける等、夢の行動化がみられる睡眠障害)の患者さんではビデオ同時撮影による脳波測定を行ってきました。REM 睡眠に入るやいなや、両手指がピクピク動

き始める現象を何度も観察し、「これは脳の変性症にちがいない」と確信していました。その後の医学の進歩により、RBD患者の90%以上は10数年後にはパーキンソン病、レビー小体型認知症に進展することが明らかになりました。当時の患者さんの異常現象が頭にこびりついていたため、RBDと診断後は10年、20年と慎重にパーキンソン症状を診察する姿勢が身につきました。RMCPや臨床クラクシップでは、自ら患者さんを診て経験したことを大切にしていきたいと思います。机上の知識とは違い、自分の目で診て経験した知識は決して忘れません。

研究で大切なマインドは「真実を知りたい」という純粋な探求心

研究は答えの見えない疑問点や現象に対して仮説を立て、データを集積して解析し、結論を導いていく地道な活動で

す。私が最も重要だと思うことは、「これまで言われていることは本当なのか？」「真実は何かを知りたい」という純粋な探求心です。皆さんの普段の勉強においても、常に「これは真実か？」「どうしてそうなるのか？」と疑問を持つことが大切です。研究においては、出したい結果を最初から決めつけない、結果を急ぎすぎない、研究のための研究にならないことが重要です。7～8年、いや10年以上かけて1つのことが明らかになった時の喜びは非常に大きいです。1つのことを探求していくうちに、次の研究へとつながり、いつの間にか自分のライフワークとなり、有意義な人生となることも多いです。

皆さん、卒業試験、医師国家試験を突破し、患者さんや人に必要とされる医師になってください。臨床や研究を通して、将来の医療を支え、世界の医学・医療を変えていくことが可能です。皆さんの挑戦に心から期待しています。



私の教育観

有永 康一 集中治療部 教授

【学生に伝えたいこと:その1】

勉学への動機づけが必要である。本学建学の精神は「国手の理想は常に仁なり」である。つまり、他人に対して深い愛情と優しさを持ち名医になるべく努力をすることが学生の本分と考える。皆さんは入学時に諭されたこの言葉を常日頃から思い返してもらい、医師として患者に真摯に向き合える「人間力」を育成していただきたい。つまり、学力・コミュニケーション力・自己管理能力を身につけ、病で苦しむ人を助けともに生きる力を養っていただきたい。

「学力」 医師として社会貢献をするためには、医師国家試験に合格しなければならない。医学部に入学したということはその時点で医師になるべくして選抜されたエリートであることを自覚して自信と謙虚さを兼ね備えてほしい。小学校から大学受験までは予習・復習を習慣にしていたはずであるが、医学科では膨大な専門知識を習得しなければならないにも拘らず、それらが疎かになっているのが現状ではないだろうか。今一度、講義や実習にむきあう心構えとして予習・復習をそし

てその日の疑問や試験での誤回答はその日のうちに解決していく習慣を今からつけてほしい。

「コミュニケーション力」 社会生活をする上でコミュニケーションは必須であるが、特に医療界においては個人能力を高めることと同時にそれらを多くの人と共有し連携をとってやり抜くことが大切である。そのためにはお互いに切磋琢磨しながら高めあい信頼できることが何より重要である。クラブ活動、学生生活、などその時々全集中してコミュニケーション能力を習得していただきたい。また、私は久留米大学教職員向けコーチング講座「EMACS」に参加し、人と接する場合はスポンサーシップを持つことがなにより大切であると、すなわち相手に対して尊敬と信頼の態度で、大切に丁寧に接することがなによりも大切であると教えられた。難しいことではあるが是非皆さんには実践してほしい。そして次の自己管理能力にもつながることである。

「自己管理能力」 スポンサーシップを発揮するためにはまず、自分の心と体が

整っていなければならない。MLB の大谷翔平選手は試合で最高のパフォーマンスを発揮するために、質のいい睡眠にこだわり実践している話はよく知られている。学生の皆さんも授業の前は良いコンディションで臨んでいただきたい。また、ストレスが多い環境ではネガティブな思考や感情が生まれがちで、精神面のサポートは重要です。「EMACS」ではストレスによりネガティブな思考や感情を感じた場合の対処法、メンタル・リセット・プログラム、一度ストレスの連鎖を断ち切る方法を説明しています。すなわちストレスを感じた場合、数分間天井眺め大きく深呼吸し天井の模様を詳細に観察に周囲の音に注力することで、その場のストレスの連鎖から逃れることを意味します。質の良い睡眠とストレスの連鎖を断ち切り心身健やかで毎日に臨んでいくことを希望します。

【学生に伝えたいこと:その2】

私が今まで実践してきた良かったことを一つ話します。全くの私見で皆さんに良いかどうかはわかりませんが、参考になれば幸いです。私が幼い頃から言われてきた教育者の父の言葉です。「些細なことでも諦めずにやり抜くこと」「継続は力なり」です。当時はよくわかりませんでしたが、今になり振り返ると良かったと思うことがいくつかあります。高校生時代テニス部で一番下手でしたが、最後まで辞めずに頑張ったこと、3 年浪人したけれど医学部に入学したこと、研究として大動脈弁置換術の遠隔期調査を 21 年間継続したこと、日記を続けていること、コロナ禍より6年間毎日有酸素運動をしていること、心臓外科時代から術後管理に携わり約 30 年間集中治療を行ってきたこと。

「些細なことでも諦めずにやり抜くこと」「継続は力なり」です。



1 学年 医学入門実習

— 将来の医師像を考える早期体験実習(全7回) —

●「医師になる」とはどういうことだろう？

医師には高度な知識や技術だけでなく、患者さん一人ひとりの価値観を理解し、最善の医療とともに考える姿勢が求められます。この実習では、実際の医療現場に触れることで、「医学とは何か」「医療とは誰のためにあるのか」を考え、自分自身が将来どのような医師を目指したいのかを深く見つめ直します。

●実習で目指すこと

1. 医師の責任を自覚し、患者中心の医療を実践する姿勢を身につける。
2. 医療および医学研究における倫理の重要性を理解する。
3. 患者や家族の秘密を守り、医療倫理を遵守しながら患者の安全を最優先に考える。
4. 人間性を豊かにし、生命の尊厳と医師としての使命を深く認識する。
5. 自ら課題を発見し、自己学習によって解決する能力を養う。
6. 保健・医療・福祉・介護に関わる多職種の役割を理解し、協働できるようになる。

●実習内容

- ・病院配属実習：診療科の担当医に付き添い、病棟業務を見学・体験します。
- ・臨床技能実習：第4学年末に行われる OSCE の簡易版として、クリニカル・トレーニングセンターにて臨床技能実習を行い、実習で学んだ技能を実践し評価を受けます。
- ・医療面接：模擬患者さんや教員と実際の医療現場を想定した実習を行い、その技能を実践し評価を受けます。
- ・医学入門講義：現場で活躍する医師の講演を聴講してレポートを作成します。
講演内容「循環器医療の現在・過去・未来 ～君たちはどう生きるか～」
講演者 内科学講座心臓血管内科部門/高度救命救急センターCCU 大塚麻樹 先生
- ・手洗い実習：基本的な医療行為を行う際に必要な衛生的手洗いの正しい手技を習得します。
今年度から医学入門実習に導入されました。



【手洗い実習の様子】

●学生の声(レポートより抜粋)

今回の実習を通して、医師になる道のりは、単に医学知識を増やすことだけではないと感じた。患者の負担を考えて検査や治療を選択する力、患者や家族に説明する力、個人情報を守る倫理観、チームの中で協力する姿勢が必要である。今後は、知識を身につけるだけでなく、臨床の場面で医師が何を考え、何を大切にしているのかを意識しながら学びたい。そして、患者が自分で不安や異変を十分に言葉にできない場面でも、その人の安全と尊厳を守れる医師を目指したい。

私は医学部に入学してから今回の実習を受けるまで、授業や学習をどこか受け身の姿勢で取り組み、将来どのような医師になりたいのかを深く考えないまま過ごしていました。しかし実際の医療現場で患者や家族と向き合う医師の姿を見て、医学を学ぶ目的は単に知識を身につけることではなく、その知識を使って患者の不安や苦痛を和らげることにあるのだと実感しました。



【臨床技能訓練（自主訓練）の様子】

◆編集後記◆

まずは、ご多忙の中ご寄稿いただきました先生方に、心より御礼申し上げます。

世の中の変化はますます速くなり、日々そのスピードが増しているように感じます。そのような時代の中で学ぶ学生の皆さんは、不安を感じることも少なくないでしょう。今回、新任の先生方からのエール、そして今年めでたく医師として旅立った先輩からの国家試験体験記をご寄稿いただきました。いずれも実体験に基づく言葉であり、そこには皆さんの先達が歩んできた医師への道が率直に語られています。道のりは決して平坦ではありませんが、初心を忘れず、基本を大切に、学び続けることこそが最良の道であることを、異口同音に伝えてくださっているように感じました。その姿勢は、どれほど時代が変わっても揺らぐことのない普遍的な価値なのではないでしょうか。本号が、皆さんそれぞれの歩みを支える一助となれば幸いです。

最後に、本号の発行にあたりご協力いただいたすべての皆さまに、改めて深く感謝申し上げます。『医学教育ニュース』は、久留米大学医学部医学科のホームページ、Hondana でもご覧いただけます。

なお、本ニュースでは今後も皆さまからのご寄稿を心よりお待ちしております。「これを伝えたい!」「こんな活動があるよ!」など、学生の取り組みや教育に関する話題など、教員・学生問わず、ぜひお気軽にお寄せください。

ご意見・ご相談は、教務課または広報活動部会・太田までご連絡ください。

編集責任者:太田 啓介(先端イメージング研究センター 教授)