

マッチング戦略シート

制作: 研修医コンパス

<http://kenshuicompass.com/>

STEP1 自分が重視するものを決める

あなたが病院選びで重視する項目に☑をつけ、優先順位を記入しましょう。

- 救急症例数
 - 手技経験
 - 教育体制
 - 研修医の雰囲気
 - 指導医との距離感
 - 将来の進路
 - 給与
 - QOL
 - 立地
 - ブランド
 - その他
-
-

STEP2 自分の理想の研修先を整理する

絶対に譲れない条件

できれば満たしてほしい条件

なくても良い条件

STEP3 病院候補を書き出す

病院名

第一印象

STEP4 志望順位を考える

第1希望

理由

第2希望

理由

第3希望

理由

第4希望

理由

STEP6 マッチングリスク確認

受験病院数

_____施設

安全校はあるか

はい

いいえ

人気病院だけになっていないか

はい

いいえ

病院見学を十分に行ったか

はい

いいえ

志望理由を説明できるか

はい

いいえ

STEP7 最終確認

以下すべてにチェックが入れば準備は順調です。

- 病院見学を行った
 - 病院比較シートを作成した
 - 志望理由を言語化した
 - 面接対策を行った
 - 逆質問を準備した
 - 受験戦略を考えた
-

最後に

最後まで読んでくださりありがとうございます。
ブログには記載していないことなのですが、

・第一志望を3つ持つ

ことが大切です。

いくつもの病院を見学する中では、どうしても病院を順位分けしてしまうものです。
しかし、お気づきの通り「完璧」な病院はありません。

「雰囲気はいいが、倍率が高く入りづらい」

「給料はいいが、当直の回数が多い」

「すごく教育的だが、残業時間が長い」

など、どの病院にも長所と短所があり、自分の大切にする点が全て100点の病院はありません。

将来マッチングを提出する際には、順位分けする必要が出てきてしまうのですが、それまではむしろ、「同率1位」の状態でも2-3個第一志望を持っておく方が実は有利です。

不思議なもので、3位だと思った途端に病院見学には熱が入らず、履歴書は1位のコピーでいいような気がしてしまいます。面接対策もおろそかになります。

本当はすごくもったいないことです。

大体そういう場合の第2希望、第3希望は滑り止めの気持ちでも落ちます。

第一志望を3つ持つ気持ちでマッチングに臨みましょう。

逆に3つもない場合は、見学が足りていない可能性があります。もっと探しにいきましょう。

制作

研修医コンパス

<http://kenshuicompass.com/>

本資料は個人利用の範囲でご利用ください。

無断転載・再配布・販売は禁止します。

© 2026 研修医コンパス