

初期研修病院選び診断シート

制作: 研修医コンパス

<http://kenshuicompass.com/>

はじめに

病院選びで大切なのは、

「人気病院を選ぶこと」

ではありません。

「自分に合う病院を選ぶこと」

です。

まずは自分が何を重視しているのか整理してみましょう。

この資料では、自分に当てはまる項目にチェック方式で答えていき、「自分が大切にしているもの」を明らかにしていきます。

特に自分が大切にしている価値観や内容には赤丸をつけて、目立ちやすいようにしてください。

それがあなたの病院選びの道標になります。

STEP1 あなたが重視するものは？

当てはまる項目にチェックを付けてください。

成長

- 若いうちにたくさん経験したい
 - 忙しくても成長を優先したい
 - 周囲より早く成長したい
-

臨床経験

- 救急をたくさん経験したい
 - 手技をたくさん経験したい
 - 幅広い疾患を診たい
 - 将来の診療科はまだ決まっていない
-

教育

- 丁寧に指導してほしい
 - フィードバックを重視する
 - 指導医との距離が近い方がよい
 - 教育プログラムを重視する
-

人間関係

- 研修医同士の仲を重視する
 - 病院の雰囲気重視する
 - チームワークを重視する
-

将来の進路

- 将来の診療科が決まっている
 - 専門性を重視したい
 - 希少疾患を経験したい
 - 大学医局への入局を考えている
-

働き方

- QOLも大切にしたい
 - 当直負担を重視する
 - 給与も重視したい
-

地域

- 都市部で働きたい
 - 地方でも構わない
 - 地域医療に興味がある
-

キャリア

- 研究に興味がある
 - 将来的に留学したい
 - アカデミックなキャリアに興味がある
-

STEP2 本当に大切なものを選ぶ

上でチェックした項目の中から、

絶対に譲れないものを5つ選んでください。

① _____

② _____

③ _____

④ _____

⑤ _____

STEP3 優先順位を決める

順位を付けてみましょう。

第1位 _____

第2位 _____

第3位 _____

第4位 _____

第5位 _____

STEP4 あなたのタイプ診断

市中病院タイプ チェック数 ____個

- 救急
- 手技
- 成長
- 幅広い疾患
- 診療科未定
- 症例数重視

大学病院タイプ チェック数 ____個

- 研究
- 希少疾患
- 専門性
- 医局
- 留学
- アカデミック志向

判定

- 市中病院寄り
 - 大学病院寄り
 - 両方見学して比較したい
-

STEP5 最終確認

- 自分の価値観が整理できた
 - 病院見学先を決めた
 - 病院選びの軸が決まった
 - 志望理由につながりそうである
-

最後に

病院選びで重要なのは、

「人気病院かどうか」ではなく、

「自分に合う病院かどうか」です。

「ハイパー思考だと思っていたけれど、体力が追いつかずドロップアウト」

した研修医・医師の話は皆さんもよくご存知だと思います。一方で

「ハイポ病院に行ってしまう、頑張りたいのに空回り。頑張れない自分に嫌気がさしてドロップアウト」

した研修医や医師が意外と多いのも皆さんはご存知でしょうか。

病院見学を通じて、ぜひ自分に合う研修先を見つけてください。

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