

病院見学完全攻略ワークシート

～後悔しない研修先選びのための実践ガイド～

制作: 研修医コンパス (<http://kenshuicompass.com/>)

1. はじめに: 病院見学の戦略的意義

初期研修先選びにおける最大の失敗は、世間の人気ランキングやブランド力だけで志望先を決めてしまうことです。

病院選びの本質は、人気病院を当てることではなく**「自分に合う病院」**を見極めることにあります。

病院見学は、単なる「職場見学」ではありません。

マッチング成功のための**「情報収集」**と、

選考を有利に進めるための**「自己アピール」**を

同時に行う、極めて戦略的な場です。

あなたは病院から「研修医としての資質」を評価されると同時に、あなた自身も

その病院が「理想の医師像への道標」になり得るかを厳しく評価しなければなりません。

このワークシートは、表面的な雰囲気には惑わされず、入職後のドロップアウトを防ぐための

「防衛策」でもあります。

万全の準備を持って当日を迎えましょう。

2. 【準備編】見学前のセルフ・アナリシスと情報整理

見学当日の観察の質は、事前に自分の「軸」がどれだけ研ぎ澄まされているかで決まります。

① 自己分析ワーク:大切にしたい「軸」を定義する

ソースに基づく詳細項目です。重視するものにチェックを入れ、優先順位を明確にしてください。

- 成長(Growth)
 - ☐ 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 / ☐ 責任のある仕事を任されたい
- 臨床経験(Clinical Experience)
 - ☐ 救急車台数・症例数重視 / ☐ 手技を多く経験したい
 - ☐ 幅広い疾患を診たい / ☐ 将来の診療科は未定なので全般的経験がほしい
- 教育(Education)
 - ☐ 丁寧に指導してほしい / ☐ フィードバックの質・頻度を重視
 - ☐ 指導医との距離の近さ / ☐ 教育プログラムの充実度
- 人間関係(Relationship)
 - ☐ 研修医同士の仲の良さ / ☐ 病院全体の雰囲気・風通し
 - ☐ チームワークの重視 / ☐ 上下関係が厳しすぎない環境
- キャリア(Career)
 - ☐ 特定の診療科への専門性 / ☐ 研究・アカデミック志向
 - ☐ 留学の可能性 / ☐ 大学医局への入局を前提とした環境
- 働き方(Work Style)
 - ☐ QOL・ワークライフバランス / ☐ 当直負荷の適正さ
 - ☐ 給与水準 / ☐ 家族との時間の確保

② 持ち物チェックリスト(前日確認)

- ☐ スーツ(シワがないか確認)
- ☐ 白衣(清潔なもの)
- ☐ 名札
- ☐ 聴診器
- ☐ メモ帳・ボールペン
- ☐ スマートフォン(緊急連絡先登録済み)
- ☐ 必要書類(誓約書、体調チェックシート等)

③ 事前リサーチ:病院の基本情報

- 病院名:
- 集合場所・時間:
- 担当者名・連絡先:
- 病院の特徴(HP 等で把握した強み):
- 確認したい症例数(救急車・分娩数等):

3. 【見学編】現場で徹底確認すべき評価軸とギャップ分析

表面的な「優しさ」に騙されてはいけません。以下の項目を 1(悪い/少ない)～ 5(良い/多い)で定量評価し、事前の期待との乖離(ギャップ)を記録してください。

評価軸	具体的な観察・確認ポイント	スコア (1-5)	期待とのギャップ・備考
救急体制	救急車受入数 vs ウォークインの割合。 研修医の主体性。	[]	
教育体制	指導医への質問しやすさ。 具体的なフィードバックの有無。	[]	
手技経験	採血・ルート、動脈採血、挿管、CV 挿入等の 実施頻度。	[]	
当直体制	当直負荷の実態。 上級医のバックアップ体制の充実度。	[]	
研修医	同期の仲、表情の明るさ、活気があるか。	[]	
病院全体	看護師やコメディカルとの連携。 ピリピリしていないか。	[]	
キャリア	専攻医の進路。自分の希望進路と一致しているか。	[]	

「ぶっちゃけ話」の深掘り

研修医との会話は、給与や QOL の実態を聞き出す絶好の機会です。

メモ(給与、当直回数、残業、有給取得率等):

4. 【質問編】相手を惹きつけ、本音を引き出す「逆質問」戦略

質問の内容こそが、あなたの「志望度の高さ」と「成長意欲」の証明です。

① 逆質問のワークスペース

単なる「調べればわかること」ではなく、見学時の観察に基づいた質問を準備してください。

- 指導医向け(教育・ビジョン):

- 例:「先ほど研修医の先生が〇〇を主体的に行っているのを拝見しました。そのような手技の際、指導医の先生からはどのようなフィードバックが行われているのでしょうか？」

- 研修医向け(現場・本音):

- 例:「当直時、自分一人では判断に迷う症例に当たった際、上級医の先生を呼ぶ心理的なハードルや体制はどうなっていますか？」

注意:廊下での会話も「面接」である

学生が帰宅した後、研修医から採用担当へ「後輩として迎えたいか」「この病院に向いているか」というフィードバックが高確率で行われます。

「特に質問はありません」という態度は、無関心とみなされ致命傷になります。

全ての会話において「一緒に働きたい後輩」であることを意識してください。

5. 【評価・総括編】マッチング戦略への統合

① 総合判定と志望理由の言語化

見学直後の鮮明な記憶を、Source 16 のテンプレートに従って書き出してください。

- 印象に残ったエピソード:

- 判定: ☐ 第一希望候補(同率 1 位) ☐ 上位候補 ☐ 保留 ☐ 見送り

志望理由原案

私は将来、【 将来像:どんな医師になりたいか 】と考えています。

そのため初期研修では、【 身につけたい能力 】を身につけたいと考えています。

貴院を見学した際、【 見学で印象的だったエピソード 】が印象的でした。

また、【 病院の具体的な特徴 】という特徴があり、自分の目指す医師像に近づくために最適な環境であると感じ、志望いたしました。

② アフターフォロー:お礼メールテンプレート

当日～翌日中に送信してください。相手の心に残る一文を添えるのが鉄則です。

【テンプレート①:基本版】

件名:【病院見学のお礼】〇〇大学医学部 氏名

本文:〇〇病院 〇〇先生

本日は病院見学の機会をいただき、誠にありがとうございました。

実際の診療現場を見学させていただき、貴院の研修内容や雰囲気について理解を深めることができました。

特に〇〇(印象的なエピソード)が印象的で、研修医として成長できる環境であると感じました。

本日学ばせていただいたことを今後の進路選択に活かしていきたいと思います。

〇〇大学医学部 氏名

【テンプレート②:救急志望向け】

特に救急外来において、研修医の先生方が主体的に診療へ参加されている姿が印象的でした。上級医の先生方による教育体制も非常に充実していると感じ、貴院で研修を行いたいという思いがより強くなりました。

【テンプレート③:複数回見学の場合】

前回の見学では分からなかった研修内容や病院の雰囲気について、さらに理解を深めることができました。特に〇〇について直接お話を伺うことができ、大変参考になりました。

最後に:ドロップアウトを防ぐための戦略

最後に、マッチングを勝ち抜くための最重要戦略を伝授します。

1. 「第一志望を 3 つ持つ(同率 1 位)」

どの病院も 100 点満点ではありません。

順位を付けて「滑り止め」扱いをした途端、その油断は見学態度や履歴書(コピー志望理由書)に現れ、病院側に見透かされます。結果、滑り止めにすら落ちるという悲劇を招きます。

常に複数を「第一志望」として熱量を持って接してください。

2. 「Hyper/Hypo mismatch」の回避

ドロップアウトの主な原因は、自分のタイプとのミスマッチです。

「バリバリやりたいのに体力的に追いつかない(Hyper の失敗)」だけでなく、

「頑張りたいのに症例や指導が足りず、停滞感に嫌気がさす(Hypo の失敗)」ケースが多発しています。

病院見学は、このミスマッチを防ぐための「最後の防衛策」です。

自分の「軸」に照らし合わせ、その現場で働く自分をリアルに想像できるか、納得のいくまで確認し尽くしてください。理想のキャリアは、この戦略的な一歩から始まります。