研修医COMPASS

医学部5・6年生向け
初期研修マッチング対策

無料版 01

初期研修
病院研究・病院選び入門

30分で、候補病院の全体像をつかむ

全体像をつかむ8ページ

無料配布　2026年版

00.1 病院選びの全体マップ

最初から一つに決める必要はありません。
自分の軸と病院の事実を、順番に重ねていきます。

01 **自分の軸** — 2年間で、何を経験したいか

02 **病院タイプ** — 研修環境の違いを大まかにつかむ

03 **数字と制度** — 経験量と働き方を組み合わせて読む

04 **見学と比較** — 公開情報で分からない点を確かめる

今は結論より、次に調べることが一つ決まれば十分です。

00.2 病院タイプの全体像

病院タイプは、良し悪しを決めるラベルではありません。
自分に合う研修環境を考えるための仮説として使います。

01

大学病院

専門性と症例の幅
関連施設との研修

02

大規模市中病院

救急と入院診療
症例数の多さ

03

地域中核病院

地域の救急と一般診療
幅広い患者層

04

小規模市中病院

研修医の人数
指導医との距離

05

高負荷型

経験量が多い
忙しさの実態

06

生活重視型

勤務時間と休み
経験機会とのバランス

同じタイプでも、研修医の役割と指導体制は病院ごとに違います。

00.3 数字の読み方

一つの数字だけでは、研修の実態は分かりません。
関連する数字と、1年目の役割をセットで確認します。

救急搬送件数 + 研修医数 + 1年目の担当範囲

病床数・入院患者数 + 診療科の構成 + 担当患者の決まり方

ローテーション + 協力病院 + 院外研修の時期と内容

例：救急搬送が多くても、研修医が初療へ入る範囲は病院ごとに異なります。

00.4 30分調査の流れ

調べ続けるより、時間を区切って不明点を残します。
その不明点が、見学や説明会で確認する内容になります。

01

0〜5分

病院の役割

病院概要から、地域で担う役割を確認

02

5〜15分

研修の全体像

必修科、救急、院外研修の流れを確認

03

15〜25分

数字と処遇

症例数、当直、住居、休暇を確認

04

25〜30分

不明点を残す

経験量、指導、生活から一つずつ選ぶ

調査は完成させず、見学で答え合わせをします。

00.5 一つだけ試すワーク

候補病院を一つ選び、今分かることだけ書きます。
空欄は、見学や説明会で確認する項目です。

この病院が地域で担う役割

病院概要や年報から一文で

2年間で経験したいこと

救急、手技、診療科など

まだ分からないこと

経験量、指導、生活から一つ

次に確認する方法

公式情報、見学、説明会、問い合わせ

空欄は失敗ではありません。次に確かめることとして残します。

00.6 次に確認すること

公開情報で分かることと、現場でしか分からないことを分けます。

- ☐ 研修プログラムの年度を確認した
- ☐ 救急研修と当直の違いを確認した
- ☐ 院外研修の場所と期間を確認した
- ☐ 給与、住居、休暇の条件を確認した
- ☐ 研修医の人数と1年目の役割を確認した
- ☐ 見学で聞く不明点を三つ残した

次の行動

01	02	03
公式サイトで確認	**見学で場面を見る**	**担当者へ質問**

すべて埋めるより、次に確かめることを一つ決めます。

00.7 無料版と完全版の違い

無料版は、全体像をつかんで最初の一歩を決めるための資料です。
完全版では、記入例と詳細ワークを使って準備を深めます。

この無料版でできること

1. 病院選びの全体マップ
2. 病院タイプの概要
3. 数字を組み合わせる考え方
4. 30分調査と一つのワーク

完全版では扱う内容

1. 病院タイプ別の詳しい比較
2. 実際に近い病院例の読み解き
3. 複数病院の比較・記録シート
4. 記入例つき30分調査ワーク

完全版は公開準備中

公開状況は、研修医コンパスで案内します。

kenshuicompass.com