



# 二輪草だより

2023年2月号  
発行:二輪草センター

## 第8回 二輪草ベストサポーター賞表彰

2022年9月下旬より募集を行っていました 第8回 二輪草ベストサポーター賞に3名の方が選ばれました

- 耳鼻咽喉科・頭頸部外科 岸部 幹 講師
- リハビリテーション部 呂 隆徳 副部長
- 8階東病棟NS 鈴木 絵里加 看護師



山本センター長が丹精込めて育てた空気を綺麗にする植物サンスベリアが贈呈されました

授賞式の様子、推薦理由は学内限定で動画配信いたします  
どうぞご覧ください(2月末から3月中旬の予定です)

## 第4回 キャリアマネジメントセミナー

活用できる支援制度について知ろう!

オンデマンド配信 2月15日~3月15日

講師:事務局人事課 労務管理係長 富田 直樹さん

### 1. 支援制度について

- ①育児に関する制度について
- ②介護に関する制度について
- ③制度を利用した場合の給与に関連することについて
- ④その他の制度について
- ⑤ハラスメントについて

### 2. みどりの保育園について

※2022年10月より変更になった制度についても説明いたします  
限定公開用URLは学内一斉メールにてお知らせしています

【お問い合わせ先】 旭川医科大学 二輪草センター(復職・子育て・介護支援センター)  
〒078-8510 北海道旭川市緑が丘東2条1丁目1-1  
TEL 0166-69-3240(内線3240) サンニンヨレ FAX 0166-69-3249  
開設時間8時30分~17時15分 E-mail: [nirinsou@asahikawa-med.ac.jp](mailto:nirinsou@asahikawa-med.ac.jp)  
ホームページ <http://www.asahikawa-med.ac.jp/hospital/nirinsou/>

## 医学生・研修医の集い終了報告

二輪草センター 助教 菅野 恭子

令和4年11月21日に医学生・研修生の集いが開催されました。毎年旭川医師会主催で行われていた集いですが、今年度もリモートでの開催となりました。「研修医生活ってどんなもの?」をテーマにお二人の先生方にお話し頂きました。まずはじめは、旭川医大初期研修医の中尾汐里先生にご講演頂きました。研修するにあたり心身ともに健康で研修生活を終えるということを第一目標にしたそうです。大学での研修の良さとして、同期が多く困ったときに相談できること、設備が充実していること、診療科が揃っていること、重症患者の管理が学べることを挙げていました。当直は月3~6回ですが、カンファレンスでフィードバックしてもらえるそうです。研修先については結局自分次第とのことでした。診療科選びについては色々悩んだあと腎臓内科に入局を決められましたが、診療科選びは焦りすぎなくてもよいと感じたそうです。困った時は同期、先輩、家族に相談したり、二輪草センターや女性医師支援センターを活用したりすることを紹介されていました。もう一人の先生は、旭川赤十字病院で研修中の川上



ひかる先生にお話し頂きました。研修中は山があれば谷もあるとのことで、患者さんの退院後のADLをイメージして対応することができたり、自分の症状を訴えられない患者さんに対しては家族のお話をよく聞くようにしたり、手技やICをさせてもらい働いている事を実感する一方、病棟指示が分からず四苦八苦したり、救急外来で検査オーダーをせかされパニックに陥ってしまったこともあったそうです。失敗談として、看護師にきつくあたられ自分もきつく返答してしまいその後の空気を悪くしてしまったり、指導医から手技のやり方で注意をうけ余裕がなくなりとっさに口答えをしてしまったりしたそうです。これらの失敗から自分のとった態度は跳ね返ってくることで、いらいらや文句を人にぶつけてもいいことは一つもないこと、すぐに行動に移すところな結果にならない事に気づかれたそうです。働き始めてから医者は接客業で、患者さんだけでなくコメディカルや指導医の先生と良い関係を築くことが大事でありコミュニケーション能力が必須だと思ったそうです。周囲のコメディカルから信頼されている先生に注目してみると、機嫌の波が少なく安定していて相談しやすく、受け答えも柔らかいので周りの環境もよくなると考え「ご機嫌レディ」を目指すことが目標だそうです。そのためには怒りをコントロールし自分のコンディションを上げることをお話しされました。怒りを理解しアンガーマネジメントについても6秒ルールを取り入れて怒りをコントロールされているそうです。また、自分の機嫌を自分でとるようにし、疲れがたまったら休んでリフレッシュし、限界を超えてやりすぎないようにしているそうです。良い初期研修にするためには2年間を無事に過ごすこと、科が揃っていると救急で様々な症例を診ることができること、症例数も大事だがわからないことを調べる時間はもっと必要とのことでした。お二人とも無事に元気に研修を終えることが大切とお話しされていました。その後は参加した学生と先生方との質疑応答がありました。現場で働く幅広い年代の先生方と疑問や不安を率直に話せる良い機会だったのではないかと思います。主催頂きました旭川市医師会および北海道医師会にこの場を借りてお礼を申し上げます。またお忙しい中ご講演頂きました先生方にも深謝致します。



※講演会の様子を動画で配信いたします。URLは一斉メールでお知らせしますので、どうぞご覧ください。なお配信期間は2月末から3月中旬までを予定しています。

病児一時預かり室、バックアップナース、病児・病後児保育室、カウンセリング相談  
【1月20日~2月19日までの利用状況】

利用種別	依頼回数	利用回数
病児一時預かり室	0回	0回
バックアップナース	11回	稼働回数 10回
病児・病後児保育室	12回	利用回数 11回
カウンセリング相談		利用回数 4回

\* 病児一時預り室、病児・病後児保育室は全職員・学生がご利用になれます