

# 見学・実習プラン

ご希望に合わせた組み替えが可能です！  
※移動時間は目安です

## Plan.1



時間がないけど  
まとめて見学したい

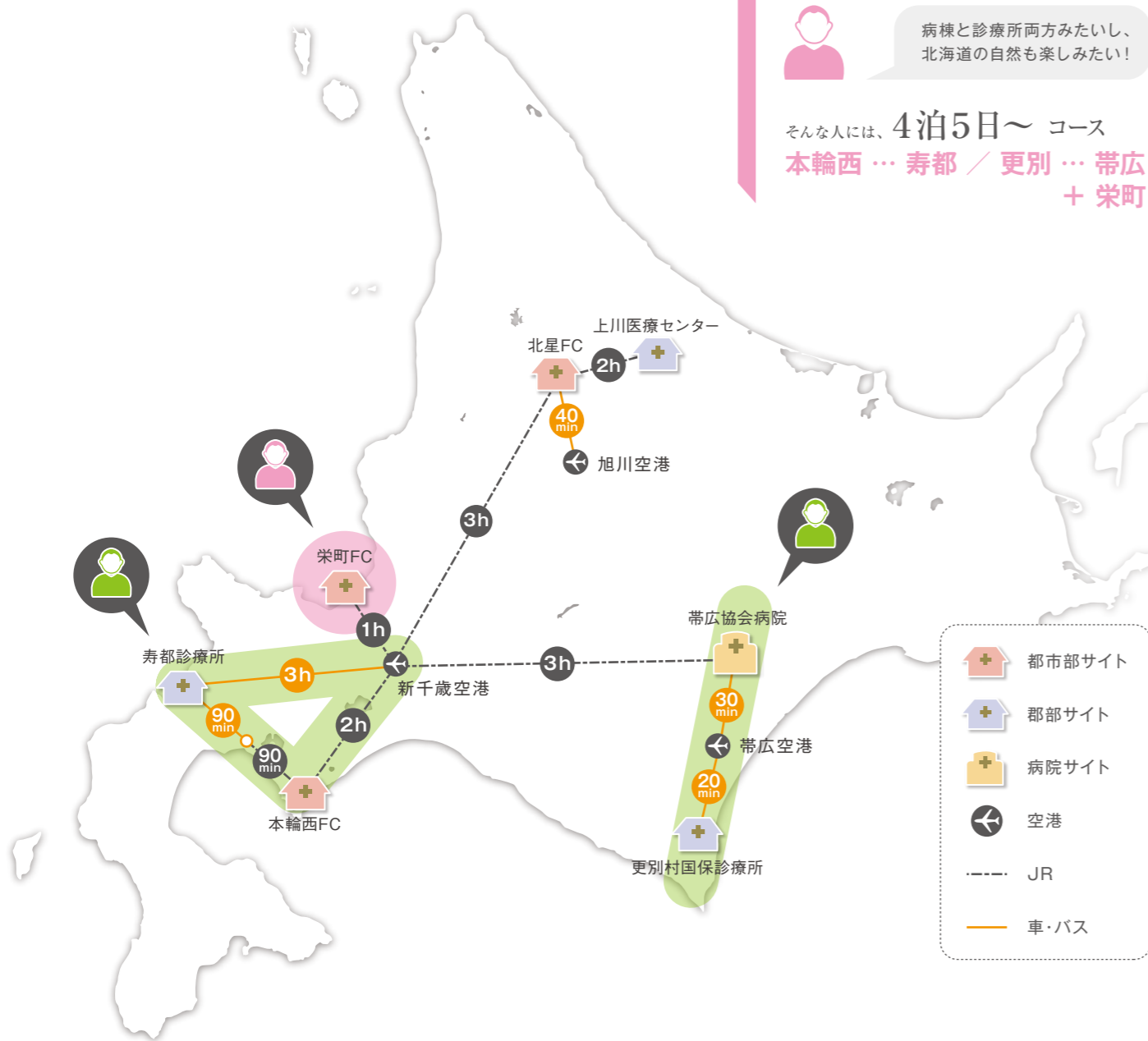
そんな人には、**2泊3日～** コース  
**本輪西 … 寿都 / 更別 … 帯広**

## Plan.2



病棟と診療所両方みたいし、  
北海道の自然も楽しみたい！

そんな人には、**4泊5日～** コース  
**本輪西 … 寿都 / 更別 … 帯広  
+ 栄町**



医療法人北海道家庭医療学センター事務局  
〒007-0841 北海道札幌市東区北41条東15丁目1-18  
TEL 011-374-1780 FAX 011-722-9387 info@hcfm.jp



HCFM  
採用サイト



HCFM  
法人サイト



HCFM  
Facebook

医療法人北海道家庭医療学センター

# 見学・実習募集案内

## 北海道×家庭医療

都市部、郡部、病院で希望に合わせて組み替えて、  
良いとこどりの見学・実習をしよう！



医療法人北海道家庭医療学センター  
THE HOKKAIDO CENTRE FOR FAMILY MEDICINE

# 北海道家庭医療学センターへようこそ！

私たちは1996年に北海道・室蘭の地で産声を上げました。

家庭医・総合診療医の教育プログラムとしては20年以上の歴史があり、日本の中では老舗です。

これまで多くの医師を輩出し、地域の医療を支えてきました。

ちょっとだけ堅苦しく法人の説明を試みましたが、以下、名称はHCFMで。

このパンフレットでは

HCFMでの見学・実習の魅力をピックアップしてお伝えしていますが、

まだまだ伝えきれない魅力が現地には沢山あります！

これを手にとり、目を通していらっしゃるあなたは、旅への一歩を踏み出しています。

そこには人生を変える出会いがきっとあるはずですよ。

皆さんにお会いするのを楽しみにしています！

## 見学申し込みの流れ


- ① お問い合わせ  
フォームやメール、電話等でまずはお問い合わせ（必要に応じて見学先等の相談）。
- ② お申し込み  
事務局より見学・実習の申し込みに必要な情報の記入依頼が届くので、記入し提出。
- ③ 調整  
日程や場所の希望に沿って事務局にて調整をし、確定後ご連絡します。
- ④ 手配 ※移動の手配は原則ご自身でお願いしています  
食事や宿泊などこちらで準備が出来るものについてご案内します。

## お問い合わせ 北海道家庭医療学センター事務局

 お問い合わせ フォーム  	 メールでのご相談  info@hcfm.jp  3日以内に返信しますが、 返信がない場合はお手数ですが お問い合わせください	 電話でのご相談  011-374-1780  受付時間 平日/8:30-17:30	 採用サイト 見学実習ページ <a href="https://bit.ly/3cEuAbS">https://bit.ly/3cEuAbS</a>  
---	---	---	--

## HCFM拠点と活躍する医師数

(2020年4月現在)

 map	<b>都市部診療所</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 室蘭   本輪西ファミリークリニック</li><li>● 札幌   栄町ファミリークリニック</li><li>● 旭川   北星ファミリークリニック</li><li>● 登別   若草ファミリークリニック</li><li>● 千歳   向陽台ファミリークリニック</li></ul>	<b>病院</b> <ul style="list-style-type: none"><li>○ 帯広   北海道社会事業協会 帯広病院 総合診療科</li></ul>									
	<b>郡部診療所</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 寿都   寿都町立寿都診療所</li><li>● 上川   国民健康保険上川医療センター</li><li>● 更別   更別村国民健康保険診療所</li><li>● 滋賀   浅井東診療所</li><li>● 滋賀   浅井診療所</li></ul>	<b>連携施設</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 京都   医療法人社団淀さんせん会 金井病院</li><li>● 福岡   まどかファミリークリニック</li></ul>									
	<b>全体 48 人</b> <table border="1"><tr><td>うち</td><td>専攻医</td><td>19 人</td></tr><tr><td></td><td>フェロー</td><td>7 人</td></tr><tr><td></td><td>指導医</td><td>22 人</td></tr></table>	うち	専攻医	19 人		フェロー	7 人		指導医	22 人	
うち	専攻医	19 人									
	フェロー	7 人									
	指導医	22 人									

# 都市部

ピックアップサイト

## 栄町ファミリークリニック



〒007-0841  
北海道札幌市東区北41条東15丁目1-18  
TEL 011-723-8633  
FAX 011-722-9387



### 札幌市東区DATA

人口約260,000人、約130,000世帯  
北海道一の大都市、札幌。栄町ファミリークリニックがある「栄町」は、札幌市の北東部に位置し、駅を少し離れると静かな住宅街、そしてこの地域の特産物である玉ねぎの畑があちこちに点在して、のどかな景色が広がります。

## 都市部の実習で学べること

### 朝礼



院内のスタッフ全員で当日の動きや連絡事項を確認、共有します。なごやかな雰囲気の中、軽いストレッチで体をほぐし、新しい1日が始まります！

### カンファレンス



訪問診療に出る前に医師、看護師、訪問リハビリを担当する理学療法士など、診療に関わるチーム全員で患者さんの状態や治療方針を丁寧に確認します。

### 外来診療



症状のみならず患者さんが抱える精神的、社会的な諸事情も含めて患者さんを診る全人的医療を間近で見学。都度、診療についての振り返りも行います。

### 訪問リハビリテーション同行



所属するセラピストに同行、病院でのリハビリとはひと味違う生活期のリハビリを学べます。医師との連携も同じクリニック所属のため分かりやすいです。

### 老人福祉センター健康相談会



地域の福祉センターに月2回ほど訪問し、血圧測定や普段の健康に関する相談を受付けています。地域の健康増進につながる活動です。

## 多職種連携



- ・薬局実習
- ・訪問看護ステーション同行
- ・顔の見える会（連携カンファレンス）

地域の医療は多くの職種に支えられています。連携先の薬剤師や訪問看護師の業務に同行したり、定期開催しているカンファレンスに参加してもらいます。多くの職種の役割を知ることが、多職種連携の第一歩となります。

## 栄町の特徴は？

栄町ファミリークリニックは、外科・整形外科・リハビリ疾患の割合が比較的高い傾向があります。夕方診療も行っているため、小児科や比較的若い仕事帰りの方々も受診されます。訪問診療では急性疾患・慢性疾患に加え、在宅ターミナルも行って

います。都市部では家庭医の活躍する場面は少ないと思うかもしれませんが、地域包括ケアにおける多職種連携のハブ機能を担うなど実際はとてもやりがいのある現場です。実習ではその一端を垣間見ることができますよ。



院長 中川貴史

## 地域のニーズをカバーする 訪問診療



訪問件数は毎月のべ300件ほど。エリアは東区、北区をカバーし、ほとんどは個人宅です。在宅酸素や胃瘻栄養、在宅ターミナルなど難しい症例の患者さんを多く診ています。ご家族のケアを含め、家庭医ならではのアプローチで患者さんのQOLを高めます。

札幌は介護・福祉機関も多く、調整面で高いコーディネート能力が求められますが、これも都市部の家庭医の醍醐味の一つです。

### 見学実習参加生

中岡佑太さん 北海道大学 医学部 4年生

## 参加者の声

### 家庭医療のリアルな現場を体験！

寿都診療所7日間、帯広協栄病院4日間、栄町ファミリークリニックでは5日間、見学・実習を受け入れていただきました。特に印象的だったのは診療です。患者さんとの何気ない会話の中から情報を引き出し、抱えている問題の真因を見極めていく姿に感銘を受けました。たとえば肩の痛みを訴える患者さんから話を聞く中で、実は家族とうまくいってなくて孤独を感じていたことが本当の苦しみだと気づくというのを目の当たりにし、こういう医者に自分もなりたいたいと強く思いました。2週間あまりの実習の中で、普段の大学の授業では知ることができないたくさんのお話を学びました。



## その他の都市部診療所



本輪西ファミリークリニック  
〒050-0065  
室蘭市本輪西町3丁目36-9  
TEL 0143-55-1212  
FAX 0143-55-3000

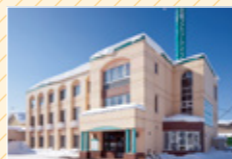


### 本輪西の特徴は？

訪問診療の件数が多く、在宅医療における密な多職種連携が学べます。外来では慢性疾患の管理のみならず、家庭医が心身症などメンタルヘルスをどうマネジメントしているのが学べます。

### 室蘭市DATA

人口約85,000人、約45,000世帯。太平洋・噴火湾に面した北海道南部に位置し、製鉄や造船業などが盛んで北海道の中心的工業都市として発展してきました。「鉄のまち室蘭」とも呼ばれます。



北星ファミリークリニック  
〒070-0824  
旭川市錦町19丁目2166番地  
TEL 0166-53-0011  
FAX 0166-53-2821



### 北星の特徴は？

介護施設が多い旭川の在宅医療の現場を知り、訪問患者さんのケアを支える薬局との密な連携体制を見学できます。看取りも多く、痛を含む終末期患者や家族との関わりにつき学ぶことができます。

### 旭川市DATA

人口約330,000人、約177,000世帯。札幌に次ぐ、北海道第二の都市・旭川。明治34年に陸軍第七師団が置かれ、早い時期から産業や流通が発達した北北海道の中心です。現在でも農業、製造業のほか、旭川家具をはじめとした木工・機械金属産業、酒造りも行われています。

# 郡部

ピックアップサイト

## 寿都町立寿都診療所 (19床)



〒048-0406  
北海道寿都郡寿都町字渡島町72番地2  
TEL 0136-62-2411  
FAX 0136-62-1940



寿都町DATA  
人口約3400人、約1800世帯  
江戸時代から大正にかけてニシン場として賑い、現在は牡蠣、イカ、ホッケなど漁業が盛んな町です。

## 郡部の実習で学べること

### 多職種で診る入院医療



入院患者一人ひとりの状態や治療方針について、情報共有、課題の検討を行います。患者さんだけでなく、ご家族のケアについてもじっくりと話し合います。

全19床で患者さんのほとんどは町民です。アットホームな雰囲気の中で診療が行われます。

### 科にとらわれない幅広い外来



持ち込まれる疾患はさまざま。高齢者が多く、複数の疾患を持つ方も。内科、小児科、整形外科、皮膚科、眼科、耳鼻科など幅広い対応が求められます。

## 多職種体験実習

### 放射線



技師さんから実践的なXpの撮り方を学べます。へき地の救急では、とても役立つスキルです。

### リハビリ



患者さんにはどのような背景があるのか、町に唯一のリハ職だからこそ、深く総合的な視点を学べます。

### 受付・会計



医療に関わるお金や保険が学べます。受付で聞ける患者さんの本音に驚くかも。

### 院外薬局



薬を通じて町に深く携わる「かかりつけ薬局」の非常に幅広い役割が学べます。

## 寿都の特徴は？

2次医療圏まで近くても1時間程かかる距離に位置し、疾患は多種多様に富みます。生活習慣病はもとより、整形外科、皮膚科、眼科、耳鼻科など幅広い対応が求められ、疾患に関する包括性を学ぶことができます。外

来だけではなく訪問診療、救急医療など提供する医療の幅も広く、特に救急疾患に関しては1次～3次までの初期対応が求められ、骨太家庭医への登竜門ともいえる診療環境です。



所長 今江章宏

## 住民の安心と安全の全て 救急診療

寿都町内で救急要請があった場合には、軽傷(雪道での転倒など)から生命に関わる重篤な疾患まですべての初期対応を行います。高次医療機関への搬送やドクターヘリの要請を行うこともあります。都心部の救急医療とは異なり、運ばれてくる方の多くはか

かりつけで診ている患者さんやそのご家族であり、普段から患者さんの価値観や人生観、ご家族の状況を把握していることは、緊急度の高い場合の速やかな意思決定に大いに役に立ちます。まさに「家庭医療らしい救急医療」を提供できることが特徴です。



## 参加者の声

### 医学部1年生

低学年のうちに寿都で体験し、将来の選択に活かそうと思い参加しました。訪問診療に同行でき家庭医・総合診療に対する考え方が変わりました。これから学ぶべきことは多いですが、研修以前よりも明確な目的意識を持って前進できると思います。

### 医学部3年生

寿都では、それぞれの職種が自身の役割や立ち位置を把握しており、職種間での連携や協力が密接であったことが印象に残りました。上下関係や排他的な関係はなく、各人がチームの一員としての自覚を持って働いているように感じました。

### 医学部5年生

寿都では、医師と患者の距離感が近く、医師と他の職種の方との距離感も近かったことです。お互いによく話を聞いて意見を出し合う関係性が出来上がっていて、良い信頼関係にあることがよく理解できました。

### 研修医2年目

寿都とその周辺の医療・福祉・保健は寿都診療所が中心となりつつも関連する施設やシステムが密な連携を取りながら運営されていること。また、それらに関わるスタッフはみんなパワフルで能動的に活動していたことに感激しました。

## その他の郡部診療所



### 国民健康保険上川医療センター

〒078-1743  
北海道上川郡上川町花園町175番地  
TEL 01658-2-1231  
FAX 01658-2-3908

上川町DATA / 人口約3500人、約2000世帯  
日本最大の山岳公園「大雪山国立公園」の玄関口に位置し、層雲峡温泉や黒岳などの観光地があり、海外からの旅行者も多い町です。

### 上川の特徴は？

へき地は都会のミニチュアではありません。患者を診て、地域も見る。地域包括ケアも構築する家庭医がいます。家庭医療の教科書を読み合わせてディスカッションを行う多職種勉強会も長年開催されています。



### 更別村国民健康保険診療所

〒089-1531  
北海道河西郡更別村字更別190番地1  
TEL 0155-52-2301  
FAX 0155-53-2100

更別町DATA / 人口約3100人、約1300世帯  
日本一の大型農業の村として知られ、酪農も盛ん。一人当たりの医療費も低く、健康と豊かさを実感できる村です。

### 更別の特徴は？

若き学生や医師が集う、教育重視の歴史ある診療所です。「家庭医療とは何か」指導医や村民の皆さんに教わり、1人の患者さんを多職種の視点から多層的にみるができます。



# 病院

ピックアップサイト

社会福祉法人  
北海道社会事業協会帯広病院(300床)

## 「見学・実習に来たら」

総合診療医は病院でどのような働きをしているか、大学では見られない医師の一面が見られます！1週間程度の実習になれば、患者さんと一緒に受け持ち、診断や治療を考えたり、救急の対応を頑張ってもらいます。

## 「臨床研修で来たら」

臨床研修から総合診療を意識したフィードバック、早期からの診療所研修(通年で毎週半日更別村診療所での外来研修)、HCFMの診療所での地域研修を選択できます！病院の規模も大きすぎず、小さすぎずで、それぞれの科の医師同士の垣根も低く、教育的な雰囲気です。

## 「専門研修で来たら」

4年間の専門研修のうち2年間で、ここ帯広協会病院で過ごします。将来的に診療所などの家庭医になるにも、病院総合医になるにも必要とされる臨床能力が身につきます。



〒080-0805  
北海道帯広市  
東5条南9丁目2番地  
TEL 0155-22-6600  
FAX 0155-24-7076

帯広市DATA/人口約170,000人、約88,000世帯

帯広市は北海道・十勝地方のほぼ中央に位置し、十勝川と札内川にはさまれた平野で、約17万人が暮らします。内陸部にあるため一日のなかの寒暖差が大きく、厳寒期には-20℃以下になることも。年間を通じて晴れの日が多く「十勝晴れ」という言葉もあるほどです。基幹産業は小麦、てん菜、豆類、ジャガイモを中心とする農業や、酪農、畜産。地元産の良質な素材を生かしたお菓子メーカーも多く、スイーツ王国としても知られています。

## 病院では何が学べるの？

300床の病棟は市内2番目の規模で、十勝圏域の基幹病院としてその役割を担っています。2016年よりHCFMが総合診療科の運営を請け負い、センターで研鑽を積んだ指導医が直接教育を行っています。見学・実習の受け入れも積極的に行い、大学病院や大病院ではないからこそ可能な参加型・体験型の実習プログラムを用意しています。

外来・救急・病棟など、1日で総合診療科のさまざまな側面を体感できるでしょう。私たちが最も重視しているのが、成人学習理論に基づく振り返りです。成人学習理論とは、簡単にいうと「大人の学び方」であって、具体的には体験を大切にしながら「使える知識」に落とし込みます。たとえば、実習中に心が動いたのはどんな場面だったのか、感情と記憶をひもづけ、実習で得たことを固定化することを目指します。

帯広協会病院での臨床研修を希望する方も、さらにその先にHCFMでの専門医研修を見据えている方も、気軽にお問合せください。見学を希望するみなさん一人ひとりの動機に応じて柔軟に実習メニューを組み替え、対応いたします。



総合診療科 部長 堀哲也

## 参加者の声

総合診療科では、年間35名前後の見学・実習を受け入れています。実際に見学・実習されたみなさまからの声をご紹介します。

### 医学部2年生

HCFMの教える横断的な総合診療教育はこれからの日本に必要なことだと考え、研修に参加しました。今回は貴重な経験を積むことができましたが、吸収しきれなかったノウハウを上級の学年になってからもう一度体験してみたいと思いました。

### 医学部5年目

患者さんの受け持ちをさせていただいて、診察、アセスメントとあらゆる体験をさせていただき勉強になりました。

### 医学部5年生

総合診療は地域医療などで必要とされている分野であるし、総合診療のスペシャリストの先生方に教わることができると考え参加しました。魅力的な点として、積極的に教えてくれる姿勢、診察では病気だけでなく、患者さんの人間自体を診ていることがありました。カンファレンスなどで診断や治療を話し合っているところなどを実際に体験し、幅広い病気の中からどう治療につなげているのかの学びを得ました。なにより、研修医にとってもっとも重要視したい勉強できる研修環境が確立されているように感じました。大変貴重な経験になりました。ありがとうございました。

### 医学部5年生

今回の見学を通して、総合診療科・家庭医療での働いている様子や、専門医を取るまでのキャリアについてなどさまざまなことを見学・指導していただき、大変勉強になりました。全身を総合的に見ることができるとのことなど、家庭医療ならではの面白さも実感し、総合診療科・家庭医療により興味が湧きました。優しく丁寧に指導していただき、誠にありがとうございました。

### 医学部6年生

大きい病院での総合診療について学ぶことができ、より家庭医療に興味を持ちました。また、先生方が熱心に指導してくださって非常に勉強になることが多く、有意義な実習となりました。ありがとうございました。

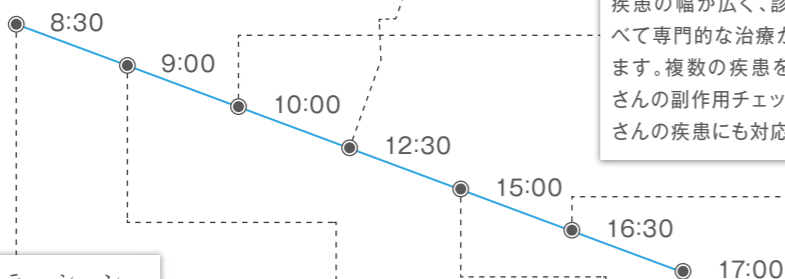
### 初期研修医2年目

専攻医の先生がどのように働き、学んでいるのかが分かり、イメージが付きやすく、とても有意義な見学でした。

見学・実習の学年は問いません。お気軽にお申し込みください。

## Timetable 1日の流れ

お昼は  
研修医と一緒に  
食べることが  
できます



### オリエンテーション



指導医がスライドを使って総合診療科に関する概要や1日の流れを説明。総合診療科のなりたち、病院内における役割などを学びます。

### 病棟回診



病棟回診にもチームの一員として参加します。カルテをチェックして患者さんの診察を行い、点滴の追加や薬の処方などの指示出しを体験します。

### 救急医療



救急の初期対応も総合診療科の務めです。表面的な症状の裏側にある隠れた疾患を見逃さないのも総合診療医としての腕の見せ所です。

### 振り返り



見学・実習の最後は振り返りの時間です。「気づいたこと」「うまくできなかったこと」「今後学びたいこと」などを振り返り、1日が終了します。

### 外来診療



疾患の幅が広く、診療所に比べて専門的な治療が求められます。複数の疾患を持つ患者さんの副作用チェックや、妊婦さんの疾患にも対応します。

### 症例検討会



研修医が担当患者さんの治療方針をプレゼンテーションし、今回は貴重な経験を積むことができましたが、吸収しきれなかったノウハウを上級の学年になってからもう一度体験してみたいと思いました。

# 専門研修コース

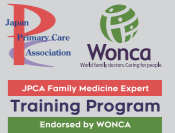
家庭医療学専門医コース  
(新・家庭医療専門医制度 準拠)

総合診療専門医コース

# 専門研修プログラム3つの魅力

指導医陣が頻繁に情報共有や議論を行うことで、専攻医一人ひとりの成長が一貫して熱くサポートされる体制になっています。

日本専門医機構総合診療専門医制度・日本プライマリ・ケア連合学会に認定された4年制プログラムです。全国各地に家庭医を輩出し続けてきた歴史ある家庭医育成プログラムを引き継いでいます。指導医陣の厚みや多様なサイト展開を活かし、多くの教育コンテンツと一人ひとりの専攻医が安心して学べる研修環境を提供します。研修終了時の目標として、環境に合わせて自分自身で成長し続けられる「自立した省察的実践家としての家庭医」を掲げ、日々の振り返りから学びを深めることを大切にしています。



## 1 多様かつ一貫した熱い教育プログラム

HCFMのプログラムでは病棟、都市部診療所、郡部診療所と3種類の研修先を通じて家庭医の基礎を学びます。全ての研修施設でHCFM医師による指導を担い、指導医陣が頻繁に情報共有や議論を行うことで、専攻医の成長が一貫して熱くサポートされる体制になっています。

### 病棟研修



仲間や指導医と共に議論しながら成長しあえる環境です。定期的に「ハーフ・デイ・バック」という枠組みで診療所における基礎研修もっており、病棟と診療所の実践を比較させながら家庭医としての基礎をかためることができます。

### 郡部診療所研修



各自治体と提携した有床診療所で1年間の研修を行います。顔の見える多職種連携が実践できるほか、外来・救急の件数も多く、common diseaseの入院管理も行うため、郡部ならではの幅広い学びが得られます。

### 都市部診療所研修



都市部の無床診療所で1年間の研修を行います。外来診療では家庭医療の基礎に照らしながら、一例一例深める実践を行います。訪問診療では件数が多いため、多様な経験を通じて柔軟な実践力が身につきます。

研修先一覧  
北海道社会事業協会帯広病院 総合診療科

研修先一覧  
寿都町立寿都診療所  
国民健康保険上川医療センター  
更別村国民健康保険診療所

研修先一覧  
本輪西ファミリークリニック  
栄町ファミリークリニック  
北星ファミリークリニック  
若草ファミリークリニック  
向陽台ファミリークリニック

## [4年間] 専門研修コース ローテーション例

	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4
1年目	総合診療II 帯広協会病院 総合診療科 (6ヶ月)						内科 帯広協会病院 総合診療科 (6ヶ月)						
2年目	内科 帯広協会病院 消化器内科 (2ヶ月)	内科 帯広協会病院 循環器 (2ヶ月)	救急 帯広協会病院 総合診療科 (3ヶ月)	小児科 帯広協会病院 小児科 (3ヶ月)	総合診療II 選択① (※1)	総合診療II 選択② (※2)							
3年目	総合診療I 郡部診療所: 更別村国民健康保険診療所 (12ヶ月)												
4年目	総合診療I 都市部診療所: 栄町ファミリークリニック (12ヶ月)												

注: ローテーションは変更となる場合がございます。

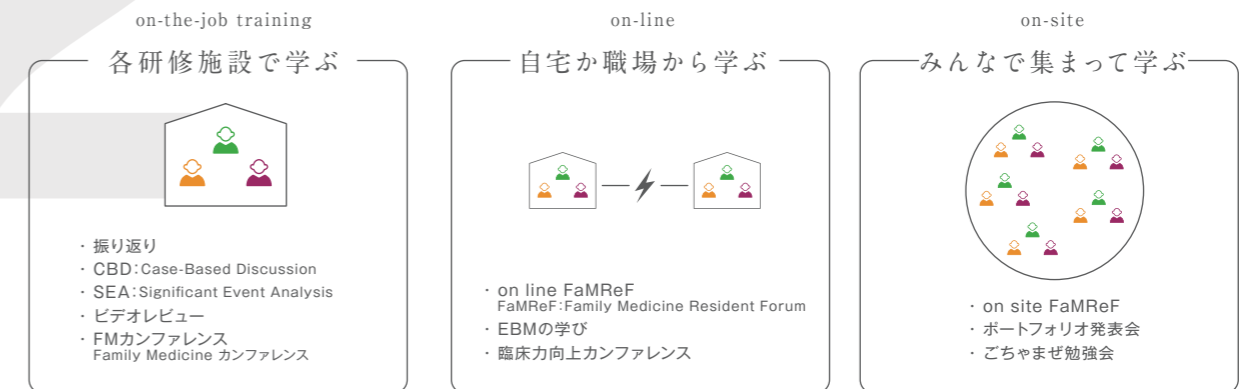
**HDB(ハーフ・デイ・バック)** [希望者に実施]  
半日間診療所へ出張し基礎研修を行うプログラム  
期間 隔週半日  
場所 更別村国民健康保険診療所  
内容 乳幼児健診などを中心に実施

(※1)  
総合診療II 選択①  
帯広協会病院内  
で選択  
(1ヵ月)

(※2)  
総合診療II 選択②  
帯広協会病院外  
も選択可  
(1ヵ月)

## 2 とびきり充実した教育コンテンツ

HCFMでは専攻医や指導医陣の厚みを活用し、多面的な学びの機会を充実させています。各教育コンテンツを通じて振り返りと言語化を積み重ねることで、自らの経験を糧に日々着実に成長していきます。



## 3 チャレンジを後押しする支援の輪

専攻医がそれぞれの目標に向かって思い切りチャレンジできるよう、様々な支援を用意しています。結婚や子育てといった専攻医のライフサイクルから個別の研修内容、研修終了後のキャリアまで幅広く相談も行えます。専攻医の自主性も尊重されており、専攻医チーフを通して法人運営や研修環境、プログラムの改善に携わる事もできます。

- A** メンタリング  
ポートフォリオの作成支援・研修終了後のキャリアなど、さまざまな相談が可能
- B** 研修施設の上級生  
上級生との食事会や交流会も頻繁に開催され、気軽に相談できる環境が整っています
- C** 事務局  
研修に専念できるよう、事務局も一体となってプログラム運営をサポートしています
- D** 学び合い  
同期や先輩後輩と切磋琢磨しながらの学び合いは長いキャリアの宝になります

