

困難な局面にも負けない！ モチベーションの高め方

順風のときもあれば、逆風が吹く日もある。困難な局面にぶつかったときに、いかに乗り切ればよいのか。医師としての使命感と矜持を持ち、前に進む道を選んだ医師たちの、モチベーションの高め方を聞いた。

取材・文／中城邦子 企画・構成／小川浩子(本誌)

3年後の廃止を控え、 地域医療に吹く逆風に立つ

CASE 1
千葉県立東金病院 内科 副部長 古垣斉拡氏



ふるがき・なりひろ
2001年鹿児島大学医学部卒業。鹿児島生協病院での初期研修を経て、2003年より4年間、奄美大島で離島医療に従事。2007年千葉県立東金病院勤務。地域医療連携室室長。

「3年後に閉鎖が決まっている病院でも、来てくれる医師がいる以上、指導医の責任は大きい」と熱く語るのは千葉県立東金病院の古垣斉拡氏だ。

東金病院は、千葉県初の県立病院として開院し、地域の中核病院として機能してきた。しかし、医師臨床研修制度開始を機に、大学の医師引き揚げによって医師不足に直面。04年21人いた医師が06年には10人に激減したなかで、古垣氏は鹿児島島から赴任した。

古垣氏は鹿児島島で生まれ育った。「地元は田舎で高校も公立だけ。教育も医療も、だれもが公的な機関に頼って、その恩恵を受けている地域でした。ですから、いずれは自分のスキルを使って地域社会に貢献する仕事がしたいと考えるようになったのです」。

知人もなく、地域性もわからない、

古垣氏のモチベーションの推移



しかも多くの中堅医師が抜けたあと、という逆境にあっても、古垣氏の士気は高かった。質の高い教育システムの構築、自身の糖尿病と内分泌の専門医取得というテーマを持っていったからだ。中堅医師が減ったことも「戦力的にはダウンしましたが、見

方を変えれば若手が増え、人が変わったことで組織が活性化されました。

今レジデントで頑張っている医師たちが、将来この地域の医療を担ってくればむしろプラス」と後輩の成長に寄与できることに、やりがいを感じていた。

さまざまな地域医療を守る取り組みの成果もあり、10年には東金病院の内科医はレジデントを含み10人が在籍するまでになった。しかし再び逆風が吹く。3年後の閉院が決定したのだ。閉院の直接の理由は老朽化替わりに新しい医療センターが計画されている。「聞いた瞬間は、正直、

凹みました」当時の心境を語る。

そんななかで、古垣氏のモチベーションを支えているのは、1冊のノートとライフプランだ。ノートには読書を通じて出会い、感銘を受けた言葉が書きつづられている。エクセルでつくったライフプラン表には、数年後の大きな目標を書き込み、それを実現するために学ぶべきこと、達成すべきことを5〜10年のスパンで、中目標として設定している。

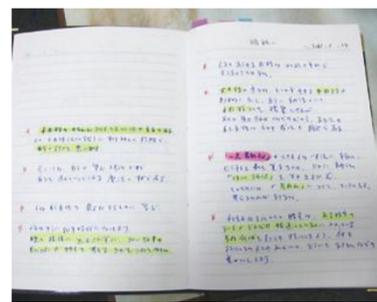
My Key phrase

目標や夢は数値化し、文字にして、毎日繰り返し見る。5年先、10年先の目標のために今何をすべきかを考える。才能よりも根気。信念をもって努力すれば道は開ける。

さらに中目標を達成するために、1〜2年以内にすべきことを小目標として定め、日々の学習に取り組み。「思い描くだけでなく、夢や目標は具体的に文字にして

明文化し、できるだけ数値化しています」という古垣氏。毎日、見返すことで、夢や目標は潜在意識に刷り込まれ、イメージはより強く鮮明になる。困難な状況にあっても、なぜ今これをして

いるのか、自分の立ち位置を再確認



感銘を受けた本からの引用や元気が出るフレーズなどが書き綴られたノート。毎日見返して自身を鼓舞している。

できる。次の中目標は「開業」と語る古垣氏。ライフプラン表の数字を見返すことをスイッチにして、モチベーションを高めている。