

AMG リハビリテーション部広報誌

## リハ通信

連携・信頼・進化のAMG リハ

## リハビリテーション部 基本方針

1. お互いに高められる関係づくり
2. 新しい時代を創出する体制づくり
3. 地域包括マネジメントシステムの確立

2021/8月号

増刊号！！

## キャリア支援委員会 ロールモデル紹介 ～第2弾～

リハ通信8月号では、【ロールモデル紹介第2弾】のお二名記事の一部を抜粋したものを掲載させて頂きましたが、増刊号では全文を掲載しておりますので是非ご覧ください！

～自己紹介～

氏名：濱野祐樹

年齢：37歳 性別：男性

経験年数：15年目

勤務地：上尾中央総合病院

研究テーマ：「Stiff knee gait を呈する片麻痺者の  
運動学と筋活動の特徴」



## ○進学の経緯・動機について

進学の動機は2つありました。1つ目は、運動解析を用いた研究に興味があったことです。バイオメカニクスの知識を臨床応用し患者さんに還元できるようになりたいという思いがありました。2つ目は、臨床データの分析や教育のために研究作法を学びたいと思ったことです。当時より、科内の品質目標管理や後輩の学会発表の相談を受けることが増えていたのですが、私は卒業研究の経験もなく、若手の頃より学会発表などの研究活動に熱心に取り組んでいたわけでもありませんでした。そのため、一度しっかりと研究と向き合い、研究作法を学ぶことで自分の仕事に還元したいと思ったことが進学を決心したきっかけでした。

## ○進学までの流れ

進学を決心したのは入試の一年程前でした。それからは、まず仕事と学業の両立が可能なかシミュレーションした上で、科長に相談をさせていただきました。科長からは、当時の私の職位は主任でしたが、主任としての職務と学業を両立させることは当科でのロールモデルの一つにもなるからと背中を押していただきました。このことはとても心強かったです。職場の理解をいただいてからは入試対策の勉強を始めました。入試は英語、小論文、面接でしたが、私は英語が非常に苦手でしたので、試験勉強のほとんどは英語に費やしていました。あわせて進学希望先の大学の先生に相談し、研究室のゼミに参加させてもらいました。出願時は研究計画書が必要となります。そのため進学前にゼミに参加することで、研究室の強み、出来ることを知れたことや、ゼミ生の方からアドバ



イスをいただけたことは研究計画書を書く上でも大変助けとなりました。合格してから入学までの期間は研究テーマの近いゼミ生の計測見学や、自身の研究に関連した文献リサーチなどを行い進学後に向けた準備を行いました。

### ○進学までに大変だったこと・どのように乗り越えたか

一番苦労したのは入試に向けた英語の勉強です。元々、英語が苦手な教科書などに引用されている英語論文に興味をもってチャレンジせずに過ごしていました。そんな私ですので、まずは英語の参考書を数冊購入して基礎的な部分から勉強を始めました。しかし、一日の学習ノルマを設けるも、仕事後に疲れ果てて何も出来ない日もありました。そのため、ノルマが達成できなくても英語に触れない日がないように、**通勤時間はスマホの英語学習アプリを使って 10 分でも勉強する時間を確保する**ようにしました。英語に対するアレルギー反応が減ってくると、今まで避けてきた英語論文にもチャレンジできるようになりました。**新しい知見をダイレクトに得られることが英語を勉強するモチベーションとなり、なんとか入試を乗り切ることができました。**



### ○在学中に大変だったこと・どのように乗り越えたか

在学中に一番大変だったことは、修士研究を2年でまとめあげることでした。研究はデザインを組むことがとても重要です。しっかりとした研究デザインが組めれば、あとは計画通りに研究を進めるのみです。しかし、実際には研究計画の変更を余儀なくされることが多々あり、これにはとても頭を悩まされました。具体的には研究方法のテクニカルな部分や対象者のリクルートで苦労したのですが、限られた期間内で研究をまとめるために研究計画の変更を適宜行いながら進めていきました。当時は修士研究をまとめあげて、2年で卒業できるのかという不安を抱えながら必死に取り組んでいましたので、どのように乗り越えたかという明確なものは記憶にありません。ただ振り返ってみると、私の場合、研究方法の変更はありましたが、進学前からの研究テーマを変更することなく進められたことは大きかったように思います。そのため、入学前に自分がどのような研究を行いたいかを明確にするとともに、研究テーマの意義を進学希望先の先生に確認してもらうことは大切な準備だったと思います。



### ○修了して良かったこと

大学院を修了し良かったことは研究を通じて**論理的思考力が鍛えられたこと**だと思っています。大学院では一つの研究テーマに対し多くの時間を費やすことができます。この経験により、**問題の本質を捉える力、その解決方法を導く力、またそれらを人に伝える力が養われた**ように感じています。これらの能力は患者さんの診療や、業務改善に取り組む際など様々な仕事の中で活かされてきます。論理的思考力は大学院でなければ鍛えられないものではありません。しかし、一つの研究にじっくりと向き合うことが出来るのは大学院という環境に身を置いているからこそだと思います。大学院への進学は大きな覚悟もいることですので、その分、学びとして得られたものは大きかったように感じています。リハビリテーション業界では研究職や教職などを目指す場合を除き、大学院を修了することで目に見える形でのインセンティブが示されることはまだまだ少ないように感じますが、**大学院で培われた能力は専門職としてのキャリアに大きな影響を与えてくれるものだと私は考えています。**

## ○職場から得られたサポート

進学については科内で公表させていただいたので、事前に相談することで多くの理解とサポートをしていただきました。業務調整は、係業務の振り分けや、持ち回り担当制の業務予定を決める際に大学院の予定を配慮して組んでもらっていました。勤務調整は基本的には公休での調整を前提として、必修科目の授業や研究デザイン発表などのイベントに合わせて調整をお願いしていました。

## ○今後の抱負

大学院修了後に、研究ラダーを立ち上げて2021年度から運用を開始しました。上尾中央総合病院では年間の学会発表件数は年々増加し、若手の学会発表も増えてきています。その一方、研究に興味はあってもなかなか踏み切れないスタッフもいます。臨床研究は後ろ向き研究であれば敷居の高いものではありません。研究ラダーを通じて、一歩が踏み出せないスタッフのサポートができればと考えています。



## ○AMG リハ部で大学院に興味のある皆さんへ

大学院に興味がある方は、仕事と大学院の両立が本当に可能なのかシミュレーションを行った上で、職場の方に相談するとよいと思います。そのため、できるだけ進学希望先の詳細な情報を集めることをお勧めします。大学院での2年間は非常にハードでしたが、それでも私は進学して良かったと思っています。興味がある方は是非チャレンジしてみてください。



～自己紹介～

氏名：瀬黒淳矢

年齢：25歳

性別：男性

経験年数：3年目

勤務地：津田沼中央総合病院

研究テーマ：「初期接地時の側方床反力成分と  
下肢関節モーメントの関係」

## ▶進学の経緯・動機について

私の大学院への進学の経緯は、日々の臨床で働く中で、動作分析の難しさを実感しより専門的な知識を研究を通して高めたいと考えたからです。

元々学生時代よりバイオメカニクスについては、興味がありました。働く中で、患者様の動きを評価するうえでバイオメカニクスの理解を深めることでより正確な評価を行うことができると思い、バイオメカニクスについて権威のある山本澄子教授、石井慎一郎教授のもとで学びたいと考え大学院への進学をきめました。

### ▶進学までに行ったこと

進学までに行ったこととして、まずは情報収集から始めました。各大学院や学部による特性については進学を志した際は無知であったため、まずは職場の上司や、母校の教授等に相談するところから始めました。実際に大学院への進学経験がある方や、進学中の方から、大学院に進学する事で、研究の基礎的な知識、交流の幅が広がるなど様々なメリットがあるという話をお聞きすることができ、より進学したいという気持ちが増しました。

### ▶進学までに大変だったこと、どのように乗り越えたか

進学までに大変だったことは、研究計画書の作成です。

入試の段階で、研究計画書いわゆるどういった研究を大学院で行いたいかをまとめた物の提出が必要になります。私は、あまり研究の経験が多くなかったため、とても苦労しました。日々の臨床業務から感じる疑問点を抽出し、研究デザインを作っていくことは、進学までに大変なことのひとつでした。その際も職場の上司や母校の教授等に協力していただき、完成させることができました。



### ▶在学中に大変なこと、どのように対処しているか

まず一つ目は、修士論文の作成における作業です。論文の作成で一番難しいのが研究テーマを決めることです。研究の意義を考え、教授や同じ学部生などとゼミを通して、研究内容をブラッシュアップしていく過程はとても大変です。また二年間という限られた短い時間で論文を完成させるため、自分一人の力では難しいことも多いので積極的に教授にアポイントを取る必要があります。

二つ目は、課題です。授業や演習等では、多くの課題が出されます。課題の内容は、授業の感想のような簡単な物から、三次元動作解析装置で撮影した動作を分析しプレゼンテーションするといった専門的な課題まで様々です。自分の考えを述べる課題は試行錯誤しながら行うため、終わった時の理解度が高くとてもやりがいを感じます。

また、各学期末は課題が重なるため、業務と両立しながら行っていくことは大変でした。しかし、後回しにしてしまうと後々大変になるので、毎日コツコツと進めています。



### ▶職場から得られたサポート

大学院進学に関しては、科内全体に伝えていきます。残業ができない日等の詳細に関しては、自分の所属している回復期、チームのメンバーにはより詳しく伝えていきます。大学院に関して気軽に相談できる先輩が多くいることはとても心強いです。

勤務後に18時、または19時45分から授業があり、残業ができない日もあるため、何か伝達事項がある際などは勤務時間内で伝えてもらうようにサポートしていただいています。

科内よりサポートしていただくことで、無理なく大学院へと通学できています。

### ▶今後の抱負

今後の抱負としては、大学院で学んだことを病院へ還元できればと考えています。臨床においては、バイオメカニクスについて学ぶことで、動作分析の向上、理学療法評価の質を上げていきたいと思えます。研究に関しても、自分の研究についてはもちろん、私と同じように研究に興味のある後輩を指導できればと考えています。津田沼中央総合病院リハビリテーション科の若い世代からの底上げをできればと思えます。



**▶AMG リハ部で大学院に興味のある皆さんへ**

私はまだ大学院へ進学して半年ですが、進学したことで教授・同級生など多くの方と関わる機会や、臨床現場では絶対にできない経験をたくさんすることができ、とても刺激的な時間を過ごせています。私はまだ臨床3年目ですが、若いうちから進学してよかったと思っています。もしも進学を考えている方がいて、自分に協力できることがあればぜひとも相談に乗らせていただきたいと思います。

**【編集・発行】**

上尾中央医科グループ協議会 リハビリテーション部 <https://amg.or.jp/rehabilitation/>

〒362-0075 埼玉県上尾市柏座 1-10-3-58 TEL:048-775-6466 FAX:048-775-0570