

今、高知を熱くしている「コーチレジ」!!

コーチレジとは、高知県で初期臨床研修を行う研修医らで構成されるコミュニティです。

- その活動目標は
- (1) 高知県に若手を集める
 - (2) 県内の既存の人材をつなぐ
 - (3) メンタルヘルスケアを充実させる こと

高知県での研修環境をより良くすべく、様々な活動を自主的に行っています。



① H P ・facebookによる情報発信

コーチレジが行うイベントや日々の研修の様子を情報発信しています。

H P <http://www.kochi-resi.net/>

Facebook <http://ja-jp.facebook.com/kochiresi>

② 首都圏での病院合同説明会への参加

首都圏で開催される病院合同説明会(レジナビフェア、eレジフェア)にも参加し、若手医師の目線から、医学生が知りたいと思われる情報の発信を行っています。会場で使用しているポスターやDVD、高知県ブースへの来場者に配布しているレジノートやポータブラーバッグはコーチレジが企画・デザインしたものです。

③ レジデントクエスト(通称 レジクエ)の開催

「研修医の研修医による研修医のための勉強会」として、県内の研修医が一堂に会し、高めあうための勉強会を行っています。



④コーチフェスの開催

レジデントクエストの発展形として、県内の医療機関の指導医、地域医療を支える医師、開業医、医学生らも参加できる勉強会を開催しています。医学生、研修医・医師が交流を深め、高知県全体で究極の屋根瓦方式を構成することを目指しています。



⑤セーフティスクラム

若手医師独自の視点から研修医のメンタルマネジメントの向上に取り組んでいます。これまでに、自身のメンタル防御力をアップしてもらうための講習会の開催や、研修のストレスを回避するための研修医間での情報共有、先輩若手医師によるピアサポートなどを行ってきました。なお、中心となるメンバーは県外での勉強会や学会等にも参加し、専門家でなくてもしっかりとサポートできる知識の習得を行っています。

H P <http://www.kochi-resi.net/safetyscrum>

