

第7回沖縄県女性医師フォーラム

～ IT を使いこなす！～

沖縄県医師会女性医師部会 伊良波 裕子



去る7月20日（土）沖縄県医師会館に於いて、沖縄県医師会女性医師部会では、沖縄県医師会館に於いて「IT を使いこなす！」をテーマに標記フォーラムを開催した。フォーラムでは、県立南部医療センター・こども医療センター総合内科篠原直哉先生より「実際に使えるアプリの紹介」と「研修医教育、指導、再履修への利用について」、琉球大学大学院医学研究科感染症・呼吸器・消化器内科学原永修作先生より「文献検索と整理の仕方」と「学会発表への応用について」、淀川キリスト教病院産婦人科柴田綾子先生より「SNS の利用について」の講演が行われ、その後、質疑応答が行われた。

会場では、アプリケーションを実際に操作しながらの説明もあり、持参したタブレットやス

マートフォンなどで共に操作をし、その作動を確認している参加者も見受けられた。参加者の内訳は女性医師19名、女性研修医6名、男性医師10名、医学生1名、その他2名、女性医師部会役員7名の計45名であった。その概要について次のとおり報告する。

はじめに、知花なおみ副部長より開会の挨拶があり、続いて依光たみ枝部会長の代理で挨拶文を読み上げた大湾副部長は、「今回はこれまでのフォーラムとは趣きが異なり、初めて学術的なテーマでの開催となった。本フォーラムで学会発表や仕事に必要な基礎知識を学び、また本フォーラムへの参加が、IT に使われるのではなく、IT を最大限に使う足がかりとなるよう期待している。」と述べた。

講 演

「実際に使えるアプリの紹介」

「研修医教育、指導、再履修への利用」

県立南部医療センター・こども医療センター

総合内科 篠原 直哉



医療に携わる者にとって便利なアプリケーション（以下アプリとする）といえば、MedCale（医療計算ソフト）、M2Plue（Web上の電子書籍販売サイトであるM2Plusで

購入した電子医学書を読むためのアプリ）、ステッドマン医学辞書などが挙げられる。またWeb上で気になった記事や文献などをメモするためのアプリも多数ある。

例えばEvernoteというアプリは、思いついたアイデアをメモするだけでなく、Webページをコピーして貼り付けるスクラップ機能やスマートフォンで取った写真などのいろいろな情報をまとめて保存できるアプリで、集めた情報を必要とときにいつでも閲覧することができる。またEvernoteをPC、スマートフォン、タブレットなど複数のデバイスにインストールしておけば、保存した情報を同期することによってどのデバイスからもアクセスできるようになり、保存したデータをどこでも閲覧することができる。

Evernoteのような「クラウドサービス」によるデータ保存ができるアプリには、その他にDropboxやSugarSyncなどがあり、それぞれ自分にあったサービスを利用していきたい（図1）。

なぜEvernoteがいい！といわれているのか？		
	Evernote	その他のクラウド Dropbox SugarSync SugarSync
お金	有料	有料
1ファイルあたりの上限	100MBまで	なし
1ヶ月あたりの上限	1GBまで	なし
累積用量の上限	なし	上限あり 払う月額により異なる
ファイルのアップロード	どこからでも	基本的にパソコンが必要
検索	できる	できない
タグ(属性)付け	できる	できない

図 1

このようにして収集した多様な情報について、その整理分類に困っているという声がよく聞かれるが、このような情報収集用のアプリをうまく使いこなすには、集めたデータを無理に整理せず、必要な時にアプリ内で検索し、その都度データを閲覧する方がよい。

また論文や資料、新聞記事や日常送られてくる通知文書など、これまで紙媒体で集まってきた情報をスキャンしてパソコンなどに取り込み、情報保存用のアプリを使ってデータをクラウド化することで、紙媒体の量を減らすことにも繋がる。なお、クラウドサービスを利用する場合、そのセキュリティの安全性は100%ではないことから、個人情報を含むデータはクラウド上には保存しないことが重要である。

研修医を指導する際には、日々集めた文献やメモ、画像など、Evernoteなどのアプリで保存したデータから必要なものを取り出し、自分用の資料として印刷・製本することもできる。また、このようなアプリの利用以外に、当院では研修医教育の一環としてFacebookを利用している。

最後に、アプリの初期設定でわからないことがあった場合には、すぐに他人に頼むのではなく、ネット上で検索するなど自力で問題を解決することを心がけて欲しい。アプリが起動しないなどのトラブルが起こった時にも自分で調べて対処することが、アプリを上手に使いこなす第一歩である。

「文献検索と整理の仕方」

「学会発表への応用」

琉球大学大学院医学研究科感染症・呼吸器・

消化器内科学 原永 修作



今回は、iPhoneやiPadを用いた文献検索と、PDFファイルを利用した学会発表への応用について紹介する。資料を整理するにあたり、まず必要な写真や

図表などを取り込める手順を知ることが重要

である。iPhone や iPad にはスクリーンショットという機能があり、これでディスプレイ上に表示した画面を写し、自分の iPad などに保存することができる（図 2）。また、マルチタスク用ジェスチャー機能を設定しておけば、4 本の指でスクリーンを左右にスライドさせることでアプリを切り替えられるようになり、複数のアプリを同時に使用する場合に便利である（図 3）。



図 2

Web 上で見つけた PDF ファイルは、Dropbox や GoodReader などのアプリ（クラウドサービ

ス）に名前を付けて保存すること、そしてそのファイルを利用するためには、自分が使慣れたアプリで保存することがポイントである。興味のある学会のポスターなども写真で保存してメールで自分宛に送信しておけば、記録として残せる。また会場のスライドなども写真撮影が禁止されていなければスマホで撮影し、そのままアプリへ取り込むか、メールで送信しておけば帰宅後も見直すことができる。

学会発表のための資料を作成する場合には、保存した PDF ファイルを利用することができる。複数の文献をまとめて開いておき、マルチタスク機能を利用して必要に応じて切り替えれば、文献を参照する際に便利である。また GoodReader では、PDF ファイルへ直接書き込む、アンダーラインを引く、文献にチェックやコメントなどを記載することもできる。またスクリーンショットの機能を使って、PDF 上の図表や、iPhone や iPad など臨床の現場で撮影した画像の必要な部分だけを切り取り、論文に掲載することもできる。ノートパソコンやデスクトップパソコンなどでは画像を取り込むためには画像ソフトで編集しなくてはならない



図 3 マルチタスク用ジェスチャーの設定

が、iPadなどのデバイスではマルチタスクやスクリーンショットで気軽に画像や表などを取り込めることが、論文や資料を作成するにおいて有用といえる。

「SNSの利用」

淀川キリスト教病院 産婦人科 柴田 綾子



メーリングリストとは、興味のあるサイト内で設定されているメーリングリストに、自分のメールアドレスを登録することで、その

サイトからのいろいろな情報が自分のメール宛に送信されてくるシステムである。多くの方がこのようなメーリングリストを利用し、情報収集をしていると思われるが、最初からメーリングリスト用のメールアドレスを作っておくか、メールソフトにあらかじめフォルダ分類の設定をしておくと、集まってきた情報をよりよく整理することができる。

RSS (RDF site summary) はニュースやブログの更新情報をまとめてチェックができるシステムで、RSS専用のアプリをスマートフォンなどにダウンロードしておけば、外出先でも閲覧でき、常に最新の情報を得ることができる。

最近のコミュニケーションツールであるFacebookやTwitterなどに代表されるSNS (ソーシャルネットワーキングサービス) を利用するには、まずそれぞれの特性を知ることが大事である (図4)。例えばFacebookは実名登録が基本であるため、匿名での登録が可能なTwitterよりは信頼性があると言えるだろう。Twitterはリアルタイムで情報が発信されるため、迅速なニュースソースの入手が可能となる利点があるが、その一方で次々と情報が流入し、時間の経過に伴い情報が埋もれてしまうので、情報収集というより情報発信ツールとしての利用に向いていると思われる。

(図4)

SNSの特徴			
facebook twitter mixi			
情報	多い	多い	少ない
匿名性	実名登録が多い	匿名が多い	匿名が多い 知合いが基本
関係性	薄い～濃い	薄い	濃い
付加機能	コミュニティ	ハッシュタグ	コミュニティ

図4

例えば、国試twitterなどでは登録することで国試の情報のやり取りはもちろん、学んだことや覚えておきたいことをTwitter上でつぶやき (記録を残す)、後でそのつぶやき (記録) を見返すという、フラッシュカードのような使い方をすることもできる。Twitterでは情報が多すぎて整理が大変だと思われるかもしれないが、あらかじめテーマごとにハッシュタグ (#記号と、半角英数字や日本語で構成される文字列のこと。発言文内に「#〇〇」といれ、タグの前後にはスペースを入れる。日本語のタグは全角半角どちらでも使用可) を入れて投稿すると、その記号付きの発言文が検索画面などで一覧できるようになる。Twitterには、このように後から整理検索しやすいシステムがあるので、利用していただきたい。

SNSで情報を発信する場合には、SNS上で他人の意見に対して批判をしない、また不必要な議論をしないことが重要である。米国医師会では、2011年に医師がSNSを利用する際のガイドラインを制定しており、世界医師会においても「正確な情報を伝えること」、「意見交換は冷静におこなうこと」、「ネット上での言動が職務へ与える影響について意識すること」、「患者がアクセスする可能性も考えて、自分のプロフィールの開示には注意すること」等が掲げられている。日本でもFacebookのプロフィールに医師と記載した場合、自分が現在診察している患者から健康相談や症状について尋ねるメッセージが送られてくるなど、プライベートにま

で仕事が入り込んでくる事例がでてきている。ネット上でのやり取りは、その時の感情によって誤解を生じる場合があり、SNS などでの発言が後に問題となることも考えられる。従って、仕事（診療）に関する発言、応答は慎重に考えるべきであり、またネット上での公私の線引きは大変重要である。

【参考】

■論文セレクトメール

- ・ Medscapeeducation : <http://www.medscape.org/medscape-today>
- ・ NEJM : <http://www.nejm.org/>
- ・ Journalwatch (NEJMgroup) : <http://www.jwatch.org/>
- ・ AgencyforHealthcareResearchandQuality (米 国) : <http://www.guideline.gov/subscribe.aspx>

■おすすめメーリングリスト - 研修医向け

- ・ IDATEN : 日本感染症教育研究会 : <http://www.theidaten.jp/> (メーリングリストとメールマガジンの2つがある)
- ・ JSEPTIC : 日本集中治療教育研究会 : <http://www.jseptic.com/>
- ・ EmergencyMedicineAlliance : <http://www.emalliance.org/wp/>
- ・ 関西若手医師フェデレーション : <http://kanfed.jimdo.com/>

■メーリングリスト - 学生向け

- ・ 日本プライマリ・ケア連合学会学生・研修医部会 : <http://family-s.umin.ac.jp/index.html>
- ・ 米国内科学会日本支部 (ACP) : <http://www.acpj.org/>
- ・ 国際医療学会学生部会メーリングリスト : <http://www.jaih-s.net/>
- ・ 世界医学生連盟 (IFMSA) メーリングリスト : <http://ifmsa.jp/>
- ・ 学生による感染症学習の拡大を目指して : <http://feverishtraining.blog83.fc2.com/>

■Facebook おすすめ学会ページ

- ・ NEJM : <https://www.facebook.com/TheNewEnglandJournalofMedicine>
- ・ TheJournalofTraumaandAcuteCareSurgery : <https://www.facebook.com/journaloftrauma>
- ・ TheLancet : <https://www.facebook.com/TheLancetMedicalJournal>
- ・ AmericanCollegeofChestPhysicians : <https://www.facebook.com/acpcchest>
- ・ JAMAInternalMedicine : <https://www.facebook.com/pages/JAMA-Internal-Medicine>
- ・ WorldHealthOrganization : <https://www.facebook.com/WorldHealthOrganization>

■Facebook おすすめ非公式ページ

- ・ アブストラクト・ジャーナル : <https://www.facebook.com/journalofI>
- ・ echocardiographie : <https://www.facebook.com/Echocardiographie>

■Twitter

- ・ @master_usmle : USMLE 勉強ツイート
- ・ #residentday : 家庭医療セミナー
- ・ 国試 Twitter :
 - ・ @Kokushigoro
 - ・ @kokushi2011
 - ・ @108kokushi

注：掲載は信頼性について保証するものではありません。インターネット上の情報を使用する際は、信頼性について個別に判断してご使用ください。

質疑応答

◇PDF ファイルの保存について

Q：ネット上で探した文献などの PDF ファイルを、どこでも閲覧できるように複数のアプリに保存している。そのため、ひとつひとつのアプリを開いては保存する手順を繰り返すこととなり、手間がかかる。1つの PDF ファイルを、違うアプリに一度で保存できる方法はあるか。

原永：どこでも閲覧することが目的ならば、複

数のアプリに同じファイルを保存しておくよりはメールに添付して自分宛に送信し、メールホルダの中に保存しておけば、アプリがインストールされていない末端でも閲覧できるので、便利である。

1つのPDFファイルを複数のアプリに保存する手順としては、まずiPadなどで開いたPDFファイルのウィンドウ上にある「保存」のボタンをクリックし、保存できるアプリのアイコンが表示されたウィンドウを開く（図5）。このウィンドウで保存先のアプリを選択し、クリックすることでそのアプリに保存されるので、保存するためにそれぞれのアプリを開く必要はない。



図5

篠原：例えば、iPad、iPhone、iPod touchでPDFを閲覧する場合は、これらに対応したGoodReaderというアプリにPDF等を保存するだけでいいと思うが、GoodReaderはパソコンに対応していないため、このアプリに保存したPDFはパソコン上で閲覧することはできない。一方、Evernoteで保存したPDFはタブレットでもパソコンでも見ることができるので、どちらでも閲覧したい場合にはEvernoteでの保存が良いであろう。しかし、保存したPDFに書き込みやアンダーラインなどの編集を加えたい場合は、Evernoteでは編集作業ができないため、Good Readerへの保存となる。このように、あらゆるファイルを複数のアプリに保存するのではなく、それぞれの用途によって保

存先を選ぶ方が便利である。

◇メーリングリストでのセキュリティーについて

Q：メーリングリストや共有フォルダを利用する際のセキュリティー対策では、どのようなことに気をつければよいか。

柴田：メーリングリストなど複数の利用者がいる場合、管理者が許可したメンバー以外はアクセスできないように設定することがまず重要である。

篠原：（自分が管理者である場合）セキュリティーの設定次第では、全世界に情報が公開されることになるので十分注意して欲しい。

◇資料作成への画像の取り込みについて

Q：パワーポイントで作成した資料へ、保存した画像を取り込むことは出来るのか。

原永：自分で撮った写真などを取り込むことは可能である。iPhoneなどで撮影した写真データをフォトストリーム（iCloudのサービスの1つ。インターネット上で写真を保管する）などに保存し、パワーポイントに取り込むこともできる。

◇スクリーンショットについて

Q：スクリーンショットの利用について、具体的な使い方を教えて欲しい。

原永：スクリーンショットで撮った画像は、ピンチ（2本の指で画面上にある画像のサイズを変化させること）で拡大・縮小して切り取り、論文等に貼り付けることができる。一方、パソコンでは拡大・縮小を行うには画像ソフトで編集する必要があるが、タブレットでは簡単に編集でき、論文や資料などに貼付できる。

篠原：ちなみに、スクリーンショットで画像を撮る場合のシャッター音が気になる場合は、スピーカー部分を押さえることで音を小さくすることができる。（注：消音することはできない）

◇SNSを介した患者さんからのメッセージについて

Q：SNSを利用しているが、SNS上で名前や誕生日、職業などを検索することで個人が特定されることがある。実際に現在診察している患者さんから外来の診断についての質問のメールや、院外で会って相談に応じて欲しいというメ

ッセージが送られてくることがある。このような場合にはどう対処したらいいか。

柴田：個人のルールとして、基本的にネット上で送られてきた患者さんからのメッセージに対しては、メールも含めて返信はしないなど、完全にブロックすることになっている。このようなルールを決めずに、ネット上で受けた患者さんからの問いに答えてしまうと、やがては24時間対応することになってしまう。自分自身ではコントロールできない事項であり、誤解を生じないためにも、初めからきちんとしたルールを設定して対処することが大事である。

知花：SNSで開示した個人情報は、ネットで検索すると容易に出てくることがある。SNSを利用する際には、個人情報がネット上に流失しないようにプライバシー設定をすることが必須である。

仲里：(ITを利用するにあたっては)情報が散らばらないようにすることが一番大事だと思う。研修医とのSNSでも注意が必要かと思う。ITをよりよく利用するためには、まず何をするのかという目的を決めて利用するべきであろう。

閉 会

○玉城信光副会長

今日は3名の講師の方々に、ITの使い方について紹介いただいた。講演を聞いていて、多くの文献を読むだけでなく、自分の新しいアイデアをネット上に保存・登録していくのも面白いのではないかと感じた。また同時に、集めた情報を元にした独自のデータベースの作成も重要であると感じた。現在沖縄県医師会では、患者さんからの了承が得られた国保連合会と協会健保の特定健診データについて情報を共有し、そのデータベースを構築しているところである。更に、那覇市医師会が構築している健診データのうち患者さんからの同意が得られたものに関しては、那覇市医師会会員の施設間でも閲覧できるシステムを構築する構想も出ている。

これからは、医師がこのような公共のデータから得られた患者さんの情報を整理し、それらのデータシステムを駆使し医療に役立てていく時代となる。

これまで女性医師部会で女性医師の環境整備や支援活動を活発に行ってきたことが、少しずつではあるが医師の勤務環境改善に繋がってきている。今後の医療界のIT化についても、女性医師部会が一つの推進力となることを期待する。



左から、原永修作先生、篠原直哉先生、柴田綾子先生

印象記

沖縄県医師会女性医師部会 伊良波 裕子

平成 25 年 7 月 20 日、沖縄県医師会館にて第 7 回女性医師フォーラムが開催されました。今回はこれまでのフォーラムの趣向とは少し異なり、“IT を使いこなす！”というテーマで、IT に詳しい 3 人の医師にわかりやすく講演をしていただきました。

まずは県立南部医療センター・こども医療センター総合内科の篠原直哉先生。日頃皆が使っているパソコンやスマートフォン、タブレットについて、その位置づけや選び方などを、移動手段や車に例えて非常にわかりやすい説明をいただきました。Evernote についても、仕事のみならず生活のあらゆる場面で使える便利なアプリとしてご紹介いただきました。そしてびっくりしたのが、自分の本をイメージスキャナで取り込み電子書籍化することです。電子化することで、本を持ち運ぶ煩わしさや調べる手間がぐっと減ります。書籍が減るので机の上もかなり整理されます。放射線科の診療では常に医学書で確認する作業が必要なため、特に外勤時などは自分用に製本した資料が大活躍します。

次に琉球大学大学院医学研究科の原永修作先生。iPad の便利な機能を使って文献の保存やスライド作成に活用するなど、わかりやすくご説明いただきました。すごく安心したのは、文献は題名をつけてアプリに保存すればあとは整理しなくても検索機能を使えばよいこと。整理整頓が苦手な私は皆がどうやって文献を整理しているのか気になっていたのですが、今回のフォーラムでずぼらな人も恩恵を受けられる IT 活用のすばらしさを再確認しました。

最後に大阪からお越しいただいた柴田綾子先生。SNS の定義づけやセキュリティーの重要性、Facebook での勉強法や論文活用法、RSS フィードなどを紹介していただきました。私を含め知らなかった方も多くいたようで、勉強になりました。

とても勉強になった 2 時間で、「第二弾を」という声もあがるほどでしたので、かなり充実していたと思います。

