

# 医師の転職 完全マニュアル ～今さら聞けない転職の常識～

準備編



- 転職の目的の確認とキャリアプランの検討
- 転職活動のながれの確認とスケジュールの設定
- 希望条件の設定と求人探し

— 実践編につづく . . .



## 転職の目的を設定する

転職活動を始めるとき、転職の目的を決めることは重要

目的を設定することで、転職の方向性がぶれないなど様々なメリットを得られます

## 転職の目的を考える

目的を考え、設定することで・・・

転職の  
方向性が  
ぶれない

転職先に求める  
希望条件が  
整理できる

長期的な視点で  
転職活動を  
することができる

## 目的を設定する時に意識すること

- ☑ 「何のために転職をするのか」
- ☑ 「どのような働き方をしたいのか」

## 転職の目的を明確にすることのメリット

転職の目的を明確にすることで「基準」を明確化できる  
転職は決断の連続

その際、判断のモノサシとなる「基準」がないと、決断に一貫性がなくなり  
「転職を試してみたものの状況は変わらなかった」  
ということにもなりかねません

## 転職の目的を明確にすることのメリット：成功例

### 【CASE1】 将来は開業をお考えのA先生 目的を明確にして開業準備も順調！（40代・男性・内科）

「院長としてクリニックを運営する上での“経営について学ぶ”」を目的に転職活動を進行

目的が明確かつ、開業時期から逆算し  
どの程度の期間で何を習得したいかも明確で、  
医療機関の規模や事務方の体制など就任先を決めるための基準が明確

結果的に、目的達成できる医療機関への就任を果たされ、  
現在も開業へ向けて研鑽を積まれている

## 転職の目的を明確にすることのメリット：失敗例

### 【CASE2】 転科をお考えのB先生

#### 目的が明確にできずまた転職・・・（30代・女性・外科）

とにかく「転科をする」という目的で転職活動を進め、無事にとある医療機関へ就任

しかし就任後に、その医療機関では専門医を取得できないことが判明

B先生は転科をした先で、専門医・指導医を取得したのち

地元に戻り、専門医や専門医療機関の少ない地元で貢献したいという目標をお持ちでした

ただ、今回は目的が明確に設定できておらず、結果的に再度の転職を余技なくされてしまった

## キャリアプランを考える

転職 ≠ ゴール

長期的な「キャリアプラン」における今回の転職の“**位置付け**”を考えることが大切

### 【1】 キャリアプランとは？その重要性

キャリアプラン = 「今後の働き方について目標を持ち、  
それを実現するために計画を立てること」

キャリアプランを立てるメリット

- ・ **長期的な視点で転職活動**をすることができる
- ・ **ライフステージに合わせた転職**を実現することができる
- ・ **マネープランや老後**について具体的に考えることができる

## キャリアプランを考える

### 【2】 キャリアプランを考える上でのポイント ＝ライフプラン

キャリアプランを考える上で密接に関係してくる「ライフプラン」  
結婚、出産や介護など人生の節目となるイベントを考慮しつつ、  
自分自身のキャリアプランを設計しましょう

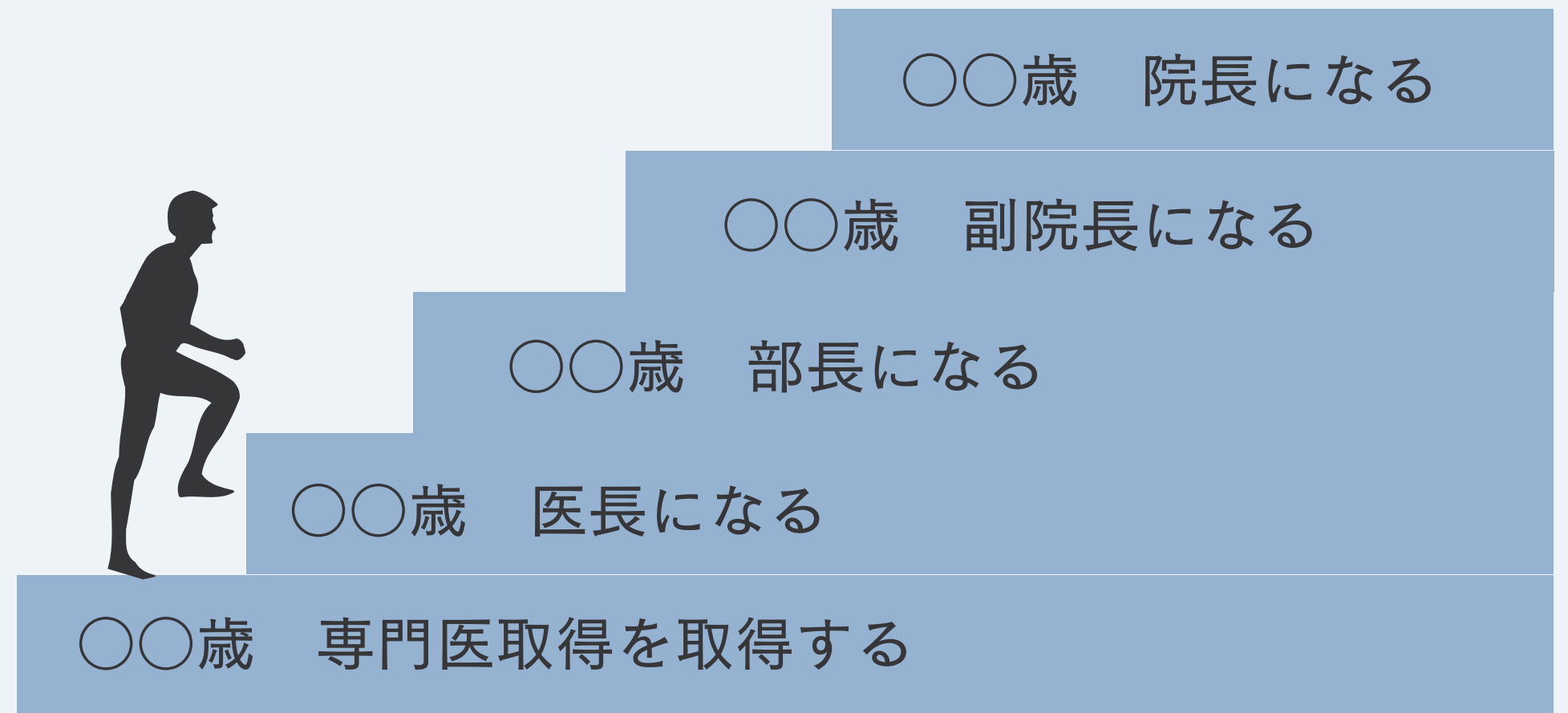
(考慮すべきライフプランの一例)

- ・ 結婚
- ・ 教育
- ・ 住宅の購入
- ・ ペット
- ・ 投資
- ・ 出産、子育て
- ・ 親の介護
- ・ 旅行
- ・ 保険
- ・ その他趣味                      などなど



## 転職の位置付けを考える

考えたキャリアプランにおいて、今回の転職はどのような位置付けになるかを考える  
「将来的に開業するための勉強期間のつもり」「次の転職先で定年まで勤めるつもり」  
など、キャリアプランを一度整理し、その中での位置付けを把握することで  
より今回の転職目的を明確化することが可能に



## 転職活動のながれ

ながれをご理解いただいたうえで、  
あなただけの「転職活動スケジュール」を立てることが可能です

STEP1  
カウンセリング

専任キャリアアドバイザーが今回の転職に関するご希望条件等をはじめキャリアプランや将来のお考えについて詳しくお伺い



STEP2  
スケジュール計画

転職時期から逆算したスケジュールを設計  
転職活動の一つの目安に



STEP3  
求人探し・求人比較検討

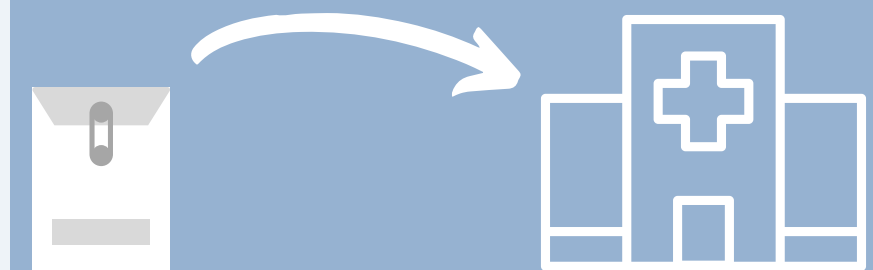
お伺いしたご希望条件等をもとに求人をお探し



STEP4  
応募

ご希望の求人に応募し面接日程を調整

面接日程等の調整は担当キャリアアドバイザーがサポート



# 一 転職活動のながれの確認とスケジュールの設定



## STEP5 面接

面接時の心構えや  
お話ししたい内容などを  
事前に整理し面接へ

当日は担当キャリアアドバイザーが同行

## STEP6 就任先決定、契約

条件や入職時期などの  
最終調整を行い  
就任先を決定

ご条件は書面に取りまとめ  
三者で取り交わし

## STEP7 退職交渉

在職中に転職活動を行う  
場合は、現職との退職交渉  
をスタート

就業規則等を確認して、  
滞りない退職手続きを

## STEP8 入職

新たな環境でのお仕事が  
スタート

ご不安な点は担当まで  
ぜひご相談を

入職後も  
サポートいたします

## 医師としてのキャリアチェンジについて考える

「キャリアチェンジ」…経験や習得してきた業務内容から全く別の経験の無い業務内容に変わること  
医師の仕事におけるキャリアチェンジの一つである「転科」  
過去にキャリアチェンジ＝転科を選択された医師の転職事例をご紹介します

### 【転職事例】C先生（40代／男性／リウマチ・膠原病科／大学病院勤務）

当初は今までの経験を活かせる環境への転職をお考えだったものの、詳しくお話を伺う中で  
「実は、兄弟も医師のため、将来一緒に開業することも選択肢の一つ」というお話が出る

ご相談を重ねた結果、開業を視野に入れ、ご自身の専門を活かす以外にも  
総合診療科として幅広く患者様を診ることも良いのではないかと、という結論に至り  
今回の転職でリウマチ・膠原病科から総合診療科へのキャリアチェンジを選択

総合診療科を選んだ理由は、開業を視野に入れられて、という点もあったが  
転職活動を通じてご自身のキャリアについて考える中で  
もともとは「全身を診られるようになりたい」と考えリウマチ科・膠原病科を専門科目にした  
という原点を思い起こされたため

C先生は今回の転職で、今までのキャリアを見つめ直し、将来の夢への新しい一歩を踏み出された

## 希望条件の設定

転職の目的を明確にし活動スケジュールを決めたあとはよいよ「希望条件の設定」  
今回の目的やご自身のキャリアプランも意識しながら具体的に希望条件を設定していく

### (1) 絶対譲れない「MUST条件」とあればいい「WANT条件」を明確に

具体的な条件を考える際に、  
まずはそれぞれの項目（収入、勤務時間、福利厚生等）において  
ご自身の一番の理想を考える  
そのうえで「絶対に譲れないMUST条件」と「あればいいWANT条件」を明確に  
それによってご検討いただける求人の種類も

### (2) 100%の満足を求めず、80%の満足を目指す

100%を目指そうとすると、該当する求人は少なく、せつかくのチャンスを逃す可能性も  
「今の自分に必要な条件を目指す」といったお気持ちの方が  
ご自身の目指す医師像にグッと接近

## 希望条件の設定

### (3) 「相場観」の把握も重要

ご自身の希望と求人を合致させるには、相場観を知ることが重要

ご自身のキャリアや資格、実績等が客観的にどう評価されるか、我々にご質問ください

### (4) ご家族やご友人にも相談を

第三者の方の意見もぜひ参考に

ご家族や相談できるご友人、過去に転職を経験された方が周りにいらっしゃる場合はぜひご自身の希望条件をお話し、客観的な意見を参考にするのも一つの手段

### (5) 常に「転職の目的」「キャリアのゴール」を意識しましょう

せつかく転職の目的とキャリアプランにおける今回の転職の位置付けを整理したのにより現実的な希望条件を考える際に意識しなければ台無しに…

ご自身でお考えになった希望条件が「転職の目的」と「将来なりたい医師像」に沿っているか、意識してお考えいただくとより良い転職活動

## 年収から手取り額を知る

「年収」は希望条件の中でも重要な項目。しかし「年収1,200万円」との記載の場合、「実際のところ、手取りはいくら？」とお思いになられたというお話も多数。年収から手取り額を想定し、希望の年収を設定しましょう。

① 年収	② 保険料	①-② 手取り金額
1,000万円	2,720,060	7,279,940
1,200万円	3,437,196	8,562,804
1,400万円	4,281,184	9,718,816
1,600万円	5,228,060	10,771,940
1,800万円	6,128,652	11,871,348
2,000万円	7,005,852	12,994,148

① 年収	② 保険料	①-② 手取り金額
2,200万円	7,883,052	14,116,948
2,400万円	8,882,652	15,117,348
2,600万円	9,902,252	16,097,748
2,800万円	10,922,052	17,077,948
3,000万円	11,941,752	18,058,248

※独身（配偶者、扶養親族なし）で介護保険第2号被保険者に該当し、所得控除は基礎控除のみという設定で資産  
※健康保険料・厚生年金料は東京都の金額を使用  
※実際には住民税は6月から昨年の所得をもとにした金額が徴収されるため、実際の手取り金額とは差異が生じる

## 勤務医師の平均年収を知る

「相場観の把握も重要」という話をしました。ご自身の年収が同年代と比べてどうなのか気になりませんか？ 今回の転職をきっかけに下記の情報から平均年収を把握し希望年収設定の参考にさせていただければと思います。

【平成29年度勤務医師の平均年収（※平成29年度厚生労働省統計による賃金構造基本統計調査より算出）】  
年収1,696万円 月給106万円

### 【年齢別でみる勤務医師の平均年収】

年齢	男性	女性
25～29歳	776万円	672万円
30～34歳	1,036万円	934万円
35～39歳	1,274万円	1,026万円
40～44歳	1,442万円	1,287万円

年齢	男性	女性
45～49歳	1,678万円	1,245万円
50～54歳	1,741万円	1,268万円
55～59歳	1,928万円	1,495万円
60～64歳	1,920万円	1,217万円



## 医療機関選びのポイント

新たな就任先でご自身の力を最大限発揮するには  
医療機関にどのような人材が合っているのかを知ることが大切  
それぞれの働き方や適性を理解し、応募する医療機関を考えていきましょう

### 一般病院

近年は、博士号取得の支援や研究の推進など、大学病院でなければ  
難しいとされていたことが可能となる一般病院が増加  
院内勉強会などを積極的に実施する病院もあり、  
勉強やスキルアップが可能な環境であると言える

### 療養型病院

急性期病院などでハードな勤務を経験された先生が、  
定時勤務が可能な療養型病院へ移る例は少なくない  
メインは入院患者の全身管理となりますが、積極的な治療が必要なケースも  
「全身管理に加えて専門性も活かせる」そんな働き方を目指せる環境

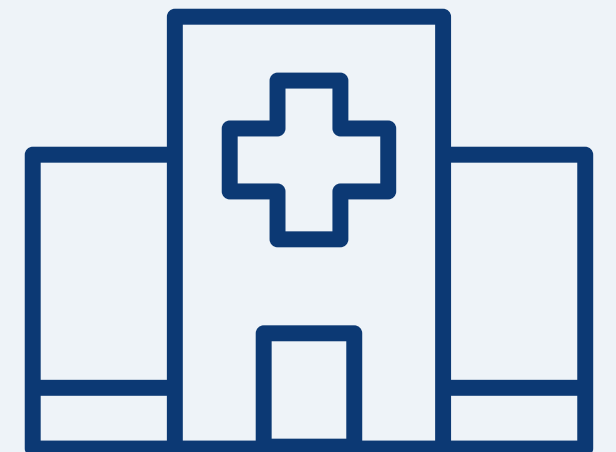
## 回復期リハビリテーション病院

回復期リハビリテーション病院の魅力は「患者さんの在宅復帰を見届けられること」  
リハビリテーションの重要性を理解し、かつPTやOTなどのリハビリスタッフとも  
対等に接することができる医師が求められる傾向

## クリニック

クリニックはコモンディゼーズを中心に診療しており、幅広く診ることに重きを置かれているが、  
近年は特定分野に特化したクリニックも多数

クリニックの勤務医になるメリットは、当直やオンコールなしが多く  
病院勤務と比べて残業が少ないためワークライフバランスが取りやすいこと

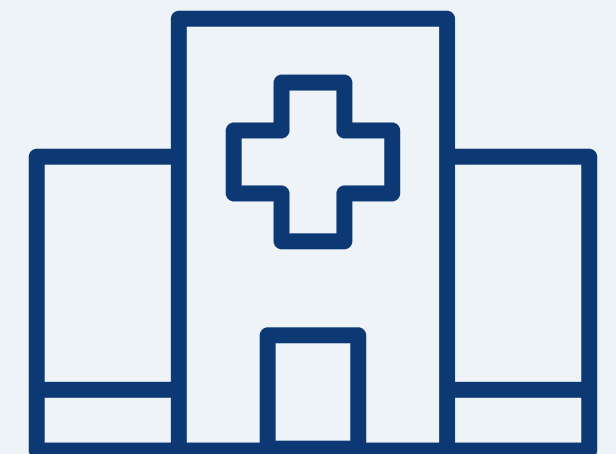


## 在宅医療

在宅医療の患者様は様々なケースがありますが、胃そうや疼痛管理の患者が増加  
専門領域へのこだわりが強い方は慣れるのに時間がかかる可能性も  
ジェネラリストであり、患者家族とのコミュニケーションが取れることが大切

## 介護老人保健施設

日常業務としては、入所者の診察がメイン  
急変時の対応は施設やスタッフ体制などにより様々  
とはいえ、病状が比較的安定した高齢者の診療が多いため、  
全身管理や総合診療的な視点が求められる傾向に



## 求人票の見るべきポイント

転職にたあり必ず目にする求人票

見るべきポイントをしっかりと押さえ、できる限り自分に都合の良いように解釈せず、客観的に見ることが大切

### (1) 給与はご自身のキャリアと照らし合わせて考える

どうしても給与の上限にばかり目が行きがちですが、あくまでも「募集の条件をすべて満たした場合の提示額」となっているケースも多数記載額の給与をそのまま受け取るのではなく、「自分のキャリアだといくらもらえる？」という具体的な視点で読み取りを

### (2) 所在地だけではなく、施設概要も要チェック！

「所在地」は必ず確認すると思いますが、「施設概要」まで細かく確認をしていますか？施設概要には病床数や救急指定などの記載があり、その医療機関の繁忙度の予想が可能ご自身の理想とする働き方に近づけるため、「施設概要」も見逃さずにチェックを

## (3) 必見！おすすめポイント

意外に見落としがちな「おすすめポイント」欄

ここには、「求人内容」には記載しきれなかった、キャリアアドバイザーが医療機関から得たリアルな情報（募集背景や医療機関の特徴

「応相談」となっていた内容の詳細等）が満載

読んでいただくと更に医療機関のイメージをもっといただきやすくなります

**求人票を見ていく中で**

**曖昧な部分は確認が必要！**

**ご自身で確認しにくい内容はキャリアアドバイザーに  
ご相談を**

## 何を基準に決めるか—人生を左右するキャリア・アンカー

転職を考えるとき、たくさんの求人情報を眺めているうちに  
何を基準に判断すれば良いのかわからなくて悩まれることはありませんか？  
あちこちから情報をもらうけれど、その度に揺れ動いて、決めきれない…ということも  
ご自身にとって何が大切で、どんな未来を描きたいか、もうクリアになっていらっしゃいますか？

### 「キャリア・アンカー (Career Anchor)」とは

Career (職業人生) を航海に例えるなら、広大な海の中、  
荒波に負けず自分を固定・安定させる錨 (Anchor)

⇒重要な選択を迫られる局面で、その人が「どうしても譲れない」「手放したくない」価値観や欲求

今後の生涯を左右する、キャリアチェンジ

たくさんの条件の中で「譲れないものは何か」「それはなぜ、譲れないのか？」を考え抜き  
明らかにすることで、応募や内定受諾などの局面で自信をもって意思決定することが可能に  
まずはご自身の条件の中で、優先順位 1～3 番目までを明確にされてはいかがでしょうか？

それだけで、判断がスムーズに行えるはず

## こちらの資料の実践編では・・・

一 面接準備と退職交渉

一 入職手続き

一 入職

一 まとめ

についてご紹介いたします

医師の転職完全マニュアル実践編もお楽しみに♪



「将来どうなりたいか」をまず考えてみましょう。  
自分のキャリアでお悩みの先生は…

日本メディカルキャリアの

医師専門  
キャリア  
無料相談

- ☑ 転職について考え始めた
- ☑ 自分のキャリアプランを相談したい
- ☑ 今後のキャリアに悩んでいる
- ☑ 転職市場についてもっと知りたい
- ☑ 自分のライフプランを相談したい

無料キャリア相談



# COMPANY DATA



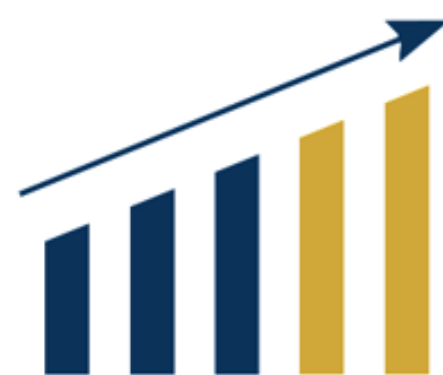
株式会社  
日本メディカルキャリア

社名	株式会社 日本メディカルキャリア
設立年月日	2017年4月1日
資本金	1,000万円
本社所在地	〒150-0041 東京都渋谷区神南1-18-2フレーム神南坂3階
連絡先	TEL : 03-5784-1575 FAX : 03-5784-1615
代表者	代表取締役 落合 宏明
事業内容	有料職業紹介事業（有料職業紹介事業許可番号13-ユ-308417） キャリア支援事業・ライフ支援事業

グループ会社 MRT株式会社



医師ベストキャリア



医師資産形成.com



医院開業バンク



薬剤師ベストキャリア

MEDICAL  
LOUNGE