

# 医師の転職 完全マニュアル ～今さら聞けない転職の常識～

実践編



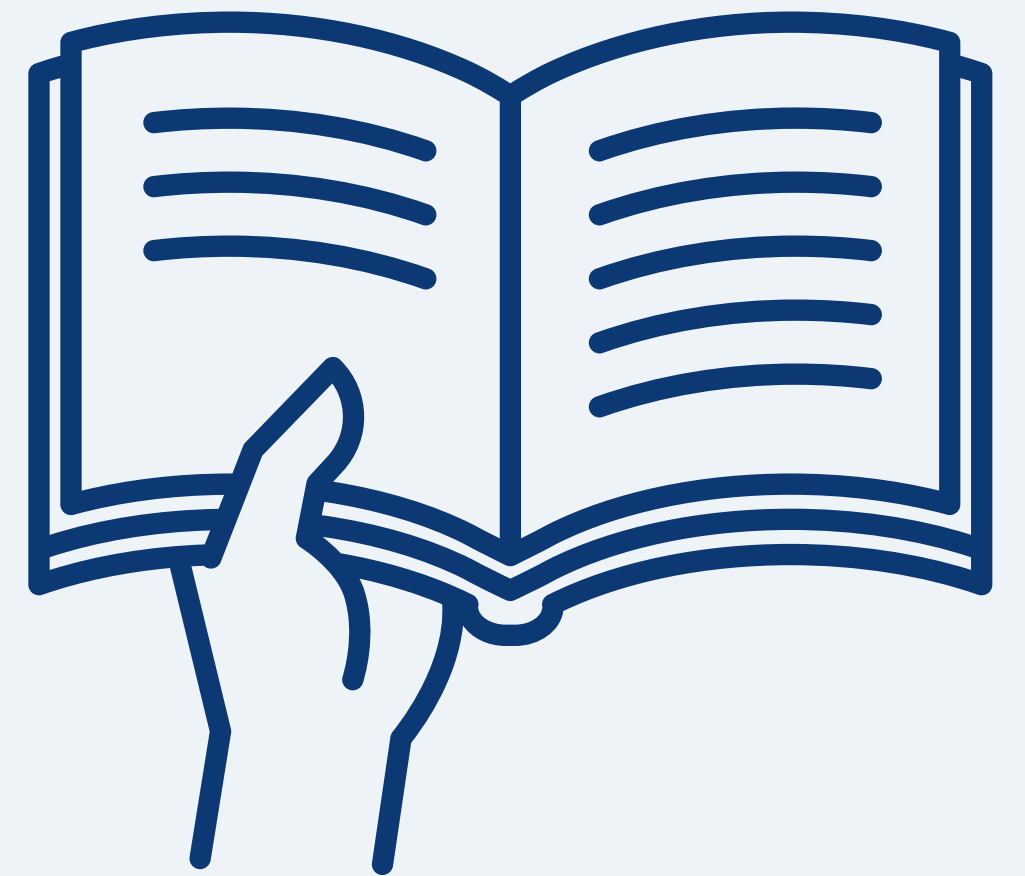
- － 転職の目的の確認とキャリアプランの検討
- － 転職活動のながれの確認とスケジュールの設定
- － 希望条件の設定と求人探し

前編では上記内容についてご紹介いたしました

**↓ 医師の転職完全マニュアル 準備編はコチラ ↓**

[https://cbccareer03.sakura.ne.jp/wp-content/uploads/2022/10/Doctors-CareerBook\\_Part-1.pdf](https://cbccareer03.sakura.ne.jp/wp-content/uploads/2022/10/Doctors-CareerBook_Part-1.pdf)

- 一 面接準備と退職交渉
- 一 入職手続き
- 一 入職
- 一 まとめ



## 面接準備（1）履歴書の作成

弊社では、先生方が応募の度に履歴書をご準備する必要が内容にすること  
ご提案する求人とのミスマッチを防ぐため、先生方の情報を把握しておきたいという思いから  
事前に履歴書の提出をお願いしています  
そのため、職歴や資格などの「変更のない内容」は間違いのないように  
志望動機や本人希望欄等の「応募先によって変更が生じる内容」は空欄のままで作成をお願いします

履歴書 ○○○○年○○月○○日 現在

氏名	CB 太郎	性別	男
生年月日	○○○○年 ○○月 ○○日生 (満 ○○歳)		
〒150-0041	東京都渋谷区神南 1-18-2 フレーム神南坂 3階		
TEL 03-5784-1575	TEL		
FAX	Email		
連絡先 〒	(現在所以外に連絡を希望する場合のみ記入)		

年	月	学歴・職歴など (項目別にまとめて記入)
		学歴
○○○○	○○	私立△△高等学校 普通科 卒業
○○○○	○○	△△△大学 医学部 入学
○○○○	○○	△△△大学 医学部 卒業
		職歴
○○○○	○○	△△△大学病院 入職
○○○○	○○	△△△大学病院付属○○○病院 入職
○○○○	○○	△△△大学病院付属○○○クリニック 入職
○○○○	○○	△△△大学病院 入職
○○○○	○○	△△△大学病院付属○○○病院 入職
		現在に至る

記入上の注意 1. 部署以外の英文は有の筆記体で記入。 2. 数字はアラビア数字で、文字はくずし字正しく書く。  
3. 敬称のときは、該当するものを○で囲む。

### POINT①写真

写真をつけない方もいらっしゃいますが、「写真はつける」が正解  
背景のない証明写真用で3ヶ月以内に撮影したものを使用

### POINT②職歴

医療機関名は正式名称で  
同一名称の医療機関もあることから、医療法人名も記載を

年	月	免許・資格	
〇〇〇〇	〇〇	普通自動車第一種運転免許 取得	
〇〇〇〇	〇〇	医師免許 取得	
〇〇〇〇	〇〇	□□□認定医 取得	
〇〇〇〇	〇〇	□□□専門医 取得	
志望動機 家族の介護のため地元へのUターンを希望し転職を検討しております。			
自己PR			
趣味・特技			
通勤時間	扶養家族数	配偶者の有無	配偶者の扶養義務
約 時間 分	2人	有	無
本人希望記入欄 (特に給料・職種・勤務時間・勤務地・その他についての希望などがあれば記入)			

## POINT③資格等

認定医、専門医をお持ちの場合は記入を  
また、複数お持ちの場合、応募先の求人に関連するものを記入

## POINT④志望動機

すでに応募する進路が決定している場合は記入  
少しでも悩んでいる状況であれば空欄のまま結構です

## POINT⑤通勤時間・その他

応募先の医療機関によって変更が生じる可能性がありますので、  
空欄のままでも結構です  
扶養家族数や配偶者等の情報は、手当の参考になりますので、もれなく記入を

## POINT⑥本人希望欄

条件に関する事項は事前にキャリアアドバイザーが交渉しているケースがほとんどです  
あえて条件に関する旨を記載してしまうと、面接時にマイナスな印象を与える可能性があるため、ここは空欄に

## 面接準備（2）面接時の身だしなみ

いよいよ面接…初対面となる面接では、あなたの服装が第一印象に大きく影響します  
入職したいという強い意思を示すには、服装も重要なポイント

### 女性編



A4書類が入る  
きちんとした印象の  
バッグがあると便利



靴は黒のパンプスなどの落ち着いたもの  
ヒールは高すぎない5cm以下がGOOD

### スーツ

男性同様、紺や黒色などの落ち着いた色みのスーツがGOOD  
パンツスタイルでもスカートでもどちらでも構いませんが  
スカートの場合は椅子に座った時にスカート丈が短くなりすぎないものを

### インナー

シャツでもカットソーでも構いませんが、基本は無地の白色  
フリルやレースなど、華やかな装飾が付いたタイプは避けたほうが無難

### メイク

派手さのないナチュラルメイクが好印象  
鮮やかな色使いやキラキラしたメイクは好まれません



## 男性編

髪型は清潔感を大切に



靴は汚れていませんか

### スーツ

細身すぎず、ダボっとしすぎず、「ぴったりのサイズ感」を選びましょう  
色は紺や黒などの落ち着いた色が無難  
汚れやしワを確認し、クリーニングに出しておくで安心

### ワイシャツ

ワイシャツは白色が基本。アイロンがけも必須  
首回りや袖回りに汚れが付着していないか、事前に確認を

### ネクタイ

グレーや紺など落ち着いた色みのものを着けましょう  
明るすぎる色よりも落ち着いた色の方が好印象を持たれる傾向に  
細すぎるネクタイはNG

### ジャケットスタイル

ジャケットスタイルで挑む場合もスーツ同様、落ち着いた色を選びましょう  
合わせるパンツはカジュアルになりすぎないように  
シャツによってはノーネクタイも可  
最後に全体のコーディネートバランスと清潔感、ラフすぎないかを要チェック

## 面接準備（3）面接時の心構え

面接に向けて様々な準備を行ったものの実際の面接でご自身の思いが上手く伝えられなかったり悪い印象を与えてしまったりは準備が台無し…

最後に面接前の心構えについて確認し、落ち着いて面接に臨みましょう

### ①言葉遣いに気をつけ、話すタイミングを意識

ずばり、「明るく・丁寧に・ハキハキと」この3点を意識しましょう

それだけで相手への印象が変わります

また、話す内容も重要ですが、「話すタイミング」も同じくらい重要

面接官の話の腰を折ることがないように、会話の流れに沿って話を始めるとより好印象に

### ②退職理由の伝え方に注意

退職の理由は様々ですが、現職に不満があったとしても、それらは「簡潔明瞭に伝える」だけに留めておきましょう

不必要に退職理由をお話すると、ご自身の人柄の疑問視に繋がることも

むしろステップアップを図るための退職であることを伝えた方がGOOD

### ③あなたも面接先の医療機関を観察しましょう

面接では、あなたが医療機関をチェックできる場でもあります

施設の雰囲気、院長や事務長、他のスタッフの方も観察し、「ここで勤務する」というイメージを

「施設の雰囲気は合っているか」「自身の目指す医療が可能となる設備が十分であるか」なども重要なチェックポイント



## 面接準備（４） 「こんな大事な時に…」 実際にあったこんなケース

大事な面接です 失敗しないようにと緊張する必要はありませんが事前に注意できることもあります

私たちがこれまでにサポートさせていただいた先生方で過去にこんなケースがありました

「本当に？」とお思いかもしれませんが、これから面接を受けられる先生方はこのようなことがないようにしましょう

### 【CASE1】 服装がスーツではなくラフな服装で面接に挑んだ

大事な面接という場でラフな格好で臨んでしまった先生

やはりよい印象を持ってもらえず、内定には至らず

### 【CASE2】 ネクタイの色が黄色など、派手な色を着用していた

こちらも同様に面接の場で派手なネクタイを着用した先生

ご自身の趣味かもしれませんが、やはり面接という場にはあまり相応しいとは言えません

### 【CASE3】 現職の不満を沢山してしまった

つい現職での不満を聞いてもいないのに話してしまった先生

転職後にも不満ばかり口にしてしまうのでは？という印象を持たれてしまいました

## 退職交渉

医師の場合、引き止めにあい、退職交渉が中々大変というケースもあります  
気持ちよく円満に退職するための事前準備が大切

### Step 0. 転職活動

活動を始める前に退職を申し出る方もいらっしゃいますが、  
就任先との勤務条件確認書の締結を完了してから申し出たほうが無難です

### Step 1. 就業規則の確認

「3～6ヶ月前までに退職を申し出ること」と規定されているケースが多数  
法的に2週間前（年俸制の場合は3ヶ月前）に申し出れば問題ないとされていますが、  
就業規則を確認し余裕をもって申し出ましょう

### Step 2. 退局・退職の申し出

退局・退職理由は「一身上の都合」としておくのが無難  
不満があつての退職であったとしても、その不満は口には出さずに穏便に…

### Step 3. 引き継ぎ

主治医として長期療養の患者を担当している場合などは、  
気になる内容について「引き継ぎ書」を作成しておく◎

## Step 4.健康保険証などの物品返却

医療機関により異なりますが、一般的には以下のような返却物があります

(健康保険証、職員身分証、名札・名刺、病院施設やロッカー等のカギ、PHS等の通信機器 等)

## Step 5.離職票・源泉徴収票などの受け取り

医療機関により異なりますが、一般的には以下のような書類等を受け取る必要があります

(雇用保険被保険者証、源泉徴収票、退職証明書、年金手帳、離職票 等)

## Step 6.年金や保険、税金の手続き

医療機関により異なりますが、一般的に総務人事担当が管理していますので、

必要書類 (年金手帳や被保険者証カード等) を受け取り、就任先の総務人事担当に提出を

## Step 7.退局・退職の挨拶

お世話になった上長から順にスタッフや職員の方へ、余裕をもって挨拶をすることが望ましいです

## ～医局退局時のポイント～

- 1：退職交渉はなるべく早く！中には希望時期の1年前から始められる方も
- 2：入職が4月の場合、挨拶は前年の年末の挨拶の際がスムーズだと言われています
- 3：退局理由は、正直に伝えられる環境であれば別ですが、一般的には具体的な理由を聞かれにくい「家庭の事情」が無難

## 手続きチェックリスト

退職交渉に関する一連の手続きについて漏れることのないようチェックリストを用いて進めていきましょう

チェック欄	概要	目安
<input type="checkbox"/>	Step 1. 就業規則の確認	退職6～12ヶ月前
<input type="checkbox"/>	Step 2. 退局・退職の申し出	退職6～12ヶ月前
<input type="checkbox"/>	Step 3. 引き継ぎ	退職1～3ヶ月前
<input type="checkbox"/>	Step 4. 健康保険証などの物品返却	退職0～1ヶ月前
<input type="checkbox"/>	Step 5. 離職票・源泉徴収票などの受け取り	退職0～1ヶ月前
<input type="checkbox"/>	Step 6. 年金や保険、税金の手続き	退職0～1ヶ月前
<input type="checkbox"/>	Step 7. 退局・退職の挨拶	退職0～1ヶ月前



## 退職トラブル回避のためのポイント

一般的に退職は歓迎されるべきことではありません。トラブルも付き物です。少しでも有益な情報を取り入れ、ポイントを押さえておきましょう。

### (1) 過去に退職された医師から情報を得る

過去、あなたの勤務先で退職された先生がどのようにして退職をしたか尋ねてみることも情報収集の1つ。「トラブルがあった」先生はそのことをよく覚えているもの。参考までに尋ねてみましょう。

### (2) 一方的に退職の意思を伝えるより、相談として切り出すのも○

一方的に退職の意思を伝えるよりも、相談の形で切り出すのも一つの手。伝える相手にもよりますが、感情的にならず、退職の意思と希望時期を伝えましょう。その際に伝えた内容のメモを取っておくと、後々トラブルがあった場合に役立ちます。

### (3) こんな言葉に要注意！「しばらく考えさせてほしい」

上司の退職の相談をした際に「しばらく考えさせてほしい」などの「態度を保留するような言葉」には要注意。せっかく退職の意思を伝えたにも関わらず、その後の手続き等がズルズルと延びてしまう可能性があります。もしそのような言葉が出れば「次の話し合い日程」をその場で決めておくようにしましょう。



# その退局に後悔はありませんか？

## ～ご自身の将来のビジョンを明確に～

医局内での様々なやり辛さ・息苦しさを感じて、退局を考える先生が多いと感じます

特に、複雑な人間関係や派閥の存在など、先生ご自身の努力ではどうにもならない局面も多く先生方が退局を決断するのに十分すぎる正直な理由をお聞きすることも

ただ、医局に所属をするメリットも当然あるため退局を考えるときには、【先生ご自身にとって】メリットとデメリットのどちらが大きいか、一度、整理することをお勧めします

**NEXT ▶▶ 医局を離れるメリット・デメリット**

## 【医局を離れるメリット】

- 医局内の派閥や理不尽な人事、人間関係のストレスから解放される
- 医局から出ることで、より臨床の経験を積むことが出来る
- 給与アップを実現
- 経営を学べる

## 【医局を離れるデメリット】

- 専門医取得が難しいケースも出てくる
- 学位取得の道が無くなる
- 高度先進医療などに関わるチャンスが減る
- 専門以外の診療も求めらえる  
＝経験を積めるという解釈もできる

先生のご専門科や、現在のお悩み、将来のビジョンなどにより  
退局には、メリットもデメリットもあります

後々「やっぱり…」と後悔しないように

**ご自身の将来ビジョンを明確にし、意思決定をすることが必要です**

## 書類の取り交わし

就任先決定後の手続き、「契約」

弊社では、条件を書面に取りまとめ求職者様、医療機関、弊社の三者にて取り交わします

【勤務条件確認書 見本】

### (1) 取り交わしの流れ

Step 1. 弊社にて「勤務条件確認書」を発行、担当が「署名・捺印」

Step 2. 求職者様、医療機関それぞれが「署名・捺印」

Step 3. 締結

### (2) ポイント


1. 条件に関するお話はこれまでに何度も重ねてきましたが、最後に書面での確認を
2. 勤務条件に関する重要な書類扱いは十分注意のうえ、署名と捺印は「丁寧・はっきり」とお願いいたします
3. 勤務条件確認書の締結が完了次第、求職者様と医療機関との間で直接のご連絡が可能です

勤務条件確認書		2022年09月09日
就任予定者氏名	〇〇 〇〇(〇〇 〇〇)氏	
就任予定日	2023年04月01日	
契約期間	期間の定めなし	
試用期間	あり(期間:3ヵ月 労働条件:本採用時と同じ)	
勤務地	医療法人 〇〇病院 (住所:〒〇〇〇〇)	
職位/身分	常勤医師	
業務内容	外科、痔瘻管理	
勤務時間	平日 8:30~17:30	
休憩時間	60分	
残業時間	あり(月平均10時間未満)	
休日	土曜日、日曜日、祝日	
日直・当直	無し	
オンコール	有り	
年収(税込み)	18,000,000円(月20時間分の残業代を含む)	
月額給与(税込み)	1,500,000円	
給与	通勤手当:別途支給 時間外手当:月20時間を超えた分は別途支給	
休暇	有給休暇:法定通り(入職6ヶ月経過後初年度10日) 年末年始(5日間)、夏季休暇(3日間)、アンバーサリー休暇(5日間) ※詳細は就業規則による	
退職金	あり(勤続3年以上)	
定年	65歳	
養給	あり(4月)	
学会等の参加	法人規定により補助あり(上限年間10万円まで)	
医師会加入	無し	
給与支払規定	各月末日締、当月25日支給(支給日が銀行休業日の場合は前営業日)	
社会保険	健康保険、労災保険、雇用保険、厚生年金	
損害賠償保険	法人加入あり(ただし当該法人内での勤務時のみ適用)	
その他	・その他雇用条件に関しては法人内規定を参照のこと ・上記記載のない事項については双方協議の上、就業をもって決定するものとする	

A. 採用者  
年 月 日  
求人者名: 医療法人 〇〇病院 印 担当署名: 医療法人 〇〇病院 印

B. 就任予定者  
年 月 日  
氏名: 〇〇 〇〇 印

C. 株式会社日本メディカルキャリア  
年 月 日  
担当署名: 印



## 離職率が低い職場とは？

医療機関にとって、よりよい医療の提供と存続のために「人材の確保」は重要なテーマです  
そのためには、採用戦略や予算も大切ですが、それ以上に、「人が辞めにくい職場環境を作ること」が重要  
「離職率が低い職場」とは？「従業員満足」とは？

▶▶▶臨床心理学者フレデリック・ハーズバーグの理論をご紹介します

### 『ハーズバーグの「二要因理論」』

仕事の「不満足」に関わる要因＝「衛生要因」

仕事の「満足」に関わる要因＝「動機付け要因」

職業生活において、「不満足」と「満足」を引き起こす要因はそれぞれ別である、という考え方

**「不満足」を引き起こす「衛生要因」** 例えば、「給与」「対人関係」「会社の方針」など

**「満足」を引き起こす「動機付け要因」** 例えば、「達成」「承認」「昇進」「責任の拡大」など

むやみに給与などの待遇を高くしても「仕事上の満足」は満たされず、  
逆に昇進や達成などでやりがいを感じていたとしても給与が対人関係で不満をもつ可能性も

簡単なことではありませんが、従業員満足の高い職場作りのためには  
二つの要因の違いを理解し、それぞれにアプローチを行うことが重要ではないでしょうか

## 入職日～1週間

ご入職おめでとうございます！新たな環境で勤務する上での注意点を、入職後の期間ごとにまとめました

### 入職日 「まずは第一印象が肝心」 (入職初日の心得)

- ・ 出勤時間は終業規則よりも早めが無難
- ・ 第一印象が肝心、服装や身だしなみにはご注意
- ・ 初日からバリバリ業務に就くつもりで心の準備を
- ・ まずは“半歩下がって”職場に溶け込む
- ・ 自己紹介やあいさつは簡潔に、そして笑顔で

### 入職後1週間 「環境に慣れ、疲れも出始める頃」

そろそろ通勤や医療機関内の施設・設備に慣れてきます

ただ、慣れない環境での1週間で疲れがどっと出るのもこの頃、体調管理に注意が必要





## 入職後1～6ヶ月

### 入職後1ヶ月後 「業務に慣れ、これまでのやり方との違いに戸惑う」

1ヶ月経ち業務が一巡し、業務にも慣れてくる頃

一方で、これまでのやり方との違いに対するストレスがピークを迎える時期でもあります

ただ、ここは以前の職場とは「違うところ」

多くの方は数ヶ月で慣れるものですので、あまり考えすぎないことも大切

仕事以外の趣味などでリフレッシュしてみても

### 入職後3ヶ月 「そろそろ自分のカラーを出しても良い頃」

業務に慣れ、他のメンバーとも交流を重ねることで、チームの中でのご自身の立ち位置が明確になってくる頃

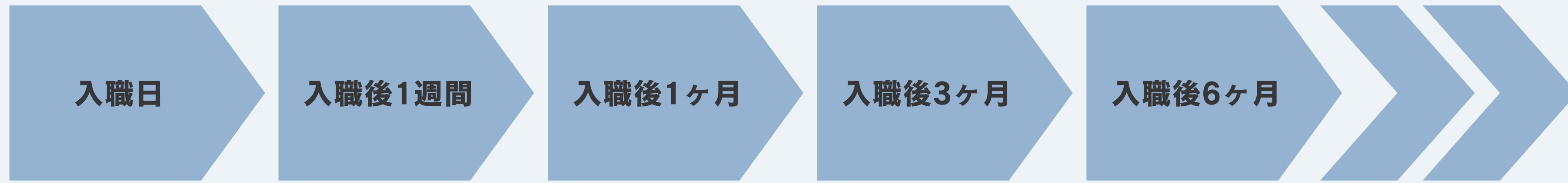
経験を活かした提案などで、ご自身のカラーを出しても良いタイミングです

### 入職後6ヶ月 「自分の居場所ができ、勤務が“日常”に」

長期の休暇を取得し、イレギュラーな対応も複数回こなし、

以前の職場との違いにも慣れ、ここでの勤務が日常になってくる頃

新たな職場での6ヶ月間を振り返り、改めて今後のキャリアやライフプランについて整理してみても



「まずは第一印象が肝心」  
出勤時間

身だしなみに注意  
あいさつは笑顔で

「環境に慣れ、  
疲れも出始める頃」

勤務先にはなれるが  
体調管理に注意

「業務に慣れ、  
これまでのやり方との  
違いに戸惑う」

あまり考えすぎない  
ことも大切

「そろそろ自分のカラーを  
出しても良い頃」

ご自身の立ち位置が  
明確になる頃

「自分の居場所ができ  
勤務が“日常”に」

この6ヶ月を  
振り返ってみては

## 【ワンポイントアドバイス】3ヶ月はガマンの期間？！

どれだけ事前に情報を集めていても、入職前のイメージとのギャップはでてきてしまうもの  
環境が変われば、一緒に働く仲間も仕事の進め方も変わる

そんな変化を「以前と違う」と拒否するのではなく、一度受け入れてみてください

だまされたと思って最低でも3ヶ月

きっと「慣れ」が解決をしてくれることも多いはず

## 入職後のフォローについて

日本メディカルキャリアの入職後フォロー

ご入職後もキャリアからライフプランまでなんでもご相談ください

### 気になることはお気軽にご相談ください

私たちの仕事は「ご勤務先を紹介して終わり」ではありません

ご入職後も、些細なことでも結構ですのでお気軽にご相談ください

### キャリアやスキルアップのご相談も承ります

キャリアの専門家である国家資格キャリアコンサルタントや医療業界の経験が豊富なコンサルタントが多数在籍

ご自身のキャリアやスキルアップについてのご相談も承ります

### 非常勤、スポットのご紹介もお任せください

弊社やグループ会社にて常勤先以外のお手伝いもしています

非常勤先、スポット勤務についてもぜひご相談ください

### ライフプランもぜひご相談を！

先生の「生涯のパートナー」を目指しています

弊社にはファイナンシャルプランナーも在籍し、不動産や投資、保険、趣味のお車や旅行まで、様々なお手伝いが可能です

# ライフステージとライフロール～変化していくワークライフバランス～

最近「ワーク・ライフ・バランスを大切にしたい」という理由から転職のご相談をいただくことも多数  
キャリア理論の中の「ライフステージ」と「ライフロール」という考え方をご紹介します

ライフロールはライフステージに応じて変化  
新たな役割が増えたり、逆に減ったりまた、その役割に割く時間も変化します

30代までは労働者としての役割に時間を費やしていたものの  
ご結婚、お子様の誕生というイベントを経て配偶者、親としての役割が  
増えたといったケースは多く、  
自分の果たしている役割が労働以外に見出せず  
定年退職にともない「自分の居場所が無い」となってしまうケースもあります

複数の役割を演じる中で、どの役割にどのくらい重点を置きたいかが  
“自分らしさ”そのものになっていきます  
“自分らしい働き方”はどのようなものなのか、考えてみませんか？

**【ライフステージ】**  
人生を時間軸で5つの段階に分けたもの  
それぞれの段階で人としての  
特定の課題があり  
その課題に取り組むことを通じて  
人間的な成長を遂げていくということ

**【ライフロール】**  
人生のそれぞれの時期で果たす役割  
自分なりの価値観・興味関心・性格など  
(=自分らしさ)は  
子供・学生・市民・労働者・配偶者・  
家庭人・親・余暇を楽しむ人などの  
複数の役割を並行して果たす中で  
確立されていくということ

準備編・実践編通していかがでしたでしょうか？

医師の転職完全マニュアルが  
医師の皆さまにとって  
少しでもご参考になりましたら幸いです！



↓ 医師の転職完全マニュアル 全編  
(DOCTOR'S CAREER BOOK) はこちら ↓

<https://cbccareer03.sakura.ne.jp/wp-content/uploads/2022/09/Doctors-Career-Book.pdf>



「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



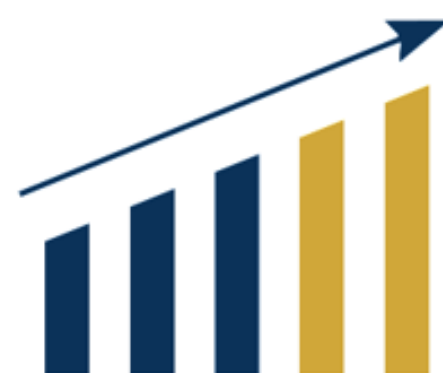
株式会社  
日本メディカルキャリア

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