

『医療者のための超・実践的ライフハック 今日から変わる日常業務と学びの時間戦略術』

無料 Web セミナー—3月6日（金）開催——医学書院

株式会社医学書院（所在地：東京都文京区、代表取締役社長：金原 俊）は、医師、研修医、そのほかライフハックに興味のある医療職全般に向けた無料 Web セミナー『医療者のための超・実践的ライフハック 今日から変わる日常業務と学びの時間戦略術』を2026年3月6日（金）19:00～20:00に開催します。

株式会社医学書院公式サイト：<https://www.igaku-shoin.co.jp>

無料 Web セミナーの概要

『臨床医のためのライフハック』出版記念 Web セミナー **無料**

医療者のための 超・実践的ライフハック

今日から変わる日常業務と学びの時間戦略術

日時 2026年3月6日（金）19:00-20:00
*リアルタイム配信の後、2週間アーカイブ配信を予定しています。

対象 医師 研修医
そのほかライフハックに興味のある医療職全般（看護師、薬剤師、セラピストなど）

講師 中島 啓先生
亀田総合病院
呼吸器内科・主任部長

講師 山本 健人先生
京都大学医学部附属病院
消化器外科・特定助教

臨床、教育、研究、学習、etc——。医師や医療者に求められるタスクは増える一方で、時間という資源は限られています。
「本当はこれをやりたいんだけど、忙しくて時間がないから諦めざるをえない」。そんな声に応えるべく生まれた書籍『臨床医のためのライフハック—「診療・研究・教育」がガラッと変わる時間術』。本セミナーでは、本書の著者である中島啓先生が医師人生の試行錯誤から得た“明日から変わる実践知”を凝縮してお届けします。

セミナー名：『医療者のための超・実践的ライフハック 今日から変わる日常業務と学びの時間戦略術』

開催日時：2026年3月6日（金）19:00～20:00

開催形態：オンライン（リアルタイム配信＋アーカイブ配信）

アーカイブ：あり（配信後1か月）

受講料：無料

対象：医師、研修医、そのほかライフハックに興味のある医療職全般（看護師、薬剤師、セラピストなど）

講師：中島啓先生、山本健人先生

詳細：<https://www.igaku-shoin.co.jp/seminar/detail/260306sem>

◆日常診療の効率化から自己成長の習慣化、チームマネジメント、そして生成 AI の活用まで、医療の現場で役立つエッセンスをわかりやすく紹介

・臨床、教育、研究、学習、etc——。医師や医療者に求められるタスクは増える一方で、時間という資源は限られています。「本当はこれをやりたいんだけど、忙しくて時間がないから諦めざるをえない」。そんな声に応えるべく生まれた書籍『臨床医のためのライフハック—「診療・研究・教育」がガラッと変わる時間術』。本セミナーでは、本書の著者である中島啓先生が医師人生の試行錯誤から得た“明日から変わる実践知”を凝縮してお届けします。

<報道関係の方からのお問い合わせ先>

株式会社医学書院 <https://www.igaku-shoin.co.jp/inquiry/books>

- ・さらに、特別ゲストに“けいゆう先生”こと山本健人先生を迎え、臨床医を含む医療者の働き方の現在地と未来を語り合うクロストークを展開。二人の視点が交差することで、本書だけでは語りきれなかったリアルな課題やそれに対する突破口を提示します。
- ・若手の臨床医をはじめとした医師の皆様はもちろん、看護師やセラピスト、薬剤師など、ライフハックに悩む医療者の皆様のための「忙しさに追われる毎日を、成長のサイクルに変える」。その第一歩となる時間をぜひご一緒ください。

講師プロフィール

中島 啓 先生（亀田総合病院呼吸器内科・主任部長）

2006年、九州大学医学部卒。2009年に、後期研修2年目で亀田総合病院呼吸器内科へ、2018年より同部長、2021年6月より内科チェアマン、2023年9月より主任部長。「よき臨床から、よき教育と研究が生まれる。よき研究から、よき臨床や教育も生まれる」をモットーに臨床・研究・教育のすべてに力を入れるなか、多数のビジネス書を読み、ライフハックを実践してきた。国際誌『Human Vaccines & Immunotherapeutics』と『Scientific Reports』（呼吸器領域）の編集委員も務めている。著者に『レジデントのための呼吸器診療最適解』（医学書院）、『呼吸器内科診療の掟』（中外医学社）、『胸部X線・CTの読み方 やさしくやさしく教えます』（羊土社）。X (@keinakashima1) などでも情報発信中。

山本健人 先生（京都大学医学部附属病院消化管外科・特定助教）

2010年京都大学医学部卒業。医学博士。

神戸市立医療センター中央市民病院、北野病院などを経て現在、京都大学医学部附属病院消化管外科。

外科専門医、消化器病専門医、消化器外科専門医、内視鏡外科技術認定医、ロボット支援手術認定プロクター、感染症専門医、がん治療認定医など。20万部超のベストセラー『すばらしい人体』（ダイヤモンド社）ほか著書多数。

SNSでも積極的に情報を発信し、X (@keiyous30) フォロワーは10万人超。

講師著書のご案内



書名：臨床医のためのライフハック 「診療・研究・教育」がガラッと変わる時間術

著：中島 啓（亀田総合病院呼吸器内科・主任部長）

発行月：2025年11月

判型：A5

頁数：200

定価：3,850円（本体3,500円＋税10%）

ISBN：978-4-260-06243-5

発行元：医学書院

詳細・サンプル：<https://www.igaku-shoin.co.jp/book/detail/117134>

【会社概要】

社名：株式会社医学書院

本社所在地：東京都文京区本郷 1-28-23

代表取締役：金原 俊

設立：1944年8月

コーポレートサイトURL：<https://www.igaku-shoin.co.jp/>

<報道関係の方からのお問い合わせ先>

株式会社医学書院 <https://www.igaku-shoin.co.jp/inquiry/books>