

## 2023 年度 三重大学医学部皮膚科研修プログラム

### A. 専門医研修の教育ポリシー：

研修を終了し所定の試験に合格した段階で、皮膚科専門医として信頼され安全で標準的な医療を国民に提供できる十分な知識と技術を獲得できることを目標とする。医師としての全般的な基本能力を基盤に、皮膚疾患の高度な専門的知識・治療技能を修得し、関連領域に関する広い視野をもって診療内容を高める。皮膚科の進歩に積極的に携わり、患者と医師との共同作業としての医療の推進に努める。医師としてまた皮膚科専門医として、医の倫理の確立に努め、医療情報の開示など社会的要望に応える。

### B. プログラムの概要：

本プログラムは三重大学医学部皮膚科を研修基幹施設として、市立四日市病院皮膚科、三重県立総合医療センター皮膚科、三重中央医療センター皮膚科、松阪市民病院皮膚科、済生会松阪総合病院皮膚科、市立伊勢総合病院皮膚科、伊勢赤十字病院皮膚科、鈴鹿中央病院皮膚科、国立がん研究センター中央病院を研修連携施設として、加えた研修施設群を統括する研修プログラムである。なお、本プログラムは各研修施設の特徴を生かした複数の研修コースを設定している。(項目 J を参照のこと)

### C. 研修体制：

研修基幹施設：三重大学医学部皮膚科

研修プログラム統括責任者（指導医）：山中恵一（三重大学病院皮膚科教授）

	専門領域：アレルギー、アトピー、熱傷
指導医：波部幸司	専門領域：膠原病、アレルギー、腫瘍
指導医：中井康雄	専門領域：悪性腫瘍、皮膚外科
指導医：北川敬之	専門領域：皮膚外科、形成外科、レーザー
指導医：近藤 誠	専門領域：感染症、アレルギー、自己免疫
指導医：山本晋也	専門領域：脱毛症、皮膚外科、レーザー

施設特徴：専門外来として、乾癬外来、光線療法外来、レーザー外来を設けており、外来患者数は 1 日平均 200 名にのぼり、豊富な経験を積むことが可能。また、年間手術件数は 300 名を超える。研究の面では、いくつかのグループを作り、指導医との連携を強め、多様な研究結果を創出している。

研修連携施設：市立四日市病院皮膚科

所在地：三重県四日市市芝田 2-37

プログラム連携施設担当者（指導医）：津田憲志郎（医長）

研修連携施設：県立総合医療センター皮膚科

所在地：三重県四日市市大字日永 5450-132

プログラム連携施設担当者（指導医）：加古智子（科部長）

研修連携施設：鈴鹿中央総合病院皮膚科

所在地：三重県鈴鹿市安塚町字山之花 1275-53

プログラム連携施設担当者（指導医）：山際秋沙（医長）

研修連携施設：三重中央医療センター皮膚科

所在地：三重県津市久居神明町 2158-5

プログラム連携施設担当者（指導医）：中西朝子（医長）

研修連携施設：松阪市民病院皮膚科

所在地：三重県松阪市殿町 1550

プログラム連携施設担当者（指導医）：杉本恭子（科長）

研修連携施設：済生会松阪総合病院皮膚科

所在地：三重県松阪市朝日町 1区 15番地 6

プログラム連携施設担当者（指導医）：欠田成人（科長）

研修連携施設：伊勢赤十字病院皮膚科

所在地：三重県伊勢市船江 1-472-2

プログラム連携施設担当者（指導医）：水野みどり（部長）

研修連携施設：市立伊勢総合病院皮膚科

所在地：三重県伊勢市楠部町 3038

プログラム連携施設担当者（指導医）：西井正美（理事）

研修連携施設：国立がん研究センター中央病院

所在地：東京都中央区築地 5-1-1

プログラム連携施設担当者（指導医）：山崎直也（科長）

研修基幹施設には、専攻医の研修を統括的に管理するための組織として以下の研修管理委員会を置く。研修管理委員会委員は研修プログラム統括責任者、プログラム連携施設担当者、指導医、他職種評価に加わる看護師等で構成される。研修管理委員会は、専攻医研修の管理統括だけでなく専攻医からの研修プログラムに関する研修評価を受け、施設や研修プログラム改善のフィードバックなどを行う。専攻医は十分なフィードバックが得られない場合には、専攻医は日本専門医機構皮膚科領域研修委員会へ意見を提出できる

### 研修管理委員会委員

- 委員長：山中恵一（三重大学病院皮膚科教授）  
 委員：波部幸司（三重大学病院皮膚科准教授）  
 ：中井康雄（三重大学病院皮膚科助教）  
 ：北川敬之（三重大学病院皮膚科講師）  
 ：近藤 誠（三重大学病院皮膚科講師）  
 ：津田憲志郎（市立四日市病院皮膚科医長）  
 ：加古智子（県立総合医療センター皮膚科部長）  
 ：山際秋沙（鈴鹿中央総合病院皮膚科医長）  
 ：中西朝子（三重中央医療センター皮膚科医長）  
 ：杉本恭子（松阪市民病院皮膚科科長）  
 ：欠田成人（済生会松阪総合病院皮膚科）  
 ：水野みどり（伊勢赤十字病院皮膚科部長）  
 ：西井正美（市立伊勢総合病院皮膚科）  
 ：大久保真由美（三重大学病院皮膚科病棟看護師長）  
 ；山崎直也（国立がん研究センター中央病院皮膚腫瘍科長）

### 前年度診療実績：

	皮膚科		局所麻酔 年間手術数 (含生検術)	全身麻酔年 間手術数	指導医数
	1日平均外 来患者数	1日平均入 院患者数			
三重大学	75人	21人	590件	60件	6人
市立四日市病院	71人	5.7人	800件	5件	1人
三重県立総合医療 センター	35人	1人	190件	0件	1人
鈴鹿中央総合病院	24人	1人	211件	0件	1人
三重中央医療セン	21.4人	3人	73件	0件	1人

ター病院					
松阪市民病院	22.4人	0.4人	273件	0件	1人
市立伊勢総合病院	44.1人	4.5人	381件	0件	1人
伊勢赤十字病院	35人	3人	560件	15件	1人
済生会松阪病院	35人	0.2人	264件	0件	1人
国立がん研究センター中央病院	46人	20人	212件	153件	4人
合計	408.9人	59.8人	3554件	233件	18人

#### D. 募集定員：8人

#### E. 研修応募者の選考方法：

書類審査，小論文および面接により決定（三重大学医学部皮膚科のホームページ等で公表する）。また，選考結果は，本人あてに別途通知する。なお，応募方法については，応募申請書を三重大学医学部皮膚科のホームページよりダウンロードし，履歴書と併せて提出すること。可能であれば，事前の研修や病院見学をしていただいた方が望ましい。

#### F. 研修開始の届け出：

選考に合格した専攻医は，研修開始年の3月31日までにプログラム研修開始届に必要な事項を記載のうえ，プログラム統括責任者の署名捺印をもらうこと。その後，同年4月30日までに皮膚科領域専門医委員会（hifusenmon@dermatol.or.jp）に通知すること。

#### G. 研修プログラム 問い合わせ先

三重大学医学部附属病院皮膚科  
波部 幸司

TEL：059-231-5025

FAX：059-231-5423

#### H. 到達研修目標：

本研修プログラムには，いくつかの項目において，到達目標が設定されている。別冊の研修カリキュラムと研修の記録を参照すること。特に研修カリキュラムのp.26～27には経験目標が掲示しているので熟読すること。

#### I. 研修施設群における研修分担：

それぞれの研修施設の特徴を生かした皮膚科研修を行い，研修カリキュラム

に掲げられた目標に従って研修を行う。

1. 三重大学医学部皮膚科では医学一般の基本的知識技術を習得させた後、難治性疾患，稀な疾患などより専門性の高い疾患の診断・治療の研修を行う。さらに医師としての診療能力に加え，教育・研究などの総合力を培う。また，少なくとも1年間の研修を行う。
2. 市立四日市病院皮膚科，三重県立総合医療センター皮膚科，三重中央医療センター病院皮膚科，松阪市民病院皮膚科，松阪済生会病院皮膚科，市立伊勢総合病院皮膚科，伊勢赤十字病院皮膚科では，急性期疾患，頻繁に関わる疾病に適切に対応できる総合的な診療能力を培い，地域医療の実践を行う。国立がん研究センター中央病院では，医学一般の基本的知識技術を習得させた後、皮膚腫瘍全般、特に悪性腫瘍に対する最先端の知識と技術を習得することを目指す。また、他臓器癌腫の薬物治療中に出現する皮膚障害は、他の施設とは比較にならない程の症例数があり、短期間に専門的な研修が可能である。更に、他の診療科の患者を含めて診断・治療中に発生する一般の皮膚疾患や皮膚合併症の診療を通じて、教育・研究などの総合力を培う。連携研修施設では原則として少なくとも1年間の研修を行いながら、病診連携を習得し、三重大学医学部皮膚科の研修を補完する。

## J. 研修内容について

### 1. 研修コース

本研修プログラムでは，以下の研修コースをもって皮膚科専門医を育成する。

ただし，研修施設側の事情により希望するコースでの研修が出来ないこともあり得る。また，記載されている異動時期についても研修施設側の事情により変更となる可能性がある。

コース	研修 1年目	研修 2年目	研修 3年目	研修 4年目	研修 5年目
a	基幹	基幹	連携	連携	基幹
b	基幹	基幹	連携	連携	連携
c	連携	連携	基幹	基幹	基幹
d	基幹	連携	連携	準連携	基幹
e	基幹	連携	連携	大学院 (研究)	大学院 (臨床)
f	連携	大学院	大学院	大学院	大学院

		(研究)	(研究)	(臨床)	(臨床)
--	--	------	------	------	------

- a : 研修基幹施設を中心に研修する基本的なコース。最終年次に大学で後輩の指導を行うことにより自らの不足している部分を発見し補う。連携施設は原則として1年ごとで異動するが、諸事情により2年間同一施設もあり得る。
- b : ただちに皮膚科専門医として活躍できるように連携施設にて臨床医としての研修に重点をおいたコース。
- c : 研修連携施設から研修を開始するコース。
- d : 研修2年目に大学形成外科, 3年目のがんセンターにて研修し, 皮膚外科医を目指すコース。
- e : 研修4年目に一人医長として研修準連携施設で研修し, 地域医療の経験を積み, 翌年大学にて研修するコース。
- f : 研修後半に, 博士号取得のための研究を開始するプログラム。博士号取得の基本的コース。
- g : 専門医取得と博士号取得を同時に目指すハイパーコース。多大な努力を5年間持続する必要がある。特に4年目, 5年目は濃密な臨床研修を行わないとカリキュラム修了は困難である。カリキュラムを修了できない場合は6年目も大学で研修することを前提とする。

## 2. 研修方法

### 1) 三重大学医学部皮膚科

外来 : 診察医に陪席し, 外来診察, 皮膚科的検査, 治療を経験する。

病棟 : 病棟医長のもと数チームの診療チームを構成する。専攻医は指導医のもと担当患者の診察, 検査, 外用療法, 手術手技を習得する。毎週の病棟回診で受け持ち患者のプレゼンテーションを行い, 評価を受ける。毎週の病理カンファレンスで症例発表を行い, 評価を受ける。

抄読会では1回/月 英文論文を紹介する。皮膚科学会主催の必須の講習会を受講し, 年に2回以上筆頭演者として学会発表を行う。また, 皮膚科関連の学会, 学術講演会, セミナーに積極的に参加する。病院が実施する医療安全講習会に定期的に参加する。年に1編以上筆頭著者で論文を作成することを目標とする。

### 研修の週間予定表

	月	火	水	木	金	土	日
--	---	---	---	---	---	---	---

午前	外来	外来	手術 特殊外来	外来	外来 レーザー		
午後	病棟 回診 カンファレンス	病棟	病棟 手術	病棟 回診 病理	病棟		

## 2) 連携施設

市立四日市病院皮膚科：

指導医の下、地域医療の中核病院の勤務医として、第一線の救急医療、処置、手術法を習得する。三重大学医学部皮膚科のカンファレンス、抄読会に週1回参加し学習する。皮膚科学会主催の必須の講習会を受講し、年に2回以上筆頭演者として学会発表を行う。皮膚科関連の学会、学術講演会、セミナーに積極的に参加する。病院が実施する医療安全講習会に定期的に参加する。

### 研修の週間予定表

	月	火	水	木	金	土	日
午前	外来 病棟	外来 病棟	外来 病棟	外来 病棟	外来 手術		
午後	病棟 外来 カンファレンス	病棟	病棟 外来	病棟 手術 カンファレンス	病棟 外来	宿直*	

※ 宿直は1回/月を予定

三重県立総合医療センター皮膚科：

指導医の下、地域医療の中核病院の勤務医として、第一線の救急医療、処置、手術法を習得する。三重大学医学部皮膚科のカンファレンス、抄読会に週1回参加し学習する。皮膚科学会主催の必須の講習会を受講し、年に2回以上筆頭演者として学会発表を行う。皮膚科関連の学会、学術講演会、セミナーに積極的に参加する。病院が実施する医療安全講習会に定期的に参加する。

### 研修の週間予定表

	月	火	水	木	金	土	日
午前	病棟	外来	外来	外来 病棟	外来 手術		
午後	外来 カンファレンス	病棟	手術 外来	病棟 外来	病棟 外来		

				カンファレンス			
--	--	--	--	---------	--	--	--

鈴鹿中央総合病院皮膚科：

指導医の下，地域医療の中核病院の勤務医として，第一線の救急医療，処置，手術法を習得する。三重大学医学部皮膚科のカンファレンス，抄読会に週1回参加し学習する。皮膚科学会主催の必須の講習会を受講し，年に2回以上筆頭演者として学会発表を行う。皮膚科関連の学会，学術講演会，セミナーに積極的に参加する。病院が実施する医療安全講習会に定期的に参加する。

	月	火	水	木	金	土	日
午前	外来	外来	外来	外来	外来		
午後	病棟	病棟	病棟	病棟	病棟 手術 カンファレンス		

三重中央医療センター病院皮膚科，

指導医の下，地域医療の中核病院の勤務医として，第一線の救急医療，処置，手術法を習得する。三重大学医学部皮膚科のカンファレンス，抄読会に週1回参加し学習する。皮膚科学会主催の必須の講習会を受講し，年に2回以上筆頭演者として学会発表を行う。皮膚科関連の学会，学術講演会，セミナーに積極的に参加する。病院が実施する医療安全講習会に定期的に参加する。

#### 研修の週間予定表

	月	火	水	木	金	土	日
午前	外来	褥瘡 回診	外来	外来 病棟	外来 手術		
午後	病棟 カンファレンス	病棟	病棟	病棟 カンファレンス	病棟 手術		

松阪市民病院皮膚科：

指導医の下，地域医療の中核病院の勤務医として，第一線の救急医療，処置，手術法を習得する。三重大学医学部皮膚科のカンファレンス，抄読会に週1回参加し学習する。皮膚科学会主催の必須の講習会を受講し，年に2回以上筆頭演者として学会発表を行う。皮膚科関連の学会，学術講演会，セミナーに積極



的に参加する。病院が実施する医療安全講習会に定期的に参加する。

研修の週間予定表

	月	火	水	木	金	土	日
午前	外来	手術	外来	外来	外来		
午後	病棟	手術	病棟 カンファレンス	病棟 カンファレンス	病棟		

済生会松阪総合病院皮膚科：

指導医の下，地域医療の中核病院の勤務医として，第一線の救急医療，処置，手術法を習得する。三重大学医学部皮膚科のカンファレンス，抄読会に週1回参加し学習する。皮膚科学会主催の必須の講習会を受講し，年に2回以上筆頭演者として学会発表を行う。皮膚科関連の学会，学術講演会，セミナーに積極的に参加する。病院が実施する医療安全講習会に定期的に参加する。

研修の週間予定表

	月	火	水	木	金	土	日
午前	手術	外来	外来	外来	外来		
午後	病棟	病棟	手術	褥瘡回 診	病棟  カンファレンス		

市立伊勢総合病院皮膚科：

指導医の下，地域医療の中核病院の勤務医として，第一線の救急医療，処置，手術法を習得する。三重大学医学部皮膚科のカンファレンス，抄読会に週1回参加し学習する。皮膚科学会主催の必須の講習会を受講し，年に2回以上筆頭演者として学会発表を行う。皮膚科関連の学会，学術講演会，セミナーに積極的に参加する。病院が実施する医療安全講習会に定期的に参加する。

研修の週間予定表

	月	火	水	木	金	土	日
午前	手術	外来	手術	褥瘡	外来		

				回診			
午後	病棟	病棟	手術	病棟 カンファレンス	病棟		

伊勢赤十字病院皮膚科：

指導医の下、地域医療の中核病院の勤務医として、第一線の救急医療、処置、手術法を習得する。三重大学医学部皮膚科のカンファレンス、抄読会に週1回参加し学習する。皮膚科学会主催の必須の講習会を受講し、年に2回以上筆頭演者として学会発表を行う。皮膚科関連の学会、学術講演会、セミナーに積極的に参加する。病院が実施する医療安全講習会に定期的に参加する。

#### 研修の週間予定表

	月	火	水	木	金	土	日
午前	外来	外来	外来 手術	外来	外来		
午後	病棟	病棟 手術 褥瘡回診	病棟 宿直*	病棟 褥瘡回診 カンファレンス	病棟 手術		

※宿直は1回/月を予定

国立がん研究センター中央病院：

外来：初診患者の予診をとり、診断、治療計画を立てる。診察医に陪席し、外来診察、皮膚科的検査、治療を経験する。

病棟：専攻医は各スタッフをリーダーとする診療チームの構成メンバーとなる。専攻医は入院患者全体の状態を把握するとともに、担当患者については各スタッフによって診察の仕方、検査の方法、外科的治療、内科的治療、放射線治療など高度な医療技術を学び習得する。

毎日の病棟回診で受け持ち患者のプレゼンテーションを行い、評価を受ける。毎週月曜に行われる手術カンファレンス、毎週木曜に行われる腫瘍内科カンファレンス、水曜日に定期的に行われる皮膚病理カンファレンス、放射線カンファレンスでプレゼンテーションを行い、評価を受ける。

抄読会では月1回程度、英文論文を紹介する。皮膚科学会主催の必須の講習会を受講し、年に2回以上筆頭演者として学会発表を行う。また、皮膚科関連の学会、学術講演会、セミナーに積極的に参加する。病院が実施する医

療安全、感染制御、情報セキュリティ、研究倫理に関する講習会に定期的に  
 参加する。年に1編以上筆頭著者で英語論文を作成することを目標とする。

研究の週間予定表

	月	火	水	木	金	土	日
午前	カンファレンス 手術 外来	手術	カンファレンス 手術 外来	カンファレンス1 カンファレンス2 外来	カンファレンス 抄読会 外来		
午後	外来 カンファレンス	手術	外来 カンファレンス1 カンファレンス2	外来 手術	外来		

※当直は1回/月を予定

### 3) 大学院(臨床)

基本的に日中は大学病院にて1)と同様にフルタイムで研修し、17時以降、  
 大学院講義出席、臨床研究、論文作成等を行う。

### 4) 大学院(研究)

皮膚科以外の臨床教室、基礎教室にて皮膚科に関連する研究を行う。この期  
 間、大学病院での研修および達成度評価・年次総合評価は不要とする。

研修の年間予定表

月	行事予定
4	1年目：研修開始。皮膚科領域専門医委員会に専攻医登録申請を行う。 2年目以降：前年度の研修目標達成度評価報告を行う。
5	
6	日本皮膚科学会総会（開催時期は要確認）、東海地方会
7	
8	研修終了後：皮膚科専門医認定試験実施
9	東海地方会
10	試験合格後：皮膚科専門医認定
11	中部皮膚科学会総会
12	研修プログラム管理委員会を開催し、専攻医の研修状況の確認を行う （開催時期は年度によって異なる）、東海地方会

1	
2	5年目：研修の記録の統括評価を行う。
3	当該年度の研修終了し、年度評価を行う。 皮膚科専門医受験申請受付、東海地方会

#### K. 各年度の目標：

- 1, 2年目：主に三重大学医学部皮膚科において、カリキュラムに定められた一般目標、個別目標（1. 基本的知識 2. 診療技術 3. 薬物療法・手術・処置技術・その他治療 4. 医療人として必要な医療倫理・医療安全・医事法制・医療経済などの基本的姿勢・態度・知識 5. 生涯教育）を学習し、経験目標（1. 臨床症例経験 2. 手術症例経験 3. 検査経験）を中心に研修する。
  - 3年目：経験目標を概ね修了し、皮膚科専門医に最低限必要な基本的知識・技術を習得し終えることを目標にする。
  - 4, 5年目：経験目標疾患をすべて経験し、学習目標として定められている難治性疾患、稀な疾患など、より専門性の高い疾患の研修を行う。  
3年目までに習得した知識、技術をさらに深化・確実なものとし、生涯学習する方策、習慣を身につけ皮膚科専門医として独立して診療できるように研修する。専門性を持ち臨床に結びついた形での研究活動に携わり、その成果を国内外の学会で発表し、論文を作成する。さらに後輩の指導にもあたり、研究・教育が可能な総合力を持った人材を培う。
- 毎年度：日本皮膚科学会主催教育講習会を受講する。また、東海地方会、中部皮膚科学会総会には可能な限り出席する。各疾患の診療ガイドラインを入手し、診療能力の向上に努める。PubMedなどの検索や日本皮膚科学会が提供するE-ラーニングを受講し、自己学習に励む。

#### L. 研修実績の記録：

1. 「研修手帳」を、日本皮膚科学会ホームページからダウンロードし、利用すること。
2. 専攻医研修管理システムおよび会員マイページ内に以下の研修実績を記録する。  
経験記録（皮膚科学各論、皮膚科的検査法、理学療法、手術療法）、講習会受講記録（医療安全、感染対策、医療倫理、専門医共通講習、日本皮膚科学会主催専攻医必須講習会、専攻医選択講習会）、学術業績記録

(学会発表記録, 論文発表記録)。

3. 専門医研修管理委員会はカンファレンスや抄読会の出席を記録する。
4. 専攻医, 指導医, 総括プログラム責任者は専攻医研修管理システムを用いて下記 (M) の評価後, 評価票を毎年保存する。
5. 「皮膚科専門医研修マニュアル」を, 日本皮膚科学会ホームページからダウンロードし, 確認すること。特に p. 15~16 では「皮膚科専攻医がすべきこと」が掲載されているので注意すること。

#### M. 研修の評価:

診療活動はもちろんのこと, 知識の習熟度, 技能の修得度, 患者さんや同僚, 他職種への態度, 学術活動などの診療外活動, 倫理社会的事項の理解度などにより, 研修状況を総合的に評価され, 「研修の記録」に記録される。

1. 専攻医は「研修の記録」のA. 形成的評価票に自己評価を記入し, 毎年3月末までに指導医の評価を受ける。また, 経験記録は適時, 指導医の確認を受け確認印をもらう。
2. 専攻医は年次総合評価票に自己の研修に対する評価, 指導医に対する評価, 研修施設に対する評価, 研修プログラムに対する評価を記載し, 指導医に提出する。指導医に提出しづらい内容を含む場合, 研修プログラム責任者に直接口頭, あるいは文書で伝えることとする。
3. 指導医は専攻医の評価・フィードバックを行い年次総合評価票に記載する。また, 看護師などに他職種評価を依頼する。以上を研修プログラム責任者に毎年提出する。
4. 研修プログラム責任者は, 研修プログラム管理委員会を開催し, 提出された評価票を元に次年度の研修内容, プログラム, 研修環境の改善を検討する。
5. 専攻医は研修修了時までに全ての記載が終わった「研修の記録」, 経験症例レポート 15 例, 手術症例レポート 10 例以上をプログラム統括責任者に提出し, 総括評価を受ける。
6. 研修プログラム責任者は, 研修修了時に研修到達目標のすべてが達成されていることを確認し, 総括評価を記載した研修修了証明書を発行し, 皮膚科領域専門医委員会に提出する。

#### N. 研修の休止・中断, 異動:

1. 研修期間中に休職等により研修を休止している期間は研修期間に含まれない。
2. 研修期間のうち, 産休・育休に伴い研修を休止している期間は最大6ヶ月

月までは研修期間に認められる。なお、出産を証明するための添付資料が別に必要となる。

3. 諸事情により本プログラムの中断あるいは他の研修基幹施設のプログラムへ異動する必要がある場合、すみやかにプログラム統括責任者に連絡し、中断あるいは異動までの研修評価を受けること。

#### ○. 労務条件、労働安全：

労務条件は勤務する病院の労務条件に従うこととする。

給与、休暇等については各施設のホームページを参照、あるいは人事課に問い合わせること。なお、当院における当直はおおむね2～3回/月程度である。

2022年4月30日

三重大学医学部皮膚科  
専門研修プログラム統括責任者  
山中 恵一