



新潟大学医学教育センター

ダイバーシティ推進支援室

ひと尋の会

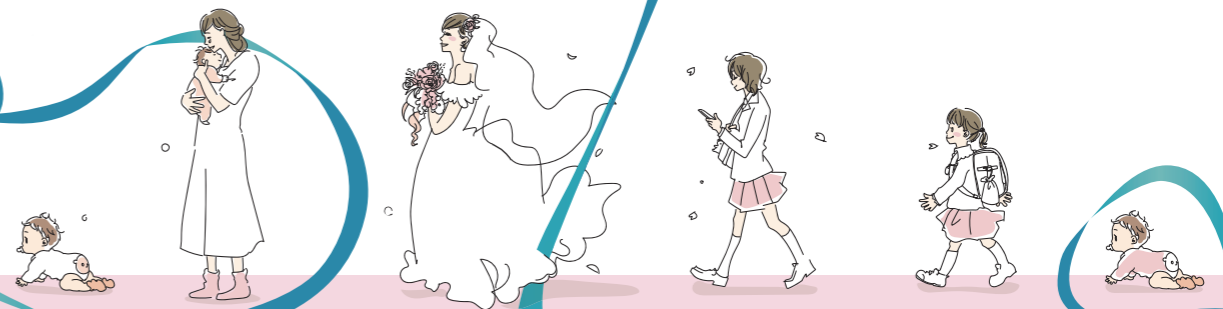
新潟県女性医師総合支援センター新潟大学医学科分室

ひと尋の会

Virtual Café

-ver.1・2・3-

- ・ 第1回 皮膚科学
- ・ 第2回 腎・膠原病内科学
- ・ 第3回 産婦人科学





染矢 俊幸

新潟大学医師・医学研究者・医学生のためのキャリア支援の会「ひと尋の会」会長
新潟大学医歯学系長・医学部長

ひと尋の会について

新潟大学旭町キャンパス医師・医学研究者・医学生の キャリア支援の会「ひと尋の会」の発足に寄せて

皆様には宮崎駿の「千と千尋の神隠し」の千尋の名前に使われている尋の字でお馴染みかもしれませんが、「尋（ひろ）」はもともと「人が右手と左手を広げた長さ」という単位を表す漢字です。その「右手と左手を広げている様子」から、両手をいっぱい広げて子どもたちを迎え入れる、困っている人を受け入れるという思いを込めて、会の名称といたしました。また、「尋」が長さの単位を表すことから「空間の広がり」「どこまでも続く可能性」や、「尋ねる」という言葉にも使われるように「深い道理をきわめる」といったイメージも名称に込めています。

少し難しい話になりますが、仏典には「わずか一尋のこの身」という言葉があります。一人の力は微かであっても、まずその一人が責任を持って、両手をいっぱい広げ誰かを受け入れること、そしてその輪が十尋、百尋、千尋と広がり、多様性を広く受け入れる社会となることを願っての命名です。

働く意欲はあっても子育てのために復職できない、親の介護と仕事を両立したい、病気をもちながらも治療と仕事を両立したい……など様々な背景を持つ人々が、お互いを認め合い、励まし合うことができる社会。各自の多様性を受け入れ、その能力や経験を認めて、広く活躍の機会を与えることができる社会は、人に優しいと同時に、技術革新の原動力にあふれ、結果として大きな成果をもたらすと言われています。

「ひと尋の会」は、男性、女性を問わず年齢の別なく集い、キャリアをめぐる医師・医学研究者・医学生の多様な意見を語り合う場、情報を交換する場、です。この会を通して、皆さんがそれぞれの経験や知恵を寄せ合い、助け合い、新潟の医療圏を、ひいては医療を通じて新潟の街をよりよいものに変えていっていただきたいと願います。

皮膚科学教室



阿部 理一郎

新潟大学医歯学総合研究科
皮膚科学教室 教授

医療の場での働き方改革は、同時に女性医師問題をさらに浮き彫りにしています。

未だ女性（医師）に対するステレオタイプが残り、女性医師自身が諦めの気持ちとなり、結果的に活躍の場を狭めてしまっています。これは多くの環境（個人、家庭、職場、社会）のそれぞれの問題が絡み合っていますが、逆に何か一つでも改善すれば、今より必ず良くなります。それが成功体験として次に繋がります。

焦らず一つずつ取り組めば、ドミノ倒しのように女性医師の活躍できる社会になっていくはずです。

・男性育休について：

女性しか子供を産めませんが、女性しか子供を育てられないわけではありません。当科では原則、男性も育休を取ってもらっています。最初にとった男性医師は、病院で初めての取得だったそうで表彰されました。

当初教室の中からも、最短の1ヶ月の育休に懐疑的な意見が多数でした。

それに対する答えが、ある新聞記事にあったので以下に引用します。

「1カ月程度の育休で何が変わるのかと思うかもしれない。しかし、カナダのケベック州の育休改革を分析した研究によると、男性が5週間ほど育休を取ると、3年後の家事時間と子育て時間がいずれも2割程度増えた。育休取得をきっかけとして家族と仕事に対する価値観が変化し、そのライフスタイルの変化はその後も長く続いた。

たかが1カ月。だが男性の育休は、人生を変える1カ月になりうるのだ。」

・成功体験：

責任をとる立場にはなりたくない。以前は女性のキャリアアップにおける問題と言われていましたが、最近は多くの男性もそう考えます。もっと頑張る上を目指せ、と言われても達成までの困難さや達成された後のインセンティブがわからず、責任だけ負うようなら、誰もしたいとは思いません。

ですが、実体験をしてみないと結局のところわかりません。当教室では積極的に様々な役割を担ってもらっています。専門外来の担当、総説執筆、全国学会での講演などで、その延長で全国的なグループでも役割を与えてもらえます。責任も伴ってきますし、大変な仕事です。しかし確実に言えることはその立場に立たないと見えないものがあり、それを経験するともっと上の景色を見てみたいと思うはずですよ。

少し背中を押して最初の一步を踏み出してもらっています。

目次：皮膚科

- 濱 菜摘 (新潟大学医歯学総合病院皮膚科 講師) 04
- 出口 登希子 (新潟大学医歯学総合病院皮膚科 特任助教) 04
- 梅森 幸恵 (長岡赤十字病院皮膚科 部長) 04
- 新潟大学医学部皮膚科 医局内保育室「ひよこルーム」..... 06

本ページは学内版をご参照ください

本ページは学内版をご参照ください

新潟大学皮膚科学教室 医局 内保育室「ひよこルーム」

利用者の声

2021年4月、新潟大学皮膚科では教室員の勤務・研究活動等支援の一環として医局内に保育ルームを開設いたしました！

もともと図書室として使っていた一室を教室員総出で改装いたしました。ベビーシッター会社から専門のシッターさんに来ていただいて、教室員が勤務中、医局内の保育ルームでお預かりします。

時間的に保育園や学童保育での保育が困難な場合など、土日祝日を含めて対応しています。急な仕事のためにお迎えに困るときなども、シッターさんに保育園へお迎えに行ってもらい、医局内で保育をしています。

教室の皆さんにとって働きやすい職場であるよう、今後も様々な取り組みをしていきたいと思っています。

皮膚科11年目男性医師：

土曜日に数時間利用させていただき、子供も楽しんでおりもう少し長くいたかったと言っていました。妻からも子育てから少し解放されてよかったと言われ、非常に満足しており今後も利用したいと思います。

皮膚科5年目女性医師：

休日の病棟業務の間に保育ルームをお願いしました。当日はお絵かきやお人形遊びなど、大変楽しかったようです。パーテーション上の吹き抜けから元気に遊んでいる声も聞こえてきて安心して利用できました。

県内に親戚がないので子どもを預かっていただけなのは助かっています。

皮膚科9年目女性医師：

保育士さんは、慣れている方でしっかりと見て下さいました。自分も近くにいたので、安心して任せる事ができ良かったです。

皮膚科7年目男性医師：

県内に親戚がないので子どもを預かっていただけなのは助かっています。

After

Before

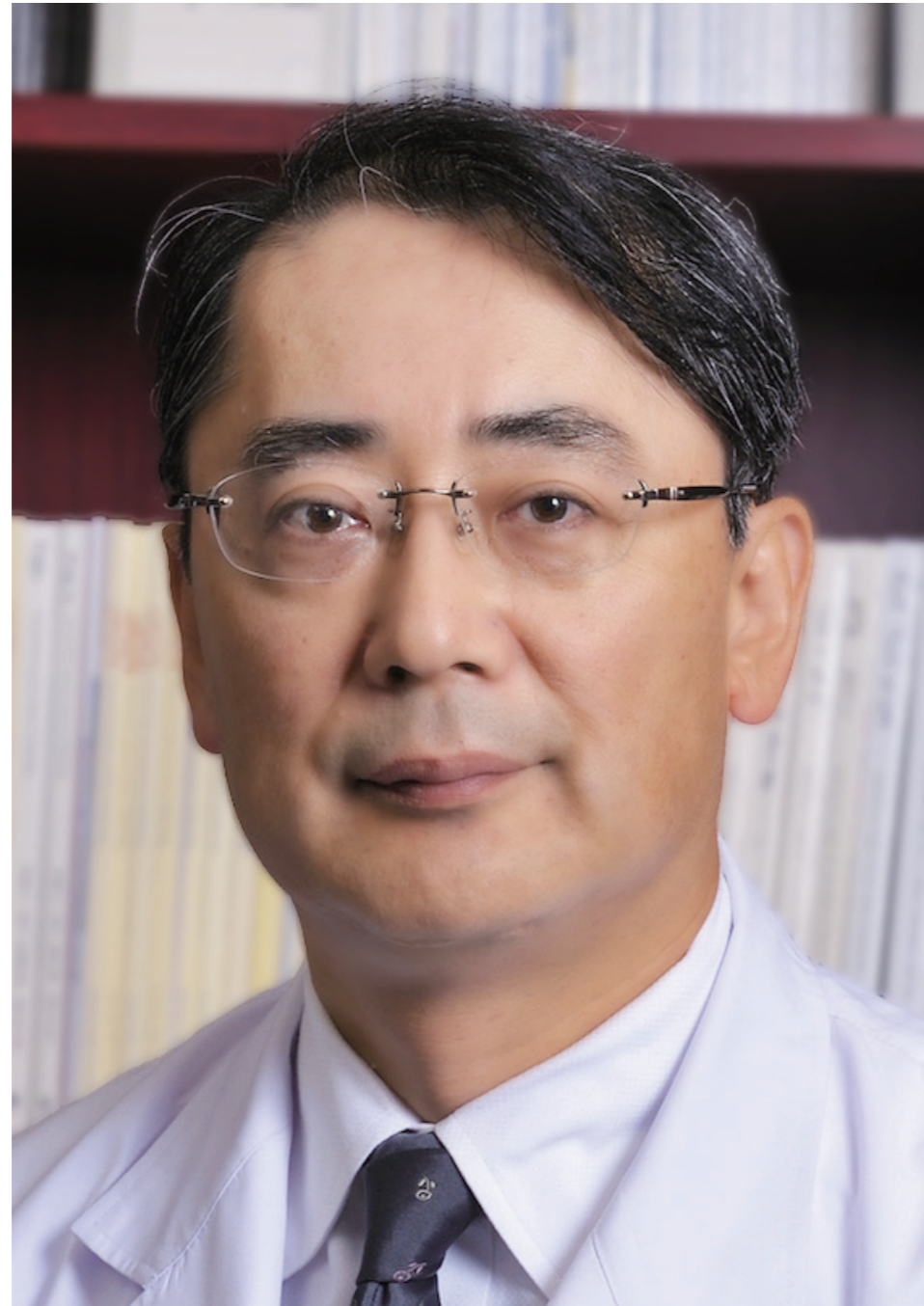


教室員みんなで改装

壁紙を可愛く変更しました。絵画は阿部教授ご寄贈の品です。

パーテーションで仕切りました。上方に隙間があるので声も聞こえて安心です。窓には安全装置を設置。

腎・膠原病 内科学教室



成田 一衛

新潟大学大学院医歯学総合研究科腎研究センター 教授
腎・膠原病内科 科長

“自律と創生”を理念とする新潟大学には、様々な分野で活躍する女性がいます。私が専門とする腎・膠原病内科学も含め、医療・医学の広い分野・多くの場面において、女性だからこそ優れている面、男性にはない個性が存在します。いま、私達が気づいていないものもあるでしょう。新潟大学医学部は、ともに考え、皆さんの活躍を全力でサポートし、“医学を通して人類に貢献する”という夢に向かいます。

・教室の取り組み：

新潟大学には、働く研究者を支援する制度として、ベビーシッター派遣支援事業割引券、ライフイベント復帰支援制度、研究補助者の雇用制度があり、当科でもこれらの活用を勧めています。

新潟大学腎・膠原病内科は、入院診療を1チーム5～7人、3チームのグループ診療で行い、小さな子供のいる医師も平日9時～16時勤務のパートタイムで無理なく勤務できるワークシェアを実践しています。日当直や当番を免除するなど、ライフステージに沿った段階的な職場復帰を支援しています。

中には子育てをしながら論文を発表したり、オンラインでジョンスホプキンス大学公衆衛生学修士を取得したりする医師もいます。当科の対象疾患のうちリウマチ・膠原病は代表的な女性に多い内科疾患であり、女性内科医が活躍できる領域です。

また腎生検病理や血液透析は、短時間で専門性を活かせる分野です。臨床研修医へのアンケートでは、子育てをしながら勤務を続ける上での必要な条件の第一位が「職場の理解・雰囲気」でした。当科は子育て中の医師が働きやすい環境を提供しています。

大学勤務医の業務には臨床、教育、研究の3つの柱があります。今まで、それらを同時にこなすことが求められてきましたが、働き方が多様化しています。環境やライフステージに合わせて、得意なことに軸足を置きながら個性を伸ばし社会に貢献することを、私達は肯定します。女性が働きやすい職場、ワークシェアにより休養できる時間をきちんと確保することは、男性にとっても当てはまると考えております。

女性にとって働きやすい職場となるだけでなく、すべての人にとって自らの能力を発揮できる活力ある教室になることを目指しています。

目次：腎・膠原病内科学

- 佐伯 敬子 (長岡赤十字病院内科 リウマチセンター長) 10
- 蒲澤 佳子 (新潟大学大学院医歯学総合研究科健康増進医学講座 特任助教) 12
- 日本女性腎臓病医の会 活動紹介 14

研究テーマ：腎・膠原病の臨床



佐伯 敬子

長岡赤十字病院内科
リウマチセンター長

これまでのキャリアヒストリー

新潟大学医学部卒業

- 新潟大学第二内科に入局 (腎・膠原病グループ)
- 新潟大学大学院医学研究科入学 (新潟大学医学部腎研究施設免疫病態学部門)
- 新潟大学病院 一般病院に出張
- 長岡赤十字病院に赴任 (内科部長)

医療・医学研究を目指す若い皆さんへのメッセージ

医療とひとくちにいても、働き方は、臨床(病院、診療所、開業医)、公衆衛生、研究、教育等々様々な道があります。

医師の素晴らしいところは、自分の立場や状態によってその道を柔軟に選んでいくことができる所です。“こうしなければいけない、こうあるべき”、ということは何もないので、自分は何を優先したいのか、自身の心の声に耳を傾けながら選択していったらいいと思います。とにかく医学は素晴らしい世界ですよ。

新潟大学第二内科の私の恩師、荒川正昭教授のモットーは“患者さんをよく診る、自分の眼で確かめ自分で考える”でした。

教授回診で、研修医が“腎生検の結果はIgA腎症で、”というのと、すかさず、“君、組織はみたかね”と言葉がとび、“えーと、報告書によると”などと答えようものなら“君、自分で顕微鏡をみたいとは思わんかね!”と返されました。それは今も私の中で一番大切な言葉であり、私から研修医へ贈る言葉は、“鵜呑みにするな、上級医の意見。必ず自分で調べよう”です。

生後すぐから子供2人を新潟市の保育園に預けて夫婦でやってきましたが、いわゆる“小1の壁”により、実家近くの病院勤務を希望して長岡赤十字病院の腎膠原病内科に赴任しました。上司は当時にしては珍しい“当番制”を導入していたため育児のサポート体制を準備しやすく、有難い環境でした。ただリウマチ膠原病は私一人でしたのでとにかく教科書、文献を読みました。そんな中、シェーグレン症候群と間質性腎炎と診断したものの違和感が残

り、調べているうちに偶然参加した研究会でシェーグレン症候群と似て非なるミクリッツ病(IgG4関連唾液腺炎、涙腺炎)という概念に遭遇し、それ以来IgG4関連疾患にどっぷりはまり、症例集積を通じて国内外のいろいろな先生方と共同研究、発表をする機会に恵まれました。

今にして思えば上級医がいなかった分(そして透析当番という長い拘束時間が定期的にあったことで—苦笑)、ゲームにのめりこむように文献に没頭できたのかもしれませんが。また論文作成についても助言者はいませんでした。よい査読者にあたると論文の質がぐっとあがることを経験し、心強く思いました。どんな場所であっても医師として働いてるとたくさんの興味深いことに出会えます。

その出会いを大切に、その時々で自分で本気で取り組んでいく、それがキャリアにつながっていくのだと思います。



音楽、読書と山歩き

車の中で音楽(主にロック)を聴く事と、寝る前の読書(ミステリー、小説)は私の日常に欠かせません。最近は夫と山歩きにはまっており、雄大な自然、可憐な花などに心震わされています。



Important things

愛犬“ふう”(メスのシェルティ。10歳で8年前に他界)と、大好きな絵本、“バムとケロ”の主人公ケロちゃんのマスコットは職場でいつも私を応援してくれています。「お母さん、仕事頑張って終わらせて早く帰ってきてね」

スケジュール

- 5:00 起床。朝食、お弁用づくり、洗濯。
- 7:00 病院到着。好きなことをやる。
- 8:00 外来、病棟診療、書類作成、会議など。
- 18:30 帰宅。夕食を食べながらだらだらと夫と談笑。
- 22:00 就寝

研究テーマ：慢性腎臓病の生活習慣リスク因子



蒲澤 佳子

新潟大学大学院医歯学総合研究科
健康増進医学講座 特任助教

これまでのキャリアヒストリー

- 秋田大学医学部卒業
 - 新潟市民病院内科研修医
 - 新潟大学医学部第二内科（現 腎・膠原病内科）入局
 - 新潟県内一般病院勤務、
 - 新潟大学大学院医歯学総合研究科 博士課程修了
 - 同健康増進医学講座 特任助教（現職）
 - Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, Master of Public Health 修了

医療・医学研究を目指す若い皆さんへのメッセージ

私自身、医学部卒業後からうれしいことも大変なことも本当にいろいろありました。ただ、続けていればいつかは患者さんにお返しできると信じています。ライフイベントとのバランスも積極的にとり、末永く医療・医学研究分野で活躍されることを期待しています。

キャリアについてメッセージ

医師としてのキャリアをスタートさせた研修医時代を過ごした病院には多くの女性医師がフルタイムで勤務しており、当時は女性医師というくくりもなく、当直もその翌日の診療も学会発表も普通にこなしていました。私自身が三児の母となった今、当時を振り返ると仕事と家庭の相当な業務量をこなしていたと想像され、彼らの仕事をする姿は忘れることができません。

医師研究者としてのキャリアスタートは大学院博士課程に入学したころです。糖尿病、電解質に興味があり、腎臓内科に入局し、糖尿病性腎症グループで研究を行いました。慣れない細胞実験、ヒトの尿を集める臨床実験に奔走していた一方、生活習慣とアルブミン尿の研究を開始したのもこの時期です。大学院での基礎と臨床、それをつなげる研究手法と、研究に真摯に向かう医師研究者の諸先輩の姿は私の医師研究者キャリアの基盤となりました。当時はデータ分析、論文を書きながら、一般病院で勤務し専門医を取り、女性として出産の機会にも恵まれました。ただ、出産後は患者さんだけでなく子育ても24時間体制という事態となり、どちらも責任をもってこなすことに自信がなくなり、正直悩みました。

そんなとき、某学会で医局の先輩と出会い、現所属講座へとお誘いいただいたことが大きな転機となり、今の研究につながっています。同講座のもつ何万という情報の分析や疫学調査をさせていただくにあたり、ちゃんと勉強してやらねばと考え、Johns Hopkins 大学 (JHSPH) の MPH コースに入学しました。

自身の JHSPH 入学と第三子の産後育児休業からの仕事復帰と長男の小学校入学、次男の幼稚園入園、三男の保育園入園が重なった春は忘れられない貴重な思い出となりました。2021年6月現在、無事に MPH 修了ができ、家族ともども元気で、診療・研究を継続できていることを考えると、本当に職場の皆様、家族の理解と協力があってここまでこれていると実感し、感謝しております。

総じて、医師・研究者として意識していることは、仕事を中断しないこと、専門職である責任と患者さん・社会に還元できる仕事をする事です。ただ、公私ともに365日フル回転では一概にいいことばかりではないことも事実です。基本ですが、からだ心が資本ですので時にあえて休養するように心がけています。

ある1日のスケジュール

4:30	起床。 家事しながら勉強または仕事。	16:00	外勤終わり。
6:30	家族起床、朝食。	16:00	研究室にて研究。
7:30	身支度整えて、それぞれ出発。	18:00	お迎え。
9:00	研究室にて研究。	19:00	夕食、入浴など。
12:00	外勤。(診療)	21:30	子供たちと一緒に就寝。

Take a break Time

Story time

夜、家にいるときは寝る前に子供たちと一緒に絵本を読む時間を大切にしています。あわただしい日常の中の子供たちとの貴重なほっと一息つける瞬間です。

日本女性腎臓病医の会 活動紹介

JSWN Japanese Society of Women Nephrologist
日本女性腎臓病医の会

お気軽にお問い合わせ下さい。

JSWNとは?
代表世話人ご挨拶
会則・会員登録のご案内
活動報告
もっと研究・臨床をしたい方へ
JSWN研究活動奨励賞
関連リンク
ご支援をくださった皆様
お問い合わせ



日本女性腎臓病医の会(JSWN)は、腎領域に従事している女性医師を対象として、女性のネフロロジスト育成と地位の向上を通じて、腎臓病、腎不全医療に貢献することを目的としています。

代表世話人 京都華頂大学 武曾 恵理 先生
事務局 順天堂大学 保健看護学部専門・基礎 濱田千江子 先生
加野病院 腎臓内科 片淵律子 先生 (西部)
東京都保健医療公社大久保病院 腎内科 若井幸子 先生 (東部)

<http://www.pcworks.jp/jswn/>

Mission 女性腎臓医の活力を押し上げ、豊かな腎臓病医療の実現に貢献する

Goal 社会貢献，キャリア形成・維持と充実

「女性腎臓医師が働き続けることを応援しよう！」
という会です

発足2003年

2006年日本腎臓学会 男女共同参画委員会が発足



男女共同参画委員会とは



日本腎臓学会では、腎臓の専門性の維持と向上、研究の進歩を目的として、男女共にキャリア形成を行うことを目的として、平成18年11月に男女共同参画委員会が設立されました。本委員会では、より多くの医師が、男女共同して、臨床、研究および教育に活躍することにより、腎臓学を通じて社会における健康の維持とその向上に貢献することを使命とします。

<https://jsn.or.jp/committee/>

JSWN北信越エリア

北信越エリア世話人

新潟県 伊藤由美 川村和子 保坂聖子 佐藤弘恵
石川県 清水美保 (金沢大学腎臓内科)



2020年6月 第18回JSWN総会で世話人として承認
2021年1月 キックオフミーティング(予定)
2021年6月 第19回JSWN総会(予定)
2022年1月ころ 第1回北信越女性腎臓病医の会開催か!?



楽しく気軽に情報交換できる機会を作っていきたいと思います!

お問い合わせはこちらまで yumii@med.niigata-u.ac.jp



産婦人科学教室



榎本 隆之

新潟大学院医歯学総合研究科
産婦人科学教室 教授

私が産婦人科に入局したのは今から38年前の1983年ですが、当時産婦人科は完全な男社会で、医局員の8割以上が男性医師、助手（現在の助教）以上の女性医師は皆無でした。日本産科婦人科学会の資料によりますと、今や50歳以下の産婦人科医は女性医師が半数を超え、専門医取得後10年以下の若い世代では7割が女性医師となっています。新潟大学産科婦人科学教室には常勤医・非常勤医・専攻医・大学院生含めて40名の医師がいますがそのうち18名が女性医師で、うち2021年6月現在育休・産休中の医師が4名います。当科の女性医師は配偶者も新潟大学の医局に属している医師であるケースが多く、私が赴任した当時は、産婦人科専攻中の女性医師が配偶者の所属する医局の人事異動のために研修を中断することになったり、夫の育児に対する協力が得られず数年間医業を離れて専業主婦をしている女性医師がいました。

産婦人科の特性として、分娩を取り扱っている病院では産直、即ち時間外の分娩対応のために病院で宿日直をするのも重要な任務ではありますが、育児中の女性医師にとって産直を担当するのはハードルが高いことでした。2015年に大学に勤務している女性産婦人科医に「どういう体制を構築したら常勤で産直が可能か」というアンケート調査をしたところ、

- ①院内保育・病児保育・24時間保育を充実して欲しい
- ②学童保育は保育時間が短いので仕事が遅くなると子供の居場所がなくなるので小学生でも院内で過ごせる場所が欲しい
- ③配偶者（医師）の勤務体制が育児の協力を得られる体制になっていないので改善して欲しい
- ④保育園への送迎のための遅出・早退について同

僚医師に理解をして欲しい、等の意見が寄せられました。当時から6年を経て、育児中の女性医師を取り巻く環境のうちハード面すなわち①②が大きく改善されたと言い難いですが、③④のソフト面は以前よりは改善してきたのではないかと思います。

何より喜ばしいのは、今回このひと尋の会でも発表いただきました小林暁子先生、島英里先生、鈴木美保先生、工藤梨沙先生、奈良本葉月先生等の先生方が家庭と仕事をうまく両立させているロールモデルとして活躍していただき、その姿をみて後輩の女性医師が出産後も早期に臨床の現場に戻って活躍するといった良い循環ができてきていることです。

また当科ではこれまで論文博士号を取得した女性医師はいましたが、大学院博士課程に進学した女性医師は皆無でした。しかし、2015年に工藤梨沙先生が女性医師として初めて大学院博士課程に進学し、「HPVワクチンの有効性の研究」を行い2017年と2018年の2回連続で日本癌治療学会の最優秀演題賞を受賞するとともにJ Infect Dis (IF 5.0)に論文を発表、2019年に学位を取得しました。その後も3名の女性医師が大学院博士課程に進学、山口真奈子先生がiScience (IF 4.9)に発表した「子宮内膜の3D構造」に関する学位論文は学長賞を受賞し、谷地田希先生は「子宮内膜症におけるKRAS変異アレルの発現の生物学的意義」についてCancer Science (IF 6.7)に学位論文を発表と、女性医師の研究面での活躍も目を見張るものがあります。

女性を対象にしている当科の女性医師が臨床面でも研究面でも生き生きと活躍してくれているのを誇りに思います。これからもジェンダーに関わらず医局員一人一人がもつ潜在能力を十二分に発揮していただけるような教室にしたいと考えています。

目次 : 産婦人科

● 鈴木 美保	(新潟大学医歯学総合病院産科婦人科 助教)	18
● 奈良本 葉月	(新潟大学医歯学総合病院総合周産期母子医療センター 助教)	20
● 島 英里	(新潟大学医歯学総合病院産科婦人科 助教)	22
● 小林 暁子	(新潟大学医歯学総合研究科産科婦人科学 助教)	24
● 工藤 梨沙	(新潟大学医歯学総合病院産科婦人科 助教)	26
● 新潟大学産科婦人科教室での取り組み 「産休育休に関するアンケート」		28



鈴木 美保
 医歯学総合病院
 産科婦人科 助教

子供とのコマ

次男が長男に「捨てるよー」と言って長男のちらかした本を片付けているのを見て、自分の言動を反省しました。保育園では言わないでほしいです。

Important things

子供の描いた絵はアルバムに挟んだり飾ったりするもの以外も、ほぼ全部保管しています。ちょっとした落書きも後から見ると楽しく、年々増えてしまいますが宝物です。

医療・医学研究を目指す若い皆さんへのメッセージ

新潟市内でも院内保育やオンライン学会・検討会など、働きやすい環境が揃いつつあるように感じます。両立できていない私が言うのもおこがましいですが、私が助けてもらったことを後輩に還元できるよう、少なくとも自分が困難に感じたことは改善出来るよう頑張りますので、仕事も家庭や趣味も、好きなことをあきらめずに頑張ってください。

これまでのキャリアヒストリー

- 2008年 初期臨床研修開始 済生会新潟病院
- 2009年 結婚
- 2010年 入局、後期研修開始。長岡中央総合病院・長岡赤十字病院
- 2011年 新潟大学病院研修中に出産
 - ・29週から当直免除 34週から産休 38週出産
 - ・産後6ヶ月で大学病院復帰。常勤当直あり
 - ・済生会新潟病院、新潟大学病院、済生会川口総合病院 常勤当直あり
- 2014年 産婦人科専門医取得
- 2015年 第二子出産。30週から当直免除。34週から産休 38週出産。育休あり
 - ・産後6ヶ月で復帰。常勤
- 2016年 主人の海外留学について休業10ヶ月
- 2017年 立川総合病院復帰。常勤当直免除
- 2019年 新潟大学病院の医員。2020年病院専任助教。常勤当直あり



日常生活、家族とのやりとりで大切にしていること

夕食は子供2人で食べることが多いので、朝食は家族でとるようにしています。子供が寝ている間に家事や仕事をするようにして、短時間でも子供と一緒に遊ぶ、一日の出来事を話す、毎日笑わせるようにしています。

夫とはお互い過度に期待しない、したい仕事はあきらめない、出来ていないことが多々あると思いますが大目に見てもらっているので、自分も家事・育児を強要しないように気をつけているつもりです。

休暇取得・復帰の際の苦労、工夫、利用したサービス

脳外科医の夫は不在が多く、実家は県外、さらに長男妊娠中は異動があり、出産後は無職からの新潟市内復帰でした。保育園面接に落ち、職場と保育園が離れ、1月復帰であったため4月に転園がありました。病児保育は大抵キャンセル待ちで、親や特に同世代の男性医師に頻回に助けて頂きましたが、夫が単身赴任した際は、仕事を辞めることも考えました。

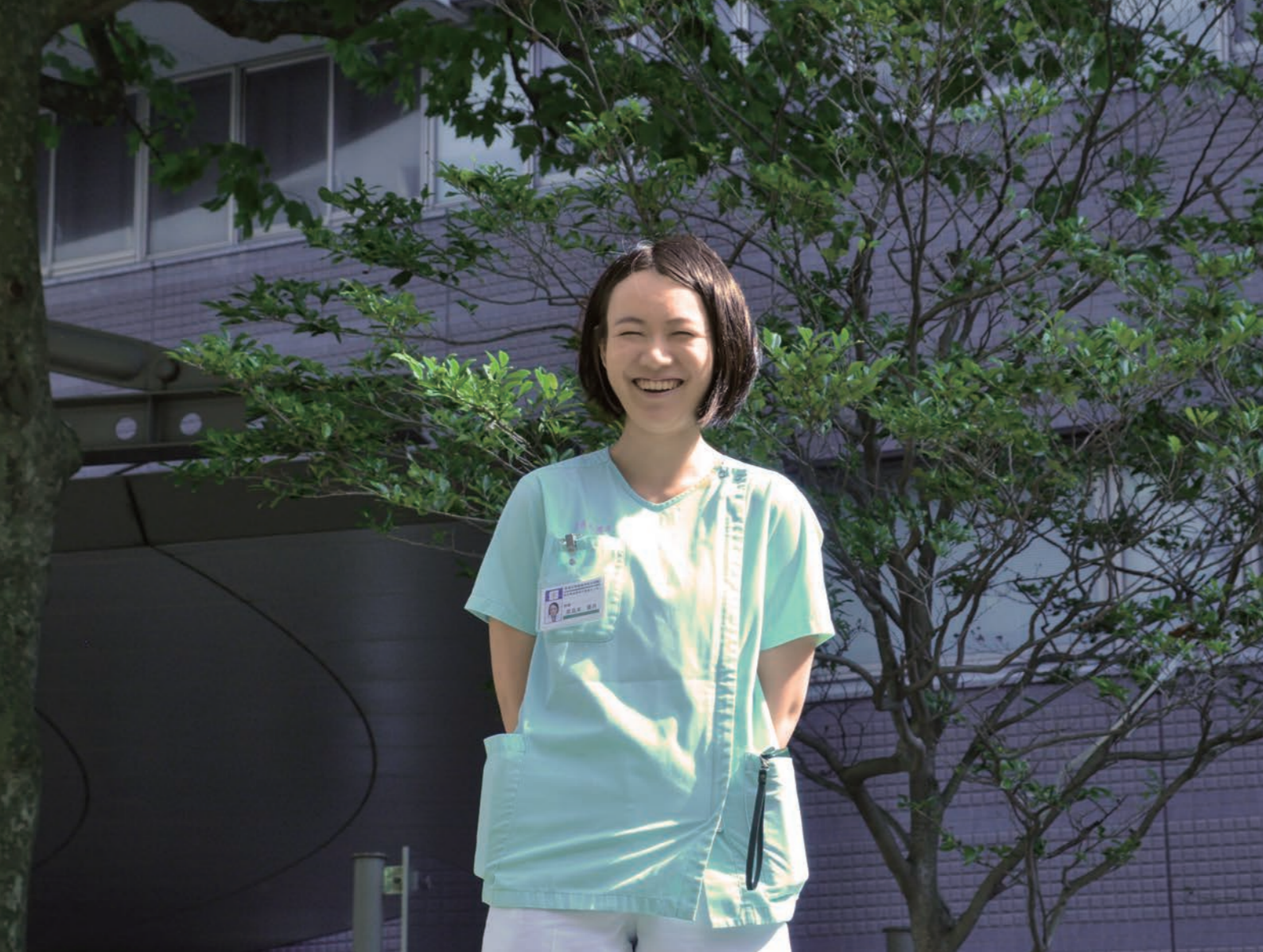
一方、次男の際は育休を頂き、育休中も医局へ行くことができました。復帰も院内保育を利用し、発熱時は院内の小児科を受診できました。夫が再度単身赴任となりましたが、周囲に育児中の先生が多く相談しやすかったこと、朝が遅く、保育園が20時まで利用できたこと、土日が完全当番制であったことから働きやすい環境でした。海外からは夫婦で無職からの復帰でしたが、長岡市の保育園・病児保育や学童保育が手厚く、夜勤免除して頂いたことから子供との時間を増やすこともできました。また、託児付きの学会を頻回に利用したことで専門医を更新することができました。

最近はオンラインで学会発表が出来るようになり、学会発表にも挑戦しやすくなったと感じます。

仕事のやりがい・苦労など

同世代の先生方や後輩から仕事で遅れをとり、上司を含め仕事を助けてもらうことが多く、働きづらさを感じることや落ち込むこと、自分が主治医でいいのか不安になることが多々あります。

それでも好きな仕事をして、患者さんに喜んでもらえること、かわいい子供達と過ごすことができていたので、周囲の人への感謝を忘れず、出来る範囲内プラス少し高い目標を持って働ければと思います。



奈良本 葉月

医歯学総合病院
総合周産期母子医療センター 病院専任助教

子供との一コマ

次男が卒乳できなくてトイレまで追いかけてくるのでいつも『ママの人権ンッ(怒)!!』と怒るんですが、『ママ、おこったー』『たー』と兄弟で笑っているので溜め息をつくまでが1セットです…。

医療・医学研究を目指す若い皆さんへのメッセージ

つい先日、従来のライフ＆ワークバランスの調整に加えてグロウス(成長)のための時間が医師には必要という考えを耳にして非常に感銘を受けました。

私に足りない物はこれだ、と感じます…上手く言えないですが皆さんは環境やパートナーや色々のことについて『自分の成長の時間を尊んで貰えるか』を考えられるといいなと思います。あとは、真面目な方が多いと思うので自己評価が低くても自己肯定感は高くもってね、と老婆心ながら。

Important things

最近、三年ほど愛読書で繋がっている SNS 上の知人が緩い文芸の集い?を立ち上げられたので、お誘いを受けて参加しています。各々の空きに好きな創作物や表現方法について語るひとときが癒しです。

これまでのキャリアストーリー

- 2015年
 - ・医学部卒業
 - ・初期臨床研修開始：厚生連上越総合病院(上越市)
- 2016年
 - ・第1子妊娠
 - ・結婚
 - ・研修中断、産前休暇取得(4週)
 - ・第1子出産(長男)
 - ・産後休暇取得(8週)
- 2017年
 - ・初期臨床研修復帰、修了
 - ・産婦人科教室入局
 - ・後期臨床研修開始：厚生連上越総合病院
 - ・(夫も同病院で初期臨床研修を開始)
 - ・(実家の両親に支援されながら勤務&当番をこなす日々)
- 2018年
 - ・新潟県立中央病院へ異動、研修継続(上越市)
 - ・(月8-10回の当番、自宅と実家を往復する日々)
 - ・親族のみで挙式、披露宴(家族婚)
- 2019年
 - ・第2子妊娠
 - ・夫が初期臨床研修修了、呼吸器内科に入局。済生会病院にて勤務開始(単身赴任&ワンオペ)
- 2020年
 - ・後期臨床研修修了
 - ・(夫が医療センターへ異動)
 - ・(育児が一気にのし掛かる修羅の日々)
 - ・産婦人科専門医認定
 - ・周産期新生児学会に入会
- 2021年
 - ・(夫が大学院生になり、病棟フリーに)
 - ・NICU 研修開始(日当直復帰、夫の外勤&実験日と調整の上)

日常生活、家族とのやりとりで大切にしていること

妊娠している時、尊敬する或る友人が『子どもは何だかんだいって自分の家が普通だから、共働きでも可哀想じゃないよ、しれっと育つよ』と言ってくれた言葉を支えに仕事をしています(彼女も共働き家庭だったそうです)。

関わる時間が少なくても我が家なりの愛情が示せればと考えていますが、ついムキになることも…(笑)夫は普段怒らない人で私は短気なのですが、子どもを叱る時の鉛と鞭役は交互になるように少し意識しています。

仕事のやりがい・苦労など

出来ることより出来ないことが山積みの中で、それでも自分なりに誠意を尽くして医療にあたった患者さんに『また先生に会えて良かったです』『二人目のお産も先生が良いです』等と言って頂けたことが今でも私の原動力となっています。

勤務を続けるにあたって、制約の多い私をチームの一員として受け入れてくださるスタッフの方々には感謝のしきりです。任せられた仕事を一心に行うことが少しでも報いになれば幸いと思い働いています。

休暇取得・復帰の際の苦労、工夫、利用したサービス

・休暇取得：第1子の時は地方で初期研修中の身で近くにロールモデルも居らず、全て手探りの中、必要な情報集めにも一苦労しました。第2子の時は先輩が沢山居て話を聞いた反面、結局個々の状況や判断に委ねられる所が多く、選択に迷いました。最終的に研修の修了を優先し育休は省略しましたが、万人に通用する道ではないかもしれません。

・復帰：若手の時の空白は実際の期間の長さより大きな壁に感じました。積上げた修練が足らず、同輩後輩が経験し持つ知識や手技が分からずできない、ズレて覚えたことが修正できてない、それを目の当たりにし(ちゃんとしなきゃ)と頭では思うのに追いつくための時間が今足りない、その現実が一番辛かったです。

これはまだ解決できていません。せめて…と夜起きて病院で研鑽したりもしますが、年々体力の衰えを感じています。

・公共サービス：大学の支援制度を使い、子どもの保育所がニヶ所の時に民間の送迎サービスを利用しました。



島 英里

医歯学総合病院
産科婦人科 助教

子供との一コマ

スーパーベビーシッターとして雇用中の10歳の長女、近年ますます高性能化に磨きがかかり、既に母の右腕です。次女と三女は連日母の逆鱗を逆なでしてきますが、強い信念の賜物にも思われ、今後の活躍に期待です。

医療・医学研究を目指す若い皆さんへのメッセージ

出産後、仕事を続ける事自体は難しいものではなく、シンプルにやる気、努力、体力があれば誰にでも可能だと思います。育児と仕事に忙殺される日々ですが、それでも出産を後悔した日はありません。

しかし、単に勤務を継続するだけでは、思うようにキャリアの形成が出来ないことは往々にしてあります。「少しずつでも計画的、自発的に、資格や業績という形に残る仕事をする事も大切であった」、というのは自戒を込めた教訓です。

これまでのキャリアヒストリー

2007年 3月 新潟大学医学部医学科卒業
2007年 4月～2009年 3月 初期臨床研修
2009年 4月 新潟大学産婦人科学教室に入局
7月 新潟県立中央病院勤務
2009年 9月 結婚
2010年 4月 新潟大学医歯学総合病院 NICU 勤務
10月 新潟市民病院勤務
2011年 2月 第一子出産＋育休取得
2011年 7月 復職 済生会新潟病院勤務
2012年 4月 新潟大学医歯学総合病院勤務
2013年 10月 産婦人科専門医取得
2014年 2月 第二子出産＋育休取得
2015年 2月 復職
2016年 7月 第三子出産
9月 夫の留学のため家族で渡米（3年半）
2020年 5月 復職。

日常生活、家族とのやりとりで大切にしていること

どうしても一緒に過ごせる時間が少ないため、必ず子供達と毎日スキンシップを取るようになっています。母の家事時間を最小化し、さらには子供の生活能力向上という大義名分をも兼ねる「お手伝い」、時にはお駄賃もちらつかせて、積極的に推奨しています。

自分や夫の出張や当直で、家族が揃わない日も多いですが、まだまだ親が必要な年代のため、少なくとも夜は必ず、夫か自分が家にいるように当直や残業を工夫しています。

仕事のやりがい・苦勞など

急に仕事に穴をあけることが増えてしまうと、重要な仕事や、やりがいのある仕事が少なくなるのは致し方ありません。最低限、与えられた仕事をきちんとこなすように努めています。急に時間が取れなくなる事態も頻発するため、なんでも締切前に極力終わらせるようにしています。

急な早退や遅刻、急変時にも超過勤務が出来ない事などで迷惑をかけてしまうため、日頃からこつこつ小さな恩返しを意識しています。

休暇取得・復帰の際の苦勞、工夫、利用したサービス

辛かったことの最たるものは、やはり子供の朝の急な発熱と頻繁な保育園の呼び出しです。機嫌が最高潮に悪い患児を抱えつつ、健康なほかの子を保育園に預けつつ、病院受診からの病児保育預け入れ（突然の弁当作り含む）の一連の流れの大変さは筆舌に尽くしがたいです。無論、両親の都合などはお構いなしで、大学病院で生きていく上での生命線と言っても過言ではない外勤日にも発症し、母のメンタルにもお財布にも甚大なダメージを与えました。これに対して自分ができる工夫は微々たるものですが、常に自分が急にいなくなるかもしれないことを想定して、必要な仕事は極力早めにやっておくこと、誰が見てもわかるように記載をしておくことです。

また復帰直後の授乳・乳腺トラブルは事前に予期することが出来なかった大きな問題でした、完全母乳の方は復帰時期の検討が必要です。

利用した公共サービスは、学童保育、保育園と病児保育、学会などにある託児所です。



小林 暁子

大学院医歯学総合研究科
産科婦人科 助教

子供との一コマ

子供が言いました。
「ママみたいにはなりたくない」「お仕事辞めて」
夫が言いました。
「そうか、ママはお仕事をして輝いているね」
数年後子供が言いました。「わたし産婦人科医になるの」

Important things

私のこだわりは子供の洋服です。市販の洋服をアレンジしたり、エプロンなどは作ったりします。

医療・医学研究を目指す若い皆さんへのメッセージ

女性の働き方はライフステージによって変わります。20代から30代にかけては妊娠と出産があり、子育てと仕事の両立は大きなテーマです。30代後半から不妊治療が増えてきますが、不妊治療と仕事の両立は難しく、離職する人も少なくありません。キャリアが充実する40代後半以降は、閉経に向けて更年期障害に悩まされる人も少なくありません。このようなステージごとのホルモンの波を乗りこなさなければなりません。もちろん、毎月来る月経周期もホルモンの波です。

いつ妊活し、妊娠出産するか、とても悩むと思います。でも事情はそれぞれです。夫や家族の事情も、自分の体もそれぞれ違います。人生1度きりです。キャリアと妊娠出産の両立は確かに大変なことです。よく見極めて夫婦で決めてください。あとは勤務先の上司、同僚がフォローすべき問題です。主張していきましょう。

これまでのキャリアヒストリー

1995年 埼玉医科大学医学部入学
1999年 8月 台湾長庚大学付属林口病院交換留学
2001年 医師国家試験合格
5月 埼玉医科大学総合医療センター産婦人科学教室入局
2003年 4月 埼玉医科大学大学院入学
2003年 5月 結婚（26歳）
2003年 10月より東京医科歯科大学分子細胞学教室 特別大学院生
2005年 4月 ナノメディスン（DNP）講座（寄付講座）設置に貢献
2007年 12月 医療法人社団尚篤会 赤心堂病院 医員
2008年 5月 学位取得
2011年 医療法人社団尚篤会 赤心堂病院 医長
2012年 1月 娘出産（35歳）産後4か月でパートタイム復帰
2013年 1月 常勤（当直あり）復帰 院内24時間保育室あり
2016年 4月 新潟へ転居し、非常勤医師をしながら不妊治療。第2子得られず。
2017年 1月 新潟大学医歯学総合研究科 産科婦人科学 助教 常勤（当直あり）

日常生活、家族とのやりとりで大切にしていること

医師同士の夫婦は皆さん、どのように家事を分担しているのでしょうか？私は洗濯、料理、小学校からの子供のお知らせなどの対応を担当しています。夫は子供の送り迎えをし、作り置きのお食事を食べさせておいてくれます。そして塾の宿題チェックをしてくれます。

子供が幼児のころは、ほとんど私が送り迎えをしていましたが、自分で身の回りのことができるようになると、父娘で過ごす時間も増えました。子供は成長とともにライフスタイルが変化します。一番手がかかったのは1歳から3歳くらいでした。

私の家族のルールとしては、それぞれに分担された家事を行い、お互いそれを脅かさないことです。夫はどんなに溜まっても洗濯は一切しません。それは私にとっても重要なことです。お互いの分担を侵すと、バランスが崩れるからです。

休暇取得・復帰の際の苦勞、工夫、利用したサービス

34歳、埼玉で勤務しているとき妊娠しました。自分のスキルアップとライフプランの天秤で、しばらくスキルアップを優先していたため、遅い年齢での妊娠になりました。

妊娠中はぎりぎりまで仕事し、妊娠36週から産前休暇に入りました。実は、勤務していた病院で、妊娠前から離職防止復職支援委員会の委員長をしていました。そこでは、院内の24時間保育室の環境改善、看護師並びに医師の育児休暇からの復職の支援を考える役割です。

妊娠中は分娩したらすぐ（数か月）にでも復帰してさらなるスキルアップを目指すつもりでした。本気でした。しかし、分娩後はスキルアップへの気持ちと子育てに向き合いたいという気持ちでとても悩みました。

私たち夫婦は、医師同士です。夫は週の4日は新潟へ単身赴任、週の3日間は東京にいてくれました。つまり、子供のケアはほとんど私が担当していました。

復帰は産後4か月で週1日からでした。幸い、私の勤める病院では24時間保育室があります。夜間は週に2-3日稼働していますので、その日程に合わせて当直、オンコールを組みました。

公共サービスなどを使用しませんでした。

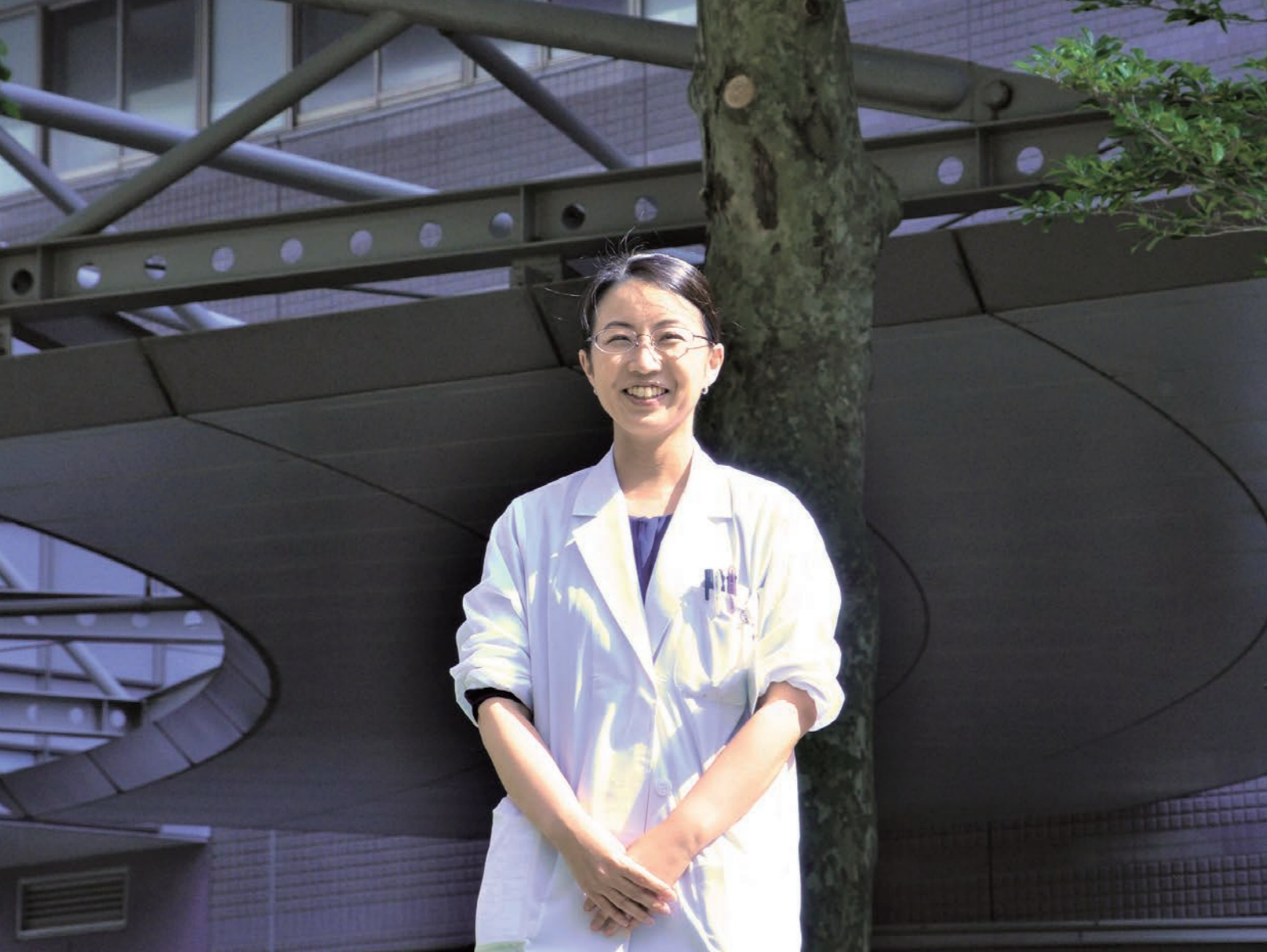
仕事のやりがい・苦勞など

まず、子供を作り、育てることをためらっていません。それは臨床のスキルアップに困難もあると自覚していたからでした。妊娠出産時に勤めていた病院では産婦人科医師が5名いました。部長以外は子育て中の女医さん2人と勤務制限している女医さんでした。そんな中、私が妊娠・分娩して、どんな扱いとなったでしょうか？ウェルカムです。

女医さんたちはそれぞれが譲れない家庭の用事を優先しますが、それ以外の日はその他の医師の用事をカバーするために働きます。それは急な子供の熱や本人の急病も同様です。全員が集まる曜日はありません。週に2回の治療方針検討会を行い、患者さんに関する情報共有しました。チーム制です。そして徐々に働く日数を増やしました。

子供が熱を出したときは、基本的には休むしかありません。でも、チームの先生方は患者さんについて把握していますので、人数不足以外は対応可能となっているのです。

私は家事支援サービスや掃除サービスなどを使用せず上記の工夫のみで2歳まで乗り切りました。家族も、上司同僚も、保育室のスタッフさんも、たくさん助けてくださいました。感謝しております。



工藤 梨沙

医歯学総合病院
産科婦人科 助教

子供との一コマ

姉妹同士の珍会話を聞いて笑っています。
寝相が悪い→地球が回っているから。
はちに追いかけられた→シャンプーに蜂蜜の成分が入っているから。
東京に行くらしい→ゴジラに気をつけないと。

Important things

休日は子供達と公園に出かけたりする他にはお菓子作りをすることもあります。作る楽しさと食べる楽しみの両方を味わえます。

医療・医学研究を目指す若い皆さんへのメッセージ

医師としての仕事は大きなやりがいがありますが、自分の時間が思う様に取れないなどの変さもあります。また、より良い医師になるためには自己研鑽を継続することも必要となります。
仕事も家庭もすべてのことを一人でやることは出来ませんし、出来ないと割り切ることも大切です。優先順位をつけて行動すること、そして協力してくれる仲間や家族に感謝しながら働くことが重要であると思っています。

これまでのキャリアヒストリー

- 2008年；新潟大学医学部医学科卒業、上越総合病院で初期研修
- 2010年；新潟大学産科婦人科学教室に入局、上越総合病院で後期研修開始
- 2011年；長岡総合病院へ移動、結婚
- 2012年；第1子出産 産休取得、新潟大学医歯学総合病院へ移動
- 2014年；産婦人科専門医取得、第2子出産、産休取得
- 2015年；新潟大学大学院へ進学
- 2016年；第3子出産、産休+育休取得
- 2019年；医学博士取得

日常生活、家族とのやりとりで大切にしていること

可能な範囲で家事代行などのサービスを入れることで、週末はなるべく家事をするのではなく、子供との時間を取れる様にしています。そして、子供に「学校は楽しいか、困っていることはないか」など声かけすることを意識しています。また、主に子供を見てくれている配偶者は私が休日の時は子供から離れてリフレッシュしてもらっています。

仕事のやりがい・苦勞など

臨床を行っている時、手術等が時間内に終わらなかったり、急変等が時間外に発生したりと計画通りに仕事が進まないことが多々あります。そのため、急に家に帰られないことが発生するなど、配偶者には多くの負担をかけていると思います。
一緒に仕事をしている仲間とは声をお互いに掛け合っており、仕事の残り具合を確認する様にしています。その様な苦勞もありますが、患者さんがよくなって退院されたときには大きなやりがいも感じられます。

休暇取得・復帰の際の苦勞、工夫、利用したサービス

どの子供の時も仕事に復帰したときは授乳している状態でした。そのため、夜間は授乳や夜泣きで不規則に起こされながら、日中は仕事をするということが体力的には厳しいときもありました。その時期は自身では無理をしすぎないことを意識して働いていました。同じ職場で働いている仲間にも多くの気遣いや手助けをいただきました。

自分も配偶者の実家も遠方であるため、実家の両親はいつの時点でもほぼあてにできませんでした。夫がメインで子供の面倒を見るという体制で家庭を回していましたが、3人も子供がいると手が回りきらなくなりました。

そのため、食材を配達してくれる業者を手配して買い物に行く回数を減らしたり(子供を連れての買い物は迷子になることがあり大変です)、家の掃除を外注したり(子供がいるとあっという間に家が汚くなりますし、掃除する時間もなかなか取れません)、子供を短時間でも見てくれる場所を確保したり(親のリフレッシュも必要です)とサービスを複数入れております。

新潟大学産科婦人科教室での取り組み 「産休育休に関するアンケート」

アンケートの目的と対象

- ・産後復職する医師が安心して復帰できることを目指す
- ・産後復職してきた医師とお互い気持ちよくワークシェアできる
- ・上記2点を実現するために現状を把握する

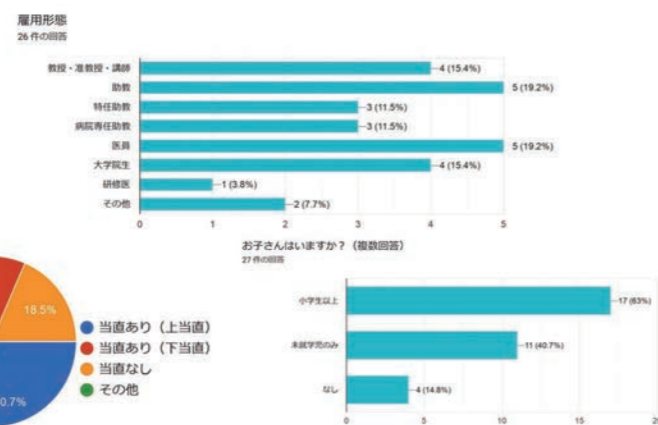
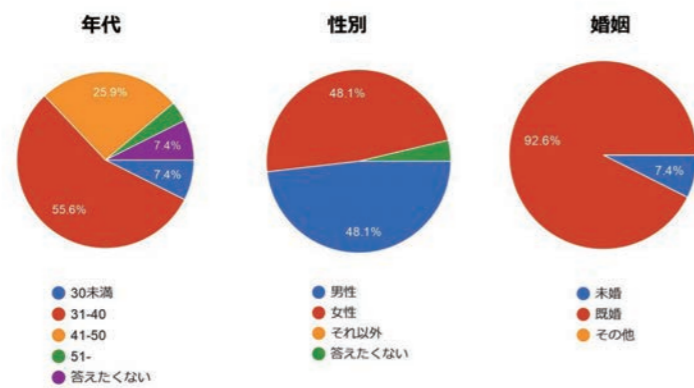
対象 : 産科婦人科学教室医局員 (大学勤務・大学院生) 全員

回答期間 : 2021/2/4-2021/2/8

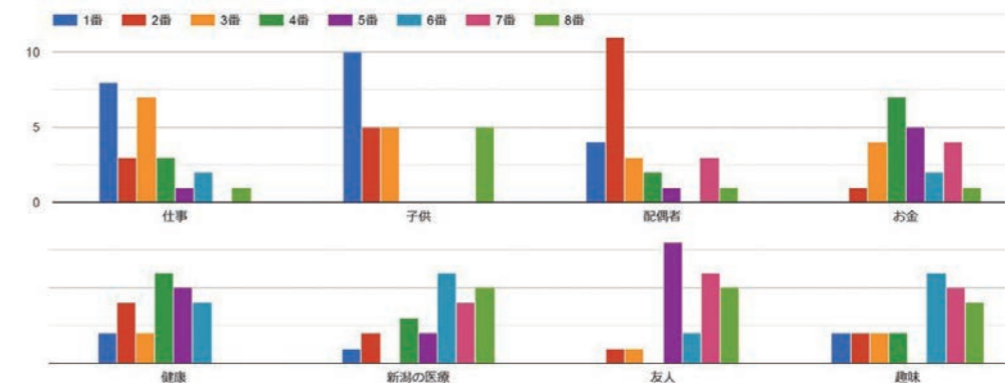
回答 : 大学勤務医局員 33名中 (男 19名、女 14名) のうち 27名
(男 13名、女 13名、性別答えたくない 1名)

回答率 : 79.4%

回答者の背景



生活での優先順位について。 (子供がいない場合は子供を最後に)



全体を見ると、仕事、子供、配偶者を優先する人が多く、お金、健康は中間であり、新潟の医療、友人、趣味は最後になりがちでした。それでは、属性ごとの優先順位を見てみます。

属性ごとの優先度 (性別)

男性			女性		
順位	項目	点数	順位	項目	点数
1位	配偶者	3.0	1位	仕事	2.5
2位	子供	3.2	2位	子供	2.9
3位	仕事	3.5	3位	配偶者	3.2
4位	健康	4.3	4位	健康	3.5
5位	お金	5.2	5位	お金	4.3
5位	趣味	5.2	6位	趣味	5.2
7位	新潟の医療	5.6	7位	新潟の医療	5.8
8位	友人	6.0	8位	友人	6.0

優先度を順位づけ、順位値の平均を点数として記載

属性ごとの優先度 (年齢)

41歳以上			40歳以下		
順位	項目	点数	順位	項目	点数
1位	仕事	1.9	1位	配偶者	3.1
2位	子供	2.3	2位	仕事	3.4
3位	配偶者	3.3	2位	子供	3.4
4位	健康	4.7	4位	健康	3.6
5位	新潟の医療	4.9	5位	お金	4.3
5位	お金	5.6	6位	趣味	4.9
7位	趣味	5.9	7位	友人	5.6
8位	友人	6.7	8位	新潟の医療	5.9

優先度を順位づけ、順位値の平均を点数として記載

男性と女性で分けて優先順位を見てみますと、点数に大きな差はありませんが、男性の1位は配偶者でした。2位子供、3位仕事です。

女性では仕事、子ども、配偶者となりました。女性医師の第1位が仕事というのいろいろな考察ができそうです。大学勤務の女性医師であることが結果を左右している可能性があります。全体的に見ましても上位3つは男女とも変わらないようです。

年代で分けました。40台以上になりますと、仕事の割合が点数としても圧倒的に高くなりました。そして新潟の医療などの社会的責任感が上位に入りました。

子育てが一段落している可能性も考慮が必要です。

属性ごとの優先度 (産休育休の取得別)

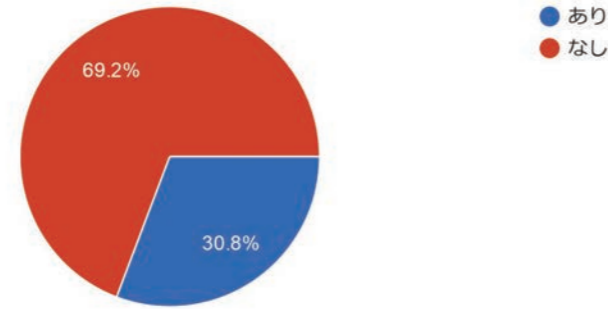
なし			あり		
順位	項目	点数	順位	項目	点数
1位	仕事	3.0	1位	子供	1.4
2位	配偶者	3.3	2位	仕事	2.6
3位	子供	3.8	2位	配偶者	2.6
4位	健康	4.1	4位	健康	3.6
5位	趣味	4.9	5位	お金	4.1
5位	お金	5.1	6位	新潟の医療	5.6
7位	新潟の医療	5.6	7位	趣味	6.1
8位	友人	5.8	8位	友人	6.3

優先度を順位づけ、順位値の平均を点数として記載

産休育休取得の女性医師とそれ以外で分けると、取得医師では圧倒的な点数で子供が1位でした。

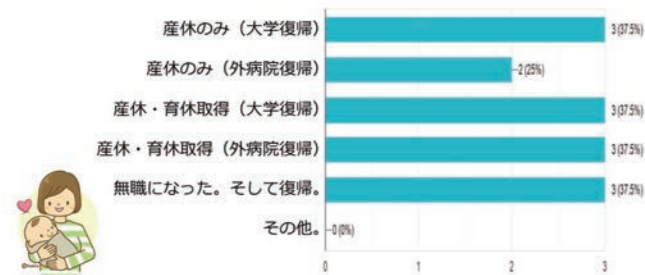
ここで比べて良いかわかりませんが、新潟の医療の優先度が、産休育休取得医師と違って上がります。年齢の差も考慮が必要です。

ご自身が産休・育休を取得したことはありますか？
26件の回答



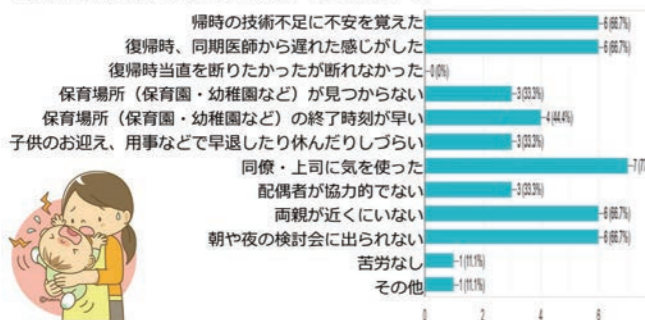
医局員の中で産休育休を取得した方は30.8%でした。
(以下、産休育休取得経験者にアンケートした結果)

産休育休はどのように取得しましたか
(それぞれのお子さんのパターンが違えば複数選択可)



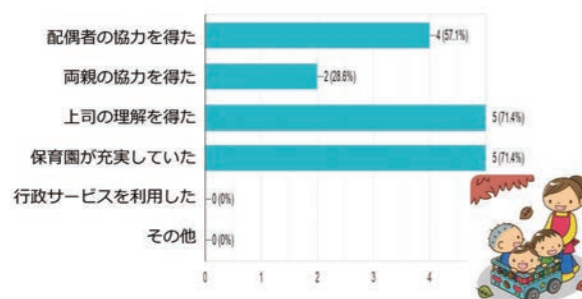
産休育休は、産休のみ、育休取得もともに大学での復帰・外病院での復帰がまんべんなくいます。
転勤の1年以内ですと育児休暇取得が困難だった退職となってしまった方も3人いました。

自分が復帰の際に苦労しましたか(複数回答可)



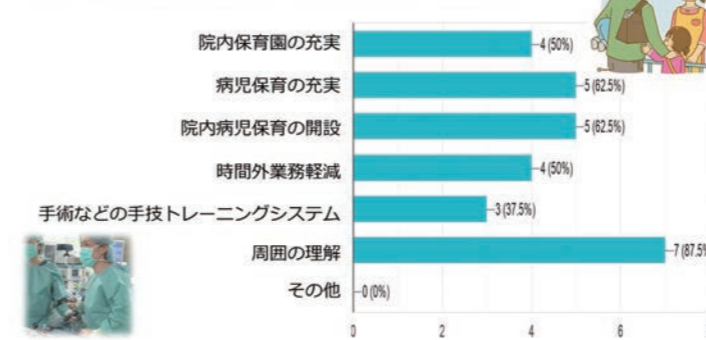
復帰の際の苦労について聞いてみました。同僚・上司に気を使ったという回答が一番多くみられました。さらに技術不足、遅れを不安に思うことや保育場所の確保があげられます。当直を断りたかったが断れないという意見はありませんでした。自分のペースで仕事ができていると考えます。
時間外の検診会にも出られないことはストレスです。症例提示をほかの先生にお任せしなければならなかったりすることは精神的負担にもなります。

自分が復帰の際に助かったもの(複数回答可)



復帰の時に助かったものの一番は上司の理解、保育園でした。理解があるという精神的支えは重要だと思います。後は配偶者や両親などの自分以外の保育者の確保は重要です。
この中に行政サービスを利用している人はいませんでした。民間サービスを含め、他人を育児に参加させることは抵抗があります。同僚同士で外部サービスを利用して情報共有できれば利用率が上がると思います。
効率よく育児と仕事を両立させたいものです。

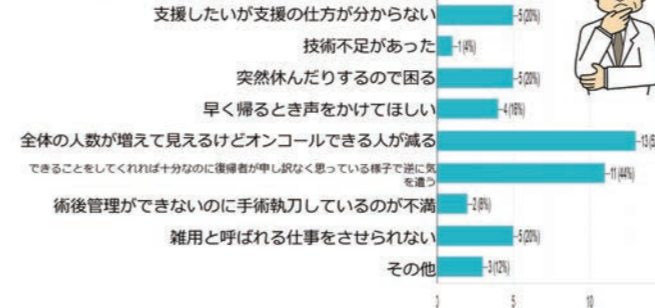
自分が復帰の際にあるとよいと思ったもの(複数回答可)



復帰の時にあるとよいものの一番はやはり周囲の理解です。それは精神的な支えにも、仕事のシェアにもつながります。保育園、病児保育の充実と言うまでもありません。

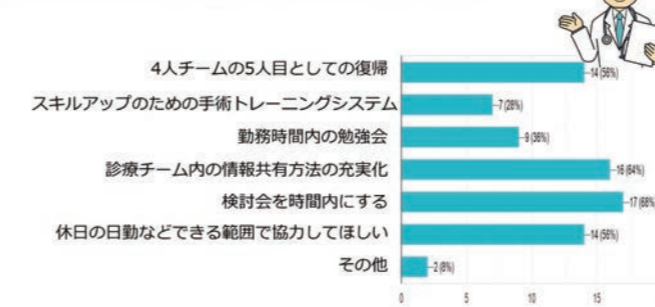
共に働く後輩、同僚、上司の立場から回答

産休育休から医師が復帰してきて一緒に働いたときの苦労(複数回答可)



復帰した医師と働く医師の苦労としては一番に、オンコールできる人が減ることがあげられました。たくさん復帰して、人数が多く見えるのですが、夜の当直、オンコールはどうしても大幅に減ります。
逆に復帰者が申し訳なく思っている様子で逆に気を遣う、という意見も多くみられました。お互い、助け合って、声かけあっていきたいものです。

同僚が産休育休から復帰するときあるとよいと思うもの



同僚が産休育休から復帰するときあるとよいと思うものを聞きました。
上位を占めるほとんどの項目が、働き方改革に通じるものだと思います。検診会を時間内にする、診療チームの情報共有の充実です。また、急に休んでもいいように4人チームの5人目としての復帰を選んでいただきました。子育て介護のために仕事を制限しなければならない医師も、できる範囲で休日の日勤を担うなどのワークシェアが必要だと思います。権利ばかりを主張して働かない、と言われたいよう、できる人はお互い助け合って「持ちつ持たれつ」を子育て女性医師でも行いたいものです。

まとめ

産休、育休を取得するときそこには、

- 産休育休を取得する医師の立場
- 復帰する医師とともに働く同僚、先輩・後輩の立場
- 産休育休を取得する女性医師の夫の立場
- 職場の管理者

などの立場の違いでそれぞれ困難を感じる場合があります。

産休育休を取得する医師のみが困っているわけではありません。それを総合的に考えることが働き方の支援だと考えます。誰もが満足する結果を得るのは非常にむづかしいと思いますが、既定の制度の中、最大限それぞれの力を発揮できる環境づくりを産科婦人科学教室は考えていきます。

これまでの〈ひと 尋 Café〉の歩み

第1回
ひと 尋 Virtual Café

～新潟大学皮膚科学教室の皆さんを囲んで、医師の生き方を考えましょう～

2020.11.19.THU
Time 15:00～16:00 at Zoom

【Caféの趣旨】
「年齢、性別、障がい、病氣、国籍、経験、ライフスタイルなど、多様な背景を持つひとから生まれるアイデアは、イノベーションの原動力になります。地域分散型社会に向かう今だからこそ、INCLUSIONを強みに、インベティブな社会をつくっていきましょう。」
INCLUSIONを合言葉に、働きやすい環境を皆さんと一緒に考えてみませんか。もし悩んでいる方がいれば、ピア(同僚)サポートの力を発揮させ、一緒に悩み、一緒に歩んでいきましょう！多くの皆様がCaféで集い、診療科の垣根を越えたネットワークを作っていきます！男女の別なく、年齢の別なく、職種の別なく、参加をお願いします。

COVID-19パンデミック下では、月に1回、Virtual Caféとして、集いの会を開催します。月に1回、様々な教室を巡ります。興味のある先生は是非、zoomにてご参加ください。
(COVID-19パンデミックが解消されましたら、オンサイト立ち寄り型のCaféに切り替えます。もう少し、お待ち下さい。)

プログラム

【トークイベント】
～女性医師の生き方(仮題)～
講師：高井和江先生(新潟県医師会理事)

【フリートーク】
参加者の皆様

参加無料

お菓子&ドリンクつき
感染管理の観点からデリバリーとします。
先着順です。

皮膚科学教室以外の先生方からの参加もお待ちしております！

参加申込必須
お申込み先(Googleフォーム)
URL: <https://forms.gle/APCDeZFScRxcK7H8>
※右のQRコードからもアクセスできます

主催：新潟大学医師・医学研究者・医学生のためのキャリア支援の会「ひと尋の会」
主催：新潟県女性医師総合支援センター新潟大学医学科分室

第2回
ひと 尋 Virtual Café

～新潟大学腎・膠原病内科教室の皆さんを囲んで、医師の生き方を考えましょう～

2020.12.15.TUE
Time 15:00～16:00(終了時刻は予定) at Zoom

【Caféの趣旨】
「年齢、性別、障がい、病氣、国籍、経験、ライフスタイルなど、多様な背景を持つひとから生まれるアイデアは、イノベーションの原動力になります。地域分散型社会に向かう今だからこそ、INCLUSIONを強みに、インベティブな社会をつくっていきましょう。」
INCLUSIONを合言葉に、働きやすい環境を皆さんと一緒に考えてみませんか。もし悩んでいる方がいれば、ピア(同僚)サポートの力を発揮させ、一緒に悩み、一緒に歩んでいきましょう！多くの皆様がCaféで集い、診療科の垣根を越えたネットワークを作っていきます！男女の別なく、年齢の別なく、職種の別なく、参加をお願いします。

COVID-19パンデミック下では、月に1回、Virtual Caféとして、集いの会を開催します。月に1回、様々な教室を巡ります。興味のある先生は是非、zoomにてご参加ください。
(COVID-19パンデミックが解消されましたら、オンサイト立ち寄り型のCaféに切り替えます。もう少し、お待ち下さい。)

プログラム

【トークイベント】
講師：佐伯敬子先生(長岡赤十字病院 腎臓・膠原病内科)
講師：蒲澤佳子先生(健康増進医学講座、腎・膠原病内科)

【ひと尋ワンポイントコーナー】
人生、仕事、育児、介護に役立つミニ情報を皆さんで話し合います！

参加無料

お菓子&ドリンクつき
感染管理の観点からデリバリーとします。
(先着順)

腎・膠原病内科教室以外の先生方からの参加もお待ちしております！

参加申込必須
お申込み先(Googleフォーム)
URL: <https://forms.gle/eimDhMnu4pp16BMLA>
※右のQRコードからもアクセスできます

主催：新潟大学医師・医学研究者・医学生のためのキャリア支援の会「ひと尋の会」
主催：新潟県女性医師総合支援センター新潟大学医学科分室

OB/GYN presents
第3回
ひと 尋 Virtual Café

日時：令和3年2月18日 17:30- ZOOMにて
テーマ：産休・育休からの復職
～復職する医師+復職した医師とともに働く医師～

プログラム：

- ひと尋の会会長 染矢俊幸先生ご挨拶
- 産婦人科 小林暁子先生より 問題提起
- 私の場合：島英里先生(子供3人、夫アメリカ留学)
鈴木美保先生(子供2人、夫アメリカ留学)
工藤梨沙先生(子供3人、学位取得)
奈良本葉月先生(子供2人、専門医取得)
それぞれの復帰エピソードを語っていただきます。
- 産婦人科医局内アンケート結果
人生の優先順位、復職の時に困ったこと、工夫したこと、
復職の医師とともに働くときに困ったこと、工夫したことなど。
意外な本音が出ています。
- フリーディスカッション 何でも質問してね

お申込み先(Googleフォーム)
URL: <https://forms.gle/cFkHTVMcNctjyJT7> ※QRコードからもアクセスOK

Virtual Café Hitohiro



発刊に寄せて

新潟大学医学部は、自由闊達な学風、地方にいながらも卓越した研究・教育環境をもとに多くの医師を養成してきました。各分野のロールモデルは自らの目標を見据え、きらきらと輝いています。人生には、良いときも、そうでない時もあります。皆さんが寄り添うことで、多くの癒やし、多くの智慧、多くの楽しみが生まれます。是非、インクルーシブな社会を一緒に創っていきましょう。

河内 泉

新潟大学大学院医歯学総合研究科 医学教育センター・脳神経内科 准教授
新潟県女性医師総合支援センター新潟大学医学科分室 事務局
新潟大学旭町キャンパス医師・研究者・医学生のキャリア支援ひと尋の会 事務局