

部会報告

医学生・研修医・女性医師の集い

旭川市医師会女性医師部会

部会長 長谷部 千登美

旭川市医師会女性医師部会で毎年企画・開催している『医学生・研修医・女性医師の集い』が、2018年11月16日に、旭川医大の臨床第3講義室で開催されました。今回も例年通り旭川医大の二輪草センターの皆さんにお手伝いをいただき、40名程度の方に参加していただきました。演者は旭川医科大学病院や市内いくつかの総合病院で研修中あるいは研修を終えて仕事をされている女性医師にお願いし、各先生のご体験や思うこと、学生さんへのメッセージなど、思うままに語っていただきました。

最初の演者は、旭川厚生病院 血液・腫瘍内科の塚田和佳先生で、「育児中内科医のワークライフバランスの1例」というタイトルでお話していただきました。塚田先生は、4年前の本会でもご発表いただいており、その後のご経験を踏まえてのご講演でした。2人のお子さんの子育てをしながら、臨床に、研究にと頑張っておられる毎日をご披露いただき、専門科の選択や働き方の工夫についてわかりやすくご紹介いただきました。子育てと仕事の両立という点で、参考になるお話だったと思います。

育児中内科医の ワークライフバランスの一例 ～時短勤務から資格取得まで

医学生・研修医・女性医師の集い 平成30年度
平成30年11月16日

JA北海道連旭川厚生病院 血液・腫瘍内科
塚田和佳

はじめに

子を持つためことを告げれば「でもまだ」と言う子と分ける葡萄のバルフェ / 佐巻理奈子

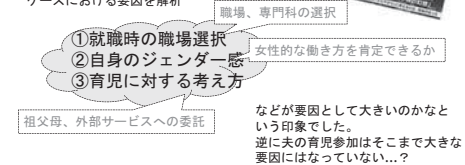
→女性は「子供を産む」存在という見えない圧力

男女に限らず結婚するしない、子供をもつ持たない様々な選択肢があっても尊重すべきものだと思います。私がこれからお話しするのは、働きながら子供を育てることを選択したひとつのケースです。これが一番良い方法でも悪い方法でもなく、ひとつの参考例としてお聞きいただければ幸いです。

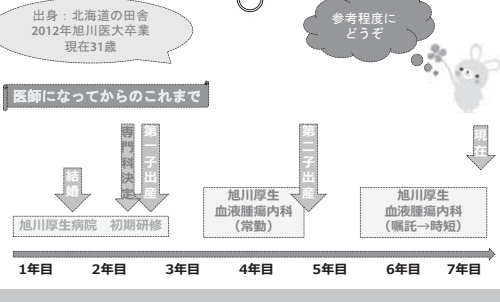
育児しながら働くって実際どう？

「育休世代」のジレンマ 中野円佳

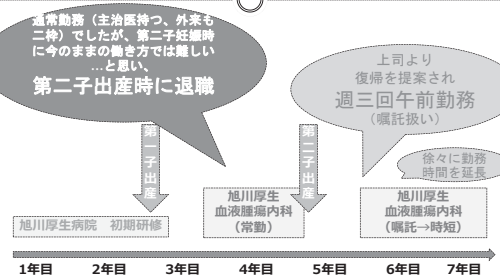
20代で出産を経験した勤務意欲のある女性たち15人（両親からの支援を受けられないケースに限定）を分析し、産後退職したケース、退職してないけど転職なども含め考えているケース、仕事を継続したケースにおける要因を解析



七年目 血液内科医の一例



常勤→嘱託→時短勤務と変遷



現在の

一日のスケジュール

家族構成：夫（麻酔科医・常勤）、長女（5歳）、長男（3歳）

☆常勤（時短勤務）月～水、金 8:30～15:30 木 8:30～12:00
☆病棟管理、午後は検査と外来（新患・再来）
☆夜の電話番 週に一回、曜日固定 ※当直は免除

5:00	起床、家事、自由時間
7:30	保育園の支度～送迎
8:00	出勤 仕事
15:30	運動、お迎え、買い物、食事支度お風呂洗濯
20:30～	寝かしつけ
21:30～	自由時間（仕事、勉強、家事など）
23:00～	就寝

外部サポート
認可保育園
(平日のみ)



同期からどのくらい遅れる？

<認定内科医受験資格（簡易的に）>

- ・初期研修二年間（内、内科6か月以上）
かつ教育施設/関連施設で内科後期研修1年以上
=計3年以上
- ・レポート18本、BLS、CPCなど細々
→順当にいけば4年目の6月に受験可能か

5年目（退職中）
に取得

<血液内科専門医受験資格（簡易的に）>

- ・認定内科医あるいは小児科専門医
- ・卒業6年以上の研修、かつこのうち3年以上を血液で
- ・3年以上日本血液学会の会員であること
- ・筆頭者として学会発表または論文を2つ以上
- ・レポート15本とカリキュラム評価表
→順当にいけば6年目で受験可能？

7年目に取得



①職場・専門科の選択

- ・研修先を決めた時点では出産育児まで想像していませんでした
- ・専門科を決めたのは第一子妊娠時。
女性医師の多い科（環境優先）
学問的に気になった科（興味を優先）
→結局悩んで、血液内科へ
(育児しながら働いている女医は、近くにはいません。
モデルケースがない状況です)
→ですが理解が得られやすい職場でした
(子供の看病での有給取得、第二子出産後の時短勤務など)

学会発表・論文はどう？

<論文>

- ・塚田和佳、佐藤一也、山本昌代、細木卓明、エルトロンポリグ無効であったがロミプロスチムが奏功した難治性特発性血小板減少性紫斑病の一例（旭川厚生病院誌23:29-33,2013）
- ・塚田和佳、佐藤一也、佐藤啓介、高山さおり、上田辰也、稲村純季、乳癌手術後に発症した後天性von Willebrand症候群の1例（日本内科学雑誌107巻5号、2018）

<発表>

- ・乳癌治療中に発症した後天性von Willebrand症候群の一例、塚田和佳、佐藤一也、稲村純季、細木卓明、宇子正昭（第29回日本内科学会北海道分会 2016年2月18日、札幌）
- ・心不全で発症し、急速な転機を辿った原発性播種大細胞型B細胞性リンパ腫(PLMBL)の一例、塚田和佳、稲村純季、細木卓明、佐藤啓介、佐藤一也、(第50回日本血液学会春季北海道分会 平成27年4月、札幌北輪病院)
- ・1419例を有する慢性骨髄性白血病に対しBosutinibを導入した一例、塚田和佳、佐藤一也、稲村純季（平成29年CML講演会）
- ・成人T細胞性白血病/リンパ腫との鑑別を要した偽リンパ腫の一例、塚田和佳、佐藤一也、稲村純季、山本昌代、高橋千苗、小松成樹、橋本嘉夫（第284回日本内科学会北海道分会 2018年11月予定）

同期よりずっと少ないですが
ひとえに私の至らなさのためです

職場の無理解、あるいは過剰な配慮

☆時短申請をしても仕事の分担が減らない、残業できない・勤務時間を確保できないなかで、通常業務と同じだけの仕事を要求される

☆子供の病気などでの休暇を申請しにくい雰囲気

など...

私の部署は完全主治医制ではなくチーム制なので、夜間や土日は当番の先生が担当してくれる

☆ママトラック
産後に仕事を限定される
産前よりやりがいを感じられない仕事、責任のない仕事しかまかせられなくなる

↓
意欲の低下
退職へつながる

仕事の質自体は復帰前後であまり変わらず
資格や論文、学会発表など
通常勤務以外にも変わらず

②自身のジェンダー感、女性としての働き方？

男性と同じくらいは
りばり働けないと
情けない

育児・介護などで
労働可能時間が少なく
なることは事実

自身のジェンダー感
→女性的な働き方（育児、
時短など正職員と違う
勤務をする自分）を
肯定できるか...

育児介護は女性が
担うものという
認識もどうかと...

仕事量に関し
周囲からも批判を
受けることも

女医としてバリバリ
働いている人の評価
を落としている...?

これが一番情けない

子育てしながら資格はとれる？

大学院は
行ってません

子供が寝てから
勉強...

旭川厚生病院 初期研修

旭川厚生
血液腫瘍内科
(常勤)

旭川厚生
血液腫瘍内科
(嘱託→時短)

1年目 2年目 3年目 4年目 5年目 6年目 7年目

③育児に対する考え方

母親の役割って??
祖父母や、外部サービスに任せることへの抵抗感はどうからくるのでしょうか...

私の考え...すべてを母親がこなす必要はない
(0歳から保育園通わせている)
...でもできることはしてあげたい!

子供と過ごす時間
が少ない
習い事に通わせる
余裕がない

それぞれの家庭で方針が異なると思いますが、幸い私と夫
意見が一致しているため、現在の方法で落ち着いています
(夫はフルタイム、私は時短、平日は保育園)

でもワークライフバランスは女医だけの問題ではない！！

学位取得
留学
学会発表
論文執筆

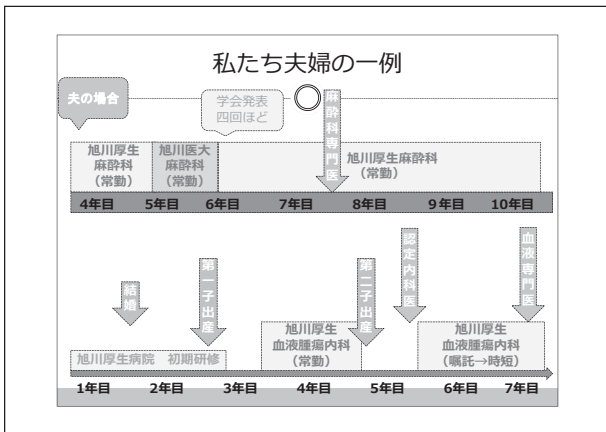
急性期病院
慢性期病院
開業

初期研修
専門科での後期研修
専門医取得

男性女性、家庭があるなし関わらず、
様々な生き方があるはず
「こうすべき！」みたいになると生きにくい...

さらに
結婚・子育て？

2番目の演者は、市立旭川病院 消化器内科の吉田 萌先生で、「専攻科を悩みながらの初期研修 今までを振り返って」というタイトルのお話でした。研修先の決定や、研修中のローテーションについて、迷ったこと・考えたことをご披露いただき、後期研修についても『手技がたくさんできる場所』という明確な基準で考えてこられたことがお話されました。研修先や専門科の選択に悩んでいる学生さんにとって、とても参考になるお話でした。



専攻科を悩みながらの初期研修 ～今までを振り返って

市立旭川病院 消化器内科
吉田 萌

どうやって社会と折り合いをつけていこう？

必要とされるタイミングで
自分のできる限りで
できないことはできないとあらかじめ
相談しておく（勤務時間の調整、時短の
申請、急な欠勤の可能性...）

職場

家族

家庭でのサポート（夫、両親など）
家族の理解
（勤務形態、資格取得、学会参加）


保育園・学童だけでなくシッターや病児
保育、外部サービスの利用

自己紹介

- 旭川東高 出身、旭川医大 出身
- 旭川医大病院で2年間 卒後臨床研修
- 旭川医大 第三内科 入局
- 今年4月から市立旭川病院 消化器内科 勤務

おわりに

- 一例として共働き医師夫婦の生活を提示しました
- 育児をしながらも働き続ける形として、専門科の選択や時短といった働き方の選択もひとつの選択肢としてあります
- ご清聴ありがとうございました



悩んだ点

- ① 卒後臨床研修は、どこの病院でしょう？
- ② 卒後臨床研修は どの科をまわろう？
- ③ 専攻科をどこにしよう？
- ④ 結婚・出産のタイミングは？

卒後臨床研修について

- 内科を目指す人の場合 新内科専門医制度で多岐にわたる症例が必要になる
- 初期研修のうちは広い視野で色々な科の見方、考え方を学ぶ時期だと考えた

後期研修について

- 専攻科の手技が沢山できるところに行きたい
- 卒後3年目から現在の勤務先へ

卒後臨床研修について

- 旭川医大病院で2年間 卒後臨床研修

○1年目

小児科 皮膚科 放射線科 脳神経内科 糖尿病内科 消化器内科 救急科

○2年目

腎臓内科 麻酔科 循環器内科 地域 膠原病内科 消化器内科 消化器外科

病理部 消化器内科 血液内科

結婚・出産のタイミングは？

私も分かりません
私も今日学びます

専攻科について

- 高校、大学は写真部
- 一日中写真を見れる 放射線診断科に興味
- 最終的にカメラで写真を撮る消化器内科へ

最後に 学生の皆さんへ

毎日多忙で色々悩みや不安は尽きないと思います
だからこそ努力を怠らず、目の前の一步一步を確実に進んで頂けたらと思います
悩んだ先に自分の望んだ未来をつかんだ皆さんと
無事 試験に合格した皆さんと
共に働ける日を心待ちにしております！

卒後臨床研修について

- 新内科専門医制度を意識
→短期間で様々な内科を回るローテーション
- 専攻科を含め、ひとつひとつの科の手技、知識を深める余裕があったかという…？

3番目の演者として、旭川医療センター呼吸器内科の森千恵先生の、「①女性医師の役割について考える ②周囲をまきこんだ子育てライフ」というタイトルのお話を予定していました。ところがこの日、担当患者さんの容態変化があったとのことで、森先生が参加することができず、このご講演は取りやめとなってしまいました。またの機会のご講演いただけるように、今後検討したいと考えています。

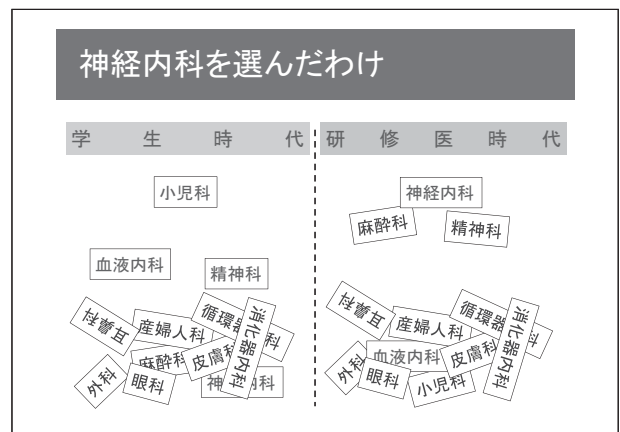
4番目の演者は、旭川赤十字病院神経内科の阿部恵先生で、「とある神経内科医の一日～続・ゆかいな研修医～」というタイトルのお話でした。

阿部先生も4年前に旭川赤十字病院で初期研修医であったときにも発表していただき、2回目の演者です。初期研修を終えて、大学病院や別の研修病院での勤務を経た後、また旭川赤十字病院にスタッフとして戻り、活躍されている経過をお話していただきました。研修医を経て専門科を決めて、着実に歩んでこられた経緯がよくわかり、学生さんにとって有意義な医用であったと思います。



とある神経内科医の一日 ～続・ゆかいな研修医～

旭川赤十字病院
脳神経内科 阿部 恵



旭川赤十字病院における
ちょっとゆかいな研修医の一例

旭川赤十字病院
初期研修医1年目
阿部 恵

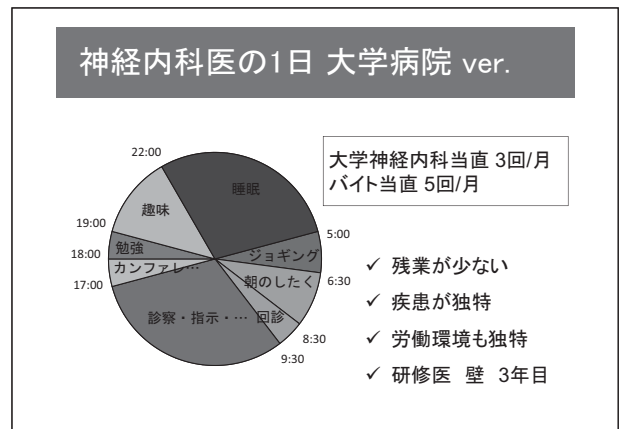
2014.11.12
医学生・研修医・女性医師の集い

各科のイメージが変わっていく

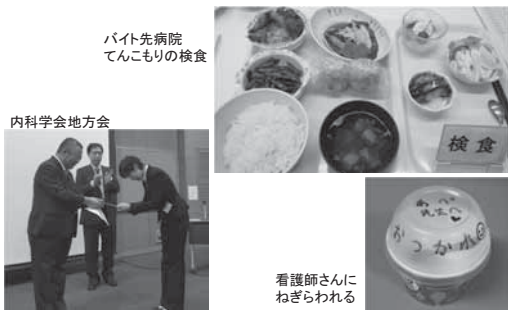
- ① 学生のときと、研修医のときの見方の違い
 - ・立場の違い
 - ・大学病院と市中病院の違い
- ② 研修病院での出会い
 - ・ロールモデル？

もくじ

1. 自己紹介
2. 神経内科医の1日
 - ① 大学病院 ver.
 - ② 地方病院 道東 ver.
 - ③ 地方病院 道北 ver.
3. 学生・研修医のみなさんへ



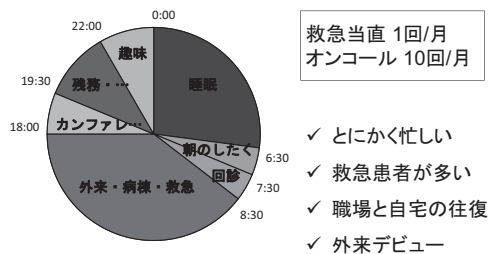
神経内科医の1日 大学病院 ver.



神経内科医の1日 旭川 ver.



神経内科医の1日 帯広 ver.



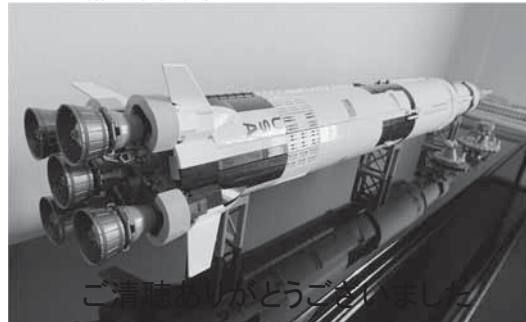
学生・研修医のみなさんへ

学生時代: 仕事つらそう。
研修医時代: 専攻科に迷う。好きになれなかったら。
医師5年目:
不条理を嘆きたくなる日も。
どっぷりと落ちこむ日も。
飲んだくれる日も。
それでも、おもしろさの種はそのへんに転がっている。

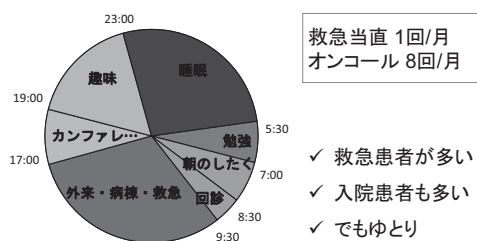
神経内科医の1日 帯広 ver.



三つ子の魂百まで状態の趣味 レゴブロック



神経内科医の1日 旭川 ver.



最後の演者は、旭川医科大学皮膚科の大坪紗和先生で、「Work-life balance-case report」というタイトルです。

旭川医大を卒業されてから14年経過され、道内のさまざまな病院での勤務を経験されて、双子で超低体重児のお子さんを苦勞して育ててこられた経過をお話してくださいました。『働ける喜び』、『育児は仕事に生かせる』ということを強調していただき、『主体的な人生を』と、締めくくっていただきました。大変感動的な内容であったと思います。



Work-life balance - case report

旭川医大皮膚科学講座 大坪 紗和

仕事と家庭の略歴（後半）

- H25 遠軽・北見(非常勤) 流産→双子妊娠
- H26 旭川 産休 切迫早産→旭川医大入院
前置胎盤早期剥離大量出血で緊急帝王切開
双子超低体重児NICU2ヶ月半入院
自宅とNICU往復の日々
双子退院後寝不足・過労で倒れる
- H27 旭川市立病院(非常勤) 週1回 座れる幸せを感じる
- H28 旭川医大(非常勤) 週2回 →3回
- H30 +市内出張 徐々に復職中...

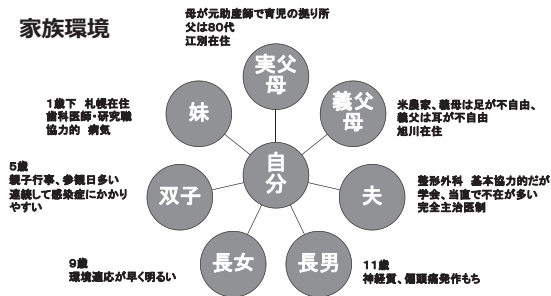
自己紹介

- ・北海道江別市出身 札幌南高校卒
- ・平成14年 旭川医大卒
- ・卒業と同時に同期結婚
- ・同年 旭川医大皮膚科医局入局
- ・5年間の常勤後4人の子供を授かる
- ・それぞれ10ヶ月～1歳2ヶ月の時に週1～2回の非常勤医として復帰
- ・現在は 旭川医大と市内病院の出張で週3～4日の勤務
- ・育児、江別にいる両親の定期的な訪問などしながらの勤務

育児と仕事について思うこと

- ・仕事復帰に向けて
- ・働ける喜び
- ・病児保育、発作や急病への対応
- ・急を要さないが重要なことを見逃さない
- ・気持ちのコントロール
- ・育児は仕事に生かせる

家族環境



仕事復帰に向けて...

仕事と家庭の略歴（前半）

- H14 旭川医大 仕事・勉強の日々
- H15 釧路労災病院
- H16 旭川厚生病院
- H17 稚内市立病院
- H18 深川市立病院 夫富良野 妊娠
- H19 富良野協会病院 長男出産
- H20 士別市立病院(非常勤) 仕事と長男育児の両立に悩む
- H21 産休 長女出産
- H22 士別市立病院(常勤) 当直、手術日に発熱!
- H23 遠軽厚生病院(非常勤) 転勤後長男幼稚園に行けず
北見日赤病院(非常勤) 専門医試験合格

仕事復帰に向けて...



病児保育、発作や急病への対応



気持ちのコントロール

働ける喜び

育児は仕事に生かせる

急を要さないが重要なことを見逃さない



主体的な人生を・・・

急を要さないが重要なことを見逃さない



今回ご発表いただいた先生たちは、研修医時代を経た後に専攻科を選択して、多くの経験を積まれて日々成長されている様子がうかがわれました。2名の先生からは子育て体験談もご披露いただき、研修医生活ばかりでなくその後苦勞することがあるとしても、それぞれのペースで着実に研鑽を積んでいくことが重要であると、ご理解いただけたのではないかと思います。

皆さんの今後のご活躍を期待するとともに、いつも開催のたびに多大なご協力をいただく旭川医科大学二輪草センターの皆さまに深謝いたします。また来年も、皆が元氣をもらえるようなお話が聞けるよう、企画をたてていきたいと考えています。