

## 部会報告

# 医学生・研修医・ 女性医師の集い報告

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、2017年11月9日に、旭川医大の臨床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、80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、旭川医科大学総合診療部の衆井志麻先生で、「女性研究者の妊娠・出産・育児の実際」というタイトルでお話していただきました。

先生が総合診療部で総合内科の臨床に携わるかわら、基礎的研究を精力的に続けておられる姿勢には感銘を受けました。出産後の保育園探しに苦労されたこと、それでも可能な限りパワフルに研究生活を継続されていることが皆さんに伝わったことと思います。

## 女性研究者の 妊娠・出産・育児の実際

旭川医科大学 総合診療部  
 衆井 志麻

## 本日の内容

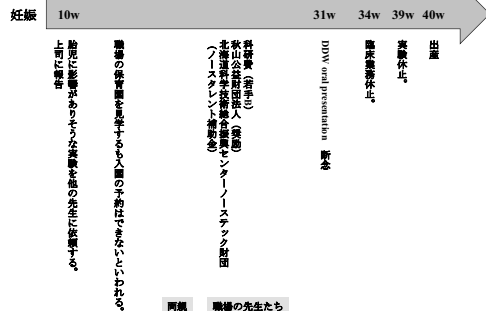
- ・妊娠前までの生活について。
- ・妊娠中・産後に実際どれくらい働けたのか。誰のサポートを受けたのか。
- ・妊娠・出産に伴い諦めたこと、新たに挑戦したこと。
- ・現在のワークスタイル

## 趣味



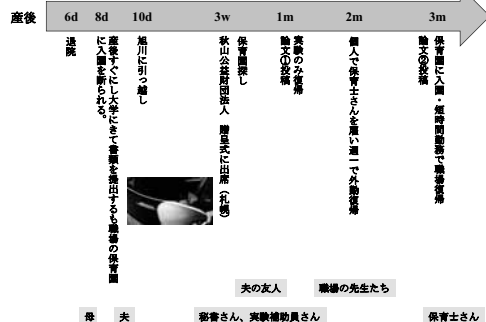
学生時代に医学英語の先生に「お金と時間と体力が揃うことがあったら、その時は、本気で遊ぶことが重要。」と言われ、時間のある時は本気で遊んでいました。

## 2016年 妊娠～出産まで



両親 職場の先生たち

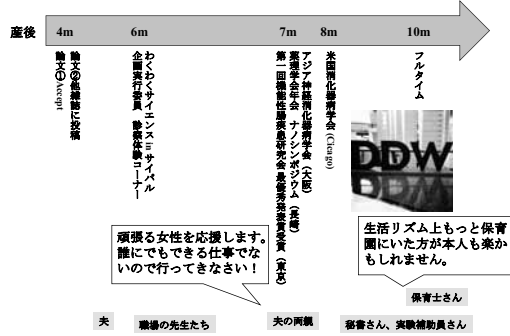
## 2017年 出産～育児まで



夫の友人 職場の先生たち

母 夫 泉貴さん、実妹補助員さん 保育士さん

## 2017年 時間短縮勤務～フルタイムまで



## 謝辞

### 総合診療部

奥村 利勝 先生  
大平 賀子 先生

### 地域医療教育学講座

野津 司 先生

### 実験補助員

宮岸 沙織さん

### 教室秘書

佐藤 朋子さん

### 薬理学講座

牛首 文隆 先生

結城 幸一 先生

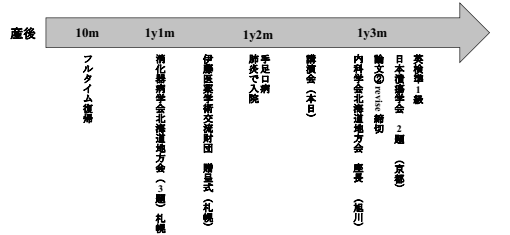
柏木 仁 先生

今道 力敬 先生

### 講座秘書

今道 由紀子さん

## 2017年 フルタイム復帰～今後



## 最後に

- ・妊娠・出産をすることになった場合、最初からすべてを諦めてしまうのではなく、細々とでも色々なことにチャレンジし続けるとたまにうまくいくこともあります。失敗したとしても、それはそれで今後の問題提起として役立つ可能性があります。
- ・1～2年間割り切って育児に専念することもとても良い選択肢だと思います。
- ・何をやりたいのが明確に意思を持ち言動にうつすと、**サポートしてくれる人が現れる確率があります。**
- ・インターネットを使えばどこでもデスクワークが可能であり、勤務時間が短くてもできることは増やせる時期があります。
- ・出来ないことを無理に遂行しようと努力するのではなく、**出来る他のことを探した方が楽です。**

「銀も金も玉も 何せむに  
まさされる宝  
子にしかめやも」  
山上憶良 (万葉集)



“What use to me  
The silver, gold and jewels?  
No treasure can surpass children.”

次の演者は、旭川医科大学病院皮膚科の齋藤奈央先生で、「女性医師のライフプラン」というタイトルのお話でした。

出身地の東京を離れて北大で研修され、旭川医科大学皮膚科でのお仕事を始めるに至った経歴をお話していただき、さらに結婚・妊娠・出産のタイミングということに関して焦点をあてて、詳しく話していただきました。高齢出産や不妊症の話も聞かせていただきました。学生さんたちに対しても有用な情報を提供していただけたと思います。

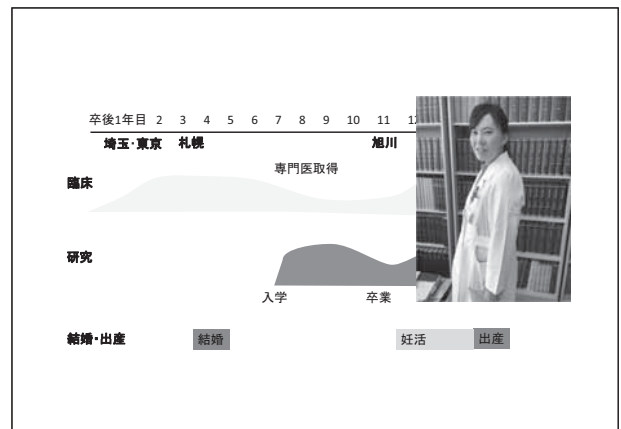
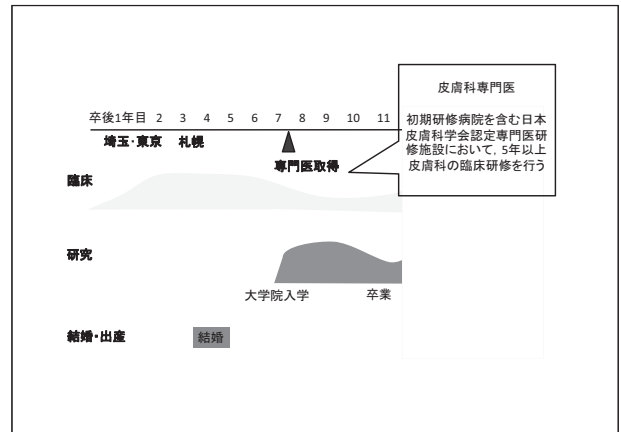
## ライフプランの要素

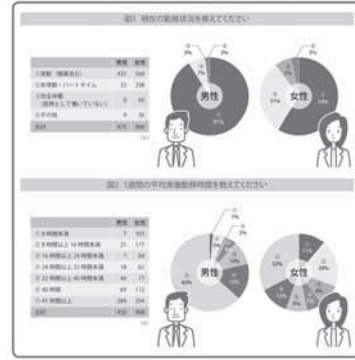
医師として

- ・ 専門医取得 **専門医とれるかな？**
- ・ 大学院への進学 **大学院どうしようかな？**

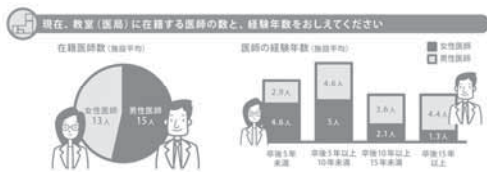
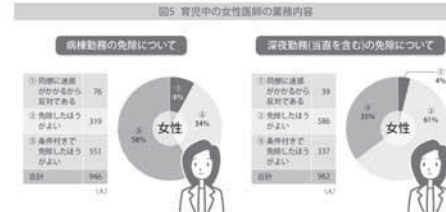
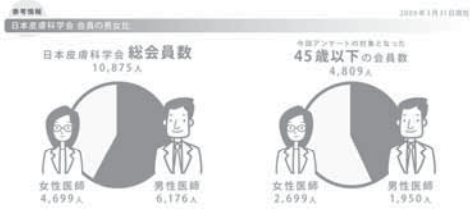
女性として

- ・ 結婚 **結婚したいけど..。**
- ・ 出産 **いつがいいのかな..**





「皮膚科学会員の(勤務状況・ライフスタイル)に関する実態調査」と題し、下記の3つのアンケートを行いました



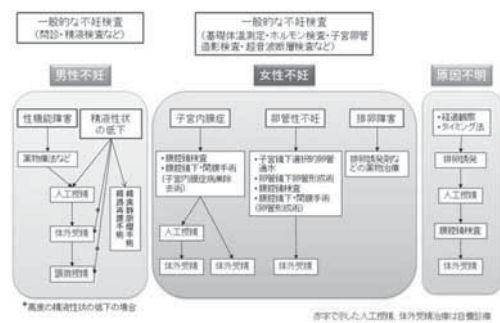
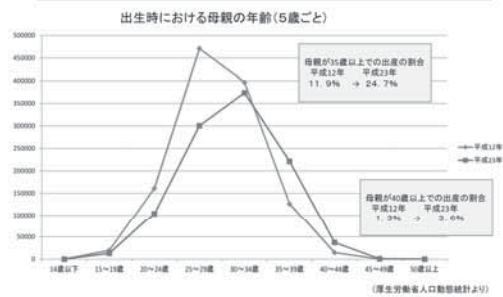
## 妊娠・出産について

## 不妊症

- 妊娠を望む健康な男女が避妊をしないで性交をしているにもかかわらず、一定期間妊娠しないもの。
- 日本産科婦人科学会では、この「一定期間」について「1年というのが一般的である」と定義している。
- 不妊のカップルは10組に1組と言われている。

## 母親の年齢(割合)の推移

およそ10年間で、母親の年齢が35歳以上の出産の割合は倍増している。

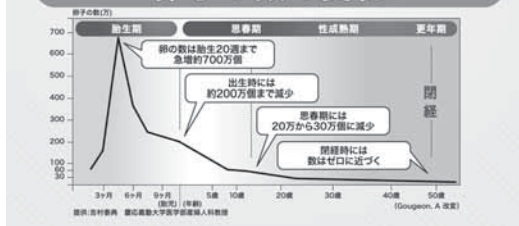


## 高齢出産について

- 35歳以上の初産婦
- 女性の社会進出に伴い高齢出産が増加している
- 高齢出産では、妊娠中の合併症・流産の確率が上昇する



## 卵子の数の変化



35歳以上になると卵子の数が減り、  
だんだん妊娠しにくくなる

3番目の演者は、旭川医療センター初期研修医の竜川美里先生で、「女性として、医師として、幸せに生きるには」というタイトルのお話です。

ご自身の性格から、医師としての自身を失いかけたこともありながら、回りの医師や患者さんから勇気もらって頑張ることができた経緯をお話いただきました。そして、最も大きな支えとなってくださっているご主人とともに、これからも頑張っていくというメッセージをいただきました。

## 悩み

- ①私なんかが医者続けられるの？
- ②ましてや、家庭と両立は無理かな？

## 女性として、医師として 幸せに生きるには？

旭川医療センター 2年目研修医  
竜川 美里

### ①医者続けられるか？

→まだ2年目なのでよくわかりません(；\_；)

辛かったこと、辞めたくったことはたくさんありました。

## 自己紹介

- ▶ 生年月日：1989年12月16日（27歳）
- ▶ 高校：金沢大学教育学部附属高校
- ▶ 大学：旭川医科大学
- ▶ 初期研修病院：旭川医療センター（現在2年目研修医）
- ▶ 2017年3月：大学時代から付き合っていた人と結婚

## その中で幸せだと感じたこと

- ▶ 素敵な先生方との出会い
- ▶ 患者さんとの出会い

## 私の特徴

- ▶ あまり勉強が得意じゃない。
- ▶ 打たれ弱い。
- ▶ 思ったことをはっきり言えない。

→医者に向いてないのではないかと？いつも自問自答。  
職業が医者だと答えると、ほぼ全ての人から驚かれる。

### ②家庭との両立は？

→これまだ結婚して1年経ってないのでわかりません(；\_；)

でも、私は結婚して家族がいて良かったです！  
むしろ、夫がいなかったら医者は続けられていませんでした。

## 結婚への道のり

旦那：医者3年目。血管外科医を目指している。現在、旭川医大に勤務。

- ・私5年生、旦那6年生の時にポリクリで出会って付き合い始める。
- ・旦那が卒後旭川医療センターで初期研修をしていたので、私も同じ病院を研修先に決める。
- ・私が大学卒業と同時にプロポーズ
- ・初期研修が始まると同時に同棲開始。研修先の病院でかなり助けられる。
- ・今年3月入籍。8月結婚式。

## 遊びの写真



## 結婚をしてよかったか？

→すごく良かったです (\*^-^\*) \*

- ▶ 同業者なので仕事で困ったことを相談できる。
  - ▶ 辛いことを理解しあえる。
  - ▶ 安心感、やすらぎがある。
- 私は結婚しているからこそ仕事を続けられていると思います。  
仕事の妨げにはならないと思うので、時期はいつでも良いと思います♪

## さいごに

- ▶ 男性の医師に比べて、女性医師の働き方は多彩にあると思います。自分が一番何を望むのかを考えて、何が正しいとかはないと思うので、幸せと感じる生き方を選択して頂けたらと思います。

## 大変なことも（主に子供がいる場合）

- ▶ お互い忙しいので家事が大変一分担したり、子供がいる場合は業者さんに頼んだり、両親に助けてもらったり・・・
- ▶ 別々の勤務地で、長い間別居になるかも。→うちの場合は、基本旦那の勤務先に合わせる努力を。入局先と妻相談。
- ▶ 子育てで旦那の助けがなかなかないのでは？→きっぱりあきらめて母に頼ろうかと（予定）

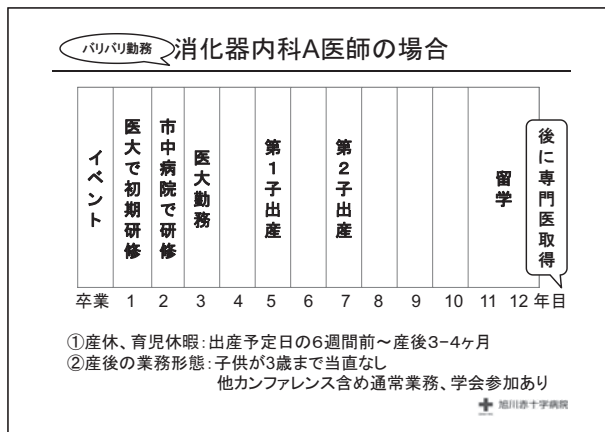
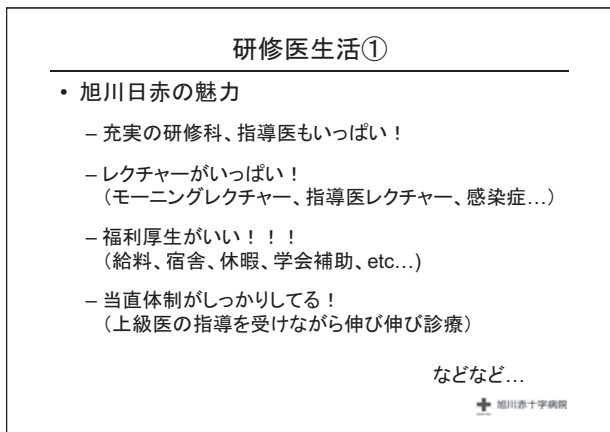
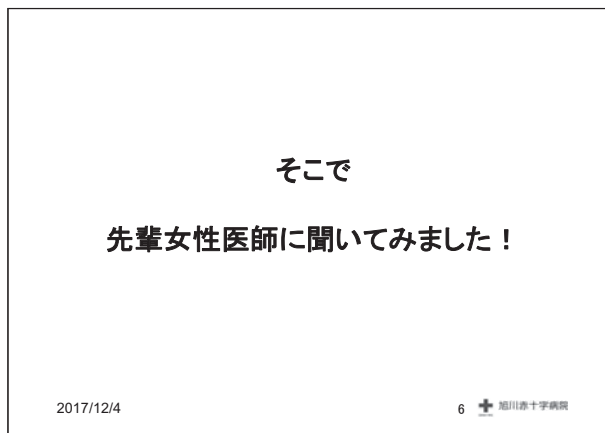
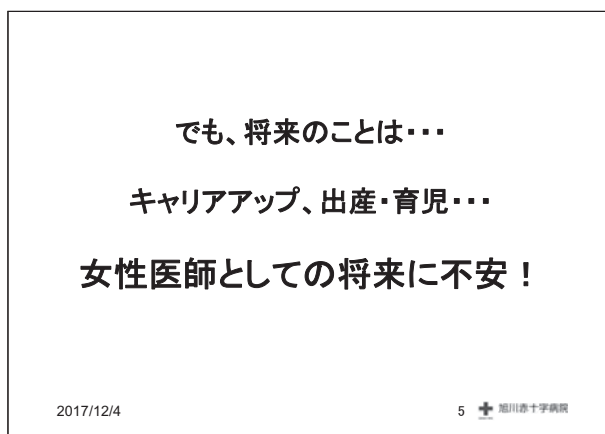
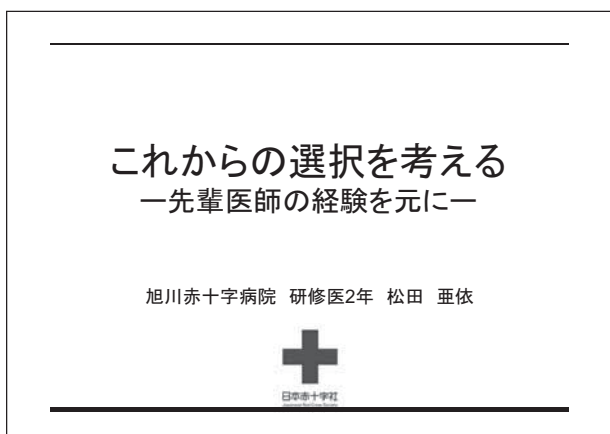
## 結婚式の写真





4番目の演者は、旭川赤十字病院初期研修医の松田亜依先生です。

旭川赤十字病院で、充実した研修医生活を送っておられることをご紹介いただき、先輩女性医師の経歴についてアンケートを使って調べた結果をまとめていただきました。それぞれの女性医師が各人各様のキャリアを持っていることから、子育てと仕事の両立は大変ではあるけれど決して不可能ではないこと、結局は自分次第！という結論に至っています。ご自身も産婦人科に入局を決めたとのこと、これからの活躍が期待されます。





バリバリ勤務 消化器内科A医師の場合

- ・キャリア形成に関して後悔していること
  - ー基礎的リサーチをする余裕がなく、論文が中々書けず業績不十分のまま経過してしまった
- ・キャリア形成に関してのアドバイス
  - ー出産後は、可能な形であるべく早く、業務に戻る工夫をした方が復帰しやすい(時短、週3日など)
- ・「ライフ」面に関して
  - ー子育ては大変だったが、振り返ってみると2人も子供を授かって良かった!

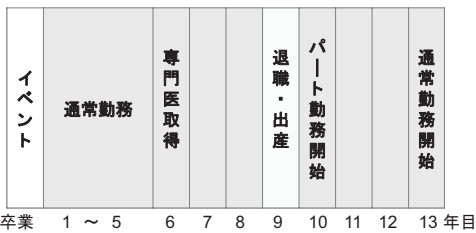
旭川赤十字病院

家庭を重視 マイナー外科C医師の場合

- ・キャリア形成に関して
  - ー1度退職して学会を脱退、再入会が大変だった
  - ー退職後も連絡を取れる同期・先輩がいたので復帰できた
- ・「ライフ」面に関して
  - ー1度しかない人生なので、出産・子育ての経験があったり、色んなスタイルがあって良いと思う

旭川赤十字病院

バリバリ勤務 内科B医師の場合



- ①産休、育児休暇: 取得せずに退職
- ②産後の業務形態: 子供が3歳まで非常勤(週4日、9:00-17:00、当直なし)

旭川赤十字病院

先輩方の話を参考に

- ・出産・子育てと仕事を両立するのは大変だけど、不可能では無い(かもしれない)
- ・キャリアアップも不可能では無い(かもしれない)
- ・家族、職場の協力も必要になる
- ・離れれば離れるほど、職場復帰は難しくなるので復帰の工夫をする
- ・それでも結局、職場を離れても、また復帰するチャンスもある!(かもしれない)



旭川赤十字病院

バリバリ勤務 内科B医師の場合

- ・キャリア形成に関して
  - ー後悔していることは無い
  - ー専門医を然るべきに取得できた(自分には子育て時期には不可能だった)
- ・「ライフ面」に関して
  - ー結婚したらできるだけ一緒に生活することをお勧めします(医局人事を機に別居して離婚になるパターンも...)

旭川赤十字病院



結局は自分次第!?

遠い先のことはわからない、困った時はまた先輩女医に相談しよう

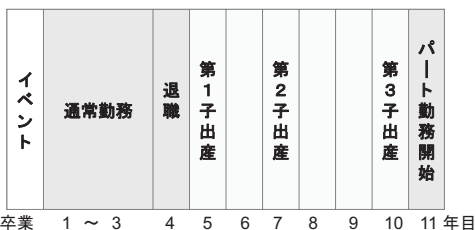
先人達が道を切り開いてくれている!

(かもしれない)

2017/12/4

14 旭川赤十字病院

家庭を重視 マイナー外科C医師の場合

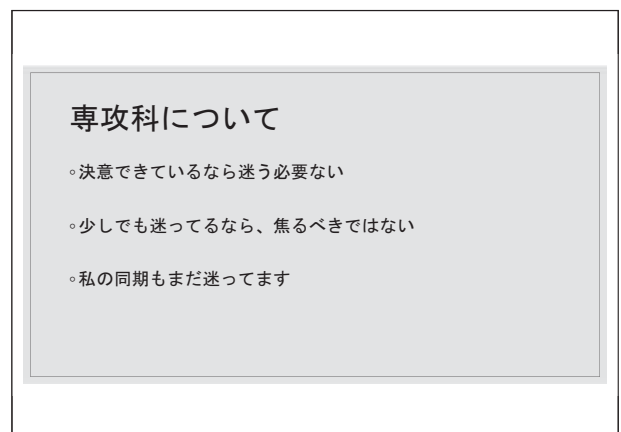
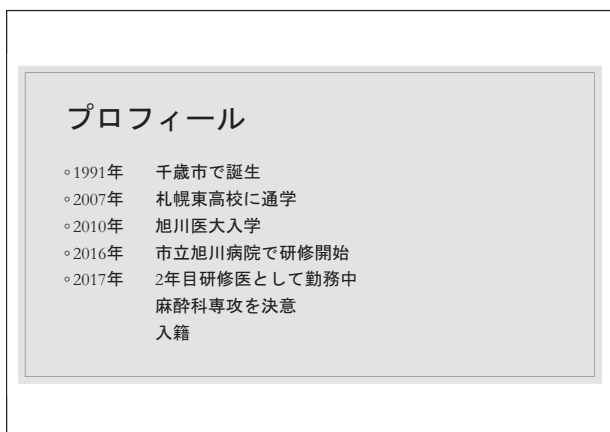
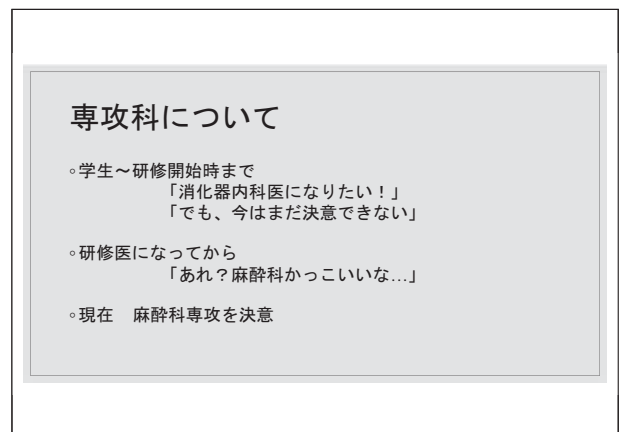


- ①産休、育児休暇: 取得せずに退職
- ②産後の業務形態: 卒後11年目まで一切勤務無し  
その後はパート勤務で週2回程度から復帰

旭川赤十字病院

最後の演者は、市立旭川病院初期研修医の栗山知穂先生で、「まだまだこれから 女医ライフ」というタイトルです。

旭川医大を卒業され、市立旭川病院で初期研修中に、麻酔科に魅力を感じて、今後麻酔科に進むことを決意したというお話でした。ただ、『迷っているなら焦ることはない』という重要なメッセージもいただきました。また、女性医師としての結婚観・・・積極的に！ということも力説していただき、市立病院での充実した研修内容についてもご説明をいただきました。



## 結婚について

- 大学1年生～ 交際開始
- 研修医1年目 婚約
- 研修医2年目 入籍

## 結婚について（自論）

結婚願望 男≠女  
結婚時期 女の方が早め希望傾向あり（特に医学科）

↓  
彼任せ...不安じゃない？  
「多少の」アピールしてもいいじゃない！

女医になって、よかった！！って思いたい

## 市立旭川病院

## 研修プログラム

- 給与 500,000円程度
- 当直 2～3回/月（希望すれば回数up可）

1年次	内科 (6M)	外科 (2M)	麻酔科 (3M)	CCU (1M)		
2年次	小児科 (2M)	産科 (1M)	精神科 (1M)	地域 (1M)	Tb (1W)	Free (6M+3W)

## これからの私

## 目標

- 麻酔科標榜医を獲得（卒後3.5年）
- その後出産・子育てを検討
- 医者は絶対やめない



今回ご発表いただいた先生たちは皆、研修医生活を満喫されて、大変なことはあっても力強く立ち向かい、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。今回は2名の先生から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、臨床あるいは基礎研究医としてなど、様々な生き方があるということが実感として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き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、皆が元気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。