

## Support for Woman Doctors

～私からあなたへ～

渡邊 ありさ 先生【埼玉県 24 期】  
勤務先 医療法人社団 赤碕診療所  
お子さん 15 歳、11 歳、9 歳の 3 人



2 年間の留学中に出場したマラソン大会のメダルです。家族 5 人で 55 個もらいました。

学生時代は水泳部に所属し、6 年生まで BBS をしていました。

卒後 2 年目の冬に 25 期の卒業生と結婚しました。1 年半の別居を経てからお互いの県で義務年限を過ごし、夫が鳥取大学の外科に入局すると同時に、私も鳥取大学の地域医療学講座に就職し、そこで 4 年間お世話になりました。その後、夫の海外留学に伴い渡米し、私も子どもが学校に通う時間は同じラボで基礎研究を学ばせていただきました。帰国してからは消化器内視鏡と内科を中心に非常勤を 4 つ掛けもつ形で勤務を続けています。

皆さんは医師としてどんなキャリアを積みたいか、私生活をどうしたいかなどのビジョンはありますか？私は正直、あまり深く考えていませんでした。私の前にもたくさんの先輩たちがいて、皆さん何とかやっておられるのだから私も何とかできるだろう、とっていました。

でも実際に働き始め、妊娠し子どもが生まれると、自分の思い通りにならないことが増えてきます。子ども関連の行事や業務が増えればあらかじめ手を回し時間を作り、子どもが急に病気になったら仕事を誰かにお願いして休むか、病児保育や看病を頼める人を確保する必要があります。自分一人のときよりも、格段に頭を下げる機会が増えました。状況が変われば、それに応じて自分の働き方や暮らし方、考え方も変える必要があります。

私の場合、どうしても変えなくなかったのは、「仕事、特に内視鏡を続けること」で、それ以外は何とでもなるかなと思いました。

幸い私たち自治医大の卒業生は 1-2 年くらいの短期派遣を繰り返す、へき地ではそこにある限られた人員や資材で何とか対応することに慣れているためか、環境の変化にしなやかに対応することが得意で、その状況を楽しめる人が多いようです。

臨床指向だった私が大学で働きかけは、第 3 子が生まれた直後に夫が外科に入局し、自分が病棟や当直業務をバリバリになすのは難しいけれど、へき地医療の経験を生かした教育がメインの仕事なら比較的時間がコントロールできると思ったからでした。そこで多くの学生と出会えたこと、全国で同じように地域医療教育に携わる自治医大の同窓生と再会し、情報共有ができたことは大きな財産となりました。以前は興味がなかった学会認定医や専門医資格は、卒後 10 年目を過ぎて大学に所属してから必要性を感じて取得しました。基礎研究や海外留学など考えたこともありませんでしたが、夫について 2 年間アメリカで暮らす間に専業主婦だけをしていたらもったいない、せっかくのチャンスだから英語も基礎研究も学びたいと思い、労働許可を取得してラボに通いピペットを握りレビューをまとめたりしました。走るのが苦手で、でも運動がしくて水泳部で泳いでいた私が、アメリカのお祭り騒ぎのようなマラソン大会に惹かれて走り始め、ハーフマラソンを 4 本完走しました。数年前の私にはとても考えられなかったことばかりでしたが、どれもやってみて良かったと思っています。

思いどおりにいかないとき、当初の予定を変更せざるを得なくなったとき、突然大きな変化が訪れたとき、その「予想外」をチャンスととらえて楽しんでみると、「予想外」の自分が見つかるかもしれません。「何で私がこんなことを・・・」と思うのも、「ラッキー、面白そうだからやってみようかな」と思うのも自由ですが、楽しめた方がいいですよ。

医師になって 20 年、定年まであと約 20 年。医師人生の半分を歩んできてしまったのかと時の速さに驚きます。いろいろな経験をしてそろそろ腰を落ち着けるころを決めたいと思っていた矢先に、降って湧いたような「予想外」のお話をいただきました。さて、どう決断しましょうか・・・。

### 後輩へのメッセージ:

「何事も楽しんだ者勝ちです。予想外の事態を味方につけてしましましょう。」

「自治医大卒業生 女性医師支援 NEWS」では、読者の皆様からのご意見をお待ちしております。特集記事のテーマ、絵本やその他のコーナーについても、ご希望などあれば、是非お寄せください。  
連絡先: 自治医科大学 地域医療推進課 卒後指導係  
E-mail: chisui@jichi.ac.jp