Support for Woman Doctors
～私からあなたへ～

「卒後 8 年目の近況報告」

高橋(旧姓:井上) 美砂【岡山県 39 期】
勤務先:岡山県備中保健所

この度は、県の 1 つ先輩の間森先生からご紹介頂き、女性医師リレーエッセイに参加させて頂けることを嬉しく思います。地域で勤務しているときにこちらのエッセイの小冊子が届き、医局で読んで大変勇気づけられた思い出があります。この場で皆様に御礼申し上げます。私は学生時代に自分が地域で働く姿がイメージできず、9 年間という時間の長さに漠然とした不安を感じていました。現在大変ではありますが充実した毎日を送っていますので、私の経験を共有させて頂きます。

私は卒後 2 年目の時に非医療職の夫と結婚し、地域病院で勤務していた 3 年目と、大学病院で研修中の 6 年目に出産を経験しました。1 人目を出産した時のことを振り返ると、全く余裕がなく、とにかく一生懸命でした。医師が少ない地域で忙しい中、他の先生方になるべく負担をかけまいと、産後 2 ヵ月で時短復帰、1 歳になってからはフルタイムで、少ない回数ですが当直もしていました。夫の仕事の都合で(出張で不在のことも多い)病院の近くの官舎に住むことができず、子供が生まれてからは義実家に同居させてもらいサポートを得ていました。毎日片道 1 時間半かけて通勤していたのですが、主治医として入院患者さんの担当をしているとやはり呼び出しもあり、1 日に 2 往復する日もあり大変でした。働ける時間が限られていたので、私に頼んでもらえる仕事は快諾するように心がけていました。市中病院、大学病院など様々な規模の職場を経験していますが、患者さんの近くで関われる地域医療は楽しく、やりがいを感じました。職員の方々も皆さん温かく、看護師さんたちには働く先輩ママとして、色々とアドバイスをもらいました。

私たちの学年は 2018 年度から始まった新専門医制度の最初の世代で、当時は専門医の2階建ての部分もよく決まっていない状態で地域に赴任し、色々と苦労しました。研修日に他の同期に聞きながら進めましたが、へき地勤務かつ産休育休、更に結婚協定などがからむと複雑化するので、孤立しないように自分から積極的に情報収集をする必要があると思います。

第二子は、医師の人手があることを期待して大学病院での後期研修中に出産しました。それまでは臨床と子育てで精一杯で無理だと思っていたのですが、コロナ禍の今なら授業がオンラインで受けられると教授に勧められ、後期研修と同時に大学院に入学しました。何とか学位論文も形になり、あの時無理だと諦めずにチャレンジしてよかったなと思っています。岡山県はコロナ禍で公衆衛生医師が一斉退職し、現在は縁あって保健所で主に感染症分野、医療機関に係る仕事をしています。臨床とは仕事内容が大きく異なるので最初は戸惑いましたが、必要として頂いている環境で、自分のできる最善を尽くせるよう頑張っています。2 人目の復帰後は「育児時間」という制度を使って1時間早く退勤させてもらっています。子供の送迎、買い物、夕飯の準備には貴重な 1 時間で、大変助かっています。「育児休業」や「育児短時間勤務」は、義務年限が延長するのですが、この制度は義務延長しません。私は 1 人目の時にはこの制度の存在を知りませんでした。卒業後は自治体職員でもあるので、ぜひ各県の担当の方に聞いて、使える制度は利用して下さいね。皆さんがよりよい医師生活を送れることを応援しています。私も今は子育て中心ですが、私に診察してもらえてよかった、といって頂けるような女性医師になれるよう、これからも勉強を続けていきたいと思います。

後輩へのメッセージ:
「どんなところに置かれても花を咲かせる心を持ち続けよう」

「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いたしております。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