

## Support for Woman Doctors ～私からあなたへ～

### 「義務年限振り返り」

神徳穂乃香(こうとくほのか)【茨城県 39 期】  
勤務先: 君津中央病院大佐和分院(千葉県)  
お子さん: 2 歳



茨城 39 期の神徳穂乃香です。結婚後も旧姓で働いています。こんな名字ですので、初期研修の時に患者さんウケが良かったり名字だけでアイスブレイク出来たり何かと便利で、かえませんでした。半分冗談で半分本気で(笑)脱線しましたが、現在義務年限 8 年目の私の経験がどなたかの参考になれば嬉しく思います。

私の夫は千葉県出身の同期で、在学中に付き合っています。最初から結婚協定を結ぶか悩みましたが、両親の意見などもあり初期研修はお互いの県で行いました。幸い隣県でしたので月 1-2 回は会えました。初期研修中はとにかく自分のことに一生懸命で、別々で良かったかなと思います。医師 2 年目に入籍し、1 年間は別居婚でした。結婚協定は 3-6 年目に茨城、7-9 年目に千葉という流れになり、3 年目に茨城で同居を始めました。

茨城県は卒後 3 年目から専門医プログラムへ入ることを認めてくれていました。臓器が絞れなかった私はご縁もあり、県立こども病院の小児科プログラムに夫とともに入りました。3 年目は地域中核病院に内科 & 小児科として勤務し、半々と思って行ったら内科の方が大変でした。4 年目からはこども病院で勤務し、大学病院でも 3 か月研修しました。妊娠のタイミングは迷いましたが、専門医研修は中断せずにやりきりたいと思い、運も良く(?)5 年目の 2 月に産休に入り、3 月に出産しました。専門医研修は 2 か月早上がりしていますが、産休育休は最後の一番大変な小児科研修だったとも感じます。

仕事復帰に関しては、産後 8 週のみで復帰する方もいますが、本当に凄くと思います。私は体調が追い付かず無理でした。育休を 5 か月取り、育休中の娘が 5 か月の時に専門医試験を受験しました。11 月から 3 年目とは異なる地域中核病院の小児科として、最初の 2 か月は時短(週 3 日フルタイム)、残り 3 か月はフルタイム(オンコールあり、日直あり当直なし)で勤務しました。勤務先が

自宅から高速で片道 1 時間の距離でしたので、夫が義務の延びない育児時間の制度を利用し、朝 30 分遅く勤務開始、夕方 30 分早上がりとなり、保育園の送迎は夫に丸投げでした。病児保育は最早常連で、自宅から高速で 1 時間の距離にある私の実家に急遽泣きつくこともありました。

7 年目から千葉県に移り、千葉県は全員内科勤務が原則なので、今の勤務先で内科としての勤務が始まりました。夫が 7 年目は後期研修で当直が多く不在が増え、小さな娘と知らない土地・慣れない勤務先・数年ぶりの内科と重なり最初は大変でした。勤務先には配慮していただき、最初 2 か月は日当直なしで段階的に増やしました。今は内科としてやりがいを感じながら勤務していますが、小児科の知識はどんどん抜けていそうで常に不安なのも事実です。週 1 回の研修日と、月 1 回当直(勤務先の本院で)を小児科として勤務し、しがみついています。

育休中はキャリアについての不安やコロナ禍なども重なり、娘と 2 人だけの閉塞的な世界をつらく感じるものが度々ありました。そんな私に対して「好きなだけ働けばいいよ」と言ってくれる夫と二人三脚で仕事と家庭をまわしています。妊娠出産を、キャリアのハンデとする思考は理解しますし、私も特に育休中はそう思っていました。出産して(言い方は悪いですが)好き勝手出来る自由は減り苦勞も多いですが、母親としての経験は人生と、医師としての診療、特に患者さんやご家族への対応に間違いなく深みをもたらしています。育休から復帰して強く感じたのは、自身のその対応の変化でした。こどもを育てながら、自身も成長出来るのが育児だと思います。そしてそれは仕事にも必ず繋がるはずです。

### 後輩へのメッセージ:

「周りが気になることもあるでしょうが、  
自分が決めた選択が正解だと思います。」

「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](mailto:chisui@jichi.ac.jp)