

# Support for Woman Doctors

## ～私からあなたへ～

### 「あなたらしいキャリア形成のために大切にしてほしいこと」

村山 愛【千葉県 35 期】  
勤務先：君津中央病院大佐和分院(千葉県)  
お子さん：8歳、4歳



千葉県35期の村山愛(旧姓：山本)と申します。同じ病院に勤務している頼れる後輩、神徳先生(歩く姿が颯爽として自然と私の背筋も伸びます)からご紹介いただきました。

私は卒後4・8年目に出産し、育休・短時間勤務制度を利用し、義務年限を丸1年延長しました。義務内で専門医が取れるよう、後期研修先に相談し、多方面からの支援で資格を得ました。その時の経緯や想いは、僭越ながら大学側で卒業生VOICEにまとめていただきましたのでご笑覧ください。今日は女性医師支援のために必要なデュアルキャリアの視点でお話します。

現在は、自治卒業生が集まる君津中央病院大佐和分院(一般36床)で、週4日(十月に当直数回)勤務し、平日1日は子どもの習い事や学会活動に費やしています。

2人の子育てと仕事の両立。聞こえはいいですが、私は一番何に注意してきたのか。周囲のサポートとそれに対する感謝、情報集め、もちろん大切です。しかし、最も大変で重要なのは、パートナーとの関係性だと私は考えます。

日本では、これは特に学校で習う訳でもなく、アメリカのようにカップルセラピーの敷居が低い訳でもありません。家族や近い友人に相談することも有用ですが、片方の意見を聞くだけでは解決には不十分です。臨床でも、対立している家族の片方だけ連れてきてアプローチしてもなかなかうまくいきませんよね。

ライフサイクルの変遷時期は個人・家族内で課題が生じやすいと知られています。家庭医療学で扱う家族志向のケアの理論は、患者家族だけでなく医療者自身の家族を振り返り、課題や強みを持つことにも有用です。また、2人ともキャリアを積みたいカップルのために「デュアルキャリア・カップル」という本を紹介します。ライフサイクルの変遷時期を、カップル特有の3つの転換期に絞り、仕事と愛を両立させる

ことに着眼しています。

我が家の場合、転勤・出産を契機に、それぞれのキャリアとの両立を考えた第一の転換期は過ぎ、今は第二の転換期、これまでのキャリアと人生に迷いが生じたときに、本当に望むものは何か問い、役割を見直す時期、となってきました。

夫は私の仕事への姿勢を応援してくれ、泊まりで家を留守にできる位に子ども達は育ちました。積み上げてきたものが花開き、仕事をしたい欲が出ています。しかし夫も忙しい。子どもは成長し、友人関係や習い事関連での私の役割が増えていました。

「私が我慢すればいいか」家族は愛おしいのです。

「いや仕事したい」仕事をしていると自信が湧いてきます。

「子どもの大事な時期にそばにいたがらないダメな母だ、でも…」と鬱々とします。

この転換期の特徴や目標を踏まえ、改めて夫と役割を見直し、互いが個性化できるよう話し合いました。理論は武器だとつくづく思います。

パートナーを持ち、子どもを育てながら働くことが最適解と伝えたいわけではありません。自治医大生の強みは、「地域医療に向き合いながら、キャリアのために何をしなくては行けないのか」を入学時からずっと考え続けていることだと思います。昔ながらのキャリア構築を山登り(ルートが整えられ現時点もわかりやすい)、変化の早い現代を乗り越えるキャリア構築は波乗り(時に挑んだり良い波を待ったりあえて流されたり)、と表現されることがあります。私たちには荒波を乗り越える強さやしなやかさがあります。途中で変わったり、歩みがゆっくりになっても良い。好きな道をポジティブな気持ちで選んでください。

参考)ジェニファー・ベトリエリ.デュアルキャリア・カップル.英治出版.

#### 後輩へのメッセージ:

「自治卒生の強さとしなやかさで、

好きな道をポジティブに選んでください」

「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