

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

佐野 美由紀 先生【静岡県 22期】

川崎セツルメント診療所
お子さんは小2男子 年中男子の2人



静岡 22 期の佐野美由紀(旧姓 森)です。こんな人も
いるんだなと思って読んでいただけたらと思い、バトンを受
け取りました。現在、週二日半日、診療所で外来勤務をし
ています。少し前までは訪問診療もしていました。週一日
は研修に充てたいと考えており、今は乳がん検診の勉強
をさせていただいています。

義務年限中は、いろいろあり、多くの方にご迷惑をか
け、助けていただきました。

医師 9 年目の 1 月に長男を出産し、義務年限終了と
ともに静岡を離れ、主人がいる横浜で暮らし始めました。
慣れない土地で、初めての子育て。すぐに就職先を探す
気持ちにはなれず、しばらくは育児だけの生活でした。待
望の子供だったため、そばで子供の成長を見守りたいと思
いつつも、今までとは全く違う生活に気持ちがついていけ
ない部分もありました。しかし、幸い周囲の友人にも恵ま
れ、楽しい育児生活を送っていました。

それでも、「仕事しなくていいの?」という自分の中の声
がだんだんと大きくなり、主人の実家に引っ越したのを機
に、仕事を再開する準備として研修を受け始めました。長
男出産後、二年がたっていました。今でも田舎のほうが好き
ですが、それほど遠くへ行かなくても、勉強する場がある
ところが、都会の良いところです。

東京女子医大に復職支援プログラムがあると聞き、門
をたたきましたが、一般内科のプログラムはなく、かわりに
紹介されたのが、「カトレア外来塾」でした。カトレア外来塾
は、育児や自身の病気などで休職経験があったり、他科
から転向して家庭医を目指す医師たちが、互いに学びあ
う場です。月に一回くらい開催しており、子連れで参加して
もよく、講師を招いた学習会、学会等で学んだことのシェ
ア大会、仕事や私生活を含めたふりかえりなどをしていま
す。今の職場は、そこで出会った人を通じて、紹介しても
らいました。

かれこれ 4 年のブランクがあり、少しずつ、ゆっくり、復
職することになりました。あいている時間に勉強して…なんて
思っていたのですが、実際、自宅に帰ると、子育てに追わ
れ、自分の時間を確保するのは難しく、今考えれば、もっ
と多くの時間、はじめから働いたほうが早く勤も戻し、実
際勉強もできたのだと思います。ただ、義務年限中のよう
に 24 時間 365 日働き、プラス子育てもすることは、私の
性格上、難しいなあと思っていました。

次男は認証保育園から長男と同じ幼稚園にうつりまし
た。この幼稚園は 4 年制で、平日も 20 時まで、夏休み
などの長期休暇中も毎日、預かってくれます。子供が体
調を崩した時は義父母にみてもらっており、今の働き方が
できるのは義父母と幼稚園のおかげ、そして、職場のおか
げです。

子供が小学校や幼稚園から帰宅するまでには、私も帰
宅し、おやつのはじめ、習い事の送り迎えです。ほぼ毎日、
兄弟どちらかの習い事があり、午後はマネージャー状態
です。土日も毎週、長男のサッカーがあり、今年は世話人も
引き受けたり、忙しく過ごしています。

いろいろな葛藤はありますが、もしも明日、自分が死んで
しまったら…、と考えると、今は小さい子供たちのそばにい
たいと思っています。仕事もまだまだ学ぶことばかりです
が、患者さんと接する仕事は楽しく、私の中ではバランス
よく働けていると思います。

もういい年なのですが、そんなわけでいまだに自分のこ
とでいっぱいいっぱいです。指導医的な立場をとっている
多くの同級生をみると、ちょっぴり情けない自分を感じま
すが、ゆっくりゆっくり、自分のペースで、歩いていこうと思
います。

卒業時、思い描いていた道とは全然ちがいますが、経
験の一つ一つが、患者さんを含む、他者への共感の幅を
広げてくれます。人生、何があるかわかりませんが、無駄
なことは何一つないと思っています。

後輩学生へ一言メッセージ

『無駄な経験はひとつもない!』