

卒後ワークライフバランスについて考える会 2015

報告書



2015

自治医科大学地域医療推進課

目 次

● Contents ●

I. はじめに	3
II. 卒後ワークライフバランスについて考える会2015 in Jichi	5
1. 開催概要	6
2. 次第	7
3. 開催内容	8
第1部 講演会	8
開会挨拶	8
講演会	9
第2部 懇談会	26
挨拶	26
懇談会/情報交換会	27
グループワーク	27
4. アンケート結果報告	35
5. 参加者名簿	39
III. 卒後ワークライフバランスについて考える会 2015年度ブロック担当会議	41
1. 開催概要	42
2. 次第	42
3. 開催内容	43
開会挨拶	43
自治医大の1年間の活動報告	43
全体討論	43
閉会挨拶	53
4. 参加者名簿	56
IV. 学生懇談会	57
1. 開催概要	59
2. 開催内容	60
①富山県・愛媛県	60
②茨城県	62

I はじめに

卒後指導委員会では、女性が増えてきたことに伴い、結婚・出産・育児の負担が医師としての負担に上乗せされることも多いことから、仕事と家庭の両立が叶うよう勤務の継続に対する支援を平成 20 年度から実施してきました。

平成 20 年度は卒業生と在学生との交流の場として交流会を企画し、平成 24 年度からは現在の形式の講演会と交流会の 2 本立てとする「卒後ワークライフバランスについて考える会」を開催しました。平成 26 年からは女性医師支援を考えるうえで男性医師の協力・理解が必要不可欠であること、また、男性医師にも家庭との両立に配慮が必要とのことから男子学生からの参加を募ることにしました。

今年はキャリア形成、仕事と子育ての両立をテーマに卒業生 3 名による講演を行い、講演終了後は、卒業後に起こり得る問題に対して解決方法のシュミレーションをグループワーク形式で行いました。グループディスカッションには卒業生にも加わっていただき、最後にチューターの卒業生から講評をいただきました。学生からは貴重な意見を聞く良い機会になったと好評でした。

また、一昨年から 13 期から 30 期までの女性卒業生に集まっていただき女性医師支援の取り組みについてご意見を伺う機会を設けています。3 回目となる今年は、女性医師集まりの会を開催した県における女性医師支援事例発表を行いました。参考となる部分を各県に持ち帰っていただき女性医師支援の一助となれば幸いです。

この場をお借りして、お忙しい中参加いただいた卒業生に感謝申し上げます。また、1 年生から 6 年生の学生にも参加いただき、盛会に終わることができました。

ここに、卒後ワークライフバランスについて考える会 2015 の報告書を作成いたしましたので今後の参考としていただければ幸甚です。

卒後指導委員長

臨床検査部 教授 山田 俊幸

Ⅱ．卒後ワークライフバランスについて考える会 2015 in Jichi

1. 開催概要

- 概 要 「卒後ワークライフバランスについて考える会 2015 in Jichi」
第1部：卒業生による講演
第2部：懇談会
- 目 的 女子学生の増加に伴い、卒業後の義務年限の履行と結婚・出産・育児との両立が今後の課題となることが避けられない状況の下、女子学生に在学中からキャリアの面について卒後のワークライフバランスをイメージしてもらう機会を設けるとともに、より多くの女性卒業生と顔見知りになってもらう。
- 開催日 平成27年7月5日（日）
- 会 場 第1部：医学部学生寮 大会議室
第2部：医学部学生寮 大ラウンジ
- 参加者 第1部：73名（卒業生13名、在学生46名、その他4名、関係者10名）
第2部：62名（卒業生11名、在学生41名、関係者10名）
- 主 催 卒後指導委員会（地域医療推進課）
- 協力者 牧野 伸子（卒後指導委員会女性医師支援担当）
石川 鎮清（卒後指導委員会女性医師支援担当）
石川由紀子（卒後指導委員会女性医師支援担当）
小島 華林（卒後指導委員会女性医師支援担当）
山本さやか（卒後指導委員会女性医師支援担当）
神徳穂乃香（医学部6年生）
竹内 三晴（医学部6年生）
仲摩 恵美（医学部6年生）
吉村 成子（医学部6年生）

2. 次第

第1部・講演会

日 時：平成27年7月5日（日）10：00～11：45

場 所：医学部学生寮 大会議室

テ ー マ：キャリア形成、仕事と子育ての両立

司会進行：久保田知之地域医療推進課長

時間	内容	摘要
10：00	開会挨拶	山田俊幸卒後指導委員長
10：10	講演① 「ライフワーク・ライフ・バランス 私の場合」	前川恭子医師 山口県15期卒業 萩市国保むつみ診療所
10：35	講演② 「自分らしい人生を求めて」	日高美佐恵医師 島根県23期卒業 島根大学医学部
11：00	講演③ 「男性医師の視点から考えるワーク ライフバランス」	渡邊浄司医師 鳥取県25期卒業 鳥取大学医学部附属病院
11：25	質疑応答	
11：35	医学部在学生からの発表 「ロールモデルから女子医学生卒前教育 のあり方を考える」	吉村成子さん 医学部6年生

第2部・懇談会

日 時：平成27年7月5日（日）12:00～14:00

場 所：医学部学生寮 大ラウンジ

司会進行：牧野伸子卒業指導副部長（女性医師支援担当）

時間	内容	摘要
12:00	開会挨拶 女性医師支援担当教員紹介	本間善之卒業指導部長
12:05	昼食 情報交換会	
13:00	グループワーク	
13:45	卒業生からのコメント アンケート記入 写真撮影	

3. 開催内容

第1部 講演会

開会挨拶

山田 俊幸 卒業指導委員長
(臨床検査部 教授)

学生、卒業生の皆様、お忙しいところご参加いただきありがとうございます。

今年度、本学医学部に入学した女子学生は42名で医学部における女子学生の割合は約29%となりました。全国的にも言えることではありますが、今後、さらに女性医師の比率が増え、卒業してから様々な問題に直面することもあるかと思います。

本日は、講師として鳥取、島根、山口から遠路3名の先生にお越しいただきました。自らの経験に基づき様々な話をお聞かせいただけたと思いますので、学生の皆さんは参考にして卒後のことを考える日にしていいただければ幸甚です。



講演会

講演① 前川恭子先生

「ライフワーク・ライフ・バランス 私の場合」



講演② 日高美佐恵先生

「自分らしい人生を求めて」



講演③ 渡邊浄司先生

「男性医師の視点から考えるワークライフバランス」



<学生からの質問>

○陣内聡太郎くん（医学部6年生）

[質問①]

子育てのポリシーはありますか？

[回答]

・ 特段考えてはいませんが、キャッチボールをしたら自分はピッチャーで子どもはキャッチャーです。（渡邊先生）

・ 子育てを始めた頃は、ポリシーは持っていませんでした。地域で過ごすうちに見えてきたものは、自分の子どもであっても所有物ではなく、一人の人間として存在してリスペクトすることでした。これは仕事をするうえでも同じことでスタッフや患者さん一人一人をリスペクトしようという気持ちになり、このポリシーが様々なところで自分の中で繋がっています。（前川先生）

[質問②]

遠距離恋愛の秘訣はなんですか？

[回答]

- ・医師になると忙しく一緒にいてもコミュニケーションをとることは大変です。夫と離れている時は病院で勤務している時だったのであまり辛いと思うことはありませんでした。自分にあったパートナーを見つければ問題ありません。(日高先生)
- ・夫婦は基本一緒にいるべきだと思います。一緒にいる前提で何ができるのかできる選択肢を探していくことが大切です。(渡邊先生)



○小沢一世さん (医学部4年生)

[質問③]

結婚しても同居、別居のパターンや未婚であっても支え合うパートナーを持つことはできると思います。結婚して変わったことはありますか？

[回答]

・女性医師と結婚するとは思っていなかったが、お互いの仕事に分かるし、価値観を共有することができるので今は良かったと思っています。

(渡邊先生)

・同居するようになって家族と思えたことはあります。お互いのできない部分や弱い部分を支え合うのが家族だと思います。結婚にはある程度覚悟が必要ですが、その覚悟を共有することもパートナーになる要素だと思います。(日高先生)



○神徳穂乃香さん (医学部6年生)

[質問④]

・産休育休をとることは周囲の方に迷惑をかけることになりますが、人との付き合いのかたのポイントやより穏便になるための秘訣はありますか。



[回答]

- ・心掛けていたことは、妻の体調が安定したタイミングを見計らいできるだけ早い段階で相談すべき人に相談していました。必要なタイミングで相談することで自分の場合は県に配慮していただきました。当然の権利と主張するのではなく、できることをやったうえでお願いするスタンスを心掛けていました。(渡邊先生)
- ・双子を出産した後輩は育休を1年とりました。大切なことは、自分ができるうちに頑張ることだと思います。そうすることで先輩に可愛がってもらえるし、あの子が育休をとるなら協力してあげようと思ってくれます。(日高先生)
- ・研修2年目、外科を回っている時に妊娠しました。悪阻で辛い時、交通外傷の患者さんの手術に入ることがありましたが周囲の気遣いをいただきました。(前川先生)

[質問⑤]

- ・日高先生のスライド“妻の職業状況別に見た有配偶者男女における「現在幸せである」と回答した者の割合”は、自分もどうなのかと思っていました。夫は家事をしてくれる妻がいいと思うのではないかと思うこともあるのですがいかがですか。

[回答]

- ・自分が今の状況になるとは思っていませんでした。妻と結婚して一通りやらざるを得ませんでした。イクメン活動は総合医に通じる部分があってそれは結果的に自分にメリットとなっています。(渡邊先生)

○上原奈緒美さん（医学部1年生）

[質問⑥]

- ・医学部を卒業する時32歳、臨床研修が終わると34歳になります。これまで臨床研修を終えるまで出産は控えたほうがいいと周囲の方から聞いていましたが、研修中に出産した卒業生はどうだったか教えてください。

[回答]

- ・臨床研修2年目に出産した後輩は、いつも前向きで現在も学会活動を始め、診療も精力的にこなしています。今は制度が整ってきていますので、情報収集をしっかりと決断する前に周囲の人に話を聞くことが大切だと思います。(日高先生)
- ・システムが整ってきていますが自分がこうしたいと思うことはシステムから少しだけ外れてしまってもいいと思います。大切なのは、自分がその時々で一つ一つ選択することだと思います。最終的なところで成功とか失敗と評価されるものではないと思います。(前川先生)





【学生からの質問に答える渡邊先生】



【卒業生の話を熱心に聴く学生】

<参加した学生のコメント>

・どうなるかわからない、想像もできない将来に関して、3名の医師の方のワークライフバランスのお話を聞くことができて大変勉強になりました。家庭と仕事をどう捉え、考えていくかということはそれぞれ違うということを感じました。

医学部在学生からの発表

「ロールモデルから女子医学生卒前教育のあり方を考える」

発表者：吉村成子さん（医学部6年生）

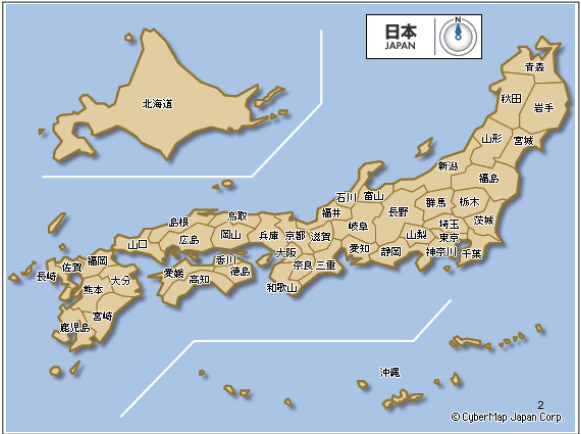
昨年度、女性医師のワークライフバランスを考えるセミナーを選択した医学部女子学生が、その活動の一環として在学中の女子学生と義務年限終了後の女性医師の卒業生へアンケート調査を行い、その結果をまとめました。



ライフワーク ライフ・バランス (私の場合)

萩市健康保険 おつみ診療所
前川 恭子

1



おつみの医療対象人口 約1600人

高齢化率 50%

6



医者になった理由

子供を育てるのに
役立ちそう？

9



大変だったこと

1. 学生時代の勉強

10

大変だったこと

2. 育休バッシング

11

大変だったこと

3. 家政婦さん

12

努力したこと

1. 田舎の何でも屋に
なりたい

13

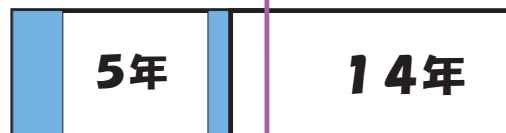
初期研修：外科

後期研修：耳鼻科、心エコー
ペインクリニック
救急外来

14



15



16

努力したこと

2. 子供を守りたい

17

物理的に

家政婦さん

18



精神的に



通勤にシフト



少し患者さんが自立

20

そうやって
私がしてきたことは結局？

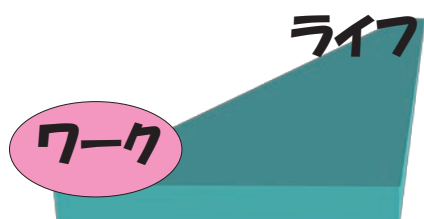
ステレオタイプな
医者像をはがしてきた

21

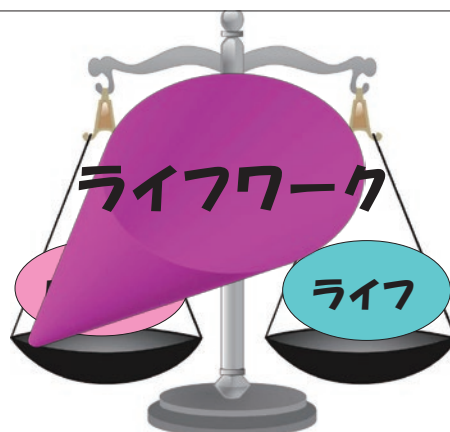
そうやって
わかってきたことは？

どうも私
診察が好き(みたい)

22



23



24

診察を楽しむために
筋トレ、ヨガ、太極拳、座禅
ヴォイトレ、小児鍼、糖質制限
臨床美術、ユニマチュード
アレクサンダーテクニク
ベアフットランニング
看護学校講義、講演

25

努力していること

**1. 職員が罪悪感無く
休めるようにする**

26

努力していること

**2. 次の世代の
邪魔をしない**

27

結語

**やっぱり
診察が好き(みたい)**

28

自分らしい人生を求めて

自治医科大学 23期生 日高 美佐恵

1

自己紹介

島根県出身 23期生

学生時代:最初はバドミントン部...

現在は島根大学医学部地域医療支援学講座に在籍

9歳、4歳、1歳の3児の母

2

初期臨床研修:島根県立中央病院

研修医時代の生活は....



・男女もなく雑魚寝状態

・夜9時、10時頃から仕事を終えて居酒屋へ夕食をかねてみんなで繰り出す

大変だったけど、楽しい！

3

医師3年目:隠岐病院



離島勤務



最初は.....

4

後半は.....

医師としても充実

隠岐の生活をenjoy！



5

医師4年目前半:掛合診療所

いきなり診療所長！



・初めての訪問診療

ここでの出会いが地域医療への
思いを育ててくれた

6

医師4後半～5年目:邑智病院

医師4年目(28歳)で別居婚

主人は広島大学の脳神経外科の医局員



7

その頃の勤務先の体制は

- ・完全主治医制
急患を含めた症例が多く勉強になる
入院患者はいつも20人前後
高齢者が多く急変も多い



当時は主人に会いに行っても、急変すれば広島からかけつける

今考えてみると、自分にとっても患者さんにとっても????

8

子供が欲しいと思い始めたのは
医師5年目(29歳)になってから

妊娠したくても、1回/月に会えるか会えないか
このままじゃ妊娠は難しいかも？
ここで産休に入ると皆への負担が……

その頃の進路希望調査票に

妊娠を考えているが、現在の勤務状況では難しい
当初から休日は待機制であった病院に異動願ひ

9

医師6年目:飯南病院



この時30歳(医師6年目)で妊娠
業務量も前病院よりは軽減したため1人前に勤務

10

妊娠7ヶ月目のある日の当直で……



高齢者のCPAが搬送される事に

11

救急車から降りてきた家族から

先生、おじいちゃんは今う年ですから
お体大事にしてください。



12

そんな時にちょうど奥さんが妊娠していた後輩が
朝のカンファレンスで上司の先生方に



もういい加減日高先生の当直を
免除したあげた方がいいんじゃないですか？

13

夢の産休生活

結婚後初めての同居

31歳(医師6年目)で出産



あっという間の8週間！

14

復帰前の人事の先生とのやりとり

当直、待機等1人前に要求されるのであれば、実家の支援があるところでない
と難しい



15

公立邑智病院で復帰

実家→勤務先 高速で50分

この頃の生活は……

週1~2回 当直・待機で不在

6時30分出勤

19時~21時帰宅



子供とのふれあい
寝かしつけ
1~2時間



16

仕事漬けの毎日

一新聞記事より—
内視鏡検査を行う日高美佐恵
医師。外来診療からそのまま
入った当直勤務を終え、再び診
療を始める前だった＝島根県邑
南町中野、邑智病院

17

だれがぼくのお母さん？

お母さん 保育士さん

育児をしていたのは...

お母さん 私

お母さん 姉

お母さん 先生

18

後期研修

- ・もう少し子供との時間を持たい
- ・当直で眠れなくても休日休む時間がない
- ・ずっと興味を持ち続けている在宅医療にむけて、もう少しリハビリを勉強してみたい

結果はいつの間にか内科にシフト

19

義務年限終了

主人のいる広島に転居することに

体力的にはもう限界

2人目欲しいけど転勤後すぐの妊娠は...

核家族では当直はできないなあ

医師をやめよう！

20

1年の離職中

育児に専念 これは幸せ！

結婚後ずっと別居だった旦那につくす日々・・・

主婦としては落ちこぼれ・・・

医師の免許はなくなる

不妊治療しても子供はできず

医師の仕事はすばらしい
医療の世界にもどりた！

一般社団法人日本生殖学会HPより

21

復職の際は

医療とは全く離れた生活。

感覚的には一般人(医学生より前にもどった感覚)。

育休後とは全く違う復職感覚

今自身が行っている医療行為が現状に即しているのか？

22

現在

主人が医局人事で、再び島根県立中央病院に

2人目妊娠中に転居

出産後島根県立中央病院総合診療科
→島根大学医学部地域医療支援学講座へ(非常勤)
3人目を出産

23

現在自分が選択しているバランス

医師であること

自分

妻であること

母であること

人によっても、家族の成長の過程によってもバランスはさまざま

24

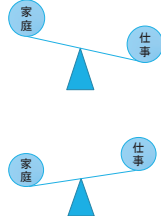
妻であること

夫婦のバランスを保つって難しい！

主人
脳神経外科医

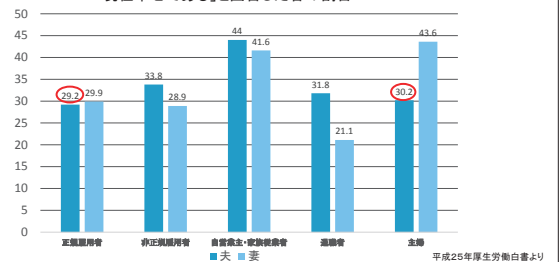


私



25

妻の就業状況別に見た有配偶男女における
「現在幸せである」と回答した者の割合



26

母であること

小さい頃は夜泣き等で体力的には大変！
だけど自分が頑張れば何とかなる

ただ
成長して直面する問題は・・・
今は子供に寄り添う事を選択

27

医師であること

今出来ることをやる！

地域医療支援学講座

・学生支援

・女性医師支援



28

今後に向けて



将来地域医療に戻る夢をつなぐために

飯南病院に外勤



同期が院長で頑張っています！

29

振り返って唯一後悔していること

医師を完全にやめてしまった事

頑張った先の将来
が描けなかった

働き方を自分で見
直すことができな
かった

転居と重なり転居
先で相談できる人
がいなかった

キャリアモデル、メンターのような自分の
キャリアを導いてくれる存在が必要

30

皆さんへ

・頑張れるときにがんばっておこう！
良いメンターがついてくれます。

・頑張りすぎて、やめたくなったときは・・・
「100やらなくてもいい。10でも1でもいい。そ
れは0よりずっといいから。」 「くらと言葉」より
メンターが相談に乗ってくれます。

31

学生の頃の出会い



Honest criticism is hard
to take, particularly from
a relative, a friend,
an acquaintance, or a stranger.

If you teach a man anything,
he will never learn.

32

やさしい先輩達が待っています

男性医師の視点から考える

ワークライフバランス

鳥取大学医学部附属病院
病態制御外科(消化器外科)
渡邊 淳司 (鳥取県 25期)



2015年7月5日 卒業ワークライフバランスについて考える会 in Jichi

自己紹介

平成14年3月 自治医科大学卒業 (鳥取県25期)
平成14年12月 結婚 (妻は埼玉医大24期卒業生)
平成16年5月 国保小鹿野中央病院 (整形外科)
平成17年4月 長女誕生
平成18年5月 飯能市立病院 (外科)
平成19年4月 鳥取県立中央病院 (外科)
平成20年4月 国保岩美病院 (内科)
平成21年4月 国保智頭病院 (内科)
平成21年5月 次女誕生
平成23年1月 長男誕生
平成23年4月 鳥取大学病態制御外科 (消化器外科)
～ 現在に至る

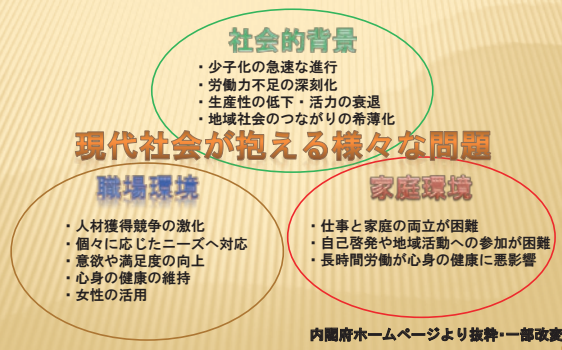
本日のお話

- ① なぜ今ワークライフバランス?
社会的背景
- ② 仕事とキャリア形成 (ワーク)
職場環境
- ③ 家庭と育児 (ライフ)
家庭環境

本日のお話

- ① なぜ今ワークライフバランス?
社会的背景
- ② 仕事とキャリア形成 (ワーク)
職場環境
- ③ 家庭と育児 (ライフ)
家庭環境

ワークライフバランスをめぐる背景



ワークライフバランス憲章

我が国の社会は、・・・(省略)、仕事と生活が両立しにくい現実に直面している。

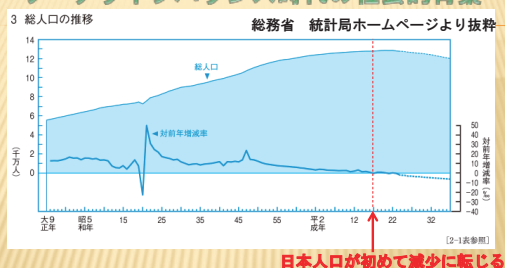
誰もがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たす一方で、子育て・介護の時間や、家庭、地域、自己啓発等にかかる個人の時間を持てる健康で豊かな生活ができるよう、全こそ、社会全体で仕事と生活の双方の調和(ワークライフバランス)の実現を希求していかねばならない。

仕事と生活の調和と経済成長は車の両輪であり、・・・(省略)、少子化の流れを変え、持続可能な社会の実現にも資することとなる。

・・・(省略)、ここに、仕事と生活の調和の必要性、目指すべき姿を示し、新たな決意の下、官民一体となって取り組んでいくため、政労使の合意により本憲章を策定する。

内閣府ホームページより抜粋

ワークライフバランス時代の社会的背景



100年後の日本の人口予想: 7000万人

少子高齢化 → 人口減少は日本文明の衰退?

少ない人口でも国際競争力を維持していくためには、

- ① 女性の社会参加 (gender free)
- ② 高齢者の社会参加 (age free)

が不可欠!

このうち、女性の社会参加には男性の考え方や働き方を含めたワークライフバランスが重要となってくる!

そこでイクメン!



イクメンプロジェクト

イクメンとは、
「子育てを楽しむ、自分自身も成長する男性のこと」
(厚生労働省「イクメンプロジェクト」より)

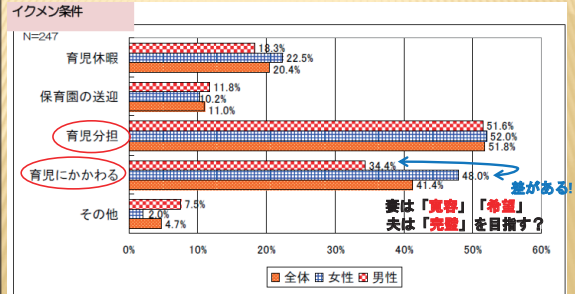
約3割の男性が「育児休暇を取得したい」と希望している一方で、実際の取得率は2.03%となっている。
厚生労働省では、男性の育児休業取得率を2017年度には10%に、2020年度には13%に上げることなどを目標に掲げ、**ワークライフバランス**（仕事と家庭の調和）の実現に取り組んでいる。



厚生労働省ホームページより抜粋

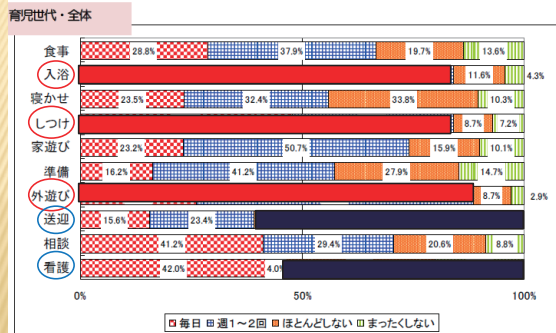
どこまでやれば「イクメン」？

【質問】あなたの考えるイクメンの条件とは何だと感じますか。（複数回答）



平成22年12月 武蔵村山市アンケートより抜粋

【質問】あなた（の夫）はどの程度関わっていますか。



平成22年12月 武蔵村山市アンケートより抜粋

育児世代が求める「イクメン」像とは？

- ・ 毎日とは言わなくても、世話・育児を分担する
- ・ しつけや遊びだけではなく、様々な育児に携わる
- ・ 育児の相談にのる

子育ては「手伝う」ものでなく、
男性も女性も子育ての主役

子育てを夫婦とともに「**楽しむ**」、うまく
「**役割分担**」していくことが大切！

本日のお話

① なぜ今ワークライフバランス？

社会的背景

② 仕事とキャリア形成（ワーク）

職場環境

③ 家庭と育児（ライフ）

家庭環境

自治医大卒業生の抱える問題点

- ・ 卒後9年間の義務年限がある
- ・ 赴任先は必ずしも育児環境に適していない
- ・ 育児休暇取得により義務年限延長
- ・ 義務年限延長による他医師への影響
- ・ 学位や専門医の取得がより不利に？

など・・・

結局、必要なことは

- ・ 職場および同僚の理解と協力
- ・ 親戚および公共サービスの利用

最も大切なことは、上記を**当然の権利として主張するのではなく感謝の気持ちを持って接すること**

お互い様の精神！

キャリアとは

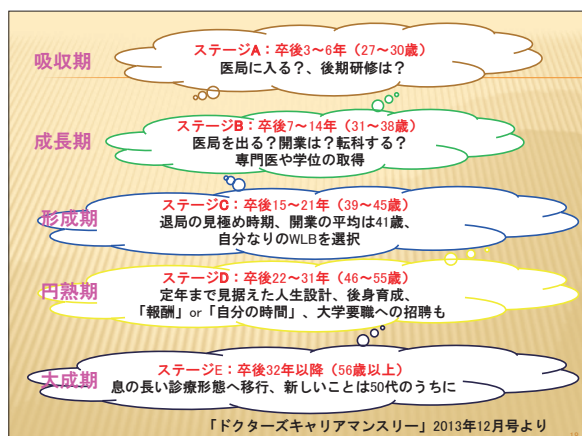
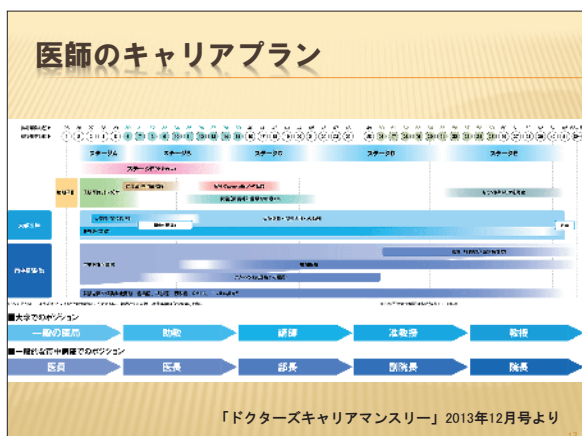
- ・ 経歴
- ・ 専門技能を持って職に就いている者
→ **プロフェッショナル**
Wikipediaより

医師のキャリア：学位、専門医、ポジション・・・

学位・・・足の裏の飯粒とは言うけれども

専門医・・・新専門医制度が始まります！

ポジション・・・数に限りがある競争社会です。



女性医師の場合 (ステージF)

27～39歳(卒後3～15年)

- 女性が多い大学医局や、配慮の手厚い病院
- 各種の制度をフル活用
- いずれ戻りたいなら帰路を断たない
- 転科や慢性期への転向は慎重に
- 婚活・妊活のための転職も

「キャリアを無駄にしない」、「あきらめない」道を

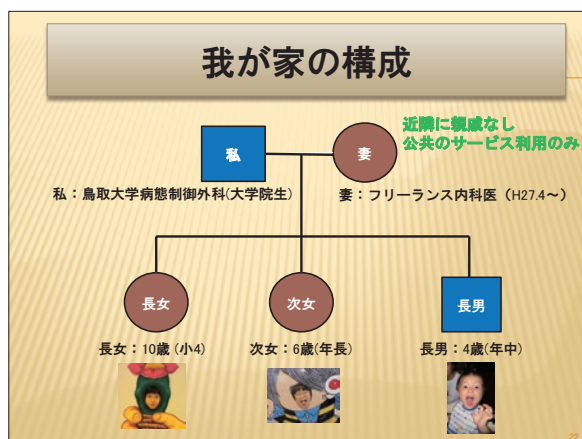
「ドクターズキャリアアマンスリー」2013年12月号より

■臨床以外で医師が活躍できる主なキャリア

医師	産業医、検診医
研究	基礎研究者
行政	厚生労働省
	PMDA(医薬品医療機器総合機構)
	global health系(WHOなど)
政治	議員
ビジネス	起業
	製薬会社
	医療機器メーカー
	保険会社
	コンサルタント会社
法律	弁護士

本日のお話

- ① なぜ今ワークライフバランス?
社会的背景
- ② 仕事とキャリア形成 (ワーク)
職場環境
- ③ 家庭と育児 (ライフ)
家庭環境



私の主なイクメン活動

【食事】【入浴】【寝かせ】【しつけ】
【家遊び】【準備】【外遊び】【送迎】
【相談】【看護】

家庭の仕事全てやってはいますが・・・

妻が出張で数日不在なことも多く、これら全て出来ない
と家庭がやっていけないというのが実情

職場に迷惑をかけることもあるが、大学という人材に比較
的恵まれた環境と職場の理解で、対応出来ている。

執筆!

(日本海新聞「潮流」2013年6月17日)
(全国知事会「都道府県展望」2014年1月号)

**総合医マインドが
家庭でも社会でも求められている!!**

→ 出産と授乳以外は男性でも可能
→ 家庭運営上必要なことはなんでもやる!
→ イクメンは家庭における総合医!

医師同士の夫婦で仕事と家庭を両立するために気をつけていること

→ 男女関係なく、家庭運営のために出来ることをやる！

総合医マインド!!

家事分担割合(平日)



家事分担割合(休日)



相手がキャリアアップのために必要な出張はどんどん出させる！
その間の家庭は自分(夫)がマネジメント！

24

夫婦で協力して仕事と家事・育児をこなすことでのそれぞれへの影響

【妻への影響】妻は戦友?!

- ・ 相互理解が得られ、お互いにキャリアアップが出来る

【自分自身への影響】

- ・ 料理・掃除がうまくなってきた
- ・ 効率を考えて行動
- ・ 仕事にも良い影響？



【子供への影響】

- ・ 家事や育児を積極的にする父親の姿が子供に良い影響？
- ・ 育てて欲しい大人像を自ら演じることで自分も子供も成長！

→ 子育ては自身の老後への保険 !?

25

まとめ

① なぜ今ワークライフバランス？

今後の少子高齢化社会を支えるため、イクメンの育成を含む新しい社会体制が求められている

② 仕事とキャリア形成（ワーク）

職場および同僚の理解と協力、感謝の気持ちを忘れない

③ 家庭と育児（ライフ）

総合医マインドが家庭でも求められており、実行すれば公私ともにメリットが多い

26

「子育てを楽しむ、自分自身も成長する男性のこと」
(厚生労働省「イクメンプロジェクト」より)

これを総合医に当てはめると、

「地域医療を楽しむ、自分自身も成長する医師のこと」
(全国知事会「都道府県展望」2014年1月号「いま地域医療は」より)



ワークライフバランスは
世界を元気にする
キーワード！

ご静聴ありがとうございました！

25

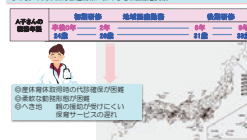
背景

ロールモデルから女子医学生卒前教育のあり方を考える

○中摩恵美¹、吉村成子¹、竹内美穂¹、牧野伸子²、石川由紀子³、雲井悠里⁴、河原奈麻美⁴、牧野伸二⁴、松村正巳⁵
¹自治医科大学 医学部6年、²自治医科大学 地域医療学センター 公衆衛生学部門、³自治医科大学 地域医療学センター 総合診療部門、⁴自治医科大学 地域医療学センター 救急診療部門、⁵自治医科大学 地域医療学センター 産科診療部門

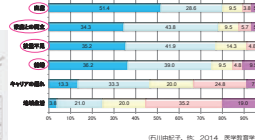
背景Ⅰ 自治医科大学女子医学生卒前教育の現状

自治医科大学の特色
 ○卒業生に求められる地域医療の発展と地域医療の発展
 ○卒業生は出身地を問わずに地域医療に従事する



背景Ⅱ 自治医科大学女子学生の卒業に対する不安

卒業後、地域医療に従事するにあたり不安を感じる項目について調査した (n=187)



目的

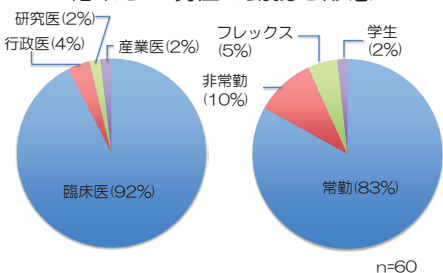
- 自治医科大学卒業生には卒業後9年間地域医療に従事する義務がある
- 結婚と出産などのライフイベントと義務年限中の就業遂行との両立で様々な困難がある
- 在学中から大きな不安を抱いている女子学生も多い

女子医学生の卒業後のキャリアパスを考慮し、医学生の卒前教育改善の一助とする

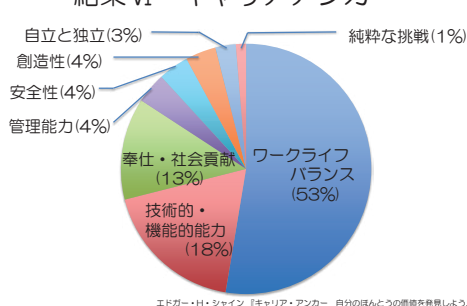
自治医科大学卒業生が就業継続についてどのような姿勢で取り組んでいるのかを知るためにアンケート調査を実施した

結果

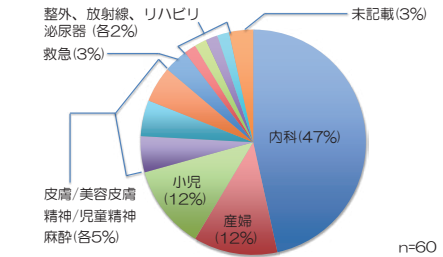
結果Ⅰ 現在の勤務と形態



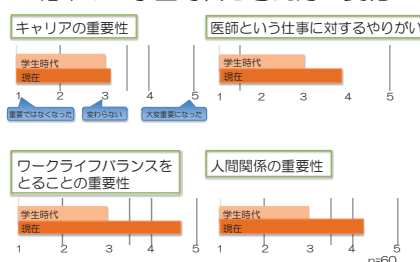
結果Ⅵ キャリアアンカー



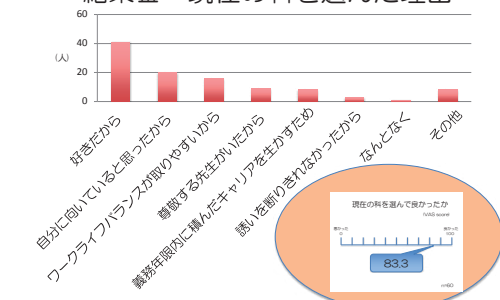
結果Ⅱ 専門科



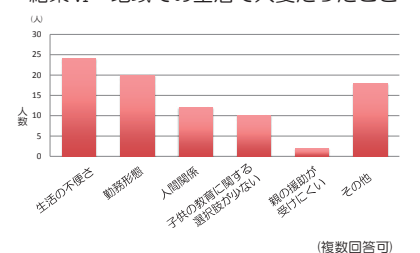
結果Ⅴ 学生時代と考え方の変化



結果Ⅲ 現在の科を選んだ理由



結果Ⅶ 地域での生活で大変だったこと



結果のまとめ

- 92%が現在臨床医で、専門科は約半数が内科であった。83%が常勤で勤務していた。
- 現在の科を選んだ理由は「好きだから」が最多であり、満足度はVAS scoreで83.3であった。
- 約半数が「ワークライフバランス」をキャリアアンカーとしており、次いで「技術的・機能的な能力」、「奉仕・社会貢献」であった。
- 学生時代と考え方の変化が大きくみられた項目は、「ワークライフバランスをとることの重要性」、「人間関係の重要性」であった。

今後の展望

- 自治医科大学女子卒業生は義務年限後も高い確率で常勤医として就業を継続し、「ワークライフバランス」、「人間関係の調整」に心を配りながら、医師としての勤務に前向きに活動していることが分かった。
- 今後は「学生時代としておいた方がよい」と提案された項目について実践を行い、自治医大生のみならず、女性医師の就業継続に向けた卒前教育の一助としていきたい。

- 学生としてできる勉強をたくさんしておく(講義、語学)。
- 情報収集のアンテナを高くもつクセをつける。
- 体力をつけておく。
- 仕事と家庭の両立に対する価値観を自分の中で認識しておく。
- 同期、先輩、後輩、先生、地域の方など、色々な人と仲良くしておく。
- 周りの方いつも感謝して、仕事(勉強)を一生懸命こなす姿勢を身につけてほしい。
- 義務年限終了後の姿を考え、勤務形態も含め、様々なロールモデルを持つておく。

先輩方からのアドバイス
(自由記載より)

日本プライマリ・ケア学会学術大会

COI 開示

筆頭発表者: 中摩 恵美

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業などはありません。

第2部 懇談会

挨拶

本間 善之 卒後指導部長

本日はお集まりいただきまして誠にありがとうございます。

昨年8月に卒後指導部長を拝命した本間です。

講演を聞いて思うことは、どのようなことに対しても、自分の権利として主張するのではなく周囲に対して感謝する気持ちを持つということがキーワードになっていたと思います。このことは仕事のうえでも家庭においても同じであろうと思います。

また、日々のストレスを如何に上手く解消するかについてもワークライフバランスをとるうえで大切なことです。ライフの部分においては、夫婦の役割を常に考え家庭内においても感謝する気持ちを忘れないで欲しいと思います。そうすることで厳しい局面に陥らずに未然に防ぐことができるのではないかと考えています。このことは患者さんを診察するうえでも大切なことです。常に感謝する気持ちを持つということを心に留めていただきたいと思います。



女性医師支援担当紹介

牧野 伸子 卒後指導副部長 兼 女性医師支援担当

卒業後のことや義務年限という特殊事情について不安な気持ちを持っていると思います。大学では、女性医師支援担当教員を卒後指導委員会の中に設け、学内の教員（卒業生）に協力をお願いしています。女性医師サポート役として石川鎮清先生、石川由紀子先生、小島華林先生、山本さやか先生がいらっしゃいます。女性卒業生のみならず、女子学生も相談事が発生した場合には気兼ねなく連絡をいただきたいと思います。

自分の紹介ですが、現在もワークライフバランスで悩んでいる毎日です。日々、学生さんや卒業生の皆さんとお話しをすることで元気をもらっています。卒業生に対する支援の他、在学中から多くの学生さんと顔見知りになることで卒業してから相談し易くなると思いますので、学生さんは気軽に声をかけてください。

石川 鎮清 女性医師支援担当

4名の女性医師支援担当に加え男性の視点からの意見も必要ではないかということで担当しています。学生、卒業生問わずサポートしていきたいと思っていますので、よろしくお願いします。

石川由紀子 女性医師支援担当

この4月から常勤で働いています。現在も悩みながらではありますが少しずつ復帰しています。何かありましたら気軽に声をかけてください。よろしくお願いします。

小島華林 女性医師支援担当

2人の子どもを抱え仕事と家庭のことを悩みながらも周囲に支えられて毎日楽しく過ごしています。学生さんが将来を楽しみだと思うよう何かできることがあれば幸いです。今日は学生さんと話をするのを楽しみに来ました。よろしくお願いします。

山本さやか 女性医師支援担当

夫も医師でワークライフバランスを常にどうとるかということを悩みながら過ごしています。自分が皆さんの頃は現在の自分がそのような状況にあるということは全く想像できませんでした。今思い描いている将来像が現実になるとは限りませんが、様々な方法や考え方があるということを身に付けていただいて将来目標とする自分に近づければいいと思います。今日はよろしくお願いします。

懇談会/情報交換会

約1時間、立食形式で卒業生と医学部学生との懇談会（情報交換会）を行いました。普段はゆっくり卒業生と話しをする機会が少ないために、積極的に卒業生に話しかける学生の姿が見られました。また、自身の出身県以外の卒業生と話しができる機会ということもあり、あちらこちらで卒業生を囲み和やかな雰囲気の中で懇談会は行われました。

グループワーク

学生と卒業生とで8グループをつくり、将来、子どもを持ったときに現実に起こり得る事態に対してどのようにして切り抜けるか、また、未然に防ぐためには事前にどのようなことができたかなどについてグループワークを行いました。グループワークの時間は15分、話し合った意見をホワイトボードにまとめてその内容を学生から発表してもらいました。最後に、グループワークのチューターとして、大林航医師（東京都28期）大林梨津子医師（佐賀県28期）から実体験を基に総括コメントをいただきました。

チューターの紹介

大林航医師からスライドを基に自己紹介をしていただきました。

自己紹介			
	大林航 (東京都28期)	大林梨津子 (佐賀県28期)	住居(航/梨)
平成17～18年	東京都立病院<初期研修> 平成19年3月結婚	佐賀県立病院<初期研修>	東京/佐賀
平成19年	東京都立病院<後期研修>	佐賀県山間部診療所(せふり)	東京/山間部
平成20年	平成21年4月長男誕生 佐賀県離島診療所(たかしま)	大学病院小児科<後期研修>	離島/山間部
平成21年		育児休暇 1月～療育病院(短時間勤務)	佐賀離島
平成22年	佐賀県離島診療所(かしわ)	佐賀県離島診療所(たかしま) /日赤病院小児科	
平成23年	東京都離島診療所(みやけ)	東京都山間部町立病院(おくたま)	離島/山間部
平成24年		東京都離島診療所(みやけ)	離島
平成25年～	平成25年4月次男誕生 東京都福祉保健局(行政+臨床)	公社多摩北部医療センター小児科 <後期研修→病院常勤>	東京
義務年限	平成25年3月終了	育休+短時間勤務8か月分義務残り	



(概要)

- ・義務年限内はそれぞれの都県で3年勤務
- ・東京都も佐賀県も離島を抱えているため、同じ都県で勤務していても単身赴任のこともあれば離島で同居していたこともあった
- ・多様な勤務環境下において、子育て、保育、住居など様々な面でその都度悩みながら対応してきた

《グループワークのお題(抜粋)》

将来、もし、自分がこんな状況になったらどうしよう・・・と想像します。

- ・夫婦とも医師でフルタイム勤務しています。
- ・家族は4歳の子どもの3人家族です。
- ・昨年までは夫の実家近くで働いていたために子どもをよく預かってもらっていましたが、4月から実家から離れた栃木県へ転勤してきたため現在は実家もだいぶ遠くなってしまいました。

- ・現在は、子育て中ということもあり妻は外来勤務のみにしています。夕方6時くらいには子どもを保育園に迎えに行っています。
- ・ある朝、子どもが朝ご飯を食べないので熱を測てみると、38.5度もありました。そういえば昨日もあまり食べませんでした。
- ・妻は8時半から外来があります。夫は手術の予定が入っています。
- ・今、朝の6時半です。さあ、困りました……。どうしよう。

<発表のあったグループからの発表内容>

【グループ H】

- 卒業生 小島 華林先生
 学 生 菅原 未来さん（医学部1年）
 浦山 りかさん（医学部2年）
 市川 真衣さん（医学部4年）
 佐野友字子さん（医学部5年）
 大谷亜里紗さん（医学部5年）
 陣内聡太郎くん（医学部6年）



■夫婦の当日朝のその後の対応について

- ・夫婦どちらかが仕事を代わってもらい休みをとる
- ・病児保育を利用する
- ・家政婦さんをお願いする
- ・近所の知り合いの方をお願いする

■事前に準備したおいたほうが良かったと思う点について

- ・自分の家族構成や子どもがいることを職場の人に事前に話しをしておく
- ・普段から自ら進んで仕事を引き受け周囲との関係を良くしておく
- ・急に困った時お願いできるように近所の方とのお付き合いをしておく
- ・予防接種や手洗いうがいをきちんとさせる

□グループのまとめ

- ・職場や近所の方など周囲の方との良好なコミュニケーションをとっておくことが大切だということが分かった



【追加発表：グループ F】

卒業生 竹村真生子先生

学 生 滝川 陽希さん（医学部1年生）

千田麻由子さん（医学部1年生）

澤ききょうさん（医学部4年生）

中平 真生さん（医学部4年生）

市村 尚之くん（医学部5年生）

黒田真里奈さん（医学部6年生）

■追加発表内容

病院によっては日帰り入院というシステムがあるようです。そのシステムを利用しても良いと思います。



☆大林梨津子医師からのコメント

- ・一番は夫婦どちらかが休むことだと思いますが、どちらも休めない時に備えて地域の保育サービスや病児保育を利用します。ただし、病児保育は予約制という盲点があるので事前調査が必要です。
- ・ご近所さん、家政婦さん、行政のファミリーサポートも充実してきていますので、急なことにも対応し易くなってきました。
- ・答えはありませんが、様々なことに対応できるよう情報収集と事前準備をしておくといいでしょう。
- ・予防接種はしておくといいでしょう。

☆大林航医師からのコメント☆

- ・次の勤務地に赴任する前から情報収集することは大切です。



☆大林夫妻からの総括コメント☆

梨津子医師から、子どもを持ってからの6年間でどのように過ごしてきたか、スライドを用いて説明していただきました。

自己紹介②					
	大林航 (東京都28期)	大林梨津子 (佐賀県28期)	住居(航/梨)	育児環境	子供の病気/急患/当直
平成17～18年	東京都立病院<初期研修> 平成19年3月結婚	佐賀県立病院<初期研修>	東京/佐賀		
平成19年	東京都立病院<後期研修>	佐賀県山間部診療所(せふり)	東京/山間部		
平成20年	平成21年4月長男誕生 佐賀県離島診療所(たかしま)	大学病院小児科<後期研修>	離島/山間部		
平成21年		育児休暇 1月～療育病院(短時間勤務)	佐賀離島	島内認可保育園	ご近所さん
平成22年	佐賀県離島診療所(かしわ)	佐賀県離島診療所(たかしま) /日赤病院小児科		島外認可保育園	
平成23年	東京都離島診療所(みやけ)	東京都山間部町立病院(おくたま)	離島/山間部	山間部認可保育園	ファミサポ
平成24年		東京都離島診療所(みやけ)	離島	島内認可保育園	ご近所さん
平成25年～	平成25年4月次男誕生 東京都福祉保健局(行政+臨床)	公社多摩北部医療センター小児科 <後期研修→病院常勤>	東京	兄:市内認可保育園 弟:院内保育 市内認可保育園	病児保育
義務年限	平成25年3月終了	育休+短時間勤務8か月分義務残り			

<佐賀県離島診療所(唐津市神集島診療所と高島診療所)にそれぞれ勤務>

- ・一人目出産後は育児休業を取得しました。その後は、人口200～300人の離島診療所に夫婦それぞれ勤務となりました。一人診療所のため急な休みは難しいうえ、行政のサポートはありませんでした。
- ・子どもは普段は保育園に預けていましたが、急な発熱の時は隣人の家で預かってもらったり、時には診療所に連れて行き診察室で面倒をみながら患者さんを診察したりしていました。その時に患者さんから頑張っているね、と声を掛けてもらうこともありました。時に急な往診が入り子どもを背負い自転車で患者宅に向かったこともありました。

<東京都①離島診療所(三宅村国保診療所)と国保奥多摩病院にそれぞれ勤務>

- ・東京都勤務1年目は子どもを抱え単身赴任にて国保奥多摩病院(常勤医4名)に勤務しました。幸いにも町のファミリーサポートが整っており緊急時の預かり対応が可能でした。
- ・当直の時はファミリーサポートの方に夜間から翌朝の保育園への送りまでをお願いしました。サポーターの方とは仲良くさせていただき子どももなついていたので、急な

発熱の時も快く引き受けてくれました。

＜東京都②三宅村国保診療所に夫婦して勤務＞

- ・人口３０００人の島に常勤医３名体制の診療所に夫婦して勤務しました。外来業務が忙しく医師が一人抜けると大変な状況になりました。
- ・子育てサービスは整っていなかったため近所の方と仲良くさせていただき、保育園のお迎えが遅くなりそうな時などはお願いしたこともありました。

＜東京都③行政と一般医療機関にそれぞれ勤務＞

- ・小児科医１０名の病院に勤務しています。
- ・普段は保育園に預けていますが、病気の際は市の病児保育又は義父母に預かってもらっています。病気の時、預かり手があった場合でもいつもの時間に出勤できるとは限らないため、職場のスタッフには少しだけ遅れてしまうことを予め話しておきます。
- ・日頃から職場での人間関係を大切にしていますので、誰か急な休みになった時は、進んで仕事を引き受けるようにしています。

□学生さんは心配や不安なこと沢山あると思いますが、周囲との方々とのコミュニケーションを大切にしていれば困ったときには何とかなるものです。

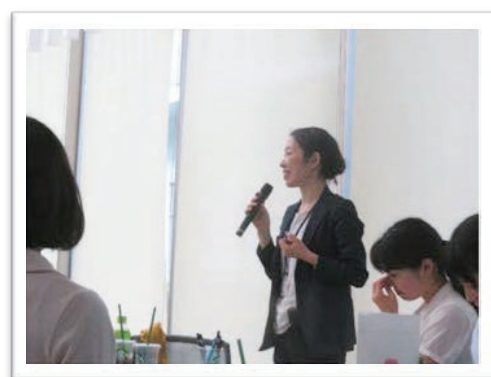
☆参加された卒業生からのコメント☆

①前川恭子医師

- ・今日は卒業してから初めて大学に戻ってきました。学生さんと沢山話しをすることができてとても楽しかったです。

②竹村真生子医師

- ・今日は同期生の日高先生が講演されるということで伺いました。講談会では学生さんとお話することもできたので楽しかったです。
- ・日高先生とは学生時代、仲良くさせてもらっていました。今日は久しぶりに会いましたが、学生時代の繋がりは今もあって、同級生が頑張っていることで自分も頑張れます。
- ・現在は竹田総合病院で勤務していますが、女性医師に優しい職場で多くの女性医師が勤務しています。多くの方に助けられながら常勤医として子育てをしています。
- ・常に一生懸命に取り組むことで医師として、家庭では母として楽しく過ごすことができますので、今出来ることを頑張って欲しいと思います。



③渡邊浄司医師

・今日は懐かしい思いで大学に来ましたが実際は慣れ親しんだ煉瓦や学生寮がすっかりなくなっていて半分淋しくも思いました。

・学生さんと触れ合うことができて自分自身刺激を受けました。他の先生方の話を伺い、改めて自分のワークライフバランスの在り方について考える良い機会となりました。

・男性にもっと聞いてもらいたいと思っているので気楽な気持ちで参加していただけると嬉しいです。成功例だけでなく、失敗例なども聞けるといいのではないかと思います。



☆全体を通して追加コメント☆

○大林航医師

・女性のワークライフバランスは注目されますが男性は忘れがちですので、あえて男性に注目して取り組む姿勢が大切ではないかと思います。出産・授乳以外は男性も関わることができますので、率先して行いたいと思います。

・男子学生はワークライフバランスについて興味をもって参加されたと思います。今日の話の中で何か一つでもいいので身に付けてもらえたら嬉しいです。

○大林梨津子医師

・子どもを育てながら常勤で勤務をすることは体力的に厳しいところがありますが、子どもと一緒にいると大変なことなど忘れてしまいます。恐れず楽しみ悩みつつも振り返ってみると良かったと思える人生を送っていただきたいです。



【卒業生・低学年】



【卒業生・高学年】

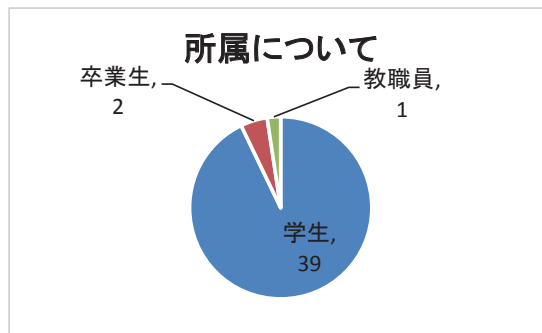
4. アンケート結果報告

当日は、お忙しいところご出席いただきまして、また、アンケートにご協力いただきましてありがとうございました。ここにその結果を報告いたします。

	講演会参加者	懇談会参加者
学生	46	41
卒業生	13	11
その他	14	10
計	73	62

I. 所属について

学生	39
卒業生	2
教職員	1
計	42



学年別内訳

6年	8
5年	7
4年	8
3年	0
2年	2
1年	14
計	39

学生男女比

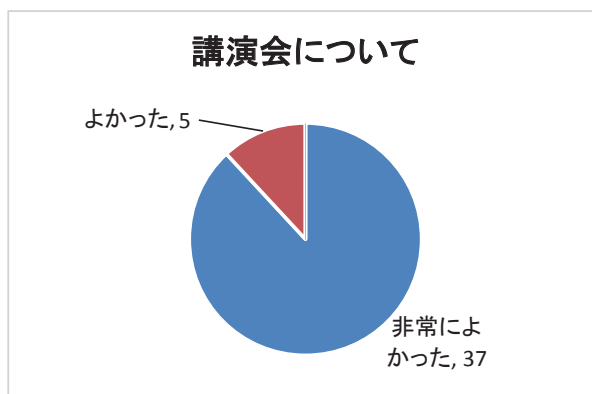
男	3
女	34
不明	2
計	39

* 3年生は試験期間中

II. 講演会について

(1) 講演会はいかがでしたか

非常に良かった	37
よかった	5
ふつう	0
あまりよくなかった	0
非常によくなかった	0
参加していない	0
計	42



(2) その理由を教えてください

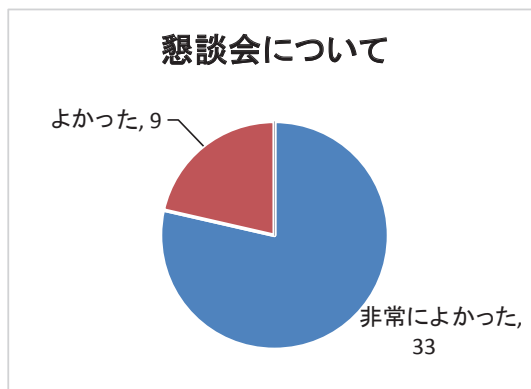
- ・ 経験に基づくリアルな話が聞けたので良かったです。
- ・ とても興味深く、引き込まれるお話だったから。
- ・ 具体的にご自身の経験をお話し下さったから。グラフなどがわかりやすかったから。
- ・ 女性と男性両方の経験談・意見を聞けたのが良かったです。
- ・ 卒業生の先輩方のリアルな経験談が聞けてとても良かった。男性側のお話を聞けたことも良かった。
- ・ ワークライフバランスの重要性を考えるきっかけになった。
- ・ 色んなお話を聞けて楽しかったです。
- ・ 自分のことについても考える機会となった。
- ・ 自分の将来について深く考えられた。
- ・ 色々な話が聞けてよかった。様々な具体的な話を聞いて「こういう方法があるのだ」と刺激をうけた。
- ・ 先輩医師の方のリアルなお話がきけてとても良かったです。
- ・ いろいろな育児、結婚の形があるのが分かって、とても良かったです。
- ・ このように卒業生の実体験をお聞きする機会はありませんでしたので良い経験になりました。
- ・ 自分の興味あること(いつ子供を産むか、育児と仕事の両立について)を聞くことができたから。
- ・ 卒後のライフバランスのいろいろなケースがきけて参考になった。
- ・ 先生の様々な経験を聞けて良かったです。
- ・ 実際の話がきけたことで、今まで考えたことのない点も考えるきっかけになりました。
- ・ 卒後の具体的な働き方、考え方をきくことができたから。
- ・ 卒後のことについて考える機会ができて良かったです。実際に経験された方のお話をきけて良かったです。

- ・3パターンの先輩のお話がきけて充実していた。
- ・自治内で結婚されている人の話やさまざまな困難をかかえながらも両立されている人の話をきけてよかった。
- ・目からウロコな情報が聞けた。男性からのライフワークバランスについての考えを聞けた。
- ・卒後についてのイメージを考えるいい機会となりました。
- ・育児の形態はさまざまで非常に参考になりました。
- ・先生方の働いている様子や義務のすごしかたを知ることができた。
- ・将来の想像ができた。
- ・男性サイドの話がきけた。
- ・男性視点がきけたので。
- ・日頃考えないことを考えるきっかけになった。
- ・貴重な体験をお話いただけたので。
- ・女性だけでなく男性側の講演もあり、「イクメン」と医師のことについて考えるキッカケになった。
- ・いろいろなワークライフバランスの事例で参考になった。
- ・色々な方の経験談をきけた。

Ⅲ. 懇談会について

(1) 懇談会はいかがでしたか

非常によかった	33
よかった	9
ふつう	0
あまりよくなかった	0
非常によくなかった	0
参加していない	0
未記入	0
計	42

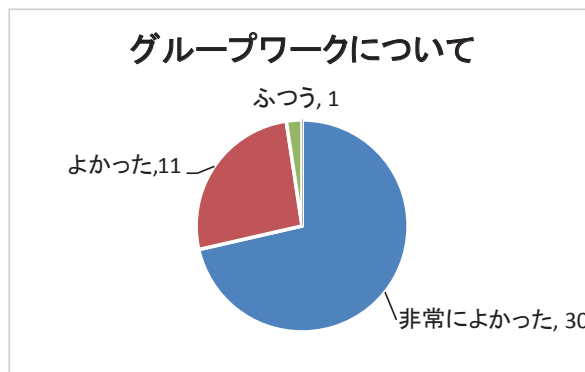


(2) その理由を教えてください

- ・楽しくいろんな人と話せました。
- ・自分の知りたいことについて、十分に知ることができたから。
- ・漠然とした不安があることに対しても優しくアドバイスをくださったから。
- ・様々なワークライフのパターンを聞くことができたのでよかった。
- ・普段はお話することのない大先輩と談笑しつつ卒後のことについて話せたのは良い経験でした。
- ・おいしかった！
- ・先生方の生の声を聞けた。
- ・ごはんがとてもおいしかった。先生に質問したら、丁寧にこたえてくださった。
- ・普段お聞きできないお話をきかせていただけて、将来をイメージするヒントをもらえました。
- ・今後のつながりを作る良い機会になりました。
- ・おいしい食事を楽しくいただくことができたから。
- ・卒業生の先生と直接ききたいことをいろいろきけたのでとてもよかった。
- ・キョリが近く、気軽にお話できたから。
- ・先生とお話できてよかった。
- ・たくさんの先生や学生さんと話すことができた。
- ・先生方がとても気さくに話してくださいました。
- ・学生時代にしておくべきことを気軽に聞けた。立食形式がよかったのだと思います。
- ・いろいろな先生とお話することができた。
- ・フリータイムに色々な先生方の話をきけた。
- ・小島先生とおはなしできました！
- ・先輩との対話は、一番勉強になります。(医師の結婚や子育てのことは親に聞いても分からない)
- ・気さくな雰囲気でお話することができた。
- ・個人的な質問をできる機会となったため。(公で聞きにくい質問など)
- ・食べながらの方がフランクに話しやすい。
- ・学生さんとたくさんお話できた。

(3)グループワークはいかがでしたか

非常によかった	30
よかった	11
ふつう	1
あまりよくなかった	0
非常によくなかった	0
参加していない	0
未記入	0
計	42



(2)その理由を教えてください

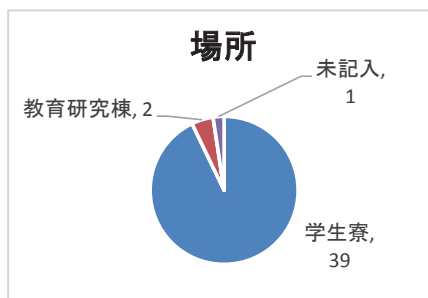
- ・ 具体的な問題について知れた。
- ・ 医師の方の意見もまじえつつ話し合いができたから。
- ・ 育児サービスで先生が利用されているものなどを紹介していただけたから。
- ・ 先輩方とお話できてよかった。
- ・ 聞いたお話に関することを実際のケースに当てはめて考えられたのが良かった。
- ・ 考えを深めることができた。
- ・ 女医さんの実体験としての対策を聞いて勉強になりました。
- ・ 実際の働く様子もわかった。
- ・ 楽しかった。
- ・ 自分だけでは気づけない可能性を知ることができて良かったです。
- ・ いろいろな人の意見が聞けて良かったです。
- ・ 自分の知らないことを、いろいろな視点で教えていただけたから。
- ・ 子どもをもったあとのことを考えたことがなかった。
- ・ トラブルとか、あまり考えたことがなかったから。
- ・ 実際にありそうなシチュエーションについて考えられてよかった。グループの先生にたくさん教えていただいた。
- ・ 楽しく意見交換できた。
- ・ 現役の先生の意見を聞くことができた。
- ・ 少人数で自分の意見を言いやすかったです。
- ・ 実際にありそうなテーマで話し合えて勉強になった。
- ・ リアルな例でした。
- ・ シチュエーションをリアルに想像することで、将来陥る可能性のある問題に対して対策を考えることができた。
- ・ とてもリアルな内容で、話し合いつつ、先生方が自然と「私もこうだった」と色々話して下さったから。
- ・ よくありそうな状況について考えて、色んな意見をきくことができた。
- ・ 各tableに先生がいらして下さって、とても話げできたのがよかった。

IV. その他

(1)場所はいかがでしたか

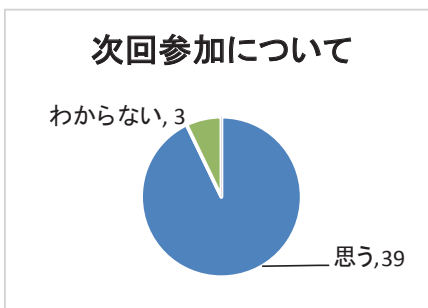
学生寮	39
教育研究棟	4
その他	0
未記入	1
計	44

(複数回答)



(2)次回も参加したいと思いますか

思う	39
思わない	0
わからない	3
未記入	0
計	42

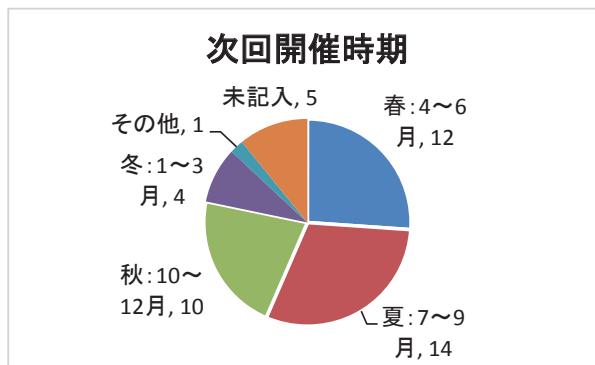


(3) 次回(来年)の開催時期はいつ頃が好ましいですか

春:4～6月	12
夏:7～9月	14
秋:10～12月	10
冬:1～3月	4
その他	1
未記入	5
計	46

(複数回答)

その他の回答:いつでも大丈夫



(4) ぜひ話を聞いてみたい！という卒業生がいれば教えてください

- ・ Dr同士ではなく、女医が常勤で夫が主夫やパートなど、子育てを主にやっている人の話がききたいです。また、学生結婚した人の話がききたいです。
- ・ 日高先生
- ・ 義務年限を途中で放棄した卒業生の話
- ・ 山本夫妻、先生方

(3) 今後取り上げてほしいテーマ・要望等ありましたら教えてください

- ・ 失敗例もぜひ聞きたいです。
- ・ 学年が違った場合に生じた支障などがあればお話しが聞きたいです。
- ・ 結婚していない方のお話をきいてみたいです。
- ・ 男性医師の働き方
- ・ 男の子にもっときてほしい！
- ・ 医師同士ではないカップル。女医とフツー？の人。

Ⅲ. 卒後ワークライフバランスについて考える会 2015 年度ブロック担当会議

1. 開催概要

概 要 「卒後ワークライフバランスについて考える会 2015 年度ブロック担当会議」

目 的 過去に女性医師集まりの会を行った県の事例をもとに意見交換を行い、他県の女性医師支援に関する状況、ネットワークを知ると共に、今後、女性医師支援をそれぞれの県で充実させていく過程での参考とする

開催日 平成 27 年 8 月 28 日（金）

会 場 FUKURACIA 東京ステーション 6 階会議室 G

参加者 19 名（卒業生 8 名、関係者 11 名）

主 催 卒後指導委員会（地域医療推進課）

協力者 牧野 伸子（卒後指導委員会女性医師支援担当）
石川 鎮清（卒後指導委員会女性医師支援担当）
石川由紀子（卒後指導委員会女性医師支援担当）
小島 華林（卒後指導委員会女性医師支援担当）
山本さやか（卒後指導委員会女性医師支援担当）

2. 次第

日 時：平成 27 年 8 月 28 日（金） 11：30～14：00

場 所：FUKURACIA 東京ステーション 6 階会議室 G

時間	内容	摘要
11：30	開会挨拶	山田俊幸卒後指導委員長
11：35	出席者自己紹介	進行 十枝めぐみ（香川 13 期）
12：05	ランチョンセッション 学生セミナーアンケート調査結果報告 自治医大の 1 年間の活動報告	石川鎮清 石川由紀子 小島華林 山本さやか
12：30	全体討論 「地域における女性医師支援ネットワークづくりに役立つ参考事例（香川・島根版）」	牧野伸子
13：50	まとめ	牧野伸子
13：55	閉会挨拶	本間善之卒後指導部長

3. 開催内容

開会挨拶

石川 鎮清 女性医師支援担当
(医学教育センター 教授)

東京でのワークライフバランス会は今回で3回目となり、名前も新たに“ブロック担当会議”としました。

卒業生と学生とを結びつける女性医師支援の活動の中核となる会で、これから1年間の活動について忌憚なく意見が交わることを期待しております。本日はどうぞよろしくお願い致します。



自治医大の1年間の活動報告

- ①「地域医療と女性医師支援」セミナー ・ ・ ・ 石川由紀子女性医師支援担当
アンケート調査結果報告
- ②自治医大女性医師支援1年間の歩み ・ ・ ・ 小島 華林女性医師支援担当
山本さやか女性医師支援担当

全体討論

平成26年度に訪問調査を行った香川県、平成25年度に行った島根県での女性医師支援の取り組み・今後の動きをそれぞれ十枝めぐみ医師、白石裕子医師に発表いただきました。その後は、自分の県での状況について参加いただいた女性卒業生からご意見を伺いました。

【会議録 ～「地域における女性医師支援ネットワークづくりに役立つ参考事例（香川版・島根版）」～ 】

牧野 伸子（大阪10期 自治医科大学
公衆衛生学部門）

大学の中の動きについて、女性医師支援担当は卒業指導委員会、地域医療推進課と常時連携して卒業生・学生等にアプローチしている。中心的役割を持つ女性卒業生には地域の卒業生の顔が見える位置で、女性卒業生の日常のふとした問題に対応いただくアドバイザー的な役割をお願いしている。



今回の会を開催するにあたり出席する女性卒業生から事前に会のテーマを募集した。「地

域で頑張る女医に直接フィードバックできる内容、困った時の相談先やネットワーク作りの取り組み」について伺いたいと意見があり、今回の全体討論の内容を検討した。

47都道府県で共通したシステムを作り上げるのは現段階では困難であるが、前段階として先進的に取り組んでおられる県の事例の発表を行い、それぞれの県に持ち帰って参考としていただきたいと思います。

【参考事例発表：⑩十枝めぐみ（香川13期 綾川町国保綾上診療所）】

《女性卒業生の集まりの会について》

- ・既存の香川県人会メーリングリストを利用して卒業生の集まりの会を綾上診療所併設の総合施設において今年10月実施予定（本学卒業生と結婚された香川大学女性医師参加予定）
- ・女性医師をパートナーに持つ男性医師も増えていることから男性医師にも是非参加して欲しい
- ・女性医師に限らず男性医師を含めたワークライフバランスに配慮した会が今後必要
- ・集まりの会では女性医師ならではの地域での活動や取り組みについて伝えて、多様な働き方があることを知ってもらいたい

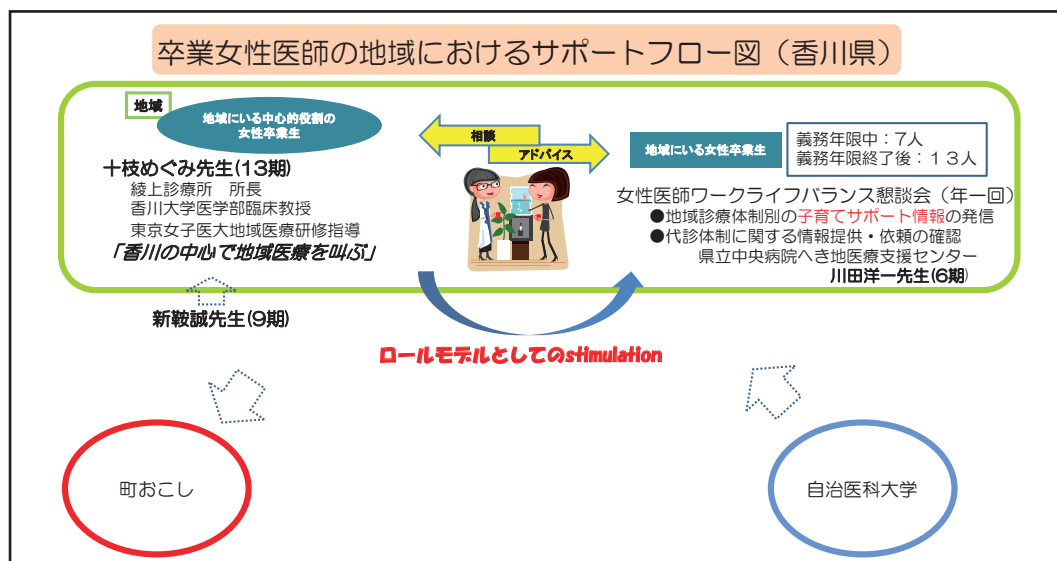
○若い女性医師や学生の不安を和らげられるようなサポートを目指す

《代診体制に関する現在の取り組み状況》

- ・産休の際に自治体の負担で代診に来てもらうことに負い目を感じることもある
- ・以前、県立中央病院から代診に来ていただいた際の費用は無償だった
- ・県から自治体に派遣されている卒業生が産休をとる際は、県立中央病院から代診に来ていただくシステムが確立されれば卒業生の不安感を少し取り除くことが出来る

⇒現在、香川県庁と代診システムについて話し合いをしている

○女性医師支援システムについて、前述の女性卒業生の集まりの会で話し合いを行い、その結果を文書にして県庁に提出予定



〔参考事例発表：②白石 裕子（島根 17期 隠岐島前病院）〕

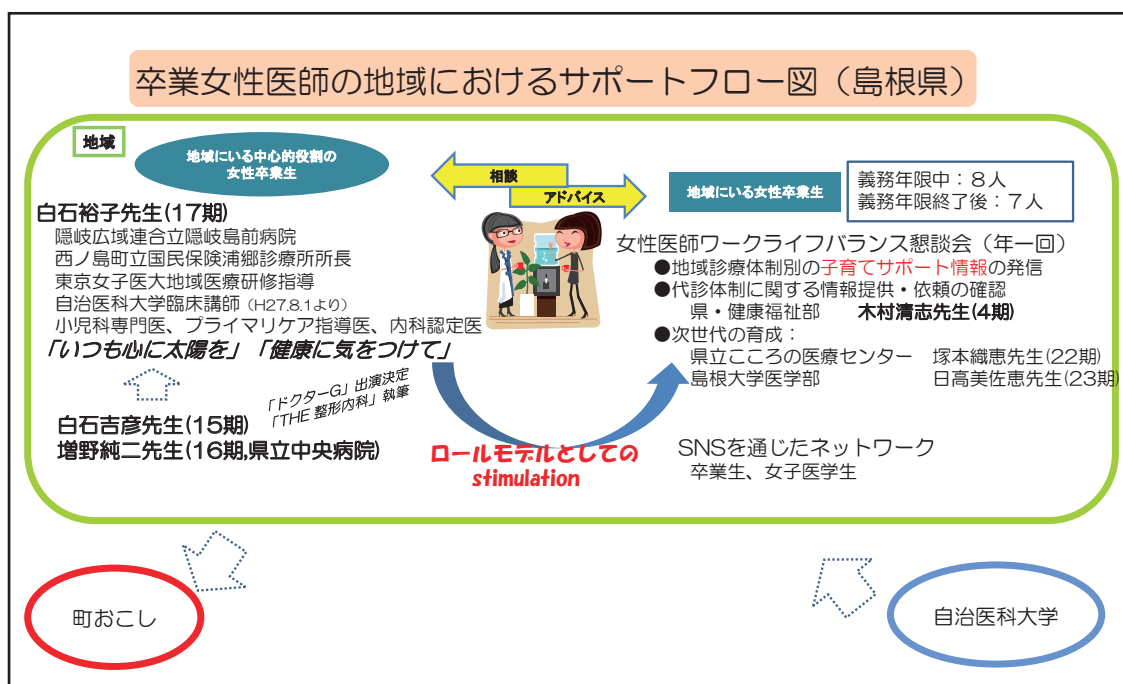
《女性卒業生の集まりの会について》

- ・卒業生の勤務のことなどを話し合う場として、島根県主催の地域医療会を年2回開催している。
- ・2年前、大学が島根県を訪問したことがきっかけとなり、地域医療会の前段に女性卒業生によるランチ会開催の話がでた。9名の先生が集まり今年7月に開催した。
- ・次世代の育成の協力者に日高美佐恵先生（23期：島根大学医学部）がおられる
- ・一学年3名女子学生の学年もある
- ・自分のキャリアに不安をもつ学生や卒業生がいる

○女性卒業生によるランチ会は今後も開催予定

《女性が働きやすい環境づくりについて》

- ・隠岐島前病院では女性医師が働き易くなるよう女性更衣室や当直室、シャワールームの整備を検討している
 - ・地元大学や市民病院においても、女性に優しい取り組みのPRを積極的に行っている
- 地域における女性活躍に向けた取り組みや働きやすい環境整備を社会全体として開始



牧野 伸子

おふたりのスライドの左端に共通する「町おこし」は、行政が地域をアピールする際に活躍する女医の存在を最たるアピールとしていることが分かり、ひいては地域のメリットにつながっていることから、スライドに盛り込むこととした。

【質疑応答】

新井 由季（栃木25期 那須赤十字病院）

香川・島根の取り組みを聞いて進んでいる印象を受けた。子育てが一段落付く世代の女医がいない県はどうやっていけばよいか。

牧野 伸子

この会は今回で3回目となり、名前も新たに“ブロック担当会議”としたが、これまで会の名称を“ブロック担当”としなかったのは、役割が先にあってもそれに沿っていける段階にはまだないと判断したからである。今後は“ブロック担当会議”の名称を使うことになるが、都道府県毎だけでなくブロックでも支援の輪が進むような道筋ができることを期待して称している。

県独自で取り組みを進められるかどうかは県毎に事情があるので難しいが、その場合はブロック単位でサポートできればと思う。

白石 裕子

以前、東北地方、北関東は音頭を取る卒業生が少ないかもしれないという話になった。文化的にも北日本の女性は控えめなのかもしれないし、東北の震災支援に行った時も圧倒的な医師不足を感じた。医師自体が少なく余裕が少ないというものもあるかと思う。ただ、皆仲間なので県内に女性医師がいなければ私たちに頼ってほしい。

【意見交換】

十枝めぐみ

先日、岩手県人会に呼んでいただく機会があり女性医師について講演を行った。「元気な女医を呼びたい」という意図があって、岩手県人会の先輩女医が自分のことを推薦した。聴き手は全員男性卒業生だった。女性は日中は子どものことなどでなかなか出てこれないため講演会には参加できなかったのだと思うが、夜の懇親会からは顔を見ることができた。岩手県人会の印象は結束が強固で仲が良いという印象だった。また、県人会自体が女医の話を聞く姿勢を持っていることにこれまでとの変化を感じた。今まで関心のなかったところに、男性も一歩踏み出そうとしていた。控えめと言われる東北や関東の女医も男性医師に後押ししてもらったらできるようになるかもしれない。会では男性が見守ってくれているような雰囲気を感じた。男性も巻き込んで、助けを求める声を出していればおそらく動いてくれる人はいる。男の人は言わないと分からないが、言ったら分かってくれる人がたくさんいる。そのためには小さな声でも伝えていくことが大切。

白石 裕子

助けを求めることも能力のひとつである（＝受援力）。特にこの力は女性は持ちやすく、中年の男性は持ちにくいように思う。「これをやってほしい、なぜなら〇〇だから。」という伝え方はとても有効なのでぜひ試してみてほしい。

横谷 倫世（奈良 21 期 （医） 土庫病院）

自分は奈良県で 3 人目の女医で、現在長男は 11 歳になった。義務年限中はよかったが義務終了後、病院勤務の外科医になったときに当直や夜間の手術もあり両立していくのが大変だった。勤務形態を持続可能なように考慮してほしいと当時の管理職の医師に相談しても、10 年前はなかなか理解を得るのが難しかった。子育てと両立しながらの勤務にまだ、全体的な理解が乏しい職場で、労力を使っても何も変わらないと思い、その時は医局人事で病院を転々とした。現在の病院は常勤外科医の人数が多く、当直なし、緊急の呼び出しも順位が低く勤務しやすい。その代わり雑用を引き受けたり、手術に入れる回数もほかの医師よりは少ないという面もあり、自分が望む最良の形とは言えないが、同じ病院で外科を続けることができている。その間に、管理職の先生も入れ替わり、10 年前であればすぐにはねのけられそうなことも、少しは聞いてもらえるようになった。病院も常勤医師がひとりでも多くいた方が助かるという意識がでてきた。周囲の環境が、あまりに整っていないときには、無理に正面から改善を求めず、しばらく自分のキャリアをつなぐというのが賢明なこともあると思う。

濱舘 香葉（青森県 25 期 八戸市立市民病院）

東北の女医の話があがったが、そもそも東北は医師不足である。青森県の卒業生は義務年限が終わると県を退職してしまう。また、結婚協定を結んでいる卒業生は義務明け後、他県に出てしまっても医師は増えず、何年経っても変わらない。自身が出産したときも、これまでの女医と扱いは同じで今まで同様働いてもらおう、と強く言われたのを覚えている。もう少し時間がかかると思う。

小島 華林（青森 24 期 自治医科大学医学部小児科）

同じ青森出身の卒業生として、青森県内の卒業生の中では働き方に男女の差はない。先輩の女医は子を 4 人抱えかなり頑張って働いていた。私自身は、女医だから行かないだろうと言われていた診療所にあえて志願し勤務した。妊娠した時も近隣の医師は、非常に優しくいろいろと助けていただいた。青森県の実情としては、厳しい環境で辞めていく医師は多い。県の担当者の考え方もまずは医師の働きやすさというより、医師数確保が念頭にあるように感じている。男女問わず医師が働きやすい具体的な環境のアピールをして取り組むことも重要であると感じる。

山本さやか（宮城 25 期 自治医科大学医学部附属病院臨床検査部）

25 期だが宮城県では 3 人目の女医となる。話を聞いてきた西日本と比較すると、女性卒業生の層の違いを感じる。東北は女性医師の層が薄く、さらには医師不足の現状がある。

自分自身は、時期的に自治医大医師が不足していた頃に内科をしており、妊娠が分かると休みを取ってでも内科勤務を継続してほしいと要望があった。義務中は育児休業を取得させていただき 2 人出産できた。自分が育休を取得したことで実績を作れたのでそこは良

かったと思っている。自分の後は女性が续かず、現在、義務を終了しているのは自分を含めて3人。そこに層の薄さを感じるが、宮城県に関して言えば、女性卒業生のあり方・立ち位置を確立していくのはこれから。今は学生のほぼ全学年に女子がいて、彼女たちの年齢層が上がってくると活躍できる場を作っていく時期になると期待している。

石川 鎮清（自治医科大学医学部医学教育センター）

香川・島根県にはキーパーソンとなる男性医師がいる。ワークライフバランスに理解がある、積極的ににはやらないが声を掛ければ動いてくれる男性医師はいると思う。自然と目をかけてくれる男性医師もいるし、助けを求める相手を見て伝えたら良いように思う。

定金 敦子（福岡県22期（財）放射線影響研究所）

男性に頼むことに加えて、女性が偉くなることも方法のひとつかと思う。日本の人事制度では、年齢があがるにつれてその意識がなくても昇任し役職が付いていく。自分自身もその道を閉ざすか、管理職を受け入れるか日々悩み葛藤している。今までは女性が出産して仕事を続けることが大変という時代だったが、次の時代として昇進を受け入れることを考える時期なのかもしれない。本人にとっては大変だが、そういった人が増えるのは後進にとって有難い。

濱舘 香葉

青森県の男性医師で、手をあげたら応えてくれるのは八戸市立市民病院の今 明秀先生（6期）。八戸市立市民病院は働きやすい病院だと思う。

自分が研修医の時は青森県立中央病院に院内保育があったが研修医が終わるときになくなった。八戸市立市民病院は今先生の「女性が働くには院内保育だ」の声があり今年出来る。青森県全体でみても卒業生にとって厳しい状況にある。

渡邊ありさ（埼玉県24期 鳥取県国保日南病院）

昨年までは鳥取大学医学部に勤務していたが、女子学生の考え方は二極化しているように感じた。将来の家庭を重視するために今後どの専門を選択すべきか尋ねてくる学生がいる一方で、最短で専門医取得を目指したい、バリバリ研修もしたい、そのためには早く県外に出ないと…と考える学生もいる。

自分が学生の頃は、心配がなかったわけではないが今の学生ほど深刻には考えておらず、同じような境遇の先輩もいるし、なんとかするかと考えていた。

今の学生は不安が多いし、そのために準備もしたいし、制度もそろってほしいと、心配事が多くその分欲求も多い。そのような中、先輩の話を聞ける機会は学生には特に重要だと思う。県やブロック毎の取り組みを発信していく必要性を感じる。

影向 一美（新潟24期 県立新発田病院）

県内に男性のキーパーソンがいるのはうらやましい。また、SNS や女医ランチ会、メーリ

スなど女医同士で意見交換できる機会があるのが非常にうらやましく思う。新潟は女性卒業生が少なく、県人会でも女性が集まらない。そこで、ランチ会からまずは行ってみたいと思うが、どうやってメーリスを立ち上げたか伺いたい。

十枝めぐみ

県人会のメーリスがあり、歓送迎会のおしらせを流したり、男性医師はゴルフコンペの案内を流したり、症例の相談をそこですることもある。去年はそこに情報を載せたところ反応があった。今年の秋にも2回目の開催を予定しており、そのメーリスに情報を載せたが、返事は良好で上手く機能している。既存のもので、活用されていたものを使っているのであまり抵抗なく利用することができている。

白石 裕子

島根県のメーリスはかつてはあったが、現在は活用されていない。2年前はラインで連絡を取り合っていたが途切れてしまった。

6月に開催した際は、日高美佐恵先生（23期）が木村清志先生（4期）に卒業生のメールアドレスを聞いて、一斉送信で連絡を取ってくれた。義務内の女性は結婚協定で島根に来ている人も含めて9人いて、それぞれが地域に散らばる中で各人の思いを共有することができた。臨機応変にできるのも女医の良いところで、都合がつけば学年が離れていても声をかけたら来てくれる。緩く次に繋げていければいいのではないかなと思う。

影向 一美

新潟にも県人会のメーリスがあったと思う。また、県庁の神田健史先生（22期）にもお声掛けしたいと思う。

石川由紀子（静岡17期 自治医科大学医学部総合診療部）

静岡県人会は、あだなで呼び合ったりして上下関係が良い意味で薄れている。1年に1回旅行にも出かけたり、卒後も結婚式に呼んだり関係は良好である。

義務終了後は県を離れ申し訳ない思いがあり、県人会に顔を出すのは敷居が高かったが、3年前に思い切って夏の研修に行ってみたら、女性も数名いて、学生や義務中の卒業生ともネットワークが生まれるきっかけになった。ランチ会などちょっとしたことから繋げていってほしい。

十枝めぐみ

ランチ会は、去年メーリスを流したら日曜の昼がやりやすいと回答をもらった。土曜の夕方案もあったが、日曜の昼の方が子どもを預けるにしても実家に預けていきやすく、子どもを連れて行くにしても動きやすいという理由で今年も同じく、昼の案で検討している。おいしいお弁当を用意して「お話ししましょう」と声をかければ女性は集まりやすいと思う。



牧野 伸子

ブロック担当という考え方についてご意見いただきたい。

十枝めぐみ

子どもの手が離れた今だから動きやすく、こういった会にも出やすくなった。子育て真っ盛りの先生は家庭も仕事も忙しく今が一番大変な時期だから難しいと思う。10年前にこういった話があったら断っていたかもしれない。

今はメーリスなどもあるので、それで声をかけて一歩踏み出すこともできると思うし、子育てが一段落したところで動けるようになることが望ましい。

20年前、診療所に赴任した際は「女なんかいらん」と言われた時代だったので、今の社会は隔世の感がある。昔はいっぱいいいばいでちょっと言われただけで泣いてしまったこともあったが、月日が経つにつれて図々しくなっていくと思う。「出る杭は打たれる」時代から「出過ぎた杭には届かない」時代になるには年月がかかる。皆さんが“ブロック担当”と言われてどうしようと思う気持ちはよくわかるので今すぐどうこうではなく一歩踏み出せるところから動き出してもらって、構えずにちょっとした気持ちでいてよいのではないかと思います。

白石 裕子

女性医師支援に関して先進的な地域と言っていた。実際は、離島で毎日をただひたすら過ごして来ただけの気持ちである。子育てをしながらも日常の仕事を地道に続けることが1番大事だと思うし、毎日色々大変なことがある中で医師の仕事を続けていくというだけで評価していただけるのは大変有難い。

ブロックについては続いてくれそうな後任の目星が付き、中国地方は他県に仲間もいる。ブロックに限らず世代が移り変わる中で色々な立場の人が色々な意見を交換できることが素晴らしいと思っているので、いつまでもここに来たいと思いつつ、世代交代もしていかなければならないと思っている。

横谷 倫世

長男は11歳になって末っ子は4歳になった。同じ生活が10年続いているが、以前と比べて自分も慣れてきて上手く立ち回れるようになったり、後輩医師から相談を受けたりしている。代表はできないが、相談される存在として期待されているのだと理解している。ブロックの中の県によって義務年限中の状況は異なるので、奈良県内であれば担当できる。

定金 敦子

各都道府県毎の制度の違いに加えて、県の歴史を知った上でないと支援は進まないができることがあれば協力したい。

影向 一美

会に来るとモチベーションがあがり、そのモチベーションを1年間維持し続けるのも大変だがまた1年間頑張ろうと思える。県内の女医にフィードバックできずにいることをもどかしく思っていたが、ランチ会であったり、県庁の神田先生に繋いだり、義務内の県内の女医に繋げてフィードバックできたらと思う。この会に興味を持っている同級生もいるので広めたり一緒に仲間になっていけたらよいと思う。

渡邊ありさ

埼玉県と鳥取県の2県で勤務したことはブロック担当としてのメリットになっている。ブロック内でも県によって制度は異なるが、自分の県の状況を他県に伝えられることもブロック担当のメリットであると思う。

自治医大の女性をサポートしていくことは地域枠の女子学生にとっても働きやすい環境を整えることに繋がるし、地域枠の学生たちが地域派遣になると自治医大の卒業生もだいぶ楽になると思うので、そういった意味でも良いことかと思う。バリバリ働きたい地域枠の学生にとっても、楽しく働きたい地域枠の学生にとっても地域枠であることは重荷のようだが、地域の方が働きやすかったり両立しやすかったりした経験があるので伝えていきたいと思う。

新井 由季

2人目を出産したあとから県人会の理事も務めたが、3人目を出産するにあたって役職を外していただき、県人会からは離れている。当直の度に夫に時間休を取ってもらっているので、夜の会議に出席する為に夫に頼むのは気が引けていた。この会は子どもの送迎に影響しない日中に開催されるので有難い。県人会もそろそろ参加し、県内の様子を見るところから始めたいと思う。

濱舘 香葉

上手く働くコツとして県人会があると思っている。学生時代に県人会で頻繁に交流していたが、そのときの関係が現在に活かされている。義務内中に県の人事を担当していた男

性の後輩医師から、出産する義務内の女性医師がいるので先生の経験を教えてほしい、と相談を受けたことがあった。県職員を退職して県人会に関わることは少なくなったが、八戸市立市民病院は研修医も含め女性医師が多い。女性医師の問題に関して男性を通じて調整を取る機会が多くなった。当院で初期研修中の他大卒医で自分が頑張る姿を見て頑張ろうと思ってくれた医師がいた。ここ最近は県人会に還元できることが少なかったが、少しでも県人会や近場の県に協力できたらと思う。



【まとめ】牧野 伸子卒後指導副部長

年齢と共に仕事は増えるが、すべて自信を持ってお引き受けできているわけではない。“断る”選択肢も頭をよぎるが、これまでに子育てで培ってきた“何かを育てる”というクセが身についており、“育てたい”気持ちでお引き受けしている。自分自身も悩みながらも日々過ごしている。

自分はそのような折であるが先生方には“ブロック担当”という言葉は重く捉えないでいただきたい。新しいことに取り組むのではなく今のままの姿、動きで気負わず引き受けただけいたら幸いである。

そうはいつでも事情があるので今は他の人に振って、また時間ができた際に…といった考え方もあるので、その場合には改めてご連絡いただき、後任の推薦をいただければと思う。

この会の位置づけは“企画”である。女性医師の集まりは皆で共有し合う場は多いが、前に進む力を出すことは少ないように思う。去年のこの会の集まりの時は、参加者から自然に企画の力を出していただき、共有し合う中で次の一手が見えてきて今回の会に繋がっている。

この先、担当が外れたとしてもアイディアを出していただき皆で考えていければと思う。将来的には10ブロックだけでなく全国バージョンとして広がっていくことができれば幸いと思う。

閉会挨拶

本間 善之 卒後指導部長

出身の富山大学医学部は女子学生が多くなり、男が多かった自分の時代と比べてずいぶん変わったと感じている。

女性医師支援の試みは全国各地の大学や国でも積極的に行い試行錯誤しているが、理想論が多く実行が伴っていない印象を受けている。

これまでに3度、会が設けられてきたがノウハウも蓄積されてきたところで、牧野先生、石川鎮清先生をはじめとして、卒業生にはなんとか義務年限を果たしていただきたいと思う。



ブロック担当会議 自治医大活動報告

1年間の歩み

自治医大女性医師支援

医学部卒後指導委員会



女性医師支援～1年の動き（26.9～27.7）

- I. 卒後ワークライフバランスについて考える会2014 in Autumn (26.11.20)
- II. 卒後ワークライフバランスについて考える会2015 in Jichi (27.7.5)
- III. 訪問調査（・香川県（26.10）・愛知県（26.11）・岩手県（27.6）・香川県（27.6））
- IV. 女性医師リレーエッセイ

I. 卒後ワークライフバランスについて考える会2014 in Autumn (26.11.20)

テーマ「育児と仕事の両立」

□ 講演会：46名（卒業生6名、在学生21名、その他19名）

講演 I 「今日は病院休みます。」 川村 留美医師（徳島県28期）

□ 懇談会：32名（卒業生5名、在学生15名、その他12名）

学生グループワーク：卒業生に聞きたいこと
 ①家庭内において夫に最も望むこと
 ②育児との両立に望ましい勤務形態について
 ③結婚協定を結んだ際のキャリアアップについて

卒後ワークライフバランスについて考える会2014 in Autumn 講演会



講演 I 川村留美医師（徳島28期）
「今日は病院休みます。」



卒後ワークライフバランスについて考える会2014 in Autumn 懇談会



II. 卒後ワークライフバランスについて考える会2015 in Jichi (27.7.5)

テーマ「キャリア形成、仕事と子育ての両立」

□ 講演会：73名（卒業生13名、在学生46名、その他14名）

講演 I 「ライフワーク・ライフ・バランス 私の場合」 前川 恭子医師（山口県15期）

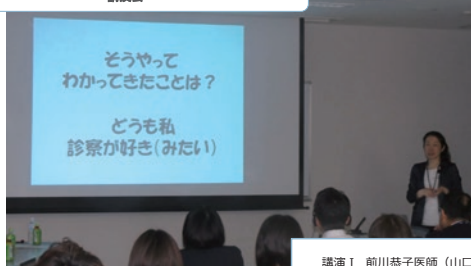
講演 II 「自分らしい人生を求めて」 日高美佐恵医師（島根県23期）

講演 III 「男性医師の視点から考えるワークライフバランス」 渡邊 淨司医師（鳥取県25期）

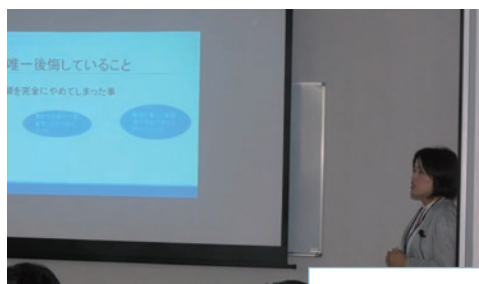
□ 懇談会：62名（卒業生11名、在学生41名、その他10名）



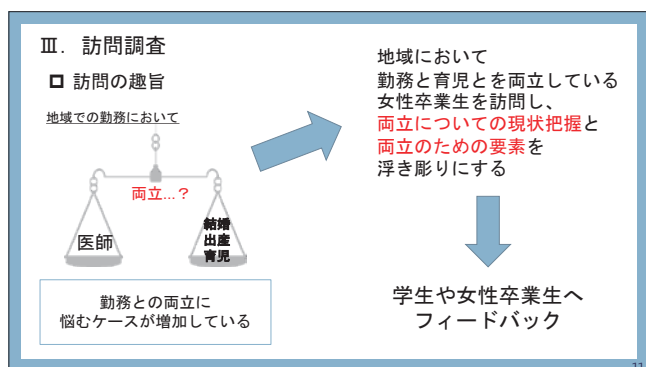
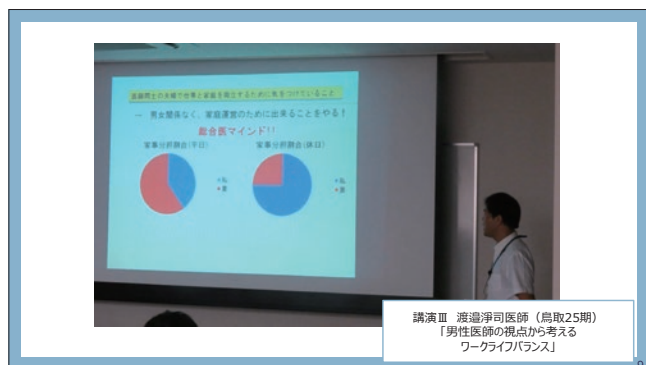
卒後ワークライフバランスについて考える会 2015 in Jichi 講演会



講演 I 前川恭子医師（山口15期）
「ライフワーク・ライフ・バランス 私の場合」



講演 II 日高美佐恵医師（島根23期）
「自分らしい人生を求めて」



Ⅲ. 平成26年度訪問調査～女性卒業生の集まり

◆香川県女性卒業生 (26.10.19)

《調査に協力いただいた卒業生》

十枝めぐみ	先生 (13期)
新鞍 誠	先生 (9期)
久保 訓子	先生 (4期)
吉野 すみ	先生 (7期)
神原 千穂	先生 (14期)
遠藤日登美	先生 (24期)
堀口 育代	先生 (26期)
堀口 正樹	先生 (26期)
紙谷 史夏	先生 (32期)
山本 智美	先生 (33期)
山本 博之	先生 (33期)
吉田里沙子	先生 (34期)
木村 春香	先生 (37期)

近況報告

経験を基にアドバイス

ヒントを得る&刺激

〔13名〕

Ⅲ. 平成26年度訪問調査

◆愛知県新城市市民病院 (26.11.7)

《調査に協力いただいた卒業生》

1. 神谷尚子先生 (岡山県30期)
・ 卒後3年目から愛知県と結婚協定締結
2. 木村里紗先生 (愛知県27期)
・ 卒後4年目から青森県と結婚協定締結

⇒新城市市民病院は卒業生が多く勤務しており卒業生女医も多い。マンパワーがあること、院内保育園があること、同じ境遇の女医が多いことから、子育てしながらも勤務が継続できる。

Ⅲ. 平成27年度訪問調査

◆岩手県立磐井病院 (27.6.11)

《調査に協力いただいた卒業生》

叶城倫子先生 (岩手県28期)

- ・ 夫は県職員 (医師ではない)
- ・ 麻酔科医として勤務
- ・ 研修医として勤務していた頃から女性医師が働きやすい環境だと感じ、希望して卒後7年目 (平成23年4月) から勤務している

Ⅲ. 平成27年度訪問調査

◆香川県まんのう町国保造田診療所 (27.6.28)

《調査に協力いただいた卒業生》

吉田里沙子先生 (香川県34期)

- ・ 夫は外科医 (他大学)
- ・ 夫、子ども、父母、祖父母と同居
- ・ 現在第2子妊娠中
- ・ 来年度は離島勤務の可能性が高いが単身赴任で勤務予定

Ⅳ. 女性医師リレーエッセイ

□ 女性医師リレーエッセイ

- ・ 卒業生から希望があり、H26.11～から女性卒業生にリレーエッセイを執筆いただいている。
- ・ 地域医療推進課で配信しているメールマガジンにて発行している女性医師支援NEWSレター (奇数月発行) において掲載中。

□ これまでの執筆状況

第1回	氏家士富子	先生
第2回	白石 裕子	先生
第3回	倉澤 美和	先生
第4回	十枝めぐみ	先生
第5回	小出佳代子	先生
第6回	原田和歌子	先生

女性医師支援blogでも掲載

4. 参加者名簿

【女性卒業生】

No.	氏名（旧姓）	ブロック	出身	卒業
1	濱舘香葉（伊藤）	北海道・東北（北）	青森	25
2	新井由季（松倉）	東北（南）・関東（北）	栃木	25
3	渡邊ありさ（宮浦）	関東（南）	埼玉	24
4	影向一美（大嶋）	中部（北）	新潟	24
5	横谷倫世（八幡）	近畿・関西	奈良	21
6	白石裕子（吾郷）	中国	島根	17
7	十枝めぐみ（松本）	四国	香川	13
8	定金敦子（轟木）	九州（北）	福岡	22

【大学関係者】

No.	氏名	所属	出身	卒業
1	山田 俊幸	卒後指導委員長		
2	本間 善之	卒後指導部長		
3	牧野 伸子	卒後指導副部長	大阪	10
4	石川 鎮清	女性医師支援担当	福岡	12
5	石川由紀子	女性医師支援担当	静岡	17
6	小島 華林	女性医師支援担当	青森	24
7	山本さやか	女性医師支援担当	宮城	25
8	久保田知之	地域医療推進課		
9	熊倉 盛男	地域医療推進課		
10	河原奈麻美	地域医療推進課		
11	雲井 悠里	地域医療推進課		



IV. 学生懇談会

1. 開催概要

- 概 要 「学生懇談会～卒業生と共に地域におけるキャリアデザインを描こう！」
①富山県・愛媛県（富山県30期 黒真希子医師）
②茨城県 （茨城県26期 白土綾佳医師）
- 目 的 出身県の卒業生と在学中から交流を深めると共に、公の場では聞きづらい女性医師ならではのワークライフバランス及びキャリアについて話を伺い、卒後の地域勤務への理解を深める。
- 開催日 ①平成27年9月17日（木）16時30分～17時30分
②平成27年9月25日（金）16時30分～17時30分
- 会 場 医学部教育研究棟1階 会議室1
- 参加者 ①13名（卒業生1名、在学生7名、関係者5名）
② 9名（卒業生1名、在学生4名、関係者4名）
- 主 催 卒後指導委員会（地域医療推進課）
- 協力者 牧野 伸子（卒後指導委員会女性医師支援担当）
石川 鎮清（卒後指導委員会女性医師支援担当）
石川由紀子（卒後指導委員会女性医師支援担当）
小島 華林（卒後指導委員会女性医師支援担当）
山本さやか（卒後指導委員会女性医師支援担当）
神徳穂乃香（医学部6年生）
吉村 成子（医学部6年生）

2. 開催内容

①富山県・愛媛県（富山県30期 黒真希子医師）

日 時：平成27年9月17日（木）16時30分～17時30分

場 所：医学部教育研究棟1階 会議室1

- （1）開会挨拶
- （2）出席者自己紹介（名前・学年・部活等）
- （3）義務年限中のお話（キャリアや子育ての状況）
- （4）フリートーク
- （5）閉会挨拶
- （6）写真撮影



◆黒先生から

- ・どんな時でも周囲には支えてくれたり助けてくれたりする人がいる。自分の目の前のことに一生懸命になることが一番大切
- ・先のことへの不安は多いと思うが、どんと構え、今を楽しんで失敗しながらも色んなことにチャレンジしてほしい

◇学生からの感想

- ・自治の先輩が誠実に一生懸命に地域医療に取り組んでいるのを誇りに思いました。その姿を見ることができたので大変良かった。
- ・女性医師の先輩（特に県人会の先生）とお話をする機会がなかなかないので、育児とキャリアのリアルな体験談を聞けて良かった。ありがとうございました。
- ・将来自分が同じような状況になったときに、自分がどうしたらよいか考えることができた。不安に感じていたことも少しほぐれた気がする。
- ・将来のことを考えると思い通りになるのかとても不安になるが、どうなるか分からないけれど自分なりに今やることをやっていればどうにかなるのかなと勇気づけられた。
- ・将来、結婚をし、出産をし、その中で仕事することに憧れていたが、イメージがわからず本当にできるのか不安だった。しかし、卒後の先生の詳しい話を聞けて少し不安を取り除くことができた。
- ・将来、男性より女性は不利な点が多いと思っていて不安だったが、それが解消されて良かった。
- ・普段あまり聞くことのできない話を気軽に聞くことができて良かったと思う。自分のキャリアについて考えるきっかけとなって良かった。

②茨城県（茨城県26期 白土綾佳医師）

日 時：平成27年9月25日（金）16時30分～17時30分

場 所：医学部教育研究棟1階 会議室1

- （1）開会挨拶
- （2）出席者自己紹介（名前・学年・部活等）
- （3）義務年限中、義務明け後のお話
「キャリアパスを考える～地域の女性医師として自治医大卒業生として～」
- （4）フリートーク
- （5）閉会挨拶
- （6）写真撮影

◆白土先生から

- ・問題は抱え込まず、男女問わず共有する
- ・色々な女医さんのパターンを見て、自分なりのロールモデルを見つける
- ・顔を知っている同級生と同じ職場で働けるのは強み。学生時代から良好な関係を構築してほしい

◇学生からの感想

- ・ラフに話しができて良かった。個人的には協定を結んでいる先生のお話だと良かった
- ・特に同じ県人会ということ、そして同じ女性ということでお話がより心に響いた。このように話しを聞くたびに今の勉強のモチベーションがあがるので嬉しい。学年が上がるにつれて将来が不安になってきたのでこのような機会は貴重でまた色々な先生のお話を聞きたい
- ・出産や子育てが医師不足の茨城県で働きながらきちんとできるのか不安だったが、実際に先輩のお話を聞いて心強かった。結局は自分の努力次第だなと思った。職場で働いている他の職種の方と結婚した方など色々な例を聞いてみたい
- ・義務中、義務明け後の出産、子育てについて漫然と不安を持っていたが白土先生の具体的なお話を聞き、自分の将来のキャリア、女性としての人生にとっても明るいイメージを持つことができた



地域医療推進課では、卒業後の勤務に係る様々なこと（育児支援も含む）の連絡調整業務を行っています。各都道府県での勤務状況などを把握しているからこそアドバイスできることもあるかと思います。みなさんが少しでも笑顔が多い日々を送られますよう、微力ながら協力させていただきますので、遠慮なくご連絡ください。

地域医療推進課卒後指導係

TEL : 0285-58-7055 FAX : 0285-44-6274 E-mail : chisui@jichi.ac.jp

地域医療推進課女性医師支援ホームページ

http://www.jichi.ac.jp/chisuika/s_shien_jis.htm

女性医師支援ブログ

http://www.jichi.ac.jp/chisuika/jichi_womensupport/blogsummary.html

平成28年2月1日発行

発行元 自治医科大学地域医療推進課
〒329-0498 栃木県下野市薬師寺 3311-1
TEL : 0285-58-7055
FAX : 0285-44-6274
E-mail : chisui@jichi.ac.jp
URL : <http://www.jichi.ac.jp/chisui/htm>