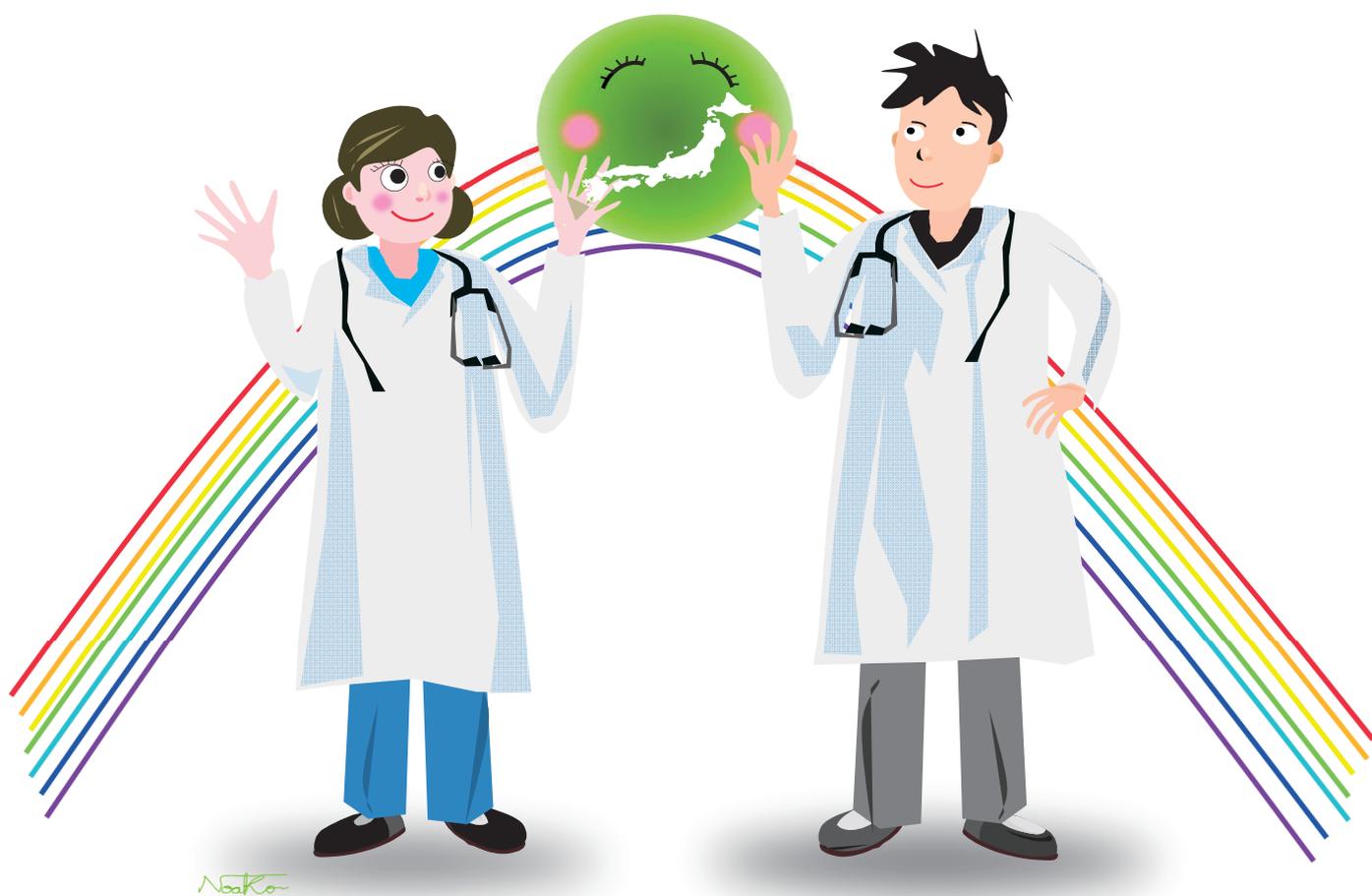


卒後ワークライフバランスについて考える会（J-PASS）

2016 報告書



2016

自治医科大学

目次

● Contents ●

卒業生女性医師支援5年目に寄せて	3
I. はじめに	5
II. 卒後ワークライフバランスについて考える会2016 in Jichi	7
1. 開催概要	8
2. 次第	9
3. 開催内容	10
第1部 講演会	10
開会挨拶	10
講演会	11
第2部 懇談会	23
挨拶	23
懇談会/情報交換会	24
グループワーク	24
4. アンケート結果報告	28
5. 参加者名簿	32
III. 卒後ワークライフバランスについて考える会 2016年度ブロック担当会議	35
1. 開催概要	36
2. 次第	37
3. 開催内容	37
開会挨拶	37
ブロック担当者の1年間の活動報告	38
自治医大の1年間の活動報告	55
講演	55
結婚協定者を対象とした意識調査実施のための提案	59
まとめ	64
閉会挨拶	64
4. 参加者名簿	65
IV. 学生懇談会	67
1. 開催概要	68
2. 開催内容	69
①岡山県・愛知県	69
②京都府・栃木県	71

あとがき

卒業生女性医師支援 5年目に寄せて



学長 永井 良三

日本の社会は、大きく変わりつつあります。少子高齢化によって日本の人口はすでに毎年30万人ずつ減っており、やがて50万人ずつ減少するようになります。2050年の人口は、ピークだった2004年よりも3200万人少ない9500万人となり、高齢化率は現在の2倍以上の40%と予想されています。こうした状況は日本の女性の働き方にも大きな変化をもたらすはずです。

私が大学を卒業した1970年代の企業では、女性の採用も昇進も極めて限られていました。一方、男性は疲労困憊のなかで仕事に追われていました。今日、女性の社会進出はめざましく、企業や行政トップへの道も拓かれています。しかし今度は情報化と国際化、さらに複雑な現実問題への対応に誰もが追われるようになりました。この状況は医療・医学界においても変えることはありません。政府はこれからの医療政策について、「女性の活躍」、「医療従事者の需給の見通し」、「地域共生社会」などを重点課題として打ち出していますが、最近はさらに、「医療従事者の働き方の改善」を上流に置いて、これらの問題の解決を目指そうとしています。いまや女性医師のワークライフバランスは重要な政策課題になったといえます。

日本の社会には、男性中心の精神文化がいまも色濃く残っていることは事実です。日本が近代化したときに、学術や行政を担当したのが士族や準士族の男性だったためもあると思います。それは私の世代にとっては祖父や曾祖父の時代であり、さほど古い話でもありません。無論、現在の日本は階級社会ではありませんが、その精神文化はいまも社会の中に残っており、男性が仕事に立ち向う姿勢は、女人禁制の修行の場で、悟りを追求する求道者を彷彿させることがあります。

社会は相互依存の場ですが、一方で個人は独自性を求めます。独自性を求める人は、激しく仕事に打ち込むことがあります。しかしそれは誰にも、またいつまでもできることではありません。また継続性がなければ、ライフワークにはなりません。そう考えると仕事を通じて自己実現を目指すよりも、自己表現ができるようになる方がはるかに重要であり、それは多くの女性の「しなやかな生き方」に見出すことができます。女性の生き方を社会全体で共有するためにも、女性医師のワークライフバランスの改善が重要です。「卒後ワークバランスについて考える会」の活動が益々発展されることを祈念いたします。

I. はじめに



卒後指導委員長
臨床検査部 教授 山田 俊幸

昭和 53 年 3 月に本学医学部第 1 期生が卒業した際、卒業生 105 名中、女性は 1 名でした。過去を振り返ると、女性卒業生は 1 期から 10 期まで 22 名、11 期から 20 期まで 91 名、21 期から 30 期まで 228 名、平成 28 年 3 月に卒業予定の 40 期生も含めた 31 期から 40 期生までで 229 名となっています。21 期生が卒業した平成 10 年から 30 期生が卒業した平成 19 年までにかけて飛躍的に女性卒業生の数が増加していることが分かります。また、現在、医学部学生に占める女子学生の割合は 3 割を超えています。

卒後指導委員会では女性の増加に伴い、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。

講演会と交流会の 2 本立てとする現在の形式の「卒後ワークライフバランスについて考える会」は平成 24 年度より実施しています。その頃は特に女性医師に対する支援が重点的に検討されてきましたが、女性が大幅に増加した現在、女性医師を支援するだけでは成り立たず、ワークライフバランスを検討する対象者として男性医師や既婚者、未婚者を含めた幅広い支援やキャリアの提案が必要になってきた印象を受けます。

今年の「ワークライフバランスについて考える会」講演会の際は、家庭では 4 児の父親の顔を持つ地域で活躍する男性医師、義務年限中は夫と別居で地域医療に奮闘した女性医師、産婦人科医としてのキャリアを積む女性医師と、多様性に富んだ演者 3 名からご講演いただき、義務年限中、また義務年限が終了した後の可能性についても参加者は様々な視点から考えることができました。

卒業生の数だけ進路があるように、卒後指導委員会でも広い視野を持って支援を継続していきたいと思います。ここに、卒後ワークライフバランスについて考える会 2016 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いです。

最後に、1 年生から 6 年生の多くの学生にも参加いただき、盛会に終えることができました。また、ご多用の中参加いただいた卒業生に心より感謝申し上げます。

Ⅱ. 卒後ワークライフバランスについて考える会 2016 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 2016 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、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、より多くの卒業生と顔見知りになってもらう。
- 開催日 平成28年6月19日（日）
- 会場 第1部：医学部学生寮 大ラウンジ
第2部：医学部学生寮 大会議室
- 参加者 第1部：73名（卒業生12名、在学生42名、その他7名、関係者12名）
第2部：64名（卒業生10名、在学生40名、その他2名、関係者12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）
中村 剛史（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）
市川 真衣（医学部5年生）
大西 真衣（医学部5年生）
上原奈緒美（医学部2年生）

2. 次第

第1部・講演会

日 時：平成28年6月19日（日）10:00～11:50

場 所：医学部学生寮 大ラウンジ

テ ー マ：キャリア in the Future

司会進行：高山淳一地域医療推進課長

時間	内容	摘要
10:00	開会挨拶	山田俊幸卒後指導委員長
10:05	講演① 「田舎で楽しくやぶ医者生活 ～子育てしながら日本をかえる～」	東條環樹医師 広島県20期卒業 北広島町雄鹿原診療所
10:30	講演② 「9年間の義務年限を終えて ～私のワークライフバランス～」	松岡順子医師 福岡県29期卒業 東京都健康長寿医療センター
10:55	講演③ 「私たちの9年間とこれから」	三ツ浪真紀子医師 滋賀県31期卒業 (医) 山王病院
11:25	質疑応答	
11:35	エゴグラム結果解説	横松陽子氏 NPO 法人とちぎユースワークカレッジ
11:45	写真撮影	

第2部・懇談会

日 時：平成28年6月19日（日）12：00～13：45

場 所：医学部学生寮 大会議室

司会進行：牧野伸子卒後指導副部長（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	本間善之卒後指導部長
12：05	昼食 情報交換会	
13：05	グループワーク	
13：35	卒業生からのコメント アンケート記入	

3. 開催内容

第1部 講演会

開会挨拶

山田 俊幸 卒後指導委員長
(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。ありがとうございます。

卒後指導委員会で主催しているワークライフバランス会は年に2度行っており、今回は卒業生と学生を交えて学内で行う会です。卒後指導委員会の中には女性医師支援担当教員を配置していますが、世間で一般的になっているワークライフバランスという言葉を考えても女性だけの問題ではないと認識しています。自治医大という特殊な状況下では特に女性医師が働くために男性医師を含め、周りがどう支えるか、家庭を持ったらどうサポートしていくかを考えることが中心になっていくことと思います。

本日は講師として3名の先生方にお越しいただきましたが、卒後を考える有意義な1日としていただければ幸いです。



講演会

講演① 東條環樹先生

「田舎で楽しくやぶ医者生活
～子育てしながら日本をかえる～」



講演② 松岡順子先生

「9年間の義務年限を終えて
～私のワークライフバランス～」



講演③ 三ツ浪真紀子先生

「私たちの9年間とこれから」



時にはメモを取りながら
熱心に話を聞く学生



<学生からの質問>

○古賀正晃くん（医学部5年生）

[質問①]

三ツ浪先生の講演でもあったように専門医取得が気になります。新専門医制度が始まりますが、早めにとった方が良いのか、遅くても大丈夫なのか、先生方の考えをお聞かせください。



[回答]



（東條先生）自分自身としては価値を見出していません。ただそれは特殊な例で山間へき地の1人診療所で勤務しているからで、病院で勤務するのであれば必ず必要になってくると思います。途中まで意地で取りませんでした、学生を指導するために渋々取ったものもいくつかあります。田舎で診療するなら全くいらないと思いますが、これは少数派の意見です。

（松岡先生）田舎にいるときはそれほど必要性を感じていませんでしたが、卒後9年目、義務明け後の就職先を決めるため面接に行ったとき、専門医を持っていないことを引け目に感じました。ただ急ぐ必要は一切ないと思っていて、自分自身もゆっくり取れば良いなと思っています。

（三ツ浪先生）幸いにも最短で産婦人科専門医を取得できましたが、取得できたからと言って、生活に役立っているかと言えば、取得していない先生とさほど変わらないと思います。取得による安心感はあると思いますが、無理を押してまで義務中に入る必要があるかどうかは難しいところかと思っています。専門医を持っていなくても素晴らしい先生はたくさんいらっしゃるのです、それだけが全ての価値ではないと思います。

○小沢一世さん（医学部5年生）



[質問②]

学生時代の理想の医師像とこれから10年後20年後のビジョンがあれば教えてください。

（三ツ浪先生）

実は学生の頃は産婦人科が本当に嫌いで、一方で小児科、新生児が好きで小児科医になろうと思っていました。研修医でローテートしたときに、小児科で白衣嫌いの子どもに泣かれて、その後産婦人科を回ったら、

患者さんに「女医さんで嬉しい」など温かい声をかけてもらえました。それがきっかけで産婦人科医になりましたが、自分としても外科系だし意外に思っています。10年後どうしているかは全然定まっていませんが、患者さんと近い距離のドクターになれていれば良いなと思います。

(松岡先生)

中学生の時に海外の医者が足りないところで頑張っておられるドクターを知って、それがきっかけで自治医大に行ったので一つ夢が叶ったと言えるのかもしれませんが。9年間義務を過ごす中でとてもやりがいを感じながら地域での仕事をしました。今後は子どもができるといいなと思っています。子どもができてからの働き方は未知数なところが大きくて、家庭も大事にしたいけれども自分もバリバリというのはなかなかその勢いが無いので自信がありません。ですが何らかの形で医者続けながら患者さんに「診てもらえて良かったな」と言っていただけのを目標に、家庭も大切にしたいというのが理想です。



(東條先生)

学生の頃は義務中は普通の地域中核病院で、義務後は普通の勤務医で働くんじゃないかと思っていました。二つの軸として、まず一つは初見で100%を診療できるような優れた臨床医になりたいと思い、トレーニングを積むべく診療所に行きました。もう一つの軸は与えられたところで全力を尽くす、ということです。次の世代を育てながら他職種、周辺地域を作っていく、いつか自分が抜けても同じように動き続けるシステム、社会、コミュニティを作ろうと思っています。それをあと1ヶ所ほど作りたいと思っています。教育が非常に楽しいです。



<参加した学生のコメント>

・実際に働いていらっしゃる先生方のお話を聞いて、仕事の実態や生活の仕方が分かりました。まだまだ働くということに対して実感がわかりませんが、卒後どのような生活が待っているの分かってよかったです。趣味などを見つけてより良い人生を送れたらと思いました。悩み過ぎず、考え次第で世界は変わるなど感じる会でした。

エゴグラム結果解説

NPO 法人とちぎユースワークカレッジ

理事長 横松陽子氏

参加者自身の心の状態を把握してもらうためエゴグラムを行いました。事前に50問の質問項目にチェックをしグラフを作成し、結果の解説をしていただきました。

横松氏からは、「心の問題がこれから働くうえでも非常に重要な問題だと思えますし、ワークライフバランスの中で自分の心の安定性をどう持てるかが重要なことです」とお話しいただきました。





自己紹介

東條環樹（とうじょうたまき） 43歳

- 平成3年 広島大学附属高校卒、自治医科大学入学
- 平成9年 同卒業、県立広島病院研修医
- 平成11年 公立三次中央病院内科
- 平成13年 芸北町国保八幡診療所所長
- 平成15年 県立広島病院総合診療科
- 平成16年 芸北町国保八幡診療所所長
- 平成18年 北広島町雄鹿原診療所所長
兼北広島町八幡診療所所長
兼芸北ホリスティックセンター長
- 平成25年 広島大学臨床教授、岡山大学臨床教授



芸北ホリスティックセンター
保健 医療 福祉の総合施設



ごく普通の医者です

- 外来診療がメイン
- 乳幼児健診、予防接種、学校医（3校 & 2保育園）、専門外来（アレルギー、禁煙）、高齢者施設嘱託医、産業医、保健活動、臨床研修指導（高校生、医学生、初期研修医、外国人医師、大学教員）、大学講義（医学部、医療系学部、他）、学会発表（2~4回/年）
- 在宅医療、緩和ケアもやっている

WORK vs. LIFE



WORK & LIFE

医学 と 医療

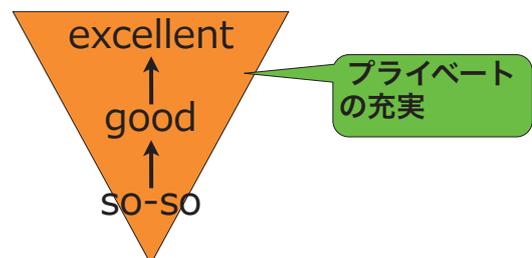
- 医学 medical science
- 医療 medical practice

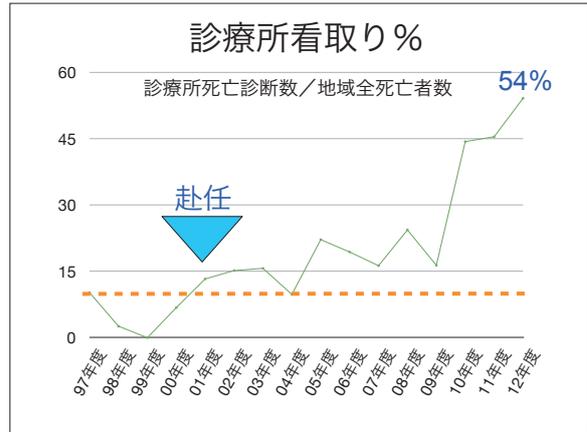
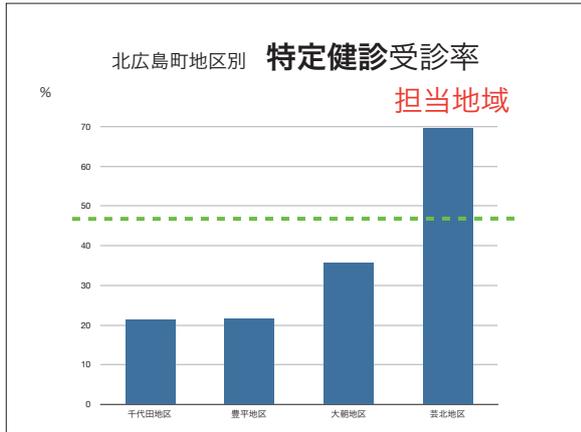
The practice of medicine is an art, based on science.

William Osler



提供できる医療のレベル





9年間の義務年限を終えて
～私のワークライフバランス



東京都健康長寿医療センター消化器内科
松岡 順子 (福岡29期)

目次

- ・9年間の紹介
- ・地域での日々
診療の概要、印象に残った症例、住民とのふれあい
地域での取り組み
- ・義務明けのこと
消化器を選んだきっかけ
恩師との出会い
- ・最後に




自己紹介

- 2006年 自治医科大学卒業(福岡県29期)
- 2006年 九州厚生年金病院(初期研修)
- 2008年 福智町立コスモス診療所(内科)
- 2009年 飯塚市立病院(内科) **結婚**
- 2010年 新宮町立相島診療所(内科・小児科)
- 2012年 福岡東医療センター消化器内科で後期研修
- 2013年 みやこ町立やまびこ診療所(内科・小児科・整形外科)
- 2015年 東京都健康長寿医療センター消化器内科

夫の紹介

- ・卒業を間近に控えた2006年2月頃、大学の同級生(兵庫出身)から紹介
高校の同級生に高野さんに合いそうな人がおるんやけど...
- ・当時、東京の大学院で天文学を専攻する学生さん
- ・大学院を卒業したタイミングで結婚
- ・名古屋、アメリカ留学を経て現在国立天文台で勤務
- ・観測や学会のため、年に数回海外出張
- ・仕事は“裁量性”

出会いから現在まで



2006 2008 2010 2012 2013 2015

私 北九州 筑豊 相島 みやこ 東京
大学卒業 義務明け

夫 東京 名古屋 アメリカ 東京
大学院卒業

★ 出会い ★ 結婚 ★ 同居

自治医大卒業生としての悩み

- ・卒後9年間の義務年限がある
- ・育児休業取得により義務年限が延長する
- ・義務年限延長による他医師への影響
- ・専門医の取得が遅くなる

→夫と相談

- 9年間は遠距離の覚悟
- 子供は義務明けに同居し始めてから
- 相手のキャリアアップのために必要な出張・留学は行ってもら



目次

- ・9年間の紹介
- ・地域での日々
診療の概要、印象に残った症例、住民とのふれあい
地域での取り組み
- ・義務明けのこと
消化器を選んだきっかけ
恩師との出会い
- ・最後に

地域での日々 - 1

- ・離島と山間部僻地の両方を経験

	相島	やまびこ
人口	約350人	約400人
立地	新宮から渡船で約17分	行橋から車で約40分
土日	ゆるく拘束(医師が看護師どちらかが島にいるように)	自由
疾患	生活習慣病・感染症を中心とした一般内科、小児科、整形外科、小外科、眼科・皮膚科・耳鼻科の初期対応	
特徴的な疾患	クラゲによる皮膚炎 オコゼ・フグ咬傷、釣り針	蜂さされ 袖子の棘による刺傷
救急搬送	急患発生時は全てfirst call 救命艇・渡船・ヘリ	医師が関与しないことも (陸続きなので多少気が楽)
天気	夜間はヘリ搬送× 海が荒れると船での搬送も×	大雪・路面凍結

地域での日々 - 2

9

印象に残った症例(相島編)

- 大量飲酒後の吐血で搬送中、海の上で年越しを迎えた1例
- 肺炎を繰り返し、HOTを導入したCOPDの1例
- 認知症で服薬管理が困難となったため、毎日来院していただき投薬した1例
- 糖尿病・下腿壊疽によりseptic shockを来すも、統合失調症のため病診連携が困難であった1例



地域での日々 - 2

10

印象に残った症例(相島編)

末期膀胱癌に対して在宅看取りを行った1例

患者: 89歳 女性

主訴: 便秘、腹痛

既往歴: 高血圧、狭心症、便秘症

経過1: 内服加療にて病状は安定し、ADL自立、独居。2014年5月より便秘・腹痛を認め、他院にて膀胱癌の診断。局所浸潤が強く、手術適応なくbest supportive careの方針となり、退院後は当院で疼痛コントロールを中心に行った。なお町内に住む娘さんが退院後から同居し、介護にあたった。

地域での日々 - 2

11

末期膀胱癌に対して在宅看取りを行った1例

経過2: 7月オピオイド導入目的に前医に入院したが、嘔気・ふらつきが強く夜間せん妄となり退院。NSAIDs・トラムセット配合錠^(*)増量で対応し、全身状態が悪化した際は入院(お看取り)の方針となった。

その後徐々に腹痛は悪化し、食事も減ってきたため8月11日より往診を開始。包括支援センターに相談し、介護保険の申請、訪問看護事業所の紹介、オピオイド処方を中心とした併診という形で在宅診療をサポートして頂ける矢津先生(行橋で開業)の紹介に至った。

(*)トラマドール塩酸塩37.5mg+アセトアミノフェン325mg。オピオイド系鎮痛剤だが、麻薬ではない。非がん性慢性疼痛、抜歯後の疼痛に適用。一ガトラマール(トラマドール)は軽度~中等度の癌性疼痛に適用あり。

地域での日々 - 2

12

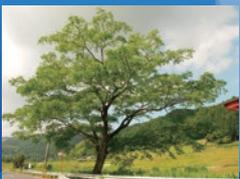
末期膀胱癌に対して在宅看取りを行った1例

経過3: 8月22日訪問看護が介入し、増悪する腹痛に対してフェントステープ[®]開始。

23日夜間腹痛が増悪し、ブスコパン[®]筋注、洗腸にて大量の排便を認めた。レスキューとしてオキノーム[®]、アンベック坐剤[®]を使用。

26日意識レベルの低下がみられ、呼吸も不規則となった。

27日家族の希望で訪問入浴を行った。たくさんの家族に見守られる中、16:55永眠された。



地域での日々 - 2

13

末期膀胱癌に対して在宅看取りを行った1例

考察: 娘さんが膀胱癌と診断された5月から同居し、在宅での看取りを覚悟されたため実現したお看取りであった。

- 当院かかりつけの親戚とも信頼関係が築けていたため、早期から働きかけ(心の準備、病状説明など)ができた。
- 在宅診療を熱心に行っている矢津先生よりサポートを得られたのは非常にありがたく、心強かった。
- 医師の視点では気付きにくいケアの面では訪問看護師・ケアマネージャーが関わって下さり、患者さん・家族にも満足して頂くことができた。多職種連携の重要性をあらためて実感できた症例であった。

地域での日々 - 3

14

住民とよい関係を築くコツは??

私が心がけていたこと...

- あいさつ
- 地域の行事に参加する
- 食事に呼ばれたら行ってみる
- 頂き物は喜んでもらう (小アジ30匹!?)
- 家族ぐるみのお付き合い



相島での日々

15



相島の雑煮(サザエ・アワビ入り)



ヤズ(ブリの子供)



ホワイトバードでの搬送

相島での日々

16



中学生ガイドのツアー



星兄さんのお話

星座をながめるのが好きな方、宇宙に興味のある方、天文の世界をのぞいてみたいという方へ気軽に話しかけたい方へ

日時: 12月23日(木)14時~

場所: ふれあい館

演者: 松岡良樹 (名古屋大学大学院理学研究科)

小学校の卒業式(卒業生2名)

余談ですが...

やまびこでの日々



往診先の帆柱地区(英彦山の麓)
春にシャクナゲが見頃
夏はクーラー要らず
冬は“福岡の北海道”

やまびこでの日々



鹿肉のたたき↓

目次

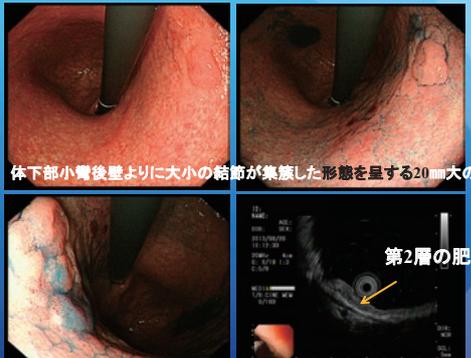
- ・9年間の紹介
- ・地域での日々
 - 診療の概要、印象に残った症例、住民とのふれあい
- 地域での取り組み
- ・義務明けのこと
 - 消化器を選んだきっかけ
 - 恩師との出会い
- ・最後に

検診EGD

- ・2013年4月～2015年2月末まで、やまびこ診療所で計144例の検診EGDを行った。
- ・33例にピロリ除菌を行った。
1次除菌まで:29例、2次除菌まで:3例、除菌失敗:1例
- ・胃癌4例、食道癌1例を発見できた。

①75歳男性	体下部IIa	→九労にてESD
②74歳男性	噴門部IIa	→九労にてESD→胃全摘
③71歳男性	胃角部IIa	→九労にてESD
④77歳女性	前庭部IIa	→九大にてESD
⑤66歳男性	食道癌	→九労に紹介

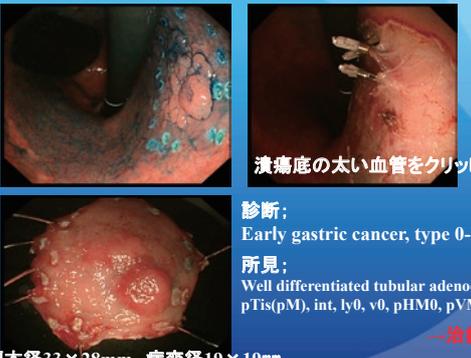
①75歳男性 体下部IIa 胃透視異常で来院



体下部小弯後壁より大小の結節が集簇した形態を呈する20mm大のIIa

第2層の肥厚=M

①75歳男性 体下部IIa 胃透視異常で来院



潰瘍底の太い血管をクリッピング

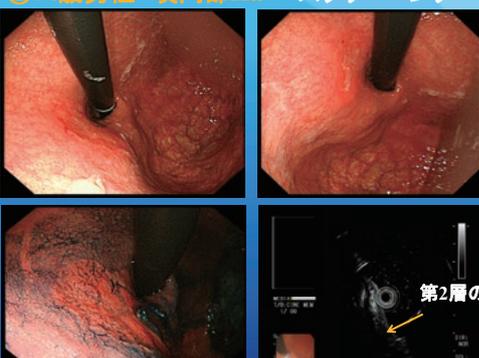
診断:
Early gastric cancer, type 0-IIa

所見:
Well differentiated tubular adenocarcinoma
pTis(pM), int, ly0, v0, pHM0, pVM0

→治癒切除

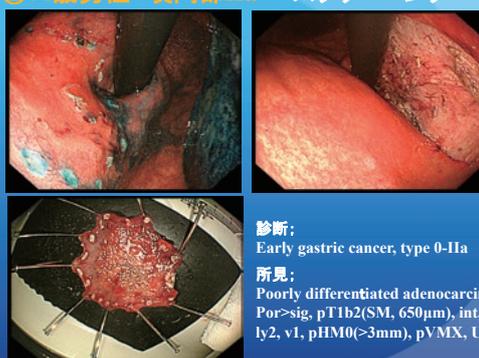
標本径33×28mm、病変径19×19mm

②74歳男性 噴門部IIa スクリーニング



第2層の肥厚

②74歳男性 噴門部IIa スクリーニング



診断:
Early gastric cancer, type 0-IIa

所見:
Poorly differentiated adenocarcinoma
Por>sig, pT1b2(SM, 650μm), int, INFb,
ly2, v1, pHM0(>3mm), pVMX, UL(-)

標本径37×33mm、病変径26×18mm

②74歳男性 噴門部IIa スクリーニング 25

Poorly differentiated adenocarcinoma
 por>sig, pT1b2(SM, 650μm), int, INFb, ly2, v1,
 pHM0(>3mm), pVMX, UL(-)

ESD後の治療方針アルゴリズム

方針:
追加外科切除(胃全摘)

2010年胃癌治療ガイドラインより

目次 26

- ・9年間の紹介
- ・地域での日々
 - 診療の概要、印象に残った症例、住民とのふれあい
 - 地域での取り組み
- ・義務明けのこと
 - 消化器を選んだきっかけ
 - 恩師との出会い
- ・最後に

義務明けのこと - 1

- ・消化器を選んだきっかけ
 - 研修医時代は・・・
 - 3年目の診療所で上部内視鏡をせざるを得ない環境に。
- ・福岡東医療センター: 松井謙明先生
 - 「成人腸重複症の原因となったS状結腸ポリープを内視鏡切除した1例」
 - 松岡順子, 松井謙明他, Gastroenterol Endosc. 2013
- ・九州労災病院: 坂場壮一先生
 - 「内視鏡切除した胃有蓋性hamartomatous inverted polypの3例」
 - 松岡順子, 坂場壮一他, 日消誌, 2015
 - 「内視鏡的バルーン拡張術により症状が改善した食道壁内偽憩室の1例」
 - 松岡順子, 坂場壮一他, 腫瘍と研究, 2015
- ・東京都健康長寿医療センター: 西村誠先生
 - 自治医大20期卒(熊本), 同級生(大分)と結婚され、大分県内に赴任中に坂場先生と知り合いに、JGESのUCI留学の2期生でもあり、1期生は松井先生というご縁も。

義務明けのこと - 2

- ・働き方は??
 - 外来中心の非常勤/常勤
 - クリニック/病院
 - 一般内科/消化器内科
 - 妊娠・出産、専門医、仕事と家事の両立、等々
 - 悩みは尽きず...

クリニックはいつでも行けると
 思います。病院に勤務してみても、ど
 うしてもやっつけていけないと思ったら、
 その時でも遅くないと思います。
 (松井謙明先生)

義務明けのこと - 2

就職活動中の女子学生は
 「幻の赤ちゃんを抱いている」

まだ結婚相手も妊娠もしていないうちから、
 結婚・出産後のことを考えて就職先を選ぶとする現象を指す

不安に思うあまり、可能性を狭めて
 しまうのはもったいない。サポート
 しますので、一緒に頑張りましょう
 (西村誠先生)

現在 - 1 30

- ・2015年4月より東京都健康長寿医療センター消化器内科スタッフとして勤務しています。
- ・消化器外来、入院管理、内視鏡検査・治療、内科当直(月1~2回)、緊急内視鏡当番、学会発表、論文執筆
- ・今年、消化器内視鏡学会の専門医試験を受験します。
- ・帰宅は20時を過ぎることが多く夕食は別々。週末は二人で過ごすようにしています。

現在 - 2 31

- ・家事は夫と協力してやっています。
- 夫「fifty fiftyでやるつもりでいるから！」
- ・完璧を求めない。時には手抜きも。ルンバはお勧めです。
- ・相手がやってくれた家事には感謝の気持ちを。多少自分のやり方と違っていても文句を言わないこと。

そろそろ子供も...

最後に 32

- ・どんな場所でも学ぶこと・得るものがあると思います。おかれた環境で求められることに応えるため頑張っていく姿勢は大切です。
- ・思わぬところに興味を持つことになったり、道が拓けることも。
- ・医師人生は長いので、好きなことを大切にしてください。
- ・人との出会いは宝物。支えてくれる周囲への感謝を忘れずに。

研修医2年目

- 産婦人科には興味があるが、3年目以降内科での勤務がほぼ決定
- 3か月以内でローテーションしていくため、少し自信が持てるようになったら次の科へ。
- 他大学出身の同期は科を決めたらその他の科には興味なし
- 地域での勤務が目前に差し迫ってきている。
- 大野病院事件の後産婦人科医の数の減少科の僻地として扱われるように。

9

産婦人科を選択できた

- 対象は女性に絞られているが妊娠すれば皆うちの科の患者さんになる。
- また来てね！が患者さんに言える、数少ない科
- 学生、研修医を指導する立場に。
- 自治医大でのBSLのありがたさを実感。

1	2	3	4	5	6	7	8	9(年目)
総合病院		大学病院	地域中核病院					総合病院
		母子女性診療科	産婦人科					生殖医療
初期研修		後期研修	病院の移転、産婦人科立ち上げ					専門研修
			産婦人科専門医の研修期間					義務カウント外

10

地域での産科の立ち上げ

- 病院、行政との話し合い
- 病棟設計
- 他科との連携
- 上司と二人の体制でお産が開始されたため
ほぼ24時間、365日オンコール

1	2	3	4	5	6	7	8	9(年目)
総合病院		大学病院	地域中核病院					総合病院
		母子女性診療科	産婦人科					生殖医療
初期研修		後期研修	病院の移転、産婦人科立ち上げ					専門研修
			産婦人科専門医の研修期間					義務カウント外

11

地域中核病院

- 患者さん、パラメディカルとの距離が近い。
- Name value で修飾されない。
- 自分ができること、がその地域の医療のレベルに直結する。
- 同世代が妊娠、出産が増えた。
- 同時に不妊の相談も受けるようになる。

12

義務年限中断？

- 診療所、地域中核病院など、閉鎖・統合などがあり医師が十分とは言えない状況。
- 産婦人科で毎日勤務できていることは幸せだが、他大学出身の同期よりbehindがある。
- 現病院長が滋賀に講演に来られた際、たまたま研修の話を受く。
- 成長して滋賀の医療に貢献するのであれば行ってよいと許可を受く。

13

山王病院での研修

- 生殖医療を専門的に学ぶ
- 英語での診療(約1割は他国籍患者様)



1	2	3	4	5	6	7	8	9(年目)
総合病院		大学病院	地域中核病院					総合病院
		母子女性診療科	産婦人科					生殖医療
初期研修		後期研修	病院の移転、産婦人科立ち上げ					専門研修
			産婦人科専門医の研修期間					義務カウント外

14

Jichi mind

- 港区と滋賀の医療の違い
- Specialistとgeneralistの違い
- 病気だけでなく患者さんの人生をみる

- 与えられたチャンスを生かす。

Igenomix in Valencia

Natacia hospital in Lyon



15

Work-Life Valance

- 人生の中で変化していく。
- 支えてもらうこともあれば支える立場になることも。思いやりを持って行動する。

- 自分が戻ってきてほしいと思われるような存在になるよう努力する。
- Work hard. Play harder!

16

第2部 懇談会

挨拶

本間 善之 卒後指導部長

休日にも関わらず、多数お集まりいただきましてありがとうございます。

本日はワークライフバランスや女性の働き方について考えることが一つの大きなテーマとなっておりますが、先ほどの講演会の質疑応答でもあったように、新専門医制度についても皆さんの気になる部分ではないかと拝察いたします。

昨年、今年と医師免許を取得した方は従来通りの学会主導でこれまでと同じ取扱いになりますが、これから皆さんが専門医を取得するにあたっては学会での専門医の立ち位置が違って様々です。自治医大で初期研修を行っている他大卒医の状況を聞いても、3年目の入局に関して迷いを持っている方が多いようです。

ですが、自治医大卒医や地域卒が不利にならないよう大学として働きかけていきますので心配しないで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、卒後指導委員会に女性医師支援担当教員を配置し、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、中村剛史先生、小島華林先生、山本さやか先生がいらっしゃいます。学生のうちから身近な存在に感じていただき、このような機会には積極的にお話しいただき、いざ困った時は相談いただければと思います。

私自身は岡山県出身の卒業生と結婚し、子どもが3人います。

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、よろしくお願ひします。

石川由紀子 女性医師支援担当

3人の子供がいますが、去年から常勤に復帰してワークライフバランスの真っ只中にいます。気軽に声をかけてください。

中村剛史 女性医師支援担当

今年から女性医師支援担当のメンバーになりました。皆さんの力になれば良いと思います。よろしくお願いします。

小島華林 女性医師支援担当

子どもは2人で自治医大小児科に入局していますが、今年の4月から新小山市民病院の小児科に派遣となりました。学生さんと話すとても元気になれます。今日もとても楽しみにしています。先ほどのエゴグラムではCP（支配的な父親）が低く、完璧主義者ではないということが分かりました。そのような思いのある学生さんは特に話したいと思います。

山本さやか 女性医師支援担当

夫も同じ宮城県出身です。子どもは2人いて、夫も多忙でワークライフバランスがかなり乱れています。エゴグラムで言うと低空飛行のところでバランスを取りたいと思っていますので、その方向を目指す学生さんがいましたら是非たくさん話したいと思います。

懇談会/情報交換会

8グループに分かれて、30分、15分×2回で時間を区切り、卒業生に各テーブルをローテーションしていただき、卒業生と在学生による情報交換を行いました。

自身の出身県以外の卒業生と話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

テーマを「A.卒業生をとりまく環境」と「B.楽しく働くコツ」とし、各グループでどちらかについてグループワークを行いました。

ワークを始める前に中村剛史先生から「キャリア・アンカー」について説明があり、話し合いをすすめる上での切り口としていただきました。

<キャリア・アンカーについて>

8つの主なキャリア・アンカー				◆最も大切な(どうしても犠牲にしたくない)価値観や欲求 ◆周囲が変化しても自己の内面で不動なもの
<p>①管理能力</p> <p>組織の中で責任ある役割を担うこと(を望むこと)</p> 	<p>②技術的・機能的な能力</p> <p>自分の専門性や技術が高まること(を望むこと)</p> 	<p>③安全性</p> <p>安定的に1つの組織に属すること(を望むこと)</p> 	<p>④創造性</p> <p>クリエイティブに新しいことを生み出すこと(を望むこと)</p> 	
<p>⑤自律と独立</p> <p>自分で独立すること(を望むこと)</p> 	<p>⑥奉仕・社会貢献</p> <p>社会を良くしたり他人に奉仕したりすること(を望むこと)</p> 	<p>⑦純粋な挑戦</p> <p>解決困難な問題に挑戦すること(を望むこと)</p> 	<p>⑧ワーク・ライフバランス</p> <p>個人的な欲求と、家族と、仕事とのバランスを調整すること(を望むこと)</p> 	

(中村剛史先生)

8つの考え方に限らず、9つ目の新たな考え方、2つの考え方の中間の考え方もあるかもしれません。また去年までは①の優先順位が高かったが、今年は②の優先順位が高いこともあるかもしれません。

立場が違うとももの見方が違ってくことや価値観も変化すること、さらに自分の人生観も変わっていくことに気付くことがあります。この後のグループワークでは、意見が違うときに価値観の違いを気にしてみるとグループワークの深みが増すかもしれません。

<グループワーク発表>

A グループ：阿部真璃奈さん(4年)

「楽しく働くコツ」

- ・仕事も結婚も自分がやりたいと思ったことをやれば、それが働きやすい環境に繋がるし楽しく働ける。
- ・広い視野を持って「自分がこうありたい」と思うことによってその時々で頑張れるし、さらにはその時出来る限りを頑張ることが楽しく働くことに繋がる。
- ・地域に赴任した際は医師としての観点だけではなく、住民の一人として地域に入り込むことでどんどん繋がりも広がる。



<参加された卒業生等からのコメント>

①東條環樹先生

可愛らしい男子学生としっかりした女子学生が参加してくれて本当に頼もしく感じました。卒後19年も経つと自分の年より、子どもたちの年の方が皆さんとは近く、改めて可愛い後輩です。ですが卒業したら可愛いだけではなく一人のプロフェッショナルとして皆さんと付き合うことになりますので、ちゃんと勉強するように！！以上です。

②松岡順子先生

今日は楽しいひと時をありがとうございました。何か役に立てればと思って来ましたが、学生から「聞けて良かった」と声をかけてもらえて、非常に光栄ですし嬉しく思っています。私も学生時代は不安が多かったですが、一生懸命していると道は開けます。私のモットーは「無駄な体験はない」です。その時は意味がよく分からないことでも、必ず役に立つときがあると思いますので、めげずに頑張ってください。

③三ツ浪真紀子先生

若い学生さんに囲まれて、そのエネルギーを吸収させていただき本当に楽しかったです。自分が学生の頃は部活や遊ぶことに一生懸命で、卒後のことを具体的に考える機会は今ほどありませんでした。学生時代にイメージできるのは良いことだと思います。

私は特殊なケースでこれが全てではないと思いますが、義務中は全て自由にいられるわけではないですし、悩んでしまうこともあるかもしれません。ですがある程度妥協も必要ですし、自分の本当にしたいことを全力でしてほしいと思います。緩めるところもありつつ、バランスよくやっていけたらいいのかなと思います。

④宮島有果先生（千葉県12期）

今日は皆さんと話ができましたが、ここで終わりではなくてこれがきっかけとなって今後の皆さんのキャリアに繋がるような、人間関係が続いていくような、そんな会になれば良いと思います。人の縁は不思議であります。偶然ではないものです。皆さんとお会いできたことは素敵なことでしたので、皆さんもご縁を大事にしていってください。

④青山泰子先生（社会学）

楽しい時間を過ごさせていただきました。皆さん“ありのまま”であったように感じました。学年を越えての交流と卒業生と話ができる時間はとても刺激になりますし、それがどこかのタイミングでハッとと思うような気付きに繋がるかもしれません。そんなタイミングがあればとても良いことですし、積極的に参加して、刺激を得て実りある卒業後の生活を送ってほしいと思います。

⑤小宮根真弓先生（皮膚科）

今日は飛び入りで参加させていただきましたが、とても楽しいお話ができて良かったです。これだけ多くの学生が若いうちから勉強だけではなく、ワークライフに興味があることは改めて驚きました。早いうちから考えることは大切なことだと思うので、是非こういう活動を通じてさらに考えを深めていただきたいと思います。



【卒業生・低学年】



【卒業生・高学年】

4. アンケート結果報告

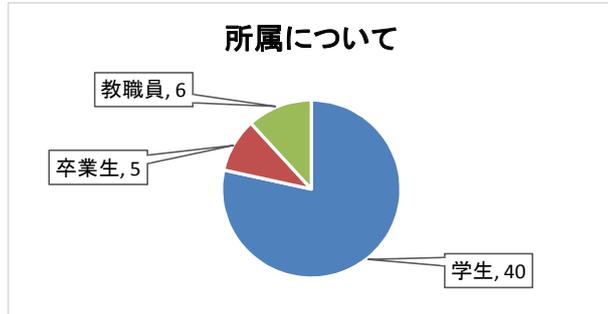
当日は、お忙しいところご出席いただきまして、また、アンケートにご協力いただきましてありがとうございました。ここにその結果を報告いたします。

	講演会参加者	懇談会参加者
学生	42	40
卒業生	12	10
教職員	8	3
計	62	53

I. 所属について

学生	40
卒業生	5
教職員	6
計	51

(アンケート回収率82%)



学年別内訳

6年	6
5年	9
4年	9
3年	2
2年	12
1年	2
計	40

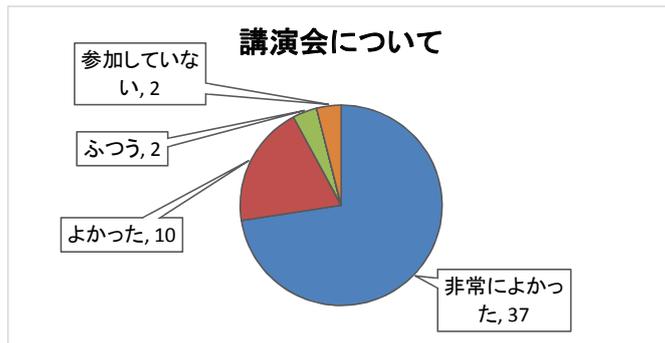
学生男女比

男	7
女	31
不明	2
計	40

II. 講演会について

(1) 講演会はいかがでしたか

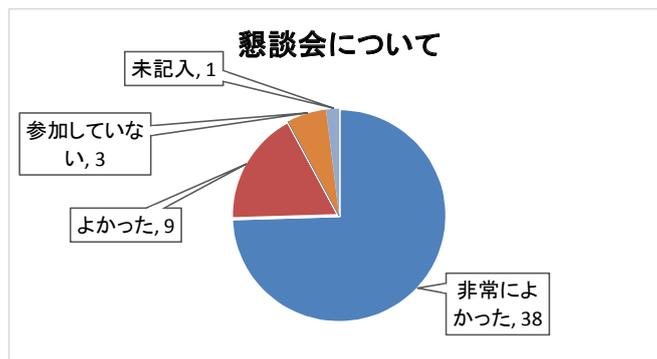
非常に良かった	37
よかった	10
ふつう	2
あまりよくなかった	0
非常によくなかった	0
参加していない	2
計	51



III. 懇談会について

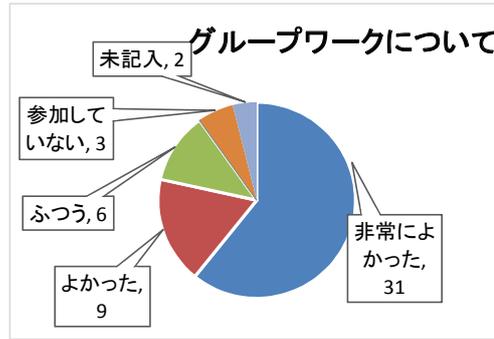
(1) 懇談会はいかがでしたか

非常に良かった	38
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	3
未記入	1
計	51



(2)グループワークはいかがでしたか

非常に良かった	31
良かった	9
ふつう	6
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	3
未記入	2
計	51



III. 講演会・懇談会感想

(1)講演会、グループワークを通しての感想はいかがですか

- 多様なキャリアパスをお持ちの先輩のお話を聞いて、大変参考になりました。
- goodな医療からexcellentな医療になるためには自己の充実が必要とあって、自己の充実が人の輪を広げられるようなことであったり、新しい経験を積んでいけるようなことであらいたいと思いました。完璧を求めないことが大切だと学んだし、特に女性の医師の方のアンケートにはとても将来参考になることが多かったと思うし、東條先生のような生き方をしてみたいと思いました。
- すごく良かったです。また、先生方のお話を聞きたいです。あっという間に時間が経ってしまいました。素敵な先生方ばかりで、自分も先生方のような自治医大生、自治医大卒業生になりたいです。
- 大先輩の先生方から沢山の有意義なお話をうかがえてとても良かったです。ただ、もう少しお時間があると、もっと色々お話しできたかと思います。
- グループワークの時間がもう少しあったら良かった。いろんな働き方、生活パターンがあって、具体的な話も聞けたのでとても参考になりました。
- 大会議室で講演会、大ラウンジでグループワークの方が広く良かったと思います。
- 将来について再考する良いきっかけになった。
- 自治医大卒の先生方は、とても身近に感じることができ、自分の将来について真剣に考えていこうと感じました。貴重なお話を聞くことができ、本当に充実した時間が過ごせたと思います。次も参加したいと思います。
- 色々な形の働き方があるのだなと思った。たくさんの現役の女医さんのお話を聞いて本当に貴重な経験になった。ありがとうございました。
- まだ2年生で将来のことはぼんやりしているけれど、卒業する頃には何か見えてくるのかなあと思いました。先生方のお話はすごく有意義で楽しかったです。ちゃんと勉強します。最近タイムマネジメントができなさすぎて日々つらいので見直そうと思うきっかけになりました。結婚すんのかなーと考えました。
- 普段、不安に思っていたり分からないことを、実際に経験されている先生方からお聞かせただけで、とても良い機会になりました。この講演を通して、改めて卒後のことについて考えられたので良かったです。
- 講師の先生方はもちろん、一緒にグループワークをやった先輩方からも色々な体験談を聞いて、自分に必要なことは何かを発見できたのですごく良かったです。
- 女性へ！という感じを出し過ぎていて、男性には肩身がせまい気がしました。今の時代、男性の方も意識していかなければ！という割にはまだまだ女性の勢いが強いと感じました。
- 充実☆していました。
- 自治医大を卒業した後のいろんな生活の話聞くことができ楽しかった。
- 将来を考える良い機会となりました。もう少し時間が欲しかったです。
- 様々な先生のお話をお聞きすることができ、「自分がどうありたいか」「何をしたいか」ということ次第で色々な道があるのだなということが分かりました。普段は将来について不安に思っても、中に相談できる機会がないのでとても貴重な機会をいただけたなと思います。
- いろいろな先生のお話を聞いて良かった。講義形式だけでなく、グループワークで直接お話しできて良かった。
- グループワークは話しやすいようにテーマやキャリアアンカーの話などがあり、話がはずみました。東條先生のお話が聞いて、地域医療への興味がふくらみました。
- 普段、学生同士で話にあがる疑問を、直接先生方、人生の先輩方にお聞きでき、とても有意義な時間となりました。アンテナを常にはって、自分の未来について、色々考えていけたらなと思います。
- 卒後のワークライフバランスについて、具体的な体験を拝聴出来て非常に参考になった。英語の勉強を頑張ろうと思った。
- 自分が将来何科になりたいか全く決まらなくて、少し焦っていた部分もあったけれど、急ぐ必要はないしその時その時で頑張ることが大切だと実感できた。
- 実際に働いていらっしゃる先生方のお話を聞いて、仕事の実態や生活の仕方が分かりました。まだまだ働くということに対して実感がわかないですが、卒後どのような生活が待っているのか分かって良かったです。趣味など見つけてより良い人生を送れたらと思いました。悩み過ぎず、考え方次第で世界は変わるなと感じる会でした。
- 違う県の卒業生のお話を聞く機会は少ないので、状況は違えど卒業生のご経験を伺えてとても良かったです。

- ・普段聞けない話を伺うことができ大変勉強になりました。完璧を求めすぎず柔軟な心を持った女医さんになりたいと思いました。
- ・いろんな働き方があるなーと思って、結局自分次第なのかなと思って肩の荷がおりました。いろんな先生ともしっかりお話がしたいと思いました。それぞれに悩みを抱えていて発散するところがなくて困っていると思うので、こういう会を開いて頂けるのはとても素敵だと思いました。
- ・キャリアアンカーを考えながら楽しく仕事をしたいと思いました。
- ・東條先生:とてもすごい先生で、(良い意味で)それを感じさせない素敵な先生のお話が聞けて良かったです。先生みたいになりたいです。
松岡先生:自分が今付き合っている相手が他の学部の学生であることもあり、非常に似た境遇でやってこられた先生のお話を聞けて良かったです。
三ツ浪先生:work mainで頑張っってこられた先生のお話を聞けて、思いは持ち続けていけば上手くいくのかなって思えました。
- ・時間が足りないと思うくらい充実していました。今回結婚されている女医さんとされていない女医さん、お二人に来ていただいたのが私にとってとても印象的でした。いろんなカタチがあるということが分かって良かったです。
- ・もっともっと先生方とお話したかった！席にとどまらず自由にお話する機会も欲しかったです。素晴らしい機会をいただきありがとうございます。
- ・3人の演者さん、それぞれ違った立場、視点を持って発表してくださったのが、非常に良かったです。将来への漠然とした不安は消えるわけでは無いですが、将来について自信が持てましたし、新たな視点を持てたのが良かったです。
- ・卒業生からの生の声が今後の勉強や進路を考える糧となりました。「キャリアアンカー」のようなキャリアを考える上での新しい見方を知ることができて良かった。
- ・年代の異なる先生方とお話したり意見を聞く機会というのは貴重なので良かったです。キャリアアンカーであったりワークライフバランスといった切り口で様々な価値観に触れることで、自らを省みることができたのは収穫になったと思う。
- ・3名の先生方それぞれのワークライフバランスを聴けてとても参考になりました。先生方の熱意を感じました。6年生になり、将来を意識する中でこのような会に参加できたことはとても貴重な時間でした。ありがとうございます。
- ・学年にまたがって卒業生の先生ともこれまでの事、これからの事を共有できる機会も持てとても良かったです。今後、自分の経験が増えていく中で後輩に還元できるようになりたいと思いました。
- ・先生方が自分の仕事に誇りをもっていらっやっってすばらしいと感じました。色んな先生からお話を聞く機会があればいいなと思います。全ての先生方から自分の経験することは無駄にはならないことを教えていただきました。
- ・グループワークの時間が短くて少し残念でした。が、先生方とお話できてとても貴重な時間を過ごせました。講演会は様々なキャリアの先生のお話がきけて、とても参考になりました。
- ・卒業して実際働かされている先生のお話を直接聞いて、本当に有意義な時間を過ごすことができました。卒後のことを考えると楽しみ半分不安半分でしたが、今日の講演会、グループワークを通して不安の部分が減ってとても楽しみになりました。やりがいのあるWORKができるよう、残りの学生生活は意識改革をして充実させていきたいなと思います。ありがとうございます。
- ・若い学生のパワーを感じました。皆さん、元気でまじめで安心しました。これからも期待できます。
- ・学生さんとお話できて楽しかったです。
- ・学生さんの生の意見が聞けてとても楽しかったです。ありがとうございます。大変良い刺激になりました。
- ・大勢の学生さんが参加していて、意識の高さを感じました。少し時間が足りなかったように思います。これを機会に卒業生と関れるようになれば有難いです。
- ・明るい雰囲気楽しく話げできた。
- ・色んな働き方があるって一生懸命やっていると幸せな人生を送れるのかと思いました。
- ・非常に楽しかった。学生と色々な話ができるので距離が縮まるかんじがした。
- ・それぞれの立場の先生方から講演を聞けるチャンスなので多くの学生さんが参加してくれて良かったと思います。

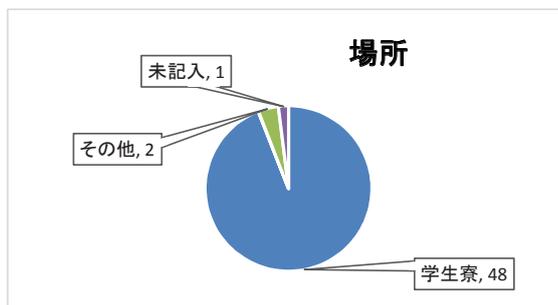
IV. その他

(1) 場所はいかがでしたか

学生寮	48
教育研究棟	0
その他	2
未記入	1
計	51

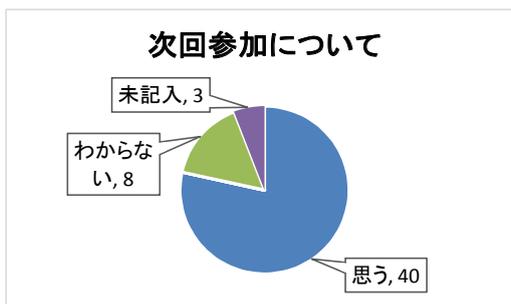
(複数回答)

その他の回答: 校内ならどこでも



(2) 次回も参加したいと思いますか

思う	40
思わない	0
わからない	8
未記入	3
計	51

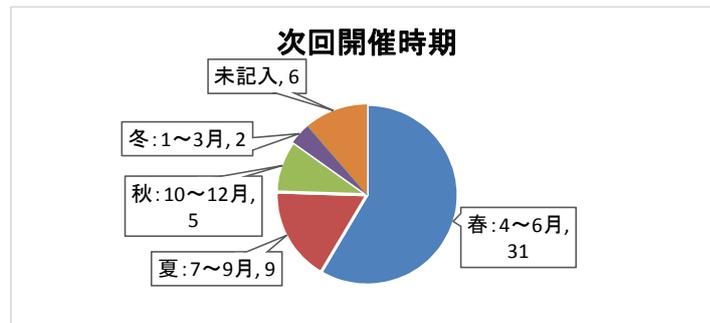


(3) 次回(来年)の開催時期はいつ頃が好ましいですか

春:4～6月	31
夏:7～9月	9
秋:10～12月	5
冬:1～3月	2
その他	0
未記入	6
計	53

(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

- ・「専門医取得」にこだわりの無い先輩のお話を聞きたいです
- ・学年差のあるご夫婦など…いらっしゃれば
- ・学生中又は初期研修中に出産した人
- ・林 寛之先生(福井9期)
- ・研究活動をされている先生
- ・廣瀬英生先生(岐阜21期)
- ・誰でもOK
- ・義務年限中に専門医を取られた方。義務中に子育てを両立されている方
- ・海外留学と結婚の両方をしている女性医師の方がもしいらしたら…
- ・今泉悠希先生(福岡31期)、氏家士富子先生(茨城30期)
- ・内田 望先生(高知20期)
- ・女性、子育てと仕事を両立している方
- ・加藤一朗先生(島根21期・隠岐の島)
- ・都道府県まんべんなく選出してほしい

(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

- ・”ライフ”について聞いてみたいです。どのような生活スタイルなのか、興味津々です。
- ・義務年限中の子育てについての実態。
- ・子どもをどう育てるか。医療関係者以外の方と結婚したとき、へき地勤務などをどうするか。
- ・へき地での子育て
- ・職場復帰のポイントやロールモデルを知りたいです。
- ・今回と同じようなテーマでもう少し時間の余裕がほしい。
- ・とにかく色々なタイプの先生方のお話を伺いたいです。
- ・診療所(島)での勤務と専門医資格の取得のバランス。政府、保健所での勤務をしている方のお話。
- ・男子学生、男性医師にも興味を持って参加してもらえる会を聞いて欲しい。

Ⅲ. 卒後ワークライフバランスについて考える会 2016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 2016 年度ブロック担当会議」
- 目 的 大学及び各ブロックでの取り組みに関する情報を共有し、現在の問題点を把握し、卒業生女性医師支援を充実させていく過程での基礎を築く。
- 開催日 平成28年8月26日（金）
- 会 場 FUKURACIA 東京ステーション 6階会議室C
- 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）
中村 剛史（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28年8月26日（金） 11：30～14：00
場 所：FUKURACIA 東京ステーション 6階会議室C
進 行：石川鎮清 女性医師支援顧問

時間	内容	摘要
11：30	開会挨拶 女性医師支援担当教員紹介	山田俊幸卒後指導委員長
11：35	ランチオンセッション ブロック担当者の1年間の活動報告	進行 十枝めぐみ（香川13期） 石川由紀子
13：05	自治医大より報告 自治医大の動き ～1年間を振り返って～	山本さやか
13：20	講演 「アメリカ留学生活の紹介」	座長 中村剛史 発表者 渡邊ありさ（埼玉24期）
13：40	結婚協定者を対象とした意識調査実施のための提案	提案者 牧野伸子
13：50	まとめ	石川鎮清
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

山田 俊幸 卒後指導委員長
(臨床検査部 教授)

このブロック担当会議を含め、ワークライフバランス会は年に2回開催しており、6月には学内にて卒業生と学生との講演会及び懇談会を開催したところです。6月の会には男子学生7名を含む、学生45名の出席がありました。講演会後の懇談会において、グループワークを行い、自己分析の手法を取り入れ、学生自らが、自分がどういう人間であるかを考える機会を設け、非常に好評でありました。

東京でのワークライフバランス会は今回で4回目となります。この会では、全体の卒後ワークライフバランスを考える企画のような役割を担っていただけるよう検討を進めているところであり、本日は各県でご活躍の卒業生にお越しいただきましたが、活発なご意見を伺えますよう、本日はどうぞよろしくお願いいたします。



ブロック担当者の1年間の活動報告

①十枝めぐみ（香川県13期）

*活動報告スライド（十枝）参照

②白石 裕子（島根県17期）

*活動報告スライド（白石）参照

③横谷 倫世（奈良県21期）

*活動報告スライド（横谷）参照

④定金 敦子（福岡県22期）

・広島市にある放射線影響研究所で勤務して4年になる。出身は福岡で、担当するブロックは九州（北）となっている。

◆仕事面

- ・原爆被爆者の疫学調査を1950年頃から現在に至るまで実施していて、疫学研究に従事している。被爆者を研究対象としているが、仕事上直接接することはなく、データと日々向き合っている。
- ・義務年限中に培った臨床の経験は研究に従事する場合にとっても役に立っていると感じる。データから見える対象者の姿がある程度思い浮かび、病気の相談を受ける際には診療所で患者さんと接してきたときの経験を活かすことができている。

◆県人会

- ・広島県人会に参加し年に数回交流を深めているが、交流するだけで何かの役に立っている実感はない。この様な状態をずっと続けていてどうかとも思うが、先に報告された諸先輩方が話されたように継続していくことが一番と思うので、自治卒医としては非典型的な仕事をしているが、九州北部、広島の卒業生のお役に立てる日が来ることを、受け身ではあるが待っている。

◆生活面

- ・子どもの小学校入学に合わせて広島市内から郊外の東広島市に引っ越しをした。自治医大の周りで3歳まで過ごした長女は広い平野が大好きだが、広島は開けた土地がなく窮屈に感じていたので、この機会に田舎の広々としたところに引っ越しをした。通常は共働きの家庭だと母親の職場の近くに住み、面倒をみるのが標準だと思われるが、引っ越し先は夫の職場の近くで、周囲からは心配された。しかし大学勤務の夫の勤務時間に縛りが少ないので夫の方が柔軟に対応できることもあり今のところは大きな支障はない。

◆今後

- ・最近、長期的な展望を立てられるような状態ではないが研究のみでは寂しく感じることもある。義務終了後、自治医大に数年勤務していたが、その時に学生と授業や

実習で接したり、学生寮の仕事をしていたので他の先生方と協力して仕事をしたことが懐かしい。仕事と生活が落ち着いた頃に教育面での貢献もできたら…と、長い目標を考え始めている。

⑤影向 一美（新潟県24期）

◆仕事

- ・500床規模の県立新発田病院消化器内科に勤務して3年目になる。チームは8人で女医は1名、上司の理解が非常にあり、早期胃がんの内視鏡的粘膜剥離術など行い、大変充実している。

◆新潟県女医ランチ会

- ・昨年のこの会で十枝先生が香川で開催したワークライフバランス会に感銘を受け、新潟県でも還元できないかと思い、1月23日に開催された新潟県人会の機会に合わせて女医のランチ会を企画した。新潟県関係の卒業生12名中、10名と連絡が取れ、メールで連絡をして、自身も含め4名出席し、新潟市で行った。山梨から来てくださった先生もいて色々お話を聞くことができた。
- ・話題は後期研修の選択についてや子どもの話題で、高校生になっても習い事の送迎が続くことなどを先輩医師からお聞きした。中身としてはざっくばらんだが楽しい会であった。
- ・例年、県人会への女性医師の参加は少なかったが、ランチ会の流れで皆で県人会にも参加した。新潟県は縦に細長いため集合しづらく、県人会は1月の雪の時期の開催で、子連れOKで場所のセッティングをしたが、小さいお子さんがいる義務内の医師は雪の中で子どもを連れての車の運転は大変だと思われる。今後、開催時期などを考えて、1回で終わらずに続けていきたい。

◆子どもの習い事について質問

- ・今の子どもは幼い頃から習い事をしており、小学校から塾に行かなくても良いのと思うが周りが行くと親もなんとなく気になって行かせて、その送迎で自分の首を絞めている。今日はその辺りもお聞きしたいと思っている。

⑥新井 由季（栃木県25期）

*活動報告スライド（新井）参照

⑦山本 智美（北海道33期）

*活動報告スライド（山本）参照

【質疑応答】

十枝めぐみ

3人の子どもは幼少期、塾には行かず、習い事は送迎のある水泳、自宅レッスンのピアノ



ノだったため、習い事での送迎をすることはなかった。長女が遠方の高校へ通学、また塾で勉強するようになったことから夜間の送迎でしんどいことはあった。

塾は行かなくても良いように思うが、長女の高校は塾に行くのが当たり前のスタンスで、一方長男の高校は行きたい人は行けばよいというスタンス。長男の高校は学年の半数くらいが浪人している。子どもは親を見て「塾は皆が行くなら私は行かない」と育ったので、行かなくてもなんとかなるのであればなんとかする、といったかんじである。おかげで親の時間をあまり圧迫しないでいてくれる。そのことは人それぞれだと思うが1年位大学に入るのが遅れても大丈夫とっていて、社会人になってから入り直された方も最近が多いし、香川大学も再入学の学生がたくさんいて、実習に来ている学生が自分より年上の方もいるが、それもそれぞれかと思うので、あまり焦らなくても良いと思う。

新井 由季

十枝先生は夏はダイビング、冬はスキーとお話しされていたが、どうやって時間を作っているのか。

十枝

行くぞ！と決めて予約は半年ぐらい前にしている。普段子どもを構えないので、夏休みと冬休みぐらいは時間を作ろうと思い、子どもが小さいときから3～4日間休みを取り旅行している。患者さんについては代診医、在宅については陶病院にバックアップをお願いしている。患者さんも理解してくれていて、逆に「今年はどこ行くん？」と聞かれるが、そのような形で問題なく20年続けている。患者さんとの人間関係・信頼関係で休みを取らせてもらって、お互い様という関係性ができている。

白石 裕子

常に直面している焦りをどうしたらクリアできるのかをいつも色々と考えていて、子どもが小さい時の子育ては予測ができないため、他の家事をどうにかできないかと考えて、時短家事だったり、機械に任せたり、人をお願いしたりと色々と工夫していた。

塾の送迎に関しては、田舎過ぎる場所に住んでいるのでそもそも塾がないが、子どもの進学について悩みもあったので、夏休みは子どもを徳島の祖母のところに行かせて塾に行かせてみたりした。

子どもが2歳と6歳の年に、子連れで1年間、出雲市にある県立中央病院で後期研修を行った。当時70人医師がいる中で3人しか子育て中の女医はいなかった。小児科の女医は同年代の子どもがいたが、塾の送迎だけで1週間に1万円を払い近所の人をお願いしていると話していた記憶がある。

このような会で家政婦をコーディネートするような組織を持ったらどうかと考えたことがある。家政婦は自分の家の色んな部分を見せなくてはいけなくて、家政婦が来るために掃除をしていたのでは意味がないし、信頼できる人でなければならないし、気を遣うところは多い。様々な部門ができて、それぞれの場面で、多種多様な人のワークとラ

イフのバランスを取る部分にサポートができるようになればとても良いと思いを寄せている。

十枝

結婚しても子どもを持たない選択肢もある。子どもを育てながら仕事をするのは大変だが、子どもを育てることで自分自身も成長しているところはたくさんあると思うので、機会があれば、子どもを持たせたら良いと思っている。子育てをしていると思い通りにならないことばかりであるが、身を以て経験できると、患者さんと接する中で教えられたこともあった。

焦らないで子どもを育てるのが理想だが、現実はそのよううまくもいかない。母親が焦ると子どもも焦ってしまうので、せっきくの機会を上手に利用して楽しく生活できたら良いのではないかと思う。



活動報告スライド（十枝）

香川の中心で、地域医療をさげぶ
 ～綾上にきて20年目から21年目～
近況報告



綾川町国民健康保険綾上診療所
 綾川町国民健康保険総合保健施設
 綾上 いせいせセンター

自治医大 香川3期
 十枝(松本) めぐみ

世界の中心で、愛をさげぶ



香川の中心は綾川町？



香川県
 綾川町

ちなみにロケ地はここ



第2回やぶ医者大賞
 表彰式
 地域医療を考えるシンポジウム



昨年、たいへんありがたいことに、
 年齢制限滑り込みセーフで、
 白石裕子先生と一緒に
第2回やぶ医者大賞を
 いただきました。

その後地元の新聞に取り上げられ



毎日新聞 讃岐人
 朝日新聞

やぶ医者とは何しからんと怒ってくれた患者さんもありましたが

そのうえありがたいことに



地域医療振興協会主催の座談会にも呼んでもらえ、
 来月は第10回へき地・地域医療学会のシンポジストも務めることに

ちょっと背が重い……

今回受賞させていただいた理由として学校現場や
 子どもたちを対象にした活動があります。



学校医として健診などを行うだけでなく
 綾上小学校では毎月1回朝礼または給食時に
 保健指導を実施しています。

小児生活習慣病予防のために
 平成24年度よりじゃんぐるクラブを開始



当初は私が学校医をしている綾上小学校の子どもたちだけを対象としていましたが
 昨年度からは町内全域の小学生を対象に
 主催は町教育委員会に

去年から今年にかけて

- 香川県がん教育推進委員就任
- 香川県教育委員会学校保健部会講演
- 香川県小学校教育研究会学校保健部会講演
- 高松市教育委員会学校保健部会講演
- ベトナムハイフォン市学校保健視察団講演
- 綾川町生涯学習センター健康講演会

(これまで行っている町内各所老人会、いきいきセミナー、元気会などは継続)

今後も高松市教育委員会管理職対象の講演
スミセイ在宅介護セミナーなどが控えています

というわけで香川県内のワークライフバランスを考える会が進められていません。言い訳です。

お恥ずかしながら教育のお手伝いも させていただいています。



香川大学地域医療実習

5年生

特に女子学生

香川大学課題実習

3年生

県中・陶から3日間

東京女子医大地域医療実習

5年生

陶から3日間

東京女子医大学生実習

3年生

「女性医師のロールモデル」

一応香川大学の臨床教授を
拝命しています。

学生専用スライド



97歳まで彼は
車の介護をしていました。

101歳の時膝蓋骨骨折で
入院しましたが、今年の
暮までも電動車いすで買
い物に出かけていました。



学生専用スライド

今年1月104歳の誕生日を迎えました。



残念ながら105歳の誕生日を迎えることはできませんでしたが、
在宅での最期の時も女子医大の学生さんに見せてあげることができまし

学生専用スライド

地域医療とは

診察室の向こう側のことを常に考えて病気の
治療だけでなく予防や介護を含め地域住民
全体の健康を守る活動。

地域医療 ではなく 地域医療

学生専用スライド

現在私は

一人で24時間365日対応の診療所所長です。

大変そう？ 忙しい？

それでも医師二人体制の時に比べると
往診や訪問診療の回数はだいぶ減っています。
時間外や休日受診の患者さんは半分以上です。
診療所は黒字を維持しています。

学生専用スライド

それはなぜでしょう？

- それは一緒に地域を支える仲間がたくさんいるからです。
- それから地域の皆さんが診療所のことをよくご存じだからです。

小学校の参観日も運動会も学習発表会も毎回出席して
います。夏休みも冬休みも旅行にでかけます。

学生専用スライド

学生さんや研修医の先生には、
もし専門医になったとしても、病院から地域に
帰ったときの「診察室の向こう側」のことを
思いやることのできる医師になってほしいと
繰り返し話をしています。

(叫ぶと引かれるといけないので静かに伝えて
いるつもりですが…。)

ヨットレースにも出てます。



今年の夏は渡嘉敷島でダイビングをしました。



去年の暮れにはキロロヘスキーに行きました。



私のモットー

- 医者が元気でなければ患者さんを元気にすることはできない。
- 私の元気の素は患者さんの笑顔、そして家族の笑顔。
- 何はなくともおいしい食事。
- 常に診察室の向こう側に目を向けてあたらしいことに挑戦し声を出し続けること。

まだまだやりたいことがたくさんあります。

- 小児生活習慣病予防検診を受けたこともたちが大人になっていきます。ぜひ経過を追っていきたい。 →20歳の健診開始
 - まだまだ禁煙教育が浸透していないのでまだまだ努力しないと。
 - こどもの体操教室は全町あげて取り組めるようにもっていかなければ。 →今年は今度上げて
 - 冬のイベントは住民主体で運営できる方向に持って行きたい。 →実行委員会方式立ち上げ中
 - 診療所の患者さんたちの作品展を開きたい。
 - これからはじまるがん教育にもどんどんかかわらなければ。 →まず先生方にかん教育開始
 - 終活や平穩死についても住民と考える場をもっともたなくては。
 - 小学生や中学生にも医療の現場を体験してもらいたい。
 - 学生さんや若い先生に地域医療の楽しさを伝えたい……
-まだまだたくさん。

診療室の向こう側には



住み慣れた町でその人らしい暮らしを



香川の真ん中から地域医療を叫ぶ

これからも診療室の向こう側のたくさんの笑顔に支えられ
もっとたくさんの笑顔を支えたいと考えています。

診療室の中心で、今日も叫ぶ

なんかでっきょんな？
調子はどうな？

ちなみにコミュニケーションお試しで使ってみました
全く必要ありませんでした。

活動報告スライド（白石）

20160826ワークライフバランスを考える会
yuko SHIRAISHI
隠岐島前病院、浦郷診療所

2015-2016の報告

学会活動等

2015. 5 第6回アライマリア学会学術大会inつくば 究極の女子会vol.1主催
整形外科的エコー使いまくりセミナー スター7参加

2015. 8 自治医科大学臨床講師(地域担当)

2015. 9 内科学会認定内科専門医試験 合格!(合格率25%!!)
2015.9.30 小児科専門医更新

2015. 11 全国自治体病院学会in函館 ポスター発表
急病の子供とママのお助け隊 第2報

総合医・女医系活動

2016.11.14 山口県女医ランチ会参加
2015. 11 第2回やぶ医者大賞受賞
2015. 11 女医JOY!サミット in山形 基調講演

2016. 12 メールマガジン寄稿

2016. 1 NHKテレビ 総合診療医ドクターG 書記出演

2016.3 とってみきアイルランド研修のススメ 自治医大地域医療学会 講演

2016. 6 第7回アライマリア学会学術大会in浅草 究極の女子会vol.2主催

2016. 5 THE 整形外科 南江堂より出版(編集幹事)

2016. 7 思春期の子ども心の問題 地域ネットワーク会議 講演

短期研修

2016. 2月

秋田城東整形へ短期研修

すぐ声をかける 思い強い人を持つたい!
患者さんの治療の特長や希望をきき、ケア、一緒に共有

すべての患者を自分の家族と思って接する

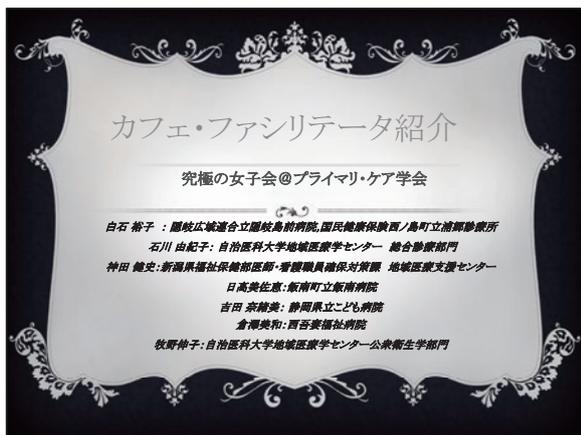
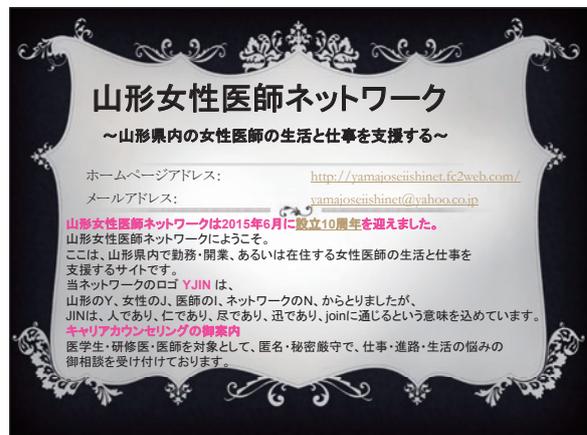
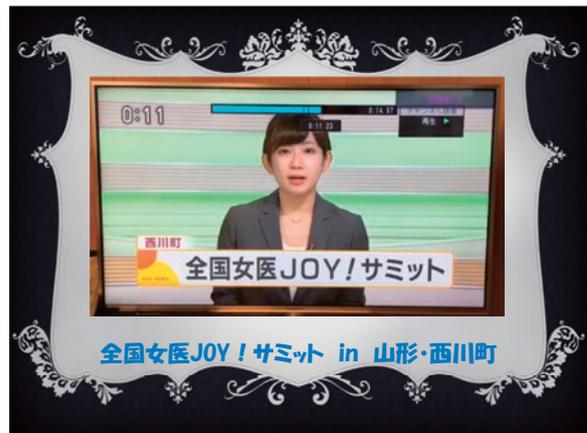
思春期精神保健研修事業
思春期精神保健対策医療従事者
専門研修
厚生労働省
こころの健康づくり対策事業

思春期 精神保健研修

白石節子 20160708
隠岐島前病院 小児科

	10万人対	パーセンタイル
1 単極性うつ病	50.8	10.7
2 鉄欠乏性貧血	22.0	4.7
3 転倒	22.0	4.6
4 アルコール乱用	15.8	3.3
5 慢性閉塞性肺疾患	14.7	3.1
6 双極性障害	14.1	3.0
7 先天性奇形	13.5	2.9
8 変形性関節症	13.3	2.8
9 統合失調症	12.1	2.6
10 強迫性障害	10.2	2.2

人々を長期間に渡って苦しめる疾患 1995 WHO調査結果







本日のメニュー
究極の女子会@プライマリ・ケア学会

グループ(各5人程度)を作ります。
ファシリテータが司会を務めます。

メニュー-1: 日々のプチ苦悩(苦勞、小さな悩み)
と
パワーの源につき 思いを共有します。

メニュー-2:

本日のメニュー
究極の女子会@プライマリ・ケア学会

グループ(各5人程度)を作ります。
ファシリテータが司会を務めます。

メニュー-1:
メニュー-2: 2回目のトークで
女医だから出来ることとは?
について話しましょう

本日のメニュー
究極の女子会@プライマリ・ケア学会

メニュー-3: 3回目のトークでは!
私たちはどうしたら、
生き生きと仕事が続けられるでしょうか?
「共有した思いと貢献への方略」について話し合います。
簡単なことでいいんです! たとえばいつも笑顔で...

メニュー-4:

本日のメニュー
究極の女子会@プライマリ・ケア学会

メニュー-3:
メニュー-4: 各グループの
ディスカッションの結果を発表します。
どんな内容でも構いません

本日のメニュー
究極の女子会@プライマリ・ケア学会

グループ(各5人程度)を作ります。
ファシリテータが司会を務めます。

メニュー-1: 日々のプチ苦悩(苦勞、こまりごと、小さな悩み)につき思いを共有します。
メニュー-2: 2回目のトークでわれわれの日々の暮らしの中から、
うれしい、楽しい、やりがいを感じる瞬間は? について話しましょう
メニュー-3: 3回目のトークで発表者を決めてください。
私たちはどうしたら、生き生きと仕事が続けられるでしょうか?
「共有した思いと貢献への方略」について
話し合います。簡単なことでいいんです! たとえばいつも笑顔で...
メニュー-4: 各グループのディスカッションの結果を発表します。

本日のメニュー
究極の女子会@プライマリ・ケア学会

グループ(各5人程度)を作ります。
ファシリテータが司会を務めます。

メニュー-1: 日々のプチ苦悩(苦勞、こまりごと、小さな悩み)につき思いを共有します。
メニュー-2: 2回目のトークでわれわれの日々の暮らしの中から、
うれしい、楽しい、やりがいを感じる瞬間は? について話しましょう
メニュー-3: 3回目のトーク
私たちはどうしたら、生き生きと仕事が続けられるでしょうか?
「共有した思いと貢献への方略」について
話し合います。簡単なことでいいんです! たとえばいつも笑顔で...
メニュー-4: 各グループのディスカッションの結果を発表します。

本日のメニュー-1「女医さんがんばっています」
プチ苦悩の共有
(グループディスカッション:10分間)

これまで体験したプチ苦悩
仕事でも暮らしでも...
苦勞、小さな悩み
そしてそれらを乗り越えるパワーの源は?

本日のメニュー2「女医さんつづけてます」
女医だからこそできる医療への貢献
(グループディスカッション:10分間)

2

女医だから
出来ることとは？

本日のメニュー3「女医さんこれからも・・・」
共有した思いと貢献への方略
(グループディスカッション:10分間)

3

では女医さんは
どうしたら生き生きと
仕事が続けられるでしょう

Take home message

1 2 3

TED Talks Facebook CEOのシエリル・サンドバーグが、男性と比べて高い割合の女性しか職場でトップまで上り着けない理由に目を向け、経営幹部を目指している女性に3つの強力なアドバイスを与えました。

Take home message

1 同じテーブルに着きなさい

2 パートナーと「真のパートナー」になりなさい

3 最後まであきらめないで

TED Talks Facebook CEOのシエリル・サンドバーグが、男性と比べて高い割合の女性しか職場でトップまで上り着けない理由に目を向け、経営幹部を目指している女性に3つの強力なアドバイスを与えました。

究極の女子会
2016
また来年お会いしましょう

活動報告スライド (横谷)

WLBの会 自治
 奈良県 21期
 横谷 倫世

女子中高生の医療分野進路選択支援
 ～私も出来る / いのちを支える専門職～

定員 200名程度
 日程 2025年7月11日(土) 10:00～12:00
 会場 奈良県立医科大学 医学部講義室

プログラム (敬称略)
 13:00 開会挨拶 梶井 裕司(奈良県立医科大学 学長)
 13:10 基調講演 「私の進んで来た道、そしてこれから」
 平井 都始子 (奈良県立医科大学 中央内視鏡・超音波部 准教授)
 13:45 パネルディスカッション 「あなたもなれる！いのちを支える専門職」
 ●パネリスト
 松元 加奈(同志社女子大学 薬学部 医療薬学科 専任講師)
 横谷 倫世(社会医療法人 健生会 土庫病院 消化器病センター 外科医師)
 五十嵐 稔子(奈良県立医科大学 母性看護学 教授)
 看護 霧下 由美子(奈良県立医科大学附属病院 看護部長)
 ●コーディネーター
 須崎 康恵(奈良県立医科大学 女性研究者支援センター 講師)
 14:30 体験学習「医療専門職セミナー」(中高生のみ)
 ●Aコース(内科・助産・薬学の体験をするコースです) ●Bコース(外科・看護・薬学の体験をするコースです)
 ●リーダー
 内科 太田 浩世(奈良県立医科大学附属病院 呼吸器・アレルギー・血液内科 診療助教)
 助産 五十嵐 稔子(奈良県立医科大学 母性看護学 教授)
 外科 横谷 倫世(社会医療法人 健生会 土庫病院 消化器病センター 外科医師)
 看護 霧下 由美子(奈良県立医科大学附属病院 看護部長)
 薬学 松元 加奈(同志社女子大学 薬学部 医療薬学科 専任講師)
 ●コーディネーター
 須崎 康恵(奈良県立医科大学 女性研究者支援センター 講師)
 水野 文子(奈良県立医科大学 女性研究者支援センター コーディネーター 微生物感染症学 講師)
 吉元 千陽(奈良県立医科大学 女性研究者支援センター コーディネーター 産婦人科学 助教)

医学科6年一貫教育カリキュラムに組み込まれている良き医療人育成プログラム「ロールモデルを探す」の講義を担当し、
 医学科2年生115名を対象に4月8日～22日にわたって毎週1回の講義を実施しました。

講義は基調講演、グループワーク、グループの代表者と講演者とのディスカッションの3部形式で、講演者には地域中核病院勤務医、クリニック開設者、奈良県医師会理事、大学教員といった異なる立場でご活躍されている男性医師4名、女性医師2名をお招きしました。各先生方にはご自身のキャリア形成の過程を紹介し、医師として大切にしている信念、ご自身の今後の夢や目標について講演していただきました。場上で行われたディスカッションでは学生からさまざまな質問や意見が出され、活発な議論が交わされました。

◆第1回(4月8日)
 「地域中核病院で働く～男性編～」大阪晩明館病院産婦人科部長 吉田昭三先生
 「地域中核病院で働く～女性編～」土庫病院消化器病センター外科医師 横谷倫世先生
 【学生の感想】
 ・活躍する場を自ら切り開いていくことの大切さに気付いた。
 ・医師になることが最終目標ではなく、自分ができるように医療と向き合っていくべきかが大切だと感じた。

◆第2回(4月15日)
 「開業医の挑戦10年目」くずもファミリークリニック院長 葛本幸康先生
 「医師会で地域医療に貢献する」奈良県医師会整形外科医師 若井誠先生
 【学生の感想】
 ・自分はなぜ医師を志したのかということ改めて考える機会になった。医師である前に一人の人間として、他者との関わり合いの中で、相手を思いやる気持ちを常に持つて生きていこうと思った。
 ・医師会の活動によって地域への貢献ができ自身の経験も深められると感じた。

◆第3回(4月22日)
 「大学で若手医師を育成する」本学地域医療学講座 赤井靖宏先生
 「大学で先輩の画像診断に取り組む」本学総合画像診断センター 平井都始子先生
 【学生の感想】
 ・学生のうちから現場に立つことを意識して日々の学習をこなすのが大事だと感じた。
 ・ただ病気を治すだけではなく患者と向き合うことの大切さを学んだ。周りの人と自分を比べたりせず自分のペースで進んでいくことは、難しいが大切なことだと改めて思った。

ディスカッションの様子

社会医療法人 健生会 土庫病院

- ・病床数 許可病床数199床 (地域包括ケア病床48床)
 外科 50床
- ・主な診療科
 内科(化学療法科)
 消化器・一般外科
 小児科, 救急科, 麻酔科
- ・常勤(嘱託を含む) 医師数
 内科 9人, 外科 9人
 小児科 2人, 救急科 1人
 麻酔科 1人, 病理 1人
 初期研修医 6人

一週間の勤務

	月	火	水	木	金	土
勤務	土庫病院	紀和病院	土庫病院	土庫病院	土庫病院	診療所
8時	術前 カンファ		外科 カンファ	総回診	勉強会 医局会	
午前	外来	外来	手術	外来	手術 病棟	乳がん 検診
午後	外来	手術	手術	大腸ファイ バー	病棟	
終業	19時	18時	23時	19時	18時	

まとめと現在の課題

- ▶ 勤務を継続することはできている（年間主治医数 160人 当直無し）

課題

- ▶ 手術、内視鏡などの技術アップ
- ▶ 学会発表
- ▶ 専門医の取得

勤務に関しては、時間的制約のある中、チームとしてそれぞれの人員を育てようという意識がなく、個人の努力の身にゆだねられている。

毎日の、デューティーが多い中、個人の努力だけでキャリアアップしていくことに困難を感じている。

上司の意識改革が、最も重要と考えるが、ほとんど無理と想っていて、なんとか自分で時間のやりくりを模索している。

活動報告スライド（新井）

近況報告

那須赤十字病院 消化器内科
新井由季（栃木25期）

これまでの歩み

- 1996年 真岡女子高等学校卒業
- 2002年～ 自治医科大学医学部卒業
自治医大付属病院にて初期研修
- 2004年～ 那須南病院内科
- 2006年～ 大田原赤十字病院（現 那須赤十字病院）内科、
消化器内科
- 2014年 自治医科大学社会人大学院卒業（緩和医療）

家族は夫（県職員）、長男（9歳）、次男（7歳）、長女（4歳）



資格など

- ▶ 日本内科学会認定内科医
- ▶ 日本消化器病学会消化器病専門医
- ▶ 日本消化器内視鏡学会消化器内視鏡専門医
- ▶ 日本プライマリ・ケア連合学会認定プライマリ・ケア認定医
- ▶ 日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医
- ▶ 日本医師会認定産業医
- ▶ 日本内科学会総合内科専門医
- ▶ 介護支援専門員

課題

- ▶ 障害のある長男
- ▶ わがままな末っ子
- ▶ 夫の負担
- ▶ 後輩の指導
- ▶ 夢



栃木県人会での立ち位置

- ▶ 7人目の女性
- ▶ 出産後に当直する初めての女医となる
- ▶ 僻地診療所に行かない初の内科医となる
- ▶ 幹事になった時もあるが、3人出産後はさぼり気味
- ▶ 今年の新年会で女性医師について講演
- ▶ 地域医療オープンラボアドバイザー
- ▶ 学生実習を受け入れ、臨床講師（地域担当）に

栃木県人会

- ▶ 毎年5人入学
- ▶ うち複数が女性
- ▶ 出会いのチャンスがない、との嘆き
- ▶ 不参加となる人も多い

女性医師の結婚の現実

- ▶ 生涯未婚にとどまるであろう者の割合
 - ▶ 男性は2.8%、女性は35.9%
- ▶ 女性医師の7割が男性医師と結婚
- ▶ 1/3は幸せな結婚、1/3は離婚、1/3は未婚
- ▶ 結婚情報サービスでは「医師」の肩書きは威力を発揮

この会に期待すること

- ▶ 未婚、既婚、離婚経験者、シングルマザーなどすべての女性、男性医師への支援

活動報告スライド（山本）

山本智美 北海道帯広市出身

北海道大学法学部卒業

自治医大33期卒業

H22 香川県立中央病院初期研修

H24 香川県綾川町国民健康保険陶病院

H25 香川県立中央病院 へき地医療センター
小豆島、豊島 内科・小児科

H27 北海道帯広厚生病院 総合診療科



豊島への巡回診療



小豆島の海岸



大雪山旭岳

自治医大の1年間の活動報告

①医師・研究者キャリア支援センターより ・ ・ ・ 石川由紀子女性医師支援担当

②卒後指導委員会・卒業生女性医師支援1年間の歩み ・ ・ ・ 山本さやか女性医師支援担当

講演

平成28年4月からご家族でアメリカ・サンディエゴに留学している渡邊ありさ医師（埼玉県24期）から、留学生活について講演をしていただきました。

【まとめ】

海外で暮らすことは苦勞もリスクもある。だが、異文化で生活することや医療と離れて家族と過ごす時間を持てる機会はとても貴重である。普段は夏休みでもなければ海外に行くことはできないが、それが年単位で過ごせるのも有難いし、子どもにとっても幼い頃から英語の環境で学ぶのは良いチャンスだと思う。お金はかかるが投資だと割り切って、日本に帰ってきてからさらに頑張りたい。

【質疑応答】

影向

Q.家庭での会話は日本語？英語？

A.もちろん日本語（笑）次女がやる気があって、一生懸命英語で喋ろうとしてきたり、私に対しても英語を使おうとする姿勢がすごいと思っている。ジェスチャーなどアメリカナイズされているので、現地校で揉まれて学ぶことの良さを実感している。

新井

Q1.ご主人の渡邊浄司先生（鳥取県25期）の研究のテーマは日本から持って行って現地で行うもの？現地の教授から与えられたもの？

A.現地の教授から与えられたもので、日本での研究とは全く関係ないが、その教室で行っているテーマを一部担当させてもらっている。

Q2.子どもの学年を一つ下げたと話があったが、自由にできることなのか？

A.学校の先生と相談して決めた。日本とアメリカでは始業が半年ずれているが、例えば長女の場合、日本で3月に4年生を終了してアメリカに渡ったが、アメリカで5年生のクラスに入ると、2ヶ月経ったらすぐに6年生に進級してしまうことになる。それは辞めて、アメリカに行ってから2ヶ月は4年生をして、新学期から5年生になる選択をした。

定金

Q.身分は volunteer とのことだが、無償なのか？

A.そのとおりで visiting scholar（夫）も無償である。元の所属先（日本）から収入を受け取る仕組みになっている。そのため収入がない人は受けられない。研究室での今後について、自分の場合は子どものこともあるので、まずは手伝いから始まり、様子を見てテーマなど頂けるかもしれない。



San Diego

- アメリカ・カリフォルニア州にある都市。
- 州内ではロサンゼルスに次いで人口が多く、人口は135.6万人。(2013年)
- 西岸海洋性気候で、一年を通して温暖で、雨が少ないのが特徴。湿度は低く、とても過ごしやすい気候



本日の話題

1. 留學準備
2. 研究内容
3. アメリカでの生活

1. (夫の)留學準備

- ❖ **まずは留學先探し**
- ❖ 約15年前から、鳥取大・島根大の外科医が UCSDのMoore's Cancer Center に留學。
- ❖ 2年前にサンディエゴでの学会に参加し、研究室を見学。留學の意思はその頃から
- ❖ 前任者帰国に伴い ^{2015.春} 挙手 **あっさりOK!**
- ❖ 家族としても別に異存なし

大学院卒業が必須条件

➤ 2015年9月に卒業するために・・・

- 7月までに学位論文アクセプト
- 8月までに学位審査を通す必要

そのころ私は

- 2014年度末に 鳥取大学医学部 **地域医療学講座** を退職。
- 夫の臨床復帰に備え、3か所の病院で非常勤を掛け持ち。

渡米には支障なし

- まず **情報収集**、自分と子供の **英語の勉強**

VISA取得の流れ

3/20-26 ~~夫のみ先行渡米の予定~~ **発行が間に合わずキャンセル** 3/30 出国!

米国総領事館(大阪)で面接

- 面接は約5分で終了。

動画サイトで予習

- 書類が届くまでの催促、面接の予約を取るまでの方がずっと大変。

- 4日後にVISAスタンプの貼られたパスポートが郵送で届く。



日本でできる 米国生活の準備

米国銀行
口座の開設

クレジットカード
(米ドル)の契約

留学生保険
契約

自家用車
の購入

自動車保険
契約

帰国する日本人から
家具・日用品譲り受け

- インターネット・メールでほぼ解決
- 日本人相手个は話が早い ↓米国人との交渉は遅い

アパートの契約

CATV・電話・イン
ターネット契約

電気・水道
の契約

できたら私も研究したい・・・

- 卒後15年間臨床医を続けてきた
- せっかくのチャンス、2年の空白はもったいない
- 最も大変な「留学先探し」はクリアしている
- ラボの教授は歓迎すると言ってくれた
- 基礎研究の経験なく不安
- 海外での生活・育児も不安

留学経験者からは・・・

海外での生活、特に子供の教育は大変！
母親は子供と家族のサポートに専念しないと無理！

夏休みまでは主婦

- 米国生活が落ち着くまでは家でサポート
- 5歳の末子のKindergartenが8月末から。

- ✓ それまでに労働許可証を取得する
- ✓ 英語も上達しているはず・・・？

留学生としての身分

夫

Visiting Scholar

日本で大学に所属し、
留学中の収入あり

J1 VISA
(留学生本人)

私

Volunteer

大学は退職しており、
留学中の収入なし

J2 VISA
(留学生の家族)
+
労働許可証(EAD)

※USCIS(米国民権・移民事務局)
に書類・手紙を郵送。
手数料\$380、約2ヶ月で承認。

2. 研究環境・研究内容

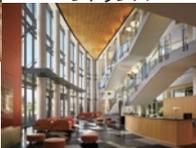


UCSD Moores Cancer Center



外観

エントランス



留学先ラボの研究テーマ

Targeting Drugs to Ovarian Cancer

Platinum Drug Resistance

Drug Delivery Systems

抗がん剤研究がメイン

現在のテーマ

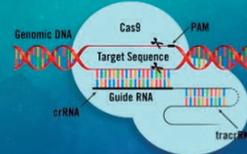
目的

1. CRISPR-Cas9技術でDCD遺伝子 (dermcidin のコード遺伝子)をノックアウトさせ、腫瘍の増殖能が低下することを証明し、dermcidinがLT-415の標的物質であることを確認する。
~2016年秋
2. LT-415の有効性をマウスのヒト腫瘍移植モデルで確認し、至適有効濃度を検討する。
~2017年春
3. LT-415のマウスのヒト腫瘍移植モデルを使って有効血中濃度と薬物動態を検討する。
~2017年夏

現在のテーマ

CRISPR-Cas9
(clustered regularly interspaced short palindromic repeats / CRISPR associated proteins)

もともと細菌がウイルス感染から身を守るための仕組み



DNA二本鎖を切断 (Double Strand Breaks=DSSBs) してゲノム配列の任意の場所を削除、置換、挿入することができる新しい遺伝子改変技術。

これまでに比べて迅速かつ簡便に利用できることから、短期での研究成果実現に有効な技術！

3. アメリカでの生活

◇最も苦労するのは、英語とお金

◇あらゆる手続きが遅い！

◇トラブルが多い



度胸だけはついてきた
「まあ無事ならいいか」

子供の学校

◇現地校(義務教育)

月～金曜

- 研究者や留学生の子供が多いため多国籍
- 非英語圏の子供には英語の補習(ESL)

学年を1つ下げた

◇日本語補習校

土曜日

- 日本と同じ教科書
- 帰国後に困らないよう

家族で過ごす時間

- 研究は土日フリー、当直なし
- 基本は9～17時だが自由
- 一緒に夕飯、子供の宿題



医療

保険は高額

- 日本で留学者用保険加入 家族5人で170万円/2年 (医療費無制限プランは200万円以上)

○ 指定の医療機関では、自己負担なく診療

× オバマケアの影響で日本の保険は条件が不足 (既往症をカバーしない)

医療費も高額

- 歯科治療・検診は渡米前に
- 数本の齲歯治療で数十万円
- 出産費用 150万円～
- 虫歯炎手術 200~300万円など
- 帰国し自費治療の方が安い

予防医療 (重視!)

- 予防接種は保健所で1日10ドル
 - ◇ (髄膜炎菌・A型肝炎・不活化ポリオ・HPVで計10ドル)
- 日本の予防接種基準と多少の違いあり



留学は人生の夏休みである

- 海外での生活は苦労もリスクもある。
- 異文化での生活、医療から離れて家族と過ごす時間を多く持てる機会は貴重。
- 子供にとっても、英語環境で学ぶチャンス

投資のようなもの？

結婚協定者を対象とした意識調査実施のための提案

牧野 伸子 (大阪10期 自治医科大学公衆衛生学部門)

女子学生が増えていく中で、結婚協定もますます増えていくことが予想される。協定を結んだ卒業生に、どの様な形が彼らにとって良い形であったのかについてのご意見をいただきたく、“これからの学生・卒業生のため”というスタンスでの意識調査を検討したい。

勤務に伴い移動するとき子どもを連れての引っ越しで、夫婦共に職場が変わるだけではなく、子どもをとりまく環境も変わり、子育てに関わるバックアップ体制が完全に変わってしまうことを余儀なくされたときが1番辛いのではないかと予測している。実際に意識調査でそのような結果が出れば、その部分をサポートできるようなシステムを提案することができ、次に繋がるのではないかと考えている。

対象者について、義務年限を終了した卒業生だけでなく、義務年限中で子育て真っ只中の卒業生も調査対象に含めたいという意見もあるが、その点はいかがか聞きたい。

白石先生から話のあったように、シッターさんとしてお願いしたい方がいても保険や時間、お金のことを当事者同士で話をするのはとてもしづらいので、うまく仲介できるようなシステムがあっても良いのかもしれない。



白石 裕子

勤務の場所が変わる時は非常にストレスが大きい。自分の仕事の事だけではなく、夫や子供、さらには介護のことまで考える場合もあるかもしれないし、事務手続きだけでも大変なため、子どもの世話だけでも誰かにお願いできれば非常に助かる。預けられた方としても短期間だけだったら受けやすいということもあるかと思う。海外にはNanny、子どもの教育面だけを優秀な子育てのプロが面倒をみってくれることもあるし、今度、男の家政婦さんのドラマが始まるようだが、仕事をしている女の人は家のdutyより仕事の方が楽だと思っている部分もある。家での予測も出来ない様々なことをこなしながら、仕事をする大変さは皆さん感じておられると思う。

十枝めぐみ

昨年度の香川でのワークライフバランスについて考える会は10月に行ったが、その際には地域医療推進課から保育園の情報やベビーシッターの情報をもらった。実際、その会ではベビーシッターを希望する参加者はいなかったが、動いてみれば掘り出し物があるということが収穫だった。システムは動かそうと思えば動かせるし、情報を知らない人たちがまだまだたくさんいることも分かったので、もっと情報を発信していく必要性も感じた。

牧野 伸子

数年前にあった卒業生のアンケートで自治医大に何を求めるかを尋ねたところ、1番多かったのは情報発信だった。全国にパスしていくことを頑張りたいと思う。今回いただいたご意見を大事に、また来年に繋げていきたい。

横谷 倫世

仕事と家庭の両立を目指していると、その時々で悩みも変化していく。子どもの成長につれて悩みや不安は変わっていくので、対象者は広い方が良いと思う。辛いことは悲壮感が漂っていたことでも乗り越えてしまうと、“喉元過ぎれば熱さ忘れ”てしまい、気にならなくなるので、今本当に困っている人たちの意見を吸い上げて対応していけたら良いのではないかと思う。

10年前、外科医として子どもを3人抱えて勤務するのはとても大変で、大学病院に勤務したり、地域の病院に勤務したりしたのがなかなか上手くいかなかった。そんなとき自治医大に研修に来て、牧野先生にお会いして、とにかく続けようと思えたこと、そして続けられたことが今の生活に繋がっているように思う。先輩方もずっと続けてこられたということが励みであり、大きなキャリアで素晴らしいことだと思う。今、10年前の自分のように、暗中模索でどっちを向いて歩いたらいいか分からなくなっている卒業生には、とにかくできることをまず一歩ずつ続けることが大事ということを伝えてあげたいと思う。





自治医科大学
医師・研究者キャリア支援センター
Center for Physician and Researcher Career Support

医師及び研究者等の活躍を支援し、働きやすい勤務環境を目指して

目的

自治医科大学に勤務する医師及び研究者等を対象としたキャリア支援並びに大学に勤務する教職員の子の育児支援を行うことを目的としています。

支援内容

1 次世代育成支援

男女共同参画のもとに若手医師・研究者等のキャリアアップを支援します。 *若手医師研究者交流会*

2 就業継続支援・復職支援

就業継続のための就業の在り方や復職を希望する医師等の技能研修についての調整を支援します。

*相談・情報提供
講演会開催
Jichi Joy Café*

3 育児支援

自治医科大学に勤務するお子さんのいるお父さん、お母さんのための一時託児、病児保育(条件付)、夜間保育等多様なサポートを行っています。

*保育ルーム
「あいりす」*

4 地域医療従事者医師支援

地域医療従事者医師支援につきましては、医師・研究者キャリア支援センター発足当時に将来を見越した上で、同センターの大きな柱の一つとして活動を開始していますが、本学医学部卒業生に關しては、大学全体の大きな柱として平後指導部、平後指導委員会、地域医療推進課が中心に対応しており、医学部卒業生が後期研修等で本学に勤務するときなどについては、今後も必要に応じて緊密な連絡をとってまいります。

News Letter

医師・研究者キャリア支援センター

2016.5~2016.8(Vol. 22, 2016/8/20発行より抜粋)

平成28年度第1回「Jichi Joy Café」 『明日の自治女性医師・研究者への 処方箋』開催

平成28年6月28日火17:45~19:20
2号館2階会議室

- 女性医師・研究者9名が参加
- 職場の環境改善をめざしアイデアを集約したい。まずは日頃の思いや悩みを出してもらいことから。
- 年3回の開催を予定



「第12回男女共同参画フォーラム」 開催

平成28年7月30日土ホテル東日本宇都宮

日本医師会主催栃木県医師会担当

参加者400名規模

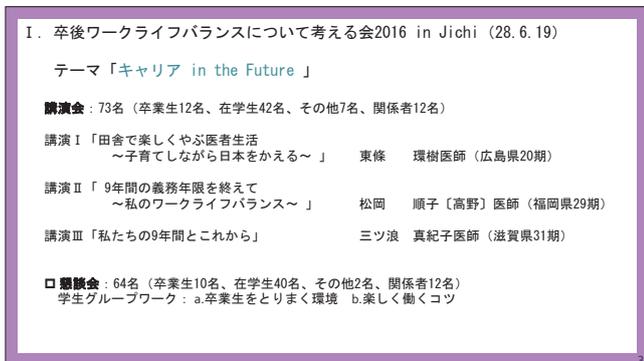
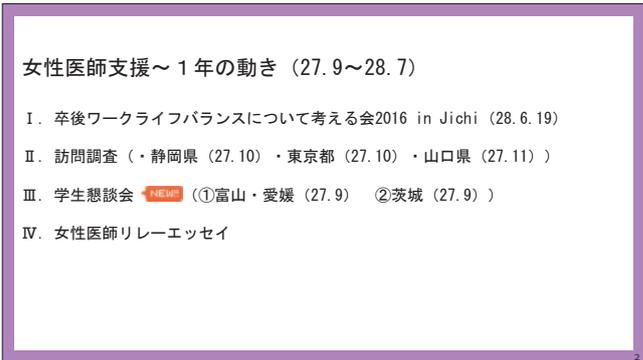
横倉日本医師会長/福田県知事挨拶

- 基調講演、シンポジウム
- 本学佐田病院長がシンポジウムのコーディネーター
- 小宮根センター長が副委員長としてフォーラム宣言採択

「全てのライフステージで自らに誇りを持てる仕組み作り」



ブロック担当会議 自治医大活動報告



II. 訪問調査

□ 訪問の趣旨

地域での勤務において

地域において勤務と育児とを両立している女性卒業生を訪問し、**両立についての現状把握と両立のための要素を**浮き彫りにする

⇓

学生や女性卒業生へフィードバック

勤務との両立に悩むケースが増加している

II. 平成27年度訪問調査～女性卒業生の集まり

◆ 山口県女性卒業生 (27. 11. 14)

《調査に協力いただいた卒業生》

前川 恭子 先生	山口県・15期
讃井 裕美(篠原) 先生	山口県・18期
吉田奈緒美(原田) 先生	山口県・26期
神原なおこ 先生	山口県・31期
田中美奈子(木下) 先生	和歌山県・34期
中村 英里(中澤) 先生	静岡県・35期
白石 裕子(香郷) 先生	島根県・17期

〔7名〕

近況報告 経験を基にアドバイス ヒントを得る&刺激

H28年度は広島県を予定

II. 平成27年度訪問調査

◆ 下田メディカルセンター (27. 10. 15)

《調査に協力いただいた卒業生》

高津南美子(佐野) 先生(静岡県33期)
・ 卒後3年目から兵庫県と結婚協定締結

⇒ 年が明けて4月から静岡県勤務となる冬に第一子を出産。妊娠したときに静岡県にその旨伝え、院内保育のある下田に夫婦で配置。当直は免除。夫が多く行っている。

II. 平成27年度訪問調査

◆ 多摩北部医療センター (27. 10. 27)

《調査に協力いただいた卒業生》

大林梨津子(天本) 先生(佐賀県28期)
・ 卒後4年目から東京都と結婚協定締結

⇒ 佐賀県での勤務中は夫婦別々の島に勤務した時期もあった。東京でも内地と離島での別居生活期間あり。子どもは梨津子医師と一緒に。

【後輩へ、義務年を振り返って】
時々で仕事と子育てのウェイトが変わるのは自然なこと。若いうちにへき地に行ける機会はありませんので行けることは貴重なこと。

II. 平成28年度勤務調査

◆ 学内にて (28. 6. 1)

《調査に協力いただいた卒業生》

香川と岐阜、両県で地域医療を経験できたことは、県を行ったり来たりした人の特権。

藤川 耕 先生(香川県29期)
藤川麻衣(高橋) 先生(岐阜県31期)
★岐阜県北西部医療センター-国保白鳥病院 勤務

・ 麻衣医師卒後1年目、耕医師卒後3年目に結婚協定締結

⇒ 国保白鳥病院は院内保育・病児保育が設置されているため、子育て中の女医に働きやすい環境。病院トップは後藤忠雄医師(12期)で勤務、生活、今後の進路などあらゆる面について相談しやすい環境にある。

III. 学生懇談会

27年度より開始。同じ出身県の卒業生から県内の勤務状況等について話を聞く。

① 富山県・愛媛県 (27. 9. 17)
卒業生: **小黒真希子 先生** [富山県30期]

出席者 女子学生7人 (富山県出身5人愛媛県出身2人)

* 結婚協定を締結しているため2県の女子学生に声をかけた

② 茨城県 (27. 9. 25)
卒業生: **白土綾佳 先生** [茨城県26期]

出席者 女子学生4人

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レターにて掲載中。

・ 28. 4からは19期生によるリレーエッセイも開始。毎月配信している。

□ 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
第7回	佐野美由紀 先生
第8回	眞貝美由規 先生
第9回	関 男子 先生
第10回	豊田 典子 先生

19期生

第1回	井岡亜希子 先生
第2回	榎田紀美子 先生
第3回	山田 恵子 先生

女性医師支援blogでも掲載

最後に.....

ロゴができました。

J-PASS

Jichi Post graduation Self-Affirmation Support System

Jichi Post graduate Self-Affirmation Support System

それぞれのワークライフバランスを保ちながら、今の自分自身を肯定して楽しんで人生を進んでいってほしい

ご清聴ありがとうございました。

まとめ

石川 鎮清 女性医師支援顧問

あっという間に時間は過ぎたが、今回は新しいロゴが発表できたり、新メンバーが加わったり、メンバーの中からやぶ医者大賞を受賞されたりと、活動が広がっている。来年までにいい形が続けられるようにしたいと思う。



新ロゴについて

* … * … * … * … * … * … * … * … * … * … * … * … * … *

既婚、未婚、子どもの有無に関らずこれからますます、支援の輪を広げていきたい。また、男性も女性をサポートする視点ではなく自身の人生としてワーク&ライフ考えるような、そんな時代になってきたと思う。

どんなに立派なキャリアを積んでいても、自分はまだまだだと伝える自治医大卒業生が多い。仕事を離れた部分についてもキャリアの一つだと考えていて、前向きに捉えて進んでほしいという思いから“自己肯定感 (self-affirmation)” というワードを入れている。

“パス”は卒業生から学生へのパス、卒業生同士のパス、自治医大から全国へのパスの意味も込められている。さらに綴りは違うが path (道) の意味もある。それぞれからのパスを胸に、それぞれの道を進んでほしい。

* … * … * … * … * … * … * … * … * … * … * … * … * … *

閉会挨拶

本間 善之 卒後指導部長

本日話題となった子育て、ベビーシッター、教育、配偶者に関わる問題等を受けとめ、関係部署と調整をしていきたい。

本会は今年で4回目を迎え、成果を得られた部分も多く、ご出席いただいた先生方に感謝申し上げます。



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	山本 智美 (北村)	北海道・東北 (北)	北海道	33
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	女性医師支援顧問	福岡	12
5	石川由紀子	女性医師支援担当	静岡	17
6	中村 剛史	女性医師支援担当	静岡	21
7	山本さやか	女性医師支援担当	宮城	25
8	高山 淳一	地域医療推進課		
9	戸口 健	地域医療推進課		
10	黒川 澄子	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岡山県・愛知県（岡山県30期 神谷尚子医師）
②京都府・栃木県（京都府28期 松原優里医師）
- 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28年10月20日（木）16時30分～17時30分
②平成28年11月30日（水）16時30分～17時30分
- 会 場 ①医学部教育研究棟1階 会議室1
②医学部教育研究棟3階 中教室3
- 参加者 ①15名（卒業生1名、在學生8名、関係者6名）
②18名（卒業生1名、在學生9名、関係者8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）
中村 剛史（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）
佐々木友香（医学部6年生）
古橋 柚莉（医学部6年生）
市川 真衣（医学部5年生）

2. 開催内容

①岡山県・愛知県（岡山県30期 神谷尚子医師）

日 時：平成28年10月20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
- (3) 義務年限中のお話（キャリアや子育ての状況）
- (2) 学生自己紹介（名前・学年・部活等）
- (4) フリートーク
- (5) 閉会挨拶
- (6) 写真撮影



◆神谷先生から

- ・結婚協定を結ぶ際には県の方とよく話すこと。
- ・特に育児中は職場の上司と相談しながら乗り越えていってほしい。
- ・子どもを産んでからは物理的に勉強時間が減ってしまう。その分は努力する。
- ・育児は本当に大変、でも子どもは支え、癒し。
- ・夫婦の家事は役割分担で！

◇学生からの感想

- ・振り返った時に「結婚して、出産して良かった」と思えるという話を聞いて、将来に希望を持ってました。自治には心強い先輩がたくさんいていいなと思いました。
- ・仕事中心ではなくプライベートでのエピソードを聞くことができたため。
- ・普段あまり聞かない結婚協定についてや子育てについての話がたくさん聞いて将来の参考になったから。
- ・今まで軽く話を聞くぐらいだった結婚協定の話が聞いて非常に参考になりました。
女性だけしか喋れないことや漠然としていた育児と仕事の両立の話を実際に聞いて本当に良かったと思います。
- ・実際に子育てと仕事の両立についてお話をお聞きすることができ、授業で聞いたり、冊子で読むよりもイメージでき実感できて良かったです。
- ・仕事と育児の両立に関しては、“大変” “辛い” というイメージを持っていたのと実際はそういう話を聞くことが多いので「大変でも子どもからもらう幸せが大きい、支えになっている」という神谷先生の話を受けて、元気と希望が見えました。
- ・義務年限、結婚、子育て、仕事復帰のリアルな話が聞いて本当に参考になりました。

②京都府・栃木県（京都府28期 松原優里医師）

日 時：平成28年11月30日（水）16時30分～17時30分

場 所：医学部教育研究棟3階 中教室3

- (1) 開会挨拶
- (2) 出席者自己紹介（名前・学年・部活等）
- (3) 義務年限が明けるまでの地域勤務のお話
- (4) 質疑応答
- (5) 閉会挨拶
- (6) 写真撮影



◆松原先生から

- ・結婚協定を考えた際は先輩から意見をうかがった。ネットワークが大切。
- ・家事は夫婦で役割分担をする。夫の得意なことをしてもらう。
- ・分かってもらうために言葉で伝える努力が大切。感謝も忘れない。
- ・周りに流されることなく、自分のペースで自信の持てるものを、と思って義務年限を過ごして来た。
- ・環境の変化を新しい出会いのチャンスと、常にプラスに捉えてきた。行った先々が面白く、発見も多く、色んなことが見えてくる。特に結婚協定は2つの県がふるさとなるという利点がある！
- ・初めては誰でも不安だが、一歩踏み出してみるとなんとかなる。子どもを見ていて、大人になっても成長できる可能性も感じている。

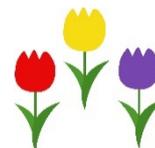


◇学生からの感想

- ・少人数、しかも女性だけなので具体的なお話ができた。もう少し活発な話し合いができるような工夫があれば、と思いました。
- ・先生の人柄や考え方がとても素敵で、前向きな気持ちになりました。
- ・とても気さくで素敵な先生でお話を聞いていてとてもほっこりしました。漠然と不安がありました。前向きに頑張ろうと思いました。
- ・先生の今までのキャリアや子育てについて具体的に話を聞いたのがよかったです。
- ・先生のリアルな体験談をお聞きすることができ、将来どうすればよいか参考になりました。
- ・将来のリアルなイメージが浮かびそう。実際の経験を聞くことは、自分の将来を考える時に役立つ。
- ・いつでも将来のことが不安なので、色々な方の歩んでこられた道を聞くのはとても参考になります。
- ・義務年限を終了し、子育てを経験した先生からお話を聞ける機会がなかなかないので、自分のキャリアを考えるよい機会となりました。



あとがき



今年度も、多くの皆様にご協力をいただき、卒後ワークライフバランスを考える会（J-PASS）を継続することができました。

女性医師の増加、男性医師の働き方の変化、医療を取り巻く社会構造の変化という波が押し寄せてくる中、自治医科大学卒業生の軌跡を掘り起こし、新しい世代の自治医大生へとつないでいく、そんな役割を「J-PASS」が担えることを目標として、今後も J-PASS の活動を継続し、皆様に知っていただけるよう努力していきたいと思います。

最後に、初刊から 5 年間にわたり、あたたかいイラストをご提供いただいた地域医療学センターの西尾尚子様へ感謝いたします。

今後とも、皆様のご支援ご指導を賜りますよう、お願い申し上げます。

卒後指導副部長 牧野伸子



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29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/chisuika/>