卒後ワークライフバランスについて考える会（J-PASS）
2018　報告書

2018
自治医科大学

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 2018 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
自己分析プログラム…… 11
第２部　懇談会…… 26
挨拶…… 26
懇談会/情報交換会 …… 26
グループワーク…… 27
4．アンケート結果報告…… 31
5．参加者名簿…… 38

Ⅲ．卒後ワークライフバランスについて考える会
2018年度ブロック担当会議…… 41
1．開催概要…… 42
2．次第…… 43
3．開催内容…… 44
開会挨拶…… 44
自治医大の１年間の活動報告…… 44
ブロック担当者の１年間の活動報告…… 44
全体討論…… 59
まとめ…… 63
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
3．参加者名簿…… 70

Ⅰ．はじめに

卒後指導委員長
臨床検査部　教授　山田　俊幸

卒後指導委員会では、学生および卒業生に占める女性の増加に伴い、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。学生のうちから自身の将来について考える機会となればと、卒業生と在学生の交流の場として設けております。

今年の「卒後ワークライフバランスについて考える会」講演会は、「ワークライフバランスとキャリアの進展～自治医大生でよかったこと、悪（！？）かったこと～」をテーマとし、卒業生に義務年限中や義務年限終了後の過ごし方、家庭と仕事を両立していく様子、また医師として人生を歩んでいく自身のキャリアについてご講演いただきました。無床診療所、中核病院、大学病院と 3 形態の機関に勤務された経験をお持ちで現在は地元医大で活躍する女性医師、子育てをしながら地域中核病院に勤務し、外科の専門医を取得された現役の外科医の女性医師、離島での勤務経験もあり義務年限中に育児休業を取得した男性医師と、それぞれに異なる道筋を歩む卒業生 3 名からご講演いただきました。参加者にとって卒後をより具体的にイメージできる機会となりました。

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 2018 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。

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 2018 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 2018 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３０年７月１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：６３名（卒業生１７名、在学生３１名、関係者１５名）
第２部：５５名（卒業生１６名、在学生２８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）
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）
上原奈緒美（医学部４年生）
川井　智代（医学部４年生）
伊藤　美和（医学部３年生）

２．次第

第１部・講演会

日　　時：平成３０年７月１日（日）１０：００～１２：２０

場　　所：医学部学生寮　大ラウンジ

テ ー マ：ワークライフバランスとキャリアの進展

～自治医大生でよかったこと、悪（！？）かったこと～

司会進行：熊倉盛男地域医療推進課長

時間	内容	摘要
１０：０５	開会挨拶	山田俊幸卒後指導委員長
１０：１０	会趣旨説明及び卒業生への支援について	山本さやか医師
１０：２０	講演① 「ワークライフバランスとキャリアの進展 ～自治医大生でよかったこと、悪（！？）かったこと～」	赤坂真奈美医師 岩手県１６期卒業 岩手医科大学
１０：５０	講演② 「患者さんと向き合い２０年 ～診療所、地域の病院を経て大学へ～」	横谷倫世医師 奈良県２１期卒業 奈良県立医科大学
１１：３０	講演③ 「育児＆離島医療」	松平慶医師 東京都３４期卒業 東京都福祉保健局 都立病院感染症科
１２：００	質疑応答	
１２：０５	自己分析プログラム解説	横松陽子氏 NPO 法人とちぎユースワークカレッジ
１２：２０	写真撮影	

第２部・懇談会

日　　時：平成３０年７月１日（日）１２：３０～１４：００

場　　所：医学部学生寮　大会議室

司会進行：小島　華林医師（女性医師支援担当）

ｸﾞﾙｰﾌﾟﾜｰｸ進行：石川由紀子医師（女性医師支援担当）

時間	内容	摘要
１２：３０	開会挨拶 女性医師支援担当教員紹介	髙本和彦卒後指導部長
１２：３５	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）

今年度、医学部に入学した女子学生は５１名で１年生における約４割が女子学生となり、また医学部における女子学生の割合も約３割を超える２４９名となり、年々増加傾向にあります。これまで「ワークライフバランス」と言えば、女性にのみ関わる問題と思われがちでしたが、今後は性別に関わらない働き方や、その支援は男性視点からも女性視点からも必要であると認識しています。

本日は、講師として３名の先生に遠路お越しいただいておりますが、「ワークライフバランスとキャリアの進展～自治医大生でよかったこと、悪（！？）かったこと～」をテーマに、自ら経験された様々なお話をお聞かせいただくことで、将来皆さんが不安を感じたり、困り事があった際の一助となればと考えております。講演会終了後には本日お越しいただいた先生方との懇談会を予定しておりますので、そちらでも交流を深めていただきたいと思っております。

会趣旨説明及び卒業生への支援について

山本　さやか医師（女性医師支援担当）

出産・育児に奮闘する卒業生が義務年限を無事に過ごすことができるように、大学として何かお手伝いをすることができないだろうか、というところから女性医師支援の取組みは始まりました。「卒後ワークライフバランスについて考える会」は全国に散らばってしまう前に卒後のことを考えてもらう機会として医学生への卒前教育という形で大学の事業として進めてきました。

はじめは出産・育児に奮闘する女性卒業生を支援するためとしていた活動ですが、それだけが卒後の困難ではありません。男性医師もキャリアの道を進んでいる医師も、それぞれにワークライフバランスについて悩みや葛藤があるのではないかと思います。

自治医大卒医は自分の思ったタイミングでは思い通りに動けないジレンマを義務年限中、抱えています。そのジレンマを乗り越えていく中で自分自身を肯定できないと感じている卒業生がいることも事実です。

それぞれに自己肯定感を持って前に進んでほしいという思いから、卒後のワークライフバランスに関する取り組みについて『J-PASS』（Jichi/Post graduate/Self-Affirmation/Support/System）という名前を付けました。

みんなで一緒に考えていく、そのような気持ちで支援をしていきたいと思います。

講演会

講演①　赤坂　真奈美医師

「ワークライフバランスとキャリアの進展

～自治医大生でよかったこと、悪（！？）かったこと～」

講演②　横谷　倫世医師

「患者さんと向き合い２０年

～診療所、地域の病院を経て大学へ～」

講演③　松平　慶医師

「育児＆離島医療」

卒業生のお話に真剣に耳を傾けていました

＜学生からの質問＞

○川井　智代さん（静岡県４年生）

［質問］

部活、バイト、勉強、恋愛など、学生時代の経験はどれくらい現在の仕事に活きていますか。先生方が学生時代に特に頑張ったことがあれば教えてください。

〔回答〕

（赤坂医師）

学生時代にいちばん頑張ったことは家庭教師のアルバイトで、学生時代の経験で役に立っているのは、時間を守ることです。アルバイトも授業も遅れると周りに迷惑をかけることを学び、今に活きていると思います。

（横谷医師）

学生時代、部活は水泳、スキーに所属していました。最初はまったくできませんでしたが、６年生になる頃にはできるようになりました。何事も前向きに取り組み、学生のうちは色々なことに取り組むと良いと思います。

（松平医師）

学生時代の寮生活のおかげで、同じ志を持った仲間がたくさんいます。仕事をしていて困った症例があったら、先輩や同期からアドバイスをいただけるという面では非常に役立っています。

６年間で色々な経験をすると思いますが、自分が学生時代に躓いた経験やできなかったこと、失敗から学び、活かすことが医師になるうえで非常に重要だと思います。

自己分析プログラム～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、グラフを作成してもらい、グラフの形によって異なる、心の癖、心のエネルギー量について解説をしていただきました。

横松氏から「心の癖は変わっていきます。生きづらさを感じているのであれば、人に合わせるのではなく、自分の持っている心の癖を知るところからはじめましょう。自分らしくいられるような環境をつくっていきましょう。」とアドバイスをいただきました。

ワークライフバランスとキャリアの進展

～自治医大生でよかったこと，
悪（！？）かったこと～

岩手16期
赤坂真奈美
2018年7月1日

I LOVE 岩手

西部ライオンズ　菊池雄星さん　　2019年9月移転

- 7年前の東日本大震災復興半ば
- 直木賞・芥川賞関連作家，偉人多数，文化県
- スポーツでも活躍県（プロ野球選手，冬季オリンピック選手・・・）
- 世界遺産２つ

経　歴		私	主人
1969	年齢	岩手県下閉伊郡川井村生まれ	盛岡市
1993	24歳	自治医大卒業（16期女医　5人）	自治医大卒業16期
～1995	26歳	初期研修（県立中央病院）結婚	初期研修（同病院）
～1997	28歳	県立福岡病院 小児科専門医取得	県立福岡病院
～1998		国保田老病院 （医師３人：当直月10回）	新里診療所　1人
～1999	30歳	附馬牛診療所　1人・長男妊娠	
～2000		県立住田病院転勤（医師３人：妊婦の私も当直月10回）長男出産	二又診療所　1人
～2002		後期研修・岩手医大小児科 （義務にカウントされず）	岩手医大整形外科（海外） 学位・整形外科専門医・認定スポーツ医・リウマチ専門医・産業医・麻酔科標榜医・健康スポーツ医他
～2005	36歳	県立千厩病院　1人小児科長 次男妊娠・出産．義務終了	県立大東病院　1人整形外科長． 義務終了
2005～		岩手医大常勤 小児神経専門医 学位取得・小児科認定指導医 岩手医大小児科講師．現在に至る	花巻厚生・二戸・中部・胆沢病院

私のモットー⇒シンプル

- 私を選んでくれた自治医大との約束である義務はしっかり果たす．
- 仕事や家庭生活は，忙しいことを言い訳にせず自分にできることをこつこつさぼらずやる，と覚悟を決める．
- 見栄をはらない．完璧主義を捨てる．（仕事も子育ても長丁場．息切れしないように）

自治医大生で良かったこと
悪かったこと

～義務年限中～

- 自治医大のおかげで医者を目指すことも，医者になることもできた．
- 大好きな出身地岩手で働け，地元のお役に立てている．

義務年限・へき地勤務

- 卒後まもない一人勤務は，経験不足で医療機器もなく，不安．
- へき地には医療機器がないが，時間はある．問診・身体所見・鑑別診断（論文を読む）という臨床医としての大切な土台を若い頃に，ここで身につけた．（上級医がいなくても一人できる．）
- 経験すべてが，その後の医師としての糧になるので義務はデメリットではない．

義務年限中　唯一の心配ごと

- 一人勤務地の時に限って2回妊娠したが，つわりやおなかの張りなど体調不良時や当直業務などをどこに相談し，だれを頼ればよいか分からず不安な妊娠期だった．（結局気合いで当直も含め勤務し続けてしまった．）

義務終了後の選択

～岩手医大小児科常勤編～

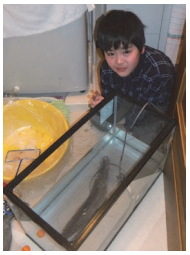
マイクロバブルテスト

岩手医大常勤を選んだ理由

- 医師不足の地元岩手で継続して働きたい．
- 今後医師を続けるための専門性を持ちたい．
- 義務中は重症患者をお願いするばかりだったので，次は引き受け治療する立場となり大学に恩返しがしたい．
- 私だけでも勤務地を固定し，子供連れの引っ越し連鎖から抜け出したい．

大学常勤勤務 ～子育て両立仕事編(長男6歳，次男2歳)～

- 常勤である以上，呼び出しも当直もやる．夜間緊急呼び出しで家を出るときは，小さいうちからきちんと説明をした．（周囲は子供がかわいそう，など勝手な評価をするが気にせず，ぶれずに頑張る．）
- ぐずって納得しない時には病院に連れて行き，医局で待たせていた．（夜中でも）
- 料理や家事は小さい頃から一緒にやった（手先が器用になり，段取りがうまくなる．自分たちでやると文句を言わない．）
- 長期休みは私の実家川井村で祖母と気ままな田舎ライフ満喫（農作業・山菜取り・川遊び）→私は仕事に集中．



岩手医大小児科はサーファクタントで有名ですが，これはアマゾンの肺をもつ魚：ハイギョ．3cmから育てました．ハイギョは水を深くすると溺れます．寒さに弱くすぐ動かなくなり，岩手の冬は寒いので，時には一晩中温めて看病します．弱るハイギョに涙目の次男。

冬はもちろんそり・スキー・雪遊び
前はやはりお兄ちゃん

自分の出身地でのびのび子育てができることも，自治医大で良かったことです．

学校・学童・子供会 ～仕事との両立編～

引き受けたもの一覧

- 学童会計、役員
- 子ども会会長
- 子ども会副会長
- 小学校は毎年必ず何らかのPTA役員（厚生・広報・総務など）
- 町内会役員
- PTA総務（中学校）
- PTA総務副会長（中学校）

- 頼まれたら役員はなるべく引き受ける．
- さまざまな役員を経験したおかげで，PTAや町内会の仕組みや社会の構造が少し理解でき，視野が広がった．
- 保護者の皆さん，町内会の方々，ご近所と知り合えて，いまでも大変お世話になっている．

3形態の勤務を経験した私見

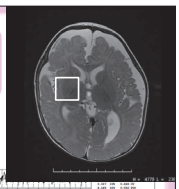
	無床診療所	中核病院	大学病院
日常業務	時間的余裕あり 自分の代わりがいない	多忙．短時間に多数診察し，重症を見逃さない能力，適切な初期対応	超多忙．高い専門性．総医師数は多いが各専門に細分化されるので実は多くはない．役割が多い．
求められる医師像	科を超えた総合医	基幹科専門医（小児科）	2階建専門医・学位（小児神経）
研究・学会・論文	自分次第（強い意志が必要）		必須＋業績＋学生講義
夜間・土日	自由．当直がない	On call．地元にいなければならないが，呼び出されなければ休める．当直回数は多い	当直・重症対応の呼び出し・研究・会議の出席と休みが極めて少ない
給与	こんなにいただいていいのかと驚いた（人生初の無駄使いをした）		生活できるので問題はないが・・・

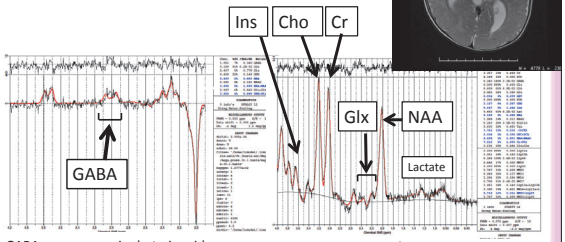
リサーチマインド

- 自治医大生なので，一番臨床が好き．最初からリサーチマインドがあったわけではない．
- 自分の希望で大学常勤になったので研究もやろう．
- 岩手医大でしかできない研究をしよう．
- 未熟児呼吸窮迫症候群に補充するサーファクタントは当院小児科の名誉教授藤原哲郎先生が開発、早産児のデータが豊富。NICUフォローアップ率がきわめて高い．
- 全国にまだ数台しかない 超高磁場MRIがある．（MRIは被ばくがないので小児に適している．）

- 研究は意外と自分の身近なところにも題材がある．
- 都会でしかできないものは都会人にまかせ，地元または自分にしかできないものに着目する．
- すぐに成果を求めず地道に続けていると楽しくなってくる．
- 研究した成果は年に数編でも論文にする．（英語は得意ではないが，なるべく英語で．）
- 成果発表は，家庭と仕事があり年に何度も参加はできないのでせっかくなら国際学会に参加．（英語が得意ではないが，海外までは呼び出しはこない）

早産・低出生体重児の　Proton magnetic resonance spectroscopyによる脳内生化学的評価





GABA：gamma aminobutyric acid

NAA ：Nアセチルアスパルテート
Gl x ：グルタメート（Glu）+グルタミン（Gln）
Cr：クレアチン
Cho：コリン
Ins：ミオイノシトール

医局レク：バーベキュー

子どもたちも参加

4月は城跡公園で花見会

（石川啄木が詩に詠んだ城：不来方の　お城の草に寝ころびて空に吸われし十五の心）

忙しい中でも、近場でイベントを楽しでいます！

医師の偏在
地域格差について

新専門医制度

岩手医大小児科専攻医プログラム
作成責任者の立場から

- 新専門医制度は，医師の質を高め，国民に標準的な医療を提供するのに必要な制度
- 専攻医プログラムは各基幹病院ごとに定員上限が設定されているが，今年の小児科専攻医採用実態は，全国の４人に１人が東京に集中
- 卒後地元に確実に戻る自治医大生の存在は，地域格差是正に貢献（岩手県は義務終了後の県内定着率が非常に高い）

- 岩手県人会各支部会のつながり
- 県人会誌発行（自治医大いわて）
- 県人女医会メーリングリスト

家庭を持って良かったこと

～岩手県医師会少子化対策委員の立場から～

- 私たちが学生だった時代⇒もてる男性は３高男子（高学歴，高身長，高収入）女医にとって仕事と両立するのに不要なものばかり，と今なら気づける．
- 今の女性が選ぶ男性⇒４低男子（低姿勢＝威張らない，低依存＝家事育児分担，低リスク＝リストラされない，低燃費＝ギャンブルなどで浪費しない）または３優男子（自分に優しい，家族に優しい，家計に優しい）

しかし･･･パートナーや家族に求めるもの
はひとりひとり違って当然～私の場合～

- 家庭：私は家事が苦ではないので，主人に分担は強要しない．子供達には教える．→私に対して家族が苦情を言わないので，ありがたい．主人は子育ての方針を面倒がらずに良く話し合ってくれる．たまの休みは積極的にスポーツや各種イベントに参加する．子供達はとにかくかわいくて，母親になれたことは私にとって人生最大の幸運．
- 仕事：家族みんなが，私の休みが少ないことや夜間呼び出し，当直業務に極めて理解があり“ご苦労様”と言って送り出してくれるのでありがたい．

- 子育て支援も徐々に充実し多様性が認められる時代.
- 家族や子供達の存在が私に仕事のパワーを与える.
- 自分なりの二刀流でよい（ワーク・ライフのバランスは自分にとってちょうど良ければ良い．他人と比べない，他人からの評価を気にしすぎない．）

岩手県出身　大谷翔平さん

先入観は可能を不可能にする

医師と子育て（家庭）の両立は大変だ，自分にはできない，という先入観は持たない．

ご清聴ありがとうございました

in Jichi 講演②

患者さんと向き合い20年
～診療所，地域の病院を経て大学へ～

奈良県立医科大学消化器・総合外科学
横谷　倫世
よこたに　ともよ
（奈良県　21期）

東大寺　修二会（お水取り）　3月1日～15日

本尊・不空羂索観音菩薩像

①1998年　25歳　自治医科大学を卒業
　奈良県総合医療センターでスーパーローテート研修　義
③2000年　27歳　旧大塔村立診療所（現　五條市大塔町）
　奈良医大消化器総合外科学教室に入局　務
⑤2002年　29歳　奈良総合医療センター外科　（結婚）
⑥2003年　30歳　奈良県立五條病院へき地医療支援部、外科と兼務　年
　2003/7-2004/1　切迫早産で入院　産休　育休（6か月）　（30歳　第1子出産）
⑦2004年　31歳　黒滝村国民健康保険診療所　限
⑨2006年　33歳　奈良医大消化器総合外科　（胃癌，食道癌担当）
　2007/7-2008/10　切迫早産で傷病休暇　産休　育休（16か月）（34歳　第2子出産）
⑪2008年　35歳　医療法人健生会土庫病院消化器病センター
　2011/6-2012/7　産休　育休（14か月）　（38歳　第3子出産）
⑭2012/8　39歳　土庫病院復職
20:2018/4　45歳　奈良医大消化器総合外科　（乳腺外科担当）
日本外科学会専門医　日本大腸肛門病学会専門医　検診マンモグラフィー読影医

本日の内容

- 自治医大生でよかったこと、悪（！？）かったこと
- どんな医師になりたいか？　消化器・総合外科を選んだわけ
- 診療所勤務で学んだこと
- ワークライフバランスをとりながら，地域中核病院で過ごした10年
- ワークライフバランスとキャリア

自治医大生でよかったこと、悪（！？）かったこと

- 自治医大生でよかったこと
  - よい友人（同級生，先輩，後輩）に恵まれ，
  - 6年間育ち会えた．寮生活，部活もちろん大学でも
  - よき師に接することができた
  - へき地での医療に従事する機会を得て，医療人としての視野がひろがるだけでなく，人間としても成長できた

悪（！？）かったこと

ありません

あなたは，どんな医師になりたいですか？

- 医学部に入学直後の医師のイメージ
  - 身体も心も診る
    心療内科に興味
- 病院実習に行った5年生の時
  - 外科（消化器外科，産婦人科）
    実習で見た，医師の勤務
    朝6時から夜10時過ぎまで
    緩和医療もいいなあ
    むりかな～
- 研修医の時
  - どの科も実際働いてみるととても大変だったらやはり憧れの外科医になろう

外科を選択した理由

- 研修当時，消化器外科医師は，自分が手術をした癌患者さんが再発した場合には看取りまで行っていた。

  診断，治療から見取りまで一貫して患者さんとかかわっている姿勢 が，自分の医師像と重なった。
- 手術は好きだった。
- スーパーローテート研修では，どの科を選んでも大変だと思った。
- 外科の医師と一緒にいる時が居心地が良かった。

診療所の仕事

- 外来診療（1日20～40人）
  内科慢性疾患　整形慢性疾患　初期救急
- 往診
- 検診（乳幼児，住民健診，学校検診）
- 予防接種
- 村の保険，医療，介護行政への参加（会議など）

卒後3-4年　大塔村立診療所

診療所で学んだこと

- 患者さんの生活の見える現場で医療活動を行う
- 医療的に正しいというだけではなく，患者さんの人となりや人生観に配慮した医療を実践

多くのへき地，離島勤務を経験した
自治医大卒業生が
患者やその家族との交流によって，
自分自身が多くのことを学んだり，
人間的に成長したと感じている。

『Dr.ジチ　医療の谷間に灯をともす人々　高久 久慈先生』

卒後7-8年　黒滝村国民健康保険診療所
往診風景

自治医科大学校歌

①1998年　25歳　自治医科大学を卒業
　奈良県総合医療センターでスーパーローテート研修　義
③2000年　27歳　旧大塔村立診療所（現　五條市大塔町）
　奈良医大消化器総合外科学教室に入局　務
⑤2002年　29歳　奈良総合医療センター外科　（結婚）
⑥2003年　30歳　奈良県立五條病院へき地医療支援部、外科と兼務　年
　2003/7-2004/1　切迫早産で入院　産休　育休（6か月）　（30歳　第1子出産）
⑦2004年　31歳　黒滝村国民健康保険診療所　限
⑨2006年　33歳　奈良医大消化器総合外科
　2007/7-2008/10　切迫早産で傷病休暇　産休　育休（16か月）（34歳　第2子出産）
⑪2008年　35歳　医療法人健生会土庫病院消化器病センター
　2011/6-2012/7　産休　育休（14か月）　（38歳　第3子出産）
⑭2012/8　39歳　土庫病院復職
20:2018/4　45歳　奈良医大消化器総合外科　乳腺外科担当
日本外科学会専門医　日本大腸肛門病学会専門医　検診マンモグラフィー読影医

どんご
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　8人

朝の全体ミーティング

外科チーム

外科医

外科医として働く喜びと苦悩

喜び

- 手術をすることで，病状が良くなったとき。
- 計画通りにうまく手術ができ，患者さんの術後経過がいいとき。

苦悩

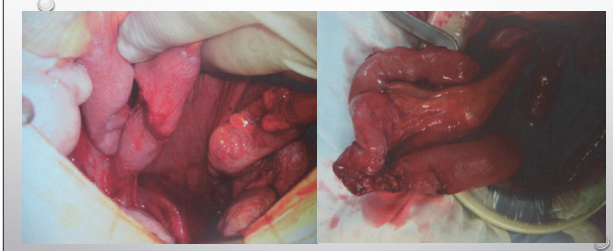
- 合併症が起こったとき。
- 自分が起こしてしまったという思い。

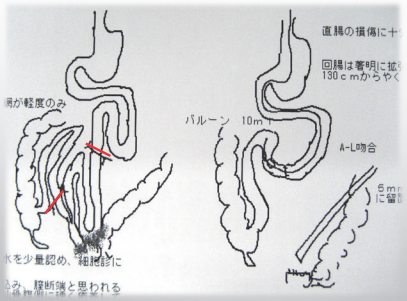
腹部単純レントゲン検査

67歳　女性

約10年前に子宮がんのため，子宮全摘両側卵巣切除，リンパ節郭清手術，放射線療法を受けた。

2か月前から腸閉塞を繰り返し，内科的に加療するが，食事をすると再発するため，十分な食事摂取ができず，やせ細り，褥瘡もできていた。





当時の一週間の勤務

	月	火	水	木	金	土
勤務	土庫病院	紀和病院 ブレスト センター	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	乳腺外来	手術	外来	手術 回診	乳腺外来 （月1回）
午後	外来	乳腺手術	手術	下部 （大腸） 内視鏡	回診	
終業	19時	18時	23時	19時	18時	
子供たちの食事	私の両親	私の両親	私の両親	夫の両親	私の両親	

2015年度の手術件数

手術の種類	全体の件数	私の執刀数
大腸癌・直腸癌	114	20
胃癌	32	0
胆石	39	5
鼠径ヘルニア他	65	10
肛門手術	322	34
その他　（急性腹症，虫垂炎，腸閉塞，クローン病，乳腺，小外科）	223	14
乳腺手術（紀和病院）	140	60

診療の内容

- 胃癌　大腸癌（診断，手術，術後の経過観察，抗がん剤治療）
- 大腸の良性疾患（感染性腸炎，憩室炎，憩室出血など）
- 急性腹症（消化管穿孔，腸閉塞，虫垂炎，急性胆嚢炎）
- 胆嚢結石
- 鼠径ヘルニア，腹壁瘢痕ヘルニア
- 肛門疾患
- 炎症性腸疾患（潰瘍性大腸炎，クローン病）
- 大腸の内視鏡検査，および治療
- 乳腺

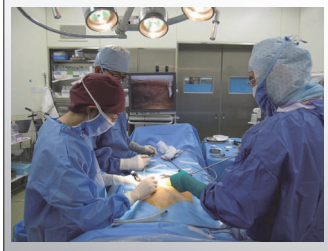
2018年4月
奈良医大消化器・総合外科に転勤

これから
大学　⁉

現在の一週間の勤務

	月	火	水	木	金	土
勤務	奈良医大	紀和病院 ブレスト センター	奈良医大	奈良医大	奈良医大	診療所
8時	術前 カンファ		抄読会 カンファ			
午前	乳腺外来	乳腺外来	乳腺外来	手術	手術	乳腺外来 （月1回）
午後	乳腺外来	乳腺手術	乳腺外来	手術	手術	
終業	19時	18時	19時	19時	18時	
子供たちの食事	私の両親	私の両親	私の両親	家政婦さん	家政婦さん	

医師として大切にしていること



- 患者さんを人として大切にする。
- 患者さんの苦悩と向き合う。（治らない病気でも，最後までみることを伝える。）
- 患者さんの生活や人生を大切にし，医療者として何をすべきか考えるように心がけている。

思っていること

- とにかくどんな形であれ働き続けることが大切。

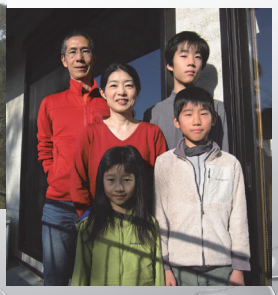
  （離職してからの復職はハードルが高い）
- 30代の医師として一番成長する時期に、義務年限（診療所勤務）、育児、出産が重なったが，ワークライフバランスをとりながら，目の前の患者さんに向き合い続けたことが，私のキャリアだと40歳をすぎて実感。
- 20年臨床一筋でやってきた中で，数年前から学会発表も再開し，自分には少し科学的に思考するという訓練が足りないように感じていた。今回大学で勤務するチャンスをいただき，新しい分野にチャレンジしてみたい。

皆さんにお伝えしたい事

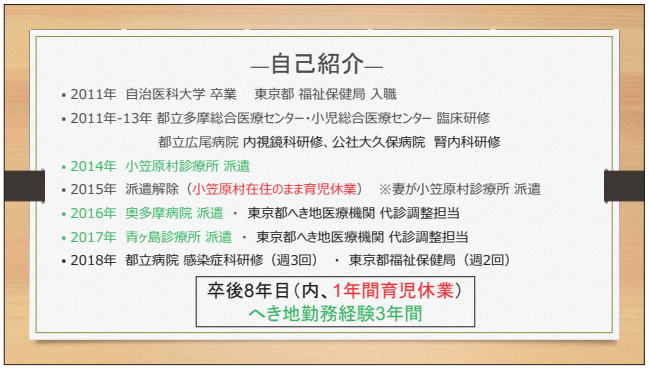
- **学生時代はやろうと思ったことは，とにかくチャレンジ**
- **その時におかれた環境で，一生懸命取り組む**
- **その積み重ねが，あなたのキャリア**

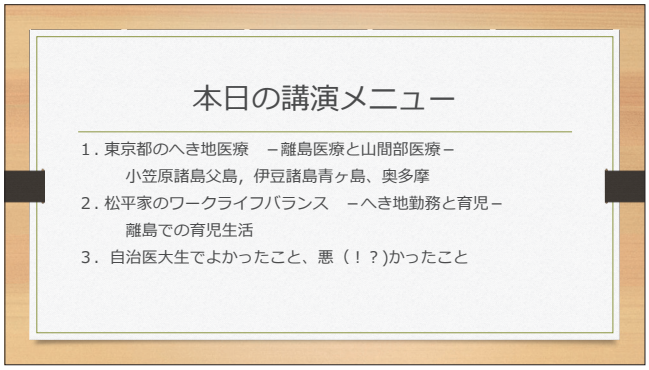
2年前

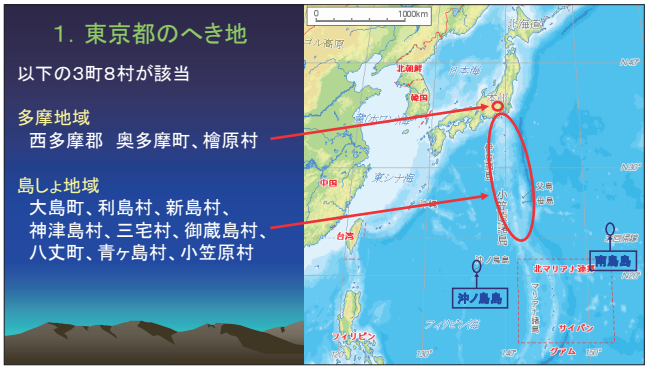
いま

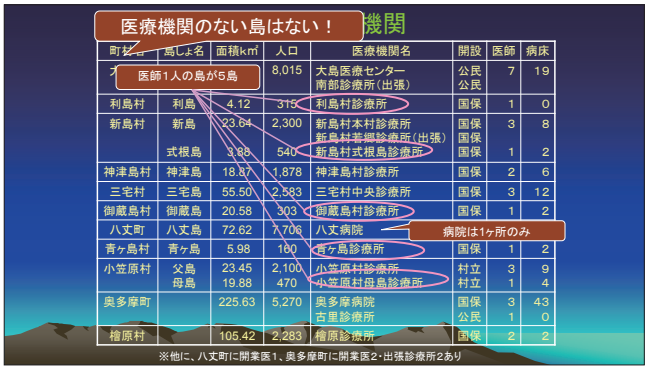


in Jichi 講演③

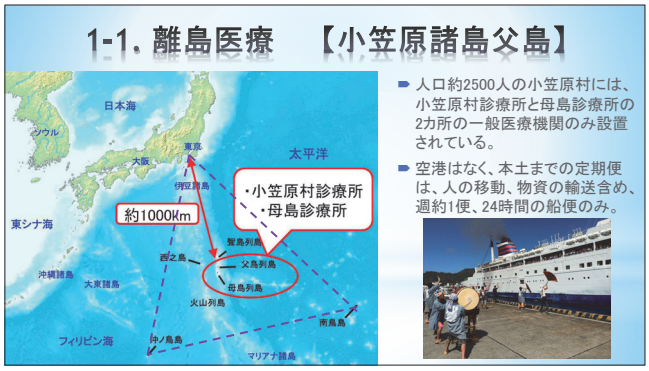








町村	島しょ名	面積km²	人口	医療機関名	開設	医師	病床
			8,015	大島医療センター 南部診療所（出張）	公民 公民	7	19
利島村	利島	4.12	315	利島村診療所	国保	1	0
新島村	新島	23.84	2,300	新島村本村診療所	国保	3	8
				新島村若郷診療所（出張）	国保		
	式根島	3.88	540	新島村式根島診療所	国保	1	2
神津島村	神津島	18.57	1,878	神津島村診療所	国保	2	6
三宅村	三宅島	55.50	2,583	三宅村中央診療所	国保	3	12
御蔵島村	御蔵島	20.58	303	御蔵島村診療所	国保	1	2
八丈町	八丈島	72.62	7,706	八丈病院	国保	1	2
青ヶ島村	青ヶ島	5.98	180	青ヶ島診療所	国保	1	2
小笠原村	父島	23.45	2,100	小笠原村診療所	村立	3	9
	母島	19.88	470	小笠原村母島診療所	村立	1	4
奥多摩町		225.63	5,270	奥多摩病院	国保	3	43
				古里診療所	公民	1	0
檜原村		105.42	2,283	檜原診療所	国保	2	2



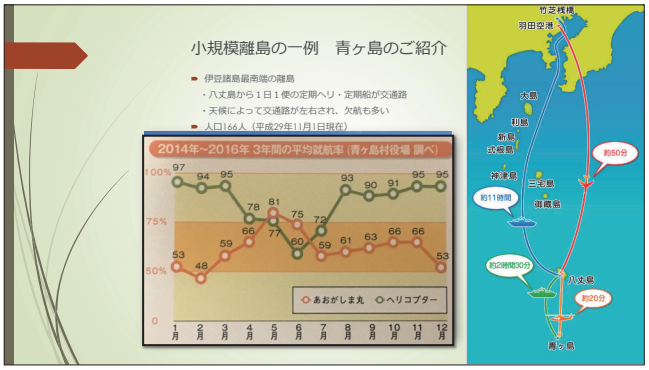
*小笠原村診療所医療機器・医療設備

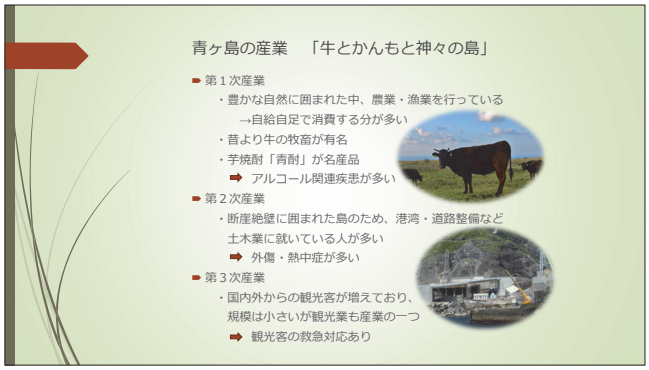
厚木⇔硫黄島：1時間15分
父島（母島）
収容病院
厚木基地
（羽田空港）
硫黄島
厚木基地
（羽田空港）
収容病院
厚木⇔硫黄島：3時間
*急患搬送 小笠原諸島

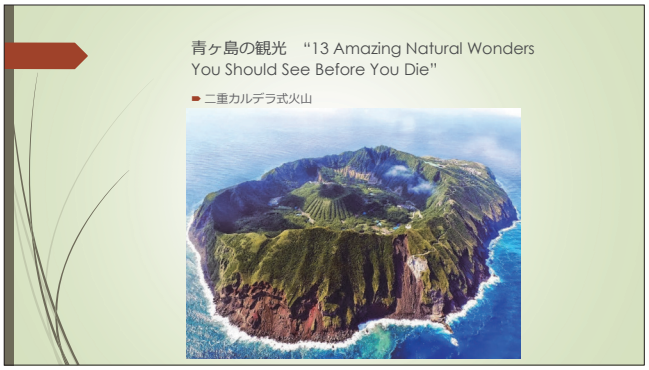
18:03 搬送決定
父島
21:05発
20:50着
広尾病院
厚木基地
（羽田空港）
22:04着
UH-60
19:35発
19:57発
硫黄島
US-2
22:29着
23:18発
厚木基地
（羽田空港）
1:48着
広尾病院
2:28着
*急患搬送 小笠原諸島

*硫黄島

1-2. 離島医療 【青ヶ島】
東京の島々
大島
利島
新島
式根島
神津島
三宅島
御蔵島
TOKYO ISLANDS
Welcome to Islands and Ogasawara Islands
小笠原諸島
伊豆諸島
父島
母島
八丈島
青ヶ島


小規模離島の一例 青ヶ島のご紹介
伊豆諸島最南端の離島
・八丈島から1日1便の定期ヘリ・定期船が交通路
・天候によって交通路が左右され、欠航も多い
人口166人（平成29年11月1日現在）
2014年~2016年 3年間の平均就航率（青ヶ島村役場 調べ）
あおがしま丸
ヘリコプター
竹芝桟橋
羽田空港
大島
利島
新島
式根島
神津島
三宅島
御蔵島
約50分
約11時間
約29時間30分
八丈島
約20分
青ヶ島


青ヶ島の産業 「牛とかんもと神々の島」
第１次産業
・豊かな自然に囲まれた中、農業・漁業を行っている
→自給自足で消費する分が多い
・昔より牛の牧畜が有名
・芋焼酎「青酎」が名産品
➡ アルコール関連疾患が多い
第２次産業
・断崖絶壁に囲まれた島のため、港湾・道路整備など土木業に就いている人が多い
➡ 外傷・熱中症が多い
第３次産業
・国内外からの観光客が増えており、規模は小さいが観光業も産業の一つ
➡ 観光客の救急対応あり


青ヶ島の観光 “13 Amazing Natural Wonders You Should See Before You Die”
二重カルデラ式火山

青ヶ島診療所の概要

- スタッフ： 医師1名　看護師1名　事務2名（役場職員兼任）
  歯科医師1名（月8日診療）
- 診療科目： 総合診療　（標榜科：内科・外科・産婦人科・歯科）
- １日平均患者数： 4-5人
  内科慢性疾患、小児、整形外科、皮膚科などが中心
- 年間入院患者数： 0人
- 年間急患搬送数： 2-3人

青ヶ島診療所の医療設備

- 診察室
- 処置室
- 血液検査機器
- 12誘導心電図
- 超音波
- モニター
- 除細動器
- 人工呼吸器
- 単純X線
- 透視X線
- スパイロメーター
- オージオメーター
- 細隙灯顕微鏡

青ヶ島（伊豆諸島）の急患搬送

平均搬送時間（青ヶ島）： 約5時間

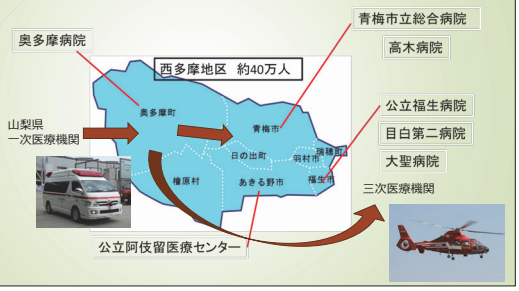
1-3. 山間部医療　【奥多摩町】

奥多摩町
・人口　5298人（2676世帯）
・高齢化率　48.2%　（2015年）
・東京の水がめ　奥多摩湖　を有する。

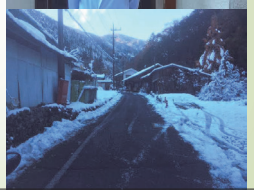
奥多摩病院の概要

- スタッフ　約40名
  医師4名（総合医3名、整形外科1名）
  看護師　薬剤師　放射線技師　理学療法士
  臨床検査技師　栄養士　調理師　事務職員
- 診療科目
  内科、外科、整形外科
- 東京都指定二次医療機関

奥多摩病院周囲の医療機関



出張診療所



訪問診療・往診

- 高齢者の在宅診療
- ターミナルケア
- お看取り

奥多摩湖　と　旧小河内村

945世帯約6,000人が移住

2．松平家のワークライフバランス　-へき地勤務と育児-

	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度
松平　慶 （東京34期） 平成23年4月 勤務開始	都立多摩総合医療センター初期研修		小児科 後期研修	へき地① （父島）	育休 （父島）	へき地② （奥多摩）	へき地③ （青ヶ島）	都庁・ 都立病院 感染症科
松平　恭子 （東京35期） 平成24年4月 勤務開始	大学6年	都立多摩総合医療センター初期研修		整形外科 後期研修 8月～12月 産休+育休	へき地① （父島）	後期研修 6月～3月 産休+育休	へき地② （奥多摩）	へき地③ （奥多摩）

平成24年8月 結婚

平成26年9月 長男誕生

平成28年7月 長女誕生

- 2015年4月 - 2016年3月　1年間
  育児休業 @ 父島　（6カ月-1歳半の長男）
- 2016年4月 - 2016年8月　5カ月間
  父子2人生活　@奥多摩（1歳半-2歳の長男）

2－1．父島での育児

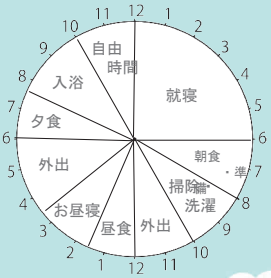
おがさわらふくしだより

育MEN イクメンプロジェクト　育てる男が、家族を変える。社会が動く。

翌年度は、妻が第２子の出産を控え実家暮らしとなる中、私は山間部の奥多摩町に異動し、病院勤務を再開し、約半年間は保育園への送り迎えをして、仕事しながらの男２人暮らしを続けることになりました。慈湧の毎日でしたが、本土にいる分、祖父母やファミリーサポート制度にも助けられ、無事長女の出産を迎え、秋には家族４人暮らしを始めることが出来ました。
双方医師として仕事を持つ中でも、お互い家庭での役割を担い、たとえ離島や山間部で離れた場所にいても、育児をシェアし、そして家族の人生を楽しむことで、育児も仕事も充実した時を日々過ごしていければと思います。

育児生活　【父島】

- 2015年4月 - 2016年3月
  1年間 育児休業 @ 父島
  （6カ月-1歳半の長男）



父島　妻への引き継ぎ時の急患症例

- 1年間の父島での勤務を終え、私が６カ月の長男の育児休業に入り、妻に父島での診療を夕方引き継いでいる最中の症例
- 30代女性。歯科診療で処方されたロキソニンを内服後、「何となく息が苦しい」ため、診療所に受診電話あり。
- Walk inで来院されたが、診療所着直前に、意識消失し、来院時には呼吸停止。
- 自分が長男を抱っこひも（エルゴ）に入れたまま、妻とともに急患対応開始。長男を抱っこしたまま気道確保→ルート確保。
- その後、他の医師を救急召集して、人工呼吸管理しながら、急患搬送。
- NSAIDs喘息によるアナフィラキシーショックであったが、幸い後遺障害なく、父島に帰島。

小笠原諸島における小児の *Salmonella* O7群菌血症の3症例の検討

松平　慶[1),2)]、松平　恭子[1),2)]、高山　陽[1),3)]、亀崎　真[2)]、田中　靖士[2)]、笠井　あすか[2),4)]、堀越　裕歩[5)]

1）東京都　福祉保健局　医療政策部　医療人材課
2）小笠原村診療所
3）母島診療所
4）厚生労働省　東京検疫所
5）東京都立小児総合医療センター　感染症科

サルモネラ菌血症・腸炎症例一覧

	場所	年齢	性別	活気	発熱	嘔吐	腹痛	下痢	血便	生活歴（感染源疑い）	身体所見
①	父島	4歳4か月	M	bad	+	-	-	+	-	海での海洋生物接触	腹部所見(-)
②	父島	1歳1か月 2歳10か月	F	soso	+	-	+	+	-	水槽の飼育生物接触	腹部所見(-)
③	母島		F	soso	+	-	+	+	-	特記事項なし	腹部圧痛(+)
④	父島	41歳	M	bad	+	-	+	+	-	賞味期限切れ牛乳摂取	右上腹部圧痛(+)
⑤	父島	55歳	M	bad	+	+	+	+	-	特記事項なし	臍周囲圧痛(+)

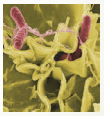
	WBC	CRP	血液培養	便培養	抗生物質	合併症/同時感染
①	4300	2.6	Salmonella O7群	Salmonella O7群	CTRX 14日間	てんかん発作
②	7000	0.6	Salmonella O7群	Salmonella O7群	CTRX 14日間	手足口病
③	7600	8.3	Salmonella O7群	Salmonella O7群	CTRX→ABPC/SBT→AMPC 14日間	ヘルペス性歯肉口内炎
④	5600	>21.0	Salmonella O7群	Salmonella	MEPM→LVFX 13日間	十二指腸潰瘍
⑤	3300	19.3	施行せず	Salmonella O7群	CMZ 4日間	急性腎不全、胆嚢炎

考察

- 小笠原諸島の外来生物種であるグリーンアノールも *Salmonella enterica* serovar. Oranienburg を保菌すると調査されており、今回3症例から検出された *Salmonella* O7群と一致する[1]。
- グリーンアノールは、小笠原諸島の町中にも生息し、容易に捕獲でき、小児と接触する機会が多い。
- 爬虫類に関連したサルモネラ症は、重篤な症状を起こすリスクが高く、入院率が高く、小児の罹患率が高いと報告されている[2]。
- 自然界との接触の多い小児は、周辺環境の曝露により、サルモネラ菌血症を発症する頻度が高いと考えられる。

1) Sumiyama D, et al. : Salmonella infection in green anoles (Anolis carolinensis), an invasive alien species on Chichi Island of the Ogasawara archipelago in Japan. J Vet Med Sci. 76 : 461–465, 2014.
2) 柳澤 如樹 : サルモネラ症と爬虫類. 小児科臨床 62 : 765–770, 2009.

島嶼での多職種との連携



診療所
環境省
保健所
自然研
村役場

原著

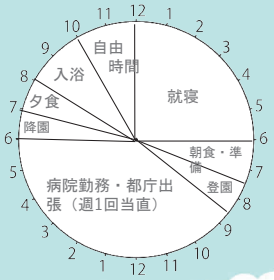
小児病院における百日咳菌感染症

松平　慶[1]　古市美穂子[2]　森川和彦[3]　堀越裕歩[2]

要旨　百日咳菌感染症は，培養検査の感度が低く，血清診断はペア血清での評価が必要で時間を要することから，その診断が難しく，多くは臨床診断で治療が行われてきた．近年，遺伝子増幅法（PCR 法，LAMP 法）が導入され，従来の方法よりも多くの百日咳菌感染症が診断可能となったため，改めてその臨床像について後方視的に検討した．2010 年 3 月から 2015 年 3 月までに当院において，従来の血清および培養検査に加え，遺伝子増幅法により診断した百日咳菌感染症は 77 名，月齢（中央値）は 10.3 か月，1 歳未満が 41 名（53%）であった．臨床症状は，咳嗽を 97%，チアノーゼを 39% で認めた．百日咳含有ワクチン接種対象外である 3 か月未満 21 名を除いた 56 名のうち，36% が接種回数不足であった．各検査法の陽性率は PCR 法が 89% と最も高く，次いで LAMP 法 58%，抗 PT-IgG 抗体 48%，後鼻腔培養 28% であった．また，小児集中治療室へ入室した 25 名を重症群，その他を非重症群とし比較した結果，重症群で低月齢，低出生体重児，基礎疾患を有する児，百日咳含有ワクチン接種が遅れている児，チアノーゼが有意に多かった．重症化の可能性が考慮される児，3 か月未満の児には PCR 法，LAMP 法を含めた検査をより積極的に行う必要がある．

2-2.育児生活【奥多摩】

- 2016年4月 - 2016年8月
  5カ月間 父子2人生活@奥多摩
  （1歳半-2歳の長男）



奥多摩　病院勤務中の子どもの発熱

- 平日朝、体調良好で保育園に長男を送った後、病院勤務開始.
- 午前中、外来から2件入院を入れたのち、午後、救急当番＋予約外来予定のところ、昼過ぎに保育園から「長男が38℃の発熱あり」との電話あり.
- 病院内の他の2人の先生は、午後、訪問診療と出張診療所勤務があり、病院内不在.

→

・保育園に事情をお伝えして、病院内で他の医師が帰ってくるまで、保育園で預かってもらうよう依頼.（普段からの保育園へ家庭状況をお伝えしておくのが重要）

・翌日は、祖父母に依頼して子守をしてもらった.

・その他、ファミサポ、近隣の方のご協力を頂くのも手.

2．松平家のワークライフバランス No.2　-へき地勤務と育児-

	平成23年度	平成24年度	平成25年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度
松平　慶（東京34期）平成23年4月勤務開始	都立多摩総合医療センター初期研修		小児科後期研修	へき地①（父島）	育休（父島）	へき地②（奥多摩）	へき地③（青ヶ島）	都庁・都立病院感染症科
松平　静子（東京35期）平成24年4月勤務開始	大学6年	都立多摩総合医療センター初期研修		整形外科後期研修 8月～12月 産休+育休	へき地①（父島）	後期研修 6月～3月 産休+育休	へき地②（奥多摩）	へき地③（奥多摩）
保育園/急病対応サポート体制				1月～3月 都立病院院内保育	自宅保育	山間部認可保育園/祖父母・ファミリーサポート制度		

東京都へき地医療機関　代診医制度

- 離島を中心とするへき地医療機関の常勤医が、研修、学会、休暇で勤務地を一時的に離れる場合に、代診医が代替で勤務する制度を設けている。
- 都立広尾病院をはじめ各都立病院・公社病院や福祉保健局の医師、一般の登録医の先生にご協力頂いている。
- 小離島の一人診療所医師が上京する際に不可欠の制度。

3．自治医大生でよかったこと、悪（！？）かったこと

<よかったこと>

- 都道府県人会やその他の先輩のロールモデルがいて、仕事の面でも、育児の面でも、相談できる先輩がいて、将来像を作りやすい.
- 公務員として育児休業や看護休暇などの制度を活用しやすい.
- へき地勤務中、同じコミュニティの中で仕事と育児ができ、ワークライフバランスを保って勤務することができる.
- 育児での子供との関わり合いやマネージメントが、総合医としての診療の幅を広げる.
- 臨床、行政、研究を交えて、仕事をすることができ、どの専門分野であっても将来に活かすことができる.

3. 自治医大生でよかったこと、悪（！？)かったこと

＜悪（！？）かったこと＞

- へき地勤務中は家族で別の勤務地で暮らすことがある.
  → 各地域で子どもが様々な経験を積むことができる.
- へき地勤務と育児を行う中で、専門分野のトレーニングとのバランスをとる必要がある.
  → へき地勤務、育児の経験を専門分野に活かしていくことができる.
- 義務年限中は国外への留学や研修に行く機会が作りづらい.
  → 義務年限中は地域の中で医師としての地盤を固めることができる.

創意工夫によって、デメリットをチャンスに活かすことができる！

へき地（離島）診療所でのやりがい

- 小児から高齢者の皆さんまで、島の方々との距離がとても近い。
- 医師一人診療所では、自分の診療の結果を継続して診ることができ、フィードバックすることが出来る。
- 小規模の人口であり、住民の移動も少ないため、臨床研究を行いやすい。
- 診療（臨床業務）だけでなく、診療所運営を行ったり、行政と連携して島民にアプローチすることができる。
- 住んでみてさらに分かる自然の豊かさ、人情の温かさ。

【番外編】
育児中の
スライド作り

おわりに

- へき地には、育児をする上で絶好の環境が整っています.
- 育児での経験を仕事に活かす、仕事の経験を育児に活かす、そんな醍醐味が総合医にはあると思います.
- 私達もこれからも仕事と育児のワークライフバランスを模索していきますが、これからも皆さんと一緒にへき地での育児環境を整えていければと思っています.
- 東京都の離島医療、山間部医療、また義務年限中の育児に関してご質問がありましたら、ぜひご連絡下さいませ。

第２部　懇談会

挨拶

髙本　和彦　卒後指導部長

先ほどの講演会で、素晴らしいご講演をいただいた３名の卒業生の先生方に感謝申し上げます。この度の会はテーマを「ワークライフバランスとキャリアの進展」と名付けていますが、特に「進展」という言葉をキーワードとして、参加した方々が前向きになって帰れるような会になればと考えています。昨年の会にも参加してくださった方もいると思いますが、取り組みは年々進歩しており、内容も深まり、参加するたびに何か気づきを与えられる場となっているのではないかと思います。

卒業生のうち１期生は６５歳を超える方も出てきて、新たなステージを迎えており、キャリアをどう考えるかという時代に差し掛かってきています。人生１００年時代と言われる昨今、長く働くことを考えると自治医大生として、また義務年限医師として過ごす時間はとても有意義で、医師としての礎を構築できる期間です。

これから第２部となりますが、リラックスして引き続き、意見交換をしながら、講演会で聞いた話など、卒後についてより深めていただけるディスカッションとしていただき、１０年後の自分自身をイメージしていただければ幸甚です。

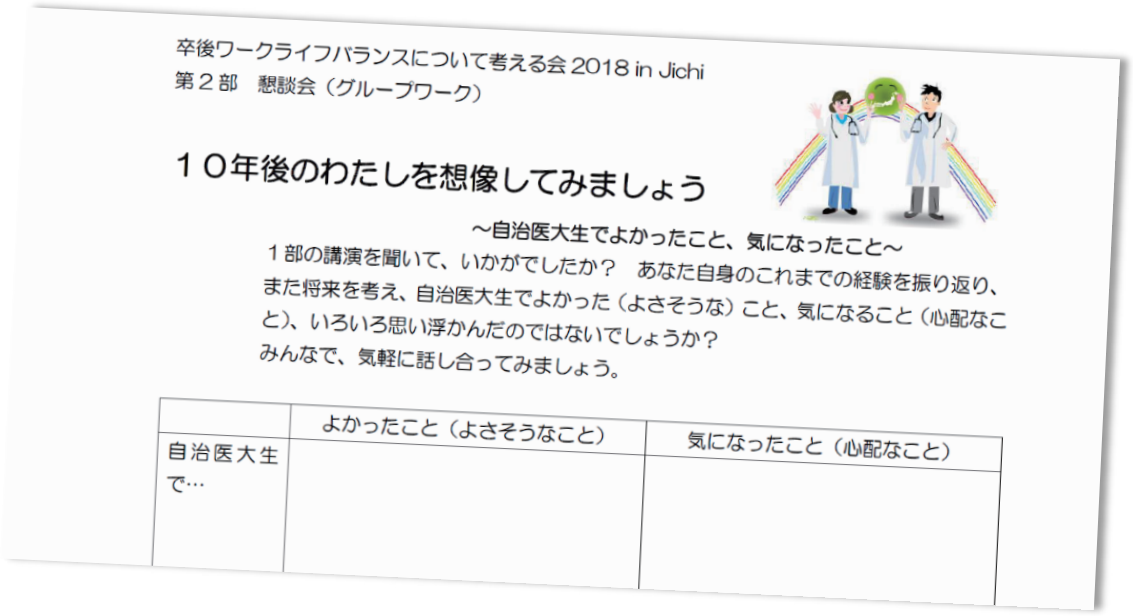
懇談会/情報交換会

７グループに分かれて、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「１０年後のわたしを想像してみましょう～自治医大生でよかったこと、気になったこと～」とし、各グループでディスカッションを行いました。



卒後ワークライフバランスについて考える会 2018 in Jichi
第２部　懇談会（グループワーク）

１０年後のわたしを想像してみましょう

～自治医大生でよかったこと、気になったこと～

１部の講演を聞いて、いかがでしたか？　あなた自身のこれまでの経験を振り返り、また将来を考え、自治医大生でよかった（よさそうな）こと、気になること（心配なこと）、いろいろ思い浮かんだのではないでしょうか？
みんなで、気軽に話し合ってみましょう。

	よかったこと（よさそうなこと）	気になったこと（心配なこと）
自治医大生で…		

＜グループワーク発表＞

C グループ発表

発表者：大分県４年生　安部さやかさん

C グループでは、自治医大生で心配なこと、気になったことの意見はひとつも出ませんでした。心配なこともポジティブに捉え、視点を変えてみることで過ごしやすくなるのではないか、医師としてキャリアの経験が積めるのではないかと話し合いました。

自治医大生でよかったこととして、いちばんに挙がったのは学生寮での繋がりです。部活や県人会などの繋がりがあり、関係を培っていく上で自治医大は全寮制というプラスの面があると思いました。

次に、教育の充実です。将来ひとりでへき地において勤務できるように教育に力を入れてくれていて、丁寧に教えていただいているということです。

最後に、義務年限があることで経験が積めるということです。他大卒医の場合、勤務先を転々とすることは良く思われないこともありますが、自治医大卒医は９年間で色々な勤務先を経験することが当たり前の環境なので、たくさんの経験を積めるという面で良いと思いました。義務年限ではなく、キャリアアップ年限と呼び方を変えることもありなのではという話もありました。

D グループ発表

発表者：岩手県２年生　熊谷　伊織さん

自治医大生でよかったことは、同じ県出身の卒業生がいることで、９年間どのように働いていくのかという流れがちゃんとできているので、計画を立てやすいということです。また、寮生活で助け合いの関係ができること、全国にたくさんの友達ができることです。他大学よりも同じ県出身の先輩や後輩との繋がりが強く、人との繋がりが強いことが自治医大の特徴で、良さだと思いました。

また、義務年限があることで、大学病院勤務や小さな診療所などで勤務できる機会があり、色々な勤務形態を体験できることは、自治医大の良さなのではないかと思います。

一方で、自治医大生で心配なことは、講演でもあったように妊娠や出産で周りに迷惑がかかってしまうのではないかということです。先輩方は先のことは考えなくても大丈夫、計画は立てていなかったとお話しいただきましたが、義務年限というある種の制約のようなものがあるため、働きながらもずっと先のことを考えていかなければならないので大変なのではないかという意見がありました。

＜卒業生からのコメント＞

松原　優里医師（京都府２８期）

寮生活において、学年は違っても交流があったことは、卒業してからも続いており、自治医大の良さなのかなと思っています。

自分の１０年後を考えたとき、自分の１０年の中に子どもたちの１０年も常にセットになっていて、子育てをしてきて子どもたちの成長とともに、自分自身も成長しており、学ぶことも多く、人生が深まったと感じています。

＜参加した学生からのコメント＞

宮城県６年生　高橋なつみさん

この会には、低学年の頃から毎年参加しています。今日も１年生がたくさん参加してくれていて、話を聞いてみると６年生と感想が全然違い、フレッシュさを感じて刺激を受けました。６年間色々なことがあったなと思いました。毎年参加していて、自分で変わったなと感じていたことは、毎年悩みが違うことです。振り返ってみると、ここでお話をして「そういう考え方もあるのか」とまた気持ちを新たに頑張れていたのだなと思いました。先輩のお話、１年生のお話を聞いて、いろいろ思い返しながら、これからも頑張っていきたいと思いました。

＜講演いただいた演者の先生方からのコメント＞

赤坂真奈美医師

今日は日曜日という貴重なお時間をいただいてありがとうございます。

岩手医大で教員もやっているため、自治医大の学生はどのように勉強しているのかとスパイのような気持ちもあり、今日は伺わせていただきました。お話を聞いてみると、学生寮のラウンジで、みんなで勉強しているという環境が、昔からの自治医大の伝統のようなもので、とても良いのではないかと感じました。

横谷　倫世医師

今日はとても楽しく、私自身エネルギーをいただけるようなお時間をくださりありがとうございました。

良い点、悪い点というのは表裏一体だと思います。悪い点だとしても、それを自分の意識で良い点に変えていけたらすごく素敵な人生になるのではないかと思います。私もそう信じて頑張っていこうと思います。

松平　慶医師

今日はありがとうございました。

グループワークでは学生のみなさんからフレッシュな意見をいただき、また積極的に参加している様子に自治医大マインドを感じ、刺激を受けました。

色々と想定していくことは大切だと思います。臨床をやっていても先が見えないことがあります。先のことを想像して、違う流れとなったときにどうリカバーしていくか、学びを大切に、これからもワークライフバランスを築いていけたらいいのではないかと思いました。

【全体集合写真】

卒後ワークライフバランスについて考える会2018 in Jichi　アンケート集計結果

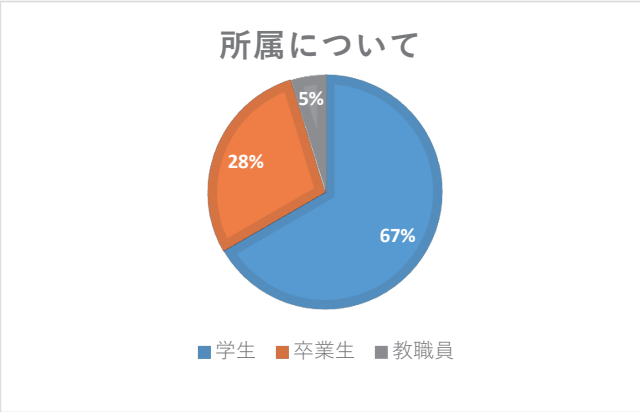
○アンケート結果報告

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。（※アンケート回収率 79.2%）

	講演会参加者	懇談会参加者
学生	32	28
卒業生・教職員	21	18
計	53	46

Ⅰ．所属について

学生	28
卒業生	12
教職員	2
計	42



学年別内訳

6年	5
5年	4
4年	7
3年	1
2年	4
1年	7
計	28

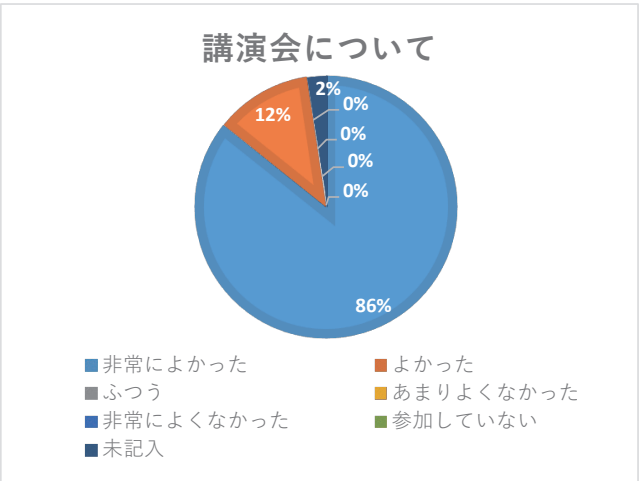
学生男女比

男子	4
女子	24
不明	0
計	28

Ⅱ．講演会について

（1）講演会はいかがでしたか

非常によかった	36
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
未記入	1
	42



理由：

・女性、男性両方の目線からのお話を聞けたから。

・女性医師の方や、実際に育児経験をされている方の話をきける貴重な機会だったから。

・新しい考えを多く知れました。様々な選択があることが新鮮でした。

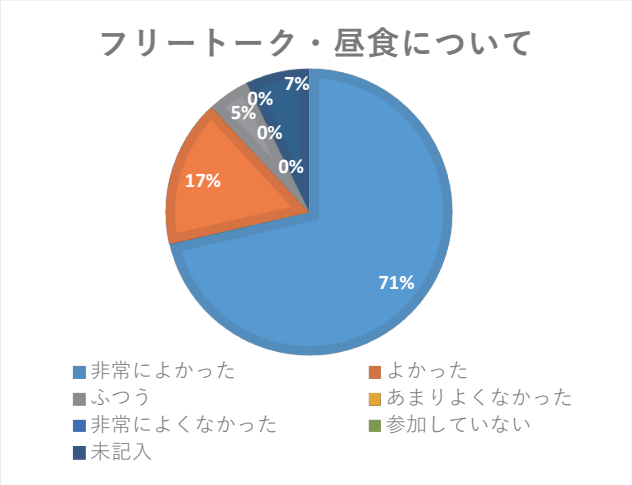
・人生は思ったようにいかないものの、その中でマネジメントしていく重要さがわかりました。

・まだ１年生で将来のことは全然イメージがついていなかったけど多くの先輩方のいろんな話が聞けてありがたかった。
・出産や育児について話が聞けたから。
・同じ県で働く女性医師の話を聞けたので。
・卒業生の先生方のお話を直接お聞きしたのは初めてだったため。
・先輩の先生方が実際にどのように働いているか知る貴重な機会となったから。
・自分の将来をリアルにイメージできるから。自分はこういう生き方をしたいのか、したくないのかがわかる。
・今年もまた違った先輩のロールモデルを知ることができた。
・すごく新鮮な内容でした！大学の先生、外科、島の医療…
・女性医師のリアルな話が聞けて、自分の将来も考えようと思えたため。
・モチベーションになりました。
・今まで聞く機会のなかったことをたくさん知れました。
・たくさんの貴重な話を聞けました。
・いろんな先生方の話が聞けたこと。
・自分の県の先生にお話を聞けて良かったです。
・様々なロールモデルとなる先輩のお話を聞けたから。
・心に響くような言葉があふれていて、先輩の言葉に説得力がありました。
・それぞれの立場からお話をお聞きできて有意義だった。
・先輩医師の話から義務年限後のことも考えることができました。
・エネルギッシュにキャリアを築いている先生方の話をきけたので。
・演者３人とも学生さんには参考になるお話でとてもよかった。

Ⅲ．懇談会について

（1）卒業生・学生とのフリートーク・昼食はいかがでしたか

非常によかった	30
よかった	7
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	0
未記入	3
	42

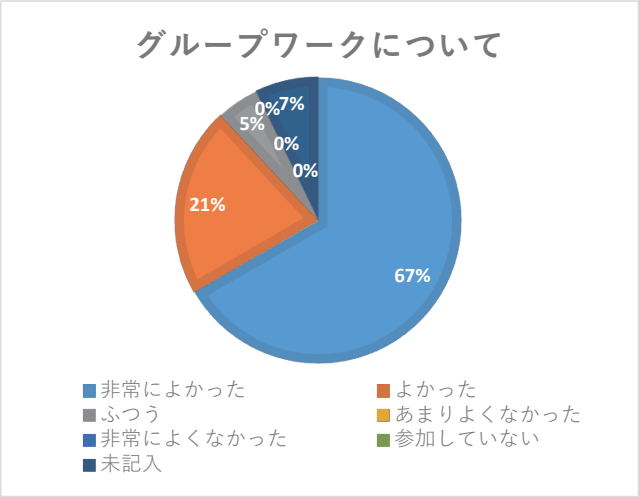


理由：
・とても楽しかったです。
・ラフでありながら突っ込んだ話をすることができた。
・女医さんと話す機会は全くないので、すごくいい体験ができました。
・先輩方の悩みを実際に働いている先生たちが助言されていて視野が開けた。
・ごはんがおいしかった。育休について質問ができた。
・普段お話したことない方とお話ができたから。
・恋愛トークが面白かったです。笑

・個人的に話せたので、細かく苦労したことなど聞けた。
・ごはんがとてもおいしかったです！先生のお話がとてもおもしろく、そして参考になることばかりでした。
・先生とのコミュニケーションで色々な話ができたため。
・少し短かったです。
・義務年限をプラスにとらえるようになりました。
・昼食がおいしかった！
・人によって色々な働き方、考え方があるということがわかった。
・アドバイスやリアルな声を聞けたから。
・講演してくださった先生方のうちの１人もテーブルでお話しする機会がなかったのが残念でした。
・自治医大の良さを改めて確認して、前向きな気持ちになれた。
・学生の新鮮を伺えて貴重な機会でした。
・先生、学生さんととりとめもなく話しながら最近の大学の様子、学生さんの話を聞くとができた。
・知らない人と話すことができて見聞が広がる。

（2）グループワークはいかがでしたか

非常によかった	28
よかった	9
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	0
未記入	3
	42



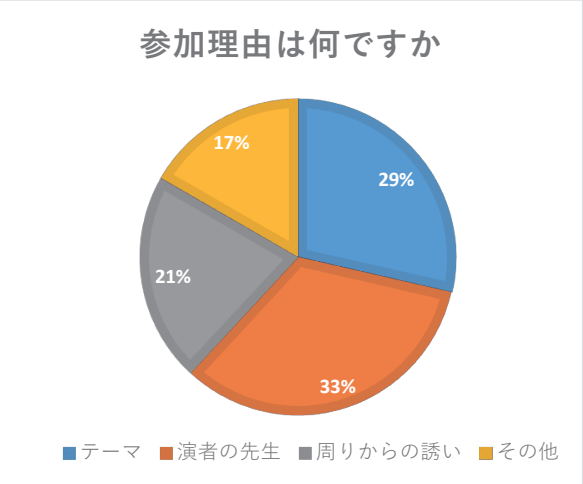
理由：
・ラフでありながら突っ込んだ話をすることができた。
・上級生の先輩の悩みも聞いて、将来のビジョンを少しもてた気がします。
・自治医大についてより深く知れました。
・自分たちが抱えている心配事を答えてくれてよかったです。
・心配事もプラスにとらえられれば、よかったことにつながるということがわかった。
・自治医大の良さについて再確認できた。
・人生の先輩の考えを聞けた。
・普段お話したことない方とお話ができたから。
・先生の話をたくさん聞けたから。
・３回先生が変わったのでより多くの事例を聞けて、アドバイスが聞けた。
・もっとお話したいくらいでした…(笑)
・班員との意見交換ができたため。
・テーマもよかったです。グループワークは１回でいいので、フリートークや質問時間をとってほしいです。
・悩みがはっきりしました。

・将来について具体的に考えることができた。
・皆で話し合うことで色々な意見を取り入れられた。
・「10年後」と言われてもあまりピンとこなかったので、現在・未来すべて含めてよかった点、悪かった点というテーマの方が話しやすかった。
・グループはいつも学年が分かれていて面白いですが、学年ごとに分けてもいろんな意見と学年による違いが見えて面白そうと思いました。
・先生のお話を聞けたのがよかった。
・卒業生の先生方とたくさんお話できたのはうれしかったです。
・学生の10年後の話を伺い、ちょうど10年後にあたる自分たちの今を見つめ直すことができました。
・学生さんと直接話すことができた。
・知らない人と話すことができて見聞が広がる。

Ⅳ．その他

（1）今回参加しようと思った理由は何ですか

テーマ	12
演者の先生	14
周りからの誘い	9
その他	7



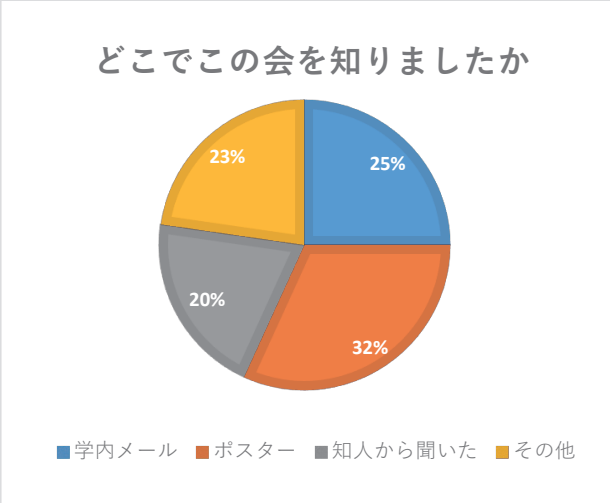
その他の意見
・昨年面白かったから。
・何となく。何か得られるかなと思った。

（2）今回参加していない学生について、その理由はどうしてだと思いますか。
・興味がない、テスト勉強で忙しい。
・日曜日がつぶれるから。日曜日の午前中は忙しい人が多い。
・今の段階でまだ考えられないから。もしくは存在を知らないから。
・試験を控えていたりして他に優先したいことがあるため。
・先輩医師の講演会に参加することに関心がない。
・一歩踏み出せないから？先生がむりやり行かせればきっと良さをわかってくれると思います！
・午前中の開催だから（起きられない）。
・自分の予定で忙しい。働く、家庭を持つということがまだ想像できない等。
・医学生は忙しいのでなかなか時間がとれなかったため。
・学生時代に将来を明確に持っている人は少なく、目の前のことに必死だから。
・そんなに興味がないのかもしれない。今の自分の悩みがはっきりしていない。
・予定が合わない等。
・時期的に部活の大会とか。
・存在を知らない。他に用事があるから。
・内容にあまり興味がないから。
・きっかけがない。参加するメリットが不明瞭。ワークライフバランスに切羽詰まっていない。
・女性の会だと思っている。結婚の予定がある人のための会だと思っている人がいました。

・時間が合わない。またはテーマに興味がない。
・いまは必要としていないから。
・ワークライフバランスについてまだ学生時代には意識していないため。

（3）どこでこの会のことを知りましたか

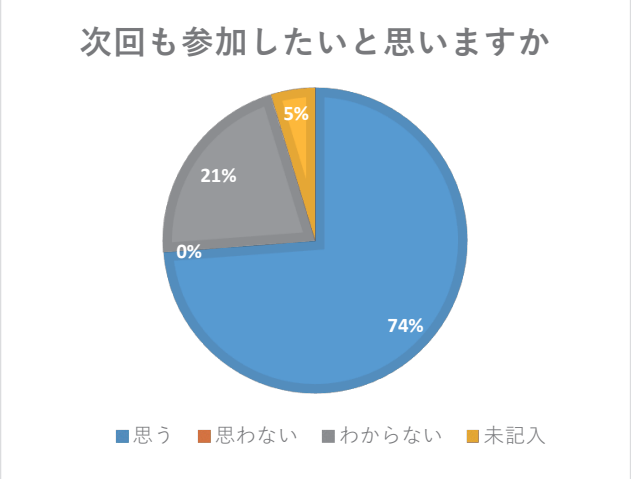
学内メール	11
ポスター	14
知人から聞いた	9
その他	10



その他の意見
・授業での紹介
・青山先生からチラシが配られた
・郵送（地域医療推進課から）
・石川先生からのお誘い

（4）次回も参加したいと思いますか

思う	31
思わない	0
わからない	9
未記入	2
計	42



（5）ぜひ聞いてみたい！という卒業生やロールモデルとしている卒業生がいれば教えてください。
・阿江先生。非常に熱いと思います。
・離島で働いていらっしゃる先生。
・吉岡先生。逆に海外で働いている人のお話も聞いてみたい。
・逆に、ご結婚されていない女性医師の方のお話も聞きたいなと思いました。
・自分の県の先輩、結婚・育児を経験されている先輩。
・他県で結婚協定を組んでいる先生や歳の差があって結婚された先生。
・男性の先生のお話が視点が違っておもしろいと思う。
・育休を取得された先輩のお話がとくに面白かったです。
・結婚後、他県で義務を半々で過ごしている方の話も聞いてみたい。
・独身としての生活を選んだ方の会も欲しいです。

・大学で研究をしていらっしゃる川崎泰史先生（山口28期）。研究と地域どちらにも関わっていらっしゃるから。
・以前この会に参加（講演）した大林航先生（東京28期）、大林梨津子先生（佐賀28期）。
・牧野先生。
・村中先生（富山33期）や石原（旧姓・武原）先生（大分36期）。

（6）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。
・新専門医制度
・義務年限と介護
・男性医師のお話を聞けたのが良かった。
・緩和医療を専門にしている女医さんのお話を聞きたいです。
・新専門医制度と各都道府県の対応、義務年限に専門医とれる？とれない？
・できれば義務後も地域に残っている先生方のお話も聞きたいです。
・ワーク→専門医制度のとらえ方。ライフ→子育てについて。
・義務中の過ごし方について。
・義務後もへき地診療されている先生のお話もお聞きしたいなと思いました。
・女性１人で頑張っている人の話も聞きたい。
・男性でも話を聞きたいけど来にくいという声を耳にしました。研究のキャリアに関するテーマなどはいかがでしょうか。ワークライフバランスですが、結婚されていない女性の声も聞きたいです。
・親や家族の介護について少し気になりました。
・義務年限後のワークライフバランス、留学など。
・男性の育休は斬新だと思ったので今後も取り上げてみるといいのではないか。
・仕事以外で輝いている人（臨床以外の研究分野でも趣味でも）。

（7）今回聞いた話を今後にどう活かしていきたいと思いますか。
・長い目で人生を考えつつ学業に専念したい。
・将来のことを考えていきたいです。
・これからワークライフを考えるときに今日の資料等参考にしたいです。
・悩みがあるときは、近くの先輩や、同級生にヘルプの声を出す。
・とりあえず彼氏つくります。あと勉強は本当にがんばろうと思いました。
・色んなことに臨機応変に対応できるようにしたいと思います。
・少しずつ将来のこと、医師像などを考えていきたい。
・とにかくやりたいと思ったことを全力でやる。最初から不可能と決めつけないという点にすごく感銘を受けました。
・自分のロールモデルにしたい。悩んでいる、困っている周囲の人にこんな人もいたよと伝えたい。
・自治医大の一番いいところは”つながり”との意見が出たのでつながりを大切にして今後も生きていこうと思います。
・6年生になるまでに自分の将来像を決めて、女医として地域に貢献していきたいです。
・仕事もプライベートも全力ですごい方ばかりで少し不安にもなりましたが、みなさん自分の価値観を大切にしてらっしゃって、私も目の前のことを頑張ろうと思いました。
・まわりにもっとこの会の良さを広げていきたいです。
・学生生活にもっと熱意をもって取り組む！
・今後の話を聞けて、将来を考える時に思い出そうと思った。

・卒後先輩方に相談していきたい。
・不安がなくなるわけではないけれど、主体的にがんばっていきたいと思います。
・家庭を持つと、どうしても選択肢を狭めなくてはならないと思って、自分の進む診療科を考えなければ、合わせなければと思っていたが、好きなことをやろう！と思いました。
・学生のフレッシュな意見を義務中の育児に活かしていきたいです。
・自分も頑張ろうと思いました。
・自分も日々悩みながら両立について考えています。これから義務を過ごす人に役立てばと思って参加しました。
・65歳からの人生を考えたいと思いました。
・三者三様のお話が聞けて今後を考える上で参考になる点が多いと思います。期が上の先生のお話は人生の参考にもなると思うので、学内の子育て中の方（卒業生問わず）にもより多く来ていただけると良いと思う。

Ⅲ. 卒後ワークライフバランスについて考える会 2018 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 2018 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３０年８月３１日（金）

会　場　　FUKURACIA 東京ステーション　６階会議室 G

参加者　　２０名（卒業生８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）

２．次第

日　　時：平成３０年８月３１日（金）１１：３０～１４：００

場　　所：FUKURACIA 東京ステーション　６階会議室 G

時刻	所要時間	内容	摘要
11：00	30 分	受付	全体進行 地域医療推進課長
11：30	5 分	開会挨拶	山田俊幸卒後指導委員長
11：35	95 分	ランチョンセッション ～１年間を振り返って～	
	（10 分）	１ J-PASS 活動報告	山本さやか医師
	（60 分）	２ ブロック担当者より	
	（25 分）	３ 学内者より	石川由紀子医師
13：10	85 分	全体討論 卒業生の地域における支援体制の模索 ～広報戦略の具体化について～	議事進行 中村剛史医師 資料発表 小島華林医師
13：50	（5 分）	まとめ	石川鎮清医師
13：55	5 分	閉会挨拶	髙本和彦卒後指導部長

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）

本日は遠方よりお集まりいただき感謝申し上げます。このブロック会議は平成２５年からスタートし、今回で６回目を迎えます。昨年は出席者より１年間の活動についてご報告いただき、また、結婚協定を締結した卒業生の意識調査の結果を鑑み、卒業生の地域における支援体制についてご意見を伺いました。

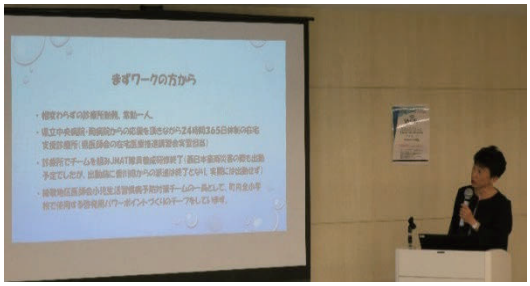
今回も地域における卒業生の支援について、様々な議論をお願いしたいと思います。この会議は地域で活躍される卒業生の先生方にお集まりいただき、今後のワークライフバランスを考えていく上で非常に重要な会だと思っています。活発なご意見をお願い申し上げます。

自治医大の１年間の活動報告

① 卒後指導委員会・卒業生女性医師支援１年間の歩み　山本さやか医師（宮城２５期　女性医師支援担当）

② 医師・研究者キャリア支援センターより　石川由紀子医師（静岡１７期　女性医師支援担当）

ブロック担当者の１年間の活動報告



① 十枝めぐみ医師（香川県１３期）
＊活動報告スライド（十枝）参照

② 白石　裕子医師（島根県１７期）
＊活動報告スライド（白石）参照

③ 横谷　倫世医師（奈良県２１期）

今年４月から奈良医大の消化器・総合外科学で勤務している。今まで消化器外科の片手間に乳腺をやっていたが、乳腺をメインにやることになった。１０年前、子どもを育てながらの奈良医大での勤務が非常に困難で転勤した際に、自治医大に研修に行き、この会の先生にお会いし、参加するようになった。１０年ぶりの大学勤務ということで、前のことが心の傷になっており、とても不安であったが、だめだったら辞めたらいいやという思いで決意し、勤務を始めた。消化器・総合外科学の中に乳腺があり、これまで一人の先生がやってきていたようだが、その先生が辞めるということで、私がやることになった。消化器外科になったとき、乳腺には興味がなかったが、７年間勉強させてもらっているうちに、面白さもわかってきた。乳腺の患者は４０代後半、６０代の２つにピークがあるが、子育てや家の中で色々な役割を担っている方が闘病しながら過ごしていくことに、今の自分ならとても良い形でサポートできるのではないかと思い、頑張ろうと思っている。ひしひしと感じたのは、人を育てるということはいかに大切かということである。乳腺外科をやりたい人はいるが育つ環境がなかったため、外の病院に行ったまま帰ってこない人もおり、人を育てる難しさを痛感している。大学では、医師の数が多いが、多いことを前提に色々なシステムができており、仕事がやりにくく、１０年前と変わらず医師が指示を出さないと何も動かないため、臨床に割く時間がたいへん長くなり、学位の取得などをどうするか考えているところである。

女性医師支援の活動としては、今年４月に奈良医大の大学２年生のキャリア支援教育ということで、義務年限中のことや、地域の中核病院で勤務した経験、大学病院勤務に戻って頑張ろうとしていることなどを講演会で話した。そして、同じような内容で７月１日に自治医大で開催された「卒後ワークライフバランスについて考える会 in Jichi」で講演を行った。去年くらいからキャリアってなんだろうと考えていたが、１０年間自分のできる範囲で消化器外科をやってきて、気が付いたら専門医の資格を取得できていたことなど、毎日積み上げてきたもの、積み重ねがキャリアだと思っている。学生にはそのような話をした。

大学に戻ってよかったのは、奈良医大には自治医大の卒業生が多く勤務している（自治医大卒業生の奈良医大教授も３名）いることである。今年はぜひとも卒業生で集まり、ネットワークを作っていきたいと考えている。

④ 定金　敦子医師（福岡県２２期）

西日本豪雨災害があり、実際に被災した卒業生もいた。呉市保健所長が自治医大の卒業生で、広島県人会のメーリングリストを利用して情報を提供してくださった。道路の通行止めが今も続いており、移動が困難で物資が届かない地域もある。卒業生同士で励ましや助言などを行った。早い復旧を願うばかりである。

春の広島県人会に参加し、自治医大の卒業生と一緒に勤務してきた外部の先生の講演会を聞いた。広島県は女性の卒業生も多く、義務年限内の卒業生もいる。県人会に出席する先生は様子がわかるが、出席されない先生はわからないので、どうしているか気になるところである。

福岡県を含めた、九州北部の状況をすべて把握しているわけではないが、昨年の九州北部豪雨災害の被災地で勤務されている卒業生が活躍している新聞記事を読んだ。

仕事では現在、広島市で原爆被爆者の研究をしている放射線影響研究所で勤務しているが、女性の同僚が多い。定時退社ができる勤務体制になっていることが大きいのではないかと思う。一方で苦労していることが出張である。日米共同の研究機関であるため、海外出張に行かなければならない際、子どもがいる場合はどうするかということである。私自身も６月に１週間、９月に２週間の海外出張があるが、以前は両親に頼んでいたが、最近は夫が１人で面倒をみている。

家庭の面では、小学１年生と３年生の子どもがいる。２人とも小学生になり、楽になるかと思ったら、下の子はあまり学校が好きではなく、ときどき休むことがあったり、学童保育を嫌がったりすることがある。前は無理やり連れて行っていたが、あまり子どもを追い詰めないようにしたいなと思っている。夏休みは豪雨災害のこともあり、どこへも出かけず家で過ごしていたが、それも子どもたちにとっては新鮮だったようで、思ったよりも好評だった。

⑤ 影向　一美医師（新潟県２４期）

＊活動報告スライド（影向）参照

⑥ 渡邉ありさ医師（埼玉県２４期）

夫の留学について２年間アメリカへ行っていたが、今年３月に帰国し、またこの会に出席させていただけることになった。

アメリカにいる間はしたことのない研究ができて、行ってよかったと思っている。帰国後、夫は鳥取大学の外科に所属しているが、勤務が非常に忙しくなった。ほぼ母子家庭になることは覚悟しておいてねと言われていたので、私は週４回の非常勤をしながら子育てをしている。２年間留守にしていたため、女性医師支援の活動はできていなかったが、帰国したのでこれから頑張る。

昨年、私が不在の間に、鳥取県の女性卒業生のランチ会を開催したと聞いている。また今年も開催しようという話が出ているので、参加したい。

⑦ 新井　由季医師（栃木県２５期）

子どもは小学５年生、３年生、年長で、夏休みのため、５人分のお弁当を作るというつらい生活が終わったところであるが、十枝先生のお話を聞いて、高校生もお弁当がいるのだと気付き、残念な気持ちになった。

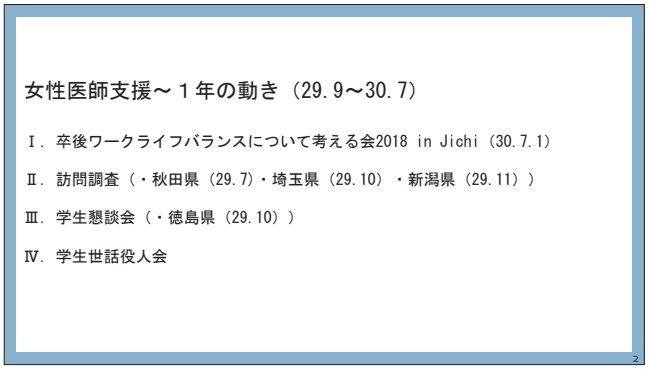
ワークのほうは相変わらず那須赤十字病院で勤務しており、専門医もいくつか取得したが、更新の年を迎えており、頑張らなければというところである。新潟県、鳥取県でランチ会を開催されたそうだが、とても良いなと感じた。昨年あたりに後輩の卒業生がランチ会を開催したいと言っていたので、企画をお願いしたところ流れてしまった。今年は開催したいと思っている。

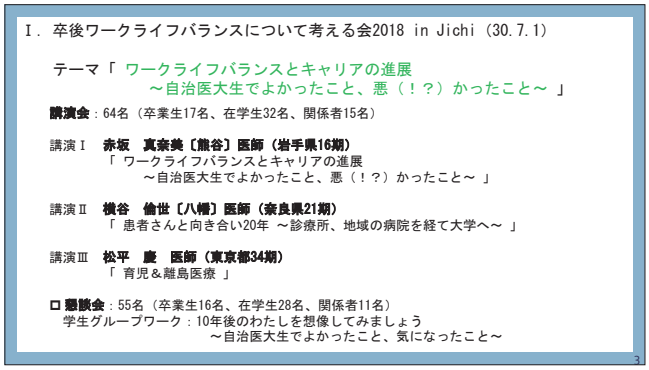
栃木県は毎年入学者が５、６名いるため、学生を把握するのが難しいと思っていたが、臨床講師を担当することになったため、その仕事を活かして学生の把握を行っていきたい。

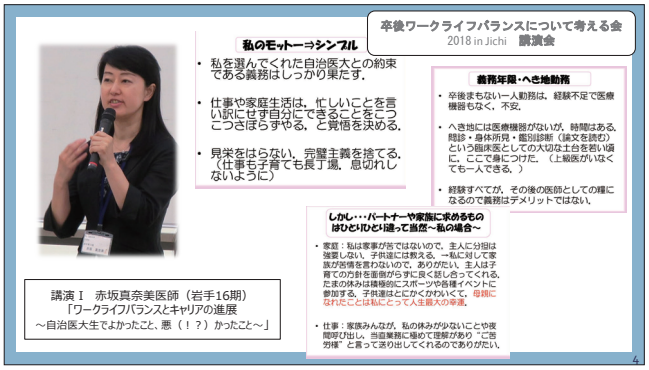
⑧ 山本　智美医師（北海道３３期）

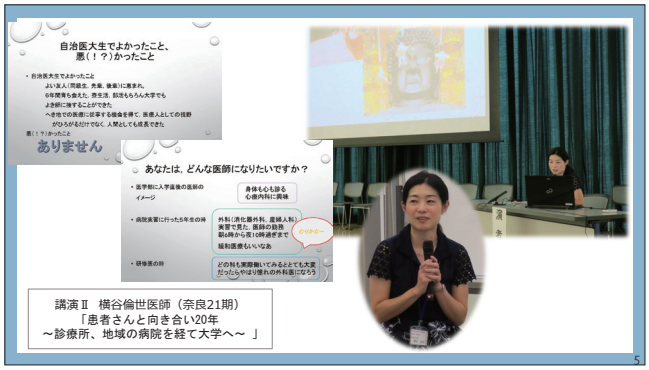
＊活動報告スライド（山本）参照

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

勤務との両立に
悩むケースが増加している

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

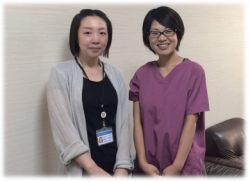
学生や女性卒業生へ
フィードバック

9

Ⅱ. 平成29年度訪問調査

◆自治医科大学附属
さいたま医療センター（29.10.3）

《調査に協力いただいた卒業生》



中村香代子（和泉）先生（埼玉県35期）
・卒後3年目から岐阜県と結婚協定締結

⇒卒後3年目、朝日診療所勤務時に第一子出産。
育休取得せず。産休と有給のみで復帰。

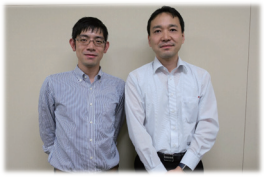
【後期研修中の保育園について】
・後期研修先を検討するにあたり保育園の問題が一番になっていた。
・いろいろ早めに行動することが大切。

10

Ⅱ. 平成29年度訪問調査

◆ 自治医科大学附属
さいたま医療センター（29.10.16）

《調査に協力いただいた卒業生》



中村晃久先生（岐阜県35期）
・卒後3年目から埼玉県と結婚協定締結
⇒聞き取り時点で卒後6年目で、H29年度は
さいたま医療センターで後期研修。

【結婚協定について】
・学生時代に相手県のへき地の状況を知る機会があればと思う。
・結婚協定を知ったのはおそらくM1のときのSMSワークショップ。積極的に医自ら調べることはなかった。
・協定締結の時期について、初期研修中は多忙であり、距離を保ったことで研修に集中することができた。

11

Ⅱ. 平成29年度訪問調査~女性卒業生の集まり

◆新潟県女性卒業生（29.11.23）

《調査に協力いただいた卒業生》

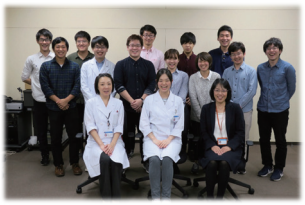
海部　真美子（片岡）新潟県・15期
佐藤　理津子（諏佐）新潟県・16期
影向　一美　（大嶋）新潟県・24期
布施　香子　　新潟県・25期
木村　真由紀（神田）新潟県・30期
木島　朋子　（笹川）新潟県・31期
前田　瑞穂　（大川）栃木県・31期
鵜飼　智子　（小嶋）新潟県・32期
〔8名〕

H30年度は岩手県を予定

12

Ⅲ. 学生懇談会

徳島県（29.10.26）
卒業生：**三橋　乃梨子　先生**
〔徳島県34期〕



出席者　18名
（卒業生1名、在学生12名、関係者5名）

＊在学生は徳島県出身の12名

【演者の先生より】
・初期臨床研修中は幅広い人間関係を築いてほしい！
・医師として様々なバックグラウンドを持った患者さんと接するので、学生のうちから医学とは関係ない分野にも興味を持って経験してほしい。

13

Ⅳ. 学生世話役人会

・女性医師支援に関して（特に学内での卒後ワークライフバランスについて考える会）、学生の中心になって広報など協力してもらえる在学生と交流する機会を設けた。

・学生協力者は代々の先輩からの推薦の形を取っており、在学中のみならず卒業後も講演演者等、声掛けできるような関係性づくりを目指している。

14

J-PASS

Jichi
Post graduation
Self-Affirmation
Support
System

JPASS
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もらいたい

ご清聴
ありがとうございました。

15

ブロック担当会議　医師・研究者キャリア支援センター活動報告

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

JPASS夏のブロック会議

医師・研究者キャリア支援センター1年の活動報告：

総合診療内科／医師・研究者キャリア支援センター／
地域医療推進課　女性医師支援担当　　石川由紀子

医師・研究者キャリア支援センター コーディネーターとして

- Jichi Joy Café
- ワークライフバランス講演会
- 個別相談：
  復職・妊娠・働き方・預け先・夫婦別姓
- アンケート調査、職場への提言
- 栃木県医師会女性部会への参加

日本医師会 女性医師支援センター主催
「大学医学部・医学会女性医師支援担当者連絡会」

2017.9.29 於：日本医師会館 大講堂

－より良い男女共同参画を目指して－

1. 日本医師会女性医師支援センターの取り組みについて日本医師会常任理事　今村定臣氏
2. 女性医師の勤務環境の現況に関する調査報告について日本医師会総合政策研究機構主席研究員　上家和子
3. 事例発表
   (1) 片岡　仁美　（岡山大学大学院医歯薬学総合研究科地域医療人材育成講座教授）
   (2) 石川由紀子　（自治医科大学地域医療学センター総合診療部門講師）
   (3) 名越　澄子　（日本内科学会　ワーキンググループ代表　埼玉医科大学総合医療センター教授）
   (2) 中村　清吾　（日本外科学会男女共同参画委員会委員長　昭和大学病院乳腺外科教授）

内容：
マンツーマン保育と良心的な保育料金など保育ルーム「あいりす」
サポート会員の方々が、貢献されていることも注目されました。
岡山大学のサポートは、目標に社会貢献を掲げており、支援を受けた女性医師が地域医療で活躍しています。他大学の指標となるものでした。

Jichi Joy Café

顔見知りになりましょう、思いを話しましょう、働き易い職場を目指して働きかけましょう。

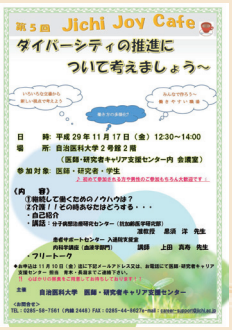
平成29年「男女ともに輝いて働くために」

JJC4　困難を乗り越えて　総合診療内科女性医師／脳生理学女性研究者
JJC5　ダイバーシティ　血液内科女性医師／男性研究者
JJC6　それぞれの現場で　講師：産婦人科教授

平成30年「働き方を考える. in the Jichi 」

JJC7　働き方と考え方の多様性　佐多病院長
JJC8　女性医師の経験談　小児泌尿器科女性医師
JJC9　「産業保健からみた両立支援　精神科女性医師

JJC 5

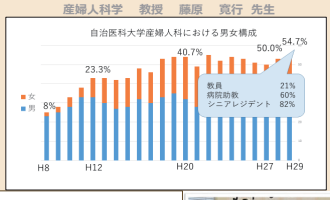


初めての男性研究者の講師：
いつもとは違った視点から・・人は皆元素にもどる！

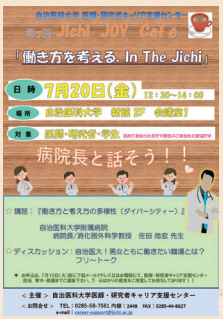
介護の経験のある女性医師：
家族の介護に向き合いながらも勤務を継続された先生
医局内においての女性医師の働き方の工夫

JJC 6

婦人科での女性医師の働き方の現状と取り組み
産婦人科学　教授　藤原　寛行　先生



JJC 7



参加者：医師・研究者・ﾗｲﾌﾗﾝﾁﾝ・学生・男性・管理職（約30名）
プログラム：
1.医師研究者キャリア支援センターに集められた要望　スライド
2.「働き方と考え方の多様性（ダイバーシティー）」
　自治医科大学附属病院病院長　佐田尚宏先生
　内容：手作りの医療、多様性を認める働き方
3.フリーディスカッション
感想：
「佐田先生のお話にとても共感できました。トップの方が柔軟でいらっしゃって嬉しいです。」
「”自分の好きなことをする”だから”人のしたいことも成せるよう協力する”考え方に共感できました。お互い様精神を大切にしていきたい。」

院長にも、高本先生にもJポーズして頂けました！

勤務体制の改善について集められた要望のまとめ

職場における考え方の指針の明示	制約がある働き方（介護・育児・病気など）への職場の理解
	医局・研究室間の支援体制の格差の是正
	イクボス・イクメン促進
勤務制度の拡大	育児短時間勤務（30時間）の対象者年齢の拡大（現在3歳の誕生日前→小学生まで）
業務の見直し	カンファランスを時間内に
	手術開始時間を遅らせて9時くらいに
	病棟の受け持ちは主治医制ではなく当番制へ

働き方を考えるセミナー2017

2017.10.19(木)１８:００~１９:15
自治医科大学 教育研究棟 講堂

講師：吉田 穂波 先生／神奈川県保健福祉局 技幹・保健福祉大学 准教授・産婦人科医
演題：「時間がない」から何でもできる！

頼ってつながること：相手に対する信頼の証
ペアワークで『受援力の強化練習』：
課題は「はじめに、ありがとうって言ってしまい、お願い事を率直にお願いする」、
ペアの相手は「うん、うん」とうなづく。

人に頼る”“お願いする”って意外と難しい、けど
「まれたら嬉しく感じる”と実感

働き方を考えるセミナー2018

平成29年10月19日(木)18:00～20:00
～男女共に考える働き方改革～

講演：イクメン・イクボス・ことはじめ
演者：石蔵　文信先生

循環器内科医。大阪大学人間科学研究科未来共創センター招聘教授。
専門の循環器内科と共に中高年のメンタルケアにも取り組み「男性更年期外来」開設。
夫の言動への不平、不満がストレスとなり妻の体に不調が生じる状態を「夫源病」と命名
「男のええ加減料理」料理教室を開催。
「育じい」を推奨。
ご自身も4人の女医（妻＋娘3人）に囲まれての生活の中、お孫さんの食事や身の回りのお世話を一番に行うなどの家庭内の男女共同参画に取り組む。

活動報告スライド（十枝）

この1年の活動について

私のワークライフバランス

香川13期
綾川町国民健康保険綾上診療所
十枝　めぐみ

まずワークの方から

- 相変わらずの診療所勤務、常勤一人。
- 県立中央病院・陶病院からの応援を頂きながら24時間365日体制の在宅支援診療所（県医師会の在宅医療推進講習会実習担当）
- 診療所でチームを組みJMAT隊員養成研修終了（西日本豪雨災害の際も出動予定でしたが、出動前に香川県からの派遣は終了となり、実際には出動せず）
- 綾歌地区医師会小児生活習慣病予防対策チームの一員として、町内全小学校で使用する啓発用パワーポイントづくりのチーフをしています。

医療関係ではありませんが
本年2月24日（土）ももの会（香川県女性校長・教頭の会）

- 香川県をブロックに分け、現役の小・中学校の校長・教頭が幹事となり年に1回開催
- 講演の後フルコースを食べながらOBと現役女性管理職が歓談
- 女性教員は多かったが、女性の管理職（校長・教頭）は少なく、非常に風当たりが強かった時期も

今年8月5日（日）
高知県へき地医療協議会
本当は7月7日（日）の予定でしたが西日本豪雨のため延期

高知県へき地医療協議会

- 主催は高知県健康政策部医師確保・育成支援課
- 出席者は自治医大卒医師が派遣されている自治体の首長、病院長、事務長、自治医大卒医師
- 総会の後、後期研修医の活動報告に続き講演

  私のこれまでの活動報告を踏まえながら香川における女性医師支援、自治医大の女性医師支援について
- 講演の後懇親会（ほぼ女子会）

高知県へき地医療協議会

- 高知県は義務年限内で出産・育児の経験がある女性卒業生がいない
- 行政側も対応がわからないし、卒業生も実感がない
- 自治医大卒業生はかわいそう（専門医の取得に関して）といわれることも
- ただ、このような集まりに、災害対策などで忙しい時期にもかかわらず多くの首長さんが出席してくれることはすばらしい
- 嶺北中央病院の事務長さんは女性、子育てしながらの行政職、頼りになりそう

今年8月18日（土）
秋田県
地域に寄り添う医師・医学生キャリア・アップセミナー2018

地域に寄り添う医師・医学生キャリア・アップセミナー

- 主催は秋田県健康福祉部医務薬事課医師確保対策室
- 参加者は秋田県内で活動するまたは活動する予定の医師・医学生、主に自治医大卒業医師、自治医大医学部学生（秋田県人会）、秋田大学医学部学生（地域枠・一般枠）、秋田大学医学部地域枠卒業生
- 基調講演を担当、地域医療の楽しさ、やりがいとワークライフバランスについて
- 講演の後グループワーク（テーマは地域医療に必要な医師の資質とワークライフバランス）
- その後懇親会

地域に寄り添う医師・医学生キャリア・アップセミナー

- 秋田県は県立中央病院がない、代診の依頼などは個別の対応
- 現在義務年限内に女性医師はいないにもかかわらず、在校生15名中9名が女子
- 専門医の取得の兼ね合いや今後の結婚・出産・育児について誰に相談したらいいかわからない
- ワークライフバランスや子育ての問題は男性医師にも
- はじめから権利主張をする若手に対する苦悩も

頑張っているあなたへのメッセージ
～先輩たちからのPASS～ 〔後期版〕

2017
自治医科大学

残念なことに

- このリーフレットの存在を知っていたのはどちらの県人会でも一人二人
- 自治医大で開催されているワークライフバランスを考える会に参加したことがある卒業生、学生はほとんどなし

今週地域医療実習で診療所に来ていた
香川県出身5年生の増田さんにも聞いてみました。

- ワークライフバランスについて
  - 今のところ結婚協定などの具体的な当事者ではないのであまり考えてない
  - 専門医のことについてもこれから。義務年限との兼ね合いは「大変そうだな」
- ワークライフバランスを考える会について
  - 参加したことはない
  - ポスターを貼っているのは見たことがあるが気づいたら終わってたみたいな感じ
- どうしたらもっと関心を持ってもらえるか
  - 県人会の先輩が出るとか、県人会の先輩が出る友達に誘われたら参加するかも？
  - おなじことを秋田の学生さんも言ってました。

続いてライフの方では

夏休みには2泊5日でウルル・カタジュタ国立公園へ

ウルルに登山できるのは来年10月26日まで

ウルルは原住民の聖地であり、基本的に上るところではない
天候の関係で登山できるのは年間で3割程度
往復約2時間
私以外の家族は頂上まで
私は8合目ぐらいで時間切れ
それでもすばらしい景色を看ることが出来ました。

今年に入ってコーラスグループに参加しています。

今後は

- 香川県国保地域医療学会の会長を拝命
- 自治医大香川県出身学生と、香川大学医学部学生などを対象とした夏季実習「地域医療スピリット」の会場が綾川町になる予定
- 香川大学5年生のBSL3週間を継続して受け入れる？
- 総合診療専門医の研修を受け入れる方向で準備を開始
- 長男が受験生終了したとしても次男が受験生に
- 弁当づくりもあと1年半
- しばらく潜ってないので潜りに行きたいな

活動報告スライド（白石）

20180831

1年間の報告

隠岐島前病院・浦郷診療所　白石裕子

概要

1 • 医師支援

2 • 医師として

3 • 家庭人として

1医師支援

プライマリケア学会・学術大会

ワールドカフェ　究極の女子会

＊ 20150614　筑波　vol.1　女性医師の生き方

プライマリケア学会・学術大会

ワールドカフェ　究極の女子会

＊ 20160612　浅草　vol.2　女性医師の続け方

プライマリケア学会・学術大会

ワールドカフェ　究極の女子会

＊ 20170513　香川　vol.3　女性医師の育ち方・育て方

プライマリケア学会・学術大会

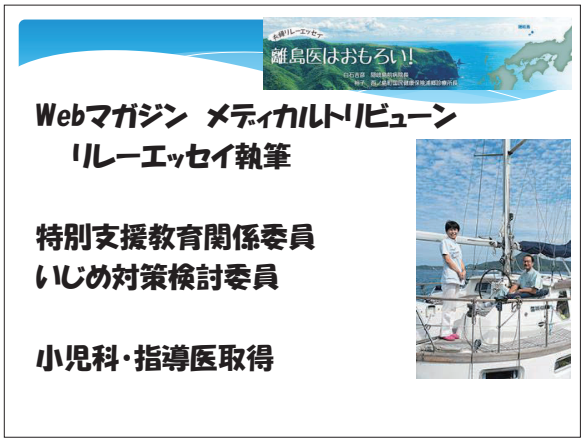
ワールドカフェ　究極の女子会

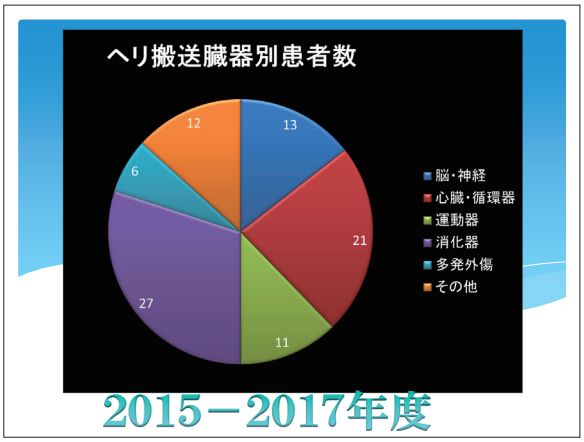
＊ 20150614　筑波　vol.1　女性医師の生き方

＊ 20160612　浅草　vol.2　女性医師の続け方

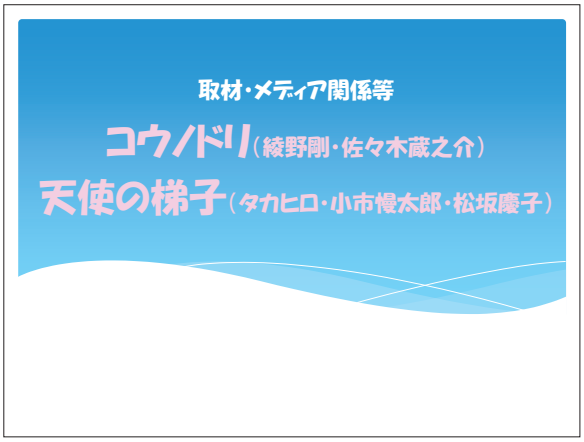
＊ 20170513　香川　vol.3　女性医師の育ち方・育て方

2　医師として


離島医はおもろい!
Webマガジン　メディカルトリビューン
リレーエッセイ執筆
特別支援教育関係委員
いじめ対策検討委員
小児科・指導医取得


ヘリ搬送臓器別患者数
13
21
11
27
6
12
脳・神経
心臓・循環器
運動器
消化器
多発外傷
その他
2015－2017年度

ヘリ搬送症例
8年越しの花嫁
奇跡の実話
大ヒット上映中!
眼外傷　角膜穿孔　建設業の60代男性症例
主訴：肩こり、15時徒歩受診のAMI（#6：100%）50代女性症例
8年越しの花嫁で話題のNDMA脳炎　20代女性症例


取材・メディア関係等
コウノドリ（綾野剛・佐々木蔵之介）
天使の梯子（タカヒロ・小市慢太郎・松坂慶子）

コウノドリ

隠岐島前病院
http://okidozenhospital.com/
研修医療系学生120余名
研修医　初期20名
そしてついに
コウノドリ！
Welcome！離島実習！
改めまして
院長の白井です
なんだか
憎めない
研修医の先生
でしたな
あぁ……
本当の院長の
白石です

取材・メディア関係等
天使の梯子（タカヒロ・小市慢太郎・松坂慶子）

3　家庭人として

私学の経営の一助に、バザーの手作り。

ご清聴ありがとうございました
こころも　からだも　メンテしよう

活動報告スライド（影向）

＊ワークライフバランス
を考える会2018
活動報告

中部北ブロック担当
新潟県立新発田病院　内科　影向　一美

新潟県女性医師ランチ会

女性卒業生勤務状況調査
2017年11月23日

1学年生による
『自治医科大学と地域医療についてのワークショップ』

2018年7月15日　宇都宮グランドホテル

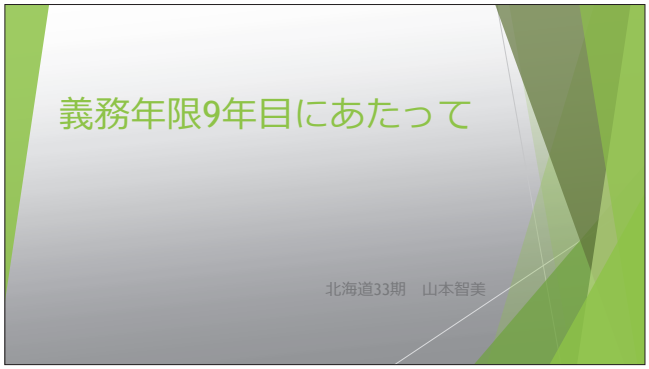
2018年7月15日　宇都宮グランドホテル

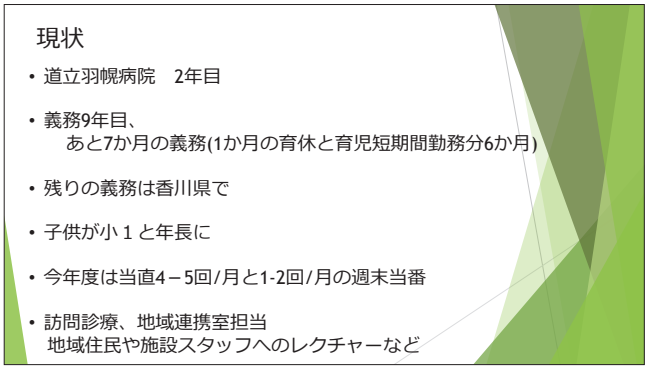
私らしく、あなたらしく

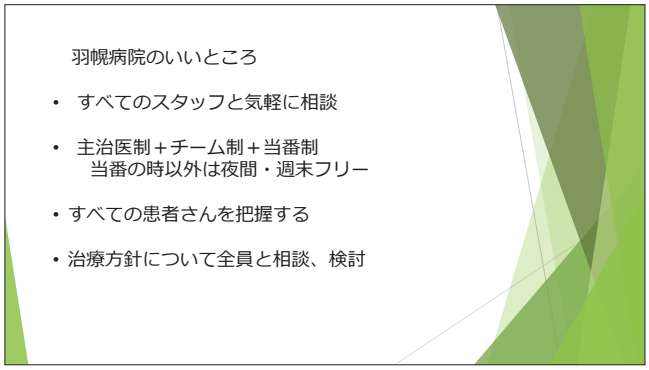
ミンナチガッテミンナイイ

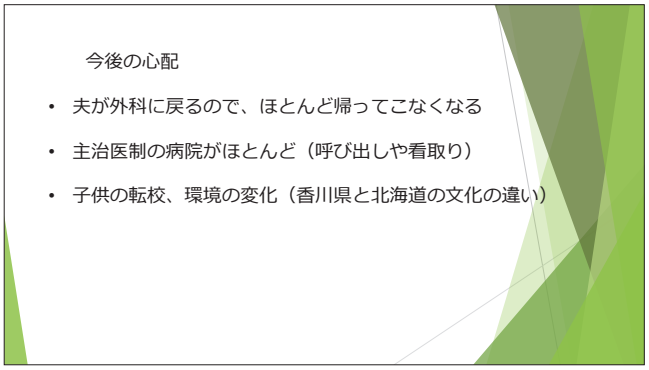
新潟県立新発田病院　内科　影向　一美
（新潟県24期）

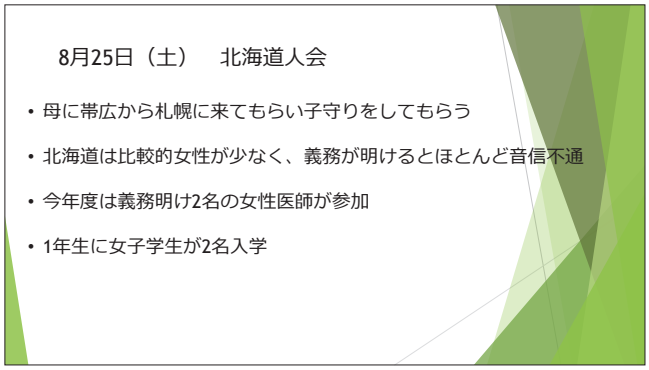
活動報告スライド（山本）


義務年限9年目にあたって
北海道33期　山本智美


現状
• 道立羽幌病院　2年目
• 義務9年目、
あと7か月の義務(1か月の育休と育児短期間勤務分6か月)
• 残りの義務は香川県で
• 子供が小１と年長に
• 今年度は当直4－5回/月と1-2回/月の週末当番
• 訪問診療、地域連携室担当
地域住民や施設スタッフへのレクチャーなど


羽幌病院のいいところ
• すべてのスタッフと気軽に相談
• 主治医制＋チーム制＋当番制
当番の時以外は夜間・週末フリー
• すべての患者さんを把握する
• 治療方針について全員と相談、検討


今後の心配
• 夫が外科に戻るので、ほとんど帰ってこなくなる
• 主治医制の病院がほとんど（呼び出しや看取り）
• 子供の転校、環境の変化（香川県と北海道の文化の違い）


8月25日（土）　北海道人会
• 母に帯広から札幌に来てもらい子守りをしてもらう
• 北海道は比較的女性が少なく、義務が明けるとほとんど音信不通
• 今年度は義務明け2名の女性医師が参加
• 1年生に女子学生が2名入学

全体討論

卒業生の地域における支援体制の模索　～広報戦略の具体化について～

【資料発表】

小島　華林医師（青森県２４期　女性医師支援担当）

「都道府県からあがった支援を求める声の事例」は、各都道府県の卒業生の方から卒後の支援についていただいた意見や困ったことについて相談を受けたものをまとめたものである。個人情報も含まれるため、伏せ字にて説明する。

中村　剛史医師（静岡県２１期　女性医師支援担当）

「義務年限遂行にあたり夫婦がそれぞれの出身地で経験する生活の満足度に関連する要因」は、結婚協定を締結した人を対象にして実施した、生活の満足度についてのアンケート結果をまとめたものである。自分の出身地、相手の出身地による満足度の違いはなかった。人間関係で困った人は満足度が低く、上司が良い相談相手だったと回答した人の満足度が高いというデータ結果が出ている。上司の理解が得られていると、満足して義務年限を過ごせていたのではないかと考える。

【意見交換】

牧野　伸子医師（大阪府１０期　卒後指導副部長兼女性医師支援担当）

卒後支援の体制として、卒後指導委員会と地域医療推進課では、個別の困難事例について都道府県と協力しながら卒業生をサポートしている。個別事例以外に卒後指導委員会を通じて行っている J-PASS の活動は、一言アドバイスがあれば頑張れるような悩みを持つ人たちのサポートを行っている。

全国にネットワークが広がっているのは自治医大の特徴であり、利点である。全国の情報が得られ、様々な立場の卒業生の方がいる点は他大学にはない特徴である。

卒後支援として、次の流れをどうするか考える際、このブロック会議は、卒業生のみなさんと考え、アイディアを活かしていく貴重な機会である。本日はみなさんから積極的なご提案、ご意見をいただき、次の流れにつなげていきたいと考えている。

白石　裕子医師

昨年、「頑張っているあなたへのメッセージ～先輩たちからの PASS～」という小冊子を義務年限内の卒業生に配付したが、卒業生と集まったときに聞いてみたところ、あまり知らない様子だった。配付状況や反響についてお聞かせ願いたい。

牧野　伸子医師

小冊子は、初版は在校生に配付し、在校生から卒業生や都道府県の担当課の方に広まり、ご覧になった方から小冊子を送ってほしいという要望により増刷し、都道府県の担当課と義務年限内の卒業生全員に配付した経緯がある。反響はあったが、興味のない人もいるのだとショックを受けたところであり、頑張って宣伝しなければという思いである。

昨年の会議で、WEB で閲覧できる形にするという意見があったが、WEB での公開にあたり個人情報を編集した抜粋版について、この場で了承をいただき進めていきたい。

十枝　めぐみ医師

小冊子は周知のものだと思っていたため、知名度が低く驚いた。紙媒体であっても WEB であっても、興味がない人は見ないのではないか。どうしたら関心を持っていただけるのか悩ましいところである。

新井　由季医師

卒業生から相談があった事例はどのような窓口から相談があったのか。その窓口を知ったのはどのような手段だったのか。

石川　由紀子医師

学内の医師・研究者キャリア支援センターに問い合わせがあり、卒業生からの問い合わせだったため、地域医療推進課に引き継いだ。WEB の検索から問い合わせをしてきたと考える。

牧野　伸子医師

学生の頃から、卒業生の相談の窓口は地域医療推進課であることは何度も目にしているはずである。しかしながら、医師・研究者キャリア支援センターに問い合わせがあった。大学が卒業生支援を行っていることは頭に入っていたのだろう。大学に相談できるところがあることを覚えていてくれてよかったと思う。

白石　裕子医師

妊娠・出産について、色々な人がいて、色々な環境で出産・育児をしている人がいるという例やロールモデルをより多く提示していくことが必要ではないかと感じた。

山本　智美医師

研修医２年目で出産した私の場合、今出産しないと後悔するかもしれないと思い、出産を決意した。周りの医師たちから、「医師になったら５年はがむしゃらに働け、それが自分のためになる」と言われたが、それを理由に出産を諦めることは正しいとは思えない。しかし、実際に義務履行している卒業生が妊娠・出産を受け入れるには難しい環境に置かれていると感じる。先輩医師にお話を聞くと、９年間はあっという間で、広く見れば出産について深刻に悩む必要はないと思うが、その時の本人はそのように考えることができないのだと思う。義務中に出産する卒業生も少しずつ増えてきていると思うが、何年目に出産した人がいる等の実際の事例を学生の頃から知っていると、自分の将来を考えた際に気持ちが楽になるのではないかと思う。

新井　由季医師

出産、育児休業について年代別でデータを出すと参考にしやすいのではないか。

牧野　伸子医師

調査は、意識調査か実態調査の２通りの方法がある。

実態調査の難しいところは、近年、女性に対する世の動きがぐっと加速し、急速な変化があるため、過去の人のデータを入れてしまうと、現代の若者の参考にならないかもしれないという懸念である。

また、意識調査については、どの層に対して啓発を行うのかが重要である。上司に女性医師の出産についてどう考えているか調査するのはどうか。

横谷　倫世医師

「女性医師としての生き方―医師としてのキャリアと人生設計を模索して（出版：(株)じほう、原著：MARJORIE A. BOWMAN, ERICA FRANK, DEBORAH I. ALLEN、編集・翻訳代表：信州大学医学部附属病院 片井みゆき、監修：信州大学医学部助教授 櫻井晃洋)」という著書に、女性医師の出産等の色々な調査やアンケート結果が書かれている。自治医大卒業生には義務年限があるため異なるところもあるが、参考になるのではないか。

十枝　めぐみ医師

都道府県により状況が全く違うことがわかった。小冊子を参考に役立ててもらうため、各都道府県に応じてサポート体制について話をする場を設けるのはどうか。

白石　裕子医師

上司への啓発はとても大切であると考える。授業の時間を利用し、女性医師支援について学生へ周知を行うのはどうか。

渡邉　ありさ医師

以前は義務年限中に出産・育児をする女性医師が少なかったが、今は義務年限中の複数の女性医師の産休・育休を同時に支えなくてはいけない時代になってきている。地域枠卒医も出てきている。自治医大卒医には義務を明けて子育てが落ち着いてきた女性医師もいると思うので、独身の方や男性医師にばかり頼るのではなく、今ある制度を使いながらどうカバーしていくのか考えることが大切ではないかと思う。

十枝　めぐみ医師

大学で行った講演の録画を WEB で配信するのはどうか。講演会の会場に行くのが難しい人もいる。聞き逃した人もいると思うので、WEB で視聴できる環境にしておくと良い。

白石　裕子医師

新聞で、メッセージアプリを活用した子どもの悩み相談の件数も増えてきていると読んだことがある。メッセージアプリを利用したシステムを作成するのはどうか。若者に対する情報提供として、有効な情報発信ツールになるのではないか。

まとめ

石川　鎮清医師（福岡県１２期　女性医師支援顧問）

広報戦略の具体化について、活発なご意見をいただき感謝申し上げる。昨年度、情報提供として卒業生へ小冊子を配付したが、認識していない卒業生も多いことを知り、広報戦略はなかなか難しいと実感している。

今日の会で話題に挙がったことに関して、特にメッセージアプリ等は手間やコストをかけずに行うことができるのではないか。また、講演会の動画を WEB でいつでも見ることができるように掲載することや出産時期等についての実態のデータはまとめられるのではないかと考える。すべて一度にできるわけではないので、できるところから実行していけばよいと思う。

閉会挨拶

髙本　和彦　卒後指導部長

本日は、これまでの取組みが進展しているということを共有できてよかったと思います。情報価値というのは人それぞれニーズが異なります。置かれた実情に応じて必要なときに必要な情報を得られるようにしておくことが大事だということがよくわかりました。みなさまにご協力いただき作らせていただいた卒業生への支援情報を、必要に応じて改定・追加していくという作業がこれから必要になってくると考えます。それにあたっては多士済々の卒業生を抱える本学でありますが、引き続き、みなさまのご協力を得て、今後も情報をご提供いただき、情報の質をさらに改善し、必要な人に届くように広報に努めていけたらと考えています。本日はお集まりいただき感謝申し上げます。

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	渡邉ありさ（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	髙本　和彦	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	小島　華林	女性医師支援担当	青森	24
8	山本さやか	女性医師支援担当	宮城	25
9	熊倉　盛男	地域医療推進課		
10	久保　典大	地域医療推進課		
11	浅賀　祐二	地域医療推進課		
12	柳　　尚子	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！」
　　秋田県２５期　松本　歩医師

目　的　　出身県の卒業生と在学中から交流を深めると共に、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　　平成３０年１１月２７日（火）１７時００分～１８時００分

会　場　　医学部教育研究棟３階　中教室３

参加者　　２１名（卒業生１名、在学生１４名、関係者６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）
岩本　啓寛（医学部５年生）
木村　結子（医学部５年生）

２．開催内容

秋田県２５期　松本　歩医師

日　　時：平成３０年１１月２７日（火）１７時００分～１８時００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）義務年限中のお話
（４）フリートーク
（５）写真撮影

◆松本医師から

- 専門科は神経内科と小児科に興味があった。実際に地域に出て勤務する際に、小児科で得た知識が風邪や喘息を診るとき等、少しでも役に立てればと考えていた。
- 臨床研修が始まってから英会話の勉強を始めた。学会でも英語で発表を行ったり、使用する機会が多いので、地域で時間があるときに英語の勉強をしたほうが良いと思う。
- 結婚協定で勤務地が高知県となったが、秋田県で勤務していても、勤務先が変われば周りの環境が変わるのと同じことなのでそこまで大変だとは感じなかった。
- 義務年限中は周囲の他大学卒医から遅れるという意識があったが、義務年限が終わって考えてみるとそんなこともなかったかなと感じるようになった。
- 義務年限中は悶々とずっと悩んでいたが、義務年限が終わっても何かしら悩み事はあるので同じである。現在、自由に研究していても思うように結果は出なかったりするので、何事も楽しんで過ごしたほうが良いと思う。

◇学生からの感想

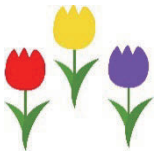
- 具体的な話を聞き、よくわからなかった卒後のことを少し知ることができてよかった。
- 卒後の見通しが少しよくなり、今後の人生設計の参考になった。今後のキャリアを考える上で、良い知見となった。
- 日頃、出身県の卒業生の先生とお話しできる機会は少ないため、良い機会であった。
- 同じ女性として卒後、医師として、女性として、母としてどのように日々を送られているのかを拝聴でき、とてもよかった。
- 卒業生の先生のお話しを聞く機会があまりないので貴重だった。
- 秋田出身で義務を終えた女性の先生のお話を初めて聞くことができた。「こんな人生プランもある」という一例を知ることができたのでよかった。
- 実際に同じ出身県の先生のキャリア経験を聞く機会ができてよかった。
- 義務年限を終了された先生のお話を伺える機会はあまりないので、貴重な機会をありがとうございました。
- 今までの経験を聞くことができ、少し疑問が解決した。

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



JPASS

Jichi Post graduate self-Affirmation Support System

平成３１年３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/