

卒業
17年目

小川 良子 医師

筑波大学医学医療系 呼吸器内科・講師(2018年2月現在)



医学生や若い女性医師にとっての身近なロールモデルでありたい。若い女性医師(学生)が医師としてやりがいをもって楽しく働いていくことと育児は両立できるものだと思ってもらいたいので、私が仕事も育児も楽しんでやっている姿を見せつつ、いろいろなキャリア相談にのっていきたいと思っています。

私は24歳で筑波大学を卒業し、同大学の内科レジデントとして医師人生をスタートしました。医師になるときは「まずは医師としてある程度一人前になる6年目までは仕事最優先で頑張っ、その後できれば結婚・出産したい」と思っていました。実際には7年目の内科・呼吸器内科の専門医を取得した年に結婚→出産できましたので、自分としては理想としたタイミングでした。

出産するまで「出産」が大変だと思っていましたが、「出産」よりはるかにその後の「育児」の方が大変で、かつ、いつまでも期間がかかります。私の育児生活は9年になりますが、いまでも自分にとって初めてのことが多い一番上の子供のことが心配で大変です。小学生になると食事や入浴など自分でできるようになり、生活面での親の負担は減りますが、習い事や塾に行き始めると送迎や宿題のサポートなどが必要になり、それらは夕方の時間に集中します。私は今、保育園のお迎えより小学生の習い事や学校の個人面談などの行事の方が仕事に影響しています。一番下の3歳児が小学校を卒業するまであと9年あることを考えると、育児生活というものは医学生の頃の自分が漠然と考えていたよりかなり長い期間でした。私はある程度一人前になってから出産したので、育児にエフォートが割かれる中でもそれまでの経験を活かして、診療に臨んでいます。周囲も私を一人前として扱ってくれているので、限られた勤務時間で何ができるかを任せられるかわかっていて仕事を任せてくれており、かつ、私が対応できないことは助けてくれていて、働きやすい環境です。欲を言えば会議やカンファレンスは17時までに出れば終わらせていただきたいですが(笑)。大学は周囲に同世代や育児の先輩も多いので、逐次相談できることも私にとってはいい環境でした。育児9年目の今、今度は後輩たちにとって「身近で相談できる先輩」でありたいと思っており、私が大学で果たしている役割の1つだと思っています。大学は医学生や研修医など若者が多く、いまや4割近い女学生・若手女性医師にとって大学で勤務する女性医師は「一番目にする近未来」ということになります。私が働きながら子育てしているのをみて、「楽しくやりがい

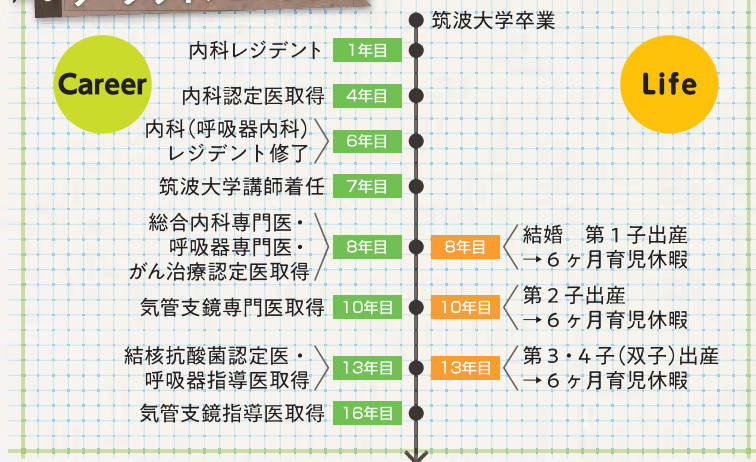
をもって働きつつ子育てできる」と思って自身の目指す道を決めてほしいと思っています。

私が大学に戻ったのは、総合臨床教育センターが大学でチーフレジデント(6年目)をやっていたころの私を評価してくれて「大学に戻ってきて教育センターの仕事をやらないか」と声をかけてくれたからです。私は大学にはもう戻らないつもりで7年目に市中病院で働き始めていたので、寝耳に水のお話でした。呼吸器内科の教授からもぜひやってみたらどうか、と言われ、新しいことへの不安はありましたがやってみることにしました。やってみると医学教育という分野は私にとって新鮮でやりがいを感じる分野でした。後進をいかに育てるかということ、教えるとはどういうことかということ、など臨床とはまた違う観点ですが、今後医師として生涯働いていく上で必要なことだと感じています。思わぬところから開けた道でしたが、自分にとってとてもよかった道でした。自分にとっていい道がどこから開けるかわかりませんので、若い医師の皆様も何かチャンスを得たらぜひトライしてほしいと思います。

働きながら子育てをしていて一番困るのは病児の時の対応です。私は今子供が病気の時は大学の病児保育を利用しています。1人目がしょっちゅう熱をだしていた3歳位までの頃は大学にはまだ病児保育がなく、自分の親(東京)や夫の親(横浜)にお願いして来てもらったり職場で代理をお願いしたりしていました。しかし、多くの場合急に熱を出すのでたとえ親が朝一番で来てくれても午前中の外来には間に合いませんでした。今は朝6時にメールで「すいません、8時半~17時半をお願いします。発熱です。」と連絡すると、専任の事務の方がベビーシッターさんを手配して大学の病児保育室*で待ってしてくれるので、外来開始に間に合うようになり大変助かっています。とてもいい制度なので他の病院にも広がっていくといいなと期待しています。

ワーク・ライフ・バランスは人によって異なり、育児も仕事も状況が変わっていきます。私は「無理しすぎないでとにかく続ける」「周囲と自分を比較しすぎない」をモットーに「自分にとってのベスト」を考えながら働いていきたいと思っています。

ワークライフヒストリー



ある日のスケジュール

- 5:30 ● 起床 保育園, 小学校の準備 朝食の支度
- 6:00 ● 家族を順番に起こして朝食
- 7:30 ● 小学生2人を送り出してから
保育園経由で出勤
- 9:00 ● 外来
- 13:45 ● 医学群学生授業
- 16:00 ● 総合臨床教育センターミーティング
- 17:30 ● 抄読会
- 18:00 ● 退勤→保育園・児童クラブ→帰宅
- 19:00 ● 夕食・入浴・洗濯
- 21:00 ● 順番に寝かしつけ→
明日の準備・授業の資料作り等