

卒後
10年目

医師

つくばセントラル病院／産婦人科(2024年10月現在)

いろいろ不安はあったけれど、子供が0歳の時に産婦人科の世界に飛び込みました。たくさんの人に支えられてここまでできました。自分にできる形で、これからも医師を続けていけたらと思います。

秋田大学を卒業し、千葉県で初期研修を行った後、筑波大の産婦人科に入局しました。大学卒業と同時に結婚し、初期研修2年目で第一子を出産。その後、後期研修中に第二子を出産しました。望んで進んだ道ですが、医師として特に変化が多く修行が必要な時期と、妊娠・出産、子供に手がかかる時期が重なりました。

第一子出産後は、初期研修を2年間で終えるため3か月で仕事復帰しました。当時は千葉に住んでいましたが、夫の勤務地は茨城でした。夫は医師として2学年上で、整形外科に進んでまさにがむしゃらにやっており非常に多忙でした。「0歳」「保育園」「初めての冬」という3重苦(?)を乗り切れたのは、近くに住んでいた親の強力なサポートがあったからでした。子供の風邪をもらい私も頻繁にダウンしていたのは苦い思い出です。ただこのタイミングで自分自身が出産を経験したことは、産婦人科を選ぶ最終的な決断にも大きく影響したと感じています。

夫が一足先に筑波大でお世話になっており、入局先はあまり迷うことなく筑波大に決めました。私にとっては縁もゆかりもない場所で不安もありましたが、産婦人科は外から来た人にとっても優しい風土があり、安心して後期研修を開始することができました。とはいえやはり、つくばに来て1年目は特に大変でした。私は産婦人科1年生で、仕事に全力投球でした。当直やオンコール、それ以外にも時間外のお産や手術。まだまだ要領が悪く病棟の仕事一つ一つにもとても時間がかかり、毎日のように残業でした。夫の負担は急増し、保育園にかなり長時間お世話になり、遠方になった私の親にも頼りながらの生活でした。大学病院の病児保育などもよく利用させていただきました。私が目一杯仕事に振り切ったことで家族には負担をかけてしまいましたが、この時期の濃厚な経験は今でも自分を支えてくれていると感じます。

第二子を出産する頃になると、私もだいぶ仕事でできることが増えてきていました。まだまだ専門医取得前の後期研修医でしたが、右も左もわからない頃とは気持ちの面で大きく違いました。9か月の育休を頂いて仕事復帰し、ある程度スムーズに診療に戻ることができましたし、家庭とのバラ



ンスもとりにやすくなっていました。

専門医試験受験の年に現在の職場に異動となり、今に至ります。振り返ると、医局人事の面でも多大なご配慮を頂いてきました。おかげで、夫と「同じ家から通える職場」でずっとやってこられました。だからこそ続けられた、と言っても過言ではありません。

最近では、当直やオンコールなど仕事優先の日、子供優先の日、を夫婦で曜日ごとに大まかに分担して過ごしています。発熱などの急な呼び出しは、「今何をしているか」を夫と相談し、動きやすい方が動くようにしています。時には急な早退などもあり、自分の職場にも、夫の職場にもいつも本当に感謝しています。科の性質上、時間外の緊急手術もお互いに避けられません。それはもう「そういうもの」と割り切り、臨機応変に対処法を考えます。どうしても2人とも無理なら、保育園(学童)の夜間預かりなども利用します。園長先生お手製の夕飯を食べさせてくれる素敵な保育園にいつも助けられています。急な延長保育は子供たちにも負担をかけてしまっていると思いますが、最近では緊急帝王切開や大変なお産を終えて帰宅すると、「頑張った?赤ちゃん元気だった?」と言われたりします。母の仕事を理解するようになってきたのかな、と少しうれしくなります。

夫には、「自分は産婦人科医と結婚したのではなく、結婚した人が産婦人科医になった。」と言われます。その通りなのですが、私が科を決める時も、本格的に忙しくなってからも文句を言わず(少しは言っていたかな…)、状況に合わせて対応してくれていることに感謝です。状況は人それぞれだと思うので、「こうすれば両立できる」みたいなものはわかりません。ただ、自分の置かれた状況でできることを続けていく、のが大切なのかなと思います。私は、周りへの感謝を忘れず、自分と家族の心と体を守る範囲でこれからも仕事を続けていきたいと思っています。

ある日のスケジュール

- 6:00 起床
- 7:00 朝食、着替えなど
- 7:40 小学生を見送る
夫と次男は保育園へ
- 9:00-18:00 外来／手術／分娩など
- 18:30 保育園・学童お迎え
- 19:00 夕食、宿題をみる、お風呂
- 20:30 子供たちを寝かせる
- 21:00 洗濯、皿洗いなど
- 0:00 就寝

ワークライフヒストリー

