キラキラ輝く女性医師

第5回

いきいき活躍し続けるための
キャリアマネジメント＆ライフサポート

長崎大学病院放射線部准教授
ながさき女性医師の会会長
伊東昌子

女性医師が仕事を続けられる支援を

専門を選ぶために

私は長崎大学を卒業しましたが、まだ現在のような研修制度はありませんでしたので、そのまますぐ大学の放射線科に入局しました。当時、放射線科の女性医師は少なかったですけれども、すでにアメリカの方では結構女性が活躍できる領域だというのを聞いていて、毎日のように手術場に何時間も入るものではないので体力的にも大丈夫と思いました。また、個人プレーでもできる業務が多いので仕事や子育ての時間配分がしやすく、学問的にもやりがいのある診療科だなと思い選びました。ただ、CTが普及し始めたばかりのころで、まだ放射線科の認知度が低かったこともあり、被曝をするのではないかと親には反対されました。でも、私は放射線医学の道に進んだことを全然後悔していません。よかったと思っています。

最近は外科にも女性の方がたくさん進まれていますので、自分が好きな道を選ぶのが一番いいと思います。やりたいことを選んでそこへ進む方が長続きしますし、実力も発揮できると思います。

出産・育児の支援を

1984年に息子を出産しましたが、その当時は、仕事をずっと続けていましたね。産休や育休という言葉もない時代で、出産の２～３日前まで働いていました。その後、娘が生まれたときは、産休は取れましたが、１カ月で職場復帰して育休はありませんでしたね。

育児と仕事の両立については、親のすぐ近くに住んでいたので助けてもらい、本当に楽をさせてもらいました。ただ、子育て中、夜8時、9時に家に帰ってそれからご飯を作るような生活をしていた時期があり、もう少し子どもとかかわれればよかったなという後悔はありますね。

現在は、個人的に親に頼らなくても、育児支援や休暇、介護休暇など昔と違っていろいろな支援システムができています。ただ、気軽にその制度を利用できる雰囲気や環境ができあがっているのかというと、まだ十分とはいえないですね。だから、これからの人たちが本当に働きやすい環境を作ろうと、いろいろ取り組んでいるところです。

骨研究との出会い

放射線科医としてきちんと一人前になりたいという思いがあったので、２人目の子どもを出産した後で、放射線科の専門医資格を取りました。さらにその後、学位も取ろうと思い、研究テーマとして骨粗鬆症があがり、それが私にとって非常にいい出会いになりました。

当時は、CTを使って骨密度を測るという研究が行われていたのですが、あまりきれいなデータが出ず、その後に登場したDXAを利用した研究に移行してい

■ 撮影／大槻健司

伊東昌子先生からの実践アドバイス

①研究テーマなどを見つけ、好きなことに取り組みましょう

②出産や結婚などで一時休業する前に、また戻りたいと思えるキラキラしたいい経験をしましょう

③休業中も医学情報を少しでも収集して、医療とのかかわりをもち続けましょう

④結婚するならば、理解のある夫を選びましょう

く時期でした。それなのに、私は放射線科医でしたので、やはり画像を見てCTを使って研究をしたいなと思ったんです。多くの先生が捨ててしまったCTの研究を私は再び始め、しっかりといいデータを出すことができ、国際学会でも発表する機会をいただいて、骨の世界に入っていくことになりました。

❶研究テーマを見つける

この骨の研究があったから、私はずっと仕事を続けることができたのかなと思っています。放射線診断学の仕事もしていましたが、それにプラスして骨研究があったからこそ、働き続けるモチベーションを維持できたと思っています。

❷キラキラした成功体験を

臨床研修が終わったころに、結婚や出産を経験する方が多いと思いますが、一時的に休業する前に、医師人生の中でキラキラした成功体験があれば、辞めてしまう気持ちを引きとどめて、育児をしながらでもまた職場へ戻りたいという気持ちをもてると思うんです。できたら、少し早い時期にいい経験をしていただければと思っています。それは、私にとっては骨研究でしたが、患者さんにすごく喜んでもらえて社会に貢献できた、小さな学会でもきちんとまとめて研究発表をして医学に貢献できたなど、どんなことでもいいと思うんです。指導する立場の先生も、そういうことを意識して若い方を育てるとよりよいのではないでしょうか。

❸休業中もつながりを

休んでいる間も、少しだけでもいいので最新の医学情報を収集したりして、医学・医療とのかかわりをもち続けることが大事ですね。職場復帰して、カンファレンスに出たところで、突然全く聞いたことのない単語を聞くと怖いですよね。子育てで、例えば3年も勤務せずに期間が空いてしまうと、どうしても病院へ戻りづらいと思います。私も夫の留学で一緒に渡米していた1年間の後、日本に戻ってからは結構きつかったです。その1年間はどっぷり息子と過ごして、医学雑誌を読むこともなく、これ以上、医学とかかわらずにいたら浦島太郎になったかなと思いました。

だから、子育て中は、誰かがずっと声をかけてあげてメールでも出して、今度こんな研究会があるよ、こんな新しい薬が出たよという情報を提供するなど、ケアしてあげるといいのかなと思います。

❹結婚は理解ある男性と

女性が活躍し続けるためのポイントのもう1つ、それはプライベートではよく女性の皆さんにお話しするのですが、やはり理解のある夫をもつことですね。私の夫は病理を専門にする医師ですが、私が本当にもう仕事を続けられないかもという危機に、夫がかけてくれた「骨の研究があるから伊東昌子らしさがあるんだ。あなたが仕事を辞めたら何も残らない」という言葉のおかげで辞めずに続けられました。もう辞めたいと思ったときに、夫に励ましてもらったのはすごくうれしかったですね。

男性医師にとって、女性医師は職場のパートナーですから、その人たちが働きやすい環境でいることは、自分たちにもメリットが返ってくるので、共立していけますよね。このあたりは、最近の学生

「ながさき女性医師の会」の活動

ながさき女性医師の会は、1999年に長崎県女性医師の会という名称で発足しましたが、設立当初は、女性医師同士で話し合える場をもとうという趣旨だったと伺っています。少しずつ活動内容も増え、例えば、院内保育園をつくる要望を出すなど、女性医師を支援する活動が主になってきました。今、さらに系統立てて支援を進めようと、相談窓口設置やメンター制導入なども話し合っています。

また、毎年必ず、女性医師の就労支援やワークライフバランスなどをテーマに講演会を開催しています。世界で活躍する女性医師にもお越しいただいて、ご自身の経験をお話しいただいたりしています。2010年には、女性医師の奥さんをもつ男性医師に講演していただき、家庭円満の秘訣をお話しいただきました。女性だけが一生懸命語っても、仲間内での慰め合いのようになってしまうかもしれないので、男性の立場から女性支援を語っていただき、一緒になって取り組むことも大事だと思っています。ちなみに、2011年は「イクメン」をテーマに予定しています。

それから、学生との懇話会を行っています。基本は女子学生対象ですが、男子学生も歓迎しています。若い人たちがきちんと自分のキャリアを追い求められるようにとの願いをもって、市内や県内にいる会員の女性医師が集まり、実際に学生と会って将来に対する不安などを聞いたりしています。女子学生からよくある悩みの一番は、やはり育児をしながら仕事を続けられますかという質問が多いですね。ただ大丈夫と言うのではなく、私たち先輩の実際の歩みをお見せするのを心がけています。

【講演会開催情報】

- 「育児するドクターのワークライフバランス」
  川島篤志先生（市立福知山市民病院総合内科医長）
  2011年11月25日（金）18：30　長崎大学医学部良順会館
- 「からだのエイジング　加齢による体型変化」
  阿南愛子先生（ワコール研究所）
  2012年1月14日（土）　長崎大学医学部良順会館

詳細はながさき女性医師の会ホームページ
http://nagasaki-joi.net/

さんたちはよくわかっていると感じます。年々、女子学生が増えていますから、自分の伴侶が女性医師という人も増えるわけですからね。

長崎大学男女共同参画推進センターでの支援活動

長崎大学全体の組織としても、男女共同参画推進センターが2009年に設立されました。このセンターには3つの部門がありまして、女性に限らず男性も含めた支援の広報や啓発活動を行う「人間環境支援部門」、女性研究者を増やすための取り組みを行う「女性研究者拡大支援部門」、それから私が協力者としてかかわっている「両立支援部門」があります。私の部門では、教職員や学生の子育て支援、子育てなどによって研究が中断しないような補助業務の支援などを行っています。この3部門がお互いに協力したり、それぞれにワーキンググループを作って活動しています。

ワークライフバランスセンターの設立をめざして

今、新たに、若い医師や学生、あるいは辞めてしまった医師を職場につなぐ支援をするワークライフバランスセンターを作ろうと取り組んでいます。構想段階ですが、長崎県や長崎県医師会、長崎大学病院にも協力してもらい、復職支援や育児支援をめざしています。基本は女性医師になりますけれど、いずれは広く看護師やコメディカル、そして男性医師も含め、病院の中で働く人全員を対象にしていきたいと思っています。これだけ女性医師が増えている中で医師が足りないという現状ですから、辞めざるを得なかった女性医師にまず復帰してもらいたい。そして、辞めずに続けていける環境を作りたいという思いを強くもっています。単純に育児をしやすいための支援ではなく、仕事を続けるための育児支援をということですね。

私の医師生活の中で、まず放射線診断学に取り組み、次に骨研究、そして最後のまとめとして女性医師支援が第3のテーマになりました。これまでお世話になってきた長崎大学と多くの先生方に、最後に恩返しをしたいと思っています。

Profile　伊東　昌子（いとう　まさこ）
1980年 長崎大学医学部卒業／2004年 長崎大学病院放射線部助教授／2009年 同准教授