［令和５年度］

2023年度

長崎大学病院
メディカル・ワークライフバランスセンター

あじさいプロジェクト
活動報告書

vol.12

目　　次

はじめに …… 2

1.プロジェクトの概要と目的

①あじさいプロジェクトとメディカル･ワークライフバランスセンターについて …… 3～4
②あじさいプロジェクト運営組織図と連携機関 …… 4
③あじさいプロジェクトWebサイトからの発信 …… 5
④病院イントラネットからの発信 …… 5
⑤あじさいプロジェクト通信（メールマガジン）からの発信 …… 5

2.両立支援活動

❶両立サポート

1）長崎医師保育サポートシステム（県内医師） …… 6～8
2）当直中の育児支援（大学医師） …… 9
3）マタニティウェア（白衣･スクラブ･パンツ）の貸出（県内医師と大学職員） …… 10～11
4）イブニングシッターサービス（大学職員） …… 12
5）学会託児仲介サービス（長崎市内の開催） …… 12
6）あじさいプロジェクト刊行物/報告書 …… 12
7）長崎大学病院 あじさい保育園（大学職員･学生など） …… 13
8）長崎大学 文教おもやい保育園（大学職員･学生など） …… 13
9）長崎大学病院 病児保育施設 にじいろ（病院と坂本キャンパスの職員･学生） …… 14
10）私たちのワークライフバランス実践術 ～男性の育児休業取得編-NO.7～ …… 15
～女性養成医編「Working on the Islands」～ …… 16

❷キャリアサポート

1）キャリアパスを考える（県内医師） …… 17
2）復職&リフレッシュトレーニング（全2回）（県内医師） …… 18
3）学生キャリア講習会（医学部3年生） …… 19～21
4）養成医のワークとライフをきいてみよう!～ロールモデル探し～（離島･へき地での医療を担う医師や学生） …… 22～23
5）教授になろう …… 24
6）輝く卒業生インタビュー …… 25～26

❸ワークライフバランス相談室

1）相談窓口（県内医師、大学職員、医学部学生、地域病院など） …… 27
2）仕事と介護の両立サポート 教職員相談会（大学職員） …… 28
3）地域就労支援病院〔検索システム〕（県内医師、地域病院） …… 29
4）ワークライフバランス推進員（県内医師） …… 30～31
5）医局長訪問（県内医師） …… 32～33

3.調査･研究

①2023年度医師の両立支援状況調査 …… 34～35
②2023年度医学生におけるワークライフバランス、キャリア意識に関するアンケート …… 36

4.広報活動

①メディア掲載 …… 37

5.委員会活動

①センター運営委員会 …… 38
②企画会議 …… 38
③長崎県女性医師等就労支援協議会 …… 38

6.その他

①見学来訪 …… 39
②関連機関所属一覧 …… 39
③メディカル･ワークライフバランスセンターへのアクセス …… 39

はじめに

長崎大学病院 メディカル･ワークライフバランスセンター
センター長　**南　貴子**

今年で 12 年目を迎えたメディカル・ワークライフバランスセンターは、情報セキュリティ等の観点からウェブサイトのリニューアルと、同時にロゴマークも刷新いたしました。新しい体裁で、13 年目の活動に突入いたします。2024 年度からは「医師の働き方改革」が始まり、大きな転換点を迎えます。働き方が変わることにより、新しい生活様式が生まれ、医師の仕事と生活の質が高まることを期待しております。

メディカル・ワークライフバランスセンターでは引き続き、仕事と生活の両立に関する調査を県内病院や大学医局を対象に実施し、環境整備の推進を図ってまいります。子育て支援については、各種事業を継続して行ってまいります。昨今の長崎大学医学部および長崎大学病院には女性教授が続々輩出されており、その流れが続きますように女性医師活躍を応援いたします。そのためにも「長崎県女性医師等就労支援相談窓口」業務に力を入れ、より多くの医師の皆様にご相談をお寄せいただけるよう「ワークライフバランス相談室」として業務を周知し、今求められている支援や改善点を情報収集し、センターの活動の参考にしてまいります。

次年度も、皆様のご理解とご支援をいただき、働きやすい長崎県を目指して「あじさいプロジェクト」活動を行っていく所存でございます。どうぞよろしくご指導、ご鞭撻のほどお願い申し上げます。

長崎県 福祉保健部 医療人材対策室 医師確保推進班
参　事　**市瀬　良一**

長崎県は、全国と比較すると医師が多い状況にありますが、本土に集中し、都市部と・離島・へき地との地域偏在が課題となっており、必要な医療提供体制の確保に努めているところです。

このような中、メディカル・ワークライフバランスセンターでは、きめ細やかな相談対応や復職サポートなど、関係医療機関と連携して精力的な取組を進められておられますが、どのような地域においても、安心して働ける環境が整備されることは、優秀な人材が集まり、医師がやりがいを持って医療にあたることにつながります。「あじさいプロジェクト」を通して医師の勤務環境が改善され、県民の方々が安心して医療を受けられる長崎県を目指して頑張りたいと思います。

1．プロジェクトの概要と目的

1 あじさいプロジェクトとメディカル･ワークライフバランスセンターについて

2012年4月に長崎大学病院は、長崎県からの委託事業を行うメディカル･ワークライフバランスセンターを長崎大学病院内に開設しました。

センターが推進する「あじさいプロジェクト」は、長崎県の医師を対象に、仕事と生活の両立を実現するための支援とその環境整備を推進するプロジェクトで、センターが中心となり関係機関と連携してプロジェクトを遂行しています。

また、「メディカル･ワークライフバランスセンター」は、長崎大学病院の医療人を対象に、職場復帰･就労維持支援･仕事と生活の両立の可能な職場環境の整備、および次世代の医療を担う医療人の育成支援にも努めています。

あじさいプロジェクトWebサイトをリニューアル中です！ NEW

旧URL　http://nagasaki-ajisai.jp
新URL　https://nagasaki-ajisai.jp

ロゴも新しくなりました！ NEW

あじさいプロジェクト
NAGASAKI AJISAI PROJECT

【ロゴコンセプト】

病院のマーク【＋】を紫陽花の花弁に見立て、長崎県の病院が集合して、長崎県内病院が一体となり、1つの紫陽花の花が咲く様子を表現。茎と葉はその集合体を支えるプロジェクト（メディカル･ワークライフバランスセンターや連携組織）を表しています。

あじさいプロジェクトの主な活動

両立サポート　出産・育児・介護との両立

- 長崎医師保育サポートシステム
- マタニティウェア（白衣･スクラブ･パンツ）の貸出
- イブニングシッターサービス
- 学会託児仲介サービス
- あじさいプロジェクト刊行物／報告書
- 長崎大学の保育施設
- 長崎大学における出産･育児･介護支援制度一覧
- 私たちのワークライフバランス実践術
- 長崎県の病児･病後児保育施設一覧と利用者の声
- 子育て･介護に役立つ情報

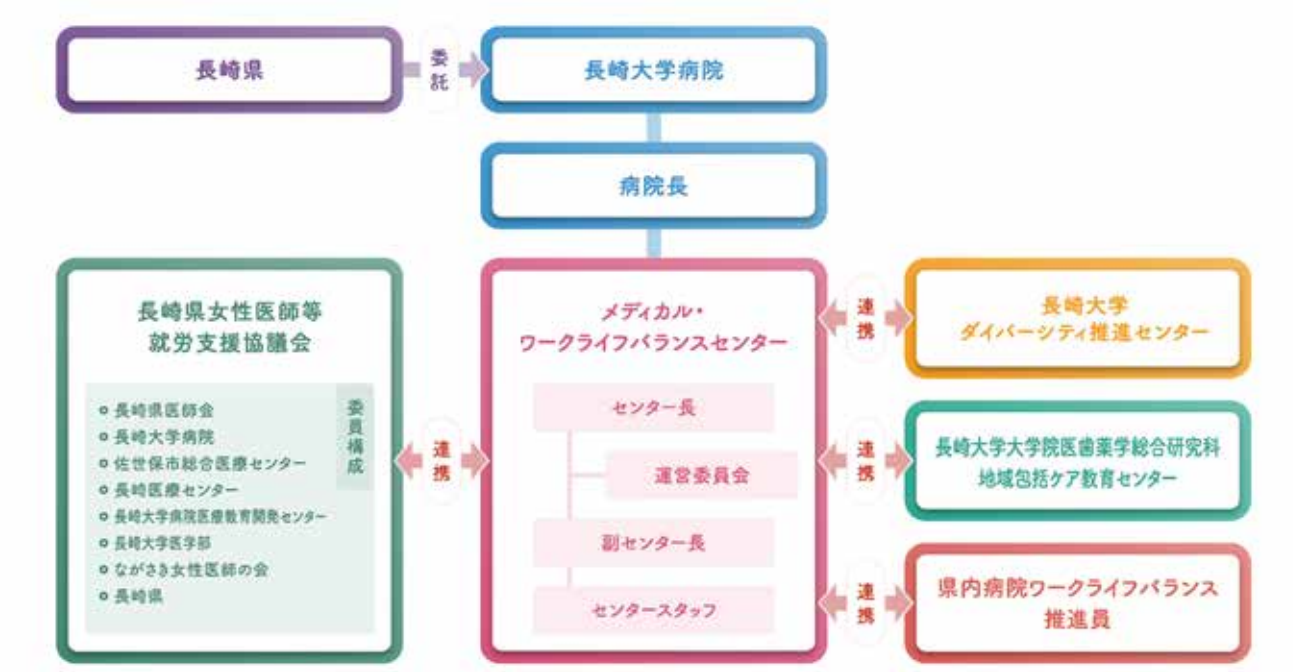
キャリアサポート　自分らしい、キャリアの継続

- キャリアパスを考える
- 学生キャリア講習会
- ロールモデル探し
- 教授になろう
- 輝く卒業生インタビュー
- 講演会やセミナー

ワークライフバランス相談室　お悩み事、知りたい事、お気軽にご相談ください

- 相談予約･お問い合わせ
- 地域就労支援病院（検索システム）
- 病院インタビュー
- ワークライフバランス推進員がいます！

2 あじさいプロジェクト運営組織図と連携機関

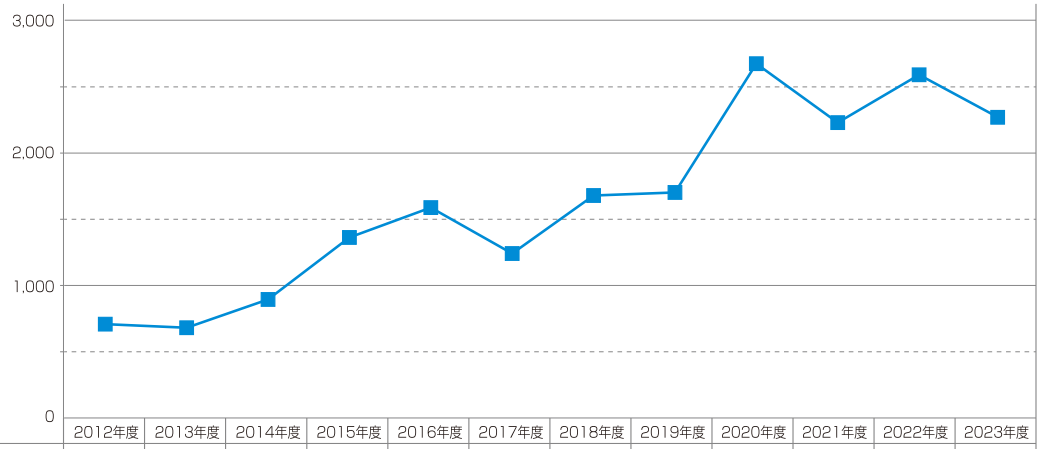


3 あじさいプロジェクトWebサイトからの発信

2024年3月に「あじさいプロジェクトWebサイト」をリニューアルしました。
「両立サポート」「キャリアサポート」「ワークライフバランス相談室」を主軸に、イベント情報やコラム記事などを発信し、仕事と生活の両立が可能な環境整備の充実を働きかけています。
長崎県内で働く医師や、長崎大学病院に勤務する医療人が、「働きやすさ」と「働きがい」を感じて医療に取り組めるように、ワークライフバランス施策に基づいた情報を発信しています。
ブックマークやお気に入り登録をよろしくお願いします!

Webサイト

あじさいプロジェクトWebサイト 年度毎 月平均アクセス数（2024年2月1日現在）



	2012年度	2013年度	2014年度	2015年度	2016年度	2017年度	2018年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度
年度毎 月平均アクセス数	707	680	893	1,360	1,585	1,239	1,676	1,699	2,669	2,225	2,580	2,244

4 病院イントラネットからの発信

長崎大学病院のイントラネットに、Webサイトを公開しています。

5 あじさいプロジェクト通信（メールマガジン）からの発信

読者約1,100名へ、月1回メールマガジンを発信しています。イベント開催のお知らせや活動報告、ワークライフバランス実現への施策などを紹介しています。

メールマガジン

※Facebookからの発信は、終了しました。

2.両立支援活動

1 両立サポート

子育てや介護などのライフイベントを迎えても、安心して働けるようサポートしています。

1）長崎医師保育サポートシステム（県内医師）

長崎県の受託事業「あじさいプロジェクト」の一環として、長崎大学病院メディカル･ワークライフバランスセンターが主な運営を行い、長崎県医師会は協働推進団体として連携して活動を行っています。

県内の子育て中の医師が仕事と育児を両立できるように、育児支援を必要とする医師と保育サポーター（子育ての援助ができる方）を、コーディネーターがマッチングすることで、医師の仕事と子育ての両立や就労継続を支援することが目的です。

対　象：長崎、県央、佐世保･県北、県南、上五島、壱岐医療圏に居住･働く医師（勤務医･開業医･研修医など）。
※保育サポーターの登録数が少ない地域もありますので、利用を希望する際はセンターへご相談ください。

＜診療科別の医師数＞

2024年2月2日現在

診療科	登録医師とパートナーの医師数（名）	長崎大学病院勤務	長崎大学病院以外に勤務
整形外科	10	2	8
消化器内科	9	5	4
麻酔科	7	5	2
泌尿器科	6	4	2
循環器内科	6	1	5
産科婦人科	6	1	5
小児科	6	1	5
形成外科	6	1	5
呼吸器内科	5	3	2
腎臓内科	4	3	1
腫瘍外科	4	1	3
移植･消化器外科	3	3	0
脳神経内科	3	1	2
耳鼻咽喉科	3	1	2
内分泌･代謝内科	3	1	2
眼科	3	0	3
皮膚科･アレルギー科	3	0	3
放射線科	3	0	3
精神科神経科	2	2	0
救急科	2	2	0
医療教育開発センター	2	1	1
内科	2	0	2
血液内科	1	1	0
脳神経外科	1	0	1
緩和ケア内科	1	0	1
総　計	101	39	62

＜活動実績＞

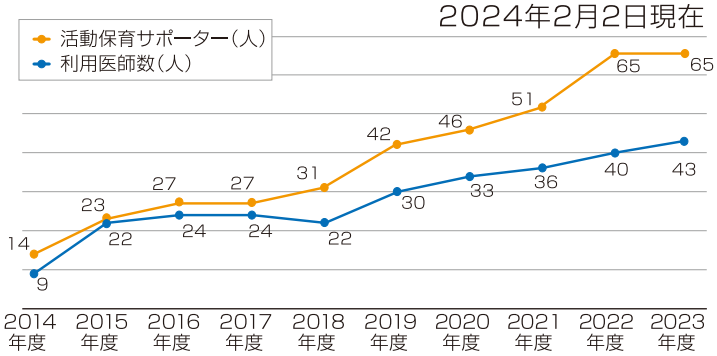
2024年2月2日現在

	医師	保育サポーター
2023年度新規登録数	18	24
登録総数	71	255
うち2023年度利用･活動実数	43	65
資料請求数	20	31

（名）

＜利用医師･活動サポーター推移＞

2024年2月2日現在



＜主な活動内容＞

◎活動回数の月平均は254回で、毎年増加しています。

◎習い事の送迎など、定期での利用も増えています。

- 医師宅やサポーター宅での保育
- 保護者在宅中の乳児見守りや保育、沐浴の補助
- 送迎のみ（保育園･幼稚園･習い事･学童等）
- 保育園･幼稚園･学童へお迎え＋その後の保育
- 病児保育（医師宅での病児保育等）
- その他（外遊び、外出先や行政施設での保育等）など
  ＋保育と合わせて家事支援（掃除、洗濯、
  食事作り等）を行う場合もあります。

利用医師の声

- ベビーシッターなどは利用したことがなく、はじめは不安でしたが、こちらの希望に的確に応えてくださり、本当に助かっています。子どもとゆっくり過ごす時間を確保でき、家族全員の幸福度が上がりました。子どもにとっても親以外の大人との関わりができ、得るものが多いと感じます。引き続き成長を見守っていただきたいです。(女性医師／月1～2回定期利用)
- 平日に下の子の食事介助と、2人分の保育園の準備、洗濯物をたたむ、などをお願いしています。妻が仕事を終え、子ども達を保育園に迎えに行き、帰宅と同時にサポート開始です。私の帰宅時間が不規則なため、妻のワンオペ育児が軽減されています。今では「長崎医師保育サポートシステム」が生活の一部で、非常に助かっています。(男性医師／週4回定期利用)

活動保育サポーターの声

- 以前大学病院の先生方に大変お世話になり、今度は私がお役に立てればと保育サポーターに登録しました。週に1～2日、1回1～2時間の家事支援や見守りをしています。日々成長するお子さんの姿がとても楽しみで、やりがいを感じます。
- 医師宅で生後5か月から11か月頃までお子さんのお世話をしました。寝返りやお座り、ハイハイができるようになっていく様子がいつも楽しみでした。小さなお口をめいっぱい開けて食べるお顔がとても可愛いらしく、こちらまで笑顔になります。これからも応援団の1人としてお役に立てれば嬉しいです。

＜医師が支払うシステム登録料＞

	年度（税込）／1家庭
4月～9月に新規登録、または更新登録	3,000円
10月～3月に新規登録	2,000円

システムへ新規登録または更新登録する医師は、システム登録料を長崎大学に納付してください。
※登録料は、システムの運営費の一部として使用します。

＜保育サポーターに利用医師が支払う報酬（標準単価）＞ ※双方の話し合いで決めます。

		1時間単価（税込）／1人
一般保育 月～金	9:00～18:00	1,000円
	上記以外	1,200円
一般保育　土日祝		1,200円
病児･病後児保育		一般保育単価＋500円

	1回当たり単価（税込）／1人
お泊り（土日祝も同額。時間帯は双方の合意による。）	10,000円
飲食（保育サポーターが用意した場合。）	500円

※2人目からは半額（病児･病後児保育の場合は原則として半額としない）
※保育サポーターの移動時間は報酬の対象としない（交通費は利用医師が負担）
※活動時間は、原則1時間未満は1時間、1時間以上は30分刻みで計算する
※当日のキャンセルは予定報酬の半額を利用医師が負担

DVD視聴による保育サポーター説明&研修

保育サポーターとして活動するためには、1回以上の保育サポーター研修会の受講が必要です。
2020年度より研修用DVDの貸し出しも行っており自宅での視聴も可能です。

開催月：2023年6月、8月、11月　※受講者の希望に合わせて対応します
場　所：長崎大学病院 メディカル･ワークライフバランスセンター
　　または 自宅受講
受講者：31名（新規登録数20名　登録率65%）

<DVD視聴内容>

・システムの概要説明
　南 貴子　長崎大学病院 メディカル･ワークライフバランスセンター センター長
・研修①「子どもの心理的サポート」
　吉田 ゆり 先生　長崎大学 ダイバーシティ推進センター 前センター長
　　長崎大学教育学部　教授
・研修②「こどもの応急処置～病院へ連れていく前に～」
　長谷 敦子 先生　長崎大学病院 医療教育開発センター
　　長崎外来医療教育室　室長･教授

保育サポータースキルアップ研修会

もしもの事故に備えて、サポート中に役立つ知識の習得･スキルアップのため、座学と人形を用いた実践形式で学びました。

テーマ：「乳幼児の一次救命」
日　時：2023年9月4日(月)14:00～16:15
場　所：長崎県医師会館　救護室
講　師：樺山 智子 氏　日本赤十字社長崎県支部
参加者：10名

保育サポートシステム通信2023年度号　発行

広報活動の一環として、また医師と保育サポーターのみなさまへの情報発信として作成しました。

保育サポートシステム

2）当直中の育児支援（大学医師）

長崎大学医師会から2020～2024年度までの予定で寄附をいただき、保育サポーターへ支払う報酬を補助することで、長崎大学病院に勤務するキャリア形成期の子育て医師の経済的負担感を軽減します。また、「長崎医師保育サポートシステム」を活用することで、子育ての共有を推進し、医師が子育てをしながらも当直業務を遂行できる体制を整えます。

2023年度は利用促進のため、10月以降「長崎医師保育サポートシステム」に新規登録いただき、さらに「当直中の育児支援」をご利用いただくと、保育サポートシステムの登録料2,000円が無料になるキャンペーンを行いました。

対　象：長崎大学病院に勤務する子育て中の医師

＜実績＞

支援利用:3名（共働き医師夫婦）

利用者の声

- まずは休日の日直から再開してみようと利用しました。休日の日直の場合、わりと自分の時間も確保できるので、普段は平日の診療業務の合間に少しずつしかできない大学院の研究も集中して進めることができました。大学病院に勤務し、診療･研究･子育てを両立させるのは子どもが小さいうちはなかなか困難ですが、このような支援がある事で、産後の仕事復帰やさらなる活躍につながると思います。私自身もこれを機に、日直さらに当直も少しずつ再開していきたいと思います。(女性医師)
- 以前より保育サポーターの方には子ども達をすごく可愛がっていただき、大変助かっていました。今回、当直と重なった日に利用し、費用面でも大変助かりました。「当直中の育児支援」の利用で更に「長崎医師保育サポートシステム」を利用する回数も増やしやすくなりますし、今後も当直の際は利用したいと考えています。（男性医師）
- 「当直中の育児支援」サービスを利用する前は、私の当直時の妻の負担が大きかったのですが、利用するようになってからは時間的にも心理的にも負担が減って、子ども達と向き合う時間が増えました。（男性医師）

３）マタニティウェア（白衣･スクラブ･パンツ）の貸出（県内医師と大学職員）

妊娠中も快適に働けるように、マタニティウェア（白衣･スクラブ･パンツ）を無料で貸し出ししています。

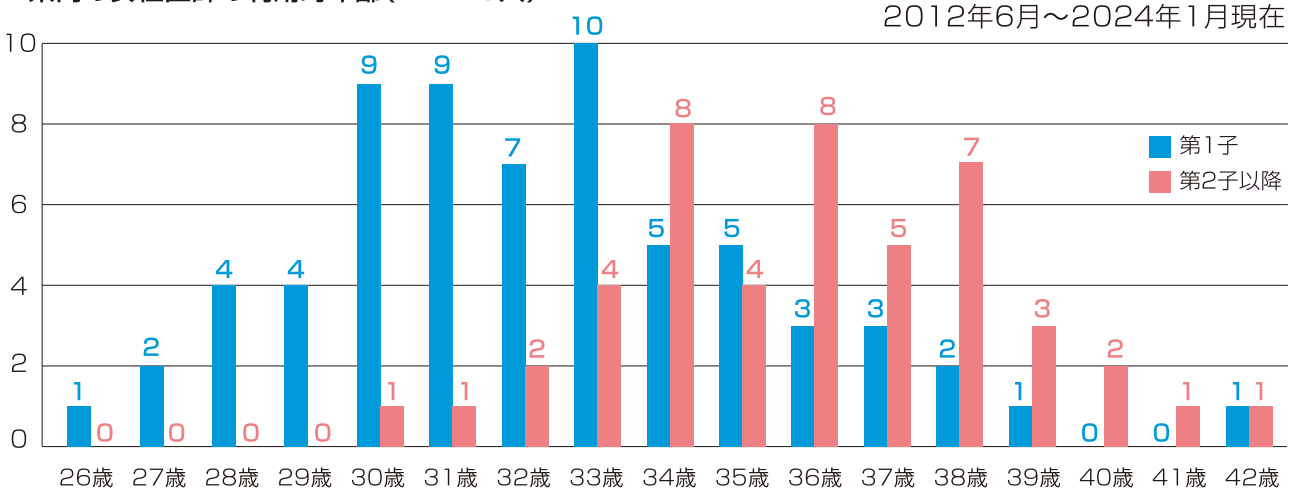
連携機関である長崎県医師会の補助により、人気色のスクラブ（ネイビー）Ｍサイズを新しく６着購入しました。NEW

対　象：長崎県内の医師および長崎大学病院の教職員など

女性医師のマタニティウェア貸出（妊娠）時の年齢層を調べました。第１子の妊娠平均年齢は32.4歳でした。NEW

＜県内の女性医師の利用時年齢（n=113人）＞

2012年6月～2024年1月現在



手術部内用マタニティパンツのサイズを増やしました。NEW

「Ｌサイズもほしい」との要望が外科系医師からセンターに届き、メディカル･ワークライフバランスセンターの新しいロゴを刺繍して、手術部に納品しました。

レンタルの流れ

<長崎大学病院の教職員の場合>
①あじさいプロジェクトWebサイトの申込フォームに入力。
②センターで試着後、その場で受け取る。
③利用期間終了後、院内便でセンターへ返却する。

<県内の医療機関で働く医師の場合>
①あじさいプロジェクトWebサイトの申込フォームに入力。
②センターから宅配便で受け取る。
③利用期間終了後、クリーニングを済ませて宅配便でセンターへ返却する。
※宅配便の料金は、センターが負担します。

マタニティウェア
申込フォーム

マタニティ白衣・スクラブ・パンツの特徴

白衣：軽量性とストレッチ性に優れた素材

スクラブ A：両脇はリブ生地で優しくフィット

スクラブB：お腹もお尻も隠れる長めの丈

パンツ：お腹周りはリブ生地で、ボタンでサイズ調節可能

新しいロゴ刺繍 NEW

利用者の声

- 妊娠20週を過ぎた頃に手持ちのパンツのウエストがきつくなり、レンタルしました。マタニティパンツは妊娠後期までゆったりと快適に着用することができ、大変良かったです。スクラブ、白衣も一緒にレンタルしましたが、全て自分で揃えるとなると経済的な負担も大きいので、レンタルのサービスはとてもありがたかったです。今後また妊娠することがあれば、再度利用したいと思います。（長崎市勤務医）
- 今回マタニティウェアサービスを利用したのは、手術部で働く医師向けのマタニティウェアが常備されていない状況が背景としてあります。短期間の使用なので無料でレンタル可能で、身体的にストレスなく働くことができることは産前の大きなお腹で働く上で大変助かりました。丁寧に対応してくださり、とても感謝しております。ありがとうございました。（長崎市勤務医）
- 第1子（2021年）・第2子（2023年）妊娠時にマタニティ白衣・スクラブ・パンツをお借りしました。2回とも離島勤務中でのレンタルでしたが、貸出希望のメールから手元に届くまで非常にスムーズでした。どれも余裕のある作りで着心地がよく、白衣は程よくリラックスしながら外来業務ができましたし、スクラブ・パンツは処置・手術時にも動きやすく助かりました。多くの先輩ママが利用されてきたと思いますが、非常に綺麗でしたし、何だかパワーを受け継いだように感じました。（南松浦郡勤務医）

4）イブニングシッターサービス（大学職員）

大学病院に勤務するお子さんをお持ちの教職員が、大学病院内で夕方から行われる会等へ参加できるように、託児の手配を行います。院内で参加するWebでの会等に参加する場合にも、ご利用になれます。

<利用状況>

2024年2月1日現在

2023年度	実施数（名）
利用者数（延べ）	0
託児数（延べ）	0

<実施概要>

・実施日時：月・火・木・金曜　17:30～20:30
　　水曜　19:00～20:30
　　（土日祝・年末年始を除く）
・託児場所：長崎大学病院内
・対 象 者：長崎大学病院教職員
・対 象 児：乳児(3か月以上)～小学生まで　※1日の定員:6名
・利 用 料：無料

5）学会等託児仲介サービス（長崎市内の開催）

長崎市内で各種学会等が行われる際は、託児室の設置をご確認ください。

学会等事務局ご担当者様は、参加者が安心してお子さん同伴で会場入りし、参加や発表ができる環境をご準備ください。

メディカル・ワークライフバランスセンターでは、長崎市内の経験豊富なベビーシッター団体をご紹介します。託児に必要なシッター派遣の手配書類「託児申込書」をご提供します。お早目にご相談ください。

<仲介歴>※利用実績ではありません

2014年度	セミナー託児	2件
2017年度	学会託児	1件
	懇談会託児	1件
2018年度	学会託児	3件
2019年度	学会託児	1件
	セミナー託児	2件
2020年度	セミナー託児	1件
2021年度	臨床研究中の託児	1件
2023年度	学会託児	1件

6）あじさいプロジェクト刊行物／報告書

資料の一部は、あじさいプロジェクトWebサイト「あじさいプロジェクト刊行物／報告書」からダウンロードできますので、ご利用ください（個人利用目的以外（複写・転載など二次利用）で使用される際は、センターへご連絡ください）。

出産・育児のABC
～働くあなたのために～
（長崎大学職員限定）

両立応援HAND BOOK
～ママドクターの復職のために～
（長崎県内の女性医師限定）

長崎県に勤務する男性医師の
育児休業取得者コメント集vol.2
（長崎大学職員と長崎県内医師限定）

介護準備のABC
～働くあなたのために～
（長崎大学職員と長崎県内病院限定）

NEW

7）長崎大学病院 あじさい保育園（大学職員・学生など）

<概要> 保育日・時間：月～土曜日　7:00～18:00（20:00まで延長可）水曜日は24時間
対　象：長崎大学に勤務する職員のお子さん　0歳児（生後43日以上）から小学校就学前まで
定　員：60名
給　食：388円／1食（税込）お弁当の外注購入（食物アレルギー食・軟飯・離乳食は対応不可のため持参）。
※その他、おやつ・ミルク、また、おむつは、持参か購入。

お問い合わせ：長崎大学病院 総務課　TEL:095-819-7217

あじさい保育園　職種別利用数

部局等	内訳	人数（※）
病院	医師	11
	歯科医師	3
	看護師	2
	事務職員	1
病院以外	教員	1
	客員研究員	1
	大学院生	1
合計		20人

2023年12月31日現在

あじさい保育園　年齢層別利用児童数

クラス	収容定員	人数（※）
0歳	30人	7
1歳		8
2歳	24人	8
3歳		0
4歳	6人	0
5歳		0
合計	60人	23人

2023年12月31日現在

※1家庭で複数人の児童利用等により、人数には差異があります。

8）長崎大学 文教おもやい保育園（大学職員・学生など）

<概要> 保育日・時間：月～土曜日　7:00～18:00（月～金曜日は19:00まで延長可）
対　象：長崎大学に勤務する職員のお子さん　0歳児（生後57日以上）から小学校就学前まで
定　員：37名
※自園調理のため給食・おやつ代は基本料金に含まれます。

入園申し込みやお問い合わせは、長崎大学ダイバーシティ推進センターへお電話ください。
TEL：095-819-2889

おもやい保育園　職種別利用数

部局等	内訳	人数（※）
大学	教授	1
	准教授	4
	助教	7
	事務職員	13
	技術職員	2
	技能補佐員	1
	学生	2
病院	教員	2
	技術職員	1
合計		33人

2023年12月31日現在

おもやい保育園　年齢層別利用児童数

クラス	収容定員	人数（※）
0歳	7	5
1歳	8	8
2歳	8	7
3歳	7	6
4歳	7	5
5歳		4
合計	37人	35人

2023年12月31日現在

※両親共に大学職員の場合や1家庭で複数人の児童利用等により、人数には差異があります。

9）長崎大学病院 病児保育施設 にじいろ（病院と坂本キャンパスの職員・学生）

＜概要＞

保育日・時間：月～金曜日（お盆含む）　7:30～18:00
土・日曜・祝日、年末年始（12月29日～1月3日）を除く
※休業日：予約者がいない日の10:30以降および、
災害等で止むを得ず保育が困難である場合

対　象：（保護者）坂本地区に勤務する教職員並びに通学する学生及び大学院生
（子ども）生後3か月経過後の0歳から小学校6年生までの病児

定　員：5 名（病気の種類によってはお預かりの人数に制限があります。）

利用料：3,000円／1回（税込）

給　食：388円／1食（税込）お弁当の外注購入（食物アレルギー食・軟飯・
離乳食は対応不可のため持参）。
※その他、おやつ・ミルクは持参、おむつは持参か購入。
※優先駐車スペースあります

対象の保護者の条件と対象の子どもの年齢が拡大しました。NEW

お問い合わせ：長崎大学病院 総務課　TEL:095-819-7217

＜年齢・職種別利用内訳＞ ※職種は登録時点、年齢は4月1日現在　2023年4月～12月

部局等	職　種	0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳	合計
病院	医師	26	17	15	9	15	7	4	2	4	0	1	100
	歯科医師	5	5	0	5	0	0	0	0	0	0	0	15
	看護師	16	48	18	27	24	6	4	8	2	1	0	154
	薬剤師	0	8	0	0	2	0	0	0	0	0	0	10
	技師	5	0	5	12	4	0	0	0	0	0	0	26
	事務職員	0	4	3	2	4	2	0	0	0	0	0	15
	教員	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	学生	0	0	3	0	2	0	0	0	0	0	0	5
合計		52人	83人	44人	55人	51人	15人	8人	10人	6人	1人	1人	326人

＜稼働状況＞ ※③稼働率：稼働日（平日）に利用が、1人以上利用があった日数（①）を平日日数（②）で割ったもの　2023年4月～12月

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	合計
保育人数（延べ）	24	14	33	31	32	36	48	54	54	326
①（1人以上）利用があった日	12	11	18	17	18	16	18	18	20	148
②平日日数	20	20	22	20	22	20	21	20	20	185
③稼働率	60%	55%	82%	85%	82%	80%	86%	90%	100%	80%

利用者の声

- 兄妹二人とも「にじいろ」が大好きで「明日も、にじいろ行く？」と聞いてきます。先生方は子どもそれぞれの性格や特性をよく理解して接してくださり、そしてよく覚えていてくださるので、次の機会も安心してお任せできます。 病気の時だけですが、もうひとつの保育園のような存在です。（医師）
- 小学校1年生と1歳の子ども2人が発熱時やインフルエンザの出席停止時など1-2か月に1回程度利用しています。長崎大学病院の敷地内にあり、いざという時にも直ぐに見に行けて安心です。子どもも「楽しかった！」と話し、帰る際には、レポートでその日の手厚い保育の様子が伺えて、安心して預けられます。（医師）
- 子どもが1歳になる前にフルタイム復帰をしました。保育園にいれた途端に何度も発熱で呼出があり、仕事と育児の両立に悩んでいると、先輩から「にじいろ」を教えてもらい、利用しました。インフルエンザの隔離期間中も子どもは楽しく過ごすことができ、私はいつも通り仕事ができて、とても助かりました（医師）

１０）私たちのワークライフバランス実践術　～男性の育児休業取得編～

ワークライフバランスを実践している医師など医療人のみなさんへ、両立のコツやキャリアについてインタビューしています。※インタビュー全文は、あじさいプロジェクトWebサイトをご覧ください。

2023年度、長崎大学病院で育児休業を取得した男性職員は、**21名（実数）**です（2024年2月1日現在）。

【私たちのワークライフバランス実践術No.24】
2023年3月インタビュー

私たちのワークライフバランス実践術

長崎大学病院 薬剤部（教授）　大山 要 先生
薬局薬剤師のパートナー（育児休業中）と2人のお子さん（2歳、1か月）

『薬剤部長の立場で育休を取ってみた!
ワークライフバランスを重視する姿勢を示したい!』

Q.2022年度に新設された「産後パパ育休（出生時育児休業）」は、いつ頃からご存知でしたか。
A.2022年春、妊娠がわかった時に、妻から聞いて知りました。制度について詳しく調べるために、**本院人事企画課が行う「産休・育休前説明会」に参加**して、よく理解することができました。

Q.周囲（職場など）から反応はありましたか。
A.薬剤部の管理者ミーティングで意向を伝えたところ、最初は少し驚いて戸惑った反応でしたが、人材の定着やワークライフバランスを総合的に考えてこれからは男性が育休を取ることを奨励していきたいという私の方針を説明すると最終的には「それなら良いですね！」「これからは大切なことだと思います」と理解してもらえました。

Q.印象に残るエピソードはありますか。
A.夜中に私が起きて、授乳・おむつ交換などをすると、思った以上に妻にとても感謝されました。これは育休が終わった後もできるだけやろう、と思いました。出産後・育児中の睡眠不足は産後うつの原因ともいわれているので、妻の寝不足解消に少しは役に立てて良かったです。

Q.育休を取得して良かったと思いますか。
A.もちろん！妻も精神的に安心感が強かったと思います。出生後8週間以内に取得できたことは非常に良かったです。

Q.育休取得の経験は、今後の生活・仕事面に生かされると思いますか。
A.育休を取得する意義は大きかったと思います。薬剤部長として姿勢を示すことができましたし、**実体験を話して男性職員へ取得を促すことができます**。すでに部内で後続して男性薬剤師の育休取得予定者がいますので、これが続くように今後も雰囲気づくりをしていきます。ただ、男性の場合は、子どもが生まれる、生まれた情報を教えてくれないと、すすめることもできないので、コミュニケーションを大切に、情報が入ったら「育休取得はどうするの？ぜひ取ったら？」と話したいと思います。コロナ禍で人員減の対応も学びましたし、人に仕事がつかないように「**業務の見える化・効率化」に取り組む**ことで、育休を取得しやすい環境を整えていきます。

Q.育休取得に関心のある男性にアドバイスできることはどんなことですか?
A.長い目でみたときに、確実にこの時期の家族の団結はプラスになると思います。仕事の調整が大変なこともあると思いますが、毎日の育児の大変さを実感でき、妻からの評価も上がりますし、前向きに取得を考えてほしいと思います。

Q.今後、長崎大学病院の中で、男性の育休取得が普及し、常態化していくには、何が必要だと思いますか。
A.育休取得率や、取得できる人たちが、取得しなかった、もしくは取得できなかった理由をきちんと調べて、数値目標を出すことが良いかもしれないですね。

10）私たちのワークライフバランス実践術～女性養成医編「Working on the Islands」～

2023年4～6月に、離島に勤務経験のある女性養成医8名へインタビューを行いました。
「女性養成医編」は、長崎県女性養成医キャリアサポート事業の一環として冊子印刷し、部数限定で関係各所に配付しました。NEW
離島で仕事と生活の両立を図りながら活躍するためのヒントが満載です!
※インタビュー内容は、公開許可分のみ、今後あじさいプロジェクトWebサイトにてご紹介する予定です。

No.1『患者さんとの距離がとても近い!　一次離島とひと味違う、二次離島』
※二次離島…本土を結ぶ交通手段がないため、二次離島と本土との間を往来する場合、近隣の一次離島を経由する必要がある島。
消化器内科　北山 素 先生

No.2『3つの一次離島を経験!　総合医療が実現する最高の場所』
産婦人科　小屋松 加奈子 先生

No.3『対馬は私にとっての「ふるさと」　島の子は、赤ちゃんから顔見知り』
小児科　春日亀 千寿 先生

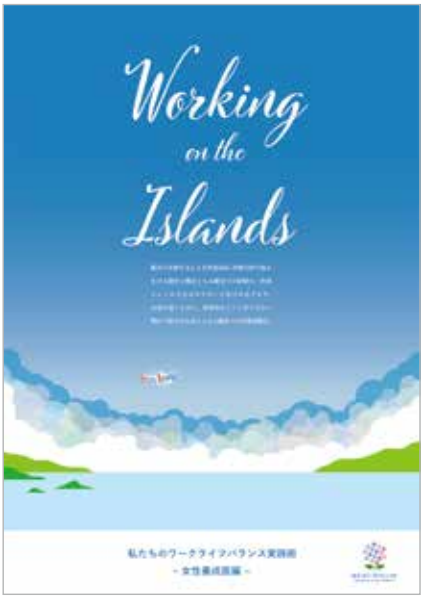
No.4『1次医療から3次医療まで、幅広く診療できる離島の医師』
小児科　瀬戸口 麗沙 先生

No.5『みんなで支え合う地域医療を経験　今スポーツドクターの夢に邁進中』
整形外科　松永 千子 先生

No.6『育児短時間勤務制度を利用　2人の子を育てながら上五島生活』
内科　若松 亜里紗 先生

No.7『上五島で身に付いた臨床能力は、一生モノの財産!』
外科　山口 彩 先生

No.8『壱岐のDr.コトーを目指して　持続可能な仕組みをつくりたい』
産婦人科　山口 純子 先生



Q.離島医療に従事して、良かったことは。

A.**(北山素先生)**地域医療の実情は、現地に行ってみないと分からない面があります。離島医療は3年間でしたが、経験値は上がりましたね。離島でしか出合わない診療対応も。例えば、内科医の私が、妊婦さんや子どもを診たり、時間外は外傷の治療もしたり。だから外傷が来ても驚かないですよ。小さい病院なので、新しい薬や機械、システムの導入などを自分で検討･交渉する必要があります。自らの判断で環境を整えないといけないというマインド、当事者意識が身につきました。

Q.逆に、どんなことが大変でしたか。

A.**(北山素先生)**大変だったのは、搬送のタイミングを早く決断しなければならないこと。近隣の一次離島である五島中央病院への搬送は、船で40分かかります。自院で対応できないと判断できても、様々な事情で受け入れてもらえない場合も。スタッフも薬剤も限りがあり、タイミングが遅れて重症になれば、さらに大変になりますから。そこは、二次離島医療独特の緊迫感かもしれません。

Q.離島で働く医師としてのやり甲斐は、どんなところですか。

A.**(山口純子先生)**上五島勤務が長かったので、病院で取り上げた子が大きく成長する姿を見たり、外科で診ていた、がんの患者さんを、科が違っても最期まで看取ることができたりして、本当に「ゆりかごから墓場まで」を体感できることですね。在宅診療もいいと思っています。
私は「コトー先生(『Dr.コトー診療所』)みたいになりたい」とずっと思っていました。実際に離島医療に携わってからは、「コトー先生のような、離島やへき地の医師が、ずっと働き続けられる仕組みを作らないといけない」と思うようになりました。コトー先生1人だけでは、助けられる人が限られてしまいます。離島で医師が無理なく仕事ができる仕組みを作りたいと思っています。

Q.将来養成医になる医学生や後輩養成医へメッセージをお願いします。

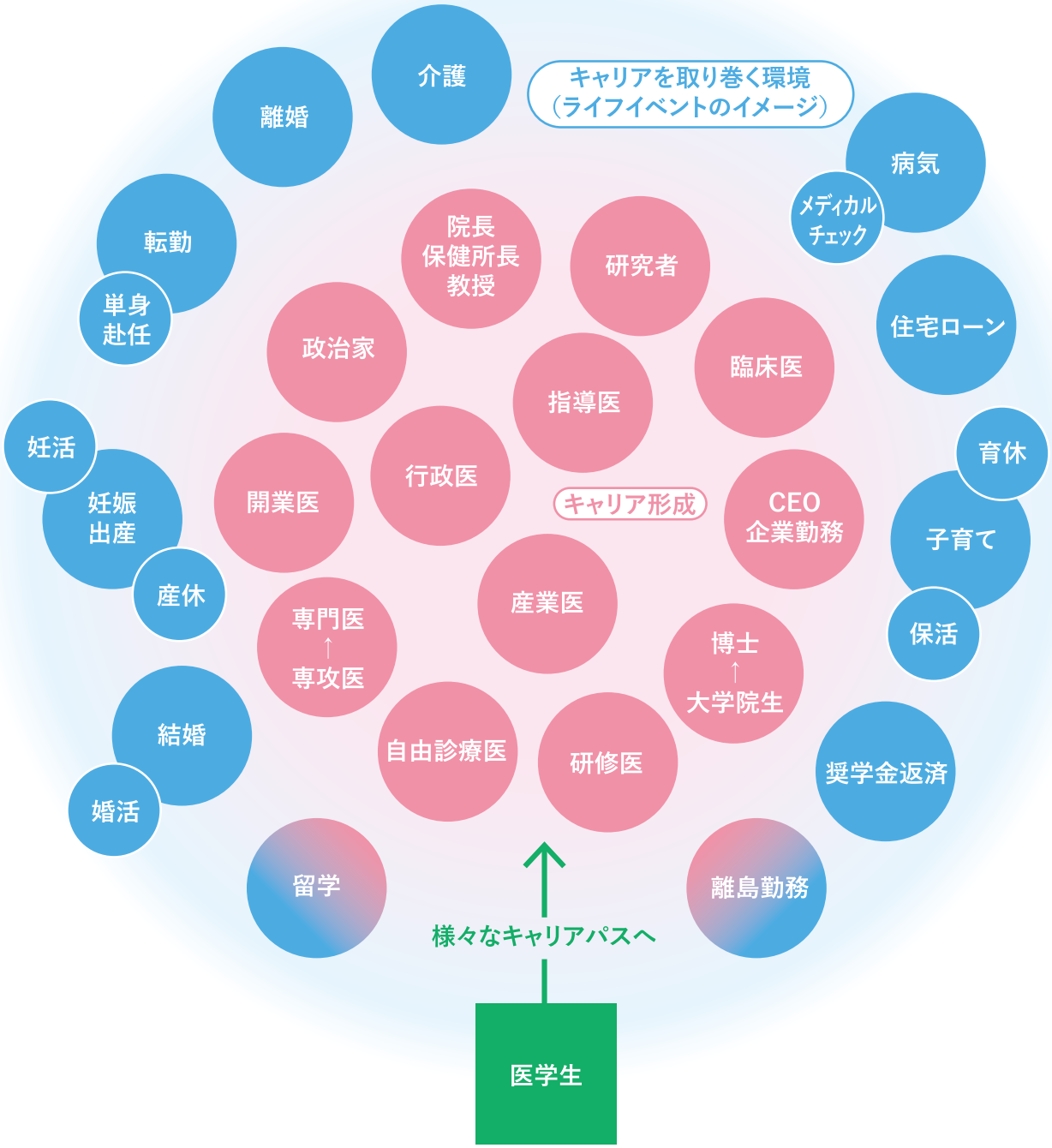
A.**(山口純子先生)**最初の気持ち、離島･地域に行こうと志した時の気持ちを、何かに書き残しておくといいですよ。初心を忘れないように、つらい時はそれを見直してほしいと思います。

2 キャリアサポート

自分らしくキャリアを継続するために、ライフステージに応じた働き方を一緒に考えていきます。

1）キャリアパスを考える（県内医師）

医師免許取得して医師となってからの人生は、多種多様です。たくさんの選択肢から、自分らしい選択をして、どのようなキャリアパスを描いていくか、どのように活躍していくか…。そして、いろんなライフイベントも重なります。これからの人生、医師としての人生を考えてみましょう。



2）復職&リフレッシュトレーニング（全2回）（県内医師） 今年度で取組終了

医師のスムーズな復職を促すプログラムです。就労中の方も、予約可能です。

対　象：長崎県内の医師、主に休職･離職中の医師など
日　時：下記隔月の第2金曜日　9:00～16:00の間
　　第1回　　2023年８月　4日（金）
　　第2回　　2023年12月8日（金）
場　所：長崎大学病院 メディカル･ワークライフバランスセンター
　　※来訪 または オンラインで面談

1.トレーニングDVDの貸出　　利用4名：院内0名、院外4名
2.個別の復職相談　　利用1名：院内0名、院外1名（オンライン）
※1. 2.重複利用0名

今年度新しく追加したDVD NEW
「このほくろ ピンときたら 皮膚科医へ」 皮膚科･アレルギー科　芦塚 賢美 先生
「急性腹症の診断」救急科 上村 恵理 先生

2013 年度から 2023 年度までの 11 年間で、148 本のトレーニング DVD を貸し出ししました。
人気第 1 位は「心肺蘇生の基本」 救急科　山下 和範 先生（10 回）でした。

参加者の声

トレーニングDVD貸出

- 基本的な分野の内容について、専門分野の中でもピックアップした内容があればより勉強しやすい。
- DVDは、好きな時に見られるので良かったが、申込時点で返却期限があると気づかずたくさん申込すぎた。例えば、YouTubeで、限定公開にするなど、携帯で見られるともっと気軽で、ありがたい。
- トレーニングDVDを郵送までしてもらい、助かった。
- 全体的にわかりやすかった。「心肺蘇生の基本」は、BLSだけでなくALSについて学べるとさらによかった。「糖尿病治療」は、新しい薬剤もたくさん出ているため、最新情報もお聞きできると嬉しい。

オンライン面談

- 知りたい情報をピンポイントでお伺いできるので良かった。今回もありがとうございました。（産休前、育休中、復職前など複数回相談あり）

センター長所感：この事業は、2012 年センター開設時から継続してきましたが、近年、産休・育休からの復職は高率となり、育児を理由とした離職中の医師は多くない状況となってきました。それにより、参加者確保が容易ではなくなったため、この復職支援事業のニーズは多くないと考え、今年度で終了することといたしました。
今後、復職支援は、個別に対応いたしますので、復職前後で心配なことがある時、離職期間が長くなってしまって不安を感じる時、キャリア継続がつらくなった時などは、いつでも連絡・相談してください。

※復職&リフレッシュトレーニングの開催や DVD 収録は、自己研鑽に励む方のためになるならばと、講師の先生方が無償で、貴重なお時間を割いて一翼を担ってくださいました。これまでのご協力に感謝申し上げます。

3）学生キャリア講習会（医学部3年生）

「ワークライフバランス」について、学生講義を担当しました。1時限から6時限までの丸一日をかけて、「医師としてのキャリア継続のため、ワークライフバランスの考え方を知るとともに、医師としての多様な生き方を学ぶ」ことを目的として取り組みました。

対　象：長崎大学医学部医学科3年生
（男性65名、女性56名 合計121名）の「医と社会」教育の一環で実施。
日　時：2023年10月20日（金）8:50～16:20

ロールモデル医師の講演①
MRC Unit the Gambia at LSHTM／
長崎大学熱帯医学研究所 臨床感染症学分野 助教　泉田 真生 先生

「臨床で解決しない問題を掘り下げて考えたいと、physician scientistを目指して臨床フィールドと研究施設が一体化したMRC Unit the Gambia at LSHTMに留学。受け入れから研究費等様々な障壁があったが双方の教授、熱研医局、周囲の人達の理解と支援があり研究を開始。現在はvaccine and immunity teamに所属して結核ワクチンや診断法開発のための国際コンソーシアムに参加し潜在性結核から発病に至る機序解明に基づく診断法の開発と、潜在性結核がヒト免疫システムに及ぼす影響を研究している。日本を離れて生活することは、他国や母国の文化、慣習、歴史、経済等を客観視して考察するいい機会になる。パートナーや子どもの有無に関わらず、どのような医師になるか目標を明確にして一歩一歩進んでほしい。」と熱いメッセージが届きました。

行政医師の紹介
長崎県県央保健所 地域保健課 課長　坂口 康子 先生

佐賀県出身で、佐賀大学医学部の皮膚科に入局。予防医学への関心から大学院へ進み疫学調査や統計を学んだ。長崎県出身のパートナーと結婚·子育てをしながら行政医師に転向した経緯、家事·健康·仕事面でのモットーや、全国保健所長会が制作した公衆衛生医師募集のパンフレットから仕事内容を紹介。過去に自身の体調を崩した経験をもとに「元気で自分らしく、選択肢を広げて将来を考えてほしい。」と話しました。

ロールモデル医師の講演②
「肝胆膵外科医が考えるワークライフバランス～産後パパ育休取得を通じて～」
長崎大学大学院 移植·消化器外科学 助教　今村 一歩 先生

手術日と手術日以外、育休中のとある1日がタイムスケジュールで示され、外科医のリアルな日常を垣間見ることができました。子どもができてから制度を知ったことの反省点、産後パパ育休制度を取得してわかった大事なこと、取得のメリット、仕事と育児の両立の工夫、組織としての働き方改革の必要性など、実体験を話し「いろいろな最適·納得解がある!ワークもライフもバランス良く！」と締めくくりました。

ロールモデル医師の講演③
長崎大学大学院 医歯薬学総合研究科 肉眼解剖学分野 教授　髙村 敬子 先生

献体を用いた高度な手術手技トレーニングの有用性や、臨床解剖学の研究·ヒト骨格の形態解析·プリオン病の死体のスクリーニングなどの研究成果を説明。麻酔科医、そして肉眼解剖学を志した理由や、仕事と子育ての両立において、短期間で復職できたのは、身内や周囲のサポートのおかげと話しました。「専門医取得までは必至で研鑽を積み、医師としての土台を築く、感謝の気持ちを持つ、人や機械の手を借りる、やりたいと感じたことを諦めない、楽天的であること。」などのメッセージを学生へ伝えました。

グループ討論

仕事と育児の両立を目指す共働きの夫婦が、問題に直面した時にどのように解決していくかを、グループに分かれて討論しました。

長崎県医師会の取組紹介

長崎県医師会 常任理事　瀬戸 牧子 先生

「日本の財政に目を向け、特に全体の30%を占める医療介護に関わる税金がどのように使われているか、学生のうちから関心を持ってほしい。山積された医療問題を少しでも解決できるよう、仕組みづくりの提案や必要医療資源の確保など役割を果たしていきたい。」と話しました。

発表と先輩医師からのアドバイス

5つの事例毎に、全12グループが発表をしました。うち5グループはロールプレイング形式で発表をしました。院内のワークライフバランス推進員である先輩医師からは、様々な視点からのアドバイスが挙がりました。

第一内科
住吉 玲美 先生

消化器内科
猪股 寛子 先生

産科婦人科
重富 典子 先生

救急科
上村 恵理 先生

先輩医師の感想

第一内科　住吉 玲美 先生

まだ学生のうちから、このように医師になってからの働き方について考える機会があるのは非常に良いことだと思います。問題点を挙げて、それぞれの問題点に対する解決策を具体的に出すことができていてびっくりしました。知識としても、保育園や親に頼るだけではなく、病児保育や保育サポーターさんを利用できることもよく知っていて感心しました。難しい選択を求められる場面はたくさんありますが、その都度周囲とよく話し合って、そのとき最良と考えられる答えを出せば、きっと間違いはないと思います。もしかしたら一時的には子どもと過ごす時間が少なくなったり、自身のキャリアを先延ばしにしたりすることはあるかもしれませんが、長い目で見ると、無駄なことは何もないと思いますので、ワークとライフがいずれも充実したものになるように頑張ってください。

消化器内科　猪股 寛子 先生

今回の授業に用いた事例は、いずれもライフイベントのどこかで起こり得るシナリオばかりで、学生の皆さんの意見をとても楽しみに参加しました。私自身が学生の頃に同じ授業を受けたとして、果たしてリアルに想像してこのような解決策にたどり着けただろうか、と思わせるような現実的な解決法を導き出しているグループが多いのが印象的でした。自分のキャリアだけを追い求めるのではなく、パートナーのことを尊重したり、家族との時間を大事にしたいという意見が少なくないことや、zoomを利用した解決策を提案したりと、コロナ禍がもたらしたであろう柔軟な意見に頼もしさを感じました。また育休から復職して間もない自分自身としては、他科の先生方の意見も大変参考になりました。今後どのライフイベントがやってきたとしても、日々模索の連続です。今回の授業の様に多くの選択肢を思い浮かべ、自分も周囲の人も大切にしながら、自分なりの答えを見つけて進んでいただければと思います。

ワークライフバランス講義
「多様性の尊重とキャリア形成について考える～無意識の偏見～」
長崎大学 理事　伊東 昌子 先生

自己紹介では、放射線科の医師としてキャリアがスタートし、管理職として配属先の取り組み分野を深掘りして学び、新たな見識を備えながら診療･研究･教育面において、長崎大学に30年以上貢献されていることがわかりました。アンコンシャスバイアス（無意識の偏見）は、だれもが持っているため、自分の第一印象の判断に思い込みやバイアスがないかを意識すること、キャリア形成のチャンスを阻害する要因を排除し、成果を正しく評価する仕組みづくりが必要なこと、「心理的安全性」のある組織づくりの大切さを紹介しました。

メディカル･ワークライフバランスセンターの取組紹介
メディカル･ワークライフバランスセンター センター長　南 貴子 先生

医学部卒業後のキャリアパスのイメージを伝え、ライフイベントを迎えた際には、センターの取り組み「マタニティウェアの貸出」「長崎医師保育サポートシステム」を利用する、「私たちのワークライフバランス実践術」の男性育休取得編インタビュー記事を参考にする、相談窓口であるセンターや県内の主要病院にいる「ワークライフバランス推進員」に相談することなどを勧めました。

学生の感想

- グループワークの事例がとても身近で、真剣にディスカッションできた。
- 仕事と私生活の両立のための支援が思った以上に充実している。
- 様々なことを考えさせられた。特に不安症の私にとって「楽天的に考える」と言う言葉が心に響いた。
- 様々なロールモデルの方々の講演を聴くことができ、将来に対する期待が高まった気がした。
- 自分の将来についてじっくり考える機会はなかなかないので、この先の人生で行き詰まりそうになった時は、今回の授業のお話を思い出しながら様々な選択肢を柔軟に考えたい。
- ロールプレイをすることによって、より理解が深まったと思う。まだやりたいことは決まってはいないものの、将来のプランについての不安は減ったと感じる。
- ワークライフバランスが大切とは聞くが、実際に行動に移せるかは話が変わってくる。絶対に実行したい。
- まだまだ漠然としたことだが、逃げては行けない難しい内容だったと思う。早いうちに向き合うことも大切かなと考えた。
- 将来のイメージが抱けず、何に不安を抱いているのかと漠然としていた今の状況で先生方のお話を聞き、将来の生活のイメージを具現化できたことで、少しだけ未来へのキャリアや生活に対する希望が見えたような気がした。
- キャリア形成が困難になるくらいなら「結婚や出産を辞めておこう」と考えたりもしていたが、今回の講義で少し前向きになれた。

医学生におけるワークライフバランス、キャリア意識に関するアンケート調査結果は、本誌P36参照

４）長崎県女性養成医のキャリアサポート事業
養成医のワークとライフをきいてみよう！～ロールモデル探し～

対　　象：将来長崎県養成医として離島･へき地で勤務する義務を持つ女性の、長崎大学医学部･佐賀大学医学部･川崎医科大学の地域枠の学生と、自治医科大学の学生、初期研修の医師の合計57名。

日　　時：2023年9月16、17、18、23、30日（土･日･祝）
6グループが順に各120分

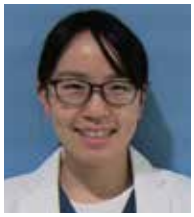
参 加 者：45名（医学修学生44名、研修医1名）

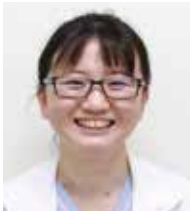
<プログラム>

① 開会挨拶、センター取組紹介
　メディカル･ワークライフバランスセンター センター長　南 貴子 先生
② 挨拶、県医師会取組紹介
　長崎県医師会 常任理事　瀬戸 牧子 先生
③ 先輩医師紹介
④ 意見交換会

長崎県対馬病院
小児科
朝長 純花 先生

長崎県上五島病院
産婦人科
久米 可奈子 先生


長崎県対馬病院
小児科
舩原 知香 先生


長崎大学病院
整形外科
松永 千子 先生

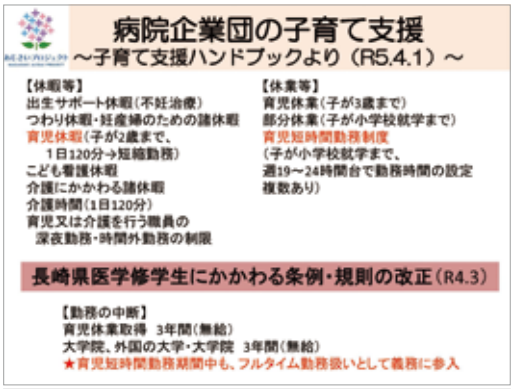
長崎大学病院
消化器内科
北山 素 先生

長崎県五島中央病院
産婦人科
小屋松 加奈子 先生

長崎県対馬病院
外科
山領 眞美子 先生

長崎医療センター
産婦人科
山口 純子 先生

長崎県対馬病院
小児科
春日亀 千寿 先生



今年で3年目になる「養成医のワークとライフを聞いてみよう！～ロールモデル探し～」は、離島での仕事と生活の様子を学生が先輩医師に直接質問して不安を解消し、離島医療の魅力･離島の楽しさを感じてもらう目的で開催しています。開催時間を昨年の90分間から今年は120分間に延長して、ゆっくりと意見交換を行いました。現役やOGなど女性養成医9名にご協力いただきました。

すべてのグループに若手とベテランの先輩医師ペアが入り、それぞれの立場での経験を聞くことができて、とても活気がある会でした。盛り上がった話題は、離島でのストレス発散法、島外に行ける回数、自治医大生の結婚協定と離婚のこと、月収、月経困難症への対応、育休取得と義務延長のこと、ワンオペ育児を乗り切るコツなどで、具体的な話を楽しく聞くことができました。センターからは、あじさいプロジェクト活動で把握しているデータを共有して、マタニティ白衣レンタルからわかる女性医師の妊娠時年齢、女性養成医が選択した診療科、長崎県病院企業団の子育て支援策･支援状況などを紹介しました。

参加者の声

- 実際に子育てしながら働いてる先生のお話を聞けて、かっこいいと思った。
- 実際に離島で働いている女性医師の話を聞く貴重な機会でよかった。受講前よりも、出産育児やキャリア関する心配がとても軽減されたので参考になった。
- 先生方どちらも優しくて何でも聞ける雰囲気で楽しかった。研修先で迷っていたが親身にアドバイスをもらい大変参考になった。
- それぞれ違う生き方をされている2人の先生の生の声を聴くことができてとても有意義な会だった。自分では思いつかなかった他の参加者の質疑応答からもいろんなことを知ることができて、座談会形式は自分にとって、とても参考になった。
- 女性だけの会だからこそプライベートのことにも踏み込んで話すことができ、今までより自分の将来について想像することができるようになった。参加して良かった。
- 私自身、まだ入学したばかりで知らないことが多いが、先生方に分かりやすく、また丁寧に質問に答えてもらい、とても良い機会となった。診療科も年数も違ういろいろな先生方の意見が聞けて興味深かった。
- 養成医の女性の先輩方にお話を聞けて、質問もできるこの会は毎回楽しみにしている。今回も、気になっていたことを質問できて、ほかにもキャリアやプライベートについてもお話を聞き、自分の将来についてより具体的に考えられそう。
- 学生といえども自分やパートナーの将来に関わることを決断する必要がある時期で、これからどうなるか分からない不安があったが、養成医の先輩方が医師として充実した働き方を実践しつつ、プライベートも大事にしているお話をたくさん伺えて少し安心できた。また、普段他の学生の込み入った質問や相談を聞く機会がないため、似た境遇にある仲間が思っていることが非常に参考になった。

先輩医師の声

- 私自身は女性医師のキャリアプランのロールモデルとしては特殊例なので、あまり参考にならないかもしれませんが、何かお役に立てられたなら嬉しいです。HPVワクチンの件、学生へ接種推奨のお話ができてよかったです。学生プロフィールを拝見すると、内科や総合医を目指してる方が多いのかなあと感じました。眼科や産婦人科等のマイナー科も人手不足ですし、必要な科なので、興味を持ってもらえるように頑張りたいと思います。
- 各離島や各科で特色が出るので、全く違う科･違う島で色々比較できてよかったのではないかなと思います。また学生たちの志望する理由を聞けて参考になりました。後輩たちの将来設計の一助になる話ができていたのであれば幸いです。自分もワークライフバランスを考えながら今後も頑張っていきたいと思います。
- 具体的な質問や話題が多く出て、今の学生が何に期待したり、不安に感じたりしているのか、少し分かった気がしました。研修先を悩まないといけないというのは、自分の頃とは随分違うと感じました。夏のワークショップに参加して、実際働くであろう病院を下見した後の意見交換会なので、現実味が大きい気がします。食事や休みの事など気軽な話もあり、今後の生活が想像できて意義があったと思います。メンター側の年齢が丁度良くバラけていて、今実際に島で働いている若いメンターの先生がいると、話が広がりました。
- 産婦人科志望と明確に言ってくださる学生がいらっしゃったことが素直に嬉しかったです。将来、学生たちが医師になり離島に勤務する際に、より良い労働環境を提供できるように微力ながら貢献できたらと今回の意見交換会で強く思いました。
- 話題が多岐に渡り、特に学生生活や勉強、マッチングや病院見学など私では十分答えきれないこともあったかと思います。若いメンターの先生がいてくださって大変助かりました。少しでも離島勤務を前向きに考えるきっかけになりましたら幸いです。また、本会のWebで知り合ったことをきっかけに人脈が拡がっていったらいいなと思います。今回は貴重な機会をくださりありがとうございました。

5）教授になろう

長崎大学病院で臨床に携わる医師の女性教員比率は、20%を超えています。しかし、その多くは「助教」であり、「教授」「准教授」「講師」の女性は依然として少ないままです。

＜長崎大学 部局別女性教員数および比率-抜粋（2023年度）＞

	教授		准教授		講師		助教		助手		計	女性計
	男女	女	男女	女	男女	女	男女	女	男女	女		
長崎大学　総計（人）	307	50	304	64	72	12	404	141	59	20	1,146	287
女性比率（%）	**16.3**		**21.1**		**16.7**		**34.9**		**33.9**			**25.0**
生命医科学域（医学系）　小計（人）	38	3	33	3	10	1	45	16	0	0	126	23
女性比率（%）	**7.9**		**9.1**		**10.0**		**35.6**		**0.0**			**18.3**
病院　小計（人）	18	3	17	3	57	9	166	48	58	20	316	83
女性比率（%）	**16.7**		**17.6**		**15.8**		**28.9**		**34.5**			**26.3**

後輩へのメッセージ

2023年度に、教授に就任された先生から後輩へのメッセージをいただきました。 NEW

Q．アカデミック・キャリアアップに関して、最も大事だと思うことはなんですか。

中道 聖子 先生
長崎大学 保健センター長 教授
長崎大学医学部卒業:1994年(平成6年) 、教授在職期間:2023年～現職

A. オープンマインド。小さな努力を重ね、楽しみを見つけながら、歩き続けること。

目標を見定めてひたすらに努力することは大切ですが、時代の変化がめまぐるしい昨今では、自分の考えにとらわれ過ぎず、周りの人たちの話をよく聴き、オープンマインドでいることもまた、大切なことだと思います。新しい人との出会い、偶然の出来事の中に、思いがけないヒントが見つかることもあります。任された仕事が希望するものと違っても、一生懸命取り組んでみることで新しい興味に出会えることは少なくありません。「面白い！」と感じることは、何よりパワーになります。女性は特にライフイベントの影響を受けやすいかもしれませんが、人と比べず自分をジャッジせず、ゆっくりでも歩き続けることで、自分らしい場所にたどり着ける気がします。

髙村 敬子 先生
長崎大学大学院 医歯薬学総合研究科 教授
長崎大学医学部卒業:2009年(平成21年)、教授在職期間:2023年10月～現職

A. 良い師に学ぶこと、目の前の仕事に責任を持って対応すること、辞めないこと、楽天的であること。

尊敬する素晴らしい師との出会いは皆さんを新たなステージへ導いてくれると思います。任せていただいた仕事はどんなに小さいことでもきちんとしていくことで、なにかチャンスが生まれるかもしれません。様々なライフイベントがありますが、支えてくださる周囲に感謝を忘れず、仕事を辞めないことも大切です。最後に、大変な状況に置かれたときにいつまでも悩み続けず、やることはやったんだからあとはなんとかなるよと楽観的でいることが今の私を形作っていると思います。みなさんのこれからを心から応援しています。

6）輝く卒業生インタビュー

輝く卒業生インタビューラインアップ ※インタビュー全文は、あじさいプロジェクトWebサイトをご覧ください。

VOL.1　2015年6月インタビュー
瀧原 圭子 先生
·大阪大学 副学長·保健センター長
·大阪大学大学院医学系研究科
循環器内科学教授（兼任）

VOL.2　2015年8月インタビュー
黒﨑 伸子 先生
·黒﨑医院院長
·ながさき女性医師の会 副会長
·国境なき医師団日本 監事
·日本BPW(Business &
Professional Women)連合会 監事
·長崎大学大学院国際健康開発研究科
非常勤講師

VOL.3　2015年10月インタビュー
鈴木 眞理 先生
·政策研究大学院大学
保健管理センター 教授

VOL.4　2015年11月インタビュー
瀬戸 牧子 先生
·長崎県医師会 常任理事
·ながさき女性医師の会 会長
·社会医療法人春回会
長崎北病院 副院長
·長崎医療技術専門学校 非常勤講師

VOL.5　2016年1月インタビュー
有井 悦子 先生
·有井小児科医院院長
·京都造形芸術大学芸術学部
子ども芸術学科 教授
·京都小児科医会理事
·京都市学校医会顧問
·京都府保険医協会理事
·NPO法人子どもセンターののさん 理事

VOL.6　2016年4月インタビュー
福田 友子 先生
·医療法人 ふくだこどもクリニック院長

VOL.7　2016年6月インタビュー
濱田 千江子 先生
·順天堂大学腎臓内科学講座 准教授
·順天堂大学男女共同参画推進室
女性就労修学環境支援部門 委員
·日本成人病学会·日本透析医学会·
日本腎臓学会 評議員

VOL.8　2016年10月インタビュー
芦刈 伊世子 先生
·地域連携型認知症疾患医療センター
センター長
·あしかりクリニック 院長
·東京都精神神経科診療所協会 副会長
·日本綜合医学会 副会長

VOL.9　2017年9月インタビュー
荒木 貴子 先生
·ミネソタ大学 糖尿病·内分泌代謝部門
Assistant Professor

VOL.10　2017年10月インタビュー
髙見 裕子 先生
·九州医療センター肝臓病センター
肝胆膵外科科長

VOL.11　2018年9月インタビュー
北村 理子 先生
·大村市医師会 理事
·北村理子クリニック皮ふ形成外科 院長
·大村看護高等専修学校 非常勤講師

VOL.12　2019年3月インタビュー
伊藤 瑞子 先生
·あおばクリニック 前院長

VOL.13　2020年4月インタビュー
世羅 至子 先生
·長崎県立大学シーボルト校看護栄養学部
栄養健康学科 教授

NEW
VOL.14　2023年5月インタビュー
安部 恵代 先生
·西九州大学 健康栄養学部
健康栄養学科 教授

【輝く卒業生インタビューvol.14】 2023年5月インタビュー

安部　恵代 先生

西九州大学　健康栄養学部 健康栄養学科　教授

＜略歴＞

1994年(平成6年)3月	長崎大学医学部卒業
1994年4月～	長崎大学医学部付属病院第一内科入局、研修開始
1997年4月～2001年3月	長崎大学大学院医学研究科入学～修了
2001年4月～2003年8月	佐世保中央病院
2003年9月～	長崎大学大学院医歯薬学総合研究科 公衆衛生学分野 助手
2007年4月～	同、助教
2009年1月～	同、講師
2011年1月～2011年3月	英国･シェフィールド大学留学(骨粗鬆症の疫学研究)
2013年5月～2022年9月	長崎大学大学院医歯薬学総合研究科 公衆衛生学分野 准教授
2020年10月～	現職

●どのような医師を目指しましたか。ロールモデルとなった方はいらっしゃいますか。

一人の人の診療に長く関わっていきたいと思って、第一内科を選びました。第一内科にはたくさん、ロールモデルになる素晴らしい先生がおられました。研究においては、公衆衛生学の青柳潔教授を、ロールモデルとして尊敬しています。公衆衛生学教室に入るきっかけは、大学院卒業後、病院勤務で慌ただしい毎日を過ごしている頃に、基礎で骨代謝をするスタッフを探しているという話が私に届いて、動物実験は得意ではないので、それ以外なら…とお返事をしたら、公衆衛生学･社会学だったので、面接を受けて助手になりました。社会学のことも、疫学のことも、統計のことも、すべてゼロから勉強しました。五島や南島原での疫学調査･フィールドワークも、案外やってみると好きなんだとわかり、楽しく参加しています。自ら現地に足を運んで調査し、後から得たデータを検証するのは大変楽しいものです。

●教授という立場になって、考え方が変わったことはございますか。

基本的なスタンスは変わりません。私の座右の銘は「為せば成る」「なんとかなる」ですから。

●教授になってよかったと思われることはどのようなことでしょうか。

これまでは、周りから与えられていることが多かったですけど、教授になってからは、自分が独り立ちして、誰かに還していく番がきました。学生を卒業させて社会に送り出す、大学院生にちゃんと学位を取らせることなど、私が今まで授けてもらっていたことに対して、還す機会を持てたことは良かったと思います。

●リラックスするための方法や趣味はお持ちですか。

10 年程前に自宅購入を機にピアノを楽しむための防音室を作り、グランドピアノも買って思う存分弾ける環境も整えました。他には語学オタクで、ハリーポッターは英語で読みました。ファンタジー、SF やホラーなどの現実逃避系が好きで、近頃は電子書籍で読んでいます。映画やゲームも現実逃避系が好きで、いつも遊んでいますよ。

●女性医師、若い医師へのメッセージをお願いいたします。

私はキャリアプランをあまり考えずに、先のことより目の前のことをやってみて、楽しかったら続けてきましたが、女性医師はプランがないと、逃すものもありますよね。いろいろ計画して、プライベートも後回しにしない方が良いのかもしれません。結婚や出産を考えている人は、先を見て、やりたいことをやってほしいですね。子どもがいるからとか、夫が言うからという理由で、色んな事を諦めないでほしいです。私は今まで女性だからと差別されたことはありませんが、結婚しただけで縛りが出てくる場合もまだあると思います。そういう人のお手伝いが出来たらいいなと思うことがあります。現在の職場にも、仕事と子育ての両立が大変そうな先生がおられます。つらい時は、誰かに相談してほしいです。人に相談しにくい人もいると思いますが、負担に感じた時は周囲に伝えた方が良いですよ。楽しく仕事ができることが一番大切です。私の親は「楽しくやっているならいいけど」と。楽観主義は母譲りのようです。

3 ワークライフバランス相談室

お悩み事、知りたい事、お気軽にご相談ください。

1）相談窓口（県内医師、大学職員、医学部学生、地域病院など）

医師になって働きながら、妊娠･子育て･介護などのライフイベントや、職場の環境･人間関係などで不安･悩みを抱えることがあると思います。今の働きかたを変えたい…、仕事を辞めてしまいたい…と思う時もあるかもしれません。誰か相談できる人がいますか？誰かに聞いてもらっていますか？

メディカル･ワークライフバランスセンターは「長崎県女性医師等就労支援相談窓口」であり、女性のみならず、長崎県のすべての医師が医師として仕事を続けることができるように、働き方、生活･ライフイベントとの両立の悩み、職場環境などに関して、いつでも相談を受け付けています。

今の不安･悩みを聞かせてください。解決に向けて、一緒に考えましょう。

相談業務 2024年2月1日現在

2023年度相談数　84件　（内訳）長崎大学病院　57件　県内病院　15件　その他　12件

申し込み方法

あじさいプロジェクトWebサイトのお申込みフォームをご利用いただくか、センターへ直接お電話ください。後日、日程調整のご連絡をします。

※お子さんの同伴可能です。

※対面、Zoom利用、電話でのご相談が可能です。

お問い合わせフォーム

よくあるご質問

Q:妻（または本人）が妊娠しました。育休を取得したいのですが、いつ頃、どこに報告が必要ですか。

A:妊娠が判明した時、安定期に入った時など、報告のタイミングは人それぞれです。つわりなどによる配慮を職場に求める場合や仕事に影響が出る場合は、なるべく早めに関係者へ報告しましょう。部署の上司や事務の方、出産や育児休業に伴う手続きをする部署などへ、必ずご報告ください。

Q:フルタイム医員です。子どもが増えて、仕事と子育ての両立がうまくできなくなりました。

A:長崎大学病院の非常勤医師の場合、社会保障のあるパート医員（勤務時間:週20～30時間以内/週）で仕事を少しセーブして、子どもの成長と共に段階的にフルタイム復帰を目指す手段もあります。ただし、医員枠（フル･パート）に限りがあるため、医局とよく相談しましょう。

Q:現在医師10年目です。育児休業中で、子どもが1歳になるタイミングで復職を検討しています。どのような勤務形態で働くか悩んでいます。

A:医師10年目ということで、ご自身の仕事をマネジメントできる立場でしょうか。フルタイムで復職する方もいますし、お子さんが小さいうちは、当直や夜間のオンコールを免除してもらう方法もあります。しかし、パートナーの協力や、土曜日の日直は保育園に預けることもできますし、性別を問わず、働ける環境は整いつつあります。短時間勤務で復職し、ご自身の状況やお子さんの様子をみながら勤務時間をフルタイムに戻したり、復職の前後期間に、パートナーが育児休業を取得する工夫もできます。お子さんが病気（軽症）の時の預け先として、近隣の病児保育施設や、私どもの両立サポート「長崎医師保育サポートシステム」をご確認ください。行政が行う「ファミリーサポート」を活用する方もいます。

Q:未就学の子ども1人がいる医師です。常勤で働いていますが、当直は免除されていて、病棟･外来業務を通常通り行っています。子どもの定期受診後のお世話や、急な発熱で保育園に預けられない時や病児保育施設も満員で預けられない場合は、どうしようかと悩んでいます。他県出身で周囲に頼れる人もいません。保育サポーターの方に助けてもらえますか。

A:あじさいプロジェクトWebサイトのお申込みフォームから、お問い合わせ内容「保育サポートシステム（医師申込検討）」にチェックをつけてご返信ください。

２）仕事と介護の両立サポート 教職員相談会（大学職員）

現在、または将来の介護に不安を抱える教職員のみなさまに、仕事と介護を両立していただき、安心して仕事を続けていただけるようにサポートします。介護は突然やってくるものです。現在、介護に関わっている方だけでなく、介護で起こり得る可能性のある問題についてなど、情報収集の場として相談会を開催しました。

仕事と介護の両立サポート 教職員相談会（個別対応）

対　象：長崎大学病院 教職員
日　時：2023年7月14日（金）と
　　11月10日（金）の予約時間に合わせて
面談者：長崎大学ダイバーシティ推進センター
　　介護コンシェルジュ　内野 睦美 氏
場　所：長崎大学病院 中央診療棟1階 面談室
参加者：6名

利用者の声

- 相談するほどでもない？ まだそこまで深刻ではない？と、相談するのをためらっていたが、現状にあった専門的な情報を丁寧に教えてもらい、不安でいっぱいだった気持ちが少し軽くなった。いろいろな支援があることがわかり安心した。
- 真剣に話しを聞いてもらい、感謝している。今後、上司に話しをしていこうと思うが、介護の申請が通るかが心配。
- 個別面談だったので自分が困っていること、悩んでいることについて直接相談ができ、有用なアドバイスをもらえたので、利用して良かった。
- 介護は上司も知らない事があり、相談しにくかったのでとても助かった。介護休暇の日数を増やして欲しい。自分が体調を崩しやすくなった。

長崎大学ダイバーシティ推進センターには、「介護コンシェルジュ」が常駐しています。

介護コンシェルジュは、介護福祉士･介護支援専門員（ケアマネージャー）の資格を持つ介護相談の専門家で、長崎大学で働く職員であれば誰でも相談ができます。現在介護中であるか否か、職種、勤務形態等は一切関係なく、介護状況に応じた「情報提供」や介護が気になり始めた時期、介護に直面している職員は「個別コンサルティング」が受けられます。

相談は事前予約制です。「仕事と介護の両立相談窓口」へ、いつでもお申し込みください。

ダイバーシティ推進センター　介護コンシェルジュ　内野
mail:omoyai_soudan@ml.nagasaki-u.ac.jp

３）地域就労支援病院〔検索システム〕（県内医師、地域病院）

県内病院の就労支援情報を掲載しています。就労希望の診療科や両立に配慮した職場環境を検索できます。

検索手順

1 希望する条件をクリック（複数選択可）

（例）外科&病児保育の場合

2 検索ボタンをクリック

3 条件を全て満たした病院が表示される

※ヒットしない場合は条件を変更して再度検索ください。

登録病院一覧

長崎市
1 長崎大学病院
2 済生会長崎病院
3 長崎腎病院
4 掖済会長崎病院
5 井上病院
6 重工記念長崎病院
7 長崎みなとメディカルセンター
8 出島病院
9 十善会病院
10 昭和会病院
11 上戸町病院
12 杠葉病院
13 長崎病院
14 和仁会病院
15 日見中央病院
16 田上病院
17 長崎記念病院
18 長崎友愛病院
19 三和中央病院
20 小江原中央病院
21 日浦病院
22 大石共立病院
23 ニュー琴海病院
24 田川療養所
25 光晴会病院
26 虹が丘病院
27 長崎原爆病院
28 三原台病院
29 聖フランシスコ病院
30 長崎みどり病院
31 道ノ尾病院

佐世保市
32 長崎労災病院
33 燿光リハビリテーション病院
34 千住病院
35 佐世保市総合医療センター
36 宮原病院
37 福田外科病院
38 京町病院
39 佐世保共済病院
40 佐世保中央病院
41 天神病院
42 佐世保北病院
43 佐世保記念病院
44 三川内病院
45 西海病院
46 サン･レモ リハビリ病院
47 北松中央病院
48 潜竜徳田循環器科内科整形外科病院
49 村上病院
50 佐世保国際通り病院

島原市
51 高城病院
52 新生病院
53 島原マタニティ病院
54 柴田長庚堂病院
55 長崎県島原病院

諫早市
56 諫早記念病院
57 西諫早病院
58 宮崎病院
59 長崎県立こども医療福祉センター
60 諫早総合病院
61 小鳥居諫早病院
62 恵寿病院
63 諫早療育センター
64 長崎原爆諫早病院
65 みさかえの園総合発達医療福祉センターむつみの家
66 姉川病院
67 山崎病院
68 慈恵病院

大村市
69 長崎医療センター
70 大村共立病院
71 中澤病院
72 市立大村市民病院
73 南野病院
74 貞松病院
75 長崎県精神医療センター
76 みさかえの園あゆみの家

平戸市
77 青洲会病院
78 谷川病院
79 北川病院
80 柿添病院
81 平戸市民病院
82 平戸市立生月病院

松浦市
83 菊地病院
84 松浦中央病院

対馬市
85 長崎県対馬病院

壱岐市
86 長崎県壱岐病院

五島市
87 郡家病院
88 長崎県五島中央病院

西海市
89 長崎セント･ノーヴァ病院
90 真珠園療養所

雲仙市
91 公立小浜温泉病院

南島原市
92 泉川病院

西彼杵郡
93 長崎百合野病院
94 長崎北病院
95 女の都病院
96 長与病院
97 長崎北徳洲会病院

東彼杵郡
98 長崎川棚医療センター
99 鈴木病院

南松浦郡
100 長崎県上五島病院

地域就労支援病院 登録総数　県内146病院のうち、100病院（登録率68%）

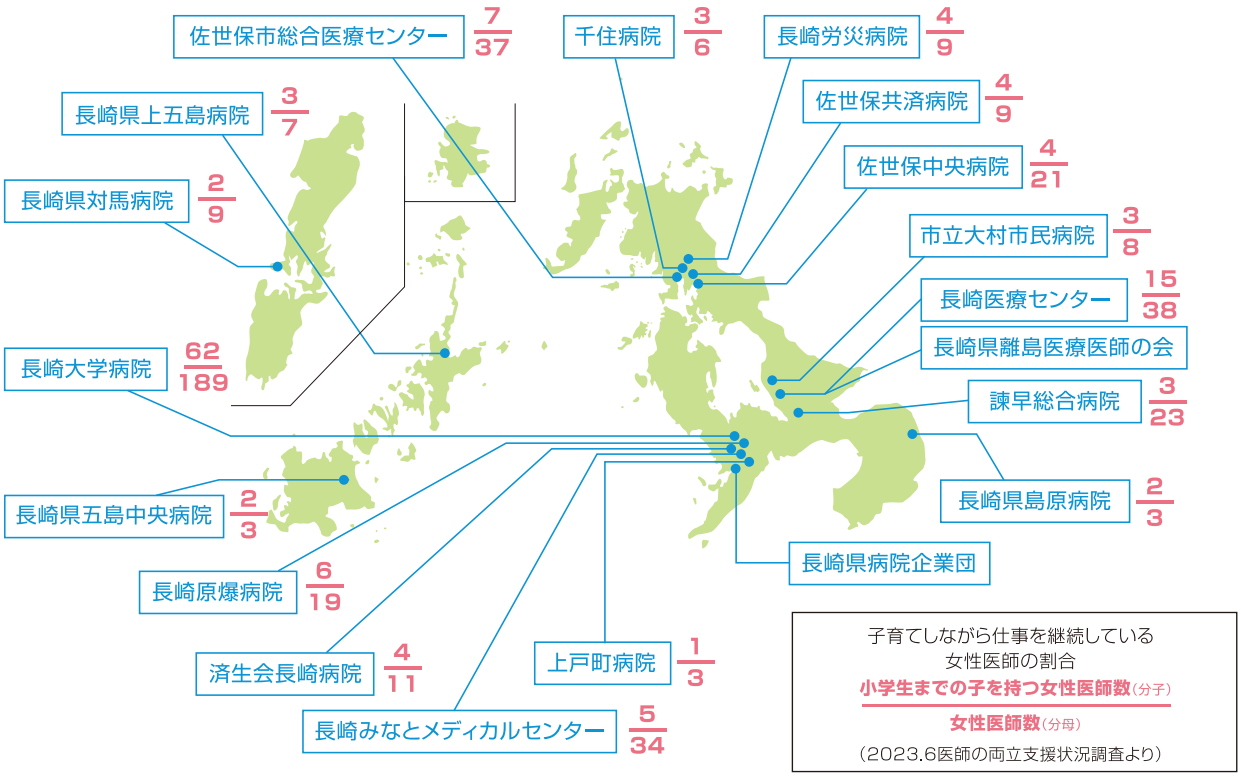
4）ワークライフバランス推進員（県内医師）

ワークライフバランス施策の一つとして、県内の病院や医局の「ワークライフバランス推進員」に旗振り役として活動してもらうことを推奨しています。

病院や医局窓口としてメディカル･ワークライフバランスセンターと有益な情報交換や協力関係を築くことで、円滑に職場復帰への道筋を示すことが可能になりました。また、安心してライフイベントを迎え、キャリアを継続できる地盤も固まってきました。

県内17病院と2団体ににワークライフバランス推進員がいます

研修医が活動する病院には、ワークライフバランス推進員がいます。
「長崎県内の病院は、どこも働きやすい」の魅力を伝え、県内外からの優秀な人材の確保･定着に努めます。



ワークライフバランス推進員44名（敬称略）　2024年1月現在

1長崎みなとメディカルセンター
野崎 彩　糖尿病･内分泌内科
2長崎原爆病院
猪熊 美枝　麻酔科
3済生会長崎病院
木下 直江　病理診断科
4上戸町病院
三宅 裕子　内科･総合診療科
5長崎医療センター
山口 美知子　麻酔科
6諫早総合病院
橋本 さつき　消化器内科
7市立大村市民病院
松尾 俊和　腫瘍外科
8長崎県島原病院
菅崎 七枝　呼吸器内科
9佐世保市総合医療センター
梅村 明日香　呼吸器内科
10佐世保共済病院
木本 文子　麻酔科
11長崎労災病院
和田 光代　眼科
12佐世保中央病院
林 可奈子　腎臓内科
13千住病院
安達 美里　呼吸器内科
14長崎県五島中央病院
小屋松 加奈子　産婦人科
15長崎県上五島病院
若松 亜里紗　内科
16長崎県対馬病院
春日亀 千寿　小児科
17長崎県離島医療医師の会
山口 純子　産婦人科
18長崎県病院企業団
小屋松 加奈子　産婦人科
19長崎大学病院
①辻 良香　第一内科･リウマチ／膠原病内科
②吉村 俊祐　脳神経内科
③深堀 範　第二内科･呼吸器内科
④阿部 伸一　第二内科･腎臓内科
⑤猪股 寛子　消化器内科
⑥本田 智大　循環器内科
⑦大橋 愛子　精神科神経科
⑧佐々木 理代　小児科
⑨橋本 泰匡　腫瘍外科
⑩今村 一歩　移植･消化器外科
⑪西 亜紀　整形外科
⑫早稲田 朋香　皮膚科･アレルギー科
⑬松尾 朋博　泌尿器科･腎移植外科
⑭原田 史織　眼科
⑮木原 千春　耳鼻咽喉科･頭頸部外科
⑯鬼塚 祥子　放射線科
⑰重富 典子　産科婦人科
⑱宮﨑 友理　麻酔科
⑲日宇 健　脳神経外科
⑳熊本 万由子　形成外科
㉑谷川 陽彦　心臓血管外科
㉒蓬莱 真喜子　血液内科
㉓山内 桃子　感染症内科･総合診療科
㉔上村 恵理　救急科
㉕酒井 和香　リハビリテーション科
㉖加勢田 富士子　臨床検査科
㉗松島 加代子　医療教育開発センター

ワークライフバランス推進員意見交換会

今年度から活動の活性化を図るため、推進員の意見交換会（年2回）や長崎県･長崎県医師会･センターが集う定例会議（年4回）のいずれかに、1回以上参加、もしくはメールで意見提出することを、推進員用務として必須としました。

【第1回】

形　式：対面
日　時：2023年8月30日（水）16:00～17:00
場　所：長崎大学病院中央診療棟2階 多目的指導室
参　加：7名（院内7名）

形　式：オンライン（Zoom）
日　時：2023年8月25日（月）･29日（火）
16:00～17:00
参　加：15名（院内10名、院外5名）

女性医師は育休明けの復職が当たり前になっていること、男性医師には育休取得を推進していることがよくわかりました。まだ男性育休取得実績のない診療科や病院におかれましては、是非最初の一歩を踏み出していただきたいと思います。

また、当院において当直と外勤との関係性、新入職で年休のない時期の休み方、各診療科で外勤の割り振りと休みの取り方が様々であることがわかりました。診療科の特性や、男女割合、子育て中割合などで状況が異なりますが、これまでの診療科の慣習で問題が生じた場合は、見直すことが必要だと思います。働き方改革も迫っており、これまでのやり方、長時間労働ありきの働き方を見直す時期です。

推進員の先生方には問題提起･問題解決にもご尽力いただきたいと思います。

【第2回】

形　式：オンライン（Zoom）
日　時：2024年1月12日（金）16:00～17:00
参　加：12名（院内9名、院外3名）

形　式：オンライン（Zoom）
日　時：2024年1月16日（火）16:00～17:00
参　加：4名（院内2名、院外2名）

今年は、有給休暇の年5日の取得義務化によって、「年休を取りやすい雰囲気になった」という意見が多く聞かれました。男性育休の取得も特に問題は生じていないという診療科も複数あり、これから推進したいという声もありました。就業時間内に業務を終わらせることを病院長が推進しているとの報告もありました。診療体制がグループ制･チーム制になっている診療科と、まだ一人主治医制だが、土日の対応医の設定や、休暇取得･欠勤時の対応医の設定などは工夫されており、休んでも業務に支障が出にくい体制が整備されていると感じました。子育て中の女性医師の当直免除についても意見交換し、日直からの再開が現実的のようです。

本会で得た各診療科･病院の情報を参考に、各所での働きやすい環境の整備につなげてほしいと思います。法律が変わることによって、休みやすくなった現状を鑑みると、4月からの医師の働き方改革によって、働きやすいと感じるようになることを期待したいと思います。

仕事と生活の両立を図りながら活躍するドクターのサポートを引き続き、よろしくお願いいたします。

5）医局長訪問（県内医師）

新任の医局長を訪問して、質問票の聞き取りとセンターの活動案内を行い、協力をお願いしました。再任の医局長には、質問票をメールで回答していただき、センターの活動案内は資料を院内便で配付しました。

医局長訪問

訪問期間：2023年5月11日～5月22日（4日間）
訪 問 先：診療科や中央診療施設の新任医局長9名
調査対象：診療科や中央診療施設の医局長27名
新任　9名・再任18名
男性21名・女性　6名

形成外科　岩尾 敦彦 先生

臨床検査科　加勢田 富士子 先生

<男性育休取得について>

2022年度に育児・介護休業法の改正があり、男性・女性ともに育休が取得しやすくなりました。

今回の調査では2022年度に育児を理由に休みを取得した男性医師は全部で18名、うち6名が2022年度に創設された出生時男性育休（パパ版産休:産後8週以内）を取得、4名が育児休業を取得、2名が長崎大学の「特別休暇（配偶者の出産休暇2日間や男性職員養育休暇5日）」を利用、6名は年次有給休暇を利用していました。

家族の時間を大切にする目的であれば、どういう形態であってもかまいません。夫婦で家事育児の共通認識を持つ、産後うつ（10人に1人）を防ぐ、妻の復職に向けた準備等のために、医局長として育児理由の休みを推奨して、可能であれば育児休業取得期間は、2週間以上を推進してください。家庭の安定が仕事への活力となります！

（質問票より抜粋）　県内病院で働く医局員で、2022年度に育児理由の休みを取得した男性医師数18名
参考）　2022年度に長崎大学病院で育児休業を取得した男性医師数10名
診 療 科 内 訳：循環器内科、放射線科【各2名】、第一内科、感染症内科、
泌尿器科、皮膚科、消化器内科、医療教育開発センター【各1名】
取得期間内訳：7日以内【2名】 14日以内【3名】 21日以内【2名】 28日以上【3名】

<女性医師実態調査の結果>

❶女性医師の勤務状況

毎年、長崎県に報告する女性医師実態調査（5月1日時点）では、医局所属の女性医師数は2019年度以降400名超で推移。パートタイムは2023年度21名で、長崎大学病院でパートタイムが複数いる診療科は、消化器内科（8名）、眼科（3名）、循環器内科・皮膚科アレルギー科・形成外科（2名）、血液内科・移植消化器外科・産婦人科・放射線科（1名）。育児休業中の女性医師は21名で全員復帰意思がありますが、離職中の女性医師10名のうち4名は復帰意思が確認できない状況でした。

❷大学病院の女性医師数・女性教員数

長崎大学病院に勤務する女性医師は194名（男性医師は404名）で女性割合は32%。長崎大学病院の女性教員数は2020年度から80名前後で推移しており、2023年は80名（男性医師は250名）で女性割合は24%となり、過去3年と著変なし。整形外科は8年ぶりに女性教員が在籍。女性教員のいない診療科は、脳神経内科（調査開始後4年間不在）・総合診療科・心臓血管外科の3科。

❸大学病院の診療科の女性医師割合

長崎大学病院に勤務する各診療科の医師数の男女比をみると、女性が男性より多いか同数の科、女性医師率50%以上は、リハビリテーション科・産科婦人科・形成外科・皮膚科アレルギー科・感染症内科の5科。女性が男性よりやや少ない科、40%台は、耳鼻咽喉科・放射線科・小児科・眼科・第一内科の5科。30%台は、麻酔科・血液内科・消化器内科の3科。それ以外の14診療科の女性医師率は30%以下で、総合診療科・心臓血管外科は女性医師不在。

※本誌P33下の 診療科別 医師の男女割合グラフ参照

❹大学病院の子育て中の女性医師

長崎大学病院に勤務する女性医師194名のうち、62名は小学生以下の子どもがいます（子育て中の女性医師率は32%　※分母は女性医師数）。妊娠中～小学生以下の子どもがいる女性のうち、10名は当直業務を行い、20名は日直業務を行っています。

＜女性医師実態調査の結果＞

現在、小学生以下の子どもがいる女性医師の多くは日当直を免除されています。4月に院内のワークライフバランス推進員の先生に情報提供いただき、各診療科の日当直についてのルール･現状を調査して表にまとめて配付しました。今後、診療科の女性医師割合が増加した場合などに参考にしてください。大学病院の医師の日直･当直をサポートするために、2020年度より、センターでは「当直中の育児支援」を行っています。夫婦で子育てや家事を分担し、保育支援を活用することで、当直の負担を軽減して医局業務に従事し、キャリア形成を行うことを推奨する目的です。センターでは、子育て中の女性医師も、可能な範囲で日当直を行い、パートナーや家族、家族以外の保育支援者がバックアップをする体制を整えてほしいと考えています。医局長の先生は、医局員の個別の事情を良く聴き、取り巻く環境に配慮しながら、無理がないように、日当直完全免除から、徐々に以下のような対応への移行を進めてください。

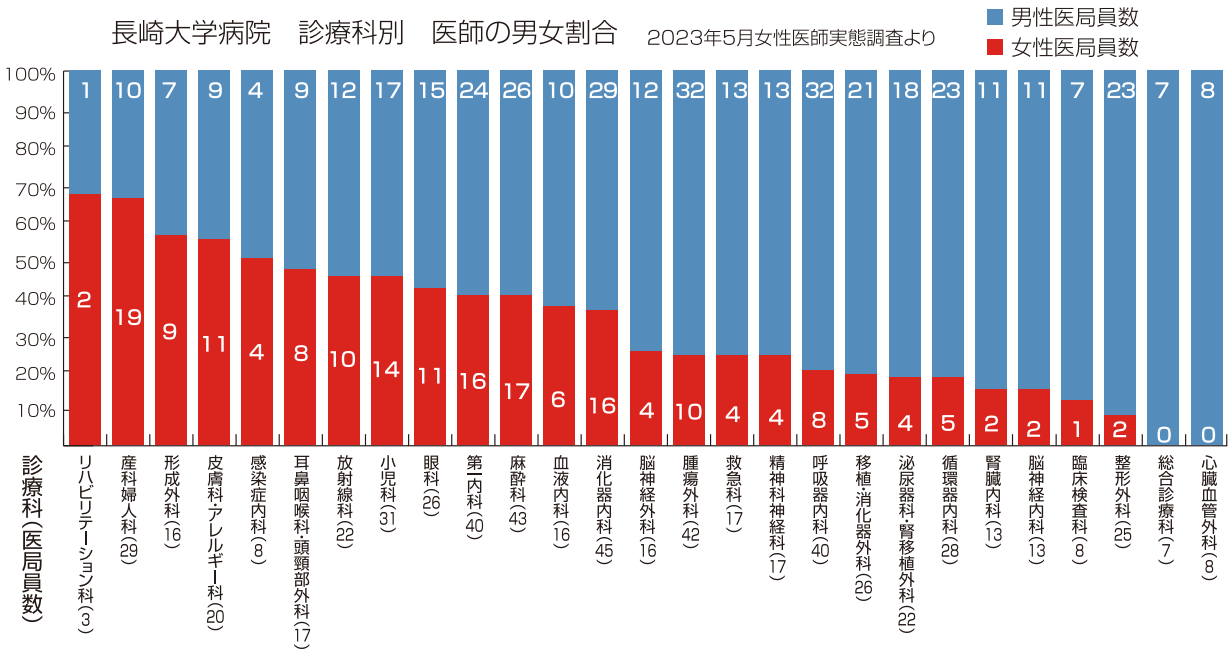
- まずは週末の日直を月1回から始めてみましょう。
- お子さんの年齢（2歳以上、3歳以上など）や生活環境も考慮のうえ、週末の当直、金曜の夜当直など連続勤務にならない当直を始めてみましょう。
- バックアップ体制があれば、平日の夜の当直をしてみましょう。

※「長崎医師保育サポートシステム」では、子育て中の医師をバックアップする保育サポーター（有料）を紹介し、このシステムの利用料を補助する「当直中の育児支援」を行っています。**本誌P9参照**

（所感）

2021年から当直オンコール体制を導入している診療科が増えてきており、救急対応の多い脳神経外科･心臓血管外科でも、曜日限定で導入されています。導入している診療科では、医師の負担が軽減されているという大きなメリットと、十分な準備のもと大きな問題は生じていないという報告をいただきました。

「うちの診療科ではオンコール体制は難しいのでは？」と思われている診療科につきましても、一度前向きに検討されてみてはどうでしょうか。



3. 調査・研究

※詳細は、あじさいプロジェクトWebサイトをご覧ください。

1 2023年度 医師の両立支援状況調査

1.調査の目的

長崎県内病院の育児・介護休業制度等の両立支援策の取組状況の実態調査を行う。また、調査結果を、Webサイトやメールマガジンを通して情報発信を行うことで、個人や組織に働きやすい職場環境づくりを推奨する。

2.対象と方法

実 施 月：2023年6月
調査対象：長崎県内146病院
調査方法：調査票を郵送し、同封の返信用封筒やメール、Googleフォームで回収。
質問内容：常勤・非常勤医師数、子育て中の医師数、育児休業・介護休業を取得した医師数、両立支援策の取組など。

3.結果

配付・回答数（回答率）:配付146病院　回答111病院（76%）

【調査結果】

❶2014年度より10年間100以上の病院から調査の回答を得ている。

回答した病院に勤務する女性医師の割合は23%で、2013年度以降23±1%と著変なし。非常勤医師の割合は、男性医師17%、女性医師33%と、男性<女性の結果も例年通りであった（P35・図1）。

❷子育て中（小学6年生までの子がいる）の男性医師は543人で医師全体の21%、子育て中の女性医師は163人と過去最多で、女性医師全体の28%、医師全体の6%であった（P35・図1、5）。

❸調査回答の全111病院のうち、男性医師は109病院に常勤しているが、女性医師が常勤しているのは71病院であった。子育て中の男性医師は50病院、子育て中の女性医師は39病院に勤務している（常勤+非常勤）。

また、子育て中の女性医師は、すべての医療圏に勤務しているが、離島の医療圏（五島・上五島・壱岐・対馬）で働く女性医師数および子育て中の女性医師数は経年的に増加傾向である。女性医師のうち子育て中の女性医師の割合は平均で28%だが、五島33%・上五島43%・壱岐60%と高い（P35・図5）。

❹2022年度に育児休業を取得した医師は、男性医師は4病院（すべて新鳴滝塾の病院）で16人（うち長崎大学病院10人）と昨年より倍増し過去最多。女性医師は14病院で46人（新鳴滝塾の病院42人、うち長崎大学病院26人）であった（P35・図2）。

2022年度に介護休業を取得した医師は、1人のみ（女性）。

❺院内保育施設の設置率は30%台と著変なく、院内病児保育施設の設置は5病院、新規開設は無かった（P35・図3）。

❻2022年度に改正された育児介護休業法の認知度について昨年度に引き続き設問した。「育児休業を取得しやすい環境整備・個別の周知・取得意向確認措置の義務化、有期労働者の育休取得条件緩和が課せられることを知っていますか」に対して、6病院（5%）が知らないと回答、「出生時育児休業（産後パパ育休）の創設、男性は最大4回の分割育休取得が可能になることを知っていますか」に対して、10病院（9%）が知らないと回答（P35・図4）。

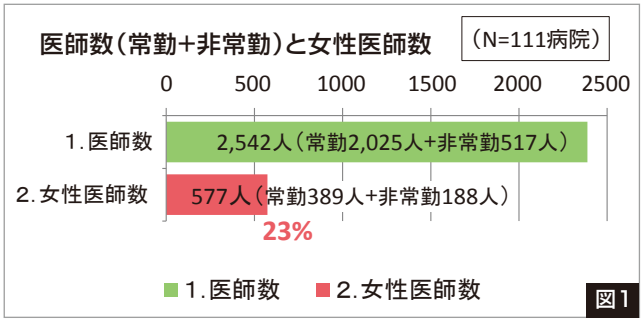
（考察）

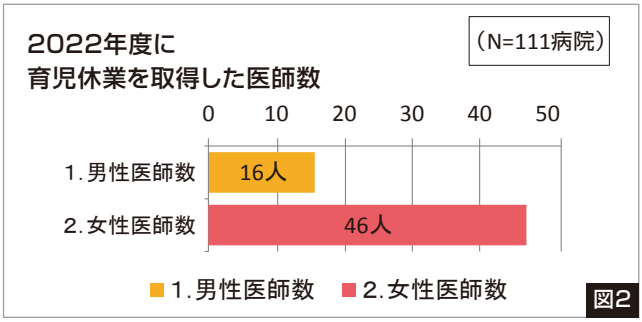
- 中核病院である長崎県病院企業団が経営する病院では、短時間勤務制度を改変しながら子育て中でも勤務しやすい環境づくりに取り組むことで医師数を維持していると考えられます。
- 長崎県内の院内病児保育施設の整備は進んでおらず、若い世代の医師が、勤務先として長崎県を選択しない理由になるのではないかと案じます。
- 育児・介護休業法は、病院担当者の知識として情報収集・ご準備をおすすめします。

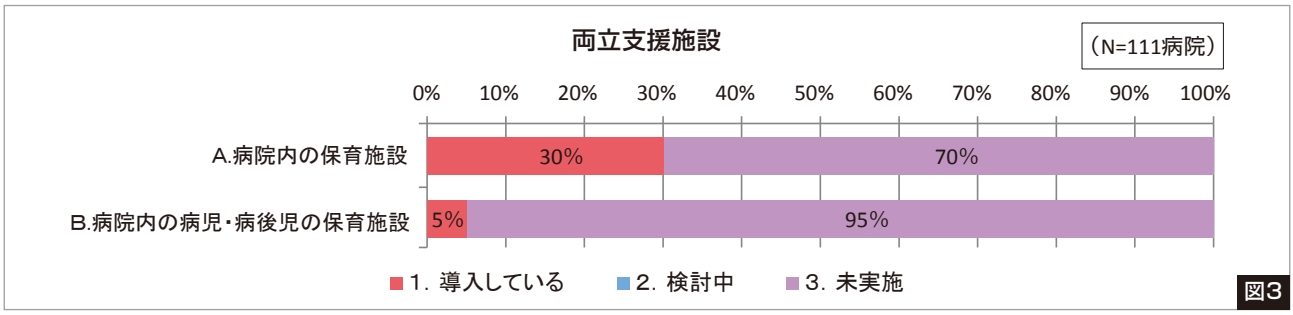
（所感）

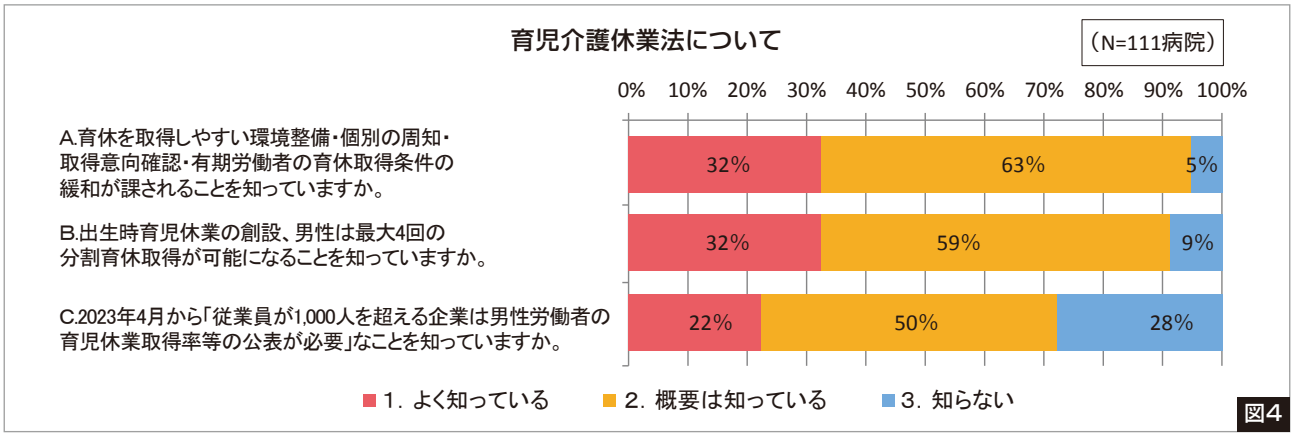
今年度の調査では、2022年度の育児介護休業法改正に伴い、男性医師の育児休業取得数が倍増していることが判明し、確実に国の政策の効果が出ています。しかし病院単位でみると、4病院の実績と少ないため、子育て中の男性医師が勤務する県内約50病院の中から、多くの実績報告が、来年度の調査で届くことを期待します。病院管理職の皆様からの「育休いつ取るの?」と推進を後押しする声かけで、職員の職場への愛着が生まれ、職場復帰した時のやる気に繋がるようです。

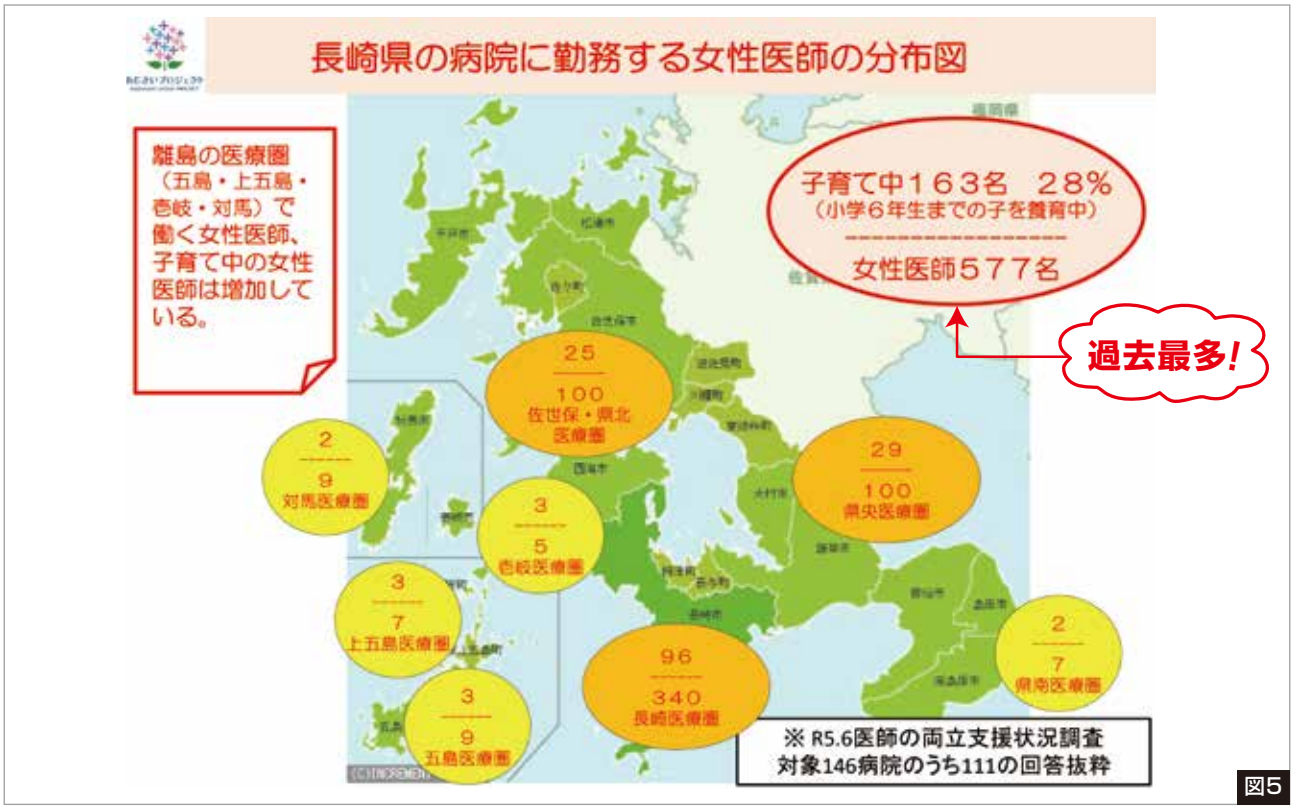
センターでは、これからも長崎県内のすべての医師が、イキイキと仕事と生活の両立ができるように「あじさいプロジェクト」活動を推進していきます。医師の仕事と子育ての両立を応援する「長崎医師保育サポートシステム」は、利用する医師が増加中で、年々実績を伸ばしています。ぜひご活用ください。


医師数（常勤+非常勤）と女性医師数
（N=111病院）
0
500
1000
1500
2000
2500
1.医師数
2,542人（常勤2,025人+非常勤517人）
2.女性医師数
577人（常勤389人+非常勤188人）
23%
1.医師数
2.女性医師数
図1


2022年度に
育児休業を取得した医師数
（N=111病院）
0
10
20
30
40
50
1.男性医師数
16人
2.女性医師数
46人
1.男性医師数
2.女性医師数
図2


両立支援施設
（N=111病院）
0%
10%
20%
30%
40%
50%
60%
70%
80%
90%
100%
A.病院内の保育施設
30%
70%
B.病院内の病児・病後児の保育施設
5%
95%
1. 導入している
2. 検討中
3. 未実施
図3


育児介護休業法について
（N=111病院）
0%
10%
20%
30%
40%
50%
60%
70%
80%
90%
100%
A.育休を取得しやすい環境整備・個別の周知・取得意向確認・有期労働者の育休取得条件の緩和が課されることを知っていますか。
32%
63%
5%
B.出生時育児休業の創設、男性は最大4回の分割育休取得が可能になることを知っていますか。
32%
59%
9%
C.2023年4月から「従業員が1,000人を超える企業は男性労働者の育児休業取得率等の公表が必要」なことを知っていますか。
22%
50%
28%
1. よく知っている
2. 概要は知っている
3. 知らない
図4


長崎県の病院に勤務する女性医師の分布図
離島の医療圏（五島・上五島・壱岐・対馬）で働く女性医師、子育て中の女性医師は増加している。
子育て中163名　28%
（小学6年生までの子を養育中）
女性医師577名
過去最多！
25
100
佐世保・県北医療圏
29
100
県央医療圏
2
9
対馬医療圏
3
5
壱岐医療圏
3
7
上五島医療圏
3
9
五島医療圏
96
340
長崎医療圏
2
7
県南医療圏
※ R5.6医師の両立支援状況調査
対象146病院のうち111の回答抜粋
図5

2 2023年度 医学生におけるワークライフバランス、キャリア意識に関するアンケート

1.調査の目的

「ワークライフバランス」に関する講義の受講前後で、キャリアプランニングや仕事とライフイベントの両立、産前産後の制度などについて、学生の意識･考え方の変化を把握するため。

2.対象と方法

実 施 日：2023年10月20日

調査対象：医学部3年生121名（男性65名、女性56名）

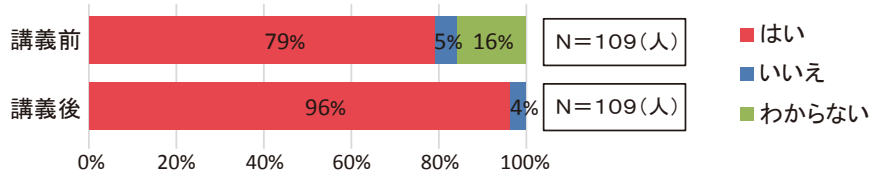
調査方法：「医と社会」授業1～6時限を使って実施し、ワークライフバランス講義、共働き夫婦の両立事例をグループワーク、グループ発表、意見交換、先輩医師からのアドバイス、ロールモデル医師講演、キャリア&ライフ未来年表の作成を行う。授業前後でgoogleフォームを利用しアンケートを行った。

3.結果と考察

回答数（回答率）：授業前　回答109名（90%）

授業後　回答109名（90%）

【自分も育休を取ってみたいですか？】



●講義後の「自分も育休を取ってみたい」学生の割合は96%（男性、女性共に）。講義を受ける前から、育休取得を考える学生が性別を問わず年々増えている。

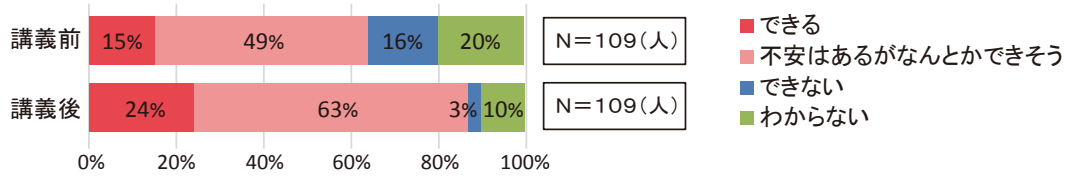
【将来の進路を決定する時に重視するもの（3つ選択）】

N＝326（件）

	1位			2位			3位		
講義前	仕事の内容	75	23.0%	雰囲気のよい科	54	16.6%	やりがい	38	11.7%
講義後	仕事の内容	69	21.2%	雰囲気のよい科	48	14.7%	希望するライフスタイルが得られる	44	13.5%

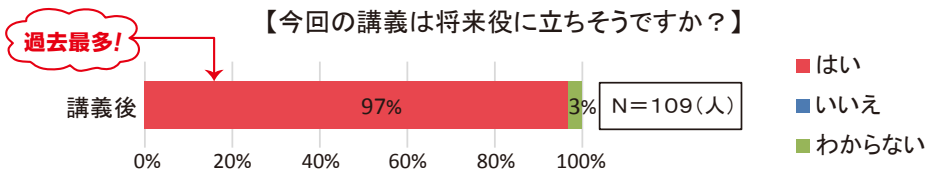
●将来の進路を決定する時に重視するもの（3つまで選択）のランキングは、講義前後ともに1位「仕事の内容」2位「雰囲気のよい科」。3位は講義前「やりがい」から講義後「希望するライフスタイルが得られる」に変わり、仕事と生活の両立を重視する学生が増えた。

【医師や研究者になって結婚・子育てするようになった場合、 仕事と生活を両立できると思いますか？】



●仕事と生活の両立については、講義の前後で「できる」前15%→後24%、「なんとかできそう」前49%→後63%へと増加して、講義後の両立への自信は87%と高い割合に到達し、「できない」「わからない」の割合はいずれも講義後に減少した。

【今回の講義は将来役に立ちそうですか？】



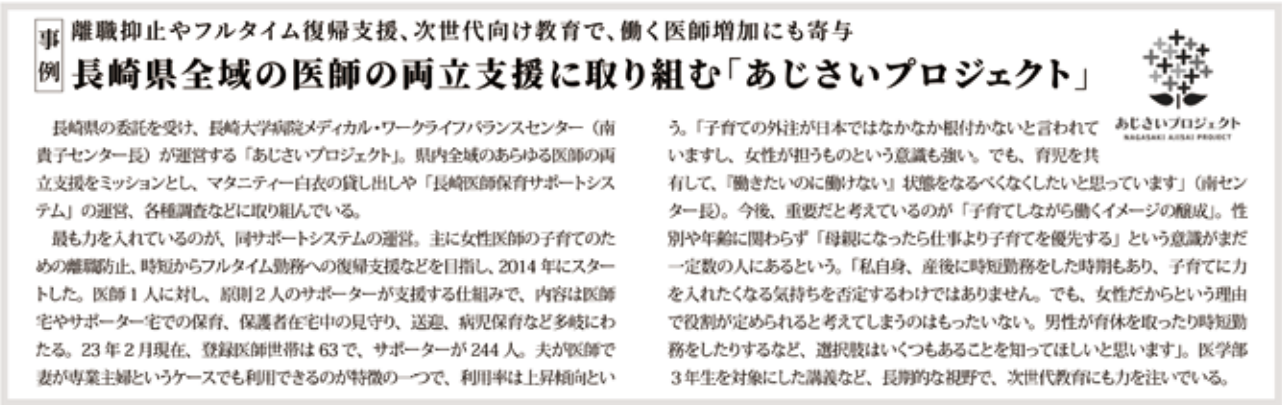
●「今回の講義が将来役に立ちそうだ」と答えた学生は過去最多の97%。講義の意義が感じられた。

4.広報活動

1 メディア掲載

・長崎大学ダイバーシティ推進センター研究紀要 Vol.1
Diversity and Inclusion Research in NAGASAKI University Vol.1 2023.3掲載
マタニティ白衣レンタルと出産･子育てを経験する女性医師に関する研究
ー女性医師の就労継続を支援するためにー（南貴子･伊東昌子･瀬戸牧子）

・九州医事新報社　第711号　2023.8掲載
医師確保定着「医師不足」をどう考える？
事例:「あじさいプロジェクト」



事例 離職抑止やフルタイム復帰支援、次世代向け教育で、働く医師増加にも寄与

長崎県全域の医師の両立支援に取り組む「あじさいプロジェクト」

長崎県の委託を受け、長崎大学病院メディカル・ワークライフバランスセンター（南貴子センター長）が運営する「あじさいプロジェクト」。県内全域のあらゆる医師の両立支援をミッションとし、マタニティー白衣の貸し出しや「長崎医師保育サポートシステム」の運営、各種調査などに取り組んでいる。

最も力を入れているのが、同サポートシステムの運営。主に女性医師の子育てのための離職防止、時短からフルタイム勤務への復帰支援などを目指し、2014年にスタートした。医師1人に対し、原則2人のサポーターが支援する仕組みで、内容は医師宅やサポーター宅での保育、保護者在宅中の見守り、送迎、病児保育など多岐にわたる。23年2月現在、登録医師世帯は63で、サポーターが244人。夫が医師で妻が専業主婦というケースでも利用できるのが特徴の一つで、利用率は上昇傾向という。「子育ての外注が日本ではなかなか根付かないと言われていますし、女性が担うものという意識も強い。でも、育児を共有して、『働きたいのに働けない』状態をなるべくなくしたいと思っています」（南センター長）。今後、重要だと考えているのが「子育てしながら働くイメージの醸成」。性別や年齢に関わらず「母親になったら仕事より子育てを優先する」という意識がまだ一定数の人にあるという。「私自身、産後に時短勤務をした時期もあり、子育てに力を入れたくなる気持ちを否定するわけではありません。でも、女性だからという理由で役割が定められると考えてしまうのはもったいない。男性が育休を取ったり時短勤務をしたりするなど、選択肢はいくつもあることを知ってほしいと思います」。医学部3年生を対象にした講義など、長期的な視野で、次世代教育にも力を注いでいる。

あじさいプロジェクト NAGASAKI AIJISAI PROJECT

・長崎県医師会報　男女共同参画委員からのお知らせ（瀬戸牧子）

第929号　2023.6掲載「マタニティ白衣･スクラブ･パンツー長崎県内全域に無料レンタルします－」

第930号　2023.7掲載「復職&リフレッシュトレーニングー2023年度のスケジュールが決まりましたー」

第931号　2023.8掲載「長崎医師保育サポートシステムー仕事と育児の両立を図るために利用してみませんか？－」

第933号　2023.10掲載「長崎医師保育サポートシステムー保育サポーター募集!DVD視聴による説明と研修を個別に実施中ー」

第934号　2023.11掲載「長崎医師保育サポートシステムースキルアップ研修会を行いましたー」

＜長崎医師保育サポートシステム関連＞

DVD視聴による保育サポーター説明&研修　事前告知

・NBCラジオ　県庁タイムス　2023.6.5～2023.6.9放送
・長崎新聞　県からのお知らせ　2023.6.8掲載
・長崎新聞　情報アラカルト　2023.5.10、2023.11.17掲載
・「広報ながさき」6月号 No.869　2023.6掲載
　8月号 No.871　2023.8掲載
・「広報ながよ」　7月号 No.808　2023.7掲載
・「広報おおむら」7月号 No.1527　2023.7掲載

保育サポーター募集のお知らせ

・週刊生活情報誌「ライフさせぼ」vol.2194　2023.4.14掲載
・「広報させぼ」7月号 vol.872　2023.7掲載
・「広報いき」7月号 No.232　2023.7掲載
・「広報しんかみごとう」7月号 No.227　2023.7掲載

5. 委員会活動

1 センター運営委員会

センター運営委員会（事業計画）

日　時：2023年6月8日（水）
　　メール会議

センター運営委員会（事業実績）

日　時：2024年3月26日（火）
　　16:00～17:00
場　所：長崎大学病院　多目的指導室
出席者：未定

長崎大学病院メディカル･ワークライフバランスセンター
運営委員名簿（2023年度）

	所　属	役　職	氏　名
1	メディカル･ワークライフバランスセンター	センター長 准教授	南　貴子
2	医療教育開発センター 医師育成キャリア支援室	教授	松島 加代子
3	小児科	准教授	伊達木 澄人
4	移植･消化器外科	講師	小坂 太一郎
5	小児歯科	准教授	田上　直美
6	臨床研究センター 管理ユニット	教授	福島　千鶴
7	薬剤部	教授	大山　要
8	看護部	部長	小渕 美樹子
9	総務課	課長	池野　静香
10	人事企画課	課長	吉岡　裕敏
11	経営管理課	課長	五島　博史
記録	総務課	主査	井手橋　真

（敬称略）

2 企画会議

日　時：2023年5月25日（木）10:00～12:00
場　所：メディカル･ワークライフバランスセンター
出席者4名：南センター長、クラスペディア吉岡氏、センター事務 三宅、山下
議　題：1.県内病院の「医師の両立支援状況調査」について
　　2.学生キャリア講習会について

3 長崎県女性医師等就労支援協議会

日　時：未定
場　所：オンライン
出席者：未定
列席者：メディカル･ワークライフ
　　バランスセンター　南 貴子

長崎県女性医師等就労支援協議会委員名簿（2023年度）

	所　属	役　職	氏　名
1	長崎県医師会	常任理事	瀬戸　牧子
2	長崎大学病院 医療教育開発センター	センター長/教授	濵田　久之
3	長崎大学医学部	教授	髙村　敬子
4	長崎医療センター	院長	八橋　弘
5	佐世保総合医療センター	副院長	早田　宏
6	ながさき女性医師の会	副会長	黒﨑　伸子
7	医療人材対策室	室長	峰松　妙佳

（敬称略）

6.その他

1 見学来訪

2023.09.07　久留米大学 ダイバーシティ･インクルージョン推進室 副室長･准教授 守屋 普久子 先生
「あじさいプロジェクト」の取組について説明
2023.03.17　兵庫医科大学 ダイバーシティ推進室 前室長･教授 飯島 尋子 先生
「助教の当直･裁量労働制」について情報提供

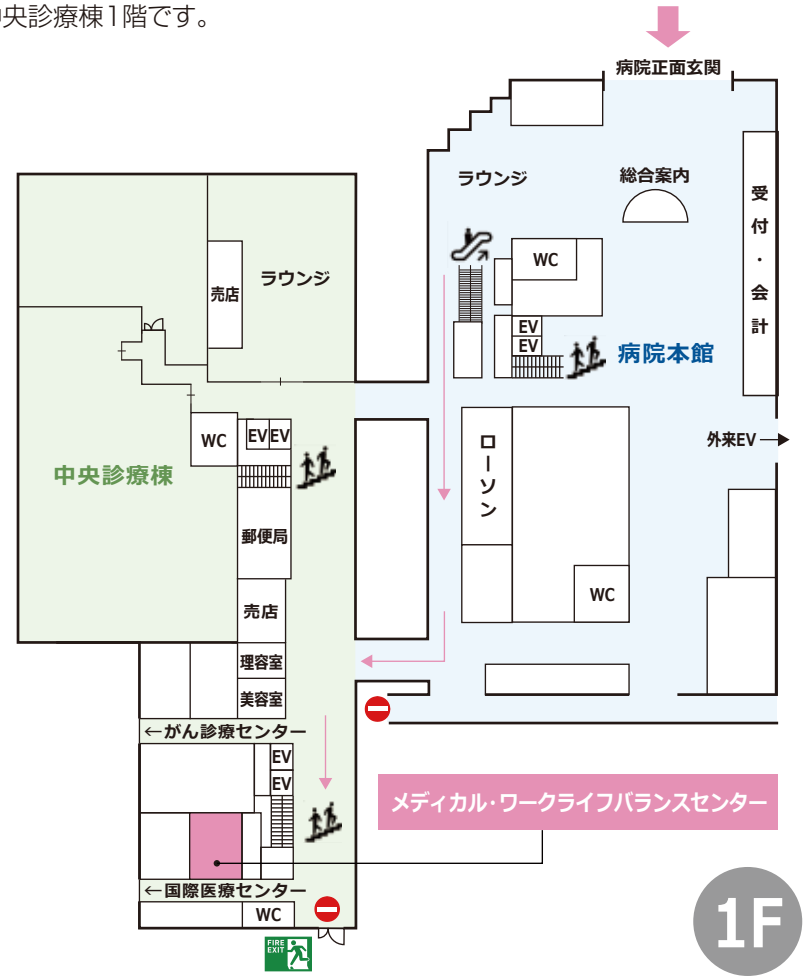
2 関連機関所属一覧

南 貴子　センター長

長崎県医療勤務環境改善支援センター運営協議会 委員
長崎大学キャリアセンター運営委員会 委員（～2023年4月退任）
長崎大学医学部医学科学生委員会 構成委員
ダイバーシティ推進センター働き方見直し推進委員会 委員
日本循環器学会九州支部 評議員
日本循環器学会九州支部 ダイバーシティ委員会 委員
Lovebaby推進委員会 委員

3 メディカル･ワークライフバランスセンターへのアクセス

長崎大学病院　中央診療棟1階です。



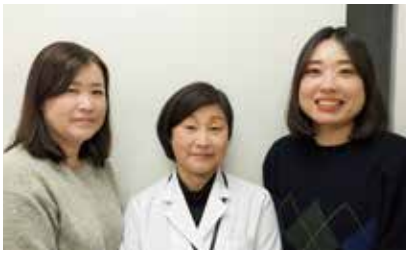
2023年度　あじさいプロジェクト活動報告書
2024年3月発行

発行　長崎大学病院メディカル･ワークライフバランスセンター
〒852-8501　長崎市坂本1丁目7番1号
電話&FAX　095-819-7979
E-mail info01@nagasaki-ajisai.jp
URL https://nagasaki-ajisai.jp

メルマガ配信中!

［Webサイト］　［メルマガ］

メンバー
センター長　　南 貴子
センター事務　三宅スコラスタイン 由香
センター事務　山下 洸



※撮影時のみマスクを外しております。

編集協力･印刷
JiHHi design（ジッヒ デザイン）
電話 080-3905-5865

NAGASAKI UNIVERSITY HOSPITAL
SINCE 1861