

この号の内容

- ① 医師臨床後期研修を始められる先生方へ
- ② 先輩からのメッセージ
- ③ 国における女性医師支援の取組
- ④ 岡山の「梅ちゃん先生」
 - ・ 高梁市成羽の地から。二年目の春に思うこと
 - ・ 人生の楽園？
 - ・ まだまだ、勉強



岡山県医師会

URL

<http://www.okayama.med.or.jp/index.html>

E-mail

oma@po.okayama.med.or.jp

医師臨床後期研修を始められる先生方へ



岡山県医師会 会長 石川 紘

医師として2年間の初期研修を終了され、経験豊かな先輩医師達の指導の下で臨床医としての腕を磨き、既に実働臨床医として診療に当たって来られました。更に今後3年間、専修医、レジデント、シニアレジデント等の称号を与えられ、いよいよ自身の進路、生涯を賭けて進むことになる診療科を意識し、専門分野の医療技術、知識を身につける為に濃縮された研鑽を積むことになります。或いは既に生涯進む専門科を決めて、希望豊かにエネルギーに取組んでおられる先生方も多数おられるでしょう。

兎に角、目的に向けてバラ色の将来が無限に広がっており臨床医学に没頭できるPeriodを迎えました。貪欲に知識・技術を吸収してその上でゆとりを持って人生を謳歌してください。学問・診療一辺倒では息切れがします。今後の長い人生の中で癒しを与えてくれる趣味を養う時期でもありますし又、志を同じくする生涯の友人を得る時期でもあります。しかし、この時期、くれぐれもいわゆるオタクに走ることは避けて下さい。

マッチングされた医療機関ですが、規模の大きい総合病院以外でも特色ある専門科を有し、秀でた臨床業績を積んでいる中堅医療機関も少なからず存在し、専修医を特に歓迎してくれる処もあります。エキスパート思考の先生方には恰好の選択肢であることを心の片隅に於いて下さい。

又、今後、診療に、研究に、社会生活に於いても種々困窮する事態に遭遇することが多々あるでしょう。米国の心理学者ランドルフ・ネッセが提唱している「苦勞の免疫理論」は社会に出て困難な状況とそれに耐えて行く力を免疫に例えています。苦勞は心を強くするワクチンであるとしています。このことを肝に銘じ苦勞もどんどん吸収して、心身共に剛健な医師となって地域医療に貢献されることを期待しております。

先輩からのメッセージ



総合病院 水島協同病院 乾口 芙美恵 先生

初めまして。水島協同病院、総合内科後期研修医の乾口（いぬいぐち）と申します。初期研修医として同病院へ入職したのは、東日本大震災から約1ヶ月後の2011年4月のことでした。最初は右も左も分からず、早く一人前にならなくてはと焦るばかりで、命を扱う重症から逃げ出したくなる事もありましたが、ある先輩医師の言葉「超低空飛行でも、墜落よりはいい」を胸に、何とか一日一日を乗り越えてきました。

そんな初期研修中、最も影響を受けたのが地域研修です。2年目4月からの2ヶ月間、玉島協同病院でお世話になりました。新緑の山々と穏やかな瀬戸内の海、そして春の日差しと同じくらい暖かい地域の人々。そこでは医療と介護の垣根が低く、顔の見える連携により、患者さんの

生活を支えていました。病院では「患者さん」だった方が、自宅では「大黒柱」で主人公になれる。病气や困難があっても、地域の中でその人らしく生きることができる。私もそんな地域医療のお手伝いがしたい、人生に寄り添う医師になりたいと思うようになりました。

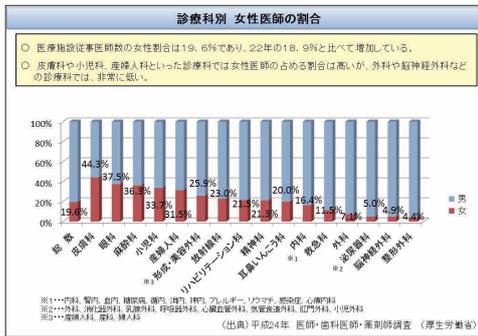
患者さんのもつ困難に丸ごと関わりたいと考え、後期研修は総合内科を選択しました。初期研修医時代に培った広く浅い知識を、掘り下げていく事に面白さを感じています。一人でできる事が増える分、日常業務は忙しく、責任も重くなってきました。しかし、患者さんとその御家族の人生に関わることへのやりがいや喜びは、いっそう増していきます。今の目標は「墜落しないこと」ではなく、「できるだけ高く飛ぶこと」です。

医師としての一步を踏み出す皆さんは、やる気に満ちあふれ、同時にほんの少しの不安を感じていることと思います。誰だって最初は地面からのスタートです。先輩医師を始め多くのスタッフに支えて頂き、患者さんから学ぶ内に、素敵な医師として羽ばたかれることでしょう。そんな皆さんと、地域の中でお会いできる日を楽しみにしています。

平成26年度女性医師支援事業連絡協議会 国における女性医師支援の取組

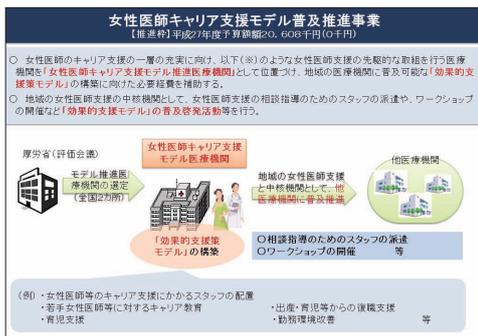
厚生労働省大臣官房審議官 福島靖正氏

女性医師支援が必要となる背景として、医学部入学者に占める女性の割合が約3分の1になり、世代が若くなればなるほど女性医師の割合が高くなっていることがある。全体としては女性の割合は2割であるが、診療科別にみても、皮膚科、眼科では約4割、麻酔科、小児科、産婦人科では3割を超えている。一方、外科、泌尿器科、脳神経外科、整形外科では女性医師の割合は1割以下であり低い。産婦人科では30代では6割近く、20代では7割が女性であるが、外科では女性医師の割合がとても低く、30代では6人に1人、20代では5人に1人の割合となっており診療科による偏りが非常に大きい。



病院に勤務する女性医師（全年齢層）に対し、中断（休職）、離職者に対する理由のアンケートをとったところ、やはり女性特有のライフイベントに結びつく出産・子育てが最も多かった。そこをどうサポートするかが課題である。平成25年に臨床研修修了者に子育てをしながら勤務を続ける上で必要と考えられる条件のアンケートをとったところ、「職場の理解・雰囲気」、「短時間勤務制度」、「当直や時間外勤務の免除」、「勤務先に託児施設があること」、「配偶者や家族の支援」の順に多かった。また、病院に勤務する医師に対し、医師不足の現状において勤務医が一般の労働者に比べ厳しい労働環境に置かれていることがあることについてどう考えるかアンケートをとったところ、「医師には特別な使命があるのだから厳しい勤務環境にあるのはやむを得ない」と考える人より「医師不足という現状においても、勤務環境は工夫次第で改善しうるし、改善すべき」と考える人の割合が多かった。

国における女性医師に向けた支援策は、厚生労働省の施策と自治体を通じて財政支援を行っているものがある。厚生労働省が行っているものは、復職支援、勤務環境の改善、育児支援がある。復職支援は日本医師会に委託している女性医師バンク（女性医師支援センター）事業、働き続けられるための支援としては勤務環境改善と育児支援がある。勤務環境の改善は医療機関において行うものであるが、国としてはそのための指針の策定や女性にやさしい医療機関モデルを確立すること等を行っている。育児支援は補助要件の緩和等、支援対象の拡大を行ってきた。この事業は平成26年度より都道府県の事業になっている。



に関しては医療勤務環境改善支援センターの設置、育児支援は地域の実情に応じた医療機関の保育所事業に対する財政支援をしている。

女性医師のキャリア支援の一層の充実に向け、平成27年度に「女性医師キャリア支援モデル普及推進事業」として2000万円の予算を計上している。女性医師支援の先駆的な取組を行う医療機関を「女性医師キャリア支援モデル推進医療機関」として位置づけ、地域の医療機関に普及可能な「効果的支援モデル」の構築に向けた必要経費を補助する。地域の女性医師支援の中核機関として女性医師支援の相談指導のためのスタッフ派遣やワークショップの開催など「効果的支援モデル」の普及啓発活動を行う「女性医師キャリア支援モデル普及推進事業」も行う。

現在医学部の学生の約3分の1が女性であることより、これまで女性医師が少なかった診療科や職場、指導医や管理者においても今後その割合が増える予想されているが、女性医師は妊娠・出産等により仕事と生活を両立させることが困難となってキャリアを中断せざるを得ない場合が多い。医療の質を確保し、患者に必要な医療を安全かつ継続的に提供していくためには女性医師を取り巻く状況を前提とした更なる環境整備が求められている。女性医師が働きやすい環境というのは男性医師にも働きやすい環境であり、男性医師にも働きやすい環境というのは他の医療従事者にとっても働きやすい環境と言える。女性医師が働き続けやすい環境整備を進めるにあたっては、性別や職種を問わず医療従事者全体の勤務環境の整備と調和を図る視点を持つことが大切である。

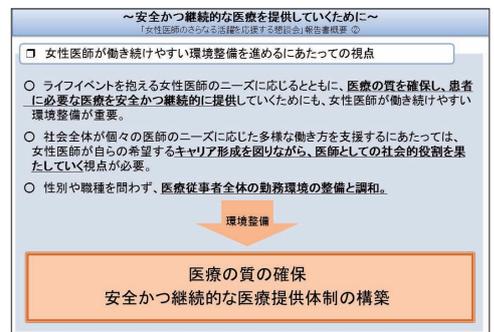
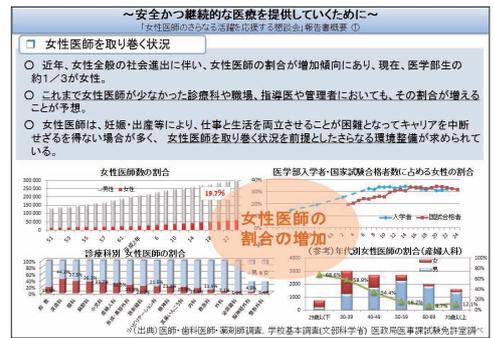
ライフイベントを抱える医師への包括的支援としては職場をどう整備していくかということが大切である。ライフイベントにかかる負担軽減のためには職場の管理者・上司の理解、院内保育所の柔軟な運営等が必要であるが、一方で支援を受ける医師も医師としての役割を主体的に果たし、周りに対して感謝する姿勢が大切である。また、ライフイベントを持っている人、いない人、様々な年代の人がいるので不公平感のないようにすることが大切である。医療の質の確保、安全かつ継続的な医療提供体制の構築を目標に支援デザインを構築する。

ライフイベントを抱える医師への包括的支援として

は職場をどう整備していくかということが大切である。ライフイベントにかかる負担軽減のためには職場の管理者・上司の理解、院内保育所の柔軟な運営等が必要であるが、一方で支援を受ける医師も医師としての役割を主体的に果たし、周りに対して感謝する姿勢が大切である。また、ライフイベントを持っている人、いない人、様々な年代の人がいるので不公平感のないようにすることが大切である。医療の質の確保、安全かつ継続的な医療提供体制の構築を目標に支援デザインを構築する。

(出典)

- 平成24年 医師・歯科医師・薬剤師調査（厚生労働省）
- 医師・歯科医師・薬剤師調査、学校基本調査（文部科学省）医政局人事課試験免許室調べ



岡山の「梅ちゃん先生」

なりわ
高梁市成羽の地から。二年目の春に思うこと

高梁市国民健康保険成羽病院附属
吹屋診療所 内科 松田祐依先生

決して一人ではない。その思いに支えられて、成羽での生活も一年が経過しました。

私は自治医科大学を卒業し、岡山済生会病院で初期研修後、昨年成羽病院に赴任しました。満開の桜に迎えられての初めての成羽の地。一人の内科医としてしっかりやらねば、という焦りばかりが先を行き、できない自分に不甲斐ない思いは深まりました。一人で解決しなければと抱え込むこともありましたが、しかし、そんな私に周りの先生方、スタッフの方々はいつも助けの手を差し伸べてくださいました。あるときは責任をもって任せていただき、必要なときには周りの協力が得られる環境を与えていただきました。また、地域の方々が、新米医師の私をあたたかく迎えてくださる中で、医師として成長させていただいた一年でした。

成羽で迎える二年目の春。新緑薫る弥高山の自然のなかで、成羽病院スタッフ全体の研修会が先日行われました。



様々な部署のスタッフが集まり、小グループに分かれてのディスカッションです。私たちのグループは“地域の方が来院しやすい病院にするために”というテーマで話し合いました。開始とともに活発な意見が飛び交い、ときには笑いも交えつつ、改善にむけて建設的な意見が組み立てられる中で、スタッフが自分の部署だけでなく、他部署はもちろん病院全体、さらには地域への影響について問題点をみつめている姿に刺激を受けました。病院スタッフの一員として、そして地域で生活する一人として、よりよい医療が提供できるように、という思いの強さはとても心地よいものを感じられました。

研修会に参加して、私も成羽病院を“この地域の大切な病院”と強く意識しました。地域をよりよくするために病院ができること、を常に考えるスタッフの姿勢に、この地で働くやりがいを改めて感じました。地域密着型病院の医療スタッフとしてともに歩むため、あらためてスタッフ一人ひとりとお話する時間をつくり、地域への思いや、働くなかで大切にしている思いを理解し、より安心して暮らせる地域へ、人の笑顔へとつなげていきたいと感じています。

この地に育ててもらっていることへの感謝を行動に移したい。新米医師の二年目はこんな風にスタートしています。



(岡山県医師会報「Enjoi通信」2014年6月10日発行・第1383号から転載)

人生の楽園？

宮島医院 宮島美穂先生



私が故郷の真庭市に帰ってきたのは今から9年前。長男が2歳の時でした。

私の家は古くからの無床診療所で、いずれは帰ろうと思っていましたが、築100年を超える実家を改築することになり、家が出来たら、と予定よりも早くの帰郷となりました。

私の住んでいる真庭市月田地区は、人口約1,300人、市立の保育園と小学校がありますが、いずれも1学年が10人前後という小さなコミュニティです。高齢化が進み、若い人は貴重な人材で、主人は早速青年会と消防団に入り、地域の行事があると草刈りや準備をし、お祭りがあると屋台を出したりと、いろいろと忙しくなりました。私の方も、周りの人から「ここでは子供はみんな3人なんで」と言われ、気がつけば3人の子の母親となり、子供会の役員や小学校の役員をするようになっていました。

‘役員’というと‘大変、やりたくない’というイメージがありますが、ここではそれほど面倒な事ではありません。親の人数も少ないので、役員は順番に回してやっており、決めるのもさほど難航はしません。また小学校では、各学年ごとで年に1回、保護者と担任の先生とで懇親会を開いており、子供会でも年度の始めと終わりに懇親会をしてい

て親同士が仲良くなるので、決めごとをするにも比較的すんなり事が進みます。また、この地域ならではかと思いますが、同じ名字が多いので、みなさんお互いを下の名前と呼ばれます。狭いところなので家の場所も分かるし、家族構成やお父さん、お母さんの勤務先、乗っている車（もちろんナンバーも）などなど、みなさんびっくりするぐらいよそのお家の事をよく知っておられます。

たいていが3世代同居、中には4世代で、ほとんどのお母さんがお仕事をされていますが、とある日、‘ここは子育てがしやすい’という話題で盛り上がったことがあります。おじいちゃん、おばあちゃん、みんなが育児に関わってくれ、近所の人も子供達の顔と名前を覚えてくれているので、外で遊んでも安心できる。いい事はほめてくれるし、悪い事をすればみんなが叱ってくれる。いい所なのに、何で若い人が帰って来ないんだろう？結婚する人も減り、子供の数も急速に減ってきているのが現状で、小学校も近いうちに複式学級になると言われています。子供を増やしたい、というのはお母さん方の切実な願いで、「産める人はもう1人産もうや」なんて、すごいアイデアまで出たこともあります。「うちは4人いると仕事ができなくなるわ」と言うのと、「大丈夫、仕事はおじいちゃんがやってくれる」なんて言われてしまいましたが、今のところ3人で勘弁してもらっています。

最近うれしいことに、田舎に住みたいと、真庭にIターンで移住される方が増えてきています。田舎は四季の移り変わりがはっきりと感じられ、野菜や水はおいしく、また人々の温かさを実感できるところです。家も庭も広くて、子供達がのびのびと遊べます。田舎もいいな…、と思われた先生方、一度遊びにおいで下さい。住民一同、心よりお待ちしております！

(岡山県医師会報「Enjoi通信」2014年8月25日発行・第1388号から転載)

まだまだ、勉強

● 亀乃甲診療所 岩本 さちみ 先生



先日、「地域総合小児医療認定医」申請書なるものが、小児科医会から届いた。なんじゃこりゃ？と開封。子供の健全な発育と総合的支援を地域で実践できる小児科医養成の制度とのこと。過去2年間の活動を基準にして、認定されるようだ。

ふむふむ、平成28年度まではおおむね自己申告でいいのか。地域貢献度に重きを置いている(らしい)。貰えるものは何でも貰っておこうじゃないのと、根っからの貧乏性。数ある項目に目を通して見た。

県北の、年間出生数が60人前後の当地区。合併した町の3分の1は高齢者。ゆりかごから墓場まで、人生の前半および女性は小児科の女医(私)が、人生半ばからジジ・ババさんまでは内科の相棒が、と、2人3脚で開業して四半世紀余り。山また山の地区で、歯科・離乳食指導・個別指導をまとめて受けられる集団健診だからこそ、受けに来る乳児健診。年間十数回の集団健診がたったの5点？ 個別健診を100人したら、10点？ 個別健診なんて全員来たって、100人には程遠いんですけど。

小学校は統廃合で2校だけになり、8つあった幼稚園と保育園も1つの保育園を残すだけ。中学校は1校のみ。そのすべての施設の園医・校医をさせてもらって、なんて贅沢な小児科医人生よと、個人的には嬉しい環境なのだが、これも、受け持っている数によって点数が大きく違う。

子供の数は確実に減ってはいるが、気になる子どもたちは増える一方。気になる親も増える一方。外来は、診療よりも予防接種とよろず相談が幅を利かせている始末。だが、こちらの点数も少ないのねえ…

勿論、必修研修出席のノルマもある。まあ、これは専門医更新の研修と重なるので何とかできると思うが、5年間で500単位ではなく毎年100単位以上と条件が細かくなるといささか厳しいなあ。代診の医者もいない田舎の開業医には、ハードル高すぎるかも。おまけに小児科医会の県会長の推薦状があるけど？

地域総合医療って、なんなんだろう？と、点数を書き込みながらいささか、無常感を味わう始末。それでも幸いなことに、小児科医会現会長の中島道子先生には、学会などで優しくお声をかけていただくこともあり、不躰な推薦状の依頼も快く引き受けていただけた。ともかく年度末に申請できそうだが、ただ、先に書いたように更新できるかどうかは大いに疑問が残る。まあ、こういう制度がないと遠方まで講習に行こうと重い腰を上げることもないから、怠け者にはいい機会かもしれない。まだまだ勉強し続けろよ、という天の啓示と諦めて、現役続行するしかないなあと、空を仰ぎみる50代最後の秋でありました。

(岡山県医師会報「Enjoi通信」2014年10月10日発行・第1391号から転載)

第17回 Doctor's Career Café in OKAYAMA

「メディカルカフェ in かわさき『女性医師を応援します!』パート2」

平成27年1月15日(木) 無事終了いたしました。

1) 話題提供 (30分)

川崎医大 チーフレジデント 窪田 寿子 先生
川崎医大 准教授 塩谷 昭子 先生

2) 自由懇談 (50分・・・4-5人掛けのテーブルごとに)

● 託児支援のご案内

岡山県内の医療機関に勤務する医師及び岡山県内に居住しておりかつ医療活動に対し意欲のある医師が、学会・研修会・大学院授業に出席するため託児が必要な場合は、県医師会がサポートいたします！(事前登録が必要です。お気軽にご連絡ください。)

- 場 所…ポストメイト保育園イオンモール岡山
- 補助金額…1時間につき500円
- お問い合わせ先…岡山県医師会
TEL : 086-272-3225 E-mail : omajoi@icloud.com

岡山県医師会による マタニティ白衣レンタルサービス事業のご案内

なでしこプロジェクトのマタニティ白衣は岡山県医師会女性医師支援事業でレンタルできます。ご希望の方は岡山県医師会までご連絡ください。

le coq sportif MATERNITY DOCTOR COAT

キャリア支援

Dr.なでしこプロジェクト

妊娠中の医療者の方のための

ドクターコート

医療分野の中で生き生き活躍する女性をイメージして、フランスのスポーツブランド「ルコックスポルティフ」メディカルウェアでは、妊娠初期から産後まで対応できるマタニティ白衣を岡山県医師会にご協力いただきながら開発しました。日本中に花咲くなでしこドクターのご活躍を応援いたします。



● 編集後記

本号がお手元に届くころには、新年度を迎えられ、医学生の方は臨床研修医として、研修医の皆様は専攻医として第一歩を踏み出されたことと思います。今年度も岡山県で臨床研修を始められます研修医を歓迎する会「WELCOME研修医の会」を開催しました。詳細は次号でご報告いたします。

今号は女性医師にスポットを当てました。女性医師3割時代に向け、国でも施策を検討中です。国の取り組みの現状を紹介します。数年前ですがNHKで女性医師が主人公の「梅ちゃん先生」という朝の連続テレビ小説が放映されていました。番組の最後に全国の女性医師が紹介されていましたが、岡山県

内の「梅ちゃん先生」を紹介させていただきました。岡山県医師会報には「Enjoi通信」という女性医師のコーナーがあります。そのコーナーに地域での診療風景をテーマに寄稿して下さったものを転載しました。年代の異なる3名の先生方です。女性医師にはロールモデルがないとよく言われますが、そんなことはありません。その地で生き生きと働かれている先生はたくさんいらっしゃることを痛感いたしました。今後、各地域の先生を順次紹介させていただきます。

岡山県医師会の女性医師支援事業は地方会等の学会出席の際の託児支援の適応範囲を大学院授業・研修会出席にまで拡大しました。また、妊娠中でも生き生きと働いていただくためにマタニティ用のドクターコートのレンタルも開始します。利用をご希望の方は岡山県医師会までお問い合わせ下さい。(神崎)