http://www.okayama.med.or.jp/activity/kaihou.html

岡山県医師会女医部会報

第30号
2020.11.25

岡山県医師会
〒700-0024
岡山市北区駅元町19番2号
TEL 086-250-5111
FAX 086-251-6622
mail:
oma@po.okayama.med.or.jp

INDEX

p1　第4回女性の健康週間　県民公開講座
「耳鳴り・めまい・難聴～困っているあなたへのアドバイス～」の報告
p3　シリーズ女性医師支援
岡山家庭医療センターでの取り組み

第4回女性の健康週間　県民公開講座「耳鳴り・めまい・難聴～困っているあなたへのアドバイス～」の報告

岡山市立市民病院／岡山県医師会女医部会　前部会長　坂口 紀子

例年にも勝る安堵と感謝とともに、この報告を記しています。講座の開催は令和2年2月24日（月・振替休日）、国内の新型コロナ肺炎感染第一波の早期でした。もちろん、プログラムの計画段階（2019年夏）では、私達企画者はこの感染症の名前すら知らず、「4回目だから、これまでの経験を活かして頑張ろう」くらいの気持ちでおりました。ところが、2月6日にクルーズ船ダイヤモンド・プリンセス号が横浜に停泊し、乗客の感染者数の発表が日ごとに増えていきました。ちょうど2月20日から22日まで日本災害医学会が神戸市で開催されたのですが、私はその学術集会に参加しました。学会員の中には、ダイヤモンド・プリンセス号に乗船して業務を行った方達もおり、発表の取り下げや、逆に急遽追加されたCOVID-19関連演題もありました。学会は、当時として考えうる最大限の会場内広報、感染予防対策をもって、無事に閉会しました。

開催の週開けになり岡山県や隣接県にまだ感染者の報告はありませんでしたが、部会員の中でも開催の是非は意見がわかれました。しかし、神戸で経験したノウハウと、他の集会の状況を参考にしながら、2月24日の健康講座を敢行することになりました。すなわち受付の3階、4階への分散、参加者のためのアルコール消毒スプレーの準備、体調不良者に参加を自粛していただく掲示、座席は三木ホールと401会議室の席をできるだけゆったりと使っていただくこと、休憩時間の短縮などプログラム進行の繰り上げを行いました。事前予約制で参加者の名簿はできていました。岡山県医師会としては、翌日から当分の間、会議や講演会は中止や延期となったようです。

メイン会場

さて、今年の2講演は以下の通り耳鼻科のお二人の講師にお願いしました。

［講演1］中高年のめまい

講師　ゆうえん医院院長
　　結縁晃治先生

結縁晃治先生

耳の病気でおきるめまいとして、メニエール病、良性発作性頭位めまい症など、その他に加齢からくる体力低下によるめまいなどについて、症状、検査、対処法などお話いただきました。

2講演の間に、「土台をつくろうpart1」（姿勢とストレッチで体幹を整える好評シリーズ）岡山県医師会専務理事／神崎皮膚科院長　神崎寛子先生の実技指導がありました。

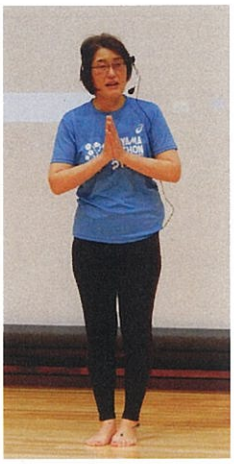
［講演2］難聴と耳鳴りの耳よりな話

講師　岡山大学病院耳鼻咽喉科助教　菅谷明子先生

菅谷明子先生

難聴と耳鳴りの起こり方や対策についてのご講演でした。

聴講者のアンケートの感想では、「内容がわかりやすかった」「加齢ばかりではない、めまいの原因と種類が分かった」などの感想をいただきました。また、聴力障害のある受講者が多いことが予想されたため、講師にお願いしてサブスクリーンに説明用の文字スライドを準備していただいたことは良かったと思います。



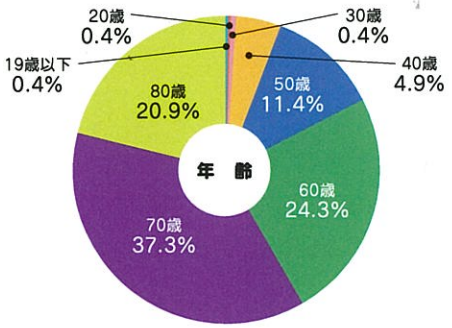
神﨑寛子先生

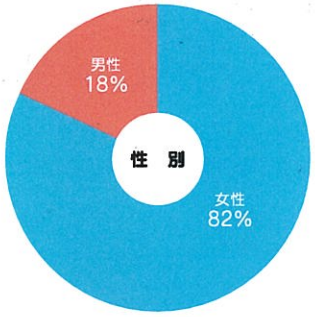
他に参加者の属性、運営、講演内容の評価は以下をご参照ください。

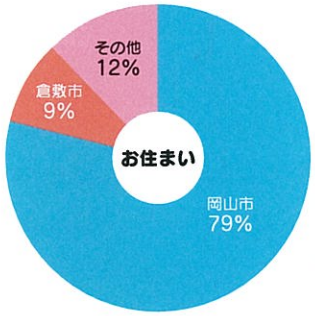
次回の講座は当日アンケートの結果から、眼科領域の疾患を予定しておりますが、来年2月下旬あたりの時期は感染症流行の予測が立たず、集会形式の行事は厳しそうです。早く今の状況が落ち着いて、再び、県民の皆様に喜んでいただける健康講座が開催できることを心から願っています。

サテライト会場

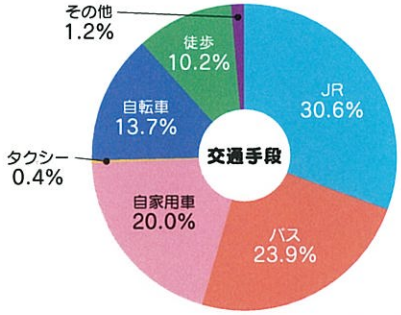
女性の健康週間　県民公開講座（R2.2.24）アンケート結果

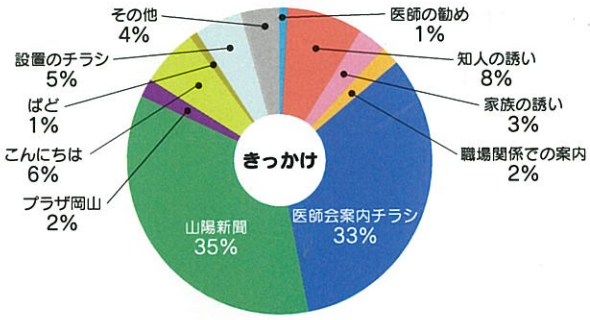


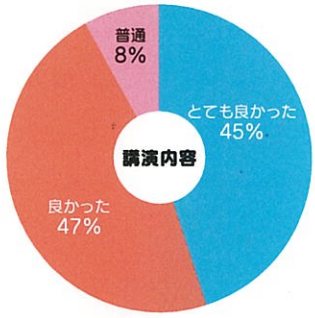


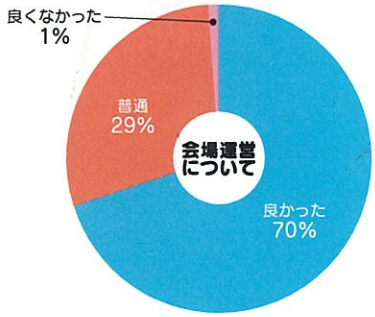


※その他
津山市　真庭市
玉野市　吉備中央町
総社市　鏡野町
新見市　早島町
備前市　里庄町
赤磐市　和気町
瀬戸内市









参加者　約360名
回答者　264名
※無回答を除く

シリーズ
女性医師支援
病院での
取り組み
第24回

岡山家庭医療センターでの取り組み

社会医療法人清風会　岡山家庭医療センター　奈義・津山・湯郷ファミリークリニック　松下 明先生

岡山家庭医療センターでは3つのクリニックでの家庭医療の展開に加えて、家庭医療・総合診療の後期研修プログラムを平成18年から提供し、3-4年コースで卒後医師教育と指導医養成を行っています。

当初は男性医師がほとんどでしたが、1名の女性指導医と1名女性後期研修医（専攻医）の参加から始まり、現在は常勤医師に占める女性医師の比率は46％と半数に近づいています。

結婚、出産、育児に加え、病気、大学院進学など勤務調整が必要な場面がこの10年で多くあり、チーム内で業務を調整して乗り切っています。具体的な事例を紹介して、他の医療機関の参考にしていただければと思います。

事例1　医師夫婦の子育てに組織で関わる

核家族で医師夫婦が勤務する場合に、発熱など保育園が利用できない場面での勤務調整が必要となります。2つのクリニックで別々に勤務されていたので、発熱が続く場面では、月曜日はご主人が休み、火曜日は奥さんが休みとその現場の体制に合わせて、スケジュールを調整するのは大変でした。医師同士の飲み会（最近はコロナでできませんが）では、必ずお子さんも同席していたので、岡山家庭医療センター全体で子育てをしているような雰囲気を作ることができました。

奥さんは大学院も進学され、毎週火曜日は岡山大学に通学される状況で、火曜日はご主人が早くお子さんの迎えに行けるような勤務調整を行い、宅直（訪問診療の夜間当番）も調整をしながら、チーム全体の不公平感が少なく、このご夫婦のサポートができるように配慮しました。看護師や医事職員は産休育休、子供の発熱での休みなどの対応はこれまでも行ってきましたが、医師に対するこういった体制はこれまで不十分でしたので、この核家族をサポートとすることで、組織として一歩ずつ進歩できていったと思います。

このご家族はさらに2人目のお子さんを出産されたため、その後の産休・育休後は奥さんが非常勤として週2日の非常勤で復帰を行い、現在は大学院の日を除く週4日勤務に戻られていますが、奥さんの方は宅直や当直を免除し、土曜日外来もなしで勤務することでライフワークバランスを保てている状況です。

岡山大学のダイバーシティ推進センター教授の片岡仁美先生と家庭医療・総合診療専門医後期研修プログラムでご一緒することが多く、専攻医向けのレクチャーで教えていただいた枠組みとして【5人のチームの5人目として復帰するのではなく、6人目として復帰できるポジションがあることが重要】（図1）というものがあります。これは女性医師支援のみならず、メンタルヘルス不調や介護問題など、男女を問わず働き方改革において重要な概念で、5人目として戻ると穴が開くことが大きなストレスとなるが、6人目として戻れるポジションならお子さんの発熱時の対応を含めて組織でカバーしやすくなるという印象です。組織としての経済的バックアップが必要とは思いますが、若い医師の教育面や、他の医師の夏休み体制など含めるとある程度余裕のある人員配置ができる工夫があると、復帰プロセスは進みやすいと思っていますし、実習に来る医学生に対してもロールモデルになると感じています。

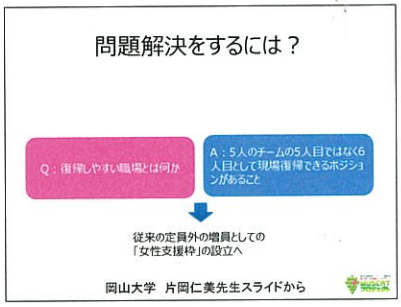


図1

事例2　医師のメンタル不調に対応する

20年にわたり、家庭医療・総合診療専門研修を提供していますと、男女に関わらず、メンタル不調による休職に向き合う場面が数回ありました。上記の体制はこの場面でも効果を発揮することができました。ある医師の場合には宅直や当直免除、早めに帰宅できる対応をしてみましたが、休職を余儀なくされ、その後は段階的に復帰のプロセスをとることができています。体調が回復後は週2日などの非常勤から復帰して、週4日常勤勤務で対応できていま

す。臨時対応においては【お互い様】と思える文化の醸成が重要で、いかにして全体でマンパワーバランスをとるかという点で知恵を絞る必要があります。

上記の片岡教授のスライドからもう一つご紹介すると、今後は女性医師支援だけでなく、メンタルヘルス対応や介護対応など男女を問わない働き方改革の時代が訪れていて、それに向けた職場の在り方が問われています（図2）。働く人たちの笑顔がいつもみられる職場になるように、今後も岡山家庭医療センターでは良い文化を作り、支え合える体制を目指していきたいと思います。

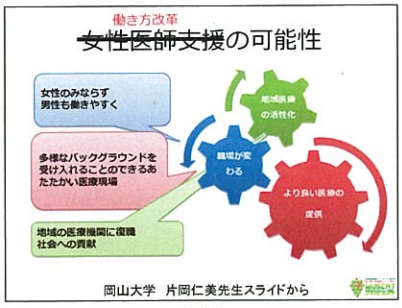


図2

中止・延期・WEB開催となった関連行事（令和2年度）

- 男女共同参画フォーラム　延期
- 日本医師会女性医師支援センター事業中国四国ブロック会議　中止
- 第11回岡山MUSCATフォーラム　WEB開催
- 令和2年度女性医師支援担当者連絡会　中止
- 第3回天晴れおかやま女性医師リーダー養成ワークショップ　WEB開催
- 女性の健康週間　県民公開講座　中止

2020年6月～ 2年間 岡山県医師会女医部会委員会

部会長　渡邉　恭子(岡山市)
副部会長　清水　順子(玉　島)、村田亜紀子(勝田郡)、大野広子(玉野市)
委　員　坂口　紀子(岡山市)、金重恵美子(岡山市)、荒木詞奈子(岡山市)、川中　美和(岡山市)、吉岡　敏子(西大寺)、横尾　雅子(倉　敷)、草場珠郁子(児　島)、赤野　祐子(津山市)、永山　順子(笠　岡)、小田　幸江(井　原)、漆原嘉奈子(吉　備)、生田　夏実(高　梁)、溝尾　妙子(新　見)、木村　恵(御　津)、大塚ふよう(赤　磐)、藤原みち子(和　気)、齋藤　稚里(北児島)、杉原いつ子(都　窪)、新津　純子(浅　口)、菊池　了子(美作市)、岩本さちみ(久米郡)、片岡　仁美(岡　大)　(担当理事)神﨑専務理事、藤本常任理事

編集後記

今年の春から新型コロナウイルス感染症のため、全国一斉休校、緊急事態宣言、オリンピックの延期、自粛生活、テレワークの推進など世の中が大きく変化しました。

私は眼科を開業していますが、この夏学校からの視力検査の結果を持って来院されたお子さんの中に、小学校低学年の女児が2名おられました。2名とも1年前には視力が良好でしたが、今年6月の学校検診では、視力が0.1以下になっていました。近視や遠視もありません。器質的疾患はなく、何らかの心のストレスによって視力が低下する心因性視力障害と考えました。お母さんの話では、3月に急に一斉休校になり、4月に学年が変わってクラスの変更があったが時々しか学校に行けなかったので友達とも会う機会が少なくストレスがあったようだ、とのことでした。今までなかった環境の変化により、子供たちにも大きくストレスがかかっていたのだと感じました。早くコロナ感染症が収束して、子供たちの日常が守られることを心から願っています。

これからインフルエンザが流行する季節になります。インフルエンザワクチンを早めに受ける、マスク着用、うがい、手洗い、三密を避けるなど様々な感染予防対策を徹底して、再び感染症が流行することを阻止したいものです。そして、一日も早い新型コロナウイルスの治療薬の確立とワクチン開発が望まれます。

最後になりましたが、今回の会報の作成に関わってくださった皆さまに心から感謝申し上げます。

玉野市医師会　大野広子