置かれた場所で咲くということ

昭和医科大学江東豊洲病院　産婦人科　小松玲奈

これまでのキャリアを振り返ると、私の原点はやはり「臨床」で患者さんを診ることにあると思います。周産期を専門とする医師として妊婦や胎児と向き合う仕事は、私にとって天職と言えるものでした。その中で、学会発表や学会活動を通じて知識を深め、経験を積み重ねてきました。しかし、キャリアを積み重ねる中で、私の人生には大きな転機が訪れました。それは出産です。

出産と同時に、仕事から離れざるを得なかった期間は、私にとって苦しく悔しいものでした。「働きたいのに働けない」 という思いと不安が心に重くのしかかり、自分が価値のない存在に思えてしまうこともありました。「自分は十分ではない」と感じる気持ちになり、インポスター現象に陥ったようでした。

そんな中、夫の都合でアメリカに 2 年間住むことになりました。アメリカでの生活は、それまでの私の考え方や価値観を大きく変えるきっかけとなりました。日本では常に他人に合わせ、周囲の目を気にして行動する自分がいましたが、アメリカでは多様な人々がそれぞれの個性を尊重しながら生きている姿が印象的でした。「自分らしさ」を大切にし、自信を持って生きる人々の姿に触れるうちに、少しずつ私自身も変わっていったのです。負い目や不安にとらわれていた自分から抜け出し、自分自身を肯定できるようになりました。

2 年間のアメリカ生活を終え、日本に帰国してからは、再び新しい挑戦が待っていました。2 人のこどもの子育てをしながら働くことは、想像以上に大変なことでした。 さらに、夫の単身赴任や、こどもの成長過程における困りごと、自分の体調不良で思うように働けない日々もありました。しかし、そんな中でも私は、母校であるノートルダム清心学園の元理事長、故 Sr.渡辺和子の著書（幻冬舎、2012 年）にある「置かれた場所で咲く」という言葉を自分の中で繰り返し、できることを少しずつ積み重ねていくことを心掛けました。

私が気づいた事は、どんな状況であっても目の前のことに責任を持って取り組むことが何よりも大切だということです。子育てと仕事の両立に悩む日々の中でも、私はやはり妊婦と胎児を診ることに喜びとやりがいを感じました。この仕事は、私にとって生涯をかけて向き合うべき「天職」であると改めて実感したのです。

人生の中で、思い通りにいかないことや困難に直面することは避けられません。しかし大切なのは、その状況の中で自分にできることを見つけ、誇りを持ってやり続けることだと思います。 スピードは速くなくていい。少しずつで構わない。一歩一歩進むことで、いつか振り返ったときに自分が「咲いた」と思える瞬間がきっとあるはずです。

私はこれからも置かれた場所で咲き続けていきたいと思います。そして、妊婦と胎児の健

康を支える周産期という仕事に、誇りと責任を持ちながら歩んでいきたいです。 それが、私にとってのキャリアであり、人生そのものだと思います。

［著者略歴］ **小松　玲奈**（こまつ　れいな）

広島県出身
2001 年　川崎医科大学医学部　卒業
川崎医科大学附属病院産婦人科、鹿児島市立病院新生児科、広島市立広島市民病院産婦人科を経て、現在昭和医科大学江東豊洲病院産婦人科に勤務
日本産科婦人科学会　産婦人科専門医・指導医
日本周産期・新生児医学会 周産期専門医・指導医（母体・胎児）
日本超音波医学会　超音波専門医・指導医
日本人類遺伝学会　臨床遺伝専門医
日本胎児心臓病学会　胎児心エコー認証医　他
研究者・産婦人科医の夫、生物博士の中 3 男子、わんぱく小 5 男子の 4 人暮らし
自立しつつある息子たちから目を離さないようにしながら、やっと自分のペースで仕事ができるようになってきました。

～DEI 推進委員会より～

自己肯定感を磨く　～インポスター現象を乗り越えて～

　インポスター現象とは、本来高い実績があるにもかかわらず、評価されているのは偶然に過ぎない、自分は無能であると感じてしまう、自己肯定感の低い心理状況を指します(Clance P.R.,1978)。特に出産や育児などにより仕事のブランクが生じると、このような状態に陥りやすいとも言われています。
　本エッセイでは、インポスター現象に陥りながらも、アメリカでの多様性に富んだ環境や「置かれた場所で咲く」という言葉に支えられ、少しずつ自己肯定感を取り戻していく過程が印象的です。天職と感じる仕事に誇りをもち、できるときにできることを丁寧に積み重ねていく姿勢は、キャリアと家庭の両立に悩む多くの人にとって希望となるメッセージではないでしょうか。

責任編集
DEI 推進委員会