

ケセラセラ

日野市立病院 産婦人科 柳下玲子

私は卒後 24 年目になる産婦人科医です。ひと昔前の、医学部卒業と同時に入局する世代です。小学生の時から小児科医に憧れていましたが、学生実習にて分娩を見学した際に、自分の進むべき道はここだと思い産婦人科に入局しました。ただ当時は月の 2/3 を超える当直がある時もあり、身体と心の安定を図るのにとても苦労しました。そのため、勉強や仕事以外の将来のビジョンを持つことが困難でしたが、少しでも勉強して吸収したいと、もがいていました。

大学院を何とか卒業した後、当時すでに両親が高齢で、両親の介護の可能性を考え同居を始めました。すると介護どころか、一人医長や、大学の診療班チーフでの勤務もあり、逆に自分の世話をしてもらうことが多く、話が違くと嫌味を言われる始末でした。

その後、転機となるのは結婚と出産です。医師 12 年目で結婚し翌年に女兒双子を出産しました。出産後は研修医時代と同じくらいの忙しさで、双胎妊娠の管理は知っていても、双子育児に関しては無知であることを知りました。この時、多胎クラスの存在意義や産後うつへの対応の大切さがわかりました。また当時は男性育休がありませんでしたが、夫が育休を取れたらどれだけ助かっただろうと思いました。その後、5 か月で保育園に入ると、育児の負担が大幅に減り、自分も勤務に戻ることができ、本当に救われました。またこどもが病気の際には（0,1 歳は年の半分くらい）病院の病児保育に預かってもらい、内服や処置まであらゆることをして頂きました。病児保育がなければ常勤を継続することは不可能でした。また家では夫や両親にも育児をしてもらい、何とか幼児期を乗り切りました。

子育てが少し楽になった頃から、両親の内服忘れや転倒に気づき、介護が始まりました。その後、両親の様々な病気が発覚し、入院や手術を繰り返すようになりました。これが 2 つ目の転機です。勤務する病院の先生やスタッフの方々に散々お世話になり、様々な病棟ですっかり顔なじみになってしまいました。

研修医時代から育児や介護など家族の問題が出てくるまで、私はその度に家族のみならず、沢山の方々に支えて頂き、仕事も勉強も続けてゆくことが出来ました。これからは子育てや介護を担いながら勤務される方も増えてくると思います。一人で抱え込まずに「私はここが困っている！」と各方面の方々に相談し、助けてもらうことが、自分にとっても家族にとっても大切なことと思います。まさに「ケセラセラ」で大抵のことは何とかなります。そして、自分の中で常に何か目標をもって勉強し続け、携わる診療をブラッシュアップしてゆくことが、患者さんのみならず、周囲の支えてくださる方々への恩返しにもなると信じています。

[著者略歴] 柳下 玲子（やぎした れいこ）

東京都出身

2002 年 杏林大学卒業

2008 年 杏林大学大学院卒業 医学博士取得

2004 年 東京都立大塚病院

2006 年 杏林大学医学部附属病院

2008 年 関東中央病院

2010 年 杏林大学医学部附属病院

2012 年 日野市立病院

産婦人科専門医・指導医 母体・胎児専門医・指導医 超音波専門医・指導医

臨床遺伝専門医 新生児蘇生法インストラクター

数年前より育児と介護のダブルケアですが、周りの方々に支えられ、日々を乗り切っています。家族のことを誰かに託すことは基本的に難しいですが、少しでも担ってもらいながら、診療に携われるほうが、自分の心身安定も図れるような気がします。

～DEI 推進委員会より～

多様な医師がキャリアアップできるために

DEI とは、Diversity, Equity, and Inclusion の略で、日本語では多様性、公平性、包括性と訳されます。DEI 推進委員会では、多様な背景、キャリアの方が活躍できるようにという理念のもと活動しております。その一環として、リレーエッセイをはじめることとなりました。十人十色の経験、キャリアを紹介し、皆様がキャリアを考える際や進路に迷った際の一助になればと考えております。

ライフステージの中でそれぞれ妊娠、育児や介護、臨床に教育、研究とマルチタスクをこなさなければならない時があり、キャリアについて悩まれることは少なくないでしょう。困った時に周囲に相談し、助けを求めることが大切という本エッセイのメッセージは、DEI 推進に重要な視点であると思われます。余裕がない時こそ「ケセラセラ」を思い出し、周囲の力も借りながら前向きに進めるといいですね。

責任編集

DEI 推進委員会