

# NHO TALK SESSION



竹内 志織

大学時代からヴィオラを演奏し、現在も医師会オーケストラで活動中。

安田 あゆ子

3人の息子の子育て終了宣言を控えるベテラン。米国留学や厚生労働省出向も経験。

小暮 あゆみ

2児の母。レジデント中断や専業主婦期間を経て、非常勤から常勤へ復帰。

曾我 舞

趣味はドライブと旅行で、一人旅も楽しむ行動派。



## 特集 スペシャル企画

# NHO女性医師の本音座談会

結婚・妊娠・出産、育児と当直、評価や昇進——。世代や診療科が違えば“現実の壁”も違う。

だからこそ、個人の頑張り論ではなく、仕組みと運用で解いていく視点が要る。今回は名古屋医療センターから、研修医、子育て中、そして子育てを卒業する女性医師が集結。専門選択の葛藤や“浦島太郎状態”からの復帰、失敗の乗り越え方まで、NHOの現場で働く彼女たちがキャリアと人生の「本音」を語り合う。

### 「24時間働けますか？」時代を超えて 先駆者たちが切り拓いた、道なき道

——まずは先輩方のキャリアの歩みから伺います。安田先生は医師として30年、第一線で活躍されていますが、当時の環境はいかがでしたか？

安田…今でこそ女性外科医は増えていますが、私が医師になった約30年前は、女性が外科系に進むこと自体が珍しい時代でした。私が大学の胸部外科に入局した時も、女性の入局者は初めてでした。医局はまるで体育会系のような男性社会の雰囲気でした(笑)。当時は「24時間働けない医師は一人前ではない」という風潮も根強く、チーム医療の体制も今ほど整っていませんでした。

小暮…今の研修医の先生たちには想像がつかない世界かもしれませんね。

安田…そうですね。私は夫と共に米国へ留学し、帰国後は幼い子供2人を抱え

て大学病院で勤務していましたが、夜中までの手術や呼び出しに対応するのは物理的に限界がありました。そんな時、当時の教授から「当直のない仕事があるから」と勧められたのが厚生労働省への出向でした。行政の仕事をしつつ、週に2日だけここ名古屋医療センターで手術をさせてもらうことになったのが、当院との関わりの始まりです。——小暮先生は、一度キャリアを完全に中断された期間があるそうですね。

小暮…はい。私は血液内科のレジデント3年目の時に妊娠しました。本来なら最後まで研修を全うしたかったのですが、出産のため半年を残して退職し、一度「リタイア」という形を取りました。その後、夫の転勤で名古屋に来ることになり、実家も近くなるので「この際、今のうちに2人目も」と計画して、年子で出産しました。結果として、2年半ほど医療現場から離れ、専業主婦として過ごしました。

安田…その「一度休む」という決断も勇気がいりますよね。

小暮…そうですね。でも、子供が少し大きくなったタイミングで、当院には院内保育所があることを知り、復帰を決めました。最初は非常勤として週2日、



外来の手伝いからスタートしました。病棟で主治医を持つと、どうしても急変時や時間外の対応が必要になり、子育てとの両立が難しくなります。中途半端になるのが嫌だったので、「私は外来専門で」と割り切らせてもらい、15時半までの時短勤務で働いていました。曾我…完全に辞めてしまってから復帰することへの不安はなかったですか？小暮…不安だらけでしたよ(笑)。たった2年半のブランクでも、現場に戻ると新しい薬が出ていて名前もわからない。まさに「浦島太郎」状態でした。それでも、外来診療なら問診や基本的な検査から始められるので、上司につつ確認しながら、徐々に勤を取り戻していきました。

### 「キャリアの正解」は見えないけれど 計画通りにいかないからこそ、柔軟に

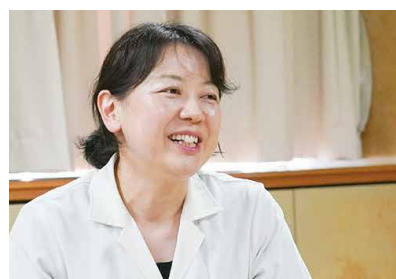
——研修医のお二人は、先輩方のお話

を聞いてご自身の将来をどうイメージしていますか？

竹内…私は小児血液の医師になりたいと考えています。ただ、この分野はアカデミックな活動も重要で、大学院へ進む先輩も多いです。将来は子育てをしたいと思っているのですが、専門医取得、大学院、出産・育児というイベントがある中で、どのタイミングが育児をする時なのかイメージがまだはっきりとなく……。先輩方はどうやってライフプランを立てていたのでしょうか。

小暮…正直に言うと、私はあまり計画的ではなかったです(笑)。ただ、血液内科の専門医を取るには、やはり病棟での症例経験が必須になります。私の場合、一度リタイアして外来のみの勤務になったため、実は血液内科の専門医は持っていません。もしキャリアを最優先するなら、親御さんの協力などを得て、専門医を取るところまでは一気に走り抜けるというのも一つの手かもしれません。

安田…私は逆に、ライフイベントに合わせて資格を取ってきました。1人目の出産時に外科認定医、2人目の出産時に博士号の論文、3人目の時に呼吸器外科専門医試験を受けるといった具合です。





産休や育休、あるいは留学中など、臨床から少し離れる時間を「勉強の時間」と捉えて、その時期にできるステップアップを組み込んでいました。

**竹内**…ライフイベントをキャリアの障害ではなく、勉強の機会に変えていたんですね。すごいです。

**安田**…あとで振り返ればそう言えますけど、当時は必死でしたよ(笑)。でも、計画通りにいかないのが人生です。私は米国留学中、2年ほど専業主婦をしていた時期があるのですが、それが精神的にとっても辛かったですね。「誰からも、社会からも必要とされていない」という孤独感がありました。その時の辛い経験があるからこそ、どんなに忙しくても仕事があるありがたみを感じますし、「医師として働いていたい」という気持ちが今の原動力になっているかもしれません。

**曾我**…私はまだ志望科も迷っていて、結婚や出産のことも現実味がありません。まずは仕事ができるようになりたいという気持ちが強いのですが、同期と比べて「自分はこれできていない」と落ち込むことが多くて……。家に帰ってからも一人反省会をして、自分を責めてしまうことがあります。

**安田**…それは医療安全の責任者として言わせてもらうと、とても健全な反応ですよ。反省しない人の方がよっぽど怖い(笑)。落ち込むということは、自分の行動を振り返り、リスク管理ができている証拠です。その悔しさをノートに書き留めて、次に活かせばいいんです。

### 失敗も劣等感も、「私だけの強み」に誰かの代わりではなく自分だけの価値を

——日々の業務の中で、自信を失いそうになった時や、逆にやりがいを感じたエピソードはありますか？

**竹内**…私は救急外来があまり得意ではなく、テキパキ動ける同期を見ては劣等感を感じていました。でも先日、精神的な問題を抱え、オーバードーズで搬送されてきた患者さんを担当した時のことです。最初は何も話してくれなかったのですが、時間をかけてお話を聞くうちに、ご家族にも言えなかった苦しみを打ち明けてくださいました。私が間に入ってご家族の思いを伝え、と、「家族も心配してくれていたんだ」と理解してくれて、関係修復のきっかけを



作ることができました。

**小暮**…それは素晴らしいですね。

**竹内**…看護師さんからも「竹内先生だからできたことだね」と言っていただけで、救急の現場に苦手意識があったけれど、私にも役に立てることがあるんだと、少しだけ自信が持てました。

**小暮**…その感覚はすごく大事だと思います。私も専門医を持っていないことに引け目を感じることがありました。でも、上司から「HIV診療をやってみないか」と声をかけてもらい、メインに診るようになってからは、「これなら誰にも負けない」という自分の居場所ができました。「小暮先生にお願いしたい」と患者さんやスタッフから頼りにされることが、医師としての大きな自信とやりがいにつながっています。

**曾我**…私も患者さんに「ありがとう」と言われたり、名前を覚えてもらえるだけで本当に嬉しくて、それが一番のモチベーションになっています。

**安田**…医師の仕事は手術や手技だけではなく、患者さんの心に寄り添うことも立派な医療です。自分なりの「強み」や「得意分野」を見つけて、それを磨いていけばいいと思いますよ。

### 制度と運用、そして「お互い様」の文化 NHOで描く持続可能なキャリア

——NHOの環境について、働きやすさや課題など率直な意見ををお願いします。

**安田**…名古屋医療センターは、かなり早い段階から女性医師支援の体制が整っていたように思います。院内保育所もはやくから女性医師に開放されていましたし、時短や私のような非常勤の柔軟な働き方を認めてくれました。これは大規模病院ならではの「バッファ（ゆとり）」があるからこそ可能なことだと思います。

**小暮**…私は東京医療センターから名古屋へ移りましたが、NHO内での異動という形だったので、キャリアが完全に途切れる不安が少なかったです。全国に140の病院があるNHOのスケールメリットは、配偶者の転勤などがある医師にとって大きな魅力だと思います。キャリアを継続することで退職金などの生涯収入も守られますね。

——子育てとの両立において、改善してほしい点はあるですか？

**竹内**…保育園の呼び出しやお迎えが、ど

うしても「母親」に偏っているのが気になります。ある女性医師の先輩ご夫婦の話なのですが、父親が医療職ではなく比較的融通が利くにもかかわらず、母親の方に毎回呼び出しが来てしまうそうです。本来なら対応できる方に連絡すべきなのに、それで夫婦仲までギクシャクしてしまうのはやるせないですね。社会通念として「まずはお母さん」となっている部分がまだあるなと感じます。

**安田**…今は男性医師も育休を取る時代ですからそれは変えていかないといいませんね。うちの外科でも男性医師が育休を取得していますし、「子育ては女性の仕事」という考え方は変わりつつあると思います。夫婦で協力し、そして職場全体で支え合う意識が必要です。

**小暮**…私は実家が遠方で、日常的なサポートは期待できませんでした。子供が熱を出した時は、上司に電話して代診をお願いするしかありませんでしたが、嫌な顔一つせず「いいよ、行ってあげて」と言ってもらえたことには本当に感謝しています。だからこそ今、若い先生やお子さんがいる先生が困っている時は、「全然いいよ、私がやっておくから」と快く引き受けるようにしています。

**安田**…その「お互い様」の精神が大切ですよ。今は助けてもらう側でも、いつか自分が誰かを助ける側になる。その循環があれば、誰もが長く働き続けられる職場になるはずです。

——最後に、次世代の医師たちへメッセージをお願いします。

**曾我**…今日のお話を聞いて、将来への不安が少し軽くなりました。まだ専門も決まっていませんが、自分のペースで、その時々「いい選択」を積み重ねていけばいいんだと思えました。

**竹内**…先輩方が制度をうまく使いながら、それぞれの形でキャリアを築かれている姿に勇気をもらいました。私も「自分らしさ」を大切にしながら、小児血液の医師を目指して頑張ります。

**小暮**…私のように一度休んでも、また戻ってこられる場所があります。NHOには多様な働き方を受け入れる土壌があるので、完璧を目指さず、細く長くでもいいので医師としてのキャリアを続けてほしいですね。

**安田**…今はもう「女性医師だから」と特別視する時代ではありません。性別に関わらず、一人ひとりがプロフェッショナルとして尊重され、ライフイベントに合わせて柔軟に働ける。そんな当たり前の社会を、NHOから作っていかたいですね。ぜひ次は、男性医師の「本音座談会」も企画してください。彼らが子育てやキャリアをどう考えているのか、ぜひ聞いてみたいです(笑)。

## 女性医師本音座談会を終えて

名古屋医療センター  
呼吸器外科  
医療安全管理室  
**安田 あゆ子**



**出身地**：愛知県名古屋市  
**出身大学**：名古屋大学(1996年卒)  
**宝 物**：3人の子供、出会い、経験  
**座右の銘**：迷ったら進め！

時代は変わりました。これからは性別に関わらず、一人ひとりが自分らしいキャリアを描ける時代です。目の前の仕事に誠実に向き合い、良い医師人生を歩んでください。

名古屋医療センター  
血液内科・感染症内科  
**小暮 あゆみ**



**出身地**：岐阜県養老町  
**出身大学**：三重大学(2001年卒)  
**宝 物**：子供からプレゼントされた携帯ストラップ  
**座右の銘**：強くなければ生きていけない。優しくなければ生きていく資格はない。

若い先生方の悩みを聞き、私自身も初心を思い出しました。NHOには多様な働き方を許容する土壌があります。長く働き続けられる環境を共に作っていきましょう。

名古屋医療センター  
臨床研修医 1 年目  
**曾我 舞**



**出身地**：愛知県  
**出身大学**：金沢医科大学(2025年卒)  
**宝 物**：今までの思い出  
**座右の銘**：なんとかなる

落ち込むことも含めて成長の過程だと背中を押していただきました。ライフイベントと仕事の両立について、制度や周囲の支えがあることを知り、前向きな気持ちになりました。

名古屋医療センター  
臨床研修医 1 年目  
**竹内 志織**



**出身地**：愛知県  
**出身大学**：福井大学(2024年卒)  
**宝 物**：大学1年生から弾いているヴィオラ  
**座右の銘**：やらない後悔よりやって後悔

先輩方の具体的な経験談を伺い、将来への漠然とした不安が和らぎました。「自分だからできること」を大切に、焦らずキャリアを積んでいきたいです。

