

(ワークショップ)「ワークショップに参加する学生および若手医師の皆さんへ」

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2018-08-16 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 竹宮, 孝子 メールアドレス: 所属:
URL	https://doi.org/10.20780/00031965

「ワークショップに参加する学生および若手医師の皆さんへ」

竹宮 孝子

東京女子医科大学 総合研究所 准教授

女性医師・研究者支援センター 副センター長

公開討論会 司会

エフォートという言葉は、普段あまり聞き慣れないかもしれません。私達にとっては、研究費の申請書を出す時にその研究テーマに自分のエフォートの何%を使うことができるのかを記入するので、比較的馴染みがあります。その際、研究だけでなく臨床や教育など全ての医師の仕事時間の合計を100%とし、その申請研究に使えるような割合を考えて申請します。当然ですが、1人分のエフォートは最高で100%なので、合計で100%を越えるような設定はできません。

話は変わりますが、医師は選択する分野や診療科に関わらず忙しい毎日です。一方、人生においては、結婚、妊娠、出産、育児、子供の進学や自分や家族の転勤・留学、自分や家族の病気や介護など、様々なライフイベントがあります。このような時に、自分の力で最低でも合格点を（例えば仕事と家庭に毎日各60%以上のエフォートを使う）と考えると合計で120%です。しかし、自分のエフォートを120%使い続けることは無理です。しかも、出来として60%でよいのかという疑問も残ります。結果、意欲も自信も体力も低下するなど、いい事はありません。

ここで、一度根本的なポイントに立ち返ってみましょう。ライフイベントはとても大事なことです、本来全て自分の頑張りで何とかしなければならぬものでしょうか？仕事もとても大切ですが、働き方やキャリア形成の道は1つしかないのでしょうか？その時々に応じて自分の能力や適性ややりたいことを整理し、頭を柔軟に、可能性を大きく広げてみてはどうでしょうか。また、いろいろなことに優先順位をつけたり、家族や周囲を頼ったり、アウトソーシングを利用したり、解決できる方法はないか多角的に模索してみてもどうでしょうか。この考え方は何も育児中の女性に限ったことではありません。男性でも同じであり、また、既婚・独身にも関係なく誰にでもあてはまります。学生や若手医師の皆さんには、このことを若いうちにしっかり認識した上で、社会で活躍してもらいたいと思い、今回のテーマを「あなたのエフォート、どう使う？」にしました。

近年、ライフワークバランスに不安を持つ若者が以前より増えているような印象があります。時代的背景や情報量や家族関係の変化等、様々なファクターが関与しているのかもしれません。または、日本語訳の「両立」という言葉が、天秤のバランス維持をイメージさせてしまい、その微妙なバランス調整に不安を抱いているのかもしれません。しかし、本当のライフワークバランスはそのような微妙なものではなく、シーソーのように大きく上下に振られながらも、そこから落ちないように必死にしがみついても、その上下の振れ幅を最大限楽しむようなものです。今回のワークショップでは、人生のいろいろな出来事に柔軟に対応しながら医師としての研鑽を積んできた先輩医師から話を聞きます。その話を参考にしながら、皆さんが自分に与えられた能力を最大限に活用し、自分や家族の幸せの追求だけでなく社会貢献もできる医師になってくれることを願っています。