

実務：あいち健康の森健康科学総合センター センター長として運営管理、医師業務
 県・市町村生活習慣病対策支援、専門家向け研修、研修医・関連学部実習生等の受け入れ等
 私以外の3人の医師ポストも女性で子育て中。保健師、管理栄養士等女性スタッフ多い。

研究：糖尿病・内分泌疾患臨床診療→生活習慣病予防、介入研究→政策研究
 （子どもが保育園・小学生時代に、介入研究、政策研究の方向へ進む）

家庭：夫（医師）と二人の子ども（成人）、娘は医師
 産休のみで仕事を継続、院内保育所・市の保育園等の活用、シッター、実母の応援（非同居）
 子どもが小さい頃は職場近くへ転居を繰り返す。
 子どもが中学生になった頃より、研究班、厚労省等の仕事が増え、ワークヘカ点が移動

家庭（育児）と仕事の両立のために必要なことは？

		個人的な経験	後輩へアドバイスしていること
準備	学生時代	<ul style="list-style-type: none"> ・一生仕事を続けたいという漠然とした思い ・女性は眼科、皮膚科が多かったが、「本当にやりたいことを選んだ方がよい」との助言を受ける。 ・女性内科医師が勤務している病院を見学 ・院内保育所がある病院を探す。事前に見学、保育に対するイメージを作ることができた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・働き続ける覚悟と環境整備等の準備が必要 ・わからないことは聞く、見に行くことが大切。
	家族との調整	<ul style="list-style-type: none"> ・夫および両親に仕事を続けることについて理解を得るよう努める。母は「子供が3歳になるまで家にいられるといい」、父は「国がお金を出して医者になったのだから、続けられるといい」など様々な意見。 ・私の職場の近くに住むこと。そのために転居を繰り返すことになる。家族の理解が重要。 	<ul style="list-style-type: none"> ・夫、両親の協力なくしては仕事が続けにくい。よく話し合うことが大切。結論は急がなくてもよい。 ・家事負担は夫婦均等とはいかないので、居住地や環境づくりの面では女性がリードして研究・提案したほうがよいと思う。
育児と仕事の両立	保育園	<ul style="list-style-type: none"> ・安心して預けられる保育所・保育園の確保が必須。保育士さんと共同で子育てできたため、不安が少なかった。 ・国立名古屋には院内保育所があったが、息子が1歳の時に医局より転勤を指示された。転勤延期願いをすることも考えたが、部長、医局の勧めもあり、ステップアップすることとした。 ・保育園を新たに探さなくてはならなくなり、環境、園の雰囲気、子どもたちの遊ぶ様子や表情を見学、親子で納得できる公立保育園探しをした。 	<ul style="list-style-type: none"> ・核家族で子育てするよりも、社会で育てる視点をもてるので、保育園に入るのは子供にとってもプラスと考えている。 ・保育園を決める前に、園の雰囲気をよく見る、保育士さんと話をすることで、園の方針を確認することが重要。子どもにとって大切な時期であることに留意し、親の都合だけで決めていないかを考えること。

仕事面	<ul style="list-style-type: none"> ・部長、教授、医局長に、意思と希望を伝えた。制約はある中で、責任を果たせる仕事の仕方を相談した。理解をしていただいたのは大変ありがたかった。職場の異動やステップアップするときには、こちらが躊躇したが、背中を押していただいた。 ・日中できることは男性医師の2~3倍は動くつもりでいた。(短時間に並行して物事を進める訓練) ・できるだけ安定した状態が得られるよう、患者管理、コメディカルの教育などを心掛けた。急に呼ばれ、子どもも病院に連れて行ったことも数回あったが、分野の選択、仕事の方法を工夫することにより、回避で来たのではと思った。 ・保育園の縁でコメディカルとも仲良くなったことが、仕事の面で役立つ場合もあった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・夜の会議や勉強会、懇親会は、負担になる。保育園のお迎えの時間から逆算して許される時間の中で、精一杯の仕事をする。 ・職場に長くいることがよいという風潮を変える。先生がいるから助かる、という仕事をして信頼を得る。 ・できることは積極的に。他の先生がしたがないことを引き受けることが後のキャリアにつながることも。 ・理解のない上司、続けにくい環境では転職も考慮する。やれる仕事はあるので、やめない工夫を。
両方楽しむ	<ul style="list-style-type: none"> ・生活習慣病対策では、生活者の視点に立って、患者ができることを見つけていくことが大切。育児や家庭のマネジメントがこの仕事では多いに役立つ。 ・親の仕事が子どもが応援してくれることは大変励みになった。 ・医療も家庭も、多数の制約因子の中で、最大の効果をどう引き出すかという点では似ている。仕事の見方が変わり、新たな分野の開発につながったと思っている。 ・家族が大切とする行事を計画的に実行できるような配慮を行っている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・育児や家庭のマネジメントをすることは、医療者としてプラスになる。研究での留学はブランクと言わず業績といい、育児をブランクということは適切ではないと思う。 ・育休を長くとり、医学と離れてしまうと戻りにくい。勉強と実践を続けられる環境と努力が重要。 ・先輩医師として、若い女性医師ががんばれる環境を作りたい。 ・学校行事や夏休み取得などは早めに情報を得て調整を行う。

略歴：昭和58年 名古屋大学医学部医学科卒業、

同年 国立名古屋病院 研修医→内科（昭和60年、62年に出産）

平成元年 名古屋大学第一内科、 4年 医学博士、愛知県総合保健センター

12年 あいち健康の森健康科学総合センター 23年より同センター長

学会：日本肥満学会理事、日本人間ドック学会理事、日本内分泌学会・日本公衆衛生学会評議

日本糖尿病学会専門医・研修指導医、人間ドック健診専門医、日本公衆衛生学会認定専門家、等厚生労働省等（平成16年度より老健局、健康局、保険局等の委員就任）

健康局関連：健康日本21(第二次)推進専門委員会、健診・保健指導の在り方に関する検討会

保険局関連：保険者による健診・保健指導等に関する検討会 データヘルス推進会議

国保・後期高齢者ヘルスサポート事業運営委員会

経済産業省 次世代ヘルスケア産業協議会