

暮らしと仕事を“**まで**”にする

Ma+Deni マデニ

Hokkaido Migration Information for Doctors

ドクター × 北海道移住

北海道で出会った
私らしい働き方





PROFILE

登別すずらん病院

上杉 優衣 先生

Yui Uesugi

出身地 札幌市

出身大学 旭川医科大学

市立函館病院にて初期研修。道内各地の病院で消化器外科・一般外科に勤務した後、第一子を出産。その後、2022年より登別すずらん病院にて勤務。第二子を出産し、産休・育休を経て2023年4月より復帰予定。

室蘭市製鉄記念病院

上杉 淳 先生

Atsushi Uesugi

出身地 恵庭市

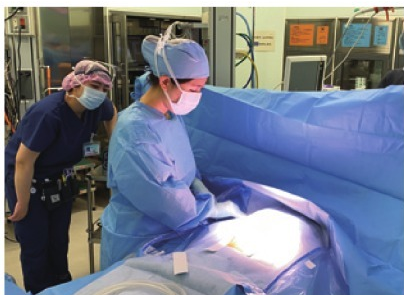
出身大学 旭川医科大学

勤医協中央病院にて初期研修。消化器内科医として勤医協中央病院をはじめ道内各地の病院での勤務を経て、2022年7月より室蘭市製鉄記念病院にて勤務。淳先生と優衣先生は高校時代からの同級生。

北海道ではたらく！
リアルインタビュー
Real Interview

医・師・夫・妻・の ライフワーク バランス

医師としての仕事と、子育て。
大好きな北海道という場所ので、
周囲の力を借りながら歩む日々。
その背景にある葛藤と、
描くこれからの訪ねて。



写真右／旭川医科大学病院にて執刀を担当する優衣先生。
写真左／優衣先生、市立函館病院研修医時代の仲間たちと。

夫婦共に医師として働きながら、仕事と子育てを両立させる

優衣先生は外科医、夫の淳先生は消化器内科医と、夫婦共に医師として働く上杉先生夫妻。1歳になる長男と、2023年2月に誕生したばかりの第二子との4人家族だ。

現在の居住地は室蘭市。札幌市出身の優衣先生と恵庭市出身の淳先生が、この地域を選んだ理由は大きく分けて2つ。

1つ目は、優衣先生の父親が室蘭市で開業医として働いていること。「室蘭へ来たのは、2人目の妊娠中。2人の子どもを育てながら働く上で、両親が近くにいるというのは安心だと思いました」と、優衣先生は言う。両親が暮らす実家は、上杉先生夫妻が暮らす家から歩いて行ける距離にあるそう。

2つ目は、淳先生が室蘭市製鉄記念室蘭病院での勤務を希望していたこと。「消化器内科医として学びたいことが学べる環境がありました」と、淳先生の意志で就職を決めた。

優衣先生は、2ヵ月間の産休・育休を経て4月より、父親の病院を手伝いつつ、登別すずらん病院の外科医として復帰予定だ。職業を問わず、多くの女性が両立に悩む仕事と子育て。優衣先生は、自身の仕事と子育てについてどのように考えているのだろうか。

開口一番、優衣先生は「本当に、周り

に恵まれている環境にいると思います」と周囲への感謝を語る。

登別すずらん病院では、院内の保育所に子どもを預けながら、9時半から15時半頃までの時短勤務をする予定だ。加えて、子どもが急に発熱した際などは休めるように病院側が体制を整えてくれている。こうした柔軟なサポート体制が受けられることも、登別すずらん病院を選んだ決め手の一つだった。

「第一子妊娠中に勤務していた札幌の病院でも、周りの方からサポートしていただきました。体力的な負担が大きい長時間の手術は外してもらったり、休憩を入れてもらったり。当直当番が一切なかったのが、一番大きかったかもしれません。仕事は大好きなので、こうしたサポートの上、執刀を担当できたのもありがたかったですね」。

淳先生も約2週間の育休を取得。「周りの男性医師にも育休を取る人が増えています。社会全体で取得しやすい雰囲気が生まれている気がしますし、良いことですよ」と話してくれた。

悩みながら描いてきた これからの生活とキャリア

小児科医として働く父親のもとで生まれ育ち、自身も医師として働く道を選んだ優衣先生。学生時代に出会った先輩外科医に憧れ、外科医になることを決めた

室蘭市の自宅にて取材に応じてくれた上杉先生夫妻。「室蘭市での暮らしがとても気に入っています」と話してくれた。





休日は、淳先生の地元である恵庭市や札幌方面へ出かけることも多い。「北海道はどこにいても自然が豊かで、子ども連れで楽しめるスポットがたくさんあります」。お気に入りのスポットは恵庭市にあるえこりん村(写真右上)。

が、心を決めるまでには葛藤も大きかったそう。

「手術にも携わりたかったし、ハードさは覚悟の上でした。ただ、いつかは子どもがほしいという気持ちもあって。子育てと、外科医としての仕事との両立を考えると正直不安もあり、本当に悩んだんです。科の希望を出す期限直前まで葛藤していました」。

そんな優衣先生の背中を押したのは、周りの先輩医師たちの存在だった。中でも、ある医師から言われた「悔いのない道を選ぶのが大切」という言葉は、今でも優衣先生の心に残っている。「その言葉を聞いて、とにかく悔いのない選択肢を選ぼうと思えました」。

大学を卒業後は、北海道内各地の病院でハードに仕事に励んだ。その努力が実を結び、2022年には暗れて外科専門医資格を取得。第一子を妊娠したばかりの時期だった。「振り返ると、その時期に専門医資格を取得できたのは良いタイミングだったかなと。子育てをしながら専門医を取得するのは大変だったかもしれません」。

第一子の妊娠がわかった段階で、病院へ相談。「職業によっては、勤務先への相談は安定期に入ってからが一般的だと思います。ただ私の仕事柄、急に休んでしまうと周囲への影響が大きいとわかっていたので、早めに相談させていただき

ました」。

女性の外科医が少ない分、前例も少なく、固定概念に捉われずに働き方を相談し合えたのも良かったと優衣先生は振り返る。第一子妊娠時は勤務先の病院に5人の子どもを育てる男性医師の方がいて、妊娠や子育てに理解があり、精神面でも支えられたそうだ。

子育てと仕事の両立の難しさについて、優衣先生はこう語る。「子育てでも仕事もきちんとしたいと思えば、圧倒的に時間が足りない。外科医の仕事は、手術から術後のサポートまで多岐に渡りますし、時間外の仕事や患者さんの容態次第では夜中の呼び出しもあります。加えて子どももしつかり見たいと思うと、時間のバランスをとっていくのが難しいと感じています」。

そうした課題を抱えながらも、前向きに自身のこれらを描いている。

「子どもが小さいうちは、なるべく子どもとの時間を大切にしたい。まずは子ども中心の働き方をしつつ、子育てが落ち着いたら、外科医として本格的に復帰したいと考えています。家族や同僚をはじめ、周囲の力を借りながらになります。自分自身の仕事に責任を持ち、支え合っていきたいです」。

今は幼い子どもたちから目を離せなくても、やがて成長し、自らの道を歩み始める日が来る。目の前の状況だけではなく、長期的な視点を持つことが自身のキャリア形成においては必要なのだろう。

淳先生の勤務先である室蘭市製鉄記念室蘭病院の前で。



子育てしやすく働きやすい、 北海道の可能性

「子育てをする上でも、医師として働く上でも、私にとつて、北海道以上の場所はないような気がしています」と、優衣先生は明るい笑顔を見せる。隣に座る淳先生も「生まれ育った場所だからというのもあるかもしれませんが、本当に暮

らしやすく働きやすい場所だと思えます」と続く。

優衣先生は言う。「患者さんも医療従事者も、穏やかな人が多い。患者さんとの距離が近く、時には差し入れをいただくことも。親しみやすく、のんびりとした北海道の人たちの気質に救われている部分がたくさんあります」。

上杉先生夫妻が暮らす室蘭は、海と山に囲まれた自然豊かな街。札幌市にも車で2時間圏内だ。北海道全域で言えることだが、関東圏などと比べて土地が広くて安く、家賃の安さや公共施設の広さも魅力の一つだ。

「基本的に渋滞もないですし、道が広く走りやすい。少し車を走らせれば海や山が広がる景色に出合えてリフレッシュになります。札幌に住みながら週末は郊外で過ごし、反対に郊外で暮らしながら週末は札幌で過ごすという人もいますよ。好きなライフスタイルに合わせて住む地域を選べるというのも北海道の良いところではないでしょうか」。

現在、淳先生が勤務する病院にもさまざまな土地から来ている医師が在籍しており、「出身地関係なく溶け込みやすい雰囲気がある」と言う。

北海道での暮らしを検討する中で、雪の多さを心配する人も多いだろう。上杉先生夫妻が暮らす室蘭をはじめ、函館など比較的雪の少ない地域もある。広い北海道、エリアによって積雪量は大きく異

なるので事前に地元の人から情報を得ておく心安だ。

「北海道での暮らしに憧れている人は多いと思う。暮らしてみたいと思う気持ちがあるなら、ぜひ一度飛び込んでみてほしい。まずは初期研修の2年間を過ごしてみても、合う合わないを見極めるのも良いのでは。高度な医療を学べる病院もたくさんあるので、キャリア的な面でも心配ないと思います」。

「悔いのないように」という考え方を、優衣先生はとても大切にしている。「一度きりの人生、やりたいことをやらずに諦めてしまうのはもったいない。心から望めば、周囲のサポートや情報に巡り合えるはず」。最後にそう語ってくれた優衣先生の表情はとても明るく、どこまでも前向きだった。

Hospital Data

医療法人

登別すずらん病院

住所 〒059-0027 北海道登別市青葉町34-9

TEL 0143-85-1000

URL <http://www.suzuran-hosp.or.jp>

社会医療法人

室蘭市製鉄記念病院

住所 〒050-0076 北海道室蘭市知利別町1丁目45

TEL 0143-44-4650

URL <https://www.nshp-muroran.or.jp>