

長崎大学が実践する、医師のキャリア支援【今日から始める「医師の働き方改革」】第9回

公開日：2022/03/25

[インデックスページへ戻る](#)

医師への時間外労働の上限規制の適用が、ついに2024年4月からスタート。2021年夏時点では、まだ新型コロナ対応に追われる医療現場も多く、対応は困難を極めると予想されます。本連載では、2012年にメディカル・ワークライフバランスセンターを開設し、働き方の満足度アップや超過勤務時間削減を成功させた長崎大学病院の事例を中心に、医師個人とチームが主体になって行う働き方改革を、実践しやすいツールと一緒にご紹介します。



第9回 長崎大学が実践する、医師のキャリア支援

医師のキャリア形成には、何度も「選択」のタイミングが訪れます。長崎大学病院医療教育開発センター 医師育成キャリア支援室室長であり、消化器内科の医師である松島 加代子教授に、長崎大学が行う医師のキャリア支援について聞きました。

—医師のキャリア形成において、重要なことは何でしょうか。

「将来を長期的かつおおらかにとらえる視点」ですね。厚生労働省の調査によると男女共に9割以上の医師が専門医の取得を希望しています。専門医取得には専攻医として3年以上の専門研修プログラムを履修し、試験に合格する必要がある、長い道のりです。多くの場合、専門医取得と結婚、妊娠・出産・育児等のライフプランも一緒に考える必要がでてきます。とはいえ、計画はあくまで計画、予期せぬことがよく起こるのが人生です。計画通りにいかないことをも楽しみ、周囲の進捗に影響されないおおらかさがあれば、個性を生かしたキャリアが積めると思います。

—松島先生はどうキャリアを形成してきたのですか？

「なるようになる」という考えで、柔軟にやってきました。大事にしてきたのは“チームとして”いい医療を患者さんに提供すること。チームで働く上では、タイミングごとに「サポートする側」「される側」が入れ替わります。自分の意思とチームメンバーの意思を組み合わせ、上手にチームをつくるのが組織で働く醍醐味ではないでしょうか。

—誰もが「サポートする側」であり「される側」という考え方なのですね。

そうです。育児中でも他メンバーのサポート役になったり、年次が若くても外来診療を手伝ったり、昨今ですとワクチン接種の応援に入ったりなど、チームのなかで各々が貢献できることはたくさんあります。一方的に「サポートをする側」「される側」を固定せず、「お互い様」の気持ちで働く環境をつくれるといいな、と思います。

今は医局に入らない先生も多いですが、カバーし合いながら働き、大学と施設間で最新の医療知識や技術を共有するといった、地域医療を大きな診療チームで支えるという医局体制の良さを大事にしたいとも感じます。医師だけでなく他の専門職とも連携して働く、ワークシェアの感覚も大事にして欲しいと思います。

—チームの一員でもあり、とはいえ自分自身のキャリアを作っていくのは自分です。理想のキャリアを実現するためにどんなことが必要でしょうか。

身近に相談できる人がいると心強いと思います。医師のキャリアはライフプランとも掛け合わせると非常に幅が広いです。研修医の時代はまだ、人間関係が構築できていないことも多いので、当院では必ず相談役としてメンターを配置しています。他の人と話すことでそれぞれがどのようにキャリアをつくってきたか、参考になる部分も多いと思います。相談できるような関係性や自己開示も重要です。

〈解説〉

キャリアが100%計画通りになることは少ないでしょう。とはいえ、一度計画を作ってみると、何年後にどんな状態になりたいか、イメージが膨らみます。ある程度キャリアプランが立てば、経験すべき症例が明確になり、勉強時間の確保を行うなど、実際の行動にも移しやすくなります。

もう一枚の「キャリアライフプランシート」には自分の年齢、配偶者、子ども、親の年齢を記載し、希望するキャリアを記載することで計画を可視化するツールです。小学校入学など子どもの生活が変わるタイミングにおいて、自分や配偶者が何歳で、キャリアのどんな時期かを確認できます。

見本

のワークライフプラン		2022年		2023年		2024年		2025年		2026年	
年齢	性別	職業	収入	職業	収入	職業	収入	職業	収入	職業	収入
私生活	Work	キャリア	医師研修が終わり	医師研修が終わり、大学病院で勤務医として働くことになった。	専門医取得のためのスキルと資格取得を完了し、臨床研修の修業を終え、臨床医として働くことになった。	現在の職場でキャリアを積み、家庭をしながらチームに貢献する準備を完了し、希望職種の確保も完了した。	希望職種の確保も完了した。				
	Life		子育て真っ盛り、2人の子供が生まれる。	子供が小学校に入る。一人では仕事も育児も大変だが、周囲のサポートを受けながら頑張る。	子供が小学校に入る。一人では仕事も育児も大変だが、周囲のサポートを受けながら頑張る。	子供が小学校に入る。一人では仕事も育児も大変だが、周囲のサポートを受けながら頑張る。	子供が小学校に入る。一人では仕事も育児も大変だが、周囲のサポートを受けながら頑張る。				
家族	配偶者		専業主婦		専業主婦		専業主婦		専業主婦		専業主婦
	子ども		小学生		小学生		小学生		小学生		小学生
	親		専業主婦		専業主婦		専業主婦		専業主婦		専業主婦
	親		専業主婦		専業主婦		専業主婦		専業主婦		専業主婦
医療現場	専攻科		消化器内科		消化器内科		消化器内科		消化器内科		消化器内科
	研修医		消化器内科		消化器内科		消化器内科		消化器内科		消化器内科
	専攻科		消化器内科		消化器内科		消化器内科		消化器内科		消化器内科
	専攻科		消化器内科		消化器内科		消化器内科		消化器内科		消化器内科

[画像を拡大する](#)

記入シート

のワークライフプラン		2022年		2023年		2024年		2025年		2026年	
年齢	性別	職業	収入	職業	収入	職業	収入	職業	収入	職業	収入
私生活	Work	キャリア									
	Life										
家族	配偶者										
	子ども										
	親										
	親										
医療現場	専攻科										
	研修医										
	専攻科										
	専攻科										

[画像を拡大する](#)

見過ごされがちなのが親の年齢です。70歳を超えると介護が必要になる人が急増するので、親が70歳になるのが何年後なのかをみておくといいでしょう。介護は育児と違って急に始まり、終わりも見えないため、元気なうちに親とコミュニケーションをとり、備えることが重要です。学費や引っ越しなど、まとまってお金が必要になる時期も予想できます。

このシートは、配偶者や身近な関係性の方と共有し、さらに上司や職場で開示し合う環境づくりができると思います。会話で伝えるよりも具体的にイメージが伝わりやすく、キャリアに対して真剣に考えていることも伝わります。職場内も家庭もチームで乗り切る意識が重要です。

[ページTOPへ](#)

講師紹介



堀江 咲智子 (ほりえ さちこ) 氏
株式会社ワーク・ライフバランス コンサルタント
中小企業診断士

【略歴】

全国の医療機関・製薬メーカーなどでコンサルティングや講演を行っている。コンサルティングでは担当チームのモチベーションを上げながら、楽しく働き方を見直す手法が特長。気合いややる気に頼らず仕組み自体を変えることで本質的な解決ができるようアドバイスするなど、周囲を巻き込みながら全社的に最適な方法を提案している。経営者や役員との対談依頼も多く、経営戦略とワーク・ライフバランスの関係性などを受け入れやすい形でわかりやすく伝える。インプットを増やしてアウトプットの質を高めれば、日本の産業はこれからもっと伸びる！と考え、日々邁進中。

バックナンバー

- ▶ 第9回 長崎大学が実践する、医師のキャリア支援 **NEW**
- ▶ 第8回 スタッフの本音を引き出すコツ
- ▶ 第7回 「申し送り」時間が3割減った秘訣
- ▶ 第6回 院内連携をスムーズにした「申し送りノート」と「多職種合同カンファ」
- ▶ 第5回 長崎大学の働き方改革、最初の一歩は「整理整頓」

[先頭](#) [前](#) [1](#) [2](#) [次](#) [最終](#)

[インデックスページへ戻る](#)

[ページTOPへ](#)

記載内容はケアネットの見解を述べるものではありません。(すべての写真・図表等の無断転載を禁じます。) 本コンテンツに関する下記情報は掲載当時のものです。

〔データ、掲載内容、出演/監修者等の所属先や肩書、提供先の企業/団体名やリンクなど〕