

研修医レター



和歌山県医師会

〒640-8514 和歌山市小松原通1丁目1 県民文化会館

電話(073)424-5101 代 FAX(073)436-0530

E-mail: ishikai@wakayama.med.or.jp

令和4年9月発行

ごあいさつ

和歌山県医師会 会長 平石 英三

和歌山県で研修中の諸先生を歓迎いたします。和歌山県医師会は県下で研修される皆様にご参加いただくウェルカムパーティを開催し、当会役員と懇談の場を予定いたしておりましたが、今年度も残念ながらコロナ禍で開催を中止いたしました。

和歌山県医師会は研修医の先生方に平成27年2月から研修医レターを発行しています。医療界を取り巻く課題、最新情報並びに医師会の活動などを発信させていただいております。今回は2024年4月から適用される医師の働き方改革をテーマにしております。

研修医会費免除制度もございますので、是非この機会にご加入していただき地域医療活動をご理解いただきますようお願いいたします。研修医の先生方のご連絡お待ちしております。コロナ禍でご苦労もあるかと思いますが、有意義な研修生活を祈念しております。



医師の働き方改革の概要

和歌山県医療勤務環境改善支援センター
医療労務管理アドバイザー
雑賀 忠仁



働き方改革を推進するため、労働基準法が2019年4月から順次施行されていますが、医師の時間外労働については、5年間の猶予が与えられ、2024年4月から実施されることになっています。

ここでは項目を以下3点に絞ってお伝えします。

1. 時間外労働の上限規制

法律で定められている労働時間を超えて勤務する場合は、時間外労働の限度時間数を定めた労使協定(36協定)の締結と労働基準監督署への届け出を行うことが必要です。

医師については2024年4月から、医師の特別条項の時間外労働の上限は原則年960時間(例外：医療機関が県の指定を受けた場合は1,860時間)となります。

2. 追加的健康確保措置

時間外労働時間が960時間を超える医師については、「通常の日勤及び宿日直許可のある当直に従事する場合は、始業から24時間以内に9時間の連続したインターバルを付与しなければなりません(連続勤務時間15時間が上限)。「宿日直許

可のない当直に従事する場合は、始業から46時間以内に18時間の連続したインターバルを付与しなければなりません(連続勤務時間28時間が上限)。

また、全ての医療機関について、勤務する医師の時間外労働が月100時間以上となる場合に面接指導などが義務化されます。

3. 宿日直の許可

当直を労働時間として扱わない取り扱いをするためには、労働基準監督署長の許可が必要です。

医師・看護師の場合は、特別の許可基準が設けられており、本来の業務であっても「特殊の措置を必要としない軽度の又は短時間の業務」については宿日直中に行っても差し支えないとされています。(上記許可があっても、それ以外の通常業務を行った場合は、その部分については労働時間として扱う必要があります)

また、医療機関での宿日直回数は、1医師につき、原則として宿日は週1回、日直は月1回が勤務回数の上限になります。

※宿日直

原則として「常態としてほとんど労働する必要のない勤務」で、定時的巡視、緊急の文書又は電話の収受、非常事態に備えての待機等を目的とするもの

《医師の働き方改革の制度解説の詳細について》

「医師の働き方改革の制度解説ページ」で検索いただき、厚労省の「いきいき働く医療機関サポートWeb」の制度解説動画等をご参照ください

先輩女性医師による 〈ワークライフバランス〉 キャリアアップに向けて

日本赤十字社和歌山医療センター 産婦人科
横山 玲子

私は医師生活22年目の産婦人科医です。子育てもしている女医の立場からお話させていただきます。

私は2000年に医学部を卒業後、京都大学に入局し、研修医2年目に日赤和歌山医療センターに派遣、同時に結婚しました。医師3年目に第一子を出産。当時はまだ子育てをしている女医は少なく、ママさん女医への理解・支援も少ない時代でした。また、当時は産婦人科訴訟が多く、産婦人科受難の時代。同期の医師には転科・転職した者もあり、産婦人科医がとにかく足りない時代でした。そんな状況下、産後2か月で仕事復帰、当直にも入りました。当時の院内保育は看護師の子供しか入園できませんでした。そのため病院近くの保育園に預け、夕

方シッターさんに保育園に迎えに行ってもらい、夜遅くにシッターさんの家に迎えに行くという日々。近くに親類はなく、頼れるのは同じ病院に勤務する外科医の夫のみ。子供が熱を出したらどうしようかと二人で綱渡りの日々でした。当時の職場には、幸運にも先輩ママさん女医が二人おり、育児と仕事の両立のノウハウを教えてくださいました。「辞めるのはいつでもできる。細く長く続けて。」というアドバイスが今でも心の支えになっています。

医師5年目に産婦人科専門医を取得し夫の国内留学のため東京に転勤。私は開業医で非常勤として勤務、その間に第二子を出産。その後、夫のイギリス留学のため家族でイギリスに滞在し主婦生活を謳歌することに。しかし次第に、外科系医師にも関わらず、数年間メスを握らない日々、通常ならば医師としてのトレーニングに磨きをかけ飛躍する時期にも関わらず、臨床から離れる焦りと不安に襲われる日々。同期の夫が順調に医師として一人前になっていく姿を妬ましく思うようにも。帰国後のライフワークバランスを夫と相談し、私の医師としてのリハビリが必要なこと、育児をしながら勤務するには慣れた環境が良いのでは、と再度日赤に勤務することをお願いしました。

日赤では上司にも恵まれ、同僚の理解と協力、先輩ママ女医さんと助けあうことで無理なく仕事を開始でき、第三子を出産。産後は育児短縮勤務制度を利用し、外来中心業務と当直免除から開始し、徐々に手術症例を増やし、通常勤務に。

現在、夫と共に育児と仕事のバランスを調整しながら、新たな専門医の取得にも挑戦しています。職場は明るく、互いにコミュニケーションがよく取れ働きやすい環境です。ママ女医が5人、学校行事や急な休みに備えてお互い外来をカバーできるよう調整、その他上司や同僚は急な休みや当直変更に対応してくれ支えてもらっています。

女性医師が育児と仕事をバランスよく勤務するにはどうしたらよいか、ケースバイケースであり最善策はわかりません。育児と医師の仕事を完璧にこなすということは困難であり、どこか



左から豊福先生、横山先生、坂田先生

にひずみが生じ、夫婦共に諦めざるを得ないキャリアもあるかもしれません。ただ、外科系医師として今思うのは、医師として円熟するための時期を逃してはいけない、ということ。ライフワークバランスを取りながら、若い体力のあるうちに手術や手技のトレーニングを積んでおくこと、なかなか時間が取れない学会発表や論文作成にも可能な限りチャレンジすることは大切だと思います。子育ては結局子供が成人するまで落ち着きません。小さいうちは手がかりますが、思春期には思春期なりの育児の苦勞も出てきます。子育てが落ち着いたなら仕事に専念しよう、とと思っているうちにベテラン世代に入ってしまいます。

現在私が多忙な病院に勤務できているのは、専門性を発揮して働く仕事にやりがいを感じていること、そして何より夫と職場のサポートがあつてこそ。若いうちからキャリア形成し、負担や制約の多い大規模病院でも勤務するためには、若いママさん女医がつぶれてしまわない環境づくり、お金をかけなくても保育をサポートできる支援体制、フレックス制の導入など勤務の多様性を認める職場作りが今後必要だと思います。



第54回 和歌山県医師会 医学会総会

開催日：2022年11月27日(日)

会場：ホテルアバローム紀の国(TEL：073-436-1200)

第31回 日本医学学会総会 2023東京

ビッグデータが拓く未来の医学と医療 ～豊かな人生100年時代を求めて～

会期：〔学術集会〕2023年4月21日(金)～23日(日)
〔学術展示〕2023年4月20日(木)～23日(日)
〔博覧会〕2023年4月15日(金)～23日(日)

会場：東京国際フォーラム
および丸の内・有楽町エリア

会頭：朝日生命成人病研究所 所長
国立国際医療研究センター 名誉理事長
春日 雅人

<http://isoukai2023.jp/>



あとがき

今年のセンバツ高校野球は、仙台育英が優勝しました。須江航(スエワタル)監督の優勝インタビューは「サエワタツテ」いました。「100年開かなかった扉が開きました。東北の皆さん、おめでとうございます。全国の高校生に拍手してもらいたい。」日本の開かなかった扉を開くには、努力をただひたすらに継続する必要があるのだと、感慨深く聞きました。コロナに打ち勝ち、医療者が燃え尽きず、持続可能な医療体制を構築していくために、知恵を絞って努力を継続していきましょう。

今回は、医師の働き方改革をテーマに、寄稿いただきました。皆様の時間外勤務を見直して、効率よく動くにはどうしたら良いか、話し合ってみてください。周りの年の近い先輩方の乗り越え方はとても参考になると思います。

年2～3回の発行をめざしますので、ご意見ありましたら医師会までお願いします。ishikai@wakayama.med.or.jpまで。