

## 「静岡での仕事とくらし」

静岡県立総合病院 糖尿病・内分泌代謝センター

小杉 理英子

今回リレーメッセージを担当いたします、静岡県立総合病院の小杉理英子です。

2021年よりJWC Tokaiの活動に参加させていただいている。

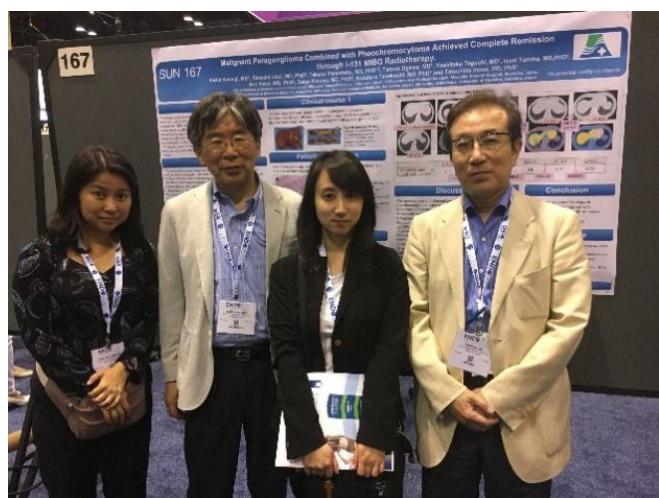
私は2004年に大学を卒業し、初期研修終了後はずっと一般病院で勤務してきました。

ロールモデルとして紹介されるには、①大学で研究・留学している、②家庭と仕事を両立して充実している、といったエピソードが必要なのではないかと思います。けれど私はそのどちらでもありません。そのため、エッセイに何を書いたらよいのかずいぶん悩みましたが、せっかくの機会ですので今回はその二点について、自分の思いを記してみたいと思います。

### ① 基礎研究への興味と臨床遺伝専門医

私は現在大学の医局に所属しておらず、大学院に進学した経験もありません。そのため基礎研究が実際にどういうものかを知ることはできませんでした。以前より、興味はあったものの、臨床医として成長することを優先した結果、大学院に進むタイミングを逸してしまいました。もし研究に没頭できたら、また違った世界が広がったのかもしれないと思うこともあります。そのため、若い先生方で研究に少しでも興味のある方は、機会のあるときに大学院に進むのも良い選択だと思います。

とはいっても私は現在の環境に大変満足しています。2011年から静岡県立総合病院の内分泌代謝センターで勤務を続けていますが、入職当時は医師7年目にもかかわらず、学会発表の経験もなく、学会自体にもほとんど参加したことがありませんでした。パワーポイントの使い方も知らず、「おお、そこからか」と指導していただいたことを今でも覚えています。何もできなかつた私に、よく臨床研究や論文作成、国際学会発表の機会を与えてくださったものだと、今でも上司の懐の深さを感じ、感謝しています。



2017年ENDO(米オーランド)。指導してくださった先生方と

また、学位を取らない代わりに、勤務しながら取得できる資格を考え、2020年に臨床遺伝専門医を取得しました。現在は内分泌内科と遺伝診療科を兼務しています。一般病院で遺伝を専門とする医師は少なく、他科の先生方から相談を受けることもあります。臨床遺伝という自分の基盤を持てたことは、大きな自信につながっています。

## ② 家庭との両立は難しい

私は産後半年で非常勤として復職し、1年後には常勤となり夜間業務も担当しました。その頃は仕事が特に忙しく、子育てのほとんどを両親に頼りました。両親も現役で働いているため、0歳と1歳の孫を育てることがどれほど大変だったかは、想像に難くありません。

最近は家庭と仕事をうまく両立している女性医師が増えているように感じます。素晴らしいことだと思う一方で、私はきっとそういう器用な生き方はできないのだろうと感じています。若い頃にあまり考えず無計画に過ごしてきたため、ライフイベントを全速力で突っ走ってきてしまったように思います。ですから、私から言えることは多くありません。強いて挙げるなら、結婚・妊娠・出産といったライフイベントについては、学生時代や研修医の頃からある程度の人生設計をして、その目標に向けて準備しておくことが大切ではないか、というくらいです。

## ③ 日常の楽しみ

話は変わりますが、この夏、20年前からやってみたいと思っていたサーフィンに挑戦しました。年齢のことや怖さもあり迷いましたが、青い空と広い海のもと、ほんの一瞬でも波に乗れたときはとても爽快でした。安全には十分注意が必要ですが、意外と40～50歳代のサーファーが多く、いくつになっても新しいことに挑戦するのは悪くない、と改めて感じました。

## おわりに

私は研究者として華やかな実績を残したわけでもなく、家庭と仕事を理想的に両立できたわけでもありません。それでも支えてくださる方々のおかげで、臨床を続けることができました。

私の経験が誰かの参考になるかどうかはわかりませんが、「自分らしく続けていくことも大切だ」と感じていただけたら嬉しく思います。



自宅から車で1時間の海岸