

# Brush Up Letter

神戸大学医学部附属病院  
D&N plus ブラッシュアップセンター

〒650-0017 神戸市兵庫区荒田町2丁目1-5 TEL 078-382-5266  
E-mail: brushup@med.kobe-u.ac.jp http://www.hosp.kobe-u.ac.jp/dn/

## 2015年2月～2015年3月の主な活動

全 体		
2月	17日	ハラスメント防止研修会
	2日	平成26年第2回運営委員会
3月	10日	地域医療活性化センター 防災訓練
	12日	大分大学医学部附属病院女性 医療者支援センター視察来院 臨時託児サービス (Onco 知新の会)
医 師		
2月	20日	なでしこ女性医師養成 コースシンポジウム
	全4日	研修医ミーティング収録
3月	全2日	研修医ミーティング収録
看護 師		
2月	4日	復帰前研修 ランチタイムミーティング開催
	15日	神戸REEDプラン 最終成果報告会
	5.17.26日	妊娠期説明会
3月	5.12.19日	妊娠期説明会
	8日	ママナース会
薬 剤 師		
2月	2日	薬剤師レジデント研修報告会

## 2015年4月の主な予定

全 体		
4月	1日	平成27年度新規採用職員 合同研修
	9日	特別講演会 オストメオパシーの世界へ
医 師		
4月	全3日	研修医ミーティング収録
	全8日	1年目研修医 オリエンテーション収録
看護 師		
4月	2日	看護部採用時 オリエンテーション収録
	20日	看護部長講話収録

## 〔2/15〕神戸REEDプラン最終成果報告会

平成22年、当院看護部の文部科学省大学改革推進事業「キャリアシステム・神戸REEDプラン」も平成27年3月末をもって事業が終了となります。それを受けて成果報告会がシスメックホールに於いて開催されました。神戸大学大学院看護学研究科と人事交流を行いながら教育指導者を養成し、115人の教育指導者養成コース修了者、7人のスーパー教育指導者コース修了者を輩出。それぞれの役割を担った看護師が成果をキャリアとして捉え、キャリアの方向性を見出し、組織や地域に貢献できる人材になることを目標としていました。パネルディスカッションでは、実際に看護師を教育指導者養成コースに参加させた他病院看護部長より、教育指導者により部署活性に繋がったことや、また実際に教育指導者になられた看護師の方の気付きやこれからのあり方などのお話も興味深く、5年の成果や今後更なる発展も感じた報告会となりました。



## 〔2/20〕なでしこ女性医師養成コースシンポジウム開催



島根大学、兵庫医科大学、神戸大学3校の大学連携による未来医療研究人材拠点形成事業に伴う「なでしこ女性医師養成コース」シンポジウムが、ホテルオークラ神戸飛鳥の間で開催されました。参加者23名。

第1部は東京医科大学 社会医学部門医学教育学分野 教授 泉美貴先生による講演「女性医師一結婚一子育てとんとこい！」でした。医師としてやるべき仕事、自分(医師) じゃなくてもできる仕事を見極めながら研鑽を重ねる。特に最初の5年は非常に大事。医師として伸びる時期なので、とにかく必死にがむしゃらに頑張る。そうすることで仕事楽しくなり仕事を辞めようと思う気持ちがなくなる(泉の法則)。時に爆笑、時にうなずき、多くの方ができないと思ひこんでいる心のフィルターを少しずつはずしながら、各自の目標に向けて今何ができるのかを考えることが大切だというお話でした。第2部は泉先生のお話を踏まえ「自分らしく働くこととは」についてワールドカフェ形式でのグループワークを行いました。1セッション15分と少しタイトなセッションの時間でしたが、2セッション行われ、グループごとに意見を共有し、最後は全ての参加者と意見を共有しました。アウトソーシングの利用方法、子育て期の学会参加、モチベーション維持、夫の教育の方法など参加者からの声に、子育て期や介護期などライフイベントが起きて仕事は辞めるか辞めないかの選択ではない。家族、職場の支援を得て働き続けるには、今何が必要なのだろうか？育児短時間勤務などのセーフティーネット利用後の常勤医として働く事を目指すにはどうすれば良いのだろうか？いつもなんとなく分かっていること、感じていることを言葉にし、泉先生よりアドバイスを頂くことで納得し、その方法について考えるきっかけを得たように思いました。



## 〔3/12〕大分大学女性医療者支援センター委員視察来室報告



3月12日大分大学医学部附属病院女性医療者支援センターの副センター長他3名の方が当センターに視察来院されました。大分大学医学部女性医師支援センターは昨年12月に産声を上げたまだ生まれたてのほやほやの部署ということで、「まず最初に何をすればいいのだろうか？」の不安な思いを持っておられる中でのご来院。大分大学医学部女性医療者支援センターの皆様のご質問、お話を伺いながら、D&Nブラッシュアップセンターの発足当時、手探りで「何をすればいいの？どんなことをしたいの？私たちは何が出来るの？」等戸惑いながら夢中でいろいろなことに取り組んできたことを思い起こしていました。大分大学医学部附属病院女性医療者支援センターの皆様も当センターのスタッフ一同も医療にかかわる全ての人が働きやすい環境の中で安心して働くことができる仕組み作りを目指し、相談者、支援者双方にとってより良い情報を正確・迅速・丁寧に届けること、利用者目線に対応できるようにすることを目標にしています。お互いにサポートしながら今後の活動を深めていきたいと思っています。

今年4月、5月からの復帰を目前とされ、認可保育所入所をめぐる一連の慌しさもようやく一息つかれた頃と思います。お疲れ様でした。5月以降の保育所入所を目指されている方は、これから各自治体の保育支援課に向かれ、ときどきの日々を過ごされることでしょうか。今回も、また先輩ママが皆さんへ、復帰前の気持ちに寄り添った原稿をご寄稿くださいました。不安なのは一人ではありません。しんどさをシェアし復帰に向けて、また働き始める前の悶々とした心配の解消になる事と思います。今回と前回は、子育て中で復帰された先輩看護師、の方に寄稿いただきました。「〇〇の職種の方の話を知りたい」というご意見・ご要望、そして「是非この方に！」という推薦等がございましたら、当センターまでお知らせください。男女問わず、様々な職種の方の子育て・介護経験談をお届けしていきたいと考えています。

## 復帰前に準備してきたこと、 復帰後、次のステップに向けて考えていること

### 野原 美喜 10階北病棟

2006年 入職  
2014年 5月復帰・育児短時間勤務時間利用

私は看護師として入職して8年、もうすぐ4歳と2歳になる子どもがいます。それぞれ約1年間の産休育休を取得し、2人目の復帰は育児短時間勤務制度（1日6時間、週4日）を利用し、10階北病棟へ復帰しました。



病棟への復帰は約3年のブランクがあり、初めはとても緊張しました。日々の業務は部屋持ちや入院を受けたりしています。受け持ち患者さんに対して自分の看護ができることに喜びを感じています。復帰後も勤務形態や家庭との両立のことなど、いつも師長さんが親身になって一緒に考えてくれました。今では月2回、夫の協力を得ながら夜勤をしています。部署のフルタイムスタッフの業務調整やフォローのおかげで働くことができ、本当に感謝の気持ちでいっぱいです。復帰してからの一番の悩みは子どもの急な体調不良や保育園からの呼び出しです。私たちは復帰前から具体的に夫婦で話し合っ決めておきました。病児保育を利用したり、保育園からの急な呼び出しのときは私が仕事を早退させていただいたりしています。さらに復帰時に自分の働き方や思いを師長さんへ伝えることで理解を得ながら復帰することができたと思っています。今はフルタイム復帰に向けて、育児と自分のキャリアをどうするかという問題と少しずつ向き合いながら考えています。今後も仕事と育児を楽しみながら頑張っていこうと思います。



### 臨時託児サービスに関するお知らせ

D&Nplusブラッシュアップセンターは、平成27年度も院内開催のシンポジウム、セミナー、各種研修、病棟会の開催時にベビーシッターによる臨時託児サービスを行います。臨時託児サービス開催場所やシッター業者への連絡につきましては、当センターが行います。ご利用希望の場合、診療科、病棟部署、所属部署や委員会等の開催責任者名で当センターにお申込下さい。利用申込書式等を送付させていただきます。ご利用にあたり、広く皆様にご利用いただくために、1回の開催にお子様の保育人数を制限させていただきます。臨時託児サービス予算にも上限がありますので、予算の上限に達した場合はお受けできない場合もございます。ご了承ください。ご利用をお考えの方は、早い時期にご連絡お申込頂きますようお願い致します。

### 【編集後記】

平成26年4月地域医療活性化センターに移転し1年が経ちました。院外の新しい建物となり、場所をお知らせするのに若干の不便が有り四苦八苦のすべりだしとなりました。申し訳ありませんでした。本年度も皆様のご支援ご協力の下、無事行事を執り行うことができました。ありがとうございました。マドクカフェやママナース会等職種別に次世代に向けた自主的な働きかけもかなり根付いてきたように感じています。男性女性関係なく、全ての医療者にとって働きやすい環境とは何かを考えながら、丁寧に皆様に向き合える部署として次年度も取り組んで参ります。今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い致します。D&Nplus ブラッシュアップセンターは、神戸大学医学部附属病院に勤務中の全職員(関連病院で勤務されている医師を含む)を対象にサービスを提供いたしております。登録方法等詳細のお問い合わせは、当センターへご連絡をお寄せください。

### 田淵 純子 外科外来

1994年 入職  
2014年 5月復帰・育児時間利用



経歴は年齢がバレそうで書くのが嫌でしたが、もしかすると誰かの励まし？になるか、と気を取り直して事実を書きました。現在、私は第2子の育児休業明けで外来に勤務中です。私が5月復帰を選択したのは第2子の保育園慣らしに目途がつく頃ということと、上の子が小学校に入学したという理由です。小学校入学直後は、子どもには小学校に慣れること以外に、下校後過ごす学童保育所の慣らし期間も必要でした。親も4月の間に授業参観、PTA総会や家庭訪問などの学校行事をこなさなければいけませんでした。

学校行事の日程を入学前から学校に問い合わせる親もいますが、私は保育園ママ友から情報を得ていました。おかげで準備ができ子ども達は、新生活を大病なく過ごすことができました。これは上の子が保育園に通園し始めた頃の話ですが、3週間で風邪をこじらせ、気管支炎になり入院したことがありました。子どもの入院には付き添いが必要で、夫婦と母の3人が交代で付き添いをしました。この時は病棟に通常勤務で復帰していたので、母の協力は大変助かりました。その上、育児のピンチヒッターができるようにと母は仕事を減らしてくれ、第2子の時には退職してくれました。私が笑顔で働くことができるのは、育児の協力者とママ友がいるからです。職場にも相談しやすい先輩ママナースがいて、公私共にお世話になりました。当時時間外だった病棟会や部署委員会に子どもを同伴したこともありました。

第2子の育児休業期間は2年半と長く頂きましたが、そこで育児にどっぷり浸れたのもいい経験となりました。手作りのおやつや児童館通い、ベビースイミングなど、ママである楽しみを満喫しました。家族計画も重要で、この期間にもう一人産むかどうかを考え、ライフスタイルを設計しました。我が家の場合は、親の介護というイベントが追加されたので、ライフスタイルを見直すことになりました。こんな充電期間を経て復職し、今も同僚と育児・学校に関する情報を交換しています。

2回目の復帰場所に外来を選択したことは私にとって大きな決断でした。育児に時間をとられるためスタッフに迷惑をかけたくない思いで外来を選びました。当時私が持っていた外来業務のイメージは、検査介助でした。外来では入院患者のように受け持ち意識が持たずにモチベーションが下がるのではないかと不安もありました。復帰後しばらくは業務を覚えることを優先し、今は病棟から外来勤務に変更したことが、患者を広く長く看護できる自分の強みになるように向学心を持ち、後進ナースの見本になれば、と心を律して新たな気持ちで働いていきたいと思っています。