

Contents

1. <開催報告> 第2回キャリアカフェ
2. マタニティ白衣・スクラブレントラルサービス

1. <開催報告>

令和5年度

第2回キャリアカフェ

～小学校高学年の子育て～

日時:2023年10月26日(木)
12:00～13:00場所:福利厚生施設4階ホールA
対面・zoomハイブリット開催

1.思春期のはじまり

原田) 子どもが思春期になって、あの小さくていつも抱っこしていた子どもがどんどん大人に近づいて、反抗期が始まりました。反抗期について仕事と両立するにあたって困ったことはありますか？

高橋) 長女は英語教室に通わせていましたが、中一の頃に「もう英語教室行きたくない！」と言った時に、私は「もうちょっと頑張ってみようよ！」と少し押し付けてしまいそのことで反抗期が始まりました。一切口をきいてくれない状態が続きましたが、ママ友が娘をお泊りに誘ってくれて、そこで「ママがんばってるよ。」って言うてくれたようで、そのことがきっかけで仲直りできました。娘にはほかの大人の言葉はすぐく届いたみたいで、自然に娘が「ありがとう。」と言ってきて。長男は今反抗期継続中です。

2.デジタルとの付き合い

原田) YouTube・LINE・SNS...デジタルとの付き合いに困っています。私たちも仕事でデバイスがあるため、子どもたちのデジタルもシャットダウンできないので悩んでいます。

高橋) うちも子どもたちはずっとスマホを覗いている状態です。夫がGoogleファミリーリンクという機能を使って、1日1時間の時間制限をしましたが、制限のロックを解除する方法を子どもが覚えて、パスワードを変えても、新たな方法でロック解除する、いちごっこになってしまっ...ファミリーリンクは諦めてしまいましたが、「成績すごく下がったらもう解約する。」と夫が言っているの、今は子どもたちも夜間にスマホを夫に返上する日が続いています。コロナ禍では家にいる時間が多いとスマホをみる時間が多くなったので、子どもと一緒に公園に行ってバレーボールしたり、近くの山にハイキングに行ったりと、スマホではない違うことに興味を向くように少し意識して行動したりしました。

原田) うちも今ファミリーリンクをすごい制限してますけど、パスワード変えるのも大変です。子どもとのルール作りをしたつもりが、ルールを破られる。うちもいちごっこです。なにかいい方法はありますか？それから、SNSでオープンチャットなどの不特定多数の付き合い方もすごく悩んでいます。



登壇者
看護部4階北
副看護師長
高橋 美帆 氏
長女(高校2年生)
長男(中学1年生)



登壇者
眼科学分野
助教
坂本 麻里 先生
長女(高校3年生)
次女(高校1年生)



司会進行
リハビリテーション機能回復学分野
特命助教
原田 理沙 先生
長女(小学校5年生)
次女(小学校3年生)
長男(小学校2年生)
次男(4歳)

坂本) 高校生の娘はInstagramでフォロワーの人から友達のまたその友達から連絡がきたりするようですが、自分のSNSは公開アカウントにはしないようにいつも言っています。そういう危険には巻き込まれないように気をつけています。先輩から「ルールを破ったら1日スマホを取り上げて、また破ったら今度は3日間取り上げて、次も破ったら1週間取り上げて、それでもだめなら解約する、というのがいいらしいよ。」と聞いて、実際やりましたが、とうとう解約までいまして、機種代金だけ払わされるということがありましたね。高校生になった今は、スマホ見過ぎてしまうのが自分でわかるので「夜はママがスマホ持っていて。」とか言いますね。結果論ですが、子どももある程度やりきると、そうやって自分で気づいていくものなんだとわかりました。小学生高学年のお話ですのでまだ難しいと思いますが、小学校のスマホのトラブルはどう付き合うかすごく難しい問題だと思います。

3.中学受験する？しない？するならそのサポートは？

原田) 中高学年のお子さんを持つ世代って、職種に関わらず仕事ではちょっとリーダー的な存在となったり責任が増えたり、自分のことで結構いっぱいいっぱい、かつ、時短勤務とかは小学校3年生までで子供に時間割けない時期に受験となる。受験をする・しないはご家庭によると思うのですが、受験をする場合のサポートとかはどうされましたか。

坂本) うち自然と受験という形になりました。受験をするしないはご家庭の考えですが、あとは子どもはみんな違いますので、お勉強が好きな子、お勉強が嫌いな子、塾に自然に行ってくれる子、塾になかなか行かない子、いろいろだと思います。私は、基本的には子どもが楽しく続けられるのが一番と思っていました。子どもも塾の友達とかできて楽しかったようです。親の言葉よりお友達同士の間のことの方がよく利きますね。なんでも子どものネットワークが作れればうまくいくかなと思います。

高橋) 息子は基本的に真っ暗になるまで公園で遊ぶような男の子で、公園の一番近くの塾に入れました。子どもが時間になっても塾にこない時は、先生が公園まで行って、彼を塾まで引っ張って行ってくれました。うちの子にあった塾に巡り合えたので、その先生の力を借りながら宿題をするようになりました。中一になると仲のよいお友達と一緒に行ける塾がよいと言って、お友達と同じ塾に通っています。

原田) どちらかという親は環境を整えてあげて、子ども自身が自分で気づくみたいな形がよいのですね。

4.活動範囲が広がる

原田) うちの娘は結構習い事に通うのも全然PiTaPaさえ渡しておけば自分で行っています。ICOCAはコンビニでも使えるから渡していません。活動範囲というところで、この辺は気を遣ったみたいなこととかありますか？

坂本) 習い事はいろいろさせましたが、小学校2年生くらいになると自分がやりたいことを言い出しますので、基本は本人がやりたいものは続けさせて、あまり興味がないものは割と早々と辞めて良いよと言っています。本人がやりたいということをしてできるだけ結構長く続けていました。自分の仕事と両立できる範囲内で、子どもにはやりたいこともさせつつでしたが、習い事や塾の送迎、それから塾のお弁当がとても大変でした。



高橋) 小学校高学年までは子どもが私に連絡がとれない時は、いつでも相談できる大人をなんとか確保するようにしていました。神戸市のファミリーサポート制度を利用して、学童の後にサポートの方のお家で預かってもらうこともありました。普段から周りの大人が助けてくれるように「子どもとの連絡が取れない時間帯も多いので何かあったら教えてください。」とか、お隣の方にも「時々、家の鍵を忘れてうちの子出ていったりするので家に入れなくてずっと玄関前にいたりしたら、ちょっと声をかけてあげてもらっていいですか。」とお願いしたり、普段からご挨拶をするように心がけています。

原田) お二人のお話はすごく参考になります。うちも同じ塾に近所の子がいて、そのお母さんうちの娘のことを気にかけてくれたりします。いろいろたいへんですが、周囲のサポートを得ながら意外となんとかなるんですね。

5.キャリアアップ

原田) お二人とも大学院に行かれてたり、フルタイム勤務に戻られたり、子育てしながらご自身のキャリアアップにつなげておられてすごいと思います。お二人のお話を聴くと結構大変なこともありつつ、その中でモチベーションやキャリアアップを続けるコツなど教えてください。

坂本) もちろん子どもも大事で、母親としてもそれも大事だったんですが、子育てしながら仕事をしている時に、自分が全然知識とか経験も足りない中で患者さんに対して仕事をしていることにすごい葛藤があり、そのことが逆にモチベーションに繋がりました。やっぱりもう一回しっかり勉強したいという気持ちがすごく湧き上がってきて。そして、私が仕事に復帰した時は、後輩たちはもう子ども産んですぐ復帰して、子育ても仕事もがんばっていて、そんな後輩たちを見てそれもモチベーションになりました。子どもを産むタイミングとか子育てのタイミングとかは皆さんそれぞれに計画できるものではないと思いますが、やはりそのステージでできることをやったら繋がっていくものだなと今は思っています。

原田) 高橋さんはどうですか。看護師さんで博士課程に行く方はあまり多くないのではないかと思います。是非看護師の目線でキャリアを続けることについてもお話いただけたらと思います。

高橋) 当時は夫は仕事が忙しくて帰宅も遅かったので、私が夜勤することは難しい状況もありました。そういう中で、私が看護師として患者さんに還元できることが何かないかと考えたときに、大学院なら行けるかもと思い、進学しました。大学院に入るまでは看護は研究と実践の世界が結構離れているような気がしていましたが、現場で働く看護師がもっと今現場で困っていることを研究に反映できるように、そういうナースが増えて一緒に頑張っていけるようになるといいなと思って、今私も頑張っています。



2.マタニティ白衣・スクラブレンタルサービス

当院に勤務する妊娠中の女性医師を対象に、マタニティ白衣等の無料貸出サービスを実施しています。



- ・貸出はお一人2着まで(3着目は要相談)
- ・種類とサイズは、白衣(M/L)、スクラブとズボン(S/M/L)があります。
- ・組合せは自由(スクラブのみパンツのみも可)
- ・貸出期間は、ご希望の時期から産休前まで(休暇前にご返却ください。)
- ・レンタル中のクリーニング

通常の白衣等と同様に院内リネン室へクリーニングにお出しいただけます。

貸出方法等、お気軽にお問合せください。

当センターにて
ご試着可能です



お知らせ

次号は、2023年11月27日に開催した「みなとKOBEメディカルキャリアプロジェクト」の様子をお伝えいたします。

また、2024年2月頃に第3回「キャリアカフェ」も開催予定です。詳細が決まりましたらご案内いたします。対面とZoomでも参加可能ですので、是非ご参加ください。

【発行】

神戸大学医学部附属病院 D&Nplus ブラッシュアップセンター
〒650-0032

神戸市兵庫区荒田町2丁目1-5 地域医療活性化センター1階

TEL 078-382-5266/FAX 078-382-5837

MAIL brushup@med.kobe-u.ac.jp

HP <https://www.hosp.kobe-u.ac.jp/dn/>

<お詫言> 只今、ホームページのメンテナンス中です。ご不便をおかけし申し訳ございません。お問合せはメールにて受付しております。