

仕事も家庭も安全に 一日を終えられるように 日々気をつけています



今井 典子 Dmat Noriko

医学部附属病院 麻酔科蘇生科 医員

岐阜県出身。2005年信州大学医学部卒業。JA長野厚生連篠ノ井総合病院にて初期研修、同病院で2年間麻酔科勤務後、信州大学麻酔科配属。2010年初期研修時代の後輩であった夫と結婚、2011年第1子出産。篠ノ井総合病院にて育休復帰し、2012年夫の異動に伴い信州大学医学部附属病院麻酔科へ異動。2013年専門医取得後、第2子出産。

【学生へのメッセージ】

まだまだ将来の生活について具体的なイメージを抱くのはむずかしいと思いますが、男女問わず生活スキル（炊事、洗濯、掃除、片付けなど）を磨いておくことは大事だと思います。一人暮らしでも、二人暮らしでも、子どもができて、たぶん食べて、寝て、笑っていられたらいいのは大丈夫です。仕事を始めると仕事上の困難も降りかかってきますが、それ以上に人間関係や理不尽な上司とのつきあい方に悩むことも多くなると思います。自分の精神状態を健全な状態に維持、もしくはリセットできるようになるなか（食べること、友達と話すことでもなんでも）があればいいと思います。

私が仕事で遅くなったときだけでなく、休日の夕食も作ってくれます。夫は私の不得意な魚料理などが得意なので二人でよくキッチンに並びます。



5歳と3歳の姉弟。毎日『お母さん、大好き！』といってくれるかわいい子たちです。



昨年の夏休み、はじめての川遊びにチャレンジ。川の水がためたくて水に入ったのは親だけでした。

File
8

「ママが今日一番楽しかったことは何ですか？」

夜、子どもと一緒にベッドに入って子どもからこう聞かれたときは、だいたいこう答えます。「ママが一番楽しかったのは今日一日安全に仕事できたことです。」

麻酔科の仕事は手術室での麻酔業務、集中治療、ペインクリニック、緩和医療と多岐にわたります。私が現在行っているのは、手術室での麻酔業務と術後回診です。大学病院では、多い日には20件を超える麻酔科管理症例があるので、個々の麻酔を担当するほかに、その日の麻酔科管理症例すべてを把握し管理する責任者業務があり、手術室の麻酔業務の中で週に1回、責任者補佐業務を行っています。この一日だけは夫に子どものお迎え、食事、お風呂、歯磨きを任せて、少しだけ長く業務についています。手術室の麻酔は予定手術であればほぼ予定通りのタイムスケジュールになることが多いですが、それでも子どものお迎えのためにほかの先生方にかわっていただくことが多々あります。もう少しで終わりそうだけどもお迎えに間に合わないときなどは、本当に後ろ髪を引かれる思いです。なので、安全に一日の仕事を終えられるように日々気をつけています。

『お母さん、大好き！』のおかげでがんばれる

我が家は、夫と子ども2人の4人家族です。どちらかの両親が近くに住んでいるということもないため、子どもの面倒をみるのは私、夫、外注（保育園、ベビーシッターサービスなど）しか選択肢はありません。家事でも育児でも、夫と私のやり方やこだわりが違うことが多いのですが、相手のやり方を否定せず、私が仕事で家をあけるときには相手を信頼して任せるようにしています。

子どもが生まれてものすごくびっくりしたことは、「こんなにも子どもって『お母さん』が好きなんだ」ということです。もちろん子どもの個性に依るところが大きいと思うのですが、手のかかる乳児期を終えてずいぶん大きくなったようでも、『お母さん』じゃないとダメという場面があります。2人目を出産し、職場復帰してから早2年、任される仕事は責任者補佐業務など責任を問われる業務へと変わってきました。新しい仕事にチャレンジしたいと思う反面、子どもが『お母さん、大好き！』と言ってくれる間ぐらひはこのままの生活でもいいのかなと毎日葛藤しています。

自分がんばっているとき子どももがんばっている

土曜日の勉強会に参加していた時のこと、ある先生にこう言われました。「先生がんばっているね。でも先生ががんばっているときってお子さんもがんばっているということだからね。」子どもを預けて働いていると、毎日自分だけががんばっているような気持ちにおちいることがあります。でも、自分がんばっているとき、子どももがんばってくれているし、夫もがんばっている。今はまだ、仕事のチャンスを与えてもらっていることに感謝しつつ、無理のない範囲でできることをしていきたいと思っています。

● 仕事の相棒！

手指消毒薬と McGRATHR®



いつも携帯している手指消毒薬はみんな同じものなので目印は大きく！なくしても見つけやすいようにしています。McGRATHR®は5年ぐらい前にでてきたビデオ付き喉頭鏡です。ちょっとスマートな見た目が気に入っています。