

## 活動報告

## 子育てしながら働くということ

聖マリアンナ医科大学横浜市西部病院 立石真純さん

会員ライフサポート部  
活動報告 第37報  
職場環境を考える

「3人の子育てをしながら大学病院で働いている人はめずらしいので、しかも男の子3人！ぜひ経験を書いてもらえると…」と今回原稿依頼をいただきました。今の生活が日常となっている私にとって、改めて何を書いたらいいのだろうかと考えてみました。そして、現状と日々悩むこと、考えることを率直に書いて、どなたかの参考になればと思い、書かせていただくことにしました。

現職場は、私にとって3ヶ所目の職場であり、第1子出産後1年半でパートタイムとして採用していただいたことから今につながっています。第2子出産の為、一度退職しましたが、院内保育園の開園に合わせ、第1子が3歳、第2子が4ヶ月の時点で院内保育園に預け、パートタイムとして働きはじめました。その後、常勤採用へと切り替えていただくことができ、第3子出産の際には産休、育休制度を利用することができました。その間、院内保育園の受け入れ年齢の変更などがあり、長男が職場近くの認定こども園(保育園)を併設した幼稚園に保育園在籍として通うことになりました。その為、預け先が長男と次男とで2ヶ所になってしまい、出勤時は常に慌ただしく、時に、忘れ物をしてしまうこともあり、子どもたちに怒られる日もありました。その後、次男が年少になる時点で長男と同じ保育園に入園し、出勤時の慌ただしさはかなり改善されました。また、幸運にも第3子も1ヶ月の慣らし保育を経て生後7ヶ月の時点で預かってもらえるようになりました。

復帰の時期に関して感じることをまとめてみます。第1子のときは、切迫流産の診断で早期に前職場を退職し妊娠期間も含めて約2年臨床から遠ざかることになりました。その後の復帰は、私にとって不安が大きく、また長男にとっても1歳半となり保育園に預けられることを理解できるがゆえに、しばらくは毎朝大泣きで母子ともに慣れるまでつらい思いをしました。2年臨床を離れると、臨床経験7年目にも関わらず、血圧測定や移乗介助、患者さんとの接し方に不安を感じてしまいました。私の職場では復帰後、そのような不安も考慮してくださり身体的、精神的負担の少ないような配置を整えてもらえました。そのおかげで徐々にブランクを埋めていけたように思います。このような経験から第2子以降は働ける体制が整い次第なるべく早く職場復帰をしたいという思いで復帰の時期を考えました。第2子は4ヶ月、第3子は6ヶ月から保育園に預けましたが、このくらいの時期ですと泣くこともなく預けられ、早くから家以外の生活や家族以外の人にも慣れていくことができました。ま

た私自身も臨床の感覚を忘れないうちに戻れたように思います。子どもたちも、そして私自身も早くから社会に出て、たくましく成長していけていると感じています。復帰時期は人それぞれだと思いますが、私はこのように考えました。



次に、子供たちの預け先のことについてまとめてみます。上述したように、横浜保育室、院内保育園の利用を経て、現在では3人とも職場の近くの認定こども園を併設した私立幼稚園に通わせていただいています。年長、年少、0歳児ですが3人とも保育園在籍になっているため保育料の面では次男が長男の半額、三男にいたっては保育料がかからず、恵まれた環境にあります。また長男と次男は、保育園在籍ながら幼稚園教育を受けることができます。また幼稚園ですのでお弁当の日もありますが、保育園在籍のため給食をお弁当箱に詰めてくれるという働く母親にとってはこれもまた恵まれている点だと思います。生活環境として自宅と職場、保育園ともに近いということも、子育てしながら働く際には、大きな利点と言えます。今まで色々と子供たちの預け先を検討、利用してきました。その中で、安心して働くためと、子どもが年少の段階になったときに受けさせられる教育、経験の違いなどを思うと、子供の預け先は重要な検討事項だと思っています。最近増え始めた認定こども園併設の幼稚園には十二分に満足していますし、息子たちも毎日「お迎えが早いよ」というほど幼稚園が楽しくてしかたない様子で、毎日夕食後すぐに力尽きて寝てしまうほどです。



最後に、働く親にとって共通した一番の悩みだと思えますが、子どもが体調を崩したときにどうするかということの考えをまとめたいと思います。通常、幼稚園や保育園には病児保育は行っていないところがほとんどだと思います。私の職場の院内保育園では病児保育を行っており、登録だけして必要なときに利用できるようにしています。でも、子どもが具合の悪い時に病児保育に預けるのは本当に心が痛むところではあります。実際には、実家の両親が近くに住んでいるので、両親をお願いをしたり、職場にご迷惑をおかけして私や主人がお休みをとったりしてなんとかやりくりしており、病児保育の利用はほとんどしていません。どうしても仕事を休みづらいときや、熱は下がったけれども病み上がりで通常保育は大変なとき、実家の両親も都合がつかないときのために登録をしております。いくつかのパターンを準備しておくだけでも働く上では安心材料かと思えます。本音を言えば、子どもの具合が悪いときは、子どもにとっては、やはりママと一緒にいてほしいものですし、母親としても何よりも子どもを優先して一緒にいてあげたいと思います。私は職場に恵まれ、上司は、「子どもを優先してあげて」とおっしゃってくれています。また他のスタッフにも気を遣っていただき、本当に心より感謝をしています。しかし、忙しい臨床に1スタッフとして欠けることで他のスタッフにしわ寄せがくるのは事実で迷惑をかけているのは本当に心苦しく感じます。3人いると体調を崩すのも3倍…何度も、大学病院でなくてもいいのかもしれないと新たな職場を考えたこともあります。しかし、私にとって、尊敬できる上司のもと、この職場で今までの経験を活かして頑張っていきたいという思いがありました。ゆえに、辞めることを考えるのではなく、この職場において、できるときにできるだけの貢献をしようという心がけるようにしてみました。9時から16時という育児時短制度の利用をさせていただいていま



すが、なるべく朝のミーティングへの出席、子どもたちの迎えが16時を過ぎても大丈夫なときは、なるべく私にできることがあればという姿勢でいます。年齢を重ね、経験年数も11年目になりました。経験年数に見合った役割を果たしているのかということも考えられます。しかし、三男を出産して精神的にもたくましくなった今思うことは、謙虚に、そして大らかに物事を考えることが大事なのではないかということです。やはり一生懸命勉強して資格をとった理学療法士という仕事が私にとっては魅力的なもので、

そして子どもが何よりも大切であるということをしてすべて考えても、働くことは家族のため、自分自身のために続けていきたいと思っています。これから、出産後も働き続けたいと願う理学療法士の方々に伝えたいのは、職場に迷惑がかかるからという思いになるのは当然だと思います。しかし、子育てしながら働くことを後押しする制度が整ってきた今だからこそ、自分ができること、できないことを明らかにして周囲に協力を求め

ることが大切になってくると思います。そして、自分ができる職場への貢献の仕方を考え実践していくことが求められていることを自覚することが必要だと思います。難しいことだとは思いますが、働くママPTが増えていってくれれば私も嬉しいです。そして、そのような人が増えれば増えるほど働きやすい職場が増えていくことと思います。

子育てしながら働くことはとても大変だと思います。帰宅後一息つく間もなく家事や子どもの世話をし、一瞬にして子どもたちと一緒に寝入ってしまいます。そしてあっという間に朝が来て、また一日が始まります。このような毎日ですが、子どもの笑顔や成長、家族、職場のみなさん、患者さんとのやりとりで励まされながら充実した毎日をご過ごしています。長くなりましたが、何かの参考になれば幸いです。また、この場をかりて職場のみなさん、そして家族に感謝したいと思います。

