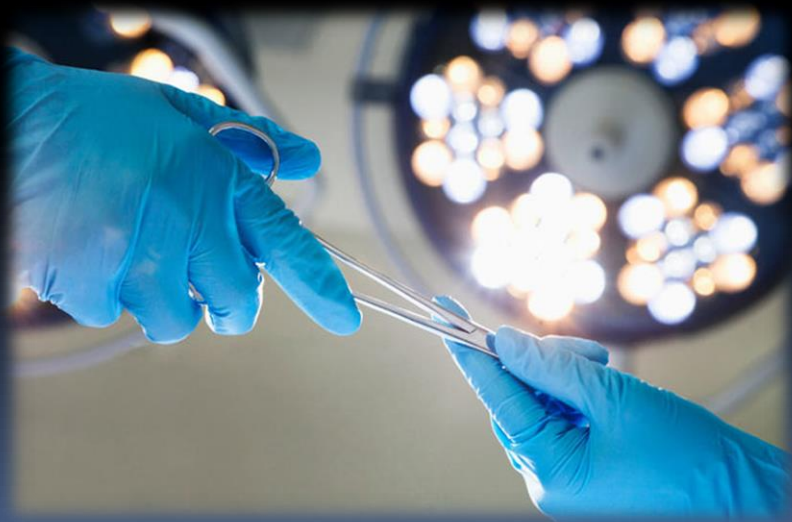


外科医としての価値を高めるために 私がしてきたこと、しなかったこと ～整形外科卒後15年のリアルライフ



行岡病院
整形外科 手の外科センター
有光 小百合

演者紹介

平成13年 国立病院機構大阪医療センター 研修医
平成15年 市立貝塚病院 レジデント

平成17年 大阪大学医学部付属病院
大学院 入学
整形外科専門医取得

卒後4年目結婚
6年目妊娠・出産

平成21年 大学院卒業
米国ミネソタ州Mayo Clinic
Biomechanics Laboratory Research fellow

平成22年 堺市 ベルランド総合病院

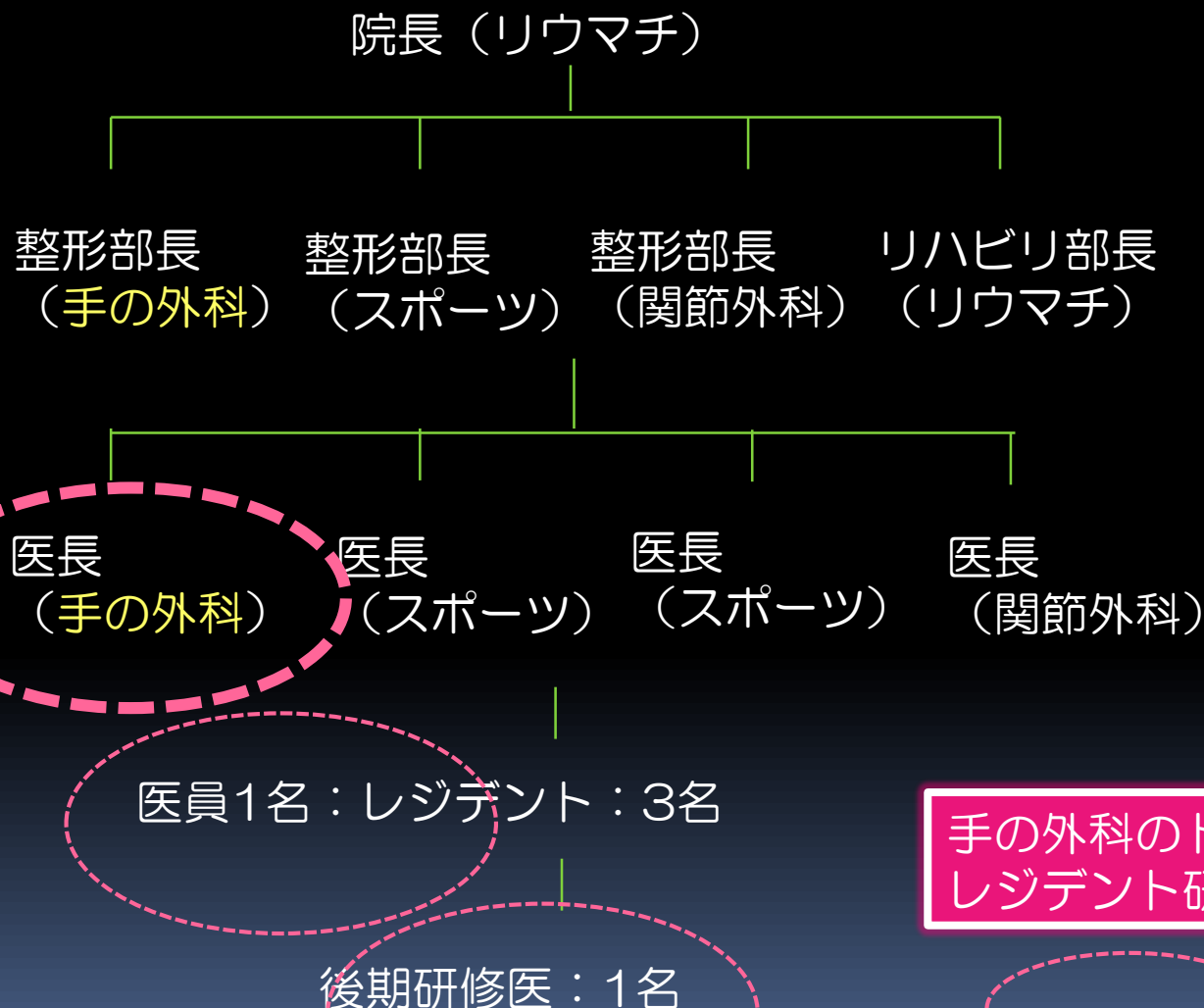
卒後10年目
第2子妊娠・出産

平成25年 大阪市 行岡病院 手の外科のスタッフ
手の外科専門医取得 現在に至る

行岡病院スタッフ構成 (整形外科14名、手術件数1400件/年)



行岡医療大学



教授 (手の外科)

手の外科のトレーニングをつみつつ
レジデント研修医の手術指導

：女性医師 (3名)

阪大整形外科女医の現況

年齢、卒後年数、整形外科医としての年数

■ 年齢

平均 37.9(28-58) 歳

(20代後半 5名、30代前半 6名、
30代後半6名、40代前半 10名、40代後半～ 4名)

■ 卒後年数

卒後3-6年目(後期研修医) 9名

卒後7年目以上 22名

阪大整形外科女医の現況

勤務体系

- 常勤 26/31名 (84%)

(勤務先病床数：0-99床 0名、100-299床 3名、300-499床 13名、500床以上 10名)

- 非常勤 1/31名
- 大学院 1/31名
- その他 3/31名

(その他の内訳：アメリカで基礎研究、実家のクリニックの手伝い、在宅クリニック開業)

阪大整形外科女医の現況

1 家族構成

- 既婚・事実婚 20名
- 未婚 10名
- 無回答 1名

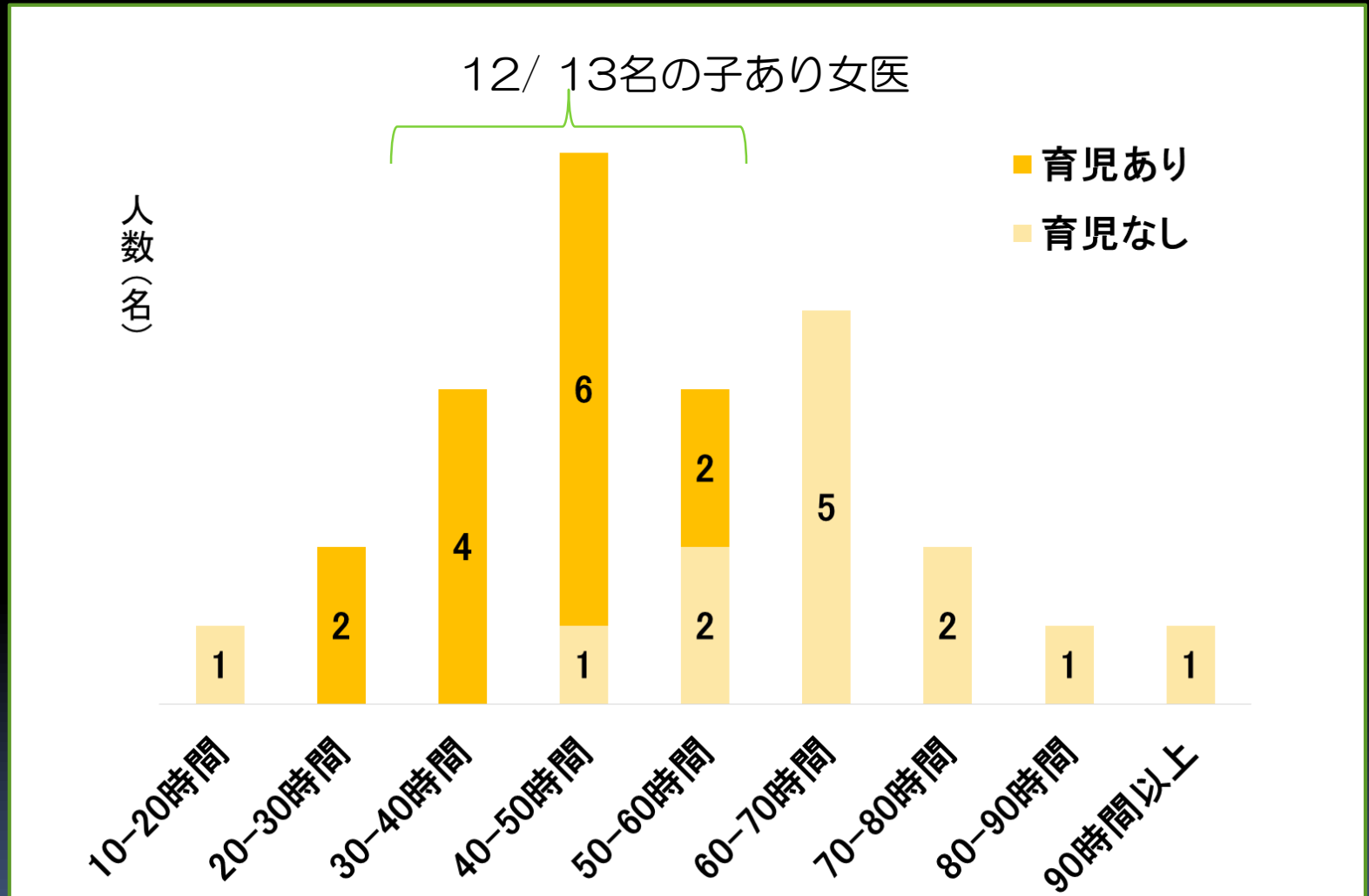


2 配偶者職種

- 医師 5名
- 会社員 4名
- 教員 1名
- 外国人シェフ 1名

・
・
・

1週間の就労合計時間

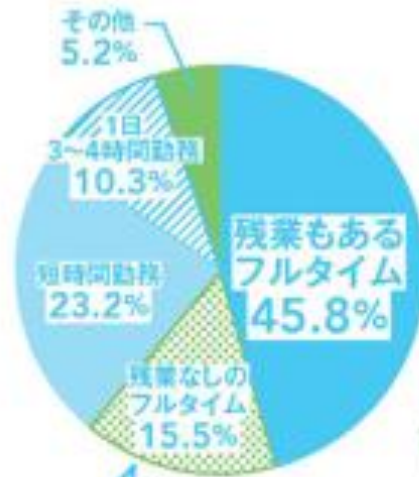


女性整形外科医師のサブスペシャリティとワークライフバランス
浦川 ひかり.52(3):245-252.2017



働く時間はどのくらい？

▶ 読者ワーママはフルタイム勤務が6割！



基本は時短勤務。残業になる日は、自治体の子育てサポートシステムを利用。



エイチアイエス
本社 人事本部
深谷奈美子さん
(36歳・子供6歳)

通勤電車でメールや仕事のSNS発信。でも疲れている日は寝ちゃいます…。



和平フレイズ
『マーケティング戦略部』課長
松岡真希さん
(40歳・子供11歳・9歳・4歳)

お迎えで18時に退社。約束があれば帰れるものです！



ロート製薬
営業開発部
松村鮎美さん(38歳)

育児が分刻みななので、仕事も優先順位を決めてサクサク進めるように。



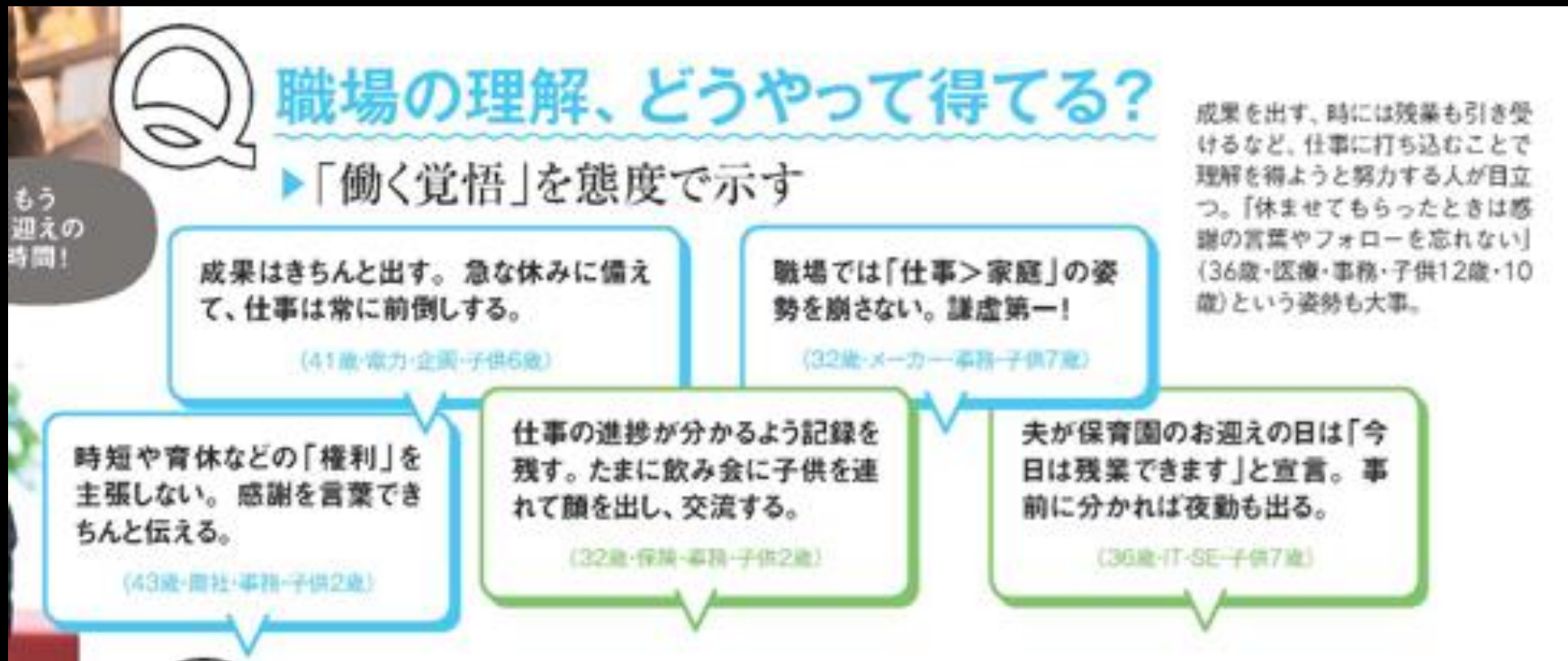
メルカリ
カスタマーサポート
寺岡絵里子さん
(34歳・子供1歳)

フルタイム派が多いとはいえ、独身時代ほど長時間は働けなくなり、仕事への取り組み方を変えた人が目立つ。「段取りを考えながら、集中して仕事するのが楽しい」(31歳・不動産・事務・子供2歳)という前向きな声も。

一般社会でも
フルタイム勤務
は6割！！

思い描く医師像は十人十色

- 20～40代は仕事、プライベートでも大きな転換期
- 舵取りをするのはもちろん自分ですが、思ったようにステップアップできずに苦しい思いをすることも
- 男性と同じように働きたい方、女性であることや母であることに重きを置きたい方、両方の方…。



- 臨床力：手術スキル、指導能力
(手術)
- 研究実績：学会発表、論文作成力
- 専門性：これには詳しいぞ！という得意分野

外科医としての価値？

□臨床スキル
(手術)

①



②

卒後9年～



□研究実績

②



①

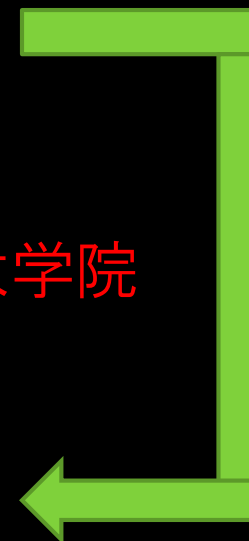
卒後4～8年大学院

□専門性

③

③

卒後12年～



これらを身に着けられれば…
同僚や上司からの信頼も厚く、
自分の満足度もあがるはず！



外科医としての価値をあげるために したこと

□ 研究実績



大学院の進学、留学

- 専門領域の選択（手の外科）
- 研究は臨床研究で将来の臨床現場で使える技術を身に着ける（3次元動態解析技術、術前プランニング技術）
- 英語論文5編作成

□ 臨床スキル

□ 専門性

外科医としての価値をあげるために したこと

□ 研究実績



大学院の進学

- 手の外科への所属
- 3次元動態解析技術、術前プランニング技術



□ 臨床スキル

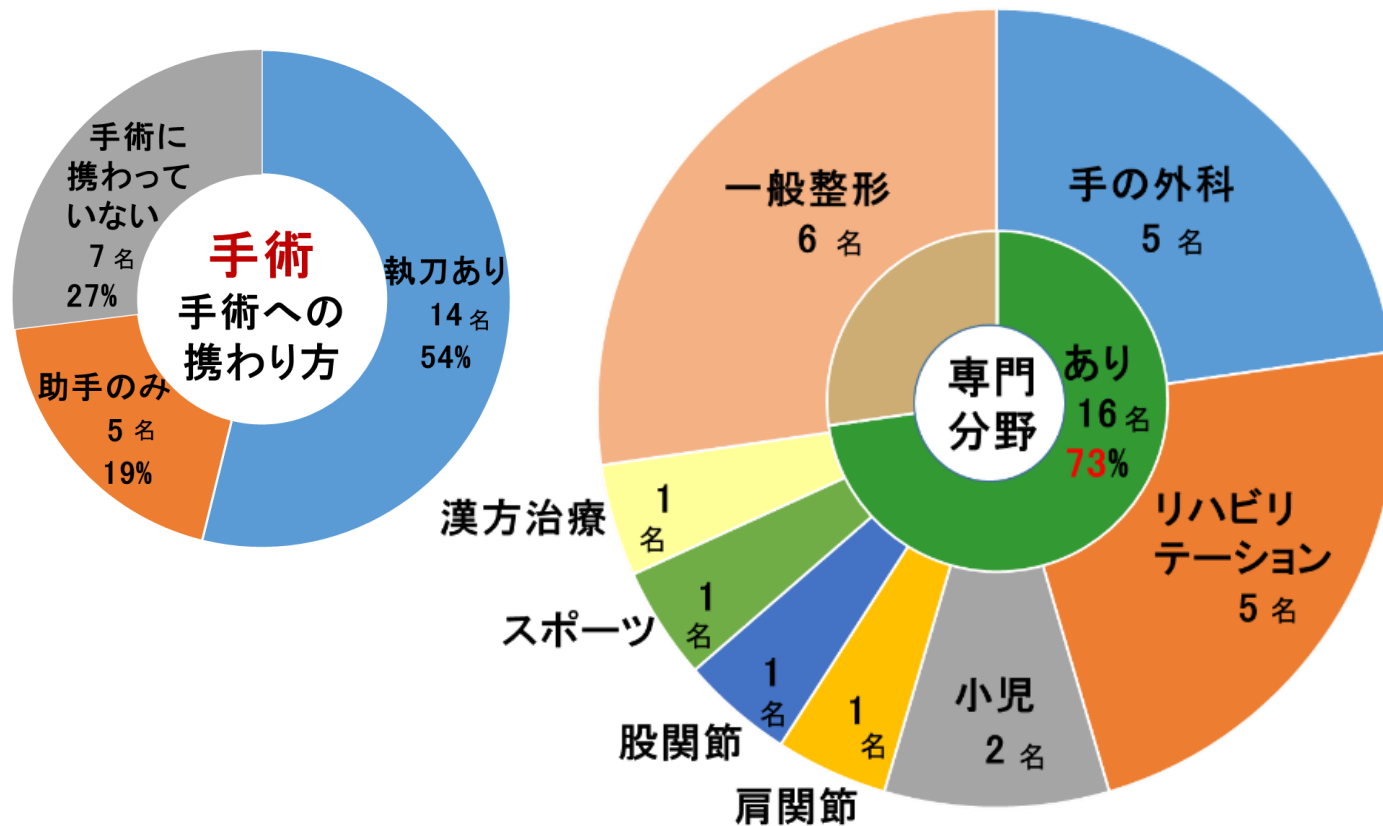


□ 専門性



- 手術トレーニング（上肢外傷・TFCC・手／肘関節鏡・リウマチ上肢）を積める病院への配属希望が叶う
- 専門性による付加価値

専門分野を持つ割合は73%



執刀するスキルを養うために・・・

✓とにかく手術室で見学！
助手であるかどうかは関係ない

✓自分の宝になる手術記録を！
器具の使い方や術中の判断の理由、後療法まで細かく記録

次回の自分の執刀機会の時に再現できるものを
上司にオペレコをチェックしてもらう



計画を立てて実行する

現在

1年後

5年後

大学院
いくぞ！

学位
とるぞ！

専門きめ
るぞ！

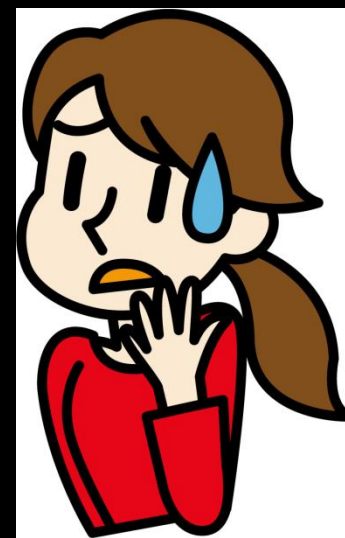
専門医
とるぞ！

発表
するぞ！

ペーパー
仕上げる
ぞ！



私のピンチTOP 4

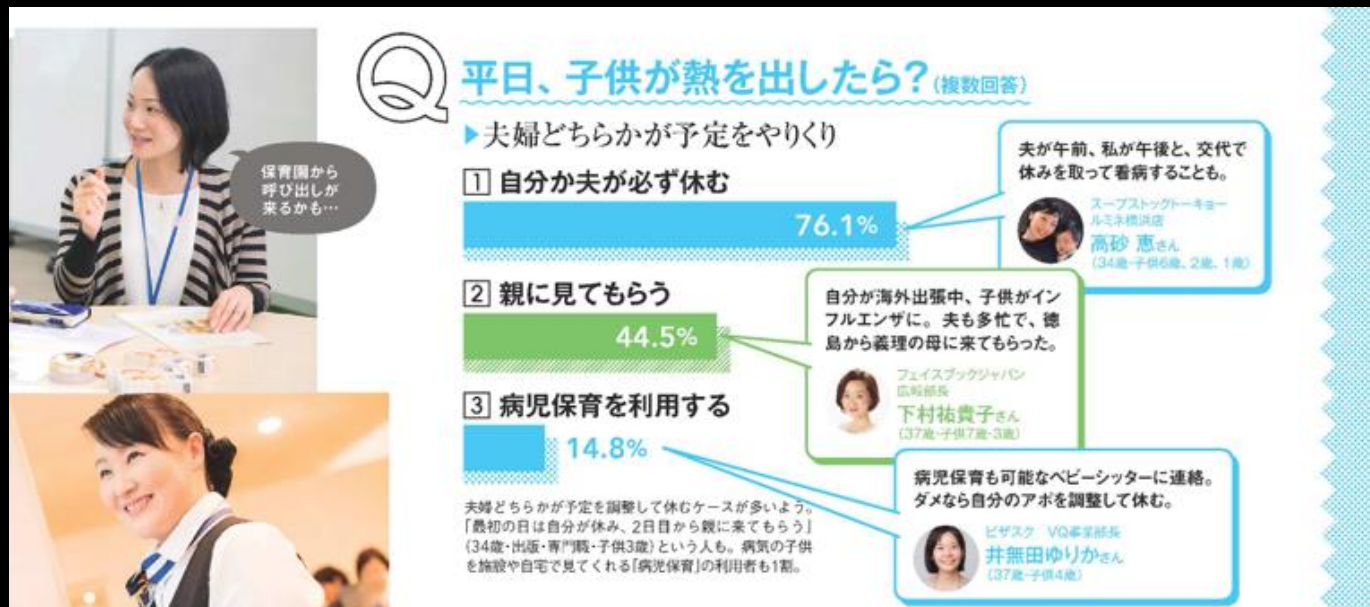


1. 夕方子供が熱っぽいとき
明日手術なのに～

2. 思いのほか手術が長引いてお迎えが間に合
わない！とき

3. 「行きたくない～」と保育園前で連日泣か
れたとき

4. 小1の壁、どうする？夏休みは？



日経WOMAN20174月号より

訪問型病児保育ノーベルを利用しています！

- ・前日21時までの予約で100%対応
- ・当日熱がなければキャンセル可
- ・受診代行
- ・受診結果や病状のメールサービス

[法人のみさまへ](#)
[お問い合わせ](#)
[会員マイページログイン](#)
[入会方法](#)

[ホーム](#)
[病児保育を利用したい](#)
[ノーベルについて](#)
[寄付で応援したい](#)
[ノーベルで働きたい](#)

当日予約でも必ず来てくれる！
ノーベルの存在が心強いです。

大阪の訪問型病児保育のノーベル。当日予約でも100%お預かり。ご自宅にスタッフが訪問するおうち保育で、感染症も対応。大阪市・吹田市全域、東大阪市・豊中市・堺市・守口市・八尾市・茨木市・高槻市・枚方市・摂津市・尼崎市・西宮市の一部エリアで利用可能です。

[ノーベルの病児保育 特徴としくみ](#)

説明会について [seminar schedule](#)

ご入会希望・ご検討中の方は、説明会へご参加ください [詳細をみる](#)

訪問型病児保育のお仕事とは？

子供のことは完璧に...そんなに頑張らなくていいんじゃない？

- 週のうち数日は残業できる日をつくる
(割り切って頼れる身内を確保)
- 放課後や長期休みは民間学童を利用

AFTER SCHOOL
manabio kids
アフタースクール まなびおキッズ

まなびおキッズは英語を学べる学童保育！放課後に留学体験！ネイティブ講師と過ごす英語環境で充実した放課後ライフ！

新入生募集中！
お申込はこちら

2017年度新入生募集中！

働くママをサポート！
遊んで学ぶ英語学童
アフタースクール まなびおキッズ

学童保育
×
英語

PLAY FUN LEARN

manabio kidsの特徴
service contents
ご利用時間・料金
utility time & price
まなびおキッズの一日
one day of MK
出店リクエスト受付
opening request
無料体験・見学
free trial & visit
お申込み
application

HOME
お問い合わせ
サイトマップ
リンク
運営者について
スタッフのご紹介
店舗アクセス
採用情報
企業情報

放課後ホームステイしませんか？

小学生から英語の環境に慣れ親しむことで、中学生以降の英語力は格段に差がつかます！
英語＝勉強というイメージがついてしまいがちですが、まなびおキッズでは英語＝遊び・楽しいと思える環境で自然に学べるようなプログラムを行っております。
活動で吸収力の高い小学生の早い段階から英語のスキルを身につけて国際感覚を養って

MANABIO KIDS NEWS

私がキャリアアップ実現のためにしなかったこと（できなかった）

- 当直・オンコール

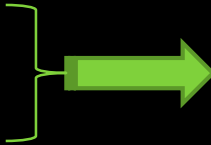
→ 育休復帰のタイミングで阪大整形外科医局、勤務先との話し合い

- 手術日の晩御飯

- 家事（洗濯、掃除）

- 子供の発熱による欠勤・早退

出来ないなりの...私の解決方法

- 当直・オンコール
 - 手術日の晩御飯
- 
- 手術日はとことん残業
外来日は18時半までには退勤してお迎え

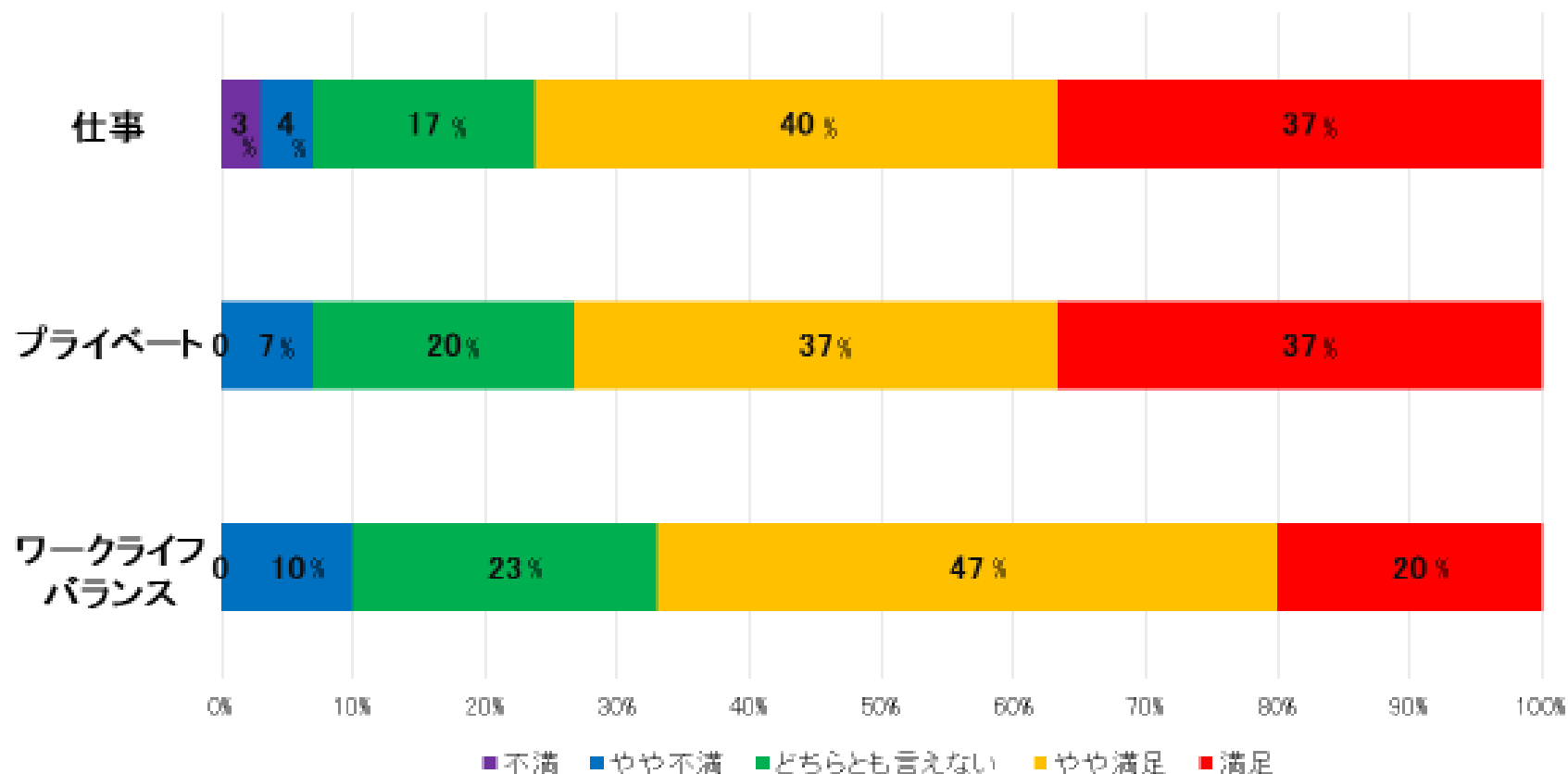
曜日ごとに割り切った働き方

- 家事
- 
- 週1回は家事代行サービスで洗濯等々はお任せ

- 子供の発熱による欠勤
 - ・ 早退
- 
- 訪問型病児保育サービス利用で無遅刻・無欠勤！

アウトソーシングも大切！

満足度



➤ なりたい自分をイメージ

1年単位の短期目標、5年程度の長期目標を設定し
実現する努力

➤ 一步を踏み出そう

思いもかけない上司との出会いやライフワークに出
会えるかも

