

～育む～

リレーコラム 22

キャリアの積み方-私の場合

**Keep the faith. Where there is a will,  
there is a way**

国立成育医療研究センターこころの診療部

思春期メンタルヘルス診療科

**田中恭子**

1997年、子どもをこころを診る医師になりたい、そう決意し当時の教授に相談をした研修医2年目の夏から19年が経ちました。私はその夢を現実とすべく道を歩いているでしょうか。内科医と看護師であった父と母のもとで育った私はいつか看護師のような医師になりたいと考え医学部を目指しました。思春期心性真っ只中、思い悩んだ高校時代は新聞部に所属し、“ぼくたち、私たちの本音!”をテーマに、同世代の恋愛や進学のことの悩みを綴ったその高校新聞は、国内のコンクールで最優秀作品賞を取得したのを思い出します。

進路は精神科、神経内科と迷いましたが、重症な疾患を抱えることもたちの生きる力に感動し、卒業大学の小児科に直接入局したのでした。大学病院のほか4つの関連病院を回りましたが、日々の診療が終わると私はだいたい病棟に残って、子どもと遊んだり勉強を教えたり、帰宅は22時を回るような生活で、自分の中に結婚という文字はほとんどありませんでした。興味がないわけではありませんでしたが、自分は結局仕事人間で、いい奥さんになれないばかりか、未熟な自分が子どもを育てるという大変な作業と同時に家事や仕事などこなせるのか、そんな考えで一生独身を貫こうと意固地になっていたのかもしれない。とにかく当時の自分の理想の妻・母親像は、以下のような感じだったので。まず自身の手料理で日々の食事を楽しみ、そして子どもにはお手製のお洋服やアプリケのついた可愛いバックなどで囲んで大事に育てたい、私の母がそうであったように。

2016年、2月現在、今私は成育医療研究センターこころの診療部思春期メンタルヘルス診療科の医長として、心身症や不登校で悩む思春期の子どもたちとのこころの診療を行っています。またリエゾンコンサルテーション活動、緩和ケアチームの一員として、patient family centered careの理念のもと、身体科の先生方、そして多職種の方々と多角的な子どもの療養支援を目指しています。思春期というデリケートな時期の子どもと繰り返される対話の奥に感じる、子ども自身のもつ確かな意思や能力に、日々感銘をうけながら自分のできることは何だろうか、そうリフレクションする毎日であります。私自身が今、この職場で非常にやりがいのある“私の目標”にとても近いお仕事をさせて頂いているのは、無論自分の努力のみでは成り立つものではありません。妊娠がわかり、常勤を続けるべきか迷った2008年、順天堂小児科学における准教授としての職位をくださった当時の教授をはじめとした医局の先生方の理解、そして、現在の職場における多様性への理解など、周りの方々の理解と支援に基づきます。

ただ、少しばかり家の生活を開示致しますと・・・小学1年の娘とプーたん（犬）と同居。英国留学先で知り合い、“互いの夢を育み実現させよう”と結婚を決意した主人は現在仙台にある大学の1研究室で執務を行う立場であり、完全なる週末婚状態であります。そんな立場もありながら毎週末必ず帰宅し、娘の育児や終末残された家事を黙々とこなしてくれる主人は実は医学界の“育メン”で推薦したいところです。22時まで預かり可能という民間の学童保育を2つかけもちで通う娘は、お陰様で今のところ心身共に健康で、2人の祖母に作って頂いた大変素敵な

手提げかばんを持って学校生活を楽しんでます。(一応昨年購入した“手づくり手提げかばんのデザイン集”2冊は、今も本棚の奥に大切に保存されております。いつか自分が作れるかなと。) 帰宅が20時を過ぎる時は乳児期からお願いしているベビーシッターさんに自宅保育をお願いしていますが、やはり高額なのが痛いところです。娘は負けず嫌いでおっちょこちょいな部分は母に似たようで、テストでは不注意なミスをして泣いて悔しがることも多いのですが、泣いている友達をみると人知れず近くによって慰めることのできる優しいところは、あえて母としても自慢したいところあります。これまでの先輩方が口々にいうように、子どもは神秘で育児は大変ですが、楽しいですね。娘語録の一部を紹介しましょう。“ママ、いつも私のために働いてくれてありがとう。パパ、いつも楽しく遊んでくれてありがとう” “これは、ママが最初から作った食べ物でしょ。だからこれから先に食べるね”

理想と現実にはギャップはあります。やはり十分にはできていません。それでも家族のため、病気のこどもたちのため、更なる自身のスキルアップも目指して、仲間と共に意思を育むことを大切にしたいと願い、日々研鑽を重ねております。多様性を理解し認め合う、子どももおとなも個々の権利が日常的に尊重され、“意思を育む”環境があれば、思春期はもちろんライフサイクルに伴うメンタルヘルスの向上に繋がっていくのではないのでしょうか。そんな思いで最近購入した“子どもの権利条約ガイドブック”を片手に、思いつくまま書きましたがこれにて、私のコラムと致します。

## ★ 著者略歴 ★

たなかきょうこ  
田中恭子

国立成育医療研究センターこころの診療部思春期メンタルヘルス診療科医長

1996年順天堂医学部卒、同小児科学入局。2002年英国留学、Developmental psychology と Hospital play specialism を学ぶ(平成14年度厚生労働省科学研究、子ども家庭総合研究推進事業派遣研究員)。Hospital Play Specialist(英国国家資格)取得。2004年帰国し順天堂小児科こころの発達グループの立ち上げ。同年結婚。2008年同小児科学准教授。同年長女出産。2010年子ども療養支援協会設立。2014年東大病院精神科・こころの発達診療部で研修。日本臨床心理士資格取得。2015年順天堂越谷病院(精神科)で研修。2015年現在に至る。

---

### 男女共同参画推進委員会より

#### 「医療のプロフェッショナル」

私たちは子どもの健康や心を育むプロフェッショナルです。ワークライフバランスはとても大切ですが、一方でプロフェッショナルとしての仕事を全うすることも重要です。夕方に開催される研修会、抄読会、カンファレンスに参加することができれば、プロとしての役割を果たすための自己研鑽ができます。また、月に一回でも当直や待機ができれば、フルタイム者の負担軽減にもつながります。そのためには日中の保育園だけでなく、休日や夜も含めたサポート体制も必要です。例えば安心できるベビーシッターとのマッチングや夜間保育などニーズに合わせた子育て支援の整備ができれば良いのではないのでしょうか。

---