



女性医師の窓

感謝をこめて

金沢医療センター 西島 千博

「今の若い人はいいよねえ。」同年代の女医が集まると、つついそう口に出てしまうけれど、そんなことが口にでるなんて、やっぱり年ですね、トホホ……。禁じられていた育児休暇がとれるうえに、常勤として病院に勤めながら、午後我々がやっと遅い昼ご飯にありつけるかどうかの時刻に、短縮勤務の制度で堂々と帰宅できる！！病児保育で、病気の子供もしっかりみて頂ける。今は、育児をする女医には、とても恵まれた環境になりつつあり、10年ちょっと前には、このように変化するとは考えてもみませんでした。

多くの女医が体験してきた通り、育児をしながら仕事を続けるのは、「悲惨」なほどに大変なことでした。午後8時に閉まるはずの保育園へ、8時15分に、全力疾走してようやくお迎えに行くと、自分以外にも女医が2人同じくお迎えに遅刻している、なんてこともしばしば。園長先生も、保育士さんも、よく怒らずに笑顔で迎えてくださったものです。週に2回は、午後8時までに絶対に仕事が終わらないので、近隣の方にお迎えをお願いして、夜更けまで預かっていただく。それ以外にも、病気で保育園に行けない日も、よく預かっていただきました。夜中に呼び出されると、子供をお腹の中に戻せたらいいのに・・・と途方にくれます。

そこまでして、なんで仕事を続けるの？学位なんて、所詮足の裏のご飯粒！！こんな生活を続けたら絶対倒れるよ！医局をやめなさい。そんな言葉が、私の上を通過していたけれど、心には響かなかった……。子供達には、本当に可哀相なことをしてしまったかもしれません。もっとゆっくり一緒に歩ける育児だってあったでしょうに。

そんな私の心にも、ちゃんと響いた言葉がいくつかありました。「子供が小さい間は、自分の収入の全てを使って、人に頼めることを頼みつくしなさい。子供との時間を少しでも多く作るために。子供が大きくなった時に、仕事が続けられていればそれでいい。」というものもその1つです。

10年前、夜遅くに真っ暗な自宅へ戻り、急いで冷蔵庫をかき回し、とにかく何か食べさせるために料理を始めようとしていたその時のことです。気が付けば、お腹をすかせたその当時2歳の長男は、15時間前に床に落ちたであろう、干からびたご飯（しかも、埃もついている）を食べているではありませんか！！涙があふれたその瞬間、こんな生活はもう駄目だ！！と、どっと力が抜けてしまったのです。そして、とうとう家事を外注することに決めました。掃除と洗濯の二つは、誰がしても同じですから。——帰宅すると家がピカピカになっている喜びは、想像をはるかに越えたものでした。睡眠不足の夜中に起きて洗濯しなくていい。掃除しても片づけなくても、すぐにグチャグチャになる家を、きれいにしようと思いつけなくていい。ゴミの日をチェックして準備しなくていい。そして、育児が大変だってみんなが言うのは、本当は家事が大変なのであって、育児は楽しくこそあってもちっとも大変なんかじゃないのだ。ということに気付いたのでした。ストレスが減ってお母さんの笑顔が増えることも、妻の眉間のしわが消えることも、美味しい！ごちそうさま！の声が増えること

も、予想を上回る収穫でした。買い物はとうの昔から外注ですから、子供のことと、料理と、仕事だけをしていけばいいのです。といっても、決して楽ではありませんが。

小さいお子さんを1人で育てていて、仕事も忙しく、迷いを感じている若い女医さんには、家事の一部を外注することを、是非提案したいです。数々の失敗や挫折がありましたが、これだけは胸をはってお勧めできます。シーソーの両端にある、「仕事」と「家庭」のバランスがとれるときに、人は幸せを感じることができるのだと言われます。家庭は何よりも大切ですが、仕事を減らしすぎて満足が得られず、そのバランスがとれないと、幸福感を得られにくくなります。家事ストレスを減らして、満足いくまで仕事をする。その一方で、家庭を大切に、両者のバランスがとれる。家事の外注は、そのためのひとつの方法であると考えています。

嵐の日も、大雪の日も、毎日我が家を優しくサポートし続けて下さった、1人の女性に、この上ない感謝の気持ちを抱いています。まさしく綱渡りをしているような生活ですが、その方がおられなかったら続けることはできませんでした。訳あって、今はもうお会いすることがなくなってしまったのだけど、毎日の生活のなかで、様々な瞬間に、ありがとうの気持ちとともに思い出されます。

思えば、本当に沢山の方々に支えられ、助けていただきました。多くの方々に、心から感謝をしています。

