



保育サポーターバンク通信

2010年(平成22年)10月発行 社団法人山口県医師会 〒753-0814 山口市吉敷下東3-1-1 TEL090-9502-3715 FAX083-922-2527



「保育サポーターバンク通信」の創刊にあたって

山口県医師会長 木下 敬介

山口県医師会では、女性医師の就業継続のために保育支援事業を積極的に進めているところです。なぜなら、今、大きな問題になっている医師不足を解決する「鍵」のひとつだと考えているからです。

医療界における女性医師の割合は年々増加しています。

問題は、女性医師には、出産・育児を契機に途中離職せざるをえない状況が、時にあることです。年々増加している女性医師が、家庭が理由で離職せざるを得ないことは、本人にとっても、医療界にとっても大きな損失です。



「絆」を広げていきましょ

山口県医師会 保育サポーターバンク運営委員長 上田 聡子

女性にとって仕事と育児との両立はまだまだ大きな問題です。

一方、医師の仕事は、時間的に非常に不規則です。育児中の多くの女性医師は、仕事と家庭の間に挟まりもがきながら、それでも医師としての仕事に情熱を持って取り組んでいます。

家庭のことは安心した状態で仕事ができたり女性医師の可能性はもっと広がるでしょう。このような願いでサ

家庭を持つ女性医師が、生き生きと仕事を続けてくれることが医療界において大きなプラスになります。

本会に昨年度設置した保育サポーターバンクに多くの方の登録をいただき、具体的な支援活動も始まりました。改めて、サポーターの皆様のご理解とご協力に心からお礼を申し上げます。

本通信でサポーターの活動状況や女性医師からの声を知っていただくことにより、サポーターの皆様とバンクの絆がより深くなりますことを祈念して創刊のご挨拶と致します。

ポーターバンクが立ちあがりました。多くのサポーターの方々がこの思いにご賛同くださり、とても嬉しく思います。

サポーター通信は、サポーターと女性医師、そしてバンクを結ぶ「絆」と考えています。全ての「絆」を大事にしながらかんくを運営していきたいと思えます。今後ともよろしくお願いたします。

第1回 保育サポーター研修会

第1回目の研修会を、本年3月7日(日)10時30分から山口市の総合保健会館でサポーター45名の出席を得て開催しました。木下県医師会長の挨拶、バンクの概要についての説明に引き続き、永久保存版ともなる資料により、「小児の病気と事故の応急処置」の分かりやすい講演がありました。その後は、昼食を取りながら、「サポーター活動の様子」や「女性医師の声」を収録したビデオを見たり、地域ごとの懇談を行い、最後は、県医師会女性医師参画推進部会の松田部会長の挨拶で締めくくりました。初めての研修会でしたが、サポーターさんからは、バンクのしくみがよく分かった、サポート活動の実際がよく分かった、なども早く役に立ちたいと思っただ、などの声も聞かれ、好評でした。毎年開催することにしていくので、今回都合が悪かったサポーターの方も次回は是非ご出席をお願いします。



研修会アンケート結果

出席者 45名
回答者 44名

- 保育サポーターバンクの説明について
 - 良く理解できた 30人 (68%)
 - まあまあ理解できた 14人 (32%)
 - 良く分からないところがあった 0人
 - 全く理解できなかった 0人
- 講演「子どもの病気と事故の応急処置」について
 - 大変参考になった 38人 (86%)
 - まあまあ参考になった 6人 (14%)
 - あまり参考にならなかった 0人
- 本研修会の時期・場所・構成について
 - 時期について
 - 適当 43人 (98%)
 - 別の時期がよい 0人
 - 無回答 1人 (2%)
 - 場所について
 - 適当 39人 (89%)
 - 別の場所がよい 5人 (11%)
 - 構成について
 - 適当 37人 (84%)
 - 適当でない 1人 (2%)
 - 無回答 6人 (14%)

平成22年度 研修会日程

サポーターの皆様へは改めてご案内を申し上げますが、万障繰り合わせてご出席くださるようお願いいたします。
日時：平成23年3月13日(日) 10時から13時頃まで。
場所：山口県医師会会議室（山口市吉敷下東3丁目）
講演：一般のアンケート（はがき返信）で希望が多かった「子供の心理に関する話」の予定です。

サポーターさんからの報告 (平成22年8月 順不同)

◆匿名希望さん 山口市

保育サポーターとしてのお手伝いにより、ようやく慣れてきました。子供さんを見てみると本当に楽しいです。我が家の子育てを終え、今、よそ様の子供と接して子供って本当に素晴らしいなって無限大だと思います。今自分は冷静に子供を見ることで、自分の子育ての反省をしたいと思います。お母さんが働くって大変なことだと改めて思っています。ゆとりを持つことの大切さを教えられました。

今子供は国の宝です。よえ。ご家族様と共に、暑ながら応援できたいと思っています。

◆匿名希望さん 宇部市 48才

妹から、「サポーターバンク」への登録を勧められ入会しました。

私自身、長年教員をしながら、子どもを3人育てました。

子どもが、幼い時は、残業や発熱など大変でした。周りの方に助けていただきながらどうにか乗り越えてきました。

そんな子ども達も大きくなり、長女は、今、医学部を目指しています。

縁あって、こういってお話をいただきお世

話をしてくださった保育相談員の方にも感謝しています。身近で、女性医師の方の活躍に触れる機会をいただけただこと、医師不足の中、昼夜問わず、患者さんの為に働いてくださる先生の援助ができること、有り難く思っています。

近年、子どもに関する暗いニュースが多いのですが、安心して子育てしながらお仕事ができる環境作りのお手伝いがあったらと思います。

◆匿名希望さん

2009年11月から、保育サポーターとしてお手伝いをさせていただいています。先生の都合の悪い時だけ、保育園への迎え、そしてそこから習い事の教室までの送りをしています。初めは、私に慣れてくれるかな・・・と不安もありましたが、保育園から教室に向かう車の中では、園で遊んだことやお休みに旅行へ行ったことなど、少しの時間の中でいろいろな話してくれて、それを聞くのも楽しみのひとつになっています。距離的にも近く、時間にすれば30分くらいですが、これからは安全に気をつけて、お手伝いできればと思っています。

◆匿名希望さん

限られた時間にこなすため、いつも完全にこなしているとは言えませんが、簡単に言います。お母さんの代わり又はおはあちゃんがやってくれているという気持ちで子供さんに持ってもらうたいという気持ちでしています。

実際、孫と同じ年なので、自分の孫と接しているような気分で楽しくサポートさせていたしております。学校の話も、「今日はどうだった？」というふうには、帰宅時になるべく自然に聞くようにして、何か変わったことはなかったか、様子をみるようにしています。今では逆に、暑くて汗をかいたりしていると、わざわざクーラーを入れてくれたりして気を遣ってもらい、すごく良い信頼関係ができてきたことを本当にうれしく思います。





◆徳原陽子さん 周南市 59才

この度は、素敵な出会いをご紹介下さり毎回楽しく過ごさせてくださいありがとうございます。

私には孫が2人いて、2才3ヶ月の女児と9ヶ月の男児です。今回保育させていただくのは、3ヶ月の男児ですが、3人目の孫が産まれたようで可愛くてたまりません。先生も娘と同年齢なので、母親のような気持ちで接し、いろんなお話をさせてもらっています。お預かりしているお子様に対しても「ばあばだよー。」と話しかけ、歌を歌ったり絵本を読んだりと本当の孫といるような幸せな時間を味わっています。今は抱っここの時間が多いのですが、これから寝返り、はいはい、つかまり立ちと成長が楽しみです。大切な命をお預かりしていますので、先生が安心してお仕事ができるよう、気を引き締め、目を離さず、愛情をたっぷり注いでケガのないよう保育に努めて参りたいと思っています。

◆今井栄子さん 宇部市 37才

男女雇用機会均等法が施行され、女性も多く社会に進出するようになりました。しかし、現実には、結婚や出産をするに誰かの援助がなくては厳しいものです。私自身も出産し、仕事を辞めなくてはならなくなった一人です。現在、医師不足が深刻化している最中、是非、一人でも多くの女性医師の方に生涯医師として活躍されるようお願い、サポーターバンクに登録させていただきました。今のところ、活動としては「夜間の待機」に留まっていますが、女性医師の方が安心して働ける環境づくりのお手伝いをさせて頂けたらと思っています。

◆森谷京子さん 周南市 61才

サポーターとしての活動は、まだ始めたばかりですが、私自身、保母として勤務のかたわら、我が子は保育園や周囲の人たちの協力を得て育て上げました。現在6人の孫たちや、お預かりしている子どもさんに、ずいぶん、私自身を育てていただいているという感じです。気持的にも、若さと健康及びはつらつ精神をいただいで、これからも生きられることを望みます。

サポーターさんによる支援の事例

1	週3日、女性医師宅で子ども(小学生)の帰りを待ち受け、一緒に留守番。家族の食事の支度。掃除、洗濯物の取り入れ。(山口市)
2	週2日、女性医師宅で子ども(小学生・幼稚園児)の帰りを待ち受け、一緒に留守番。掃除。(宇部市)
3	週2日、里帰り出産した女性医師の実家にて、乳児の世話、掃除など。(宇部市)
4	母親が都合の悪い日だけ、保育園に迎えに行き、そのままサポーター宅で預かり。(不定期、平均週2日)(宇部市)
5	母親の都合が悪い時だけ保育園に迎えに行き、そのまま塾への送り。(不定期、平均月2~3回)(宇部市)
6	母親が当直勤務日に父親が患者の急変による呼び出しを受けた時の子ども(幼児)の預かり。(待機含む)(宇部市)
7	毎日、女性医師の勤務先の病院の一室での乳児の保育。(3人で交代。)(周南市)



利用者の声 (平成22年8月)

サポートを受けられた方から感謝の声が寄せられています (順不同)

●角千恵子先生 41才

(山口県立総合医療センター 麻酔科)

まるで頼もしい親戚が近くに来てくれたような感覚で、頼りにさせていただいております。子供たちも、すっかり慣れて頼りにしているようです。赤ちゃんのころから保育園やファミリーサポートさん、家政婦さんなど色々な方にお世話になってきたこともあるでしょうが、サポートさんの温かいお人柄のおかげではないかと思っております。急な依頼も快く引き受けてくださり、本当にありがたく思っています。夫の両親は県外在住で、私の両親は県内ですが、近くに住んでいるわけではありませんし、皆高齢であり負担をかけることもできず、サポートさんの支援に心から感謝しています。



●M・O先生 38才 (消化器内科)

本年2月に保育サポーターをご紹介いただき、一人の方に継続してお世話になっていきます。我が家は、夫も勤務医で帰りが遅く、近くに両親もいないため、今や、サポーターさんなしの日常は考えられないほど大変助かっています。

その近況を少し報告させていただきます。

現在、3年生の女の子と幼稚園年中の男の子の二人の子がいます。基本的に、娘は学童保育、息子は幼稚園の延長保育にお世話になっ



ていますが、娘は週に2回、火曜日と木曜日は学童へ行かず、自宅でサポーターさんと待ち合わせしています。

娘がおやつを食べ終わり、自分で学校の宿題やピアノの練習を始めると、その間、サポーターさんは子ども部屋やリビングなどのお掃除をしてきています。なかでも、お風呂の掃除が一番好き！とお風呂もピカピカにしてくださいるので、大助かりです。私は、仕事帰りに息子をピックアップして、帰宅後すぐに夕食の調理に取り掛かれますし、少し時間的に余裕ができ、子どもとの話を聞く時間も増えました。

夜の研究会などは、今まではあきらめることが多かったのですが、夕食を用意しておけば、普段通りの時間に子ども達に食事をさせてお風呂をすませ、寝かせるころまでしていただけるので、夜も何度もお世話になっていきます。

何より一番は、子どもととても仲が良く信頼関係を作ってくれているので、子ども達に精神

的な負担なく、私の留守を頼めることです。子ども達にとっては、優しい、宇部のおばあちゃんのような感覚で、親子ともども本当に頼りにしています。

今後ますます、末永くお願いし、一緒に子ども達の成長を見守って欲しいと願っています。

●M・T先生

(山口大学医学部附属病院 消化器・腫瘍外科)

現在サポーターの方に子供たち(4歳と6歳)の保育園からお稽古事の教室まで送ってもらっております。迎えば私が行っております。仕事をしていると、子供にお稽古事とやら土曜日になってしまいがちで週末動きが取りづらくなってしまいます。かといって、平日のお稽古事は、幼児クラスはほとんどが昼間。一番遅いクラスで17時開始が一般的です。なかなか17時までにお稽古に行くのは困難です。更に土曜日にもつひとつお稽古となると大人も子供も疲れてしまいそうです。そんなことを大学院を卒業し、臨床に完全ではないけれど復帰するようになったとき考えていたところ、ちょうどサポーターバンクのお話を伺いました。平日のお稽古の送迎をしていただければ助かることを伝えたところ、快く承してください、安心してサポーターを紹介してください、とても助かっています。最初子供は母親でない人がお迎えに来ることに不安を感じていたようですが、今は慣れたようで水曜日の朝には「今日のお迎えは〇〇さんだね。」と日常生活の一部に





なっているようです。送迎後にはいつも送り届けたことをメールで連絡してくださり、子供たちとの会話も教えてくださり、母親には見せない子供の姿を垣間見て、私とよりおしゃべりしている?と意外に思ったりしています。(いつもは人見知りが多い方なので)。

私の中ではこのサポーターバンクの利用が上手くいっていると思っていますので、サポーターの方に送迎をお願いして、もうひとつ平日のお稽古(今度は勉強系?)をさせたいところですが、子供がお稽古を増やすのを嫌がっていますので(笑)、しばらくはこのままで様子を見たいと思っています。

今後も活用して行く予定ですので、サポーター及び保育相談員の方々よろしくお願ひ申し上げます。

●匿名希望先生 31才

現在のところ実働していただいたことはありませんが、当日に待機していただいていることで安心して仕事をすることができています。

●匿名希望先生

3ヶ月の息子を、平日の日に4時間程度、3人のサポーターさんに交代でみてもらっています。母乳ですので授乳だけは私がしていますが、その後のげっぷ、おむつ替え、抱っこ、寝かしつけ等はお願ひしています。歌をうたってもらったり、本を読んでもりったり、体操してもらったりと、起きている時間も、楽しく過ごさせていただいています。保育中の様子は、お迎えの時に直接聞く他、分単位で細かくノートに記してくださっており、育児日記かつ成長記録となっています。またデジタルカメラで様子を撮っていただいております。これは祖父母に大変喜ばれました。お三方とも保育のベテランで、子育て・お孫さん育ての経験もあり、おむつかぶれやよだれのこと、ベビー服のこと、保育園の選び方や絵本の読み方等々いろいろなお話を聞かせていただいています。サポートをお願いして1か月たったところですが、息子は元気に育っており、お三方ともに仲介の労をおとくりくださった県医師会の保育相談員さんにも大変感謝しています。今後このような取り組みがひろく知られるようになることを期待しています。



Opinion 意見箱

(女性医師から)

ファミリーサポートさんが持っているらっしゃるような写真入の身分証明書を発行してはいかがでしょうか。保育園や小学校、学童保育などに迎えに行っていた際、家族以外の場合には子供の引渡しの問題になることがあります。あらかじめ紹介しておくのがベストですが、一度こちらも仕事を休んでサポーターさんに来ていただくか、いと紹介できませんし、全てのスタッフに顔を覚えていただくのは難しいことです。安心して子どもを引き渡していただけるような証明書があれば助かります。

運営委員長より

実は、保育園に迎えに行くサポーターさんから要望があり、発行するところとしたところです。現在、順次準備をしています。左記写真は表面ですが、裏面には問い合わせ先を明記し、県医師会の公印を押印しております。初期段階で気付かず失礼しました。貴重なご意見をありがとうございました。いつでも、ご要望は受付、前向きに検討しますので、今後ともご遠慮なくお寄せ下さい。



知っていると役立つ
医学まめ知識



アトピー性皮膚炎
スキンケア

(医) 内平皮膚科 内平信子

「スキンケア」は昨今よく耳にする言葉ですが、その意味は「皮膚を健康に保つための日常の注意事項」のことです。

正しいスキンケアによって、皮膚の病気を防いだり、治療に役立てることが出来ます。

皮膚の大切な働きの一つとして「バリアー機能」があります。バリアー機能とは、体外から有害物質が入ってくるのを防ぐ役割をいいます。この皮膚のバリアー機能が低下すると、カサカサした乾燥した皮膚になり、外からの細菌や有害物質が皮膚を通過しやすくなって来ます。

アトピー性皮膚炎の患者さんは、先天的にこの機能が弱いのです。

健康な皮膚を保つために必要なことは、①規則正しい生活②十分な睡眠とバランスの良い食事③入浴(ただし、ゴシゴシこすり過ぎない)④保湿(保湿剤の使用)⑤洗濯物の十分なすすぎ⑥素肌には木綿を⑦こまめな掃除⑧部屋を乾燥させ過ぎない(冷暖房の調節)などです。

困っておられる先生方のお役に立てればの一念で、保育相談員募集に応募、右往左往のスタートから、早一年が過ぎました。

特別な資格や知識を持ち合わせているわけでもなく、ただひたすら、私のモットーとするところの100パーセントの誠意と120パーセントの笑顔で、精一杯対応させていただいております。

実際に動き出したのは昨年の11月です。女性医師の方々へのPRの後は、サポーターを増やす努力と並行して、ただただ「相談」を待ち受けております。幸いにも、今日までに、「バンクってどんなもの?保育相談員さんは何をして



たくさんさんのサポーターさんのお持ち手を大事に

女性医師保育相談員 崎里 節子

くれるの?」といったものも含めて、20件の相談があり、サポーターさんの支援を開始したものは8件ありました。それぞれの対応において、失礼もあったかと思いますが、まだまだ新米ということに免じてお許し下さい。

実際に、サポートが始まってしばらくすると、女性医師の方から感謝の声が、そしてサポーターさんからも喜びの声が入ってくるようになりました。今までの苦労が吹っ飛ぶ瞬間です。そして、どうぞそのまま良いお付き合いが続きますようにと祈ります。手当をいただくとはいえ、困っておられる女性医師のお役に立ちたいという

お気持ちがあれば到底できることではありません。もっと多くの女性医師に知っていただき、これだけ多くのサポーターさんの好意を、もっともって活用していただけるよう、また明日から頑張ります。これからもどうぞよろしくお願ひ致します。



編集後記

皆様のご協力のおかげで、無事創刊の運びとなりました。原稿をお寄せ下さった方々に改めてお礼申し上げます。まだまだ実支援数が少ない中で、「自分のサポーター登録はまだちゃんと生きているだろうか。」と不安に思われる方もあろうかと思いますが、せめてこの通信が、「ご好意はしっかりと受け止めておりますよ、いつ

かご支援をお願いしたときはよろしく願ひしますね。」のメッセージとなって届けばと思うところでです。

本通信で取り上げてほしいことや、医学豆知識の内容のご希望など、何でも遠慮なくご連絡下さい。皆様と一緒に、より有意義な通信になりますよう努めて参りたいと思っております。(保育相談員)

DATA 保育サポーター登録者数 (平成22年9月1日現在)

地域別	(人)	年齢別	(人)
下関市	18	70代	4
萩市	0	60代	26
岩国市	6	50代	24
柳井市	0	40代	23
山陽小野田市	5	30代	6
宇部市	15	合計	83
防府市	5		
光市	1		
美祇市	3		
山口市	17		
下松市	2		
長門市	0		
周南市	11		
合計	83	合計	83

保育サポーター
募集中

引き続き「保育サポーター」を募集しています!

県医師会では、引き続き保育サポーターを募集しています。みなさまのお知り合いにお声かけを是非よろしくお願いいたします。詳細はお問い合わせください。

【問い合わせ先】

山口県医師会 女性医師保育相談員
TEL 090-9502-3715 (月~木9:00~17:00)
メールアドレス hoiku@yamaguchi.med.or.jp
FAX 083-922-2527

