

手外科専門医を目指す女性医師の皆さんへ

日整会、日形会の基盤学会において専門医と認定されたのち、3年以上経過すると手外科専門医を取得することが可能となりますが、手外科研修施設での勤務年数や症例数、さらに専門医試験とハードルは決して低くありません。さらに女性では出産、子育てを機に一時的にキャリアを中断せざるを得ない場面に遭遇して、取得を迷われている先生もいらっしゃるのではないかと思います。

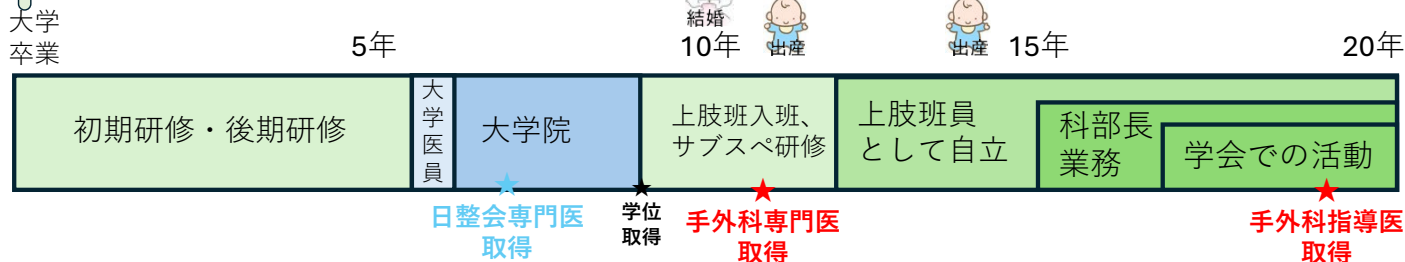
ここでは手外科専門医を取得し、第一線で診療に従事している女性医師のキャリアモデルを提示いたします。専門医取得を目指す皆さんの参考になれば幸いです。

草加市立病院
整形外科・リハビリテーション医学科

新関祐美



都市部大学医局所属モデル



ライフイベント	時間軸	職歴	手外科医キャリア	その他
大学卒業	2002年	大学整形外科入局 関連病院勤務	三次救急病院で初期研修	日整会入会
	+4年	大学院入学 2年目から基礎研究（人工骨）	1年目は大学医員を兼任し 大学で上肢班を含め研修 +5年 日手会入会	+7年 整形外科専門医取得 日本リハビリテーション医学会入会
	+8年	大学院卒業 手外科認定研修施設勤務	上肢班入班、手外科サブスペ シミュリティ研修開始	学位取得
結婚	+10年		手外科専門医取得	
第1子出産	+11年			
	+12年	現在の病院に勤務	上肢班の被教育学年修了	
第2子出産	+14年		手外科認定研修施設（基幹） 申請	
	+15年	整形外科科長		
	+17年	リハビリテーション科科長（兼任）		日整会男女共同参画・働き方改革委員会委員
	+18年	整形外科部長（兼）リハビリテーション医学科部長（兼）大学医学部臨床准教授	+19年 手外科指導医取得 +20年 日手会キャリアアップ委員会アドバイザー	リハビリテーション専門医取得 +19年 日整会代議員、男女共同参画委員会委員長、働き方改革委員会委員 +20年 日整会男女共同参画委員会アドバイザー
現在に至る				

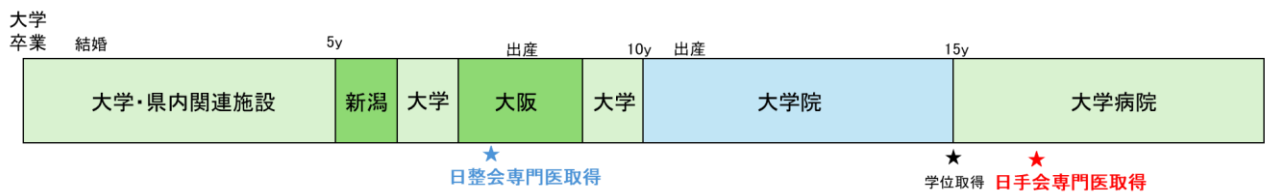
整形外科医として手外科に特化する決意をしたのは、幼少期からの手先の器用さと手仕事への愛からでした。手術経験を豊富に積めるような関連病院や大学院時代のバイト先を選びました。妊娠中は、つわりや逆流性食道炎に悩まされ、産後は骨盤痛や睡眠不足に苦しみましたが、職場復帰への意欲は保たれました。特に第二子出産時、私が勤務先の唯一の常勤手外科医であるため、患者の対応に工夫が必要でしたが、大学上肢班のサポートで乗り越えることができました。現在、地域中核病院で働きながら、肩肘を含めた上肢全般の治療を行っています。部長としてのマネジメント業務と学会での活動も経験し、キャリアを築いてきました。計画的ではないものの、目の前の課題を一つずつ解決し、与えられた機会を活かしてきたことが、自身のキャリア形成につながりました。今後も研鑽を続け、手外科を目指す後進のサポートもしたいと考えています。

琉球大学 整形外科

仲宗根素子



大学勤務モデル



ライフイベント	時間軸	職歴	手外科医キャリア	その他
大学卒業 結婚	X 年	大学で研修医として勤務	手外科と出会い、手外科医の素晴らしい 手技に魅了される	X 年 日整会入会
	X+2y	一般病院で整形外科医として勤務		
	X+5y	新潟中央病院で勤務	併設された新潟手の外科研究所の先生方 のご指導を受ける	
	X+6y	大学病院で勤務	手外科グループで研修	X+6y 日手会入会
夫の転勤に伴い 大阪へ転居	X+7y	一般病院で整形外科医として勤務	手外科を中心に整形全般を診療 産休あり、託児所あり、妊娠や出産後も 研鑽を積む	X+7y 日整会専門医取得
第一子出産	X+8y			
沖縄へ転居	X+9y	大学病院で勤務	育児と診療の両立に困難を感じる	
第二子出産	X+10y	大学院進学	3次元変形解析の研究を行う 第57回日手会学術集会最優秀発表賞	X+15y 学位取得
	X+15y	大学病院で勤務（医員）	手外科医として勤務。周囲の理解と協力	
	X+17y	大学病院で勤務（助教）	により育児と診療の両立が可能になる	X+17y 手外科専門医取得
現在に至る	X+20y			

入局した教室の教授が手外科を専門とされていたことから、医師1年目から精巧な手術や熱いディスカッションを目の当たりにし、手外科の世界に魅了されました。医局には数多くの手外科の先輩たちがおられましたし、新潟手の外科研究所の先生方の指導を仰ぐ機会にも恵まれました。

夫の転勤の際は、自ら勤務先を探しました。琉球大学に研修に来られたことのある先生が大阪におられましたので、当時教授の金谷先生からご推薦をいただいて、勤務することができました。手外科の診療を中心に勉強させてもらい、手関節鏡の経験も積むことができました。

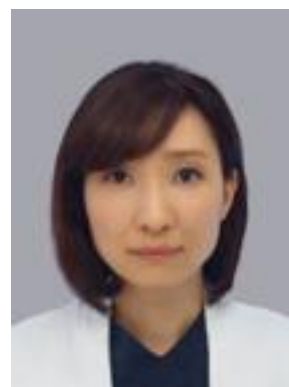
若いころに手外科医のありようを間近に見ることができたのは大変幸運であったと思います。一方で自らのほとんどの時間を診療や自己研鑽に充てておられる先輩方の姿を見てみると、憧れと同時に出産や育児をしながら同じように手外科を全うすることは困難ではないかという不安がありました。実際、第一子出産後の大学勤務では、優れた手外科医が多くいる環境のなか、戦力となれず、後ろめたく居場所がないと感じることもしばしばありました。

その後大学院での研究が転機となりました。自分の時間で研究が可能であったため、出産や育児をしながら細々とでも学術活動が続けることができました。臨床とは違った視点で一分野を突き詰め、論理的に考えるという経験はその後の臨床や学術活動にも生かされています。現在は後進の育成にも貢献できていると思います。

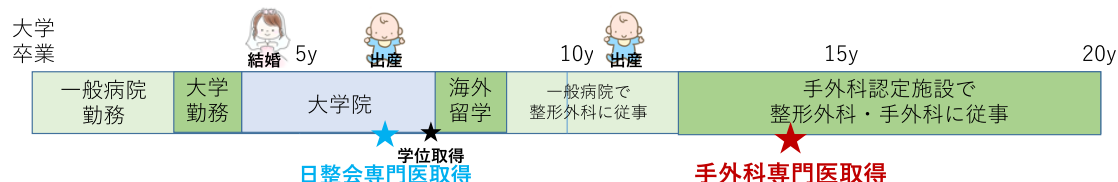
また、大学院を卒業したのちは手外科専門医取得を目標にかけました。専門医の申請に必要な経験すべき症例をひとつひとつ確認しながら、改めて学び直すことで知識の整理になりましたし、自分の経験の浅い分野も明確になりました。自分の限りある症例を整理しそこから学ぶ良い機会となるため、育児などで時間に制限がある医師にこそ、専門医取得にチャレンジする価値があると感じています。時間が足りないのならばゆっくりでよい、経験が足りないのならこれから補えばよい、情熱を絶やさずコツコツ進むことが大切だと思います。

国立病院機構 大阪医療センター整形外科

有光小百合



海外留学モデル



ライフイベント	時間軸	職歴	手外科医キャリア	その他
大学卒業	2001年	一般病院で初期研修＋一般病院および大学病院整形外科医として勤務	卒業後他大学の整形外科に入局 1年目から整形外科医として市中病院にて整形外科全般（外傷、変性疾患など）に携わる, 3年目は大学医学部附属病院勤務	X 日整会入会
	2001+4年	大阪大学院医学系研究科外科系臨床医学専攻博士課程	3次元動態解析技術およびコンピューターシミュレーション技術を学ぶ	X+4 日本リウマチ学会入会 X+5 日手会入会 X+7 日整会専門医取得 X+8 学位取得
結婚	2001+4年			
第一子出産	2001+7年			
留学	2001+8年	アメリカ メイヨー・クリニック留学 Orthopaedic Biomechanics and Motion analysis Laboratory Research fellow	新鮮屍体標本を用いた遠位橈尺関節のバイオメカニクス実験を行う X+9 64 th ASSH Emanuel B. Kaplan Award	X+7 上原記念生命科学財団海外留学助成金ポストドクトラルフェローシップ助成
	2001+9年	社会医療法人ベルランド総合病院整形外科勤務	外傷中心の整形外科全般の治療に携わる	
第二子出産	2001+11年			
	2001+12年	社会医療法人行岡病院整形外科、手外科センター勤務	手外科、関節リウマチ、外傷を含む整形外科全般の治療に携わる X+17 4 th APWA & 11 th JWSW Best Meeting Abstract Award	X+14 日手会専門医取得
	2001+18年	同院整形外科医長→部長		

大学院では手関節のバイオメカニクスと3次元動態解析技術を学び、PhDの取得をきっかけに学生の頃からの憧れであった海外留学(アメリカ メイヨー・クリニック)をしました。留学経験があり、海外の学会で活躍される先生に、大学院在学中指導していただけたことが留学実現の大きな要因になっていると思います。子連れでの留学は気を使いましたが、子育てにまつわる文化も学ぶことができ、より豊かな人生経験になったと思います。留学以

降、海外学会への参加や英語論文投稿のハードルが低くなりました。

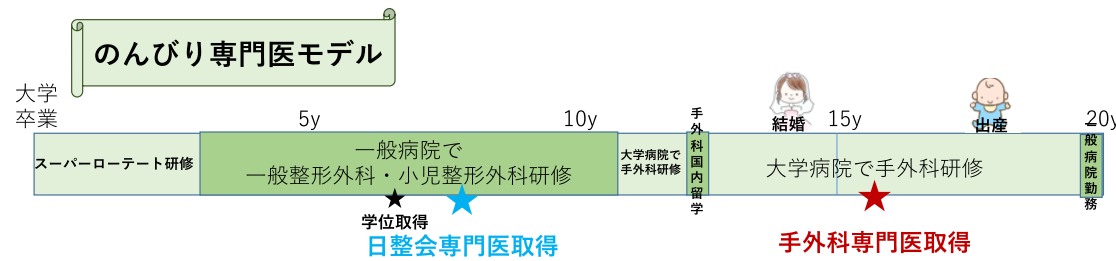
帰国後は手術が上手になりたいという一心で、症例数の多い救急病院で外傷の基礎を学び、その後は手外科専門医認定施設で臨床研修し手外科専門医を取得すると共に、最も興味のある wrist の分野の学術活動を続けています。英語へのハードルが少し下がったことが、英語論文検索をはじめとした知識のアップデートにつながり、ライフワークと思えるような分野に出会えたように思います。

専門医取得を目指すことで手外科臨床に対するモチベーションが上がりましたし、取得後は自信になり、充実感を持って働ける一助になると思います。現在は、資格取得時と同じ手外科研修施設で部長として勤務し、経験豊富な指導者の下、専門医を目指す後輩にも恵まれた環境で仕事をさせていただいております。大学勤務の先生は相当数の論文を書いておられると思いますので、そこを目指される方は臨床面だけではなく、コツコツと努力が必要だと思います。

今後も日々臨床で疑問に思う点を掘り下げ、形にすることが、手外科専門医を目指される先生方の興味に通じ、資格取得への意欲につながれば、と思います。

青森県立あすなろ療育福祉センター 整形外科

上里涼子



ライフイベント	時間軸	職歴	手外科医キャリア	その他
大学卒業	X年	研修医	スーパーローテーション研修（内科・外科・小児科など）	
	X+1年	研修医	日本整形外科学会入会	
	X+2年	整形外科専攻医	出身大学の整形外科医局に入局 日手会入会	
	X+3年	一般整形外科	関連病院勤務	
	X+7年		学位取得	
	X+8年		日整会専門医取得	
	X+8-11年		関連病院で一般整形外科・小児整形外科を研修	
	X+11年	大学病院勤務	手の外科班で手の外科研修	
	X+12年		新潟手の外科研究所で1か月の研修	
	X+13年		大学手の外科班チーフ	
結婚	X+14年			
	X+16年		日手会専門医取得	
出産	X+18年			産休+育休3か月取得、その後当直・当番免除で復帰
	X+20年	療育センター勤務		

整形外科に進路を決定したのは研修 2 年目で、手の外科を希望して日本手の外科学会に
入会したのが医師 3 年目でした。田舎の整形外科医局に所属していたこともあり、一般整
形外科をひと通り経験してから、卒後 11 年で大学で手の外科の研修となりました。そのた
め、手外科専門医取得までのスケジュールはのんびりでしたが、一般整形、小児整形を経験
したことで、知識も広がり有意義だったと思っております。

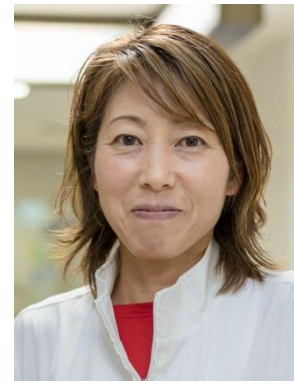
大学での研修中は、1 か月の国内研修の機会をいただき、手の外科研修をさせていただきました
ました。国内・海外の学会にも多数参加させていただき、世界中の手の外科・マイクロサー

ジャリーの先生方と交流する機会をいただきました。

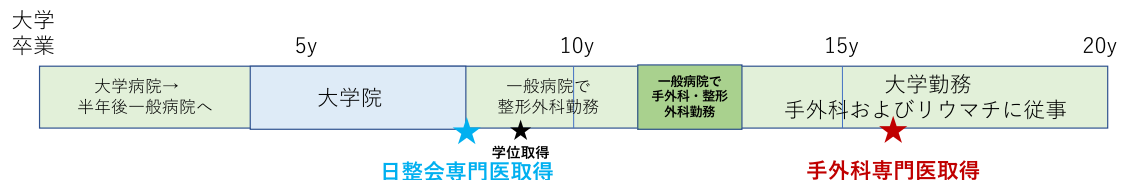
また、手の外科チーフとなってから、結婚、出産を経験し、キャリアを継続しながら育児との両立にチャレンジ中です。

独立行政法人国立病院機構
米子医療センター整形外科

林原雅子



地域偏在医師モデル



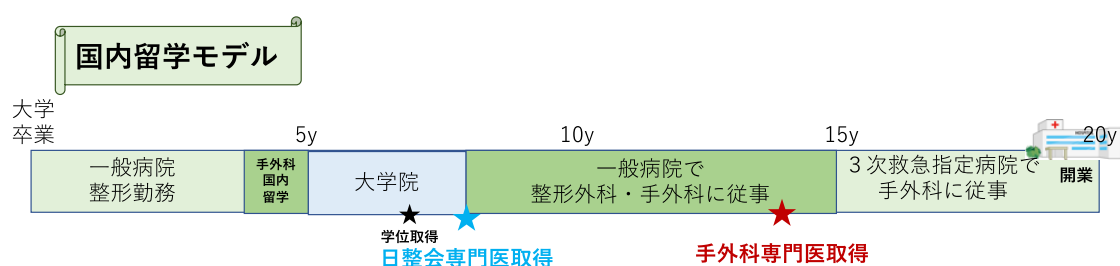
ライフイベント	時間軸	職歴	手外科医キャリア	その他
	大学卒業	大学⇒半年後関連病院へ		日整会入会
	+4年	⇒大学へ 大学院生	研究(リウマチ)をしながら手外科>他疾患に従事(通常業務の中で手外科疾患に積極的に携わった)	リウマチ学会入会
	+5年			手外科学会入会
	+8年	関連病院へ(一般整形外科)	新潟手の外科研究所でマイクロ研修(1週間)	整形外科専門医取得
	+9年			学位取得
	+11年	関連病院(手外科と一般整形)	週1回手外科医の指導を受ける(一般整形と手外科に従事)	
	+13年	大学勤務(助教)		手外科とリウマチを専門とする
	+15年		手外科チーフとなる(週1回専門医の指導を受けて専門医試験受験資格を得た)	リウマチ学会専門医取得
	+16年	大学(講師)		手外科専門医取得
	+17年			手外科学会代議員
	+18年			リウマチ学会指導医取得
現在に至る	+20年			

手外科医を志すきっかけは、入局時の指導医が手外科医であったことに尽きると思います。半年後に一般病院へ移動してからは男性と同じようにできなければと必死にやってきたため将来を考える余裕などありませんでした。大学院入学の打診があった時に、大学でしか手外科が学べない環境(当県では)であったためそれを理由に大学院進学を決め、手外科医を目指すことになりました。大学での4年間は研究、一般臨床に加えて手外科疾患に積極的に

従事しました。10年目に手外科専門医が週1回外勤する病院へ配置していただき、2年半後に大学病院へ移動となり現在に至ります。大学に戻ってからは手外科とリウマチ(当県では主に整形外科が診療)を専門とすることになりました。1年半後に上司が大学から転勤となり、専門医取得に必要な研修期間を満たすため、半年間他病院から大学へ週1回指導に来ていただき専門医の取得となりました。国外留学の話は大学に戻った際にいただきましたが、当時手術を含めた臨床経験を積みたいという気持ちでお断りし、国内留学はいつでもできるということで実現しませんでした(短期留学など積極的に希望しておけば…と後悔しています)、夏休みなどを利用して専門施設へ見学に行くなどしています。整形もリウマチもそれぞれの知識が手外科に非常に役立っており、診療の幅が広がっていると思います。大学では学生実習の際にまず整形外科のイメージをかえて手外科という分野を知ってもらうよう啓発を行っています。

藤井病院 整形外科

藤井裕子



ライフイベント	時間軸	職歴	手外科医キャリア	その他
大学卒業	X年	大学病院で初期研修+一般病院で整形外科医として勤務	卒業後すぐ母校の整形外科に入局 2年目から整形外科医として市中病院にて整形外科全般（外傷、変性疾患など）に携わる	X+1 日整会入会 X+2 日手会入会
	X+4y		新潟手の外科研究所に国内留学大学院へ	X+7 学位取得
	X+8y	大学関連病院で整形外科医として勤務、2病院	手外科を含む整形外科全般	X+8 日整会専門医取得 X+13 リハ学会専門医取得 X+14 日手会専門医取得
	X+15y	市立●●病院 整形外科部長→科長	3次救急指定病院であり、主に救急・骨折外傷疾患に追われる毎日	手外科、四肢骨折外傷を担当
実父が急逝	X+21y	実家に急遽戻ることになり、開業	整形外科一般診療、手術（一般外傷、変性疾患は手外科が主） 地域に手外科医がいないため、今までで最も手外科に充実した毎日かもしれない。	
現在	X+25y			

国立大学整形外科で初の女医入局例であり、自身が未婚であることもあり、卒後 20 年は、他の男性医師と全く同様に複数の関連病院を回り、整形外科全般に携わりました。

国外留学に関しては、学位取得後に打診されたのですが、関連病院での人事の都合上（+教授が代わったことにより）実現しませんでした。しかし新潟に国内留学させて頂いたこと

により、手外科を系統的に勉強することができ、専門医取得にも繋がりました。上司・同僚には感謝しています。

手外科専門医を取得後は、勤務した 2 病院を教育研修施設に認定してもらい、若手医師の手外科教育を主に臨床において行ってきました。大学の関連病院の中に手外科研修施設は 2, 3 施設しかなかったのです。

開業という立場の女性整形外科医は少ないかもしれません。しかし手外科専門医ということで大学からも若手医師を派遣して頂き、手外科の臨床研修にも貢献しています。