

「ワーク」と「ライフ」の境界を越えて ～皮膚科医としての私の原点～

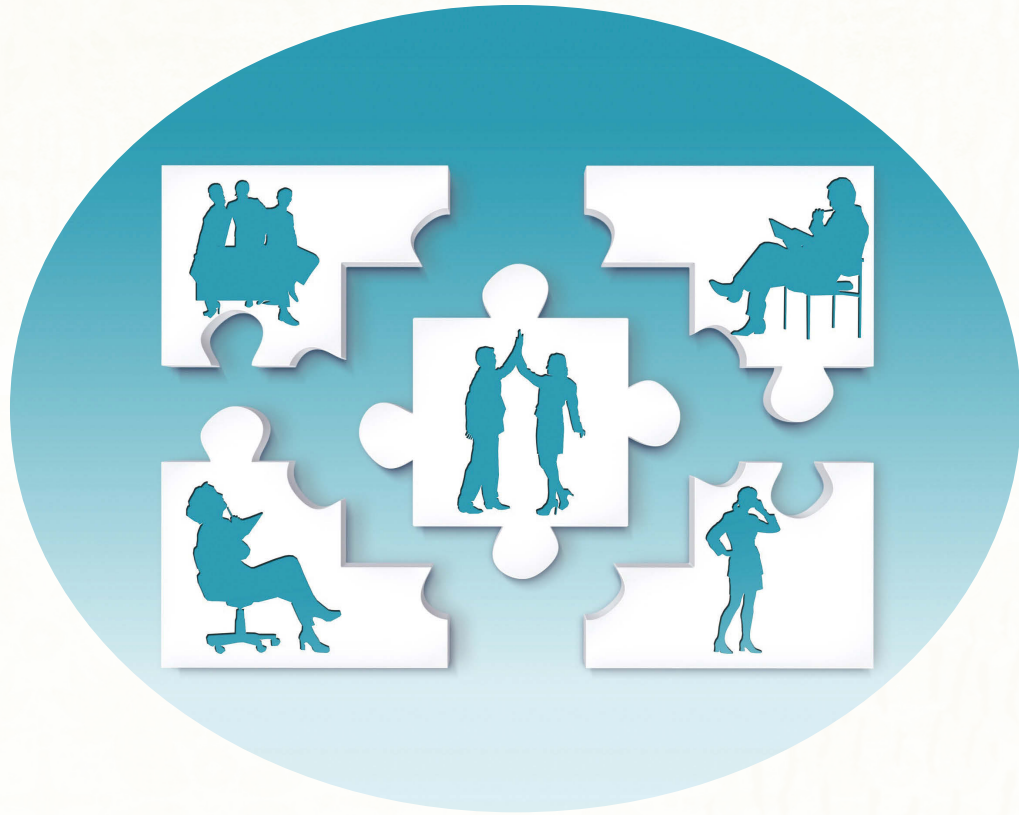
茂木精一郎

群馬大学大学院医学系研究科皮膚科学教授

「ワーク」と「ライフ」、この2つの観点から、これまでの私の医師としての歩みを振り返ってみようと思います。皮膚科医として研修を始めた当初から、早く一人前になりたい一心で診療や手術に取り組み、連日深夜まで病院に残る日々を送ってきました。とにかく多くのことを学び、経験を積みたいという思いで、目の前の課題に全力で向き合ってきました。その姿勢は大学院時代も、留学中も変わりませんでした。留学中に、英語が思うように使えず研究が進まない時期も、「努力で挽回するしかない」と朝から深夜、時には夜通し研究していました。結果は必ずしも満足のいくものではありませんでしたが、それでも「ここまでやったのだから悔いはない」と思えるほどに打ち込んだ経験は、いまの私を支える大切な財産になっています。

若いころの私は、「ワークライフバランス」という概念をほとんど意識していませんでした。仕事と私生活を分けて考えるよりも、与えられた環境の中でとにかく仕事に全力を尽くすことが当然の生き方であり、私生活を顧みる余裕すらありませんでした。ところが、年齢を重ね、後輩を指導する立場となり、家庭をもつようになってから、徐々に考え方に変化が生じてきました。自分一人の努力には限界があり、仲間と力を合わせ、チームとして成果を生み出すことの意義を実感するようになりました。また、家庭での時間や育児、家事にも楽しみや喜びを見出すようになり、それが仕事への新たな活力となっていることにも気づきました。

しかし、家庭と仕事の両立は、決して容易なことではありません。日々の診療や研究に没頭する中で、家庭の時間をどう確保するかは、常に私の課題であり続けています。ときには思うようにいかず、仕事に重心が傾いてしまうこともあります。それでも、家族の理解と支えがあるからこそ、安心して仕事に打ち込むことができ、また仕事で得た充実感が家庭にも穏やかな影響をもたらすことを感じています。両者の間で揺れながらも、少しずつ



つ自分なりのバランスを探し続けること——その過程こそが、私の人生をより深く、豊かにしてくれているのだと感じています。

最近、「ワークライフバランスという言葉捨てます」という発言が話題になりました。私はそれを「一生懸命頑張る」という意思表示として受け止めています。一生懸命働くことを否定する、どこか軽んじる、もしくは恥ずかしいことと捉える風潮には疑問を感じています。誰もが夢や目標を持ち、それに向かって頑張って努力しています。思うように結果が出ないこともありますが、精一杯取り組んだ時間は決して無駄にはならないと信じています。たった一度きりの人生なのに、全力で頑張る時期がなく過ぎてしまうことは、なんともったいないことか！ 楽をしようと思えば楽ができる中で、高い志を持って人一倍頑張っている人が私の周りにたくさんいます。その姿をみるたびに、自分もっと頑張ろうと勇気づけられています。

話が少しずれてしまいましたが、私にとって「ワーク」と「ライフ」は対立するものではなく、相互に支え合う関係にあります。「ワークライフバランス」とは、どちらにも全力で向き合い、支えてくれる人々に感謝しながら、自分らしく楽しみながら精一杯生きていくことだと考えています。