

カンゴザウルスと WLB

平成 30 年 12 月

沼尾 利郎

1 働き方と休み方



バランスは難しい…

「働き方改革」が大きな社会的課題となっています。医師の働き方もその例外ではなく、これまで医療現場では医師の過重労働や超過勤務が恒常化して、彼ら彼女らの過度な負担や犠牲の下に医療が成り立ってきた経緯がありました。ワークライフバランス（WLB）は生活（家庭）と仕事の 2 者択一（どちらを犠牲にするか）ではなく、「生活と仕事を調和させることにより得られる相乗効果・好循環」と解釈されていますが、何事でもバランスは難しいものです。最近では「年次休暇の取得日数が 5 日未満の場合は罰則の対象となる」との通知があり、長時間労働の削減など「働き方」を変えるだけでなく、「休み方」まで指導される時代となりました。強制労働ならぬ強制休暇が制度化されるのも、「勤勉すぎる日本人」特有のガラパゴス現象なのかもしれません。勤勉と言えば、日本人の国民性（勤勉と堅実）と最近の日本人のノーベル賞受賞ラッシュに関連性があるか、という記事が中国メディアに先日掲載されました。ノーベル賞は「国の科学技術力と国力を示す物差し」と考えられていますが、2000 年以降の日本人のノーベル賞受賞者（18 人）は米国に次ぐ世界第 2 位であり、その秘訣が各国から注目されているようです。この記事では「日本人の勤勉・堅実さは逆に創造力を阻むものとなっている」としてノーベル賞受賞との因果関係を否定しており、「日本人は匠の精神を持つ反面、イノベーションを拒む保守的な傾向がある」「優れた発明は怠惰から生まれることもある」と述べていました（負け惜しみのような気もしますが…）。それはともかく、「勤勉は美德だが勤勉すぎるのは罪悪となる」つまり「過ぎたるは猶及ばざるが如し」（論語）ということなのでしょう。

2 昭和末期の勤務医（自験例）

249 成熟好酸球機能に及ぼすヒトIL-5の影響

阿久津 郁夫, 福田 健, 沼尾 利郎, 牧野 莊平, 榎原 英夫, 長島 茂樹, 本庶 佑

著者情報

ジャーナル フリー

1988年 37巻 8号 p. 741

寄らばノーベル賞の陰

ノーベル賞と言えば、先日ある新聞社から電話があり「ノーベル賞の本庶先生と共同研究をしましたか？」と聞かれました。「あんな偉い先生と一緒に仕事するワケないじゃないですか」と答えると、「でも一緒に名前が載ってますよ」と言われ調べてみると、確かにありました。よ〜く思い出してみると、大学病院にいた頃（1980年代後半）ある共同研究者のそのスーパーバイザー（研究指導者）である本庶先生とたまたま一緒に自分の名前が掲載されていたのです。全く失念していました。それにしても単なる学会発表の抄録を探しだして連絡してくるのですから、新聞社もご苦労なことです。当時の私は臨床と研究を掛け持ちしながら勢いに任せて学会や研究会での発表を続けていましたが、我を忘れてがむしゃらに働くのは昭和という時代だからこそ許された（問題視されなかった）ものでした。昭和末期の勤務医がいかにもワークとライフのアンバランスな日々を過ごしていたか、いま思い返しても感慨深いものがあります。抄録が掲載された1988年（昭和63年）は東京ドームや瀬戸大橋が完成し、地価の値上がりが都心以外にも波及し、「24時間戦えますか」のコピーで話題を呼んだ栄養ドリンク「リゲイン」が発売された年でした。今から30年も前の話ですから「昭和は遠くなりけり」という感じですね。

3 カンゴザウルス



カンゴザウルス賞（日本看護協会）受賞

私が勤務する国立病院機構（NH0）宇都宮病院では2015年から職場環境改善のための「看護職のWLB推進」に取り組んでおり、3年間の活動が評価されてこの度日本看護協会より「カンゴザウルス賞」を受賞しました。カンゴザウルスは看護職におけるWLBを応援する「繁栄と変革のシンボル」として設けられたキャラクターです。「地上最強の生き物として栄華を誇った恐竜は地球環境の変化に対応できず絶滅した」と考えられてきましたが、今では「鳥は恐竜の子孫」から「鳥は恐竜そのもの」との学説が新常識となっています。つまり、恐竜は絶滅しなかったということですね。

「強いものが生き残るのではなく、変化に対応できるものが生き延びるのだ」

（ダーウィン）

ダーウィンの進化論は生物学の世界だけでなく、現代の医療提供体制や医療者の働き方にもあてはまるかもしれません。



カンゴザウルスと表彰状

（宇医会報 2018 年 12 月号 掲載）