

# 妊娠中の働き方事例集

---

2020 年

---

公益社団法人日本診療放射線技師会

業務改善推進委員会 中日本地域【Brilliant7】

## はじめに

Brilliant 7 は、2014 年に日本診療放射線技師会（JART）人材育成委員会の中に女性活躍推進班が発足し、各地域で女性が活動・活躍できる組織を作ると言うことで立ち上げられた東海 4 県、北陸 3 県の計 7 県から成り立っています。発足当初から「妊娠中の業務」について取り組んでまいりました。各県の女性の会でも、「妊娠中の業務についてのアンケート」を取る県もありましたので、Brilliant 7 で報告し共有してきました。

2016 年には、Brilliant 7 の活動の場である中部放射線医療技術学術大会（CCRT）において 1 セッションを設け、「妊娠中の業務について～妊娠中のガイドライン作成に向けて～」という演題でパネルディスカッションを行いました。これは、20 歳代後半から 30 歳代の障壁である妊娠・出産・育児のうち妊娠中の業務にスポットをあて妊娠初期から産休をとるまでの期間の働き方について検討したものです。これを足掛かりに、日本診療放射線技師会（JART）では、ガイドラインとまでは言えませんが、各施設で妊婦の取り扱いを決める際にお役に立てられるような冊子の作成に踏み切ったと聞いております。その中の 1 つ「妊娠中の働き方」という題でアンケートを行い、実際に妊娠中の技師が経験した事例に対して、どのような対応があったのか、気を付けていたことは何か、経験したからこそ言えるアドバイスなど生の声が集められています。

今回 Brilliant 7 では、日本診療放射線技師会（JART）で扱いきれなかった中日本地域で集めた事例集を拾い上げることにいたしました。長年取り組んできたこともあり、この事例集を披露出来ることを嬉しく思います。

色々な事例があります。読み手の立ち位置によって、思い入れや感じ方も様々かと思いますが、各施設お役に立てていただければ幸いに思います。

文責：Brilliant 7 代表 安井真由美・副代表 松本香織

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース1：透視業務 継続】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子 16週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 4名                      女性 2名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	透視
事例	座ってできることが多いことと、検査時には必ず医師と看護師がいるので、重いものを持つことが避けやすいという配慮をしてもらったが、つわりがひどく休みがちになっていた時期に、「あまり休まないように」と言われた。
周囲の対応	おなかの赤ちゃんを守るのはお母さんだけなので、協力や穴埋めは周りがするから大丈夫。体を第一に考えて！と言ってくれる方がいて本当に救われた。
業務上注意していた事	透視室のドアの開け閉め。スタッフが出入りすると、完全に閉らない可能性があるので、確認を怠らないようにしていた。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	つわりの時期や体調不良の時は、こころが細くなっている感じがする。暖かいひとことで、こころが強く固く持てるようになった。
経験者から後輩へ送る アドバイス	妊婦って、とても情緒不安定になる時期あり。 今思えば、笑い飛ばせることでも、気にしすぎたりってことも。運動神経も鈍る。法定速度は妊婦速度だと思う。だけど、赤ちゃんのことを考えるとこころが和らぐ。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 2 : MRI 業務 改善なし】

妊娠時の年代                    **30 代**

妊娠について                    **第 1 子 7 週目頃**

当時の放射線部門の構成    **男性 18 名                    女性 5 名                    非常勤 4 名**

妊娠中の業務                    **MRI 業務**

事例                                **1 日中 MRI 検査の操作番で、昼休憩以外はずっと座りっぱなしでつらかった。**

周囲の対応                        **良好。**

業務上注意していた事        **ずっと座りっぱなしの業務の為、血流が悪くなり下肢の浮腫みがひどかった。**

妊娠中厳しかった事            **自分に出来る業務に制限があるため、精神的に辛かったです。**

この事例により変わった事    **上司に相談したが、もしもの事を考えてあまり取り合ってもらえなかった。**

経験者から後輩へ送る

アドバイス

---

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 3 : 部署で初めての妊娠事例】

妊娠時の年代	20代
妊娠について	第3子 4週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 10名程                      女性 3名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	一般、エコー、透視検査、CT（画像作成等）
事例	やれる仕事に限られてしまう。  周囲が協力的で助かった。
周囲の対応	検診業務の交代、当直待機業務の免除など。
業務上注意していた事	重いものを持たない（患者さんの介助をしないようにする）。
妊娠中厳しかった事	他部署は妊娠しているかわからないので気づいてもらえず苦勞することもあった。
この事例により変わった事	部署で初めての妊娠事例であった。  妊娠に伴って特別決まった規則は無く、その人に合わせた仕事内容にするべきだと思う。
経験者から後輩へ送る	悪阻がある人とならない人で働き方が変わると思う。
アドバイス	特に妊娠初期は注意で悪阻がひどい日は休暇をとるべきだ。  また妊娠が発覚したらすぐに所属長へ報告すること。  無理をしない。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース4：一般撮影 退職】

妊娠時の年代	20代
妊娠について	第1子 週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 0名 女性 2名 非常勤 0名
妊娠中の業務	一般撮影（乳房撮影も含む）
事例	（クリニックの名誉のために付け加え：強制的ではないが）妊婦検診は仕事終わりに行くか、クリニックの休みに合わせて行っていた。妊娠中は1度も休まず勤務した。
周囲の対応	もう一人の技師もいたが、クリニック的な縛りで産休・育休を含め、休みにくい環境だった。
業務上注意していた事	体が負担に感じたら少し休みながら業務をした。
妊娠中厳しかった事	焦らずマイペースに撮影していた。
この事例により変わった事	
経験者から後輩へ送るアドバイス	育児ですと家にいるのもストレスとなり、この仕事が好きなこと、人との会話も好きなので、ストレス解消にとパートですが別のところで復帰した。一度退職しても、技師として楽しく勤務しています。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 5 : 切迫による入院、傷病手当の利用】

妊娠時の年代	20 代
妊娠について	第 1 子 5 か月頃
当時の放射線部門の構成	男性 7 名                      女性 4 名                      非常勤 3 名
妊娠中の業務	健診機関の為、業務内容は座ってられる胃部 X 線撮影、CT、事務作業のみ
事例	<p>妊娠初期に切迫流産と妊娠悪阻の為、1ヶ月入院し2ヶ月程自宅療養する。仕事復帰するも悪阻が酷く、業務が忙しい午前中のみ勤務し、早退していました。</p> <p>忙しい時だけ業務に当たり、それ以外の時間はベッドで休んでいました。また、9ヶ月頃に切迫早産の為自宅療養しそのまま産休に入りました。休養中は有給と傷病手当を使用しました。</p>
周囲の対応	周囲はとても協力的で、出来るだけ楽な業務に当たる様に配慮していただき、休みを取得する際にも快く了承していただきました。
業務上注意していた事	お腹が張る為、立ち仕事や中腰になるマンモグラフィ等の業務は厳しい。巡回検診業務は免除され、施設内勤務のみとなった。
妊娠中厳しかった事	担当も座ってられる業務のみ。
この事例により変わった事	特に無し。
経験者から後輩へ送る アドバイス	<p>出産まで酷い悪阻があった為、仕事復帰するも満足に働けなかった。人手が足りないと言われたので無理に出勤していたが、かえって気を使わせたり、業務のしわ寄せが行き周囲には迷惑をかけていたなど、後に思いました。</p> <p>無理せずに休んだ方が、自分にも周囲にも良いのかなと思います。</p>

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 6 : 体調不良時の対応】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子 20週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 5名                      女性 7名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	一般撮影
事例	自分が妊娠中のとき業務量が少ない施設に異動になったが、技師は自分一人なので体調不良の時に、他の施設から来てもらわないといけないので申し訳ないと思った。
周囲の対応	女性の先輩が多い環境だったので、体調が悪いときは気兼ねせず、体を休めるよう考慮してもらった。
業務上注意していた事 妊娠中厳しかった事	ポータブル撮影や透視検査に入ることにためらいがありました。患者さんの移動などは、他の技師に対応してもらった。
この事例により変わった事	看護師の方にも妊婦さんがたくさんいるので、患者さんの検査に来たときは無理させないように他のスタッフで移動介助を行うようしている。
経験者から後輩へ送る アドバイス	体調が悪いとき、自分では難しいと思ったときは無理をせず、遠慮せずに伝えてほしい。



## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース7：休日の日直業務 公表後改善】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子 10週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 18名                      女性 4名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	休日の日直業務（救急当番日）
事例	安定期に入る頃まで妊娠を公表していなかったため、通常業務のひとつとして、救急日直業務に就いていた。体調不良であったが、少人数で対応する救急業務のため多忙であり、体格のよい患者さまの移動介助や、体動のある方の撮影介助などで撮影室内に入ることもあった。ポータブル撮影も行っていた。
周囲の対応	妊娠中であることを公表していなかったため、特に無し。
業務上注意していた事	どのような仕事中でも、吐気や妊娠中独特の浮遊感があったので、自分の体のことより、その体調で患者さまの安全（患者さまを支える力があるか、ミスをしないか等）を守れるか、ということが気がかりであったし、注意していた。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	妊娠を公表していなかったため、特に無し。 （妊娠公表後は、上司の判断で、休日勤務、日当直勤務が免除され、時間外勤務や力の必要な仕事も、同僚の応援のおかげでほぼ無くなった。）
経験者から後輩へ送る アドバイス	放射線業務を専門としているので、被ばくを避ける方法を取ることは自ら出来ると思いますが、体力的な面、精神的な面で従事しにくい場面も出てくると思うので、自分と患者さまの安全のためにも、安定期まで公表を控えようと思わず、周囲の方に自分の状態（妊娠したこと、体調が悪いこと、どのような仕事ならできるか等）を知ってもらうことが大切だと思います。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 8 : 妊娠期の体調】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第2子 27週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 10名                      女性 3名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	MMG 機器選定時
事例	MMG 装置更新のため、デモ機搭載バスに来院してもらい、エンジンをかけたままの小刻みな揺れの中、女性技師3人で立って説明を受けていた。その後、妊娠技師は体調不良を訴え、産婦人科受診したところ、切迫流産と診断された。
周囲の対応	先輩女性技師は妊娠出産歴もあったが、機器説明に集中していたため、妊娠技師への配慮が足りなかった。また、妊娠技師は第2子で前回妊娠時も悪阻がなく元気だった為、周囲もあまり心配していなかった。
業務上注意していた事	日頃の業務では、あらかじめ想定できることでも、非日常的なイベントや突発的な事態には周りの技師は妊娠技師の体調を気づかってあげられないこともある。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	特に無し。  先輩女性技師は、同じ女性として配慮が足りなかったと反省した。
経験者から後輩へ送るアドバイス	妊娠中の体調は日々変わります。妊娠期の体調については人それぞれなので自分で気をつけるしかありません。体調が悪いときは無理せず、職場の人に相談して協力してもらいましょう。今までの人はこうだったから私もしなければならない！とか職場の暗黙のルールがあるかもしれませんが、体調が悪くなる人、全然変わらない人、いろいろいますので、自分で決めつけず上司や同僚に相談して下さい。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 9 : MMG 業務改善】

妊娠時の年代                    20 代

妊娠について                    第 1 子 30 週目頃

当時の放射線部門の構成    男性 20 名                    女性 7 名                    非常勤 1 名

妊娠中の業務                    MMG・検診胃透視・一般撮影・CT

事例                                本来 MMG を撮影してから骨シンチの注射をすることになっていたのですが、患者さんが検査時間にかなり遅れてから来てしまった為、検査時間の都合上骨シンチの注射が先になってしまいました。その後 MMG 撮影をする事になったのですが、妊娠していることから他の女性技師に依頼したところその技師も妊活中で妊娠している可能性があるため撮影はしたくないと言われました。他の女性技師はその時業務的に交代出来なかった為、仕方なく自分で撮影しました。

周囲の対応                    上司にこの出来事を相談した結果、今後 MMG と骨シンチを同日に行わないように医師に了承してもらいました。

業務上注意していた事        とにかく妊娠中に被ばくをしたくないので気を付けていました。

妊娠中厳しかった事

この事例により変わった事    MMG と骨シンチを同日に行わなくなった。

経験者から後輩へ送る

アドバイス

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 10 : 交代要員がない環境】

妊娠時の年代	30代		
妊娠について	第1子	妊娠初期～産休まで	
当時の放射線部門の構成	男性 0名	女性 3名	非常勤 0名
妊娠中の業務	MMG・US・一般撮影		
事例	<p>すでに妊娠後期の技師がいる中での妊娠。交代要員がない状況のため早めに報告したら、非常に不穏な空気となった。</p> <p>主に MMG 検査に携わっていたが、1日の撮影が50件を越えるため、腹圧がかかり苦しい時もあったが、先輩方が乗り越えた道なので文句も言わずにこなしていた。腹圧が高いためかかりつけ医から安静との指示が出たが言い出しにくく休み休み勤務していた。その後切迫と診断されそのまま入院～産休となった。</p>		
周囲の対応	周囲のスタッフは気を使ってくれたが、交代要員がないため、仕事量が減ることはなかった。		
業務上注意していた事	少数体勢のクリニックでは、交代要員がないため体調が悪くても検査に穴を開けることはできない。		
妊娠中厳しかった事	<p>自分の身は自分で守るという風潮があったため、産休に入った後の臨時職員の募集について自ら事務所へ届出願いを出さなければならなかった。</p> <p>なるべく時間を見つけては、休憩（椅子に座る）を取るようしていた。</p>		
この事例により変わった事	特に無し。		
経験者から後輩へ送る	法人経営のため、本院から応援を頼んでいたが、本院も忙しく迷惑な様子だった。		
アドバイス	女性技師の職場だったため、妊娠したときに対応する何らかの手立てを構築しておく必要があったと思った。		

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 11：妊娠中の体調】

妊娠時の年代                   **30 代**

妊娠について                   **第 2.3 子**

当時の放射線部門の構成   **男性 26 人                   女性 12 人                   非常勤 4 人**

妊娠中の業務                   **CT 等座り仕事への変更**

事例                               **CT 検査は、ほぼ座り仕事のみ。（Scan や再構成）**

周囲の対応                   **同僚からの気遣い・上司の理解。**

業務上注意していた事       **周囲の理解に甘えすぎない。業務には集中する。**

妊娠中厳しかった事       **（普段以上にミスをすることが多かったため）。  
体調不良・眠い時期や時間に業務が忙しいこと。**

この事例により変わった事   **上司が業務配慮や優しい声掛けをして頂いたおかげで、周囲の同僚も、妊婦の扱いに変化が現れた。**

経験者から後輩へ送る  
アドバイス                   **体調が優れず、また周囲の理解が得られず仕事が辛い時期もあると思います。ただし、それでも仕事を辞めないと選択したからには最大限の努力をしましょう。きっとその頑張りが伝わることで、応援してくれる同僚が現れます。**

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 12 : 夜勤業務時の対応】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子 20~25週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 35名                      女性 10名弱                      非常勤 0名
妊娠中の業務	MRI・CT 業務
事例	休日日勤や土日祝日の MRI on call 業務について、勤務管理担当者に免除してもらえるように交渉したが、聞き入れてもらえなかった。
周囲の対応	25週目以降くらい〜は、勤務割振り済みのオンコールを先輩技師がすべてもらってくれた。それ以降はオンコールが免除された。
業務上注意していた事 妊娠中厳しかった事	ストレッチャーの移動など腹部に負荷がかかることが多かったが、なるべく腹部を圧迫しないようにした。
この事例により変わった事	妊娠が分かった時点で MRI 業務から離れ、夜勤はもちろん休日日勤やオンコール当番を免除してもらえるようになった。
経験者から後輩へ送る アドバイス	先輩技師を巻き込んで上司との交渉に臨んだ方が聞き入れてもらえそうです。単独交渉ではなかなか要望が通りませんでした。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 13 : MRI/MMG 要望通り】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子・2子 妊娠初期～産休に入るまで
当時の放射線部門の構成	男性 16名                      女性 7名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	MRI、一般撮影、透視、画像管理業務
事例	早い時期に妊娠を伝えたため、無理をしながら業務をしたことはなかったです。MRIは患者の対応やコイル交換は他の技師が行い撮影のみ担当するなど、周りに助けをもらいながら業務を行いました。マンモグラフィも、他の施設では行っているようですが、被ばくの不安があった為、希望を聞き入れてもらい外してもらいました。
周囲の対応	早めに妊娠を伝えていたので、すぐに当直、休日勤務、早番・遅番などは外してもらい、いろいろ希望を聞き入れてもらうことができ、周りのスタッフにも助けをもらいました。
業務上注意していた事	患者の介助、ポータブル撮影
妊娠中厳しかった事	被ばくをしないよう気をつけていました。
この事例により変わった事	特に無し。
経験者から後輩へ送るアドバイス	無理をせず、体調がすぐれない時は周りに遠慮なく申し出てすばやい対応をしてもらうようにして下さい。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 14 : 妊娠中の業務について】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子 20週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 6人                      女性 7人                      非常勤 0人
妊娠中の業務	拘束業務 OP室撮影
事例	拘束のローテーションから外してもらえない。  拘束帯のXP撮影時、患者保持せずに撮影をすると、前回と体位が異なってしまう(胸部座位、円背で斜位になってしまう)当直Drから比較ができないとクレームが入った。
周囲の対応	人数が少ないため、自分の拘束回数が増えるので見て見ぬふり。  拘束はほとんど呼ばれないから大丈夫だろう。  OPE室へ行きたくないなので、交代はしない。
業務上注意していた事	
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	拘束業務からはぬけた。
経験者から後輩へ送る アドバイス	子供を守れるのは自分しかいません。被ばくの影響はほとんどなくても0ではありません。心配いう不安も出てきます。後で後悔しないためにも、早い時期から周囲の協力を仰いで良いと思います。



## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 15 : 妊娠中の業務について】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子
当時の放射線部門の構成	男性 18人                      女性 5人                      非常勤 0人
妊娠中の業務	一般撮影
事例	完全要介助の患者さんの撮影時、遠慮して応援呼ばず、一人で対応した。
周囲の対応	各自の仕事をしていた
業務上注意していた事	かがんだり大きい人を支えたりすることの多い、一般撮影やポータブルなどは体力的に厳しく、無理しがちになると感じた。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	
経験者から後輩へ送るアドバイス	妊婦だから何もできないと開き直るのも良くないので、適度に周りの手を借りることも必要です。  理解ある方も必ずいるので頼ってもよいと思います。そして他の人が妊娠した時はそのお返しするつもりで助け合えたらなおよいと思います。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 16 : 業務中の体調不良】

妊娠時の年代                    **30 代**

妊娠について                    **第 1 子 12 週目頃**

当時の放射線部門の構成    **男性 40 名                    女性 10 名                    非常勤 0 名**

妊娠中の業務                    **一般撮影**

事例                                **出血があり、不安だったときに上司がすぐ受診を勧めてくれた。**

周囲の対応                        **周囲の方々が気を使ってくれ、快く業務を交代してくれた。**

業務上注意していた事        **ポータブルは状況によるが難しいと思う。**

妊娠中厳しかった事

この事例により変わった事    **特に無し。**

経験者から後輩へ送る        **心配なことがあれば、なんでも相談してみましょう。**

アドバイス

---

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 17：救急業務 公表後改善】

妊娠時の年代	20 代
妊娠について	第 1 子 週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 16 名 女性 3 名 非常勤 1 名
妊娠中の業務	救急業務
事例	妊娠を誰にも伝えていなかったため、救急業務・当直業務を 1 人で行っていた。その際、どうしても一般撮影や CT と撮影するのに患者さんを押さえて撮らなければいけない時がありました。また、要介助の患者の移乗介助を行ったりすることもありました。
周囲の対応	特に無し。
業務上注意していた事	1 人で行う業務は厳しいかなと思いました。
妊娠中厳しかった事	急に体調が悪くなったり、プロテクターを付けて業務しなければならなくなったりするの で……。
この事例により変わった事	つわりがひどく迷惑をかける事が増えたため、妊娠を伝え救急業務を外してもらい、当直もかわってもらいました。 業務は何かあったときに手伝ってもらえるように一般撮影、MMG を主に行いました。
経験者から後輩へ送る アドバイス	妊娠がわかったら早めに報告をする方が自分の為にも患者様のためにもなるのかなと思います。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 18 : 妊娠中の行動について】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子 16週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 7人                      女性 4人                      非常勤 0人
妊娠中の業務	話し合い時
事例	狭い空間で業務の話し合いがあった。話し合いを仕切っていた30代後半の男性技師に、「座っているのは〇〇だけだ。立つべき。態度が悪い。」と言われた。辛かったので座っていた。
周囲の対応	特に無し。
業務上注意していた事	通常の行動がづらい時もある。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	その男性技師は間もなく退職されたのでこの件に関しては特に変化なし。
経験者から後輩へ送るアドバイス	事前に「辛いです」と言えればよかったが、言いにくい相手だった。他に頼れる女性技師も不在であった。言いにくくても事前に言えれば少しは変わったかなと思う。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 19 : 妊婦に対する周囲（異職種）の対応】

妊娠時の年代                    **30代**

妊娠について                    **第1子 18週目頃**

当時の放射線部門の構成    **男性 7人                    女性 4人                    非常勤 0人**

妊娠中の業務                    **カテ室**

事例                                **カテ中にカテ室内に入らなければならない時、循環器の男性医師が透視を出さないように気にかけてくれた。**

周囲の対応

業務上注意していた事        **妊娠した旨を早めに報告していた。**

妊娠中厳しかった事

この事例により変わった事

経験者から後輩へ送る        **他職種（特に医師）には言いにくいことではあるが、気にかけてくれる人もいる。**

アドバイス

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 20 : 妊婦に対する周囲（異職種）の対応】

妊娠時の年代                    30代

妊娠について                    第3子

当時の放射線部門の構成    男性 5人                    女性 3人                    非常勤 0人

#### 妊娠中の業務

事例                                当直中、OP室からイメージに呼ばれた。  
  
「どうしてもですか？」と聞くと、「どうしても」と言われたので、プロテクターを2重にして入ろうとした。

周囲の対応                        OP室に入った所で、妊婦だと気づいた看護師が「入らなくて大丈夫です！」と言ってくれた。

業務上注意していた事        日勤帯ではイメージにつくことは、無かった。

妊娠中厳しかった事

#### この事例により変わった事

経験者から後輩へ送る        無理はしない。できない事は無理だと自分から言う。

アドバイス

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 21 : 妊娠により健診業務に移行】

妊娠時の年代	20代
妊娠について	第1子
当時の放射線部門の構成	男性 17名                      女性 5名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	人間ドック(マンモ、XP、CT、胃透視)、XP、CT
事例	妊娠を報告してから体に負担が少ない人間ドックの業務に回りました。
周囲の対応	人間ドック以外の業務につく時はポータブル等、被ばくに関して気を使ってもらいました。
業務上注意していた事	体重のある方の対応(支える、起こす等)はしないようにしていました。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	人間ドックだと予約の人数(件数)が決まっているため自分のペースで仕事を進めることができたと思います。
経験者から後輩へ送る	無理をしないことが一番だと思います。
アドバイス	自分の状況(つわりがひどい、お腹が張る等)をはっきりと伝えた方が仕事をセーブしやすいと思います。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 22 : 業務中の対応】

妊娠時の年代	20代
妊娠について	第1子 8週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 25名                      女性 14名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	X線 TV MMG 業務
事例	つわりがひどく、出勤できても途中から撮影が続けられないような状況が続いた。  急な休みには対応してもらえるものの、出勤している時間帯で休憩するようなスペースはない。
周囲の対応	同性の先輩方は「妊娠は病気ではない。今できる範囲の仕事はやろう。」と言われた。  男性スタッフはわからない分「休んでいていいよ。」とやさしい。
業務上注意していた事	日や時間によって体調が全くちがう。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	特に無し。
経験者から後輩へ送る アドバイス	日や時間によって体調が全くちがう。つわりのひどさも人それぞれなので、体調や自分が今できることをこまめに伝えることが大事かと思います。



## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 23 : 妊娠発覚時の対応】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第2子 20~25週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 25名                      女性 10名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	PET・CT・レントゲン
事例	心拍の確認には至らなかったが、妊娠の可能性を上司に報告した時点で PET 業務からすぐに変更していただいた。
周囲の対応	PET からレントゲン業務に変更、その後つわりがひどくなると CT の補助業務に変更していただいた。
業務上注意していた事	
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	妊娠が判明した時点で、速やかに被ばくを受けない業務に変更してもらった。
経験者から後輩へ送る アドバイス	被ばくをすることが分かっている業務であれば、妊娠が分かった時点で早急に上司に報告することで業務変更が認められるかもしれません。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 24 : 妊娠中の環境】

妊娠時の年代                    30代

妊娠について                    第1子 16～20週目頃

当時の放射線部門の構成    男性 6人                            女性 1人                            非常勤 0人

妊娠中の業務                    一般撮影,CT (3D作成,検査業務)

事例                                昼の時間帯、人手不足のため一人で CT 検査業務を行わなければならなかった。多忙な時は周囲に助けを求められないほどで、助けを求めてもすぐに来られる人が見つからなかった。(特に、一人で動けない方の移乗や緊急性の高い検査が立て込んだ際には非常に緊張し不安を感じた。)

周囲の対応                        検査室で一人にならないように配慮を申し出た。上司に変化は見られなかったが、周囲のスタッフの配慮があり状況は改善した。

業務上注意していた事            自分の体調が良い時はそれを意識的に周囲に伝えていた。配慮してもらった際には必ず感謝の気持ちを伝えた。自分にできることは率先して行動した。

妊娠中厳しかった事

妊娠の可能性のある時期の MRI 従事や長時間の被曝を伴う業務。不安定な時期のため周囲に言いづらい。

この事例により変わった事        人員不足のため人員配置に関しては上司を悩ませたが、周囲スタッフの理解と協力が得られた後は不自由に感じることはなかった。

経験者から後輩へ送る

アドバイス

妊娠中でも仕事をするのはつらいこともありますが、先輩ママやパパから思わぬアドバイスをもらえたり、自分の気分転換や運動になるなど精神面でも良い影響があると思います。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 25 : 切迫による自宅療養】

妊娠時の年代	20代
妊娠について	第1子 15週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 4名                      女性 3名                      非常勤 1名
妊娠中の業務	レントゲン、マンモグラフィ、透視
事例	切迫流産のため3日間の自宅療養をした。  お腹の張りがひどく、妊娠中は常に張り止めを飲んでいた。
周囲の対応	とても協力的で、ポータブルや救急業務を免除していただいた。
業務上注意していた事	マンモグラフィや整形領域の撮影時、立ったり座ったり中腰になったりするのが大変でした。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	お腹が大きくなった8、9ヶ月頃、膝の立位撮影でしゃがみ込んでポジショニングを行い立ち上がろうとした際、バランスを崩し転倒してしまったことがあり、それ以降、透視や検像業務など座ったままできる業務に優先して行うように配慮していただいた。
経験者から後輩へ送るアドバイス	体調が優れないときは無理せず、休んだ方が周囲に迷惑をかけることが結果的に少なくなると思います。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 26 : 働きやすい職場の雰囲気】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子
当時の放射線部門の構成	男性 9名                      女性 4名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	病棟ポータブル撮影
事例	当院では、妊娠中もポータブル撮影や当直業務（28週頃まで）を行っていた。妊娠技師は幸いにも悪阻も無く体力・気力ともに充実しており、業務に対してなんら疑問を持っていなかった。
周囲の対応	男性技師がポータブル撮影と一緒にいき、カセットを持ったり、患者介助をしてくれた。
業務上注意していた事	ポータブル撮影では患者介助には力がある作業であったり、被ばくを多少なりともあるということ。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	特に無し。  妊娠技師は負担に思っていないくても、周りの技師のほうが心配して声をかけてくれたり手伝ってくれた。だからといって担当を外すというのではなく、妊娠技師が周りに負い目を感じることなく業務ができる、そしてできないときはできないと言える職場の雰囲気作りができていたと思われる。
経験者から後輩へ送るアドバイス	辛いときは、無理をせず、我慢せず、まずは話しやすい方に相談してみましょう。仲間や上司は皆、理解のある方ばかりです。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 27：一般撮影介助時の対応】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子 30週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 6名                      女性 5名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	一般撮影
事例	一般撮影室内に入って患者を介助しながら撮影しなければならない状況で、同僚の技師が変わりに撮影をしてくれた。
周囲の対応	同僚の技師が気を利かせて代わってくれた。
業務上注意していた事	被ばく量が少なく、プロテクターを着れば腹部への被ばくは問題がないことがわかっていても、何かあったときに、という精神的な負担がある。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	技師同士での声掛けが増えた。 頼みやすくなった。
経験者から後輩へ送る アドバイス	妊娠している本人しか感じない仕事への不安はあると思う。互いに相談をしてスタッフみんなで解決できるよう、普段から技師同士のコミュニケーションを取れる雰囲気を作った方がよい。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 28 : 検診胃透視 業務の配置換え】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子 15週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 21名                      女性 6名                      非常勤 1名
妊娠中の業務	MRI・一般撮影・CT・検診胃透視・MMG
事例	つわりが酷い時期に検診胃透視業務についていたのですが、椅子に座り続けている事と検査で喋り続ける事が苦痛でした。特に喋り続けていると息苦しくなりました。
周囲の対応	上司に相談したところ、CT業務への配置換えをしてもらえました。
業務上注意していた事 妊娠中厳しかった事	救急の患者さんや容体が変わりそうな入院患者さん、また体重が重い患者さんは自分一人でやらないように気を付けていました。
この事例により変わった事	特に無し。
経験者から後輩へ送る アドバイス	妊娠したことを安定期に入る前の段階で報告しておく、自分が安心して仕事ができると思います

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 29 : 妊娠中でも働きやすい環境改善】

妊娠時の年代	20代		
妊娠について	第1子 第2子	妊娠初期～産休まで	
当時の放射線部門の構成	男性 4名	女性 4名	非常勤 1名
妊娠中の業務	MRI・一般撮影・US・撮影補助・画像処理・その他のデスクワーク		
事例	第一子の時は、周りが妊娠に気を使う事ができず、MRI 検査を担当していた。離れた場所にあったためコイル交換が大変だった。妊娠後期で軽い肺炎に罹りそのまま有給を取得し産休となった。第二子の時は、その経緯を教訓に、周囲スタッフが声を出し合い、体に負担のかかる業務から遠ざけてもらえ、移動の少ないデスクワークや画像管理・処理を全般に行なっていた。		
周囲の対応	男性スタッフもみんな理解があり、協力を得られていた。		
業務上注意していた事	いつ体調の変化が現れるか心配もあったため、感染の恐れのある検査や一人きりになる検査にはつかなないようにしていた。		
妊娠中厳しかった事	なるべくデスクワークをさせてもらい、移動業務を減らしてもらっていた。  妊娠後期で切迫気味と診断され、上司に相談しすぐに診断書を提出し休暇を取る事ができた。		
この事例により変わった事	一人にならない環境を作る・スタッフに余裕のある時は有給を取得できるように配慮した。		
経験者から後輩へ送るアドバイス	自分だけでなく、これから妊娠するであろう後輩のためにも、妊娠中でも働きやすい環境を整えるために、体調や仕事量など些細なことでもなんでも報告してほしい。無理せず、スタッフ全員で取り組めば一つの力になります。		

## 【ケース 30 : 妊娠中の業務について】

妊娠時の年代

妊娠について **第 1 子**

当時の放射線部門の構成 **男性 10 人**                      **女性 1 人**                      **非常勤 0 人**

妊娠中の業務 **検像、放射線治療、マンモグラフィ**

事例 **放射線治療の診察時にめまいがあり気分が悪くなった。**

周囲の対応 **休みを促す。**

業務上注意していた事 **比較的高齢だったので無事に出産できるか心配。**

妊娠中厳しかった事

この事例により変わった事 **当院で初めての育休産休取得だったので妊娠時の勤務形態などを変更した。**

経験者から後輩へ送る

アドバイス

---



## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 31：一般撮影介助時の対応】

妊娠時の年代	30代
妊娠について	第1子 30週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 6名                      女性 5名                      非常勤 0名
妊娠中の業務	一般撮影
事例	一般撮影室内に入って患者を介助しながら撮影しなければならない状況で、同僚の技師が変わりに撮影をしてくれた。
周囲の対応	同僚の技師が気を利かせて代わってくれた。
業務上注意していた事	被ばく量が少なく、プロテクターを着れば腹部への被ばくは問題がないことがわかっていても、何かあったときに、という精神的な負担がある。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	技師同士での声掛けが増えた。 頼みやすくなった。
経験者から後輩へ送る アドバイス	妊娠している本人しか感じない仕事への不安はあると思う。互いに相談をしてスタッフみんなで解決できるよう、普段から技師同士のコミュニケーションを取れる雰囲気を作った方がよい。

## 妊娠中の働き方事例

### 【ケース 32 : 妊娠中の業務について】

妊娠時の年代	20代
妊娠について	第1子8週目頃
当時の放射線部門の構成	男性 6人                      女性 7人                      非常勤 0人
妊娠中の業務	当直、自宅待機、ポータブル
事例	<p>上司に妊娠したことを報告。今後の当直や自宅待機をどうするかと問われ、多分体調は大丈夫だろうと思い、次月も継続とした。実際に当直や待機に入るとかなり体調が悪く、継続したことを後悔した。周囲に妊娠したことを報告しておらず、代わってもらいづらかった。</p> <p>日常業務でもポータブル撮影など、代わってもらいづらく、自分で行っていた。</p>
周囲の対応	妊娠 12 週頃に女性の先輩技師に妊娠したことを報告したところ、もっと早く言ってくればよかったのと言われた。周りにも早めに伝えた方が良いと言われた。
業務上注意していた事	立ちっぱなしの業務。
妊娠中厳しかった事	
この事例により変わった事	部署全員でなくてもよく話す人、理解のある人、良く一緒に仕事をする人には早めに妊娠報告をした方が良いと思った。
経験者から後輩へ送る	無理をしない。
アドバイス	

## おわりに

ワークライフバランスというワードを耳にするようになって、数年がたちます。生活と仕事の調和を意味し、生活の質を上げることにより、仕事の効率もあがるというものです。性別に関わらないこの考え方は、個人の能力を最大限に生かせる事につながり、ゆくゆくは社会にとっても大きな利点となります。妊娠に関する制度の1つとして、男性も育児休暇をとれるようになりました。妊娠・出産や育児は、女性だけでなく男性の理解や協力が必要で、一緒に取り組むべき重要なことです。「イクメン」など子育てに積極的な男性が多くなりつつある現在において、その制度が一般に浸透するには社会の目は厳しく、実現にはほど遠いように感じます。男性の育児休暇取得が日本の社会で一般的になるにはこの先まだまだ時間がかかるのと同時に、女性が妊娠・出産を経て育児をしながら働きやすい環境が整われるには時間を要すると考えられます。職場環境整備が女性活躍に大きなきっかけを与えてくれる一助になることは間違いありません。男性には女性の働く社会を今以上にもっと受け入れて頂けたらと切に願います。また、女性も制度ばかり要求するのではなく、働きやすい環境に対して感謝し、上司・同僚・後輩とコミュニケーションを取りながら、妊娠期・育児期を楽しくそして充実したワークライフを得られるよう努力を怠らない事が大切であると思います。今回、「妊娠中の働き方」を問題提起する事により、各世代の診療放射線技師が今まで以上に活躍できる足掛かりとなる事を期待します。

文責：Brilliant 7 代表 安井真由美・副代表 松本香織

公益社団法人日本診療放射線技師会 業務改善推進委員会 中日本地域【Brilliant 7】

代表：安井真由美

副代表：松本香織

委員：静岡県 疋野奈央子、和田夏季

愛知県 森佐知子

岐阜県 瀨瀨恵、加藤統子

三重県 川野聡子、落合三奈恵

福井県 小南博子

石川県 高森美保、武村真弓

富山県 吉田史子、長井千夏子