

## ●子育て 2020.12.17

こんにちは。研修医 2 年目の S.O です。新型コロナウイルスで、病院見学も制限されている中で、医学生のみなさんは初期研修先を決めるのに苦労していると思います。これまで、研修内容についていくつか書かせていただきましたが、今回は志向を変えて、北見での子育てについて書かせていただきます。

現在の研修医 1, 2 年目の中には結婚している人が数人おり、子供がいる人も 2 人ほどいます。私も子供がいる研修医の 1 人なのですが、北見での子育て事情を知らないまま研修を始めた経緯があります。ただ、周りの方が丁寧に教えてくれたおかげで、そこまで苦労することなく子育てできているのかなと思います。もし、お子さんを連れてくる方がいましたら、子育てのイメージがつかると幸いです。

### <日中の保育について>

日中お世話をする人がいない家庭ですと、3 か月～3 歳までは託児室の利用が可能です。私の奥さんも当院の医師なので、託児を利用させていただいています。毎回託児室での子どもの様子を写真に撮っていただいております。日中の子どもの成長を感じ取れるような託児をしていただいております。3 歳以降は近隣の保育園を利用します。個人的なイメージでは、大都市の保育園よりも入所しやすいのではないのでしょうか。



(託児室の様子)



(小公園イルミネーション)

### <休日の遊び方>

札幌のような大きな商業施設はないのですが、北見は公園がたくさんありますし、何よりも自然があります。また、子供向けの遊ぶ場所が多くある気がします。コロナウイルスの影響であまり積極的な利用ができていませんが、以下は今まで利用したことがある遊び場です。

#### 1. しょうこうえん 小公園

当院の前にある公園です。夏になると噴水が出ます。災害時に利用できる備蓄品を備えており避難場所に指定されています。また、コロナウイルスに従事している方を応援するために、現在はライトアップされており、ちょっとした観光スポットのようです。

2. オホーツク木のプラザ内の木育広場<sup>もくいくひろば</sup>

北見駅の裏側にあります。木の積み木や大きな滑り台などあります。利用料も安く、休日はたくさんのおもたが遊びに来ていました。隣にはきれいな図書館があります

3. ちゃちゃワールド

車で1時間弱<sup>いくたほら</sup>の生田原という地域にあります。世界の木のおもちゃが展示され、子供が遊べる木馬や木の玉のプールなどがあります。子ども向けの絵本もありました。今まで行ったところでは、子供の反応が一番良かったです。

4. 果夢林ワールド<sup>かむりん</sup>

車で50分ぐらいのところにある、木の遊具が設置されている施設です。木の玉のプールや滑り台もあります。隣には、川魚を展示している山の水族館があり、釣りをする人には人気らしいです。

5. 野付牛公園<sup>のつけうし</sup>

車で5分ぐらいのところにある北見市最大の公園です。池がありボートの貸し出しがあり、散歩するだけでも楽しい場所だと思います。去年はここで研修医のバーベキューを行いました。

6. 北網圏北見文化センター<sup>ほくもうけん</sup>

野付牛公園の中にあります。科学館、博物館、美術館が一体となった建物です。プラネタリウムもあるらしいです。私はまだ行ったことがないのですが、近日中に行けるといいかなと思っています。

7. 香りゃんせ公園<sup>かお</sup>

車で10分ぐらいのところにある、河川敷に作られた公園です。大きな噴水があり、子供が水遊びできる公園です。たくさんのハーブが植えられていて、夏に見ごろを迎えます。

その他、知床や阿寒など少し遠出をすれば、子供だけでなく、大人も楽しめるような場所が多いと思います。当院で働いた際には、いろいろな観光地を探してみてください。



(山の水族館を訪れた研修医たち)



(香りゃんせ公園噴水)