卒後22年目 大塚 佐知子 医師

つちうら在宅診療所院長（2018年２月現在）

念願かなって，昨年11月に故郷土浦に在宅診療所を開きました。医療の進んだ今だからこそ，どこでどんな医療を受けるかを一人ひとりに考えてほしいと思います。そして住み慣れた我が家で最期まで暮らしたいと考える患者さんの力になりたい。これが一番の思いです。

「女医」を意識したことはありませんが，私の進んできた道が女子医学生や，若い女医さんたちの勇気になれば，とてもうれしいことです。

私は土浦の蓮根農家の一人娘として生まれました。目の前に広がる蓮田で泥んこになってカエルを捕り，裏山にのぼっては探検ごっこに明け暮れていました。子供のころは「将来は虫博士になって，一生虫やカエル捕りをして暮らしたい」と本気で思っていました。

高３の時研究者になりたくて数学か医学か迷った後，志望を医学部に決めました。３浪の末（私の黒歴史です！）ようやく東北大に入り，家を離れて一人暮らしを始めました。学生の頃は友達と飲み歩き遊んでばかりいたような気がします。教養の授業をさぼったり，テストで回ってくる答えを写したり，あまり真面目な医学生ではありませんでした。

始めは何となく外科医になりたいと思っていたので，卒業後は塩釜市立病院に外科研修医として勤めました。ただすぐに内科の知識が足りないことと美しい手術をする自分が想像できないことに気づき，内科医に転向しました。この病院には在宅診療部があり，主に神経内科の患者を内科医が輪番で訪問していました。私も月２～3回看護師さんと看護助手さんと３人で回りました。病院にいたときはベッドの上で寝ていただけの患者さんが，自宅で孫と遊んだり生き生きと暮らしている姿に，当たり前ながらに驚きました。思えば私と在宅医療のファーストコンタクトでした。

２年の研修終了直前の３月下旬，妊娠していることに気づきました。半月前に結婚式はあげていましたが，４月から第三内科肝膵グループに入局する予定だったので，慌てて医局に向かいました。無理をする気はなかったので２年休職することを決めました。それから２年半後，上の子が２歳を迎えるころ夫が専門を病理に変えて院生になり，経済的にキツくなって復職しました。この時夫が「在宅好きでしょ」と見つけてきた日立市の診療所で，17年間在宅医療にハマりました。

在宅医！実に面白いです！かかりつけ医としての奥深い医療が身に付きます。いろいろな家庭問題にまで首を突っ込み，認知症のじいちゃんにあんパンを投げつけられたり，苦労の溜まり溜まった嫁さんに泣きつかれたりしたこともありました。自分でいうのもおこがましいですが，人として成長させてもらったと思っています。

在宅医療は，医師の他にケースワーカー，訪問看護師・リハビリ職，薬剤師，ケアマネジャーやヘルパー，役場の方などなどいろいろな人たちの力で成り立ちます。「どうしたらもっと幸せにできるか」をいつも考えます。

在宅医療という選択肢がある事をみなさんに知ってほしいと思います。いつでも見学にいらしてください。

女性医師の比率が高くなっているそうです。ここで若い皆さんに２つのエールを送ります。

「家族を持ったら，自分のやることに優先順位をつけましょう！」

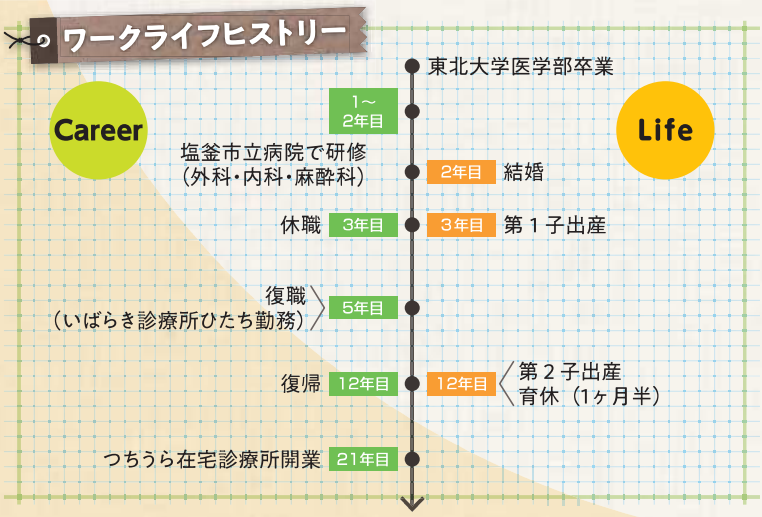
私の場合，自分でなきゃダメな仕事はあまりありませんでした。替りがいました。でもお腹の赤ちゃんや生まれてきた子，夫や両親には私しかいませんでした。だから妊娠や出産・育児，看病などの時は仕事を休みました。

「通るわがままは通しましょう！」

まず話してみましょう。力になってくれる人が現れたりします。

無理は無理なので時にはあきらめも必要でしょう。自分が心から笑える状態になってないと，良い仕事は難しいです。どうぞ素敵な医師になってください。

ワークライフヒストリー



●ある日のスケジュール

6:20	起床
7:30	子供を学校・駅に送りながら出勤
8:40	診療所到着 午前中の業務 （訪問診療・往診・電話対応など）
12:00	スタッフと昼食
13:00	午後の業務（病院へのあいさつ回り・多職種との会議など）
17:30	退勤
18:00	帰宅
23:00頃	就寝