

Support for **Woman Doctors** ～私からあなたへ～

眞貝 美由規 先生【群馬県 22期】
四万へき地診療所

「平日は地域医療、休日は温泉饅頭売ってます」



今の四万温泉にある診療所に赴任して今年で12年目になります。女性で医師一人の診療所に残っている卒業生は珍しいようです。4年前に地元の和菓子屋の息子と結婚し、子供は居ませんが、平日は地域医療、休日は温泉饅頭を売っている毎日です。

うちの家族は、私、夫、義父の3人です。診療所の医師住宅、店、自宅と家が3軒あり、診療所の電話を自分の携帯電話に転送して行ったり来たりしています。私は平日は基本的には医師住宅で寝泊まりし、夫と義父は朝早い仕事のため1日の大半を店で過ごして自宅には寝に帰るだけといった感じです。平日の朝ご飯と昼ご飯は時間帯が全く合わないため別々、夕食は、我が家のコック長の義父が作ってくれた夕食を3人で食べます。私の役割は片付け(作ってもらったものをキレイにお腹にしまう+台所を元の状態に戻す)です。

平日は、外来・訪問診療と本来の仕事に集中します。そして、休日。6時に起きて、夫はそのまま店へ、私は自宅の掃除に取りかかります。義父は病気の宝庫(心筋梗塞と大動脈解離で2回自分で救急搬送しました。COPDもあります)なので、朝早い仕事で疲れるのでしょうか、饅頭の製造・包装が終わって朝ご飯を食べるとコタツで熟睡。夫は工場の後片付け。せつかく朝早くから一生懸命饅頭を作っても売らなければマイナス会計なので私の出番となります。もともと敷居の低い医者ですから、患者さんもお客さんも接し方は変わりません。店に近所の方が自分の体のことや内服している薬のことを聞きに来ることもありますし、体調を崩して金曜日に診療所を受診された旅行客の方が土曜日に饅頭を買いに来てお互いにビックリなんてこともあります。まだ読んでいない医学雑誌などを持ち込ん

で勉強しながら店番をしています。しかし、休日は3軒の家の掃除がしたい、買い出しに行きたい、パジャマ・シーツも洗いたい、布団も乾燥させたい、月始めはレセプトのチェックもしなければ！休日当番医や会議などで土日の1日が潰れてしまう場合は、もう1日でしなくてはならないので必死です。義父が起きた時を見逃さないようにして、また寝てしまわないうちに店を脱出します。

今までの長年の生活習慣が体に染みついているので、何年経っても、本当は土日は休みのはずなのという思いは消えません。ストレスが溜まってしまうので、公務員である特権を生かして思い切って研修日をもらっている水曜日に隔週で有休を取ることにしました。実家に帰る、美容院に行く、自分の通院に行く、マッサージを受けに行く、好きなラーメンを食べてくる等、用事を済ましたり気分転換したりしています。

ちなみに、うちの夫の楽しみは食べ物。店は年中無休で朝と昼は立って食べるくらいせわしない為、夕食が唯一の楽しみです。好きな魚を1匹丸ごと取り寄せて自分できばいたりしています。メタボさんなので何とかしたいのですが、なかなか強く言えません。加えて義父が昼ご飯に手軽に食べられる菓子パンを買って来てしまう。診療中に患者さんに口で言うのは簡単ですが、実際に長年の生活習慣を変えるのって難しいですね。夫のダイエット計画は失敗に終わり、今は健康なおデブを目指して毎日フレッシュトマトジュースを飲ませています。2人で業務用の冷凍トマト14キロを約3週間で飲んでしまいます。

とりとめの無い話に最後までお付き合い頂きありがとうございました。仕事とプライベートとグチャグチャな毎日ですが、それなりに楽しく過ごしております。

後輩医師・学生へ一言メッセージ

『困難な時、
どうやったら出来るのかどうかだけ考える』