

期待の若手シリーズ
私にも
言わせて!
第161回

公衆衛生医師になって、
医師人生(半分)を振り返ってみる



群馬県渋川保健福祉事務所 兼
吾妻保健福祉事務所 保健所長
窪田 和

平成12年新潟大学医学部医学科卒業。同医学部耳鼻咽喉科学講座に入局し、20年に新潟大学脳研究所で学位取得。耳手術・小児難聴・人工内耳手術を専門として大学病院と関連病院に勤務。30年から自治医科大学附属さいたま医療センター講師。令和4年に群馬県入庁。5年吾妻保健所長勤務、6年から現職。

まさか自分が公衆衛生医師になるとは…。体調不良から心も沈み脱臨床しましたが、本シリーズは転職先に悩んでいた際に何度も読ませていただき、大変助けになりました。私が公衆衛生の道に入った経緯やその後の経験を、公衆衛生への転向を考えている先生方の参考になればと思います。紹介させていただきます。

臨床医時代

群馬県の生まれで、平成12年に新潟大学を卒業し、そのまま耳鼻咽喉科学講座に入局しました。当時は医師4年目で地方病院の一人医長をさせられたり、常勤医が2人しかない病院で咽喉食摘・遊離空腸再建をしたりと、今のご時世ならドン引きな状況でしたが、度胸と忍耐力は当時の厳しい(&理不尽な)上司たちのおかげで鍛えられたのだと思います。その後は主に大学病院で耳科学を中心に研鑽を積み、耳手術や難聴、人工内耳

手術を中心とした機能改善手術を行っていました。難聴の方が聴力を取り戻し社会復帰につながることや、先天性難聴のお子さんが手術で聴力を獲得し、言葉の成長を親御さんと一緒に見守っていくことはとてもうれしく、やりがいのある仕事でした。

その後、30年に自治医大さいたま医療センターに赴任しました。優秀な後輩たちに恵まれ、専門である人工内耳医療の体制も整い、「よっしゃ、このまま定年まで頑張るぞい!」と思っていたところに、新型コロナウイルス感染症の流行

が始まりました。同院は重症者のみの対応しており、ICUでは何台もECMOが回っている状態。呼ばれるたびにフルPPEを着用し、鼻や口腔・咽頭の止血措置、ベッドでの気管切開などに何度も出掛けていました。曇るゴーグル、限られた機材、きつい体勢。よくやったなと思いますが、今思えば、この時に身体への負担が蓄積していたのかもしれない。

挫折「まさかうつなの?」

新型コロナウイルス感染症による影響もある程度落ち着いてきた頃、憎たらしいアイツは急にやってきました。魔女の一撃?。違う、治らない。だんだん尻から脚がしびれてくる…。腰椎ヘルニアでした。この状態なら保存的治療でいけるとの診断で、ロキソプロフェン、プレガバリン、コルセットをお供に、

回復を信じて働く日々でした。しかし、業務量は減らず、症状は波がありつつ増悪。やがて半日の外来さえ苦行となり、手術で1時間ほどしか身体が持たず、後輩に執刀を代わってもらうことも。家に帰っても痛くて足を伸ばして眠れず、病棟業務・回診では速力が出せず周囲から落伍、等々惨めなものでした…。みんなの負担にならないよう頑張らなきゃいけないのに、動くのがつらい日々が続きました。

長期休暇をとって体調を回復させたけれど、人的余裕はありませんでした。そうこうしているうちに、精神がどんどん沈んでいき、うつ状態に…。将来のことを考える気力も湧かず、惰性で働く毎日。夜な夜な「ヘルニア 退職」とネットで検索したり、不謹慎ながら「直下型地震が来て病院がなくなればい

いのに」とか、「ここで車にはねられて腕の1本や2本も折れれば、仕事を離れて楽になれるかな」などと考える日々でした。

転職「ピアサポーターとの邂逅」

学内で他科の教授と話をする機会がありました。その教授も自分と似た経験をしており、病院長に辞職届を出しに行ったことがあると話してくれました(その後回復して留任)。「つらいよな、分かるよ。俺が何か直接してあげられることはないけど、つらいときは話を聞くよ。いつでもおいで」。その言葉に涙が出ました。思い返せば、私にとつて最高のピアサポーターに出会えたのだと思いますし、もしかしたら最高のゲートキーパーだったのかもしれない。そこからようやく、正常な思考が戻ってきました。

公衆衛生医師を
考えたきっかけ

さて、ここからどうすんべえ。大学病院を辞める覚悟はできたものの、その後どうやって食べていくかを考えていました。開業する? いや、もっと調子が悪くなったら自

分だけでなくスタッフも路頭に迷わせるから却下。フリーランスで外来だけやる? 安定性や社会保障が厳しいから却下。困った…。臨床から離れて産業界? 保険会社の審査医とか? 国費を使って頂戴した医師免許ですから、社会の役に立てる仕事は何だろうか?

ちょうど悩んでいる頃に、病院の後輩が公衆衛生学の大学院に入ることにしました。その奥さんは保健師をしているとのこと。話を聞いてみると、「そんな仕事(公衆衛生医師)があったのか(不勉強)と興味を湧いてきました。ネットでも検索する中で「期待の若手シリーズ 私にも言わせて!」に出会いました。臨床を務め上げたベテラン医師から若手の医師まで、幅広い年齢層の医師の経験や思い、そして仕事内容ややりがいなどが、時に真面目に、時に面白おかしく書かれており、ますます興味が高まり、転職を決意しました。

順風満帆とはいかなかった

病院から引き止められ、3か月遅れの令和4年7月に群馬県に入庁、最初は実家近くの保健福祉事

務所に配属となりました。「保健所業務をしつかり見て覚えよう!」と未知の世界への期待に胸躍らせていましたが、この時は新型コロナ第7波の真っ最中。通常業務は縮小され、所内はコロナ対応でんやわんや。いずれ落ち着くだろうと疫学調査や入院調整に取り組んでいましたが、いつまでたっても終わらない電話対応の日々。「俺は何をするために保健所に来たのだろう?」ヤバイヤバイ。当時の手記を見るとまた病みかけています(笑)。結局、5類感染症に移行する日を夢見ながら、電話漬けでその年度は終了したのでした。

保健所長として

翌令和5年度初頭から、みんな大好き保健医療科学院の研修に行かせていただきました。科学院のカリキュラムは本当に素晴らしく、たったの3か月で公衆衛生のいろは(とはいっても膨大な量が頭に流れ込んできます。ああ、これでもよく公衆衛生医師を名乗れる。課程を終えて、しみじみと感じました。研修明けの8月から、吾妻保健所長を拝命しました。前任の武智

浩之先生は、三角定規を手自ら操艦指揮を執る駆逐艦「雪風」の寺内正道艦長のようなバリバリのしごでき所長。自分に同じことができるのか不安いっぱいに着任でしたが、スタッフが優秀過ぎました(感涙)。何ここ二水戦? 「僕ア何もしなかつたのだよ、ただ突撃せよと命令しただけだ。あとは残らず部下の駆逐艦乗りの大活躍があったからだ」と、ルンガ沖での田中頼三司令官の言葉を思い浮かべつつ、スタッフに感謝しながら日々の経験を積み重ねております。

おわりに

自分の経緯を書いていたら誌面が終わってしまいました…。具体的な業務や今後の目標などは書けませんでしたが、やりがいを持って長く続けられる仕事なのは間違いないありません。科学院で曾根智史院長(当時)が、「10年続けると面白くなる」とおっしゃっていましたが、日々学びと成長の実感があり、今でも十分楽しいです。行政に入ったのはいろいろな巡り合わせが重なったおかげですが、今はこの幸運に感謝して、日々励んでおります。