

私の「ワークライフバランス」は「アンバランス」

佐藤 俊次

さとう皮膚科

70 歳になり、いまさら「ワークライフバランス」を考えるのは遅きに失する感がありますが、自分の「ワーク」と「ライフ」について振り返ってみました。

防衛医科大学校を卒業後、大学ではひたすら患者さんをみる、手術する、病棟患者さんの受け持ち、当直、研究の毎日、朝一番に出勤し医局の鍵を開け、最後に帰るという 8 年間でした。学会では地方会をはじめとして毎月のように発表し、論文も執筆しました。その間に結婚し、家を買ひ、子どもも生まれました。もちろん自分の結婚式の当日には新郎として出席しましたが、家の購入は妻に任せ、出産の立ち合いもしていません。自分の中では「ワーク」の比重がすべてで、医者になったことに生きがいを感じ、夢中だったのだと思います。

開業してからも「ワーク」は多忙を極めました。ですが、自宅を抵当に入れて開業資金を銀行から借りた以上、とにかく必死で頑張るしかありません。「ワーク」で失敗すれば、仕事と家の両方を失い家族が路頭に迷うことになりますから。子どもが 2 人になり、休日は子どもたちと遊んだり家族で旅行にも行きましたが、本当は自分が遊びたかっただけかもしれません。

その子どもたちも大学生、高校生となり、親としてできることはだんだん少なくなってきて、働くだけの毎日に疑問が出てきました。診療で疲れ果て、帰宅後は夕食と入浴後に就寝するだけの毎日、「これでよいのか？」と空虚感を感じるようになりました。そんなとき、転機が訪れました。たまたま電車内で出会った某大学の教授に自分の状況を愚痴のように話したところ「僕なんか地方の病院に 10 年間勤務していたときに観察した症例で『The Lancet』に載ったよ。研究課題なんて開業していたっていくらでもあるよ」といわれ、励まされたのです。自分に何ができるか考え、当時の新分野であったダーモスコピーの勉強を始めました。2 年間かけてオーストリアのグラーツ医科大学でダーモスコピーの



ディプロマをとり、国際ダーモスコピー学会と研究会に計4回参加、ポスター発表を2回しました。英語論文を4編、日本語論文も執筆し、また書籍『超入門 プライマリ・ケア医のための今日から使えるダーモスコピー』『プライマリケアに役立つ 医師と患者のための皮膚科の指導箋100』を上梓することもできました。さらに、私のダーモスコピーに関するアイデアをもとにカシオ計算機との共同開発で「HDR 画像変換ソフト」や「ダーモカメラ」の試作から製品版までをつくり上げることができました。ダーモスコピーを通して他大学出身の私を親身に指導し、仲間にしてくれた「チームダーモスコピー」の先生方との出会いとつながりが私の宝となっています。また、手術の分野では、O先生に許可をいただき、この4年間メラノーマの手術見学をしています。いまの私にとって、「ワーク」は開業医としての仕事であり、ダーモスコピーの勉強や執筆活動は「ライフワーク」となっています。つまり、人生のほとんどが「ワーク」だということです。

さて、最後に純粋な「ライフ」に関してですが、妻からは「あなたは家事は一切、育児はほとんどしてこなかった」「いつもワンオペで助けてもらえなかった」といわれています。妻が冗談っぽく私につけたあだ名は「宇宙人」です。心（関心事）は地球（家族）にあらずで、宇宙（「ワーク」）からときどきわが家に帰ってくるヒト型宇宙人という意味です。

このように「アンバランス」な私ではありますが、地球での任務は妻にお願いして、健康な限り今日も宇宙に飛び立ちます。シュワッチ！