

私にも 言わせて! 第135回

わくわく! びびる? 公衆衛生の世界を大冒険!



鳥取県西部総合事務所
米子保健所
健康支援総務課健康長寿担当
副医長

石津(舟木) 聡美

読書と旅行をこよなく愛する兵庫県生まれ鳥取県育ち。2014年鳥取大学卒業。鳥取県内での初期研修と皮膚科専攻医を経て、2020年4月より鳥取大学大学院医学系研究科博士課程に入学。2022年に社会医学系専門医鳥取プログラム専攻医として鳥取県に入庁し、2023年4月より現職。

鳥取県では約20年ぶりの新規採用となる公衆衛生医師(4名)のうちの1人です。タイトルはアニメ『PUI PUI モルカー』のキャッチコピーからです。モルモットが車(モルカー)のように、時に失敗しながら奮闘する習中の新米モルカー「ペーター」のように、時に失敗しながら奮闘する一人の新米公衆衛生医師の愉快で濃い一年の記録にお付き合いください。れば幸いです。

まず初めに、このたび令和6年能登半島地震により被災された皆さまに、心よりお見舞いを申し上げます。日々流れてくる甚大な被害情報に胸を痛めつつ、保健行政に携わる専門職として何ができるのか、今後どう備えていけばよいのか考える日々が続いています。被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

昔、はるかかなたの鳥取県で…

医学生時代は法医学者に憧れ、長期休暇中等に法医学の現場見学に通う日々でした。しかし鳥取県の地域枠学生であった私が法医学の道

上に同僚・上司が動揺していました。そして倉吉保健所から米子保健所への異動、副医長への昇進に加えて難病・感染症担当から健康長寿担当へのジョブチェンジが決まりました。何と研修医時代の先輩と同じ職場で働くことになるといううれしいサプライズも発生しました。

4月 初めての大会

異動したその週に大急ぎで各種手続きを済ませ、指導教官の先生方と相談して決めた投稿先に博士論文を投稿し、異動翌週には科学院研修に旅立ちました。研修では新たな友人もでき、保健統計と疫学の講義に夢中になっていました。そして人生初の関東での生活はとても楽しく、休みのたびに美術館と博物館と映画館をはじめしていました。

5月～6月 在宅勤務がときめく片付けの魔法

新型コロナが5類感染症となりましたが、科学院のオンライン研修で在宅勤務が続いたため、大きく環境の変化はありませんでした。研修自体は真面目に受けていましたが、コロナ対応中に荒れた自宅に耐えられなくなった結果、DIYと模様替え

に進むことは難しく、卒業後いったんは臨床医として働き始めました。ところが生来の体力のなさにより、数年後には臨床医として働くことに限界を感じていました。そんな折、当時鳥取県地域医療支援センターにいた恩師の「今度保健所が義務年限の対象になるから行ってみないか」という勧めから、思い切つてキャリアアチェンジを決意したのが2019年の夏ごろでした。まずは公衆衛生に必要な知識を学んでから入職するのがよいだろうという助言をもとに、義務年限のスケジュールも考慮し、新型コロナウィルス感染症(以下、「新型コロナ」という)のパンデミックが落ち着くこと

にはまり、最終的に研修中のカメラに映った部屋が「カフェみたいだね」と同期に言われる結果となりました。

7月 新型コロナと共に去りぬ科学院

最後の集合研修を経て科学院を卒業し、共に学んだ同期、そして定時より少し余裕のある始業時間との切ない別れを経験します。そしてとうとう研修修了後に新型コロナに罹患しました。高熱と止まらない夜中の咳(がせき)に苦しみましたが、幸い大きな後遺症等もなく回復しました。

8月 締め切りまでのカウントダウン

復帰直後から、圏域の保健医療計画改定に向けた会議主催の準備、後進に対する教育熱心な弊所所長が授ける宿題をひたすら打ち返し、仕事を何とか定時で終わらせ、夜は研究室でコロナ罹患中に返ってきていた博士論文の修正作業を行う日々が続きました。大学院の指導教官から途中本気で体調を心配されたようですが、食事と睡眠だけは削らないようにしていました。そんな折、月末に中国地区公衆衛生学会(鳥取市において)の特別講演で紹介された健

を折つて大学院生として研究を開始しました。しかし、結局コロナ禍の先行きが見えないまま、2022年4月に行政医師として鳥取県に入職しました。それから約1年は、鳥取県中部の倉吉保健所で、感染者の波や日々変わる情報、そして臨床とはまったく異なる公務員としての働き方に翻弄(ほんろう)されながら、新型コロナウィルス感染症対応(以下、「コロナ対応」という)に奮闘する日々が続きます。

2023年1月 乗るしかない、この第8波に

鳥取県では過去最大の流行となった第8波のコロナ対応がピークとなり、忙しいことなど承知の上で入職したにもかかわらず、3日に1回ほど「転職」という不穏な単語が頭をよぎる日々が続きました。そんなコロナ対応の合間を縫つて国立保健医療科学院(以下、「科学院」という)の試験準備をしていたことを覚えていま

康づくりに関する大分県の取り組みに触れ、急にやる気が出始めます。

9月 夏休みと仕事がいっぱい

「今年は絶対取る」という強い気持ちで取得した夏休みのため、業務と論文修正作業が夏休み期間外に圧縮され、非常に忙しくはありませんでしたが充実した日々でした。そんな中、上司と同僚に助けられ、圏域の保健医療計画改定に係る会議を無事開催できました。また、月末に参加したDHEAT(災害時健康危機管理支援チーム)のファシリテーター研修では科学院同期との懐かしい再会もできました。

10月 別れと依頼は突然に

各種啓発・講演資料を作成、改訂しているうちに上昇した、パワーポイントスキルに注目され、とうとう「圏域の初任者保健師研修会」で資料作成について講演してほしい」と依頼される事件が発生します。そのスキルを活用し、鳥取県の社会医学系専門医プログラム説明会でも未来の公衆衛生医師を獲得すべく、リクルート活動にいそしみました。健康づくりに関する職域に対する新規事業の企画立案等にも挑戦し、多くの

す。また、投稿中の博士論文が何回目かのリジェクトとなり、卒業できないかもしれない不安で青ざめていました。そんな中、鳥取県の公衆衛生医師と鳥取大学医学部の公衆衛生に関わる先生方をオンラインで結んで行う月1回の保健所医師研修会は、心の支えになっていました。

2月 これから履く 三足のわらじの話をしよう

科学院の面接試験で「大学院に在学中とのことですが両立は大丈夫ですか?」と聞かれ、「論文自体は(ほぼ)できていますし(たぶん)大丈夫ではないでしょうか?」と内心の不安を必死にオブラートに包んで答え、何とか合格しました。そして研究と仕事と科学院という三足のわらじを履くことが確定しました。

3月 異動はライオンのよう に来て、子羊のように去る

異動内示の日、呼び出された私以経験を積ませていただけました。また、博士論文が出るという喜びの一方で、すでにターミナルケア期であった祖母との別れも経験し、業務外でも忘れられないひと月となりました。

11月～12月 迫り来るアレ、ではなく

精神保健分野の研修を行いながら保健所災害対応研修(DHEAT基礎編)の準備をし、その翌週には圏域の初任者保健師の方へ向けた資料作成スキルに関する講演を行い、そしてそれが終わったと思ったら大学院の学位審査の手続きや年末に迫っていた当保健所の移転準備(2023年12月25日に54年の歴史ある旧庁舎から鳥取県西部総合事務所内に移転しました)と慌ただしい年末を駆け抜けました。

今後について

個人的な目標は残り1年に迫った義務年限の終了と社会医学系専門医の取得ですが、後に続く鳥取県の公衆衛生医師の仲間を増やしたいという思いもあります。最後に、この原稿が出るころには無事大学院卒業が決定していることを祈りつつ、筆を置きたいと思います。