

地域情報（県別）

【東京】「患者の人生に寄り添えるのが魅力」祖父に憧れ家庭医に-平沼仁実・「医師焼き芋」発起人に聞く◆Vol.1

転機は著名な家庭医との出会い、千葉大総診で診断学を学ぶ

2025年8月11日（月）配信 m3.com地域版

焼き芋を売りながら町の人と雑談し、ときに健康相談にも乗る。テーマは芋とお節介を焼く、名付けて「医師焼き芋」——。こんな活動を東京の多摩地域で行う医師がいる。家庭医の平沼仁実氏だ。平沼氏は地域で慕われた家庭医の祖父に影響を受け、自身も同じ道へ。医師になった18年前、家庭医療は今よりニッチな分野であり、「アイデンティティーの確立がとても難しかった」。医師を志した経緯とキャリアの変遷、家庭医の魅力を聞いた。（2025年7月1日オンラインインタビュー、計2回連載の1回目）

▼第2回は[こちら](#)



平沼仁実氏（本人提供）

「あなたのおじいちゃんに助けられた」地域の声に影響

——平沼先生は2007年に福島県立医科大学を卒業しました。まずは、医師を志した理由をお聞かせください。

子どもの頃、医師だった祖父を慕う地域の人々の声を聞いていたことが影響しています。青森県で開業医を務めていた祖父は、私が小学1年の頃に病気で亡くなりました。幼少期から長期休みの際に泊まりがけで遊びに行っていたのですが、覚えているのは自宅にいる普通のおじいちゃんの姿です。しかし、祖父の亡き後も健在だった祖母に会いに行くと、地域の人から話しかけられます。祖父母はリンゴ「ふじ」発祥の地として知られる同県藤崎町に住んでおり、そこではご近所さんが自宅に食べ物を持って来てくれたり、町に行けばなじみの店主さんと立ち話をしたりと、地域でのつながりがありました。そんな交流の中で、「あなたのおじいちゃんに助けられたんだよ」などと聞いていたのです。

医師を目指そうと思ったのは、高校1年の頃です。2年で文系と理系に分かれるので、自分の将来を含めてどうしようかと大学の学部を紹介する冊子を読み、「私は物を扱うより人と接する方が好きだな」と改めて感じて。小さな子が好きなので保育士もいいなと思いましたが、幼少期に接していた祖父の姿や青森の人の話が思い返されました。

家庭医の葛西龍樹氏に会い、河北総合で専門的に学ぶ

——資料によると、先生は福島県立医科大学を卒業後、家庭医療を専門的に学んだそうですね。

祖父が、今で言う家庭医だったんです。祖父の専門は内科でしたが、地域のニーズに合わせて子どもも診たり、往診もしたりしていました。診療所は自宅に併設されていたため、診療時間外の夜間休日にも患者さんのご家族などが自宅の呼び鈴を押すこともあったようです。こういった話も家族や地域の人から聞いていたので、自然と私も臓器に特化しない、「地域に必要とあれば幅広く応えられる医師になりたい」と思うようになりました。

とはいえ、大学5年の臨床実習で各診療科を回っても、当時、家庭医になれそうなところはありませんでした。「内科に行けば近づけるのかな」などと思いながら過ごしていましたが、6年の頃に転機がありました。大学に家庭医療学講座ができ、北海道家庭医療学センターを設立するなど家庭医の世界で著名な葛西龍樹（かっさい・りゅうき）先生が教授に就任したのです。私は当時、南会津郡只見町でホームステイしながら町の診療所で地域医療実習を行っていました。これはいわば福島での思い出づくりのようなもので、家庭医になる道筋を描けないまま、「とりあえず、卒業したら地元の東京に戻ろうか」と考えていた頃。葛西先生が、実習先の診療所に来てくれました。

——葛西先生との出会いやアドバイスを受けて、道が開けたということでしょうか。

そうですね。葛西先生と出会い、先生の著書も読んだことで、私のなりたい医師像に「家庭医」という名前があることを知りました。先生から卒業後の進路を聞かれた私は、「私のやりたいことはどうやら家庭医のようです」と答え、東京に戻りたい気持ちも伝えました。すると、「河北総合病院で専門的な研修を受けられるよ」と教えてくださって。その日に早速ネットで調べると、病院の見学申し込みの締め切りがちょうどその日。あとは、まるで流れるように進んでいきました。

——ご縁を感じさせるエピソードですね。家庭医療は当時、今よりニッチな分野だったと思います。理想と現実のギャップは感じませんでしたか。

後期研修で家庭医療を専門的に学べたので成長を感じられた一方、医師としてアイデンティティーを保つのがとても難しかったです。他の専門医からの理解が乏しく、「家庭医って何?」「何ができるの?」といった感じで、「家庭科の先生ですか?」と聞かれたこともあります（笑）。

私は、河北総合病院が運営する家庭医療後期研修プログラムの実質的な1期生でした。先輩が1人2人いたようですが途中で辞めていたため、プログラムを履修していたのは私と男性医師の2人だけ。指導医も少なく、とにかく仲間がいない状況でした。そこで、勇気を出して人づてに聞いた院外の勉強会に参加したところ、各地から私と同じような志を持っていた人が参加していて、「私たちがやっていることは間違っていないんだ」——。そう思えて、勉強会を通して院外に仲間もできたことで揺らいでいたアイデンティティーを支えられました。3年間の後期研修を経て、日本プライマリ・ケア連合学会の家庭医療専門医を取得しました。

生坂政臣氏の著書に感銘、千葉大総診で自信得る

——先生はその後、千葉大学医学部附属病院の総合診療科に勤務します。

この選択も、偶然によるものです。書店でたまたま、家庭医である生坂政臣先生の本を見つけて読み、「これはすごい」と感銘を受けました。生坂先生は1993年にアメリカで家庭医療専門医の資格を取得し、2003年に千葉大で総合診療科を立ち上げたこの道の先駆者です。私が読んだ本は診断推論をテーマとしており、原因不明とされがちな症状の原因を理論立てて診断するプロセスが紹介されていました。「ここで学びたい」と千葉大総合診療科に在籍し、2年にわたって学びました。

千葉大の総診では生坂先生の知見にならって診断学を実践しており、学内でも立ち位置を築いていました。他科の医師から「診断がつかない」と相談が寄せられ、全国から原因不明の症状に悩む患者さんが集まっていました。こちらに勤めたことで、家庭医療のプロとして自信がつけました。

——先生は2016年から国分寺市にある武蔵国分寺公園クリニックに非常勤医として勤務し、外来診療と在宅医療を行っています。家庭医として経験を重ねてきた今、その魅力をどう感じていますか。

2014年に娘が生まれたことで、子育てしながら働ける環境を探しました。1年間は自宅のある八王子市から通える内科を複数掛け持ちし、「やっぱり家庭医として働きたい」と外来で幅広く診療しながら在宅医療も行っている同院に入職しました。

家庭医のやりがいは、患者さんご家族の人生に寄り添えることですね。とても面白く、楽しいです。外科など専門性の高い診療科の場合、病気を介して患者さんと出会い、治療の終了と共に関係性も終わっていくことが多いように思いますが、家庭医の場合は病気の有無を問わず関わり続けられます。健診やワクチン接種などの機会顔を合わせられるほか、患者さんとの関係が終わってもそのご家族へのサポートを続けているケースもあります。

その一方で、患者さんやご家族をトータルに診ていく家庭医であるからこそ、治療以外の課題も感じるようになりました。それが、2021年から行っている「医師焼き芋」という地域活動につながっています。

◆平沼 仁実（ひらぬま・ひとみ）氏

2007年福島県立医科大学卒。河北総合病院での初期・後期研修修了後、千葉大学医学部附属病院総合診療科を経て、2016年から武蔵国分寺公園クリニックに勤務。2025年5月からまちだ丘の上病院の訪問診療部門にも在籍。焼き芋を販売しながら対話の場をつくる「医師焼き芋」の活動も行う。日本プライマリ・ケア連合学会家庭医療専門医。

【取材・文＝医療ライター庄部勇太】

記事検索

ニュース・医療維新を検索

