

地域情報（県別）

【東京】多摩地域で51回「芋とお節介を焼く」地域活動を実施-平沼仁実・「医師焼き芋」発起人に聞く◆Vol.2

医師や広告クリエイター、看護師、ヨガ講師などメンバーは7人

2025年8月18日（月）配信 m3.com地域版

「診察室での治療だけでは、広い意味の健康にはアプローチできない」。家庭医の平沼仁実氏は診療を重ねる中でこんな問題意識を持つようになった。始めたのが、地域のイベントに出展して焼き芋を売りながら町の人と雑談を交わす「医師焼き芋」。拠点や開催頻度を決めず、ゆるやかに行ってきた取り組みは現在まで51回に及ぶ。「医師焼き芋をしていたからこそ実現できた」と平沼氏が話す「患者さんとの幸せな瞬間」とは。（2025年7月1日オンラインインタビュー、計2回連載の2回目）

▼第2回はこちら（近日公開）



平沼仁実氏（本人提供）

社会的にも満たされたウェルビーイングを目指す

——平沼先生は2021年から「医師焼き芋」という地域活動を行っています。その背景に、家庭医としての問題意識があったそうですね。

「診察室で病気を治療していても、広い意味での健康にはアプローチできない」。家庭医として診療を重ねる中で、こう思うようになりました。先ほど話したように、家庭医は病気の有無を問わず患者さんとお付き合いし、ご家族もサポートします。すると、患者さんやご家族は病気以外にも実にさまざまなお悩みを抱えていることが分かります。生活や将来に対する不安、家族関係など。それに関連して、病気の有無が幸せには直結しないことも感じます。例えば、在宅患者さんで生活に制限があるのに幸せそうにしている人がいれば、重い病気にかかっているわけではないものの、元気がない人もいます。

「身体や精神が病気でないだけでなく、社会的にも満たされたウェルビーイングを目指していくにはどうすればいいんだろう」。そう考えたとき、地域とつながりをつくり、町の多様な人と一緒に健康づくりを試みてはどうかと思いました。

——「芋とお節介を焼く」をテーマにした活動のネーミングにインパクトを受けました。

私は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めており、2021年に同市の協働事業「こくぶんじカレッジ」（こくカレ）に3期生として参加しました。こくカレでは職業や年齢がさまざまな三十数人が集まって国分寺の町を居心地よくするためのプロジェクトを企画しました。その中で、先ほど話した私の思いを話したところ、ある広告クリエイターの男性が共感してくれ、彼との対話の中で「医師焼き芋」の名前が決まったのです。

当時はコロナ禍で対面での交流が難しい時期でした。「だったら、音を使ったコミュニケーションはどうか」と彼が発案し、「車でオリジナルソングを流しながら町を回って自転車を直す人がいた」「トラックで石焼き芋を売る人もいたね」と続き、「『石』と『医師』ってかぶってる。ここから構想を広げるのがいいんじゃない？」と。看護師や元看護師、ヨガ講師の人も賛同してくれ、5人で医師焼き芋が始まりました。



平沼氏と医師焼き芋のメンバー（本人提供）

各所から声がかかるようになり、神奈川でも開催

——2021年から現在までどんな活動を行ってきたのでしょうか。

地域のイベントに出展して、焼き芋を売りながらお客さんとざっくばらんに話す、ときにご要望があれば医療や健康の相談にも応える、という活動を継続しています。国分寺市の八百屋さんで芋を購入し、同市のパン屋さんで焼いてもらったものを発泡スチロールやクーラーボックスに詰めて会場に搬入。イベントへの出展料や駐車代などを踏まえ、赤字にならないよう価格は200～300円ほどにして販売しています。芋は季節を問わず手に入りやすいですが、夏は保健衛生的に不安なので、代わりに「人生すごろく」や「おじくじ」などのゲームも行っています。

人生すごろくは、三重県の理学療法士である水谷祐哉さんらが医療介護の課題解決をテーマに制作したもので、ACP（人生会議）にも使えます。サイコロを振ってコマを進めてカードを引き、そこに書かれた家族や日々の生活、将来などに関する質問に答えるもの。おじくじ（御自籤）も、引いたくじに従来のおみくじ（御神籤）で占われる「願事」「待人」「恋愛」などに関する質問が書かれています。いずれもゲーム感覚で楽しみながら、自分や他者の人生を考えることができます。

現在のメンバーは2人の医師が加わって7人です。参加するイベントは今も国分寺市のものが多いですが、活動によりさまざまな人とつながりが生まれ、市外からもお声がかかるようになりました。小金井市や国立市、府中市、八王子市、町田市、武蔵野市、青梅市、品川区のほか、神奈川県厚木市でも開催し、2021年12月から現在まで51回にわたって開催しています。



医師焼き芋で地域の人と話す平沼氏（本人提供）

医師焼き芋で出会った人を患者に紹介、「幸せ」を体感

——活動の経緯や変遷の詳細は、過去のm3.comの記事でも語られています（『なぜ医師が芋を販売するのか？「医師焼き芋」の誕生秘話』を参照）。最近、特に印象に残ったことはありますか。

70代男性の在宅患者さんに、医師焼き芋で知り合った男性を紹介して幸せな瞬間を体験できたことです。その患者さんは脊髄損傷を負ったのちにお尻に褥瘡ができて入院し、退院した時には大幅にADLが低下していたそうです。その後に私たちが在宅介入したのですが、一人暮らしの患者さんはベッドにほぼ寝たきりで1年ほど外出しておらず、話すのは医師の私と看護師、ヘルパーだけという状況でした。

ある日、ベッドがある部屋の奥に続く扉が少し開いており、膨大な数のレコードと音楽機器が見えました。話でそれに触れると、患者さんはすごくうれしそう。この時、ピンと来るものがありました。男性の褥瘡は慢性化しており治療での回復は難しい。その中で、「この人を少しでもハッピーにできないか」と考えていた答えのヒントがあったのです。

たまたま、医師焼き芋の活動で出会った人の中に、蓄音機が好きな男性がいました。私は患者さんに許可を取り、診療時間外にその人を患者さん宅に連れて行きました。患者さんが持っているレコードはLP盤と呼ばれるもので、蓄音機で回せるSP盤とは異なっていたのですが、2人は意気投合し、音楽の話でとても盛り上がりました。自慢の機器で自分の好きなレコードを聴く患者さんの姿。それは、「こんにちは」から「さようなら」までをベッドに寝たまま、受け身で医療やケアを受ける姿とはまるで違いました。本当に「生きている」という感じで、いきいきとした患者さんの表情を見て、私もすごく幸せでした。

——地域活動を通じて、医療の場でも素敵な出会いと瞬間をつくれたんですね。最後に、地域活動と医師としての今後の展望をお聞かせください。

地域活動と人とのつながりの両方において、今後もゆるやかであることを大切にしていきたいです。幸せと楽しさは二アリーイコールだと私は思っているので、常に「楽しい」を真ん中に置いています。医師焼き芋の活動に拠点や開催の場所・頻度の決まりを設けていないのも、負担を感じず、らくに楽しく行っていきたいから。私を含めたメンバーそれぞれに家庭や仕事があり、子どももいるので、縛りがないようにしています。

地域の人とのつながりもそうで、それが強固であるほど息苦しさを感じてしまう可能性もあるのではないのでしょうか。私は、町の中の“ばったり”の数と元気の度合いは比例しているんじゃないかと思うんです。町で知人と偶然出会い、「元気？」「じゃあね」と一言二言の会話を交わす、その一瞬だけでもすごく力をもらえることがあります。だから、医師焼き芋の活動も地域の人とのつながりもあえてゆるやかにしています。

医師としては、2025年5月から療養型病院である「まちだ丘の上病院」（『【東京】療養型病院の役割を果たすためのオンライン面会-小森將史・まちだ丘の上病院院長らに聞く◆Vol.1』を参照）にも非常勤医として勤めており、訪問診療部門に在籍しています。同院への入職は同部門で働く在原房子先生との出会いがきっかけですが、これも医師焼き芋の活動を介したものです。病院の運営法人が町田市でカフェやコミュニティスペースなどが入る複合施設「ヨリドコ小野路宿（おのじじゅく）」を運営しており、ここで医師焼き芋を開催した際、在原先生が来てくれて。同院は「医療の枠をはみ出して、皆で地域のために幸せをつくろう」というコンセプトがあるので、今後、医師としての活動にも広がりが生まれるかもしれません。

振り返ると、私はこれまで、たまたま導かれ、流れるように歩んできました。自分の行く末をかつちりと決めないからこそ、その時々のお会いや変化を冒険者のように楽しめるのではないかと思います。医師としても、「楽しく」を第一に、これから生まれることにわくわくしたいですね。

◆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

