

## 女性医師の窓

## コロナ下での新規開業を乗り切って

いこまともみレディースクリニック  
生駒 友美

2011年に白山市にて開業いたしました。当初は婦人科専門のクリニックでしたが、地域の産科医療のニーズに応えるため、新たに第2のクリニックである産科分院を今年4月に開業いたしました。約1年半におよぶ開業準備はまさにコロナ流行まただ中で進みましたが、おかげさまで感染者がでることもなく、無事開業にこぎつけることができました。

既存のクリニックを開業しながら、忙しい診療の合間を縫って新規開業の打ち合わせをこなしていくのは、とても大変でしたが、幸いにもコロナ流行のため学会、研究会が軒並み中止やオンラインに変わり、時間にゆとりができたことが功を奏しました。年に一度も東京への出張がない生活は、開業以来、初めての経験でしたが、移動というものにいかに時間と体力をとられていたかに気が付きました。オンラインで学会や研修会に参加できたのは、忙しい私にとって時間の大幅な節約になり、大変助かりました。むしろコロナ流行で時間ができたからこそ、第2の開業準備をやりこなせたように思います。

また、プライベートでも生活は大きく変わりました。休日は学会や研修会、ランチなどで自宅にほとんどいなかった私が、一日中家にいることに。外食ができなくなったので自炊をしようと決意しましたが、そもそも私は家庭料が大の苦手。学生時代の通知表は10段階で4だったことも。家事仕事をするくらいなら医師の仕事をしていたほうがよほど楽ちんだと思っており、これまでろくに料理をしたこともありませんでした。料理本を読むだけでうんざり。しかし、今やネット動画で料理の作り方が簡単に学べるようになりました。さらにハイテク家電であるシャープヘルシオを購入し、肉や魚を焼いてみました。これがビックリとても美味しい！誰でも簡単に美味しく料理ができるようになりました。鶏肉はお店で食べるようにジューシーに出来上がります。さらにホットクックも購入。材料を入れてスイッチを入れて待つだけで美味しい無水カレーが出来上がります。通常調理の場合、フライパンや鍋がこげないように調理中はずっとその場にいないといけないのですが、ハイテク家電はその必要がありません。待っている間にその場を離れて他のことができるのです。火加減も家電が自動的に調整するので、誰が作っても失敗がない料理が出来上がります。一方、豚肉の生姜焼きのような料理はフライパンのほうが優れています。以前は、ホームセンターで買った2000円程度のフライパンを使っていたのですが、どうも美味しくないと感じていましたら、フライパンもピンキリで価格の高いものは熱伝導率が高く美味しく焼けるのだそう。そこで鉄製の1万円くらいのフライパンを購入しましたら美味しく肉が焼けるようになりました。調理器具の力って大きいなあと思いました。先生方へ。もし奥様が高級家電を欲しいとおねだりしてきたら是非買ってあげてください。料理が簡単でとても美味しくなりますから。