

私と名前、そして料理

函館五稜郭病院
じゅうろうざわたもん
十良澤太門

はじめまして。1年目の初期研修医として函館五稜郭病院に勤務している、十良澤太門と申します。同じく函館五稜郭病院の研修医の先輩である保谷先生の紹介で今回執筆の機会を頂きました。駄文ではございますが、最後までお付き合いいただければありがたいです。

突然ではありますが、私の名前、読めますか? 「十良澤 太門」。字面が武士みたいですよ。私自身、家は武家でも由緒正しい家柄でも何でもないのですが、このフルネームだけ見るとそう思われても仕方ない。フリガナが無いとまず読めない、使っている漢字自体は常用漢字なので、個々のパーツは簡単ですが組み合わせると読めない、などなどいろいろと困った名前なのです。読み方は、よく間違われる例も合わせて以下の通りです。

十良澤→○じゅうろうざわ
×じゅうりょうざわ
×とらざわ
×じゅうろうさわ

太門→○たもん

十良澤太門→じゅうろうざわたもんと読みます。

ぜひ今回のエッセイで、読み方だけでも覚えていただけたらありがたいです。また、今後珍しい名字の人に会ったら、「毎回自己紹介のたびに聞かれていますと思うけど…」と、前置きをして聞いてあげてください。たいていの場合はおっしゃる通り、毎回聞かれてけっこううんざりしています。

自己紹介が長くなってしまいましたが、ここからは趣味の話を少しさせていただきます。私は比較的広く浅く趣味を持っているのですが、その中でも料理が一番大切にしている趣味です。

料理ができる男はモテる。それが料理を始めたきっかけです。高校に入学してからは弁当作りを日課としていました。お小遣いの少ない中、いかに冷蔵庫の食材を上手く使ってバリエーション豊かに飽きない弁当を作ることができるか。そのことを毎日考えて生きていました。

大学に入ると、アルバイトを始め、使えるお金も増え趣味の料理につき込む額も増えていきました。特に、低温調理器を購入してからは、ヘルシーでパサつきがちな鶏胸肉をいかにジューシーで柔らかく調理できるか。下処理や料理時間、温度設定などさまざまな要素で結果が変わることが分かり、毎週の



札幌出身。札幌西高校卒業後、札幌医科大学入学。部活動やアルバイトに大学の6年間を費やした、現在函館五稜郭病院の1年目研修医です。写真はサーブを打っているときのものです。趣味は料理、コーヒー、ルービックキューブ、NBAなどです。

ように調理していました。低温調理器を使った一番の得意料理は、サーモンのコンフィです。



そして今、社会人になってからは時間を有効に利用するため、休日にスーパーで1週間分の食材をまとめ買いし、弁当用の作り置き料理を大量にストック。毎朝のお弁当作りの時間を5分で抑えることができます。そして、病院から帰ってきてからの夕飯づくりが日々慣れない業務で疲弊する中でリフレッシュできる時間となっています。

不純な動機から始まったものではありませんでしたが、こうして振り返ってみると生活の中でとても役立っているのが結果オーライかな、と思っています。高校入学時から約10年間、地道に続けてきて良かったです。継続の重要性が身に染みて分かりました。

医師として、私はまだその長い道のりの入口に立ったばかりです。今は何も分からないし、目先の日常業務をこなすことで手一杯になってしまいます。ただ、この先、順調にいけば私の医師の人生は少なく見積もっても40年以上あります。小さなことでもコツコツと継続し、10年後、20年後の自分に繋げられるように努力していこうと思います。

稚拙な文章ではありましたが、最後まで読んでいただきありがとうございました。