

AFTERNOON TEA

「変化を楽しむ」

和歌山県立医科大学医学部薬理学講座

西谷（中村）友重



この度、奈良女子大学 吉本光佐さんから Afternoon tea のバトンを受けました。今回は、最近、劇的に変化した私の生活に関し、これまでの生き方と最近思うことについて書かせていただきます。

私は今、片道2時間半以上かけて勤務先の和歌山県立医大に通っています。毎朝5時に起きて娘のお弁当を作り、毎日往復5時間以上通勤に費やす…全くバカげていると思われることでしょう。私もこれまでは、家から職場までは車で3分の生活を16年間やってきており、通勤にこれほど時間をかけるのは無駄だと思っていました。しかし、令和2年1月をもって教授に昇進。これを機に私の生活は一変しました。しかし、今までの精神的苦痛を思えばどんなことでも耐えられる…。

若いころは、変化に富んだ生活を送ってきまし

た。大学院博士課程の時に結婚し、主人と共にイギリスに留学しました。学位取得後はニューヨークでポスドクをし、一旦、大阪の国立循環器病センター（国循）で科学技術特別研究員になりましたが再び渡米、今度はアシスタントプロフェッサーという立場でした。大変でしたが充実していました。そろそろ子どもが欲しいなと思ったころ、運よく妊娠し、主人のいた日本に帰国することになりました。アメリカの仲間は口を揃えて言いました。「なんであなたが日本に帰るの？主人がアメリカに来ればいいじゃない？」主人がアメリカに来るはずもなく、私は親のいる日本に帰ってきました。アメリカではつわりで死にそうになっていましたが、長い目で見れば順調でした。日本では再びポスドクになってしまいましたが、子どもがいて幸せでした。上司が他機関に行ったのを機に

再び職探し、いくつか落ちましたが、結局以前お世話になった国循で室長として赴任することになりました。ここまで、思えば2・3年ごとに引っ越しを繰り返してきたことになります。主人を九州に残し、1歳半の娘と大阪での二人暮らしが始まりました。子育てと仕事の両立に奮闘致しました。助けてくれるはずの両親も具合が悪く、ありとあらゆる公共の子育て支援（ファミリーサポートや留守宅の家事支援など）を使いました。大変だったけど、幸い職場には理解がありました。良い研究環境で、私にしてみれば多くの業績を残せた、夢のような10年でした。

理解のあった上司が退官し、いよいよ私の番とっていました。女性起用の昨今、業績も人間関係も悪くはない私を、誰もが次期部長だと思っていました。しかし、世の中そんなに甘くは無かった。私は部長選に敗退し、全く知らない他大学の教授が次期部長にやってきました。最初は良かったものの、5年の間に私は辛酸をなめ、うつ病にまでなりそうになっていました。これ以上このままだと私は研究者としてダメになる、そう思って研究以外の業務を行う部署への異動を願い出ました。思いのほか、以前の研究を生かすことのできる別の研究室への移籍が決まりました。

そのころから私の人生は変わり始めてきたようです。私がいまにぐずぐずいうものだから、高校生の娘が心配してある嘶家のYouTubeを紹介してくれて、そこで聞いたある経営者の会に入会しました。リーダーになりたかったから、リーダー

ばかりいる会に入り、より良く生きる考え方を学びました。部長選に敗れて以来5年の間、数えきれないくらい教授選に出し、何回も面接にまで行きました。研究所にいたので研究業績はある程度は良いですが教育歴が無く、いつも結果は同じでした。

その中で1つだけ、どうせ受かるはずが無いと思っていた医学部の教授選で、面接にまで行きました。今までのところと異なり、研究業績が重視されました。ほとんどの人の予測が外れ、私は接戦で勝ったと聞いております。そして、今があります。あの5年間の精神的苦痛に較べれば、今の通勤時間がどうしたというのでしょうか？朝は睡眠時間に、帰りは仕事時間になる、また最寄りの駅までは自転車を使っています。車にしか乗っていなかった私を知る人はさぞ驚かれることでしょう。自転車は有酸素運動で気分が晴れ、特に帰りは気分が高揚し、かえって疲れが取れるぐらいです。仕事場では慣れない遠隔講義やコロナ禍、初めてのことだらけですが、私には「自分の研究が推進できる」という希望があります。

「変化」、それは新しい自分に成長できるチャンス。これまでは「教授になったらカッコいい車に乗って颯爽としていたい」などと思っていましたが、本当にかっこいいのは見た目ではなく、大型研究費をたくさん取っていたり、すごいジャーナルに掲載されるような面白い研究をしていること！そんな研究者を目指してこれからも新しいことにチャレンジしていきたいと思っています。



長崎大学大学院医歯薬学総合研究科（歯学系）助教
織田 善晃

東京都医学総合研究所の鈴木力憲先生からバトンを受け取りました。鈴木先生とはお互いが学生の頃からの付き合いになります。私は東京薬科大学（略して東薬、とうやく）生命科学部の宮川博

義研究室の出身ですが、当時共同研究をしていた東京工業大学 青西亨研究室から打ち合わせや実験のために学生数名が東薬に来ており、そのうちの一人が鈴木先生でした。ほぼ毎日東薬に来てい

ろんな意味で満喫している彼を見た青西先生が「うちにいる時より楽しそうやな」と苦笑いしていたのをよく覚えています。ちなみに本誌81巻3号の真仁田先生から私までの連続5名は同じ工藤佳久・宮川博義研究室で学んだ先輩—後輩にあたります。それ以前のバックナンバーでも多数の先輩方が寄稿されています。本学会を始め世界中で東薬の同窓が活躍していることを誇りに思います。

学位修得後、北海道大学時間医学講座でのポストドクを経て、2017年10月に長崎大学歯学部にて助教として赴任しました。しかし着任前から、歯科医師免許を持たない私が歯学部教育にどのように関わっていったらよいのか分からず、不安でなりませんでした。

そして着任後すぐ、とある学生の声に衝撃を受けました。教科書のある項を輪読していた時に「これって国家試験に出るんですか?」と言ってきたのです。私はその時、何を聞かれているのかをすぐには理解できませんでした。というのも私自身は試験を意識して勉強するというのをほとんどしたことが無かったからです（だからお前は…という宮川先生の声が聞こえる）。教科書は興味のあることを調べたり、試しに少し読んでみたら意外に面白くて先まで読んでいた、という図鑑のような見かたをしていました。そして定期試験を攻略するためだけに勉強するのは苦痛でした。これを思い出した時に「しまった!」と気づきました。国家試験に出るかを聞いてきた学生はその時おそらく、まさに苦しい時間を過ごしていたのでしょう。歯学部学生の目的は歯科医師になることです。そのため皆、歯科医師国家試験に合格するべく膨大な量の勉強をしています。そんな中で興味のないページをじっくり読んだところで、退屈で

実のない無駄な時間を過ごすことになってしまうのです。

その次の週から進め方を変えました。読む項は同じですが、その関連論文や研究方法を紹介することからスタートし、「これを調べるためにはどう考えたらよい?」「ということは次にどんな疑問がでてくる?」という問いかけ形式にしました。準備は大変でしたが、それからは話がはずむようになり、「じゃあこれはどういうことなんですかねえ?」と自発的に疑問を投げてくるようになりました。私の元から離れたあと学内で出会ったときに、勉強が楽しくなった、と声をかけてきた時は感動しました。

これからも講義等で本筋から脱線しない範囲内で論文や本、時事ネタから話を展開し、教科書の文面・図の先にある広い世界に興味を持ってもらいたいという思いを込めていきます。全ての学生を私の虜にさせる、などとは全く思いませんが、一人でも多くが私との接点を機に「?」を掘り下げる楽しさに目覚めてくれることを願っています。そしてそれが、医師免許を持たない私が医師を目指す学生に伝えられることだと思っています。

最後に、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）により亡くなられた方、ご遺族に心よりお悔やみ申し上げます。本原稿を執筆している2020年6月現在、感染報告数こそ減少してきていますが、決して安心できる状態ではありません。現在も対応にあたっている皆様に心より感謝申し上げます。またこれを機に、私達の生活が大勢の方々により守られ成り立っていることを再確認し、日々の感謝の挨拶を心掛けたいと思います。そしていつかまた、締めちゃんぽんを食べに行ける日が来ることを心待ちにしております。



COVID-19の終息を願って

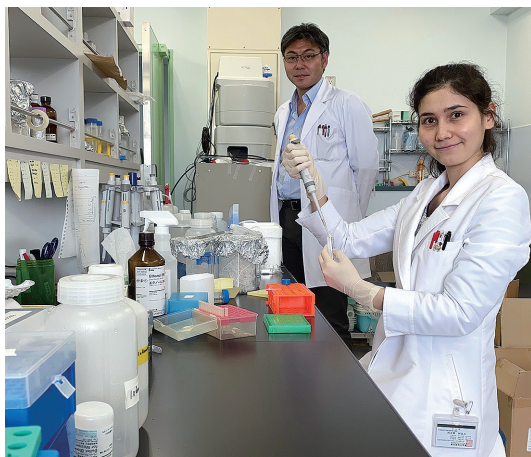
旭川医科大学医学部社会医学講座（衛生学・健康科学分野）

小笠原準悦

初めてお目にかかる先生方、旧交を深めてくださっている先生方、こんにちは。この度、聖マリアンナ医科大学医学部生理学教室の黒坂光寿先生よりバトンを引き継がせて頂きました。旭川医科大学医学部社会医学講座の小笠原準悦と申します。黒坂先生とは「小の月会」と称する主に運動生理学に関する勉強とお酒をこよなく愛する方々の会でご一緒し、現在も仲良くさせていただいております。黒坂先生これからもよろしくお願いいたします。

さて、私が本原稿のご依頼を編集委員の田代先生からお受けしたのが2月末日でした。この前日にCOVID-19の猛威を抑制すべく北海道知事が独自に緊急事態宣言を発令されて、その後政府による緊急事態宣言も加わり、この3か月間は皆様と同様に社会の流れが急速に変化していく様を肌で感じてきました。私は長らく看護専門学校などで公衆衛生学の講義も担当しているのですが、感染症の講義の中でパンデミックについても触れてきました。しかし、現在の保健医療技術や科学に対して絶対的な信頼がありましたので、「今の時代を持ってそんなことは起こらないだろう」と根拠のない自信があったのも事実です。ウイルスの進化を考えれば容易に否定できるこの“根拠なき自信”なのですが、こうした脇の甘さが自分らしいなと自嘲しながら現在は気を引き締めた生活を送っています。

私は、東京都立大学大学院理学研究科博士課程を修了後（井澤鉄也教授、現在は同志社大学スポーツ健康科学部教授）、理化学研究所、東京女子医科大学医学部、杏林大学医学部（大野秀樹名誉教授）を経て、2017年1月より現職（吉田貴彦教授）にお世話になっています。研究は、女子医大の時を除いて、一貫して脂肪細胞（白色と褐色とベージュ）の研究を行っています。脂肪細胞に生じる



ラボでのひとコマ。いつも研究に真摯に取り組んでくれているアミラさんと筆者。彼女は、ウイグル語、中国語、英語、そして日本語を使いこなすマルチリンガル。それを良いことに日本語での会話を選擇しているため、残念ながら筆者の英会話力は一向に上達していません。

生理応答変化の検討を軸として、良くも悪くもそれに影響を与える因子の作用などについて研究しています。基本的なスタイルとしては、「アブラよアブラよアブラちゃん、あなたに一番影響を与えるのは誰だい？」と白雪姫さながらのフレーズを心で口ずさみながら、鏡ではなく顕微鏡を覗いている感じです。旭川医大に来てからは、アブラちゃん（白色脂肪細胞）が「農薬なう」とツイートしましたので、農薬がアブラちゃんにどんなちょっかいを出すのかを研究しています。この内容は、現在大学院博士課程4年生で新疆医科大学からの留学生であるアリムアミラさん（写真）と共同で行っています（FAOPS2019でも発表させて頂きました）。低濃度でも継続的な摂取で毒性作用が生じることをin vivoとin vitroで確認できましたので、現在論文を執筆中です。どうやらアブラちゃ

んは農業が嫌いなようです。

私が日本生理学会に入会させていただいて早くも19年が経ちました。初めて学会発表をさせていただいたのも第78回日本生理学会大会（京都市）ということで、私にとって日本生理学会は研究者人生の出発点といっても過言ではないほど重要な

学会となっています。引き続きまして先生方よりご指導ご鞭撻のほど賜れますと幸甚です。

末筆となりまして恐縮ではございますが、COVID-19の早期の終息を願いますとともに、このウイルスによって尊い命を奪われてしまいました皆様のご冥福を心よりお祈り申し上げます。