

大学院入学のススメ😊

予防歯科学分野 牧野由佳

新潟大学歯学部37期で、現在大学院予防歯科学分野4年の牧野由佳です。

これまで歯学部ニュースの読者であった私が記事を掲載する側になるとは!! 不思議な感じがします。拙い文章ですが、私の大学院生活について少し紹介いたします。

私と予防歯科の関係は大学1年時に遡ります。昔から自意識過剰で思春期のころから自分のにおいが気になっていました。そんなわけで歯学部に入ってからなんとなく口臭に興味をもち、自然と口臭の治療・研究を行っている予防歯科を意識するようになりました。それから時は流れて大学5年時、友人より『予防歯科の大学院に行く和在学中に海外留学ができるよ』という話を聞き、海外留学に興味のあった私は予防歯科の大学院に進学したいと思うようになりました。もともと夢見がちで、地に足がついたものの考え方ができない私に対して家族は『ただ海外に行きたいからと言って大学院を選択するなんて。きちんと将来のことを考えて行動をなさい』と一言。至極当然ですよ。しかしながら私は『予防歯科の大学院に行きます!』としつこく言い続けましたので、最終的にはしぶしぶ認めてくれました。

大学院では主に①口臭と歯周病進行の関係、②国際口腔保健について研究しています。

①は学位論文のテーマでして『口臭を測定することで、将来歯周病が進行しやすい人をスクリーニングできるのではないか』という仮説を証明しようとしています。研究開始当初、口臭と歯周病の関係、統計解析、そして英語論文の書き方どれもこれも全く分からずこの先どうなるのだろうと非常に不安でしたが、指導医の先生が辛抱強く面倒を見てくださったおかげで、途中で研究を投



げ出すことなく最後まで取り組むことができました。現在論文投稿中で早く受理されないかなあと毎日を過ごしている次第です。

②についてですが、1年時に英文抄読会を通して国際口腔保健の基礎について学び、2年時にはスリランカやカンボジア等途上国における調査に参加し現地の研究者たちとの交流を通して国際口腔保健を実践する経験を積みました。そして昨年は世界保健機関(WHO)の口腔保健部にてインターンシップを行いました。WHOは保健に関するガイドライン作成や情報収集を通して世界各国に技術的助言を行っています。インターンシップを通してWHOがどのような戦略で国際口腔保健を推進しようとしているのかを学ぶことができましたし、インターン向けに毎週行われている様々なセミナーを通して口腔保健以外の知識を得る機会にも恵まれました。しかし私にとってインターンシップ中の最大の収穫は、国際保健について学ぶ同世代の学生や第一線で活躍されている先生方とお知り合いになれたことです。モチベーションの高い世界各国の学生・スペシャリストと触れ合うことは非常に刺激的でしたし、日々の会話を通して語学力もまだまだですが、公衆衛生に

関する知識が本当に足りないということがわかりました。来年の3月で大学院卒業予定なのですが、まだまだ課題が山積みです。

私の大学院進学は口臭ならびに海外留学への興味がきっかけでしたが、入学前に想像していたよりも多くのことを学びましたし、(遅ればせながら)この4年間を通じて自分が将来どのような方向に進みたいかわかってきました。4年間、私を見捨てずに根気よくご指導してくださった宮崎先生をはじめとする予防歯科の先生方、そしていつ

も陰ながら応援してくれている家族には本当に感謝しております。

皆さんの中には学部学生の時点で将来の目標が明確に決まっている方もいらっしゃるかもしれませんが、でもまだ決まっていない方、大学院入学も選択肢に入れてみてください。多くの先生方がおっしゃるように、長い歯科医師・歯科衛生士人生のうちの4年間(2年間)、大学院で勉強されることはその後の人生にとって決して無駄にはならないと思います。





4年間という期間で

歯周診断・再建学分野 横山 智子

現在、大学院4年で歯周診断・再建学分野に所属している横山と申します。大学院生活もあと9ヶ月あまりとなった7月はじめにこの執筆依頼を受け、自分が大学院進学を決めた理由やこれまでの大学院生活を思い出そうと、節電の暑い夏から逃げるように日々を過ごしてきました。思い返すと、大学院生活はとても短いものでした。

実際に大学院でどのようなことをしているのか、6年生の頃は全くわかりませんでした。私の場合、研修医として半年間、歯周病診療室でお世話になっていましたので、そこで実際の医局の雰囲気や大学院生の様子を医局会や医局行事に参加することで知ることができました。大学院進学か、就職するかを考える際、人それぞれ置かれている状況は異なるものだと思いますが、少しでも興味があるのなら、遠くから眺めているだけではわからないことが多くありますので、研修医で実際に医局の中に入ってみるのも、有益なことだと思います。

大学院入学後、歯周診断・再建学分野では、研究がメインの日常生活となります。そして、自分のテーマに関連する多くの論文を読むことが、まずは最低限の自分のすべきことでした。大学院に入るまでは、日常生活で英語の必要性をあまり感じることなく過ごしてきました。家族に日本語の話せない者がおりましたが、それでもなんとなくカタカナで意思疎通が図れていたため、大学院に入ってはじめて、自分の知りたいことは全て英語で説明されている日常に置かれ、英語の必要性を感じることができました。中学、高校と感じていた、英語の勉強が何の役に立つのかという疑問の

答えが出て、うれしかったのを覚えています。

研究が進んでくると、学会発表の機会が得られ、国内、国外と大学院に進学しなかったら、きっと行くことを考えもしなかった場所へ訪れることができました。特に昨年のバルセロナの学会では、とても広い学会会場で、国も暮らしも全く異なる人々が、自分の発表に一瞬でも目を留めてくれるという不思議に感動し、新潟でスペイン料理屋を見ると親近感を覚えるほど、有意義なものとなりました。現在は、通信手段も発達し、世界中の人々と気軽に交流ができる世の中になっていますが、私は自分の身近な人たちとの交流も時々滞りがちになるため、学会発表という機会を得ることで、外へと自分を発信する経験を積むことができました。

さらに歯周病診療室では、直接指導の先生のもと診療に従事することができ、歯周病認定医取得を目標に、初診から歯周外科、SPTまでの一連の歯周治療を4年間かけてじっくりと取り組むことができました。ひとつの症例について、こんなにも時間をかけて指導医の先生と話し合い、考え合い診療をすすめていくことなど、大学院の間にしかできないことでした。しかし、冒頭でも書いたとおり、大学院生活は思ったよりも短いものです。研究にせよ、臨床にせよ、そして先輩や後輩、一緒に過ごしてきた周囲の人たちとのつながりは、まだまだこれからも発展させていく必要があることを卒業目前にして切に感じています。4年間という短い期間ですが、自分の興味のあることに集中して取り組むことができる環境があったことは、私にとってはとても幸福なことでした。



大学院はいかが？

新潟大学大学院医歯学総合研究科 丹原 惇
歯科矯正学分野

歯学部ニュースをご覧のみなさん、こんにちは。歯科矯正学分野大学院4年生の丹原（にはら）と申します。歯学部ニュースの記事を書かせていただくのはこれで4回目？ くらいなので、またお前かという方もいらっしゃるかもしれませんが、お付き合いください。さて、今回は大学院へ行くというテーマをいただいた訳ですが、ここでは私の体験を交えながらこんな大学院生活もありますよなんていうお話をしようと思います。

私が所属している歯科矯正学分野は臨床講座ですので、日々、診療をこなしながら、時間を区切って研究を行っています。臨床は大学院1年目から講座の教育カリキュラムが始まり、最初のうちはワイヤーベンディングなどの基本技能の練習や、セファログラムのトレース・分析など診断の勉強をします。基本的に技工物は自分で作成するので、不夜城のような矯正の技工室で夜遅くまで石膏を盛っては削り、曲げられないワイヤーと格闘する毎日です。タイポドントといって模型上で不正咬合を再現し、それを実際に動かしていくようなトレーニングもあります。これらのトレーニングを積んでいったところで、実際の患者様の担当ということになります。ただ、矯正学が他の分野と決定的に違う点が、治療期間の長さです。年単位という長い治療期間がかかるため、一人前の矯正臨床医になるには、大学院が修了しても大学で引き続きトレーニングを継続しなければなりません。矯正学に興味がある学生さんが多いのに、大学院生として入局する人が少ない原因の一端がここにあるのではないかと考えています。

少し話がそれましたが、臨床のトレーニングと同時に、1年生のうちから研究テーマを探し始めます。歯科矯正学分野は、“大学院生が興味を持っ

た研究テーマ”＝“学位研究”として進めて行きますので、ここである程度きちんとしたテーマを選ばなくてはいけないのですが、これがなかなか難しいのです。矯正に関してはほとんど何も分からない1年生の段階でテーマを見つける事は至難の業ですが、逆にそこで自分で決めたテーマを4年間かけて研究を行うと、最後には全部自分でやり抜いた達成感があると思います。私の場合は、臨床研修を行った新潟労災病院で外科的矯正治療の顎矯正手術をたくさん見る事ができ、その時に疑問に思った外科的矯正治療後の長期的な変化を学位研究として進めています。その他にも研究の成果を学会で発表したり、海外の学会へ行ったりと楽しい事がたくさんあります。私も何度か学会発表をして、自分と同じ分野の研究をしている人とディスカッションをすると、知識が深まったり、交友関係が広がったりと大学の研究生活ならではの醍醐味を知る事ができました。

さて、私の場合の大学院生活についていろいろと書いてきました。ただ、私もそうでしたが、実際に大学院に入学しようと思ったときに、経済的な不安が一番大きいのではないのでしょうか。最近では歯科医師臨床研修が義務化され、学生の間は親から仕送りをもらっていた人も、一旦経済的に自立する事が多くなりました。そのため、研修1年の後、再度親に経済的な援助をお願いする事が難しく、大学院進学をあきらめる人もいます。ただ、大学院生のうちは奨学金制度もありますし、ティーチングアシスタントとして学生教育の補佐をすることで給与がもらえたりすると、ほぼ研修医と同じくらいの収入は確保できる事が多いです。入学金や授業料は年度初めに奨学金の貸与を申請する際にある程度固まった金額を借り

る事もできますので、皆さん意外と何とかやりくりできているのが現状です。

大学院に興味はあるけど、いろいろな不安があってなかなか決められない方、一度まわりの大学院生に相談してみてもいいのではないでしょうか？ 同

じょうな心配をしていたけど、大学院に入学してうまくやりくりしている先輩もたくさんいるでしょう。それを参考に、ぜひ自分が興味を持った道に進んでみると、また変わった人生が待っているかもしれませんよ？

