

大学院へ行こう

歯周診断・再建学分野 目黒史也

2017年4月

果たして大学院を楽しめるだろうか。

期待と不安を抱えながら、私は大学院1年目の春を迎えていた。

2019年7月。

大学院生活も折り返し、3年目の夏がきた。今、私は2年前の春に抱いた疑念に自分なりの答えを見出している。

私が見出した答えが大学院としての本質なのであれば、この2年間で私個人としてはかなりポジティブな意味で裏切られたと言える。

ここではこの2年で感じた大学院の魅力について率直に私見を述べたいと思う。

この拙文が今大学院への進学を迷っている後輩たちにとって一つのモデルとして参考になるかどうかはわからないが、大学院進学を頭の隅の選択肢として保留する程度の力になれたなら幸いである。

結論から言って、大学院への進学は人生最良の選択の一つであった、と今の私は胸を張れる。

そう思える理由、つまり大学院という環境の魅力は大きく分けて2つある。

一つは『歯科医師としての成長』である。

一般に、卒後1～2年間の研修期間が歯科医師としての『助走期間』となる。裏を返せば、研修が終わった時点で我々は既に一歯科医師として先達に遅れを取らぬよう、一人前になることが求められるのである。

しかしながら、1～2年の臨床経験は、知識も経験も技術も上回る先輩方の前ではとても十分とは言えない。当然、研鑽し続ける必要がある。と

はいえ我々の職業は患者の命や健康な生活を担う医療職であり、成長過程だからと言って失敗が許される職業ではない。

そんな葛藤を抱える若手歯科医師（つまり今の私）にとって、指導医によって治療の手技や治療計画を確認してもらうことや第三者の視点から自身の成長を評価してもらえることが非常に重要であるように思う。更にいえば、症例数の限られた大学院生であればこそ、一つの症例を考え抜いて向き合うことができる。複数の先生から様々な意見をもらうことができ、結果として、決して多くはない担当症例からも数多くの学びがある。こうした丁寧な日々の積み重ねの中でこそ、我々はじつくりと、確実に成長していくことができるのではないだろうか。事実、歯周病科に所属する私の症例数はかなり限られたものだが、その症例を通して日々確実に進歩している実感があり、臨床医としての大学院生活に満足している。

2つ目の大きな魅力は『研究がとにかく楽しい』ということである。

1つ目に比べ、あまり万人に適應できるものではないが、個人的にはこの魅力だけでも大学院進学をする価値があると信じているため、少しお付き合いいただきたい。

私は卒後の進路を考えるに当たり、ひょんなことから基礎研究の世界に興味を持った（字数の関係上、詳細は割愛する）。当初はあやふやだった動機も研究の世界を知れば知るほど明確な意志となり、やがて決意と変わった。幸いにも、学部生時代から歯科薬理学講座で研究をさせていただくこととなり、その後紆余曲折を経て現在は歯科薬

理学講座に加えて、口腔解剖学分野の先生にもご指導をいただきながら研究を行っている。

では、私にとって研究の面白さとはなにか。

それは、誰もがもつ疑問や好奇心にとことん向き合い、考え抜き、実証し、解明するという一連のプロセスの面白さにある。平たく言えば、全部楽しいということだ。私は実験結果をまとめながら、自分なりの仮説を考え、次の実験計画を立てている時間が至福の一時である。研究指導の先生とディスカッションをしている時間には、脳が音を立てて駆動している感覚に陥り、楽しい。初めて見る実験結果を確認するときの高揚感もたまらなく楽しい。その事象を解明するのは、自分が世界で初めてかも知れないというロマンには心が躍る。これ以上に面白いものが一体どこにあるというのだろうか。

とはいえ、研究を好きになれるかどうかは、自分の研究テーマにどれだけの好奇心を持てるかに

よって左右されるところも大きい。大学院を志す後輩たちには、大学院に入る前に、是非とも自分の興味関心の『琴線』を探ってみてほしい。探る方法は何でもいい。琴線に触れた研究は毎日を豊かにしてくれる。

私は大学院進学という選択肢を当時提示してくれた先生、研究の世界を教えてくれた先生、そして、現在指導して下さっている先生に心から感謝している。これまでの人生のどんなタイミングよりも、今の環境が私のいるべき環境なのだと思うからだ。

当然、楽しい分だけ辛いこともある。そんなとき励ましあえる仲間にも、私は恵まれた。

もし、今大学院進学を考えている後輩がこれを読んでいてくれたら、声を大にしてこう伝えたい。

君の選択は間違っていない。大学院は楽しい、と。



大学院へ行こう

小児歯科学分野 鈴木 絢子

私は秋入学の大学院生のため、今年の9月で卒業となります。

私が大学院への進学を決意したのは小児歯科学分野に入局後でした。当時は研究よりも臨床に興味があり、大学院に進む道は考えていませんでしたが、入局後に、「研究」とはどういったことをするのか、人生で一度は経験しても良いかもしれない」という、好奇心により、秋入学での大学院進学を決めました。

私は、臨床では小児・障がい者歯科を専門としましたが、研究内容としては生体組織再生工学分野で再生医療に関する研究を行うことにしました。

基礎系での研究は、最初は右も左も分からない初心者でした。大学生の頃、授業で習う基礎系分野は難しいイメージが強く、少し苦手意識がありました。研究を始めた当初は、出来ないことや分からないことがたくさんありすぎて、不安の方が大きかったかもしれません。しかし、泉教授をはじめ、先輩の先生方から丁寧に教えていただき、3か月～半年程度で細胞培養や実験に必要な手技習得し、実験をスタートすることが出来ました。

そこからは、実験の楽しさが徐々に芽生えてきました。私の研究テーマは再生医療に役立つような新しい移植材を開発するというもので、他大学や企業と共同で研究を進めていきました。新しい移植材を開発する、という一つの目標に向かい、普段は異分野の研究者達が集まることで、思いもよらない発想や知恵が出てくることも多々ありました。共同研究者の熱い想いや研究に没頭している姿をみて、憧憬を抱くと共に、研究チームの一人としての責務を果たすことへの使命感が生まれました。研究途中では、結果が思うようにならない日々もありましたが、その結果を踏まえた上

で、さらなる改良につながったこともありました。

再生医療の学会発表では、私の研究で扱う材料や研究に関して関心を持ってもらうことも多く、製品化を待ち望んでいる方がいることにも気づきました。その後は、製品化され世に出た時に、多くの救われる患者さんがいることを思い描くことで、さらに研究へのやる気が強まりました。現在は、大量生産化も視野に入れて、製品化を目指し研究を進めています。

臨床の現場で患者さんとface to faceで向き合い、治療を行うことに比べたら、医学研究は間接的になりますが、もしかしたら臨床以上に多くの患者さんを救うことのできる仕事かもしれません。

大学院生の4年間では、アクティブな経験ができ、視野が広がる良い機会です。私は、企業や他大学の方との交流もあったので、異業種との連携や産官学について考える機会があり、そこから、特許申請を行うこともできました。そして、海外での学会発表や留学生との交流で、苦手だった英語も少しは克服できた気がします。もちろん、歯科医師として臨床で治療も行っていましたし、プライベートでは大学院生中に結婚もしました。

歯学部卒業後は、人生の岐路に立つ時期かもしれませんが、大学院生は意外となんでもできます。そして、いろいろなことを挑戦することで、人としての深さも養えます。

楽しそうな方へ、興味がある方へ進むのが自身にとって正しい道だと思います。何か興味がわくものがあれば、まずはやってみてから考えても遅くはないと思います。

人生に一度は、研究を行ってみるのも、良い経験になるかもしれませんよ。



大学院という選択～ステップアップのために～

う蝕学分野 鈴木 裕 希

この原稿のテーマの通り、私は大学院への進学をお勧めしたいと思います。4年間の大学院への進学はなかなか勇気のいる決断かもしれませんが、今進路に悩んでいる学生や研修医のみなさんに参考になれば幸いです。

私は大学院を機に、う蝕学分野（歯の診療科）に入局し、早いもので3年が経ちます。大学院としてもまとめの時期となりました。振り返ってみると、実際は学部を卒業して研修医になるまで大学院という選択肢はありませんでした。なぜ大学院進学を決めたかという、研修医時代に進路で悩んでいたときに、学生時代にお世話になった当科の先生から、一緒に研究もしてみないかと声をかけていただいたことがきっかけでした。う蝕学分野を選択した理由は、元々保存修復分野に興味があったこと、研修医時代に根管治療の難しさを感じもっと勉強して根管治療が上手になりたいと思ったことでした。

大学院生活で印象に残っていることは、やはり学会発表でしょうか。私の研究テーマは口腔内バイオフィルムで、いわゆる歯垢、プラークといったものを扱っています。このバイオフィルムは水と細菌が付着できる足場さえあればどこにでも存在するという性質上、医学系のみならず、農学系、工学系分野でも数多く研究されています。実際に私は、“日本バイオフィルム学会学術集会”という学会にて発表をさせていただきました。発表はとても緊張しましたが、自分の研究に対して多方面から貴重な意見やアドバイスをいただき、今後の研究に大いに活かすことができました。また、普段なかなか関わることの少ない歯科以外の分野の研究者の方とも交流することができ、人間性の幅、視野が広がったと実感しております。若

いうちに学会発表を通してこのような貴重な経験ができるのも、大学院生ならではの醍醐味だと思います。

とは言っても、大学院に入って研究をすると開業医で働いている同期生と比べて、臨床に遅れを取ってしまうのではないかとという危惧が頭につきまといまいます。でも視点を変えれば、研究で培った、情報の取捨選択、問題解決能力、論理的思考が臨床の場でも大いに役立ってくると思います。また臨床では常に、早くて確かな治療が求められると思いますが、まだ歯科医師として経験年数の浅い今だからこそ、大学で一つ一つの症例をしっかり考えながらEvidence Based Medicineを実行していくことが大切なのではないかと考えます。

日々の臨床と細菌に振り回される研究で忙しくも充実した日々を送っています。辛いときもありますが、大学院でのこの経験はいつか必ず自分の糧となり、ステップアップの土台となってくれることは間違いないと確信しております。みなさんもぜひ大学院で将来の飛躍のための自分磨きはいかがでしょう。



福岡県久留米市で行われた日本バイオフィルム学会にて

大学院へ行こう

組織再建口腔外科学分野 竹内涼子

私は、組織再建口腔外科学分野に所属する大学院4年の竹内涼子と申します。院4年目になった今、改めて振り返ると入学前に想像していた生活とは中身も長さも随分違うものだなあと感じています。ここでは大学院に入るきっかけや現在までの生活について少しお話をさせていただきます。

大学院に入ろうと思ったのは、卒後研修後半の時最初から決めていたわけではありませんでした。東京の病院で研修をしていましたが、いざ大学を離れてみると母校の存在の大きさを強く感じるようになり、大学に所属することでお世話になった母校に恩返しする機会があるのではないかと考えたことがきっかけです。また臨床の毎日が続く中で、何か目標を持って取り組める環境に身を置きたいと思い、学位取得のために博士課程に進学しました。分野としては、大学病院だからこそ経験できる口腔外科領域の疾患を学びたいことから口腔外科を選択しました。

組織再建口腔外科での大学院生活（私の場合）について紹介します。当分野での1年目は臨床漬けの日々で、外来、病棟、手術、歯科麻酔科での研修を経験しました。1年間で実際にできるようになるのは小手術程度ですが、指導医の先生方とともに口腔外科領域の様々な疾患に触れることができ、1年を通して刺激のある日々を過ごせました。2年目からは学位研究へと進んでいきますが、私の場合は歯学部より短期留学の機会を与えていただき、アメリカ国立衛生研究所（NIH: National Institutes of Health）にて約3か月間勉強させていただきました。ラボの先生方の熱心なご指導のもと手を動かす毎日がとても新鮮でした。知識が追い付いてきたのは後になってからですが、研究におけるものの見方や姿勢を学び、かけがえのない充実した経験となりました。そして

帰国後、2年次後半からいよいよ学位研究が始まりました。3年目はラットを用いた動物実験が続く、紆余曲折しながらも少しずつデータが集まっていく成果にやりがいを感じながら、なんとか4年目の今日にいたります。また当分野は臨床の科ですので、研究をしながらも外来や小手術など臨床を学び続けることができることが魅力の一つです。一方で、研究においては自前の設備が至らないところもあるため、他分野の先生方に沢山の知恵やご協力をいただいて実験をおこなってきました。他分野との交流があると、新しい発見や学びが多く日々の生活にも刺激を与えてくれます。さらに、研究が進めば学会発表の機会もいただけます。これまで国内外での発表を何度か経験させていただきましたが、発表する機会があることは一つの目標となって研究生活にメリハリがつかますし、大学で研究する醍醐味であると思います。

大学院は学生と社会人のどちらの一面も持ち合わせており、自分次第で色付けできる部分が多いものと感じます。私自身大学院に入って良かったと思いますし、これを一つのステップとした卒後の生活も楽しみです。ぜひ一緒に大学院で学びましょう。

