

# 大学院修了にあたり

## 大学院修了にあたり

予防歯科学分野 永島和裕

皆様こんにちは。予防歯科学分野の永島和裕です。拙稿ではございますが、ご覧いただけますと幸いです。

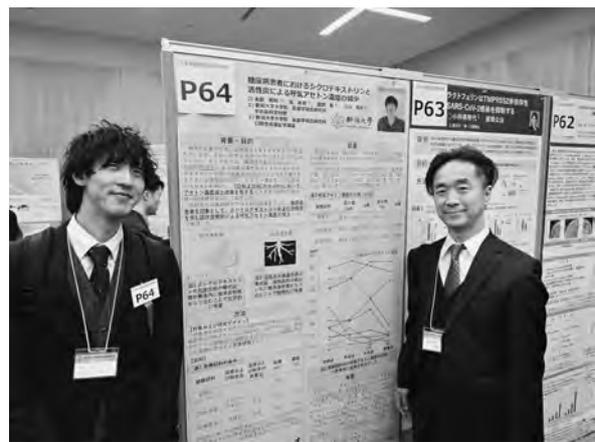
大学院に進んだ理由を一言でいうと、「人が好きだから」です。人は誰かに支えられて生きていて、頑張る力の源には、やはり「誰かの役に立ちたい」という気持ちがあるのだと思います。学生時代、口腔のことで皆さんが何に困っているのかを考える中で、口臭は多くの方が気にする悩みだと知りました。だからこそ、『仕組みを理解して、少しでも不安を減らす手助けができれば』そうした思いを抱き、私は大学院進学を決めました。

口臭は、最終的には人が不快と感じるか否かが本質であり、測定上は濃度低下が示されても、実際の臭気として減弱しているかを必ずしも断定できない場合があります（いくら「今日ビジュいいじゃん!」と思われても、第一印象を覆すのは決して容易ではないですし、原因物質も1500種類もあります）。しかし、その困難さこそが、同時に研究に取り組む醍醐味でもありました。

私の研究テーマは「糖尿病患者におけるシクロデキストリンおよび活性炭を用いた呼気アセトン濃度の減少」でした。次世代プロジェクトに採択いただき、1・2年次は基礎研究に取り組み、3・4年次には糖尿病・代謝内科との共同研究として臨床研究に取り組みました。多くの患者様にご協力いただき、学会発表の機会も頂戴できたことは、私にとって大きな財産です。

大学院進学を悩んでいる方は多くいると思います。私も大学院？予防歯科なの？といわれたのも正直なところですが。でもBUMPも言ってましたよ。「世界のための自分じゃない、誰かのための自分じゃない」って。自分のやりたいことをやってそれを正解にすればいいと個人的には思います。研究は辛いこともありますが楽しいです！私の好きなアイドルの曲にこんな歌詞があります。「一歩歩めばすべてが前に進むから、夢は逃げないから」いつもあきらめるのは、夢から逃げてるのは自分なんです。研究も同じです。あと一回、あと少しやってみればいい結果が出たのに…そんなことが多々あります。そんな時に自分を奮い立たせましょう！不撓不屈！そのための心の支えよりどころがあるとよりいいですね。まとまりなくてすいません。

最後になりますが、小川先生、濃野先生、高先生をはじめ、ご指導くださった先生方、そして支えてくださった皆様に心より感謝申し上げます。



口腔衛生学会にて（筆者左）

## 大学院修了にあたり

う蝕学分野 齋藤 瑠 郁

「入学者のことば」「大学院へ行こう」に続き、大学院生としては三度目の執筆となります。本当に私でよいのか思わず確認してしまいましたが、むしろぜひ、とお返事をいただきましたので、この機会に4年間の大学院生活を振り返ってみたいと思います。

約4年前、私は研究や教育に興味を持っていましたが、大学院進学を決断しきれずにいました。そんな中で、研修指導医から受けた熱い勧誘が後押しとなりました。大学院での経験は今しかできないと感じたことも進学の原因です。受け身の大学院進学ではありませんが、熱い勧誘の比重はとも大きく、そのおかげで今の私があります。

所属分野としてう蝕学分野を選んだのは、何より先生方を尊敬していたからです。研修修了後もお世話になりたいと思いました。また、根管治療が好きなこと（時に変人扱いされます）はう蝕学分野で成長を目指す上での大切なモチベーションでした。TAとして学生実習に参加する時間も毎回いろいろな意味で驚きがあり、新鮮さを楽しく感じていました。

研究は微生物感染症学分野で取り組んできました。テーマは、非抗菌性エリスロマイシン誘導体による免疫調節作用の解析です。詳細については検索していただければと思います。基礎分野での研究に取り組んだきっかけは、研修医の冬、研究費の申請書を作成することがきっかけとなって、制度に詳しい先生のサポートを受けたいと考えたことでした。そこで提案いただいた研究テーマが

微生物学・薬学・免疫学を横断する内容でした。学生時代から特に興味を持って学んだ分野であったこともあり、研究初日から今日までずっと研究を楽しむことができています。先生方、いつもご指導いただきありがとうございます。

大学院生活では臨床と研究の両立も大きなテーマでした。臨床から離れる気は全くなかったものの、基礎分野での研究を選んだのに臨床を続けて良いのか悩みました。しかし先生方は、臨床ニーズを知っているからこそできる研究があると応援してくれました。両立を目指した結果、自分の首を絞めることもありましたが、暇が苦手な私にとって、毎日が慌ただしいことはむしろ幸せなことだったと思います。

辛いこともあったので正直に書きます。大学院4年間で最も辛かった時期は明らかで、大学院2年の冬から3年の春、ある申請書を作成していた頃です。食事や睡眠を疎かにしたストレスからか、1か月で体重が3kgも減りました。のちに、他大学の大学院に進学した友人の話を聞いて、自分の辛さは大したことではなかったと知りましたが、恥ずかしながら当時は、自分が一番辛いと思い込んでいました。逆に、最も嬉しかったことは、不健康な減量後の体重をなぜか今も維持できていることです。というのは半分本音半分冗談です。まじめに言うと、論文受理や受賞など、時間をかけて取り組んできたことが目に見える形で評価されたことが嬉しかったです。多くを経験した濃い4年間でした。

結びに、お世話になった皆様に心より感謝申し上げます。今後は、恩返しができるよう今まで以上に精進していきたいと思います。

## 大学院修了にあたり

口腔生命福祉学科博士後期課程3年  
中村 夢衣

口腔生命福祉学専攻博士後期課程3年の中村夢衣と申します。このたび、「大学院修了にあたり」という題で寄稿の機会をいただきましたので、大学院生活を振り返りながら、これまでの経験をともに述べさせていただきます。

口腔生命福祉学科を卒業後、博士前期課程に進学し、大学院生活が始まりました。社会人大学院生として、群馬県の総合病院に歯科衛生士として勤務した後、新潟大学医歯学総合病院に入職し、現在は医療連携口腔管理治療部の専任歯科衛生士として勤務しております。

臨床業務の合間に講義や課題、研究活動に取り組むのは決して容易ではありませんでしたが、非常に充実した日々を過ごすことができました。研究活動を始めた当初は統計ソフトの扱いに苦戦しましたが、指導教員の先生方のご助言のもと、少しずつ分析作業を進めることができました。博士前期課程では学会発表の機会もいただき、第71回口腔衛生学会学術大会にて優秀発表賞を受賞した際には、大変驚くとともに、心から嬉しく思った

ことを今でも鮮明に覚えています。

博士後期課程では、「食事摂取におけるナトリウム/カリウム比と現在歯数との関連」について研究を行いました。ナトリウム/カリウム比は、ナトリウム摂取制限（減塩）やカリウム（野菜や果物などに多く含まれる）摂取の促進それぞれよりも高い降圧効果があるとされています。そこで私は医歯学総合研究科健康増進医学講座において実施されている魚沼地域での大規模調査のデータを用いて分析・検討を行いました。その成果は、第74回口腔衛生学会学術大会にて発表させていただきました。

博士前期課程から始まった大学院生活も気がつけば5年目を迎えました。研究活動が思うように進まず、心が折れそうになったこともありましたが、そのたびに支えてくれたのは共に学んだ同期や日々ご指導くださった先生方の存在でした。皆様の支えがあったからこそ、ここまで歩んでこられたのだと、心から感謝しております。

最後になりますが、5年間にわたりご指導・ご支援を賜りました先生方をはじめ、これまでお世話になった関係者の皆様に心より感謝申し上げます。これまでの経験を糧に、今後も一層精進してまいります。今後とも何卒よろしく願い申し上げます。



第74回口腔衛生学会学術大会での口演発表の様子