

私には過去に捕らわれるというきらいがあるので、私が後悔した同じことで学生に後悔して欲しくないという教育観があります。ところで、多くの方は過去を振り返り、過去に大人や指導者に言われたことを当時は理解しなかったり、できなかったり、反発しておきながら、数年後数十年後

にその意味が分かるというとても不効率な人生を歩むと思われまふ。未来は見えないので当然かもしれないませんが、とても不思議に思いました。学生の頃私が先生から注意を受けたことを学生に偉そうに私が注意している…恥ずかしくて過去の先生にそのような姿は見せられないです。



## 子育てしながらの研究生生活

信州大学バイオメディカル研究所バイオテクノロジー生体医工学部門

安嶋久美子

この度、東北医科薬科大学医学部神経科学の坂本一寛先生よりご指名を頂きました安嶋久美子と申します。東北医科薬科大学生理学教授に就任されました河合佳子先生の授業で非常勤講師としてお手伝いした際、坂本先生と一緒させて頂きました。生理学会員としましては第89回日本生理学会大会（松本）で大会事務局として参加や発表をしましたが、数年中々参加できなかった私が生理学雑誌執筆など大変恐縮ですが、子育て中の先生方と共有できればと思い私の子育てしながらの研究生生活について書こうと思います。

### 研究

私はドラッグデリバリーシステム（DDS）を目標としたナノバイオイメージング、またナノ粒子による脈管、特にリンパ系に与える影響を調べる研究を行っています。なぜナノマテリアルとリンパかと申しますと、遡ること14年程前修士を卒業した後、つくばでJSTプロジェクトにて飯島澄男先生と湯田坂雅子先生の元、約5年間カーボンナノチューブの材料研究に携わりカーボンナノホーンのDDS応用研究をしておりました。しかし、そのプロジェクト終了後結婚し長野県に移住、これまでとは大分分野の違う医学研究に関わることとなりました。信州大学第一生理学教室にて当時医学部長でした大橋俊夫教授にポストドクとして拾って

いただき、主に *in vivo* 実験でリンパ微小循環の生理について7年程研究を行って参りました。その間は出産育児などがあり多少ブランクもあった時期でした。去年4月からは同大学内バイオメディカル研究所齋藤直人教授のバイオテクノロジー・生体医工学部門の研究チームに参加することとなり、メディカル・ヘルスイノベーション講座を作られた大橋先生との共同研究で、これまでの経験を生かし摘出リンパ管標本を使ってDDS分野に役立つ融合研究が出来ないかと修士の学生さんと一緒に現在模索中です。

### 子育て

子供は現在7歳長男と2歳長女です。2007年冬松本に来てから2009年には長男の出産のため産休を頂きすぐ職場復帰しました。その頃は、子供を抱えて仕事もどうやってこなすのか誰のお手本を見聞きすることなく暗中模索でしたが、首の座らない乳児を保育園へ送る慌しい生活が否応なく始まり、日中は研究と教育、夕方7時慌てて保育園に迎えに行き急いで帰宅、子供の夕食、お風呂、洗濯、翌日の保育園の準備、8時半には寝かし夜中はぐずる子供にミルクを与え何とか寝かしつけるという生活がずっと続きました。この目まぐるしい生活は大分慣れましたが今現在も毎日が戦争です。

## サポート

出産後は生活が一変し、子供の病気や世話・教育、家庭、業績のことなど心配事や不安が次々と湧上がってきます。そんな中、研究室の先輩や事務員さん達がいてお昼時など相談し色々な知恵を授けてもらって助けてもらってきました。保育園から急な呼び出しによる早退なども先生方皆快く了解してくださり、翌日声をかけてもらうなど心温かいご配慮を頂いてきました。また主人や両親の支えにより行き詰る毎日や困ったときのサポートを沢山してもらってきました。今もなお仕事が続けられているのはこのお陰と本当に感謝の言葉しかありません。その分恩返しの意味も含めて周りの人達に自分も声掛けしようと心掛けています。

## 小1の壁

長男は長くも短い7年保育を終え今年小学校に入学し、世の中よく言われる“小1の壁”に突き当たりました。日中どう過ごしているのか殆ど分からず、帰宅後子供に聞いても把握できません。下校後学童では、始めの頃は元気過ぎて高学年の子達に生意気だと制裁を加えられ空気が読めないと学童指導員の先生に言われ、毎日怪我をしたり泣いて帰り、担任の先生からは席に座ってられないと呼び出しがあり私もおろおろ。学校からは

毎日山のようなプリント、行事の参加の仕方やルールが分からず仕事・保育園・家庭との優先順位に迷い戸惑うことばかりでした。入学後は色々習い事をさせたいと計画していましたが全く其れ処ではありません。しかし、それでも何となくそれなりには生活のバランスが整い子供も順応してきた様子なのでこれはこれで今は良いのではと楽観的に考えることにしています。

## 葛藤

“子供も健康、家庭も円満、仕事も順調”と胸を張って言えると良いのですが、やはり葛藤や反省、今後の心配もあります。出産や育児に費やしてきた時間、研究成果がもっと出せばよかった、学会発表やセミナーにもっと行けたら、業績のランク、今後復活できないかも、可能なら留学できたら、反面、子供はもう一人くらい欲しいけど、子供二人の教育をちゃんとしないと、皆は家でどう工夫して仕事するのだろうか、家で論文を読む・書く時間をどう作ろうか、世の中子育てしながら活躍する先生方が沢山いる中私は足元にも及ばない、一人前の研究者なんて程遠い…など。これからも悩みながらも出来るところまで頑張っていこうと思っています。最後に再びですが、絶え間ない支援をいただいた職場や共同研究者の皆様にご心から御礼申し上げます。