

## MCR の一年間

MCR13 期 薬剤疫学分野 医学博士課程 中嶋雅之

私は、卒後 15 年で MCR コースの受講（大学院入学）を決意しました。通常の流れからすると遅いので、京都に来る前は自分だけ年長なのではないかと少し心配していました。しかし、4 月に来てみると意外に同年代の人がいて「自分だけ浮いてしまう」という感じではありませんでした。何事も遅すぎるということはないのだな、というのが今の実感です。主に京都以外から来る人のために、私の過ごした一年間の感想を少しだけ紹介いたします。

### ○MCR コースの話

私の知っている限り、ほとんどの人がこのコースを受講したことに満足していると思います。カリキュラムは、必修以外かなり柔軟に幅広く組むことができ、「こんなはずではなかった」ということはあまりないと思います。どちらかという提供される内容に対して消化不良になっている人の方が多い印象です。もし物足りない人がいたら、いくらでも自分に負荷をかけることができますのでご安心下さい。必修以外でどの講義を受講するかは、先輩からも色々聞きましたが、相性があるので、最初にお試しをしてみるか、自分が思うように受講するのが良いと思いました。昨年ある先輩から酷評されていた講義が、自分にとってはとても面白かったことが実際にありました。私の一番の反省は、基礎知識が少ない状態で来たため、授業による学習効率がやや低くなってしまったことです。教科書などで自習できる部分についてはもう少し勉強しておけば良かったと思いますが、実臨床をやりながらだと限界もあると思います。授業を厳選すれば少しは自習時間が取れるかもしれませんが、みんなと同じように受講すると、課題レポートやらグループワークやら発表の準備で時間がとられて、なかなかまとまった勉強する時間はありません。授業が落ち着いていても、自分の課題研究を進めなくてはいけないので、バランスをとるのはなかなか難しいです。それでも最終的にはこのコースのおかげで、一年で大きく進歩できたと思っています。

### ○お金の話

私は妻が働いていたので、前期後期通じて、アルバイトは月 1 回くらいしかしませんでした。京都は家賃が高めなので、なかなか大変だと思います。各人毎に事情があるので難しいですが、授業が沢山ある分、仕事の時間が減るのはしょうがないと思います。私は、アルバイトの量は一番少ない部類だと思いますが、他の人はもう少しやっていたと思います。あるバイト先は教室の先輩に紹介して

いただきましたが、ネット経由で探している人もいました。

### ○子育ての話

私の家は未就学児が4人いたので、これは本当に大変でした。おそらく、この一年大変だったと思うことの半分以上は、育児によるものでした。前述したように妻が働いていたため、自分がかかなり主体的に子供達の世話をしなくてはいけなかったのが特殊な状況だったかもしれません。小さい子供のいる女性の方には少しは参考になるかもしれません。まず、子供達を保育園ではなく、幼稚園にいたので、自分で自分の首を絞めてしまったかもしれません。もともと京都在住の人は問題ないのですが、他地域から京都に引っ越してきたため、4歳とか5歳で来ると、保育園の受け入れ人数が少ないので希望のところにはなかなか入れません。色々な保育園に分散してしまうくらいなら、一箇所にとどめた方が楽だと思ったことも幼稚園にした理由の一つです。しかし、実際にやってみると、特に夏休み冬休みなど、長期休暇があるので、毎日子供達の世話をし、勉強や研究ができずにストレスがたまったこともありました。しかも、ちょうど夏休みの前くらいにぎっくり腰をやってしまい、1週間程度、寝たきりに近い状態になってしまい、この時期は本当につらかったです。また、子供達の面倒をみるために、なかなか同期の人達と飲みに行ったりすることができなかったのも残念でした。良かったことを挙げます。末の子供は京都に来てから生まれたのですが、妻が育休から復帰する際に医学部の敷地のすぐ横に、京大の職員・学生のために、0歳から1歳まで預かってくれる保育施設があり、とても助かりました。先輩の先生や同期のお子さんもいましたが、近いのがとても便利です。ちょっとした時間に、様子を見に行ったりもできます。この保育施設は1年しかいられませんが、次の年に普通の保育園に入園する際には加点がつくことが判明しました。したがって、多くの場合は希望通りの保育園に入園できるようです。あと、京大病院内にある病児保育施設が使用できることです。ここもとても重宝して、やや病弱な長男は頻繁にお世話になっておりました。そこが定員いっぱいの時でも、中京区にある足立病院に併設している病児保育施設が便利なので、この一年間はどちらかの施設を利用することで、なんとか乗り切ることができました。授業は18時までのもありますが、事情を先に伝えておけば、15分前くらいに抜けて、お迎えに行くのも大丈夫そうでした。

### ○京都大学を活かす

私は育児の都合であまり参加できませんでしたが、国内外の有名な先生による講演などが頻繁にあり、とても良い環境だと思います。また、実はSPHだけでなく色々な学部の講義を受けることができます。アントレプレナーシップを受

講している同期の人もありましたし、私自身は、後期に経営管理大学院の講義を2つ受講しました。通常ではなかなか聞けない話しも多く、とても興味深く勉強になりました。大学院に在籍している人だったら、先に+MBA というコースの申請をしておく、経営管理大学院で開講しているすべての講義を20単位分まで受講できるようです。しかも通常2年のところ、1年で卒業することもできるようです。過去の先輩の日記でも、英語や他の講義の話がありましたが、色々な講義が受講できるようなので、それを調べるのもなかなか楽しいです。施設でいうと、医学部以外でも、時計台の横にある図書館には24時間使用できる自習室もあります。大学体育館の地下にあるトレーニングジムを使用している同期の人もありました。またせっかく京都に来たので、土日を使い、色々なお祭りをみたり観光名所にも行きました。この一年で京都府内の有名な場所はかなり回ることができました。

そんなこんなで、大変だけど充実した一年を過ごすことができました。妊娠中、育児中の女医さん(もちろん男性も!)でも充分やっていけるので安心していらっしゃって下さい。