

あけましておめでとうございます。2020 年は何かとイレギュラーな年になったということで、2021 年がどんな年になるのか予測もつきませんが、どうぞ良いお年でありますように。個人的には、昨年夏に予定していた北欧旅行に今年こそは行きたいものです。

コーネル大学化学科での PhD 課程も 5 年目半ば、そろそろ 1 学年上の先輩たちが卒業しだす時期となりました。自分も卒業までの道のりがだんだん明瞭に見えつつ、にわかに忙しさを感じています。他大と共同研究していたプロジェクトが無事に論文にまとまって年末に投稿し、後は卒業までに自分が単独で進めている 2 つのプロジェクトをまとめようとしています。そのうち 1 つで最近大きな進捗が生まれて急にやりたい実験が増え、同じタイミングで先生からレビュー論文執筆を頼まれ、また近いうちにポスドク先も探さなければいけないということで、完全にキャパオーバーの状況です。複数の研究プロジェクト間のマルチタスクはこの数年でできるようになったと思うのですが、異なる分野の間のマルチタスクはまだ自分にとって難しいようです。人や時期によってはこれに子育ても追加されるということで、自分も果たしていつかその境地に至れるのか実感がありません。とりあえず今は、論文執筆と実験を並立する能力はアカデミアに必須だと思うので、それを身に着ける機会だと思って頑張ります。

最近、口の中が常に苦く感じる症状が 1 週間程度続いていました。PhD1 年目で研究と授業と TA の両立に追われていたころ、パンとチョコだけを何日も食べ続けていたら同じ現象に見舞われたのですが、その時は亜鉛サプリメントを摂取すると治ったため、偏った食生活(亜鉛不足)による味覚障害だったのだと思います。ところが今回は亜鉛を摂っても治らず、他に考えられる原因でありえそうなものはストレスくらいだったのですが、確かに忙しさにキャパオーバーを感じているものの大きなストレスには感じていなかったのが意外でした。ただ、冬の間は日照時間の減少に伴いセロトニンの生産が減るので、それに伴いストレス耐性も減るようです。昨年冬も漠然とした気分の落ち込みは感じていましたが、味覚障害のような、より実害のある方向でも影響があるとは驚きました。

冬はそのような不都合もありますが、冬景色は素晴らしく美しいと思います。今年の大晦日はアメリカで過ごすことになったので、散歩がてら大学敷地内の鳥類学研究エリアを散策してきました。雪と枯れ木が良く調和しており、澄み渡った空気も合わさって非常に心洗われる空間でした。



2021年1月留学報告書 鄭

時の流れは早いものですが、その時間を少しでも有意義なものへと換えて残せるよう、1年後の自分が成長を感じていけるようにこれからも頑張っていきたいと思います。船井財団様には、奨学金支給期間だけでなくその後も引き続き様々なご支援をいただき、本当にいつもありがとうございます。オンライン交流会もいいものですが、やはりまたいつか皆さまに対面でお会いできる時を楽しみにしております。

2021年1月25日 鄭 麗嘉