

2021年の夏にUniversity of Pennsylvaniaで生物学のPhDを取得し、2021年の冬からMITのWhitehead Institute, Howard Hughes Medical Instituteでポストドクとして勤務する久門智祐です。ポストドク1年目の冬からポストドク2年目の夏に至るまでの経過を報告します。

## 二体問題

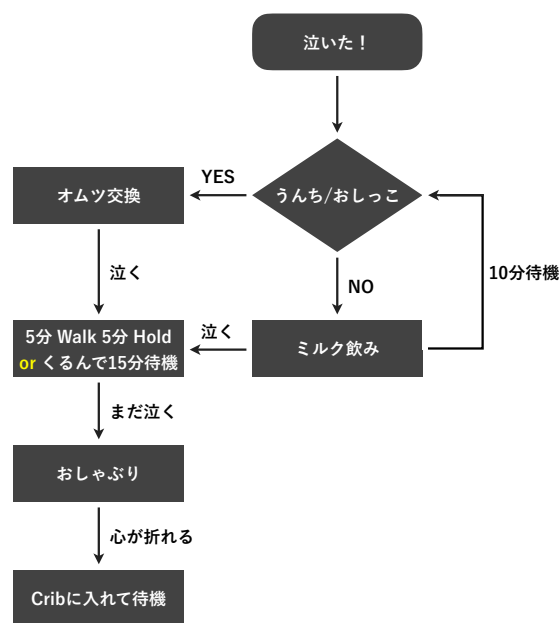
ポストドクでの論文の二報目をなるべく早くまとめるべく、実験を進めていました。近いうちにプレプリントをbioRxivに投稿できるように準備を進めています。また、今年の秋からのアカデミア就活を始めるために、NIHのグラントのひとつであるK99の準備も進めています。前のめり感がありますが、それは二体問題（Two-Body Problem）の影響です。ふたつの天体の運動を考える力学の問題ではなく、キャリアステージが異なるふたりのパートナーがどのように就活をするかという問題の方です。（残念ながら日本語のウィキペディアには前者のページしか無かったので、まだ日本では問題にすらなっていないようです。）一般的に、それぞれの業績や研究サイクルの早さなどを考慮し、片方が就活の時期を早めるか遅めるかして調整することが多いようです。私達の場合では、私のパートナーの方が、業績が多く、かつ、流行り廃りの早い研究分野だったので、私の方が前のめりで準備を進める方針を取ることになりました。異なる職種同士の場合や、キャリアステージが大きく異なる場合などは、似た経歴・年代の人がどのように対応したか聞くと良いようです。

## 三体問題

さて、上述の（力学の）二体問題で、さらにもう一つの天体が増えて三体問題になると、解くことが格段に難しくなるようです。そして私達の二体問題にも、もう一つの天体が追加されました。息子が誕生しました！現在はパートナーと共に育休中です。夜は8PM-2AMと2AM-8AMのシフト交代制、日中は保育所が使える週齢になるまでは時々仕事をしながら2人で世話をし、それ以降は保育所に預けて仕事に完全復帰、という予定です。シフト交代制の効果は高く、睡眠不足にはなっていません。赤ちゃんが泣いた時のフローチャートも用意して、日中極力外出することで、精神的に疲れにくくなりました。「赤ちゃんが産まれたら寝る暇も無い！」との脅しに戦々恐々としていましたが、ツーオペならなんとかなる印象です。が、同時に、ワンオペは絶対に無理だと思いました。

## おわりに

次のポストドク報告書を書く時期は、プレプリントをbioRxivに投稿し、K99に応募し、アカデミア就活の最中（のはず）です。公私ともに忙しいですが、体と心の体調を崩さないよう気をつけながら、効率よく進めたいと思います。大学院以降もさまざまな形で支援をしていただける船井財団にこの場をかりてお礼を申し上げます。



泣いた時のフローチャート. 5分歩いて5分座る作戦は Ohmura et al., Current Biology (2022) PMID: 36103877 由来。おくるみにくるむ作戦もかなり有効。