

2020年上半期はコロナウイルスにより想像もしなかった半年になりました。スイスは3月中旬からロックダウンに入り、現在はすこしずつ緩和方向に向かってはいるものの、完全な解除には至っていません。自分というのは、8月にディフェンスを行うことが決まり、引き続き自宅勤務です。具体的には、博士論文の執筆・雑誌へ投稿を予定している論文の議論と修正・奨学金への応募・週1のZOOMミーティングの発表の準備などなどです。こんなにもずっと家にいる事は初めてでしたし、自分は実験が大好きな人間だったので、最初の1か月は戸惑いやストレスや不安に押しつぶされそうな毎日を過ごしていました。何よりずっと一人でいなくてはいけない事で今までどれだけ自分は周りの人々に助けられていたかを痛感しました。スイスという田舎の土地柄、蛇が庭から家へ入ってきたときはパニックで倒れそうになりました(図1)。ただ、徐々にこの生活にも適応できるようになってきて、研究室生活とはまた違ったスイス生活を楽しめて来ているような気がします。

例えば、このロックダウンを経て一つ大きな趣味を見つけることができました。今までこれ、といった趣味を持っていなかった自分ですが、最近自家製酵母を用いたパン作りにはまっています(図2)。きっかけは、ロックダウンによりパン屋さんがすべて閉まり、スーパーでも衛生上焼き立てパンを売らなくなり、全くパンが手に入らなくなった事でした。なら作ろう、と材料を買いに行ったのですが、なんとイーストがどこに行ってもすべて売り切れ。途方に暮れていた所、研究室の友人から自分で酵母が作れると教えてもらいました。早速取り掛かってみたところ、これが非常に化学実験と似ている。自宅待機で実験ができなかった欲求不満と、一人で寂しいので何か生物を育てたいという気持ちが重なり、みるみる夢中になってしまいました。パン作りは時間がかかるものの、ほとんどが発酵に時間がかかるだけで放置しておけばいいので仕事にも支障がでなかったのは幸いでした。現在では4種類の自家製酵母を起こし、Kindleで購入した本を参考に色々なパンを作っています。もともと反応開発をやっていたこともあり、だんだんと条件検討を試みたくなり、材料の種類・酵母の量・発酵温度・発酵時間など変えて比較したりしています。もちろんこんな生活ではブクブクと太ってしまうので、定期的にランニングもするようになりました。家の近くを走る事で今まで気づかなかった周りの様子を知ることもできました。

このように、すこしずつ毎日をポジティブに捉えられるようになってきたと同時に、何気ない毎日を送れている自分は、本当に恵まれていると再確認することもできました。その事に感謝しつつ、自分に出来る事をコツコツと頑張っていこうと思いました。このような世界的な危機のなか、皆が不安な毎日を送っていられるかと思えます。皆様の健康と、一日でも早い終息を願うばかりです。また、船井情報科学振興財団の皆様からも励ましのご連絡をいただき、非常に精神的に助けられました。日々の支援と併せまして、心より御礼申し上げます。



図1. 家に入ってきた蛇(?). 怖いながらもんじゃなかった。



図2. 自家製酵母たち。おいしい食パンが食べられるのはこれのおかげ。