

渥美財団に出会った一年から考える「国際社会での研究者としてのあり方」

東京慈恵会医科大学大学院脳病態制御学専攻

梅本 育恵

蕎麦屋のカウンターで銀杏を食べながら、渥美財団での最終審査の帰り道、手にした銀杏のことを思い出していた。面接官の先生方とのやりとりが興味深く、思考が広がる高揚感を楽しんでいたが、ふと、「こんなに面接が楽しかったのは私が箸にも棒にも掛からないような候補生だったからに違いない」という考えが浮かび、落胆した。残念な気持ちを抱えながらも、審査のために指導教官からいただいた身に余る推薦状や、応募しなければ決して足を踏み入れることがなかったであろう、赤絨毯の敷かれた財団の建物、審査の準備や面接を通して改めて自分の研究を振り返られたこと。それらを思い出し、十分に素晴らしい機会だったと考えようと気持ちを切り替え、普段は立ち寄ることのない八百屋さんでみつけた銀杏で自分を慰めたのだった。それから思いがけず、合格の知らせをいただき、私の渥美財団での1年間が始まった。

この1年、財団との出会いから得たことは数知れないが、特に心に刻まれている3つの視点を中心に振り返りたい。

1) 「対国家」ではなく、「人與人」として出会うこと

私は決して記憶力が良い方ではない。財団で出会った仲間たちが、数年後どの国のどの都市に住んでいるかを正確に思い出す自信はない。しかし、私の記憶には、家族思いで、誰に対しても献身的で誠実な、料理が上手な、「あの人」の姿は残り続けるだろう。

生まれ育った環境はその人らしさの根幹をなすが、国や地域へのステレオタイプなレッテルだけではその人を定義することはできない。排他的な言葉を世間で耳にすることが増えたこの1年、属性に惑わされることなく、1人の「人」として多様な背景をもつ人々と出会えたことに心から感謝している。

かつて、留学先の韓国で高熱に苦しんだ際、親切にしてくれた医師に「私へのお礼はいいんだ。いつか他の国から来た困った人にこの恩を贈ってあげてほしい。僕も昔、ドイツでそう言われたんだ」と言われて以来、この、受けた恩を別の誰かに返す「恩送り」をいつか果たしたいと思い続けてきた。財団での活動が始まった当初、絶好の機会になるのではないかと考えていた。しかし、実際のところ、この1年、むしろ、他の留学生に助けられてしまい、まだ恩送りは達成できていない。これからも財団での活動は続くと聞く。引き続き、恩送りの機会を探したいと思う。

2) 専門外の人にもわかりやすく伝える責任

2025年11月、ニューオーリンズで開催されたアメリカ認知行動療法学会に参加し、成人ADHD（注意欠如・多動症）に対するアプリ研究について発表した。大会長を務めたスティーブン・サフレン先生の

講演は、温かい語り口の中にも、研究者の責任を鋭く問いかけるものであった。アメリカの状況として、根拠なき言説によって政策の誤りや差別が発生し、本来、適切な知識に基づいて行われるべき予防や治療が損なわれているということであった。そのような世界で、研究者が出来ることに、研究の実施とその根拠に基づいた情報発信、そして、心理学者として、自らの苦しみを発信できない患者に代わり、権利を守るアドボカシー（権利擁護）を担うべきことがあると述べられていた。別のシンポジウムでは「博士号をもつということは、国民の数%しかいない、科学論文を読み、理解できる人材になることを意味する。私達はその知見を、一般の人々に正しく、わかりやすく伝える義務がある」という言葉があった。

自殺予防研究の先駆者ジャン・フォーセットの言葉に「一つの実験は、千の意見に値する」というものがある。権威や経験則に頼るのではなく、客観的な研究結果に基づき、目の前の患者に必要な支援を届けることの重要性を説いている。財団では応募資料から最後の研究報告会まで、誰にでもわかる言葉で説明することが求められた。まさに、客観的な根拠に基づいた情報発信の経験となった。研究者として私が誰にでもわかる言葉で、正しい知識の情報発信をすることは、世界に貢献できることの1つになるのではないかと感じている。

3) 創発－異なる専門性が出会うことで新たに創り出していくこと－

財団の審査面接で、工学を専門とされる金子成彦先生からいただいた言葉に新たな視点を得た。「人は技法だけで変化するのはなく、人と人のエネルギーが振動し合うことで、変化が起きるのではないか。それは、工学でいう『自励振動』のようなものではないか」という言葉であった。まさに私が研究している、心理療法である「認知行動療法」の中で、本来最も大切とされている「治療的関係性の重要性」を思い出させてくれる大切な戒めとなった。外部からの強制的な力ではなく、人と人のエネルギーが振動し合う中で、患者さんの内部で変化が自律的に起きていく。この比喻は、心理療法の真髄を鮮やかに描く言葉として、これから認知行動療法の教育に携わる際に私の中に残していきたいと思う。

夏の萑崎ワークショップで、2022年度奨学生の森崇人さん達が企画されたワークショップのテーマ、異なる専門性が出会う中で新たなことを作り出していく「創発」の体験を、この1年で何度も味わった。留学生、財団や鹿島建設の方々との出会いの中で、自分の専門を新たに照らし出してみる鏡を得るような機会であった。

1月、渥美伊都子顧問が逝去された。顧問から引き継がれた「国を越え、人と人として会い続けること」「研究により得られる根拠を誰にでもわかりやすく伝えること」「専門にとらわれず交流すること」はこれからも受け継がれていくことを今、確信している。平和が当たり前ではなく、不断の努力の積み重ねで紡がれていたことを痛感する昨今。財団のありようを大切にしながら、私自身も、人と人で交流し、正しい情報を発信し、平和の実現に向けて、今できる目の前のことを続けていこうと思う。