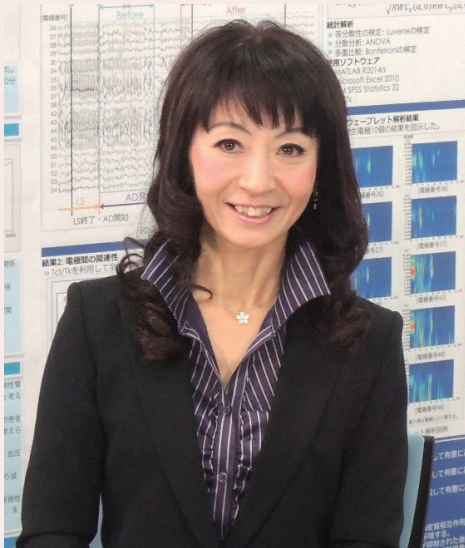


水野(松本) 由子 応用情報科学研究科 教授／ 博士(医学)、博士(工学)

Interview
2014年12月



Profile

- 奈良女子大学理学部物理学科 中退
- 滋賀医科大学医学部医学科 卒業
- 大阪大学医学部附属病院精神神経科 研修医
- 大阪大学大学院医学研究科
博士課程内科系専攻精神神経科学 修了
- 大阪大学医学部附属バイオメディカル教育研究センター
基礎系医員
- 大阪大学大学院基礎工学研究科
ポスドク・リサーチ・アソシエイト
- Johns Hopkins University, Department of Neurology,
Postdoctoral Research Fellow
- 大阪城南女子短期大学
人間福祉学科、幼児教育科、専攻科幼児教育専攻 助教授
- 大阪大学大学院工学研究科
博士後期課程情報システム工学専攻 修了
- 兵庫県立大学大学院応用情報科学研究科
助教授→准教授→教授

精神科の医師であり、医学と工学両方の領域を併せ持つこの分野で精神医療の発展に大きく貢献する脳の研究を行っています。

Q1. 医学・工学の両方の知識や技術を活かした脳の研究とは、どんな研究でしょうか。

脳波、脳磁図、fMRI、脈波、心電図などを使い、ストレスのあるときや精神不安定なときの脳の状態や自律神経を調べています。例えば、楽しい気持ちや安静な気持ち、あるいは怖い気持ちやトラウマなどに関連する状態です。実験的に情動刺激環境を作り、人の気持ちがどうであるかと同時に脳の状態もどう変化するかを調べています。解析したデータは膨大な数値のデータとなりますので、今度はそれを目で見てわかるように可視化します。見える精神科治療というものを目指しています。

Q2. 研究は長期間にわたって行われるのでしょうか。

そうですね。研究はまず計画をたて、測定・解析を行い、結果を出します。その後、論文や学会で発表します。その過程は数年かかることもり、複数のプロジェクトを同時に進める事になります。

また、これまでに国内外の大学、研究機関、そして企業と共同研究を行ってきました。共同研究を行うことで自分の研究分野や活動範囲を広げることができます。

Q3. 長期間にわたる研究と家庭の両立はどうされていますか。

一番大切なことは時間管理で、私は時間手帳を作っています。朝起きてから夜寝るまでそれぞれの時間に何をしたらかを書いています。自分の時間の使い方を振り返ることで、明日、明後日と、未来の時間の使い方がうまくなります。

二番目に大切なことは集中力です。一旦何かをやると決めたら、そのことを最後までやり遂げることが大切だと思います。

三番目に必要なことはオンとオフの切替です。休むなら休む、寝るなら寝る、食べるときは食べる、研究するときは研究する。そういうメリハリをつけていて、私はオフのときは毎日泳いでいます。運動している間はそのことに集中しますので、一日の出来事をすっかり忘れる事ができ、切替ができます。

Q4. 研究分野で活躍する女性研究者として、後輩の女性の皆さんにアドバイスをお願いします。

自分がやりたいことと、自分ができるところをよく見極めて、それを実際にやってみる実行力が大切だと思います。実際にやってみると、うまくいく時もうまくいかない時もあります。しかし一喜一憂するのではなくて、どんな時でも楽しく続けることが大切だと思います。1つ成功するのに、その10倍ぐらいは失敗していると思います。でも失敗した瞬間に「次じゃあどうしようかな」「それをしたらどう楽しいかな」ということを考えて楽しみながらその壁も乗り越えてきました。

Message

実行力と集中力。
楽しみながら継続を。

