

## 時期：修士1年 前期 (医学物理士コース)

	6:00	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	23:00	0:00	1:00	2:00	3:00	4:00	5:00						
月	睡眠	睡眠		授業			お昼	研究室			アルバイト			研究室		帰宅							睡眠							
火	睡眠			病院			お昼	病院			研究室				帰宅								睡眠							
水	睡眠			研究室			お昼	研究室			授業		帰宅										睡眠							
木	睡眠			研究室			お昼	研究室			授業		研究室			帰宅							睡眠							
金	睡眠			授業			お昼	病院/研究室	授業		研究室		帰宅										睡眠							
土	睡眠			アルバイト																		帰宅						睡眠		
日	休み																													

1年前期には、卒業に必要な授業が多くあり、病院業務や研究テーマのための知識など覚えることがたくさんあるため慣れるまでは忙しいです。スケジュール管理を自分で行うためタスクが終わらない際は遅い時間に研究室に来ることもあります。

### 1日の流れ

～9:30

コアタイムは無いですが、自宅にいてもやる気が起こらず怠けてしまうため研究室に向かいます。

～12:00

午前中は中々エンジンがかからないため、事務作業や授業の課題などをこなすことが多いです。

～1:00

お昼休憩です。朝ご飯を基本的に食べないのでおなかはペコペコです。コンビニや大学の食堂で食べます。

～19:00

研究を進めます。まとまった時間をとれる日は少ないので集中して行います。

### 1週間の流れ

月：午前に授業があるため、研究室には午後から向かいます。夕方ごろからアルバイトに向かい、終わり次第研究室に戻ってタスクをキリのいいところまで進めます。

火：病院業務、研究室で抄読会やミーティングを行います。

水：一日研究室内で、デスクワークです。

木：一日研究室内で、デスクワークです。

金：授業、病院業務があるため空いた時間にタスクをこなすことが多いです。

土：まとまった時間が取れるためアルバイトを行っています。

日：一週間の疲れを癒すために使います。自分の趣味や買い物に出かけることが多いです。

図1:抄読会の様子

週に1回程度、代表者が最近読んだ論文についてプレゼンを行います。研究室のメンバーが行っている研究内容との比較など知らない部分が多く自身の勉強になる部分も多いです。



図2:研究室の掃除風景(写真があまりにもなかったです)

研究室は多くの方が出入りするため掃除は丁寧に行います。きれいな部屋の方が何をするにも気分がいいです。