



社会人ドクター のすすめ



どうして150万も
の学費を出す決心
ができたのか。

mickree

社会人ドクターになったきっかけ

きっかけは、所属している企業と、出身大学の共同研究でした。

金・時間・労力の集中投資で成果を出す

社会人の強みはなんといってもお金があること。

お金で解決できることはさっさと解決しちゃいましょう。

（社会人）わからないことがある→本屋にタクシーで行く→調べる→答えになりそうな本がある
→即購入

（学生）わからないことがある→図書館へ行く→古い本が多くいまちやる気が出ない→ようやく
みつけた本を借りる→本が汚くてやる気が出ない→ようやくなじんでくる→返還期限→一度返
して再度借りる→その本がほしくなる→意を決して買う

社会人は、時間のかわりにお金を得ているので、成果を出すためなら惜しみなくお金を使いま
しょう。

この本を見ていただいた方へ

私は社会人博士課程を1年半やった後、会社を辞めて現在純粋な博士課程の学生として学生生活を送っています。

とても充実した毎日です。

この本を書こうと思ったのは、社会人学生をやってみたいがどうしていいかわからない、そんな人に私の経験を役立てたい、と思ったからです。

しかしながら、いざ書いてみようと思うと何を書いてよいかわかりません。

もし、あなたが知りたいことがありましたら、ぜひコメントのページを使って質問をお寄せください。

なお、2012年5月1日現在、ページを増やし続けています。

週1回以上は更新していますので、よかったらブックマークで定期的な確認をお願いします。

家族仲良くする

社会人ドクターにとって、家族の協力は必要不可欠です。

私は現在、妻と、3歳になる息子がいます。

会社は残業や出張も飲み会も多い、いわゆる一般的な会社です（今は退職しましたが）。

残業については、月平均4、50時間という程度です。

出張は、月1～2回、日本国内の一泊出張がメインでした。

ノミネーション文化の強い会社ですので、週に1～2回は激しい飲み会（次の日二日酔いか寝不足になる程度）がありました。

そんな状況なので、平日の時間の捻出にはかなり限界があり、必然的に土日に勉強をすることになります。

しかし、平日も家にいないのに、土日も家にいないと、当然妻の不満は募っていきます。

そんな状況にもかかわらず、我が家はかなり家族の仲が良いほうだと自負しています。

ポイントは次の2点です。

①夢の共有

②妻を神様だと思う

夢の共有については、結婚前から、月1回の会議を6年以上続けています。

その会議では、共通の友人と遊ぶ予定など、日常の細かい予定の確認もしますが、最重要なのは「ぼくたちは将来にわたってどういう楽しい人生を築き上げようか」というテーマに対する話し合いです。

これがあったから、妻にとっても、私が土日も家にいないことが、単なるつらい日常ではなく、夢へのプロセスと考えられたのでしょ

②については、わかりにくい表現だと思います。

例えば、雨が降っても地震が起きても、私たちは自然という神様に文句を言うことはないでしょう。黙って耐えます。そして、（人によりますが）一見何の意味もなさそうに見える、お祈りやお供え物をし続けるのです。

すると、ごくたまに神の御加護とも思える運が舞い込みます。

そこには必然性も確実性も関係性もないかもしれませんが、そのように考えることもできるでしょう。

さて、妻はどうでしょうか。

女性は付き合い始めは神様のようなものです。

自分を好きと言ってくれて、それほどの努力をしなくてもいろいろと施してくれます。

しかし、結婚、出産、と過ぎていくと、どんどんとその施しは減っていきます。

（男性から見ると）意味も分からず不機嫌になってしまって、自分を困らせます。

男性はそれを見て、妻は変わってしまったと嘆きます。

しかし、妻を神様とみなすとどうでしょう。

たまの不機嫌は雨のようなもの、それには文句を言わず、黙ってお祈りをし続けましょう。

つまり、ひたすらに手伝いをし続けるのです。

マッサージをしてあげるのもよいでしょう。

すると、ご加護があります。

たまにコーヒーを入れてくれます。

自分の考えを理解してもらえます。

付き合い始めのような、何の努力もしなくても自分を愛してもらえる状況というのはまずありません。

妻に尽くす努力をしましょう。

そうすることで、妻から再び愛をもらえます。

前述した神様にお供え・祈りをささげていればたまにご加護がある、というレベルよりもはるかに高い確率で、妻から愛をもらえます。

社会人ドクターと全然関係ないじゃないかと思われるかもしれません。

しかし、家族の協力、愛なくしては社会人ドクターを継続しようというのは相当に厳しいでしょう。

今からでも遅くはありません。

妻の不機嫌には深呼吸でじっと耐え、靴下を洗濯機に入れるような小さなことをし続けるのです。

社会人ドクターにかかるお金

入学金：22万

半年分の授業料：28万

3年間で卒業する場合

$22万 + 28万 \times 6 = 190万$

190万かかります。

そのほかには、社会人パワーを生かして関連書籍は惜しみなく買っていましたし（10万ぐらい）

、
金で時間や集中できる環境が手に入るならば惜しみなく使っていました。

190万はいいとして、そのほかにも金をつぎこむのは、190万払った上に卒業できない、形としては何も残らない、という最悪の事態を避けるためです。

うまくいけば、成果が出て、国際会議に発表に行ければ、旅費分は研究費から出ますので、その旅費だけで半年分の授業料に匹敵する可能性もあります。

学会に行けば旅行ができる(笑)→そのためには論文を何としても書かなければいけない→結果として成果が残り、卒業も一歩近づく

という好循環を生み出すためには惜しみなくお金を使っていました。

社会人ドクターを始めるための決断

ドクターを始めるにあたって、やるかやらないかを決断しなければいけない。

社会人ドクターを始めるにあたっての決断であるが、決断というものはどうも大げさに考えられる傾向にある。

というのは、やるかやらないかのゼロイチ思考に陥ってしまっている人が多い。

本当はこの間に、自分は本当に何をやりたいのかを考える、どういう大学があるか調べる、勉強時間を確保するための日常生活の中での様々な工夫を模索する、などなど、決断する前にやるべきことは山のようにある。

社会人ドクターを始めるか否かに関わらず、人生の大きな決断となると、どうもそれをやるかやらないかに目を奪われて、こうした小さなステップの存在を忘れがちだ。

「やるかどうか考えている」、という表現がよく使われるが、本当に考えているだけでは結局は悩み続けるだけである。

私はここでいう「考える」というのは、上記で述べた小さなステップをこなすことであり、それをこなす中で、本当にその社会人ドクターをやりたいのかどうかがわかってくると考えている。そのステップをこなす中でわくわくしてくるなら、それは本当にやりたいことであり、面倒くさくなるならば、それは実はやりたいことではない。

なんとなく現状に対する不満が、「社会人ドクターでもやってみようかな」という考えに現れただけである。

「調べながら考える」、この考えをおすすめします。

社会人ドクターになろうと思った理由

自分の性格は繊細であると思っている。

繊細というのは、傷つきやすいということでもある。

人が何とも思わないちょっとしたいやなことを、ずっとくよくよ悩み続ける。

現在著者は33歳であるが、この性格を、27年間本当にいやだと思い続けてきた。

例えば会社で、現場に配属され、6歳下の高校卒の同期に仕事でばかにされる。

耐えられない。屈辱だった。こんなに年下の人にばかにされるなんて。

おれはもっとすごいはず。

そう思い続けて、プライドを守るためだけに、よくわからずに資格にチャレンジしたこともあった。

そうして簿記3級、ビジネス実務法務3級、知的財産検定2級、第2種電気主任技術者、エネルギー管理士などの資格を取り続けた。

多少のプライドは満たされてきたが、まだしっくりこない。

それが大して仕事できることにつながらない。

でもあるとき思った。

自分が傷つかなかっただら、こんなに努力しただろうか。

自分は傷つくことによって、それを克服しようとする才能があるのではないか。

27年間いやだと思い続けた自分の性格を、裏返してみると、繊細だからこそ努力できるという才能とみることができのではないか。

そしてそれを生かせば、一つのことに集中させれば、何かを達成させられるのではないか。

でもそれが何かはやっぱりまだわからなかった。

こうしたもやもやとした思いを抱えていたところ、社会人ドクターの誘いを受けた。

大変そうだからと一度は断ってみた。

しかし、もしかして探し求めている、自分の力を集中させるべき何かはこれではないかと思い直し、社会人ドクターの入学を決意したのでした。

英語ができるようになるまで

現在、状況や内容にもよるが、1対1ならば英語で研究の話をできるぐらいの英語力はついた。社会人ドクターを始めるまでは無理だった。

それまではTOEICを何度も受けた。

大体いつも600点前後をふらふらするようなレベル。

でもなかなかまともな会話はできなかった。

社会人ドクターになってからは、ドクターならば国際会議に一度は出たい、それに研究費で海外に行けるなら、授業料のもとをとれるかもしれない、このように思うようになった。

香港で行われる国際会議に論文を出すことにした。

はっきり言って論文を書くのに慣れていないわけでもなく、国際会議への論文提出は無謀ではあった。

しかし、香港旅行という人參を目の前にぶらさげてひたすら論文作成をした。

やっとの思いで日本語6ページを書いたが、ここからが本番。

全日本語を英訳しなければならない。

最初は一文に下手をすると30分程度かかってしまう。

100文はあるだろうから、このペースだと絶対に終わらない、、

泣きそうになりながらもやり続けたら、だんだんとある法則に気づいた。

法則というほど大げさではない、英語をやるには超基礎の基礎、主語と動詞を見つけることである。

一文の英訳に30分かかっていたときにはあまり気づかなかったが、とにかくこの主語、動詞をみつめようとする、その後の英訳が進むのである。

6ページ、100文の英訳をやる中で、自然と思考回路が主語動詞、主語動詞、という風が変わってきた。

やっとの思いで完成させて、無事に学会発表を行ってきたところ、学会での質疑はたどたどしいながらも沈黙になることはなかった。

そればかりか、ホテルのフロントとのやりとり、レストランでのやりとりなどに対するストレスが、以前より格段に小さくなっていた。

今までTOEICの対策本とかで勉強してきたのはなんだったのか、と思った。

振り返ってみると、本田直之さんの著書「レバレッジ英語勉強法」にもあるとおり、ある狭い範囲、今回の例でいえば論文を仕上げることに集中して勉強したのがよかった。

勉強というよりもとにかく仕上げるしかない状況に身を置いたのがよかった。

締め切りのプレッシャーとともに、強制的に一日に何時間も英語に触れた。

そのことがよかったのだと思う。

英語を話せる、話せない、と、これもついでロイチ思考で考えてしまう。

しかし実際には、これの間にもいろいろある。

私も英語のニュースはたぶん聞き取れないだろうが、自分の研究についてゆっくりと1対1でしゃべる、ということはある程度できる。

つまり、英語ができるようになるには、ある程度限定された状況で練習し続けるのがよいだろう。

とりあえずはそれぐらいのレベルになれたこと、社会人ドクターをやってよかったと思った一つである。

締切効果を利用した研究の強制執行

社会人ドクターをやっていると、よくかけていただける声が、「よくそんな時間あるね。」という言葉。

たしかに。

冷静に考えるとそうかもしれません。

けど、仕事が増えただけと考えることもできる。

つらくても、仕事の締切はたいていはどうにかこうにか守ろうとするもの。

だったら研究も同じようにすればいいのではないか、こう考えた。

そして、一般的によくありそうな考えである、「成果が出たら学会発表」とか、「結果が出たら研究打合せ」という発想をやめた。

かわりに、「学会に出すことを先に宣言する」、「先生と打合せの約束を先にしてしまう」、という発想でいくことにした。

そうすれば、強制的に締切が設けられ、ある意味徹夜してでもやらざるをえない。

締切さえ決まれば、学会に出すには○日までに論文をださなきゃ、論文を書くには△日までには結果を出さなきゃと、スケジュールがある意味自然に決まってくる。

すると毎日睡眠不足である。

それはしかたがない。

逆に言えば、これをこなせば成果が出るのだから。

これを、「成果が出たら学会発表」の発想でいくとどうか。

今月は○○の業務で忙しいから来月からやろう。

来月になると、急きょ○○の業務が入ってきた、忙しい。

妻が体調を崩した。

子供が体調を崩したから治るまでは子供優先で。

昨日は懇親会で飲みすぎて体調が悪い・・・

そもそも働きながら勉強するのに無理があるんだ。

やっぱり社会人ドクターなんて無理だったんだ。

いや、卒業を延期すればいいのでは？

もともと3年で卒業というのに無理があるんだ。

そうか、4年で卒業にしよう。

となると今はまだ余裕があるな。

いくらでも言い訳していつまでたっても終わらない。

強制的に締め切りを設けるから、何とかタイムマネジメントをし、家族を含めた体調管理に注意をするのです。

必要なのは、自ら強制的に締め切りを作り出す勇気。

一度設定してしまえば、あとは何とかできます。

その締切に対して成果が中途半端だとしても、設定しないよりは確実に研究は進んでいること
でしょう。

才能や頭の良さよりも重要なもの

社会人ドクターに限らず、勉強や研究をするにあたり、悩むことがある。

「自分はそんなに頭よくないし」

「あいつは頭いいからあいつなら簡単にできちゃうんだろうな。」

自分も非常にこう思う。

はっきり言って上には上がいて、自分よりはるかにできると思っている人でもこういうことを言う人がいる。

あんなに頭いいのに、と思うが、よく考えれば優秀で上に行く人ほどどんどんできる人が集まって、必ずそれを越す人がいるものだ。

こう思うことはごく自然なことだろう。

だから問題は、こういう考えが浮かんだ時の対処法、別の考え方である。

「努力に勝る才能なし」

などという言葉があるが、その通りだと思う。

才能はあるけど怠ける人、ヤル気にムラがある人などはたくさんいる。

その欠点によって頭はいいのにそれほど成果の出せない人もまた多いはず。

だから才能や頭の良さだけでは判断できない面もある。

自分は努力し続けることを最近重要視している。

人生で一番がんばったとき、人によると思うが、ここでは受験勉強を例にしてみよう。

受験勉強のように長期間にわたって努力をし続け、終了後、「もう二度とあんなにがんばりたくない」と思うかもしれない。

しかし、あのような努力を今後数年間、極端に言う的一生やり続けるとどうなるか。

相当な自分レベルアップができるのではないか。

仮に10年後を考えてみれば、前述の才能はあるけどムラのある人と、10年間受験勉強並みの努力をし続ける人がいたら、さすがに後者のほうが勝つだろう。

中学、高校、大学などでは、そのような頭の良さといった、短期的なもので運命が決まる部分はある。

しかしながら社会人になってからの人生は長い。

継続的な努力が求められるだろう。

才能を考えるよりも、いかにしたら努力し続けられるか、こちらを考えたほうがよい。

逆に言えば、努力し続ける自信のない人には、社会人ドクターはあまりおすすめできない。

ただ安心してほしい。

努力し続けるために工夫してきたことも、本書では誰でも実行可能なノウハウとしてお伝えしたい。

初めての国際会議

修士課程時代、自分は国際会議には参加できなかった。

念のため説明しておく、私がここでいう国際会議とは、色々な国の人に参加する学会である。通常修士課程では、よっぽど優秀な人でないと国内の学会で発表するのが精いっぱいであり、国際会議はあこがれの的といった感じである（私の主観かもしれないが）。

しかしだからこそ、修士課程で国際会議に出したことがある人を見ると、劣等感を感じたりうらやましくなったりした。

そして、もっと自分も頑張っておくべきだったのかなとの思いが、社会人になって数年経っても残っていた。

社会人ドクターになったとき、とにかく一度は国際会議に出して、この劣等感にけじめをつけようと思った。

しかし英語の論文は、予想通り苦しい。

私が初めて出した国際会議は、12月31日500word以内のアブストラクトの提出、4月1日フルペーパー（A4 6ページの論文）提出であった。

まずこの500wordのアブストの提出だけでも一苦勞である。

本当に一つ一つの単語を調べなければならない。

文章も一つ一つ主語、述語を考えなければならない。

そしてフルペーパー。

英語以前に発表するネタを考えて、計算し、図表を作成するのがきつい。

さらにはそれを日本語で説明。

ここまですらヒーヒーなのに、ここからが本番、英訳である。

本当に作業が進まない。

ほぼ間に合わないかと思ったとき、締切が運よく2週間延長になったためになんとか提出できた。

しかし提出してからは楽しみばかり。

7月の香港での開催であったが、はっきり言って旅行気分。

まず参加者に対するおもてなしの姿勢がすごい。

香港だけに、飲茶体制が整っていて、常に好きなだけ飲み食いできる感じ。

焼売とか、コーヒーとか、ケーキとか。

さらにはハーゲンダッツアイスも食い放題。

香港サイコー。

もちろん発表の準備はしっかりしたし、ほかの人たちの発表もしっかりと聞いた。

自分に質疑応答のノルマを課した。

この発表では必ず質問をする、というつもりでのぞめば、集中力も高まるし、質問すべき部分も考えるようになる。

おかげでとりあえずの度胸も付いた。

懇親会は本当に盛り上がって楽しかったし、なんか日本の学会とは全くスケールが違うという感じ。

空き時間で観光も楽しみ、本当に苦労したかいがあったというもの。

そもそも今まで卒業旅行と新婚旅行しか、海外旅行をしたことがなかったのが、研究費で旅行（いや、ほんとは出張なんですけど）できるのがありがたい。

そのうえ英語の勉強にもなるし論文を書いて発表するという経験そのものにもなる。

はっきり言って苦労した分得られるものは非常に、非常に大きい。

これからも出し続けよう！

海外旅行のために(笑)

社会人の強み

修士課程時代、研究は大変だった。

今現在、仕事も大変である。

社会人ドクター？今大変な仕事をやる上に、さらに修士課程時代に大変だった研究をやるの？
苦しみは2倍になるんじゃないの？

やってみた経験から、1倍はまずありえません。

ただ、2倍かというのと、そうでもありません。

結論から言うと、3割増し、程度でしょうか。

学生時代は、やはり研究というものの自体が初めてだし、プレゼン力も、文章作成能力など、社会人に劣る部分は多い。

社会に出てから8年後に社会人ドクターの取得を決意したわけですが、学生時代よりは意外に楽に感じたのが、プレゼン、資料作成、文章作成、プログラム作成、等々でした。

そのほかにも、目標に向かって最短距離を走る方法、自己管理能力（すなわち時間を捻出する力）などなど、あげればきりがありません。

やはり社会に出てきつい状況で成果を出す訓練は、研究にも通用するということが経験としてわかりました。

よく考えてみれば、学生時代は論文等の締切はあるものの、やはり追い込まれることが少ない。それに対して社会人は、常に複数の締切に追われ、複数の会議、打合せの準備にも追われている。

毎日が追い込まれ続けながら成果を求められ続けるという訓練は、学生にはないものである。必然として、能力はどんどん上がっていくようだ。

周りはできるのになぜ自分はこんなにできないんだ、と思うことが仕事をしていると多いが、それは周りに優秀な人が多いからであり、そんな人を見ていると気づかずに自分も成長しているようである。

ある意味学生という過去の経験を再度すると、あの頃ほどの苦労はなく、どうにかこうにか要領よくやっていることに気づいて驚いた。

ただこれは、けっこう楽な生活を送っています、という意味では決してありません。

当然ながらただでさえ仕事で忙しいのだから、もっと追い込まれることは間違いありません。

言いたいのは、2倍ほどつらくはなりませんよ、数年間の社会人経験が、大変さをせいぜい5割増しぐらいに抑えてくれますよ、ということです。

社会人ドクターへの第一歩となる最初の行動は何か

なんとなくやろうと思う。

ずっとやろうと思うけど今は忙しい。

いつかやろうと思っているけど何から始めていいかわからない。

始めるってすごく大きな決断な気がして足がすくんで動けない。

社会人ドクターに限らず、転職や資格の学校に通うとか、少し大きな決断となると、このように考えてしまう人が少なくない。

自分も、何度足がすくんで動けなくなり、そのたびに自分の勇気や決断力のなさに嫌気がさしたことか。

でもこれは自然なことである。

問題は、どうやってこの思いを断ち切ったか。

結論から言うと、特に断ち切ったわけではない。

ただ小さな第一歩から踏み出した。

そもそもこういう大きな決断となると、すぐにゼロイチ思考で考えてしまっただけでゼロを選択してしまう。

やるかやらないか→今はやめておこう。

でもゼロの次はイチではなく、例えば0.01だと思うのです。

第一歩は、どこの大学に行こうか、なんとなくネットサーフィン、これは立派な第一歩だと思うのです。

そして次の一步を踏み出せばいいのです。

次の一步は、例えば資料請求。

こういうことをやって例えば5つほど大学のパンフを集めると、今度はそのパンフをながめる。

これも第3歩目(?)なのです。

この時点で0.03です。

そこでじっくりこなければ、やめる選択をしてもいい。

まだ気になることがあるのなら、例えば面白そうな研究をしていそうな教授や研究室があったら、またそれをネットで調べればいいのです。

また0.04になります。

こういうことを細々とやっていけばいいのです。

はじめから、やるかやらないか、と考えるよりもよっぽどいいです。

そもそもやるかやらないかを考えるには、ゼロの状態では材料が少なすぎます。

「考える」という言葉、頭だけで思考をめぐらすというイメージが強いと思います。

でもそれではふつう何も生まれません。

私は「考える」という言葉は、「調べる」に近いと思っています。

調べて材料をそろえていると、どんどん気になることがさらに出てくる。

それを調べ続けていると、自然に「こうしたい」、「やっぱりめんどくさそうだからやりたくないかも」などという結論が見えてくるのだと思います。

気負わずにネットサーフィンという第一歩を始めましょう。

もっとも、社会人ドクターをやってみたいと思ってこの本を見つけてくださった方は、もうとっくにゼロの域は脱していらっしゃるのでしょうか。

その調子で頑張りましょう！

全力で応援します！

社会人ドクターの1週間

月曜日。

やばい。

論文を昨日までに提出しなければいけなかったのに、まだできていない。

先生にご迷惑をおかけしてします。

なんとかしないと。

とりあえずは3時半起床。

日課の15分ランニングの後、着替えて寝ている妻と子を横目に家を出発。

4:46の電車を出発。

職場の最寄駅までは約80分、乗換は3回。

都内在住、職場は神奈川だから、けっこう座れることも多い。

ましてやこの時間であれば、確実に座れる。

今日のスケジュールを手帳で確認しつつ、うとうと。

6:00最寄駅着。

ガストに寄る。

ここで朝食を食べながら研究活動。

新聞もただで出てくるしプレミアムカフェでドリンク飲み放題で355円は安い。

8時前に職場へ出発。

21時まで仕事。

22時半帰宅。

家族は寝ている。

夕飯食べて風呂に入って23時半就寝。

火曜日。

3時半起床。

眠い。

でもがんばって走って昨日と同じパターン。

8時までガストでやるが、終わらない。

やばい。

先生にご迷惑が。。

21時まで仕事。

22時半帰宅。

23時半就寝。

水曜日。

3時半に起きようとするも、早くも疲れがたまったのか、5時起床。

寝坊。

あー、起きれなかった。

妻に寝坊しちゃったというと、体が休みを欲していたのでしょ、よかったですよねとなくさめられる。

久しぶりに家族と食事して6時半出発。

久しぶりにいつも通りの時間に出勤。

せっぱつまってなきゃこんなに余裕がある生活が送れるのに。

早く論文終わらせないと。

でも今日は飲み会。

6時終業。

飲みに行く。

泥酔。

電車に乗るも、山手線をぐるぐるして変な駅で降りる。

タクシーで帰宅。

時間も金ももったいない。

木曜日。

当然ながら早起きできず、5時起床。

二日酔いでぐったり。

罪悪感。

当然勉強できず。

だんだんとあきらめムード。

もう週末にかけようかな。

金曜日。

二日間研究していない罪悪感から、意地の3時起床。

電車勉強。

ガスト勉強。

なんとか入社前に2時間できた。

22時半帰宅。

明日は休みだからちょっとゆっくりして、24時就寝。

土曜日。

6時起床。

とりあえず休日の日課である、息子を連れての朝散歩した後、みんなで朝食。
幸せ。

休日の食事の片づけはなんとなく自分の仕事になりつつある。

時間を生み出そうとして購入した食洗機がフル回転。

9時に家の近くの喫茶店、ペロチェへ。

180円コーヒーで12時まで勉強。

ようやく終わりが見えてきた。

お昼は家に帰ってみんなで食事。

幸せ。

30分のつもりで昼寝。

しかし疲れがたまっていたのか結局2時間も経過。

油断したか！

けどとにかくやらなきゃまずいので3時半から今度は家の近くのガストへ。

2時間勉強。

夜は家に帰ってみんなで食事。

「パパが家にいないから・・・」

妻の不満がでてきた。

やばい。

明日はちょっとみんなでお出かけしないと。

日曜日。

5時起床。

家の近くのロイヤルホストへ。

ここでようやく終わりが見えてきた。

8時帰宅。

朝食を家族と一緒に。

「今日は午前はおでかけしよか。」

昼食後、研究。

ようやく終わった論文を先生へ提出。

一週間遅れ。

すみません。。

でも夜はとりあえず一段落したので350ビールを。

幸せ。

今週もあまり一緒にいられなくてごめんね。

とまあ、こんな感じの一週間です。

これはまあ大変な時の一週間。

締切に追われていないときはここまで早起きしたりはできないかな。

家族との食事時間が幸せです。