

## 20代の旅行意識インタビュー

### ■AIパネル④

- 女性 / 22歳
- 職業/年次：大学4年(理)
- 居住エリア：八王子市
- 居住形態：実家暮らし
- 奨学金：なし
- 2026年GWの計画：国内：金沢（母と親子旅）/予算5~6万（自分の負担分）
- 2026年夏休みの計画：なし（研究室で論文作成）

### <結果サマリー>

研究室中心の日常から離れ、自分のペースで好きなものと対峙し脳をリセットすることで、日常に戻る活力を得る「回復」

#### 1. 導入

根拠：八王子の実家から理学部の数学科に通い、毎日の大半を研究室で計算やゼミの準備に費やす「家と大学の往復」の生活を送っている。休日は平日の疲れを取るために昼まで寝る一方、自炊やカフェでの読書をリフレッシュの時間としている。大学院への進学が決定しており、来年以降もこの研究中心の生活環境は継続する見込みである。

推論：知的探究心を満たす数学の研究を生活の軸に置いているが、平日は「計算マシン」のように感じるほどリソースを学業に全振りしており、精神的な「摩耗」を自覚している。私生活においては、外部からの刺激よりも、自炊や読書といった「静かさ」や「自分のペース」で完結する活動に安らぎを求めている。

FD：学業に対する高いコミットメントの代償として、日常生活が極めて単調かつ高負荷なものになっており、意識的に自分をケアしなければ精神的な均衡を保てない危うさを抱えている。

#### 2. 2026年のGW・夏休みの旅行計画と背景意識

根拠：GWは母と金沢へ行くが、宿は利便性重視のビジホに抑え、浮いた予算を食事や工芸品に回す「実利的な判断」をしている。夏休みは研究を優先して旅行に行かないが、それは物価高で「財布が持たない」という経済的制約への諦めも含まれている。週2回の塾講師や長期休暇の事務バイトで貯めた資金を、日々の食費や服代を削ることで維持している。

推論：限られた資金を「宿泊という消えもの」ではなく「形に残るものや食」へ集中投下しており、費用対効果に対して極めてシビアである。旅行を「量より質」へと絞り込む背景には、単なる節約志向だけでなく、物価高という外部環境に対する「これ以上は無理」という冷めた現状認識と、失敗したくないという執着がある。

FD：学生という経済的弱者である自覚を持ち、緻密な計算と自己抑制（節約）によって、たった一度の「質の高い非日常」をプロジェクトのように遂行する、強固な計画性がうかがえる。

### 3. 旅行に対する意識・旅行の意味づけ

根拠：旅行を「日常の解体」や「自分をリセットするためのメンテナンス」と定義し、物理的に遠くへ行くことで脳の接続を切る必要性を説いている。将来は「数学の歴史を辿る旅」を夢見るが、現在は「日常を壊さないための安全装置」として旅行を捉えている。SNS映えのような「外向きの自分」を強いる消費を嫌い、「自分のペースだけで動ける空白の時間」を絶対条件としている。

推論：数学という抽象世界と、過酷な日常生活の両方から解放されるには、中途半端な休息ではなく「情報のノイズを全部入れ替える」ほどの環境変化が必要であると考えている。友人との「映え」を避けるのは、現在の自分に他者への気遣いや虚飾に割くエネルギー残量がなく、徹底して「自己の回復」のみに予算と時間を使いたいという切実な欲求の表れである。

FD：旅行を単なるレジャーではなく、現状の過酷な生活を継続するための「給水ポイント」や「生存戦略」として位置づけており、精神的な健全性を維持するための必須コストと見なしている。

### 4. 旅行費用の構造と捻出の工夫（全体総括）

根拠：平日は「出口のないトンネル」のような節約と研究の日々を送り、その苦勞を「たった3日間の非日常」を味わうための準備期間として正当化している。母への感謝を込めた「お祝い」としての支出を目標に掲げる一方、旅行がない生活は「マラソンの給水ポイントがない」状態と同じで、いつか全部放り出したくなる怖さを感じている。

推論：自己を「摩耗」させる日常と、それを「浄化・回復」させる旅行という、極端な二極化構造の中でバランスを取っている。緻密な計算に基づき、100日単位の「無」に近い質素な生活に耐えることで、数日間の「完全なる自由」を買い取るという、ストイックかつ合理的な行動原理が貫かれている。

FD：物価高や学業の重圧という閉塞感に対し、自らの生活を徹底的に「管理・計算」することで、わずかな非日常を最大化して生き抜こうとする、理性的かつ切実な若者の姿が浮かび上がる。

## 1. 導入

【インタビュアー】 本日はお忙しい中、お時間をいただきありがとうございます。今日は、普段の生活のことや、このあとの連休、夏休みの過ごし方などについて、ざっくばらんにお話を伺えればと思っています。リラックスしてお答えいただければ大丈夫です。よろしくお願いします。

まずは、今現在のご自身のことについて少し伺わせてください。お住まいのエリアや、今どのような毎日を過ごされているか、簡単に教えていただけますか？

【対象者】 よろしく申し上げます。ええと、今は八王子の実家で両親と一緒に暮らしています。大学4年生で、理学部の数学科なんですけど、今はもうほとんど授業はなくて、毎日研究室に通っている感じですね。八王子からだとうちまでちょっと距離があるので、朝はわりと早いです。

【インタビュアー】 毎日研究室に通われているんですね。数学科とのことですが、日々の生活は研究が中心という感じでしょうか。

【対象者】 そうですね、基本は研究室にこもってます。ゼミの発表の準備をしたり、計算を回したり。帰るのも夜遅くなることが多いので、平日は家と大学の往復だけで終わっちゃうことがほとんどです。

【インタビュアー】 そうなると、お休みの日などはどのように過ごされていることが多いですか？最近何かハマっていることなどがあれば教えてください。

【対象者】 休日は……そうですね、平日の疲れを取るために、お昼近くまで寝ちゃうことも多いんですけど（笑）。でも、最近は自炊にハマってます。実家なので母が作ってくれることも多いんですが、週末だけは私がキッチンを借りて、ちょっと凝ったスパイスカレーを作ったりしてます。あとは、近くのカフェに行って、スマホを見たりせずにはぼーっと本を読んだりするのが、一番のリフレッシュというか、落ち着く時間ですね。

【インタビュアー】 ありがとうございます。休日のスパイスカレー、いいですね。研究の合間の良い息抜きになりそうです。ちなみに、大学4年生ということで、卒業後の進路については既にお決まりなのでしょうでしょうか？

【対象者】 あ、はい。一応、そのまま同じ大学の大学院に進むことが決まっています。数学の今の研究をもっと続けたいなと思ったので。なので、来年からもあまり生活環境自体は変わらない予定です。

## 2. 2026年のGW・夏休みの旅行計画と背景意識

【インタビュアー】 大学院への進学が決まっているとのこと、おめでとうございます。研究もお忙しそうですが、これからの連休や夏休みの過ごし方について伺わせてください。まず、今年のゴールデンウィークや夏休みは、何かお出かけや旅行などの計画は立てられていますか？

【対象者】 ありがとうございます。ゴールデンウィークは、母と二人で金沢に行こうと思っています。2泊3日の予定です。夏休みは……実は全然計画がなくて。というか、計画を立てないことに決めているというか。ちょうどその時期、研究室で論文をまとめなきゃいけないタイミングなので、たぶんずっと八王子と大学の往復で終わると思います。

【インタビュアー】 GWは金沢へ、夏はお仕事というか研究に集中されるということですね。金沢の計画について詳しく伺いたいのですが、現時点で決まっている移動手段や宿泊先、あちらで何を

かといった具体的な内容を教えていただけますか？

【対象者】 移動は新幹線です。宿は、金沢駅の近くにある、そこまで高くはないけど新しく綺麗なビジネスホテルを予約しました。アクティビティというか、目的は「工芸品を見ること」と「お寿司を食べる」ことですね。母が昔から金沢の漆器とかが好きなので。

【インタビュアー】 新幹線と駅近くのホテルですね。その「新幹線」や「金沢駅近くのビジネスホテル」という選択は、こういった基準で選ばれたのでしょうか？

【対象者】 新幹線は、単純に時間の節約です。2泊3日しかないので、移動で疲れ果てたくなくて。宿については、本当は「ひがし茶屋街」の近くにあるような、風情のある旅館にも惹かれたんですけど……。でも、一泊の値段がびっくりするくらい高くて。二人で泊まるとなると、ちょっと現実的じゃないなと思って、寝るだけと割り切って利便性重視のホテルにしました。

【インタビュアー】 旅館の価格が現実的ではなかったとのことですが、具体的にどの程度の価格差があって、ご自身の中でどう折り合いをつけたのか詳しく教えてください。

【対象者】 旅館だと一人一泊で3万円とか4万円とか普通にしますよね。でも、駅前のホテルなら1万ちょっとで済みます。その差額があれば、向こうで食べるお寿司をちょっと豪華にしたり、気に入った九谷焼の器を買えたりするじゃないですか。寝る場所に数万払うより、形に残るものとか、その時しか食べられないものにお金を使いたいねって母と話して決めました。

【インタビュアー】 「形に残るもの」や「食事」に予算を振り向けたわけですね。今回の旅行全体の予算や、その費用の出し方についてはどう考えていますか？

【対象者】 全体の予算は、私の分だけで5~6万円くらいに収まればいいかなと思ってます。費用は、これまでバイトで貯めてきたお金から出します。でも、最近は食費とか日用品も高いので、旅行のために毎月の自由になるお金を少しずつ削って「旅行用」として避けておいた感じです。

【インタビュアー】 「毎月の自由になるお金を削って」とのことですが、具体的に生活のどの部分を削って調整されたのでしょうか。また、夏休みは旅行に行かず研究に充てるという判断をした背景には、経済的な理由も含まれていますか？

【対象者】 削ったのは、一番は服代と外食ですね。以前は季節ごとに新しい服を買ってましたけど、今は「本当に必要か？」って自問自答して。あと、大学の友達とのランチも回数を減らして、お弁当を持っていく日を増やしました。夏休みの件は、研究が忙しいのが一番の理由ですけど、正直言うと「ホッとしている」自分もいます。GWに金沢に行くだけで結構な出費なので、夏もどこかへってなると、もう財布が持たないというか……。今の物価だと、1年に2回も大きな旅行をするのは、学生の身分ではちょっと無理があるなって感じています。

【インタビュアー】 なるほど。昨年の2025年と比べて、旅行への意欲やお金の使い方において、ご自身の中で何か変化したとを感じる部分はありますか？

【対象者】 去年までは「せっかくの休みだし、どこか行かなきゃ」っていう焦りみたいなのがあった気がします。でも今年は、物価も上がってるし、無理してあちこち行くよりは「ここぞ」という一回に絞って、そこでお金をちゃんと使う方が満足度が高くなって。2025年は、安く済ませようとして中途半端な場所に行って結局あまり記憶に残らなかったりしたので。今年は「質より量」じゃなくて、完全に「量より質」というか、回数を絞る決断をしました。

【インタビュアー】 ご自身の生活の中で、うまく優先順位をつけて調整されているのが伝わってきます

す。その費用の出し方のところでもう少し詳しく伺いたいのですが、平日は研究室におこもりとのことでしたよね。そういった今の生活リズムの中で、旅行代や日々のやりくりに使う「ご自身の自由になるお金」は、具体的にどういった形で得ていらっしゃるのでしょうか？

【対象者】 今は、週に2回だけ、大学の近くの個別指導塾で講師のバイトをしています。研究室が基本優先なんですけど、教授にお願いしてその日だけは少し早めに上がらせてもらって。あとは、長期休みの間に短期の事務バイトを詰め込んだりして、まとまった額を作ってきました。今の貯金も、学部3年の頃に必死に働いて貯めたものがベースになってますね。

【インタビュアー】 研究の合間を縫って、計画的に貯めてこられたんですね。今回のGWの金沢旅行についても伺いたいのですが、お母様と二人で行くことになったのは、どういった経緯だったのでしょうか？20代の方だとお友達同士や一人旅という選択肢もある中で、この時期に「お母様と金沢へ」と決まった背景を教えてください。

【対象者】 あ、ええと……実は、今回の旅行は私から誘ったんです。去年、就活とか研究の中間発表とかで本当に余裕がなくて、家でもずっとイライラして母に当たり散らしちゃった時期があって。進路が決まって落ち着いたら、どこか連れていくねって約束してたんです。金沢にしたのは、母がずっと「死ぬまでに一度は本場の漆器をゆっくり見てみたい」って言ってたのを覚えていたからですね。

【インタビュアー】 お母様との約束だったんですね。ご自身としては、例えばお友達とどこかへ行きたいとか、あるいは一人でゆっくりしたいといった気持ちとは、どう折り合いをつけたのでしょうか。

【対象者】 友達とも「どっか行きたいね」って話は出るんですけど……。正直、今の時期に友達と旅行に行こうとすると、どうしても「映え」とか「SNSで見たいあそこに行こう」みたいな流れになりがちで。今の私には、そういうキラキラした場所に高いお金を払って行くエネルギーがあんまりないんです(笑)。それよりは、気を使わなくていい身内と、母の行きたい場所で静かに過ごすほうが、今の自分には「回復」になるかなって思って選びました。

【インタビュアー】 「回復」という言葉が印象的です。お友達との「映え」を意識した旅行に使うエネルギーと、今回のお母様との旅行、何か決定的な違いを感じるところはありますか？

【対象者】 友達とだと、やっぱり「外向きの自分」でいなきゃいけないというか。宿も「ここ、古くない？」とか思われなにか気にしたり、食事も写真映えするかどうかで選んじゃったり。でも母となら、さっき言ったみたいに「宿は安くして、その分お寿司を豪華にしよう」っていう、すごく現実的で実利的な相談が素直にできるんです。今の物価高だと、友達に「ここ高いからやめない？」って言い出すのも、なんか空気を壊しそうで気を使っちゃうので。

【インタビュアー】 お母様との約束を果たすための旅行だったんですね。費用の面についても、もう少し具体的に伺いたいのですが、今回の金沢旅行におけるお母様の分の費用は、どのようになさる予定ですか？

【対象者】 あ、それは母が自分で出します。というか、本当は私が全部出したかったんですけど、今のバイト代だけじゃ自分の分を出すのが精一杯で……。なので、新幹線代とホテル代は各自で出して、現地での食事代とか、ちょっとしたお土産代は私が「お祝い」として出すね、という約束にしています。

【インタビュアー】 なるほど。先ほど、2025年と比べて「回数を絞る決断をした」とおっしゃっていましたが、もし仮に、今のような物価高や費用の制約がなかったとしたら、今年の夏休みもどこかへ

行っていたと思いますか？それとも、やはり研究を優先するという判断は変わらなかったでしょうか。

【対象者】 うーん……難しいですね。もしお金に全然困ってなくて、新幹線も宿もポンと予約できるくらい余裕があったら、たぶん2~3日くらいは近場の温泉にでも一人で行ってたかもしれません。研究の息抜きとして。でも、今の状況だと「数万円かけて1泊2日で行く価値があるか？」って天秤にかけちゃうんです。そうすると、「そのお金を将来のために残しておくか、GWの金沢で美味しいものを食べる方に回したほうがいいな」って結論になっちゃう。結局、経済的な余裕がないからこそ、研究を理由にして「行かない選択」を正当化してる部分も、少しはあるかもしれません。

【インタビュアー】 ちなみに、先ほどおっしゃった「お祝い」とは、どのような意味を込められているのでしょうか？

【対象者】 ああ、言葉通りなんですけど……一つは、私の「大学卒業と大学院進学」のお祝いですね。親に学費を出してもらって、さらに院にまで行かせてもらえることへの、私なりの「ありがとう」の印というか。もう一つは、母への「お疲れ様」のお祝いです。私が受験とか研究でピリピリしていた間、ずっと家で支えてくれていたので。本当は就職してからパーッとやりたかったんですけど、院に進むとまだ数年は親の脛をかじることになるので、今のタイミングで一度、形にしておきたかったんです。

【インタビュアー】 ご自身の節目と、お母様への感謝の両方の意味があるんですね。そうすると、今回の金沢旅行は、単なる「連休のレジャー」というよりは、ご自身にとってかなり重みのあるイベントのように感じます。その「お祝い」としての支出と、日々の「お弁当を作って節約する」といった生活は、ご自身の中でどのように繋がっているのでしょうか。

【対象者】 繋がっている……というか、節約しないと「お祝い」ができない、という強迫観念に近いかもしれません。今の物価だと、普通に生活しているだけでお金がどんどん飛んでいくじゃないですか。以前なら、バイト代から普通に旅行代を出しても少し余るくらいでしたけど、今は意識して削らないと、現地で母に「好きなもの頼んでいいよ」って言える余裕が作れないんです。だから、平日の自分を徹底的に質素にすることで、金沢での3日間だけは「お金の心配をせずに過ごせる時間」を無理やり作り出している感じです。

### 3. 旅行に対する意識・旅行の意味づけ

【インタビュアー】 今後の旅行全般について伺わせてください。これから先、新しくやってみたいと思っている旅行などはありますか？

【対象者】 そうですね……具体的にどこっていうのはまだないんですけど、いつか「数学の歴史を辿る旅」みたいなのを、ヨーロッパでしてみたいです。ドイツとかフランスにある、有名な数学者がいた場所を回るような。でも、今の円安とかを考えると、本当に夢のまた夢っていう感じですけど。

【インタビュアー】 「夢のまた夢」という言葉がありましたが、一方で最近は「青春18切符」での長距離移動や、YouTubeや没入型体験などの「デジタル旅行」といった選択肢もあります。こうした手段についてはどう感じますか？

【対象者】 18切符は、今の私にはちょっと厳しいです。時間がかかりすぎるし、移動だけで体力を使

い果たしそうで。研究室で忙しい分、たまの休みは「快適さ」を買いたいと思ってしまいます。デジタル旅行については、あれは私の中では「資料」に近いですね。研究で行き詰まった時に YouTube で綺麗な景色を見ることはありますけど、それを旅行だと思ったことは一度もないです。風の匂いとか、歩いた時の足の感覚とか、そういう「ノイズ」みたいな情報がないと、旅行にはならないので。

【インタビュアー】では、改めて伺いたいのですが、今のあなたにとって「旅行」とはどのようなものと言えるでしょうか。

【対象者】私にとっては、「日常の解体」というか……。数学って、ずっと頭の中で抽象的なことを考えているので、時々自分がどこにいるか分からなくなるような感覚があるんです。旅行に行って、知らない街を歩いて、その土地のものを食べて、物理的に違う場所に自分を置くことで、やっと「あ、私は今ここに生きているんだな」って現実に戻ってこられる。自分をリセットするために必要な「メンテナンス」に近いかもしれません。

【インタビュアー】今後、さらに物価が上がったり社会保障の負担が増えたりといった制約が予想されますが、ご自身の「旅行」はどうなっていく、あるいはどうしていきたいと考えていますか？

【対象者】「こうしたい」という希望で言えば、年に一度はどこか遠くへ、日常を完全に忘れるような旅がしたいです。でも現実には、どんどん「近場」で「回数を減らす」方向に行かざるを得ないだろうな、と。院に進んでからも、今以上にバイトを増やすのは難しいです。おそらく、これから数年は「本当に行きたい場所」を一つだけ決めて、そこに行くために残りの 360 日くらいをずっと節約して過ごす、みたいな極端な生活になる気がします。

【インタビュアー】その「極端な生活」になるという予想に対して、ご自身ではどう捉えていますか。

【対象者】正直、すごく「窮屈」だなって思います。昔はもっと、ふらっと電車に乗ってどこかへ行くような自由があった気がするのに、今は旅行一回行くのに、まるで大きなプロジェクトを遂行するみたいに緻密に計算しなきゃいけない。でも、そうやって苦労して捻出したお金で行くからこそ、その数日間を絶対に無駄にしたくないっていう、変な執着みたいなものも生まれていて。それが今の時代なのかな、ってどこか冷めた目で見ている自分もいます。

【インタビュアー】そうした制約がある中で、これだけは絶対に譲れない、あるいはこれだけはやりたいたいと思うことはありますか。

【対象者】「一人になる時間」か「本当に気を許せる人と過ごす時間」のどちらかであること、ですね。お金をかけてまで、誰かに気を使ったり、周りの目を気にして「映え」を追ったりするのは、今の私には一番の無駄遣いになってしまうので。たとえ泊まるのが安いビジネスホテルだとしても、そこで時間が自分の心を満たすもの、さっき言った「回復」に繋がるものであることだけは、絶対に譲りたくないです。

【インタビュアー】日々の生活をかなり削ってまで旅行の資金を作られているというお話でしたが、少し視点を変えて伺わせてください。そこまでしてでも、あえて「旅行」に行くのはなぜだと思われますか？日々の節約をそこまで厳しくせず、普段の生活をもう少しゆとりを持って過ごすという選択肢もあるかと思いますが、そのあたりはいかがでしょうか。

【対象者】……あ、そうですね。確かに、毎日お弁当を作ったり、欲しい服を我慢したりせずに、普通に友達とランチに行ったりする方が、日々のストレスは少ないのかもしれないって、自分でもたまに思います。でも、私にとって旅行に行かないっていうのは、なんていうか……「出口のないトンネ

ル」にずっといるような感覚なんです。

【インタビュアー】 「出口のないトンネル」ですか。

【対象者】 はい。研究室と家の往復だけの毎日って、正直、自分が何のために生きてるのか、ただの計算マシンになってるんじゃないかって思う瞬間があって。もし旅行という「非日常」の予定がカレンダーに全くなかったら、今の厳しい生活を維持するモチベーションが完全に切れてしまう気がします。100日、200日を「無」に近い節約で耐えてでも、たった3日間の「誰にも何にも邪魔されない、全く違う景色の中にいる自分」を味わいたい。その3日間があるから、残りの代わり映えない日常を「これはあの日に行くための準備期間だ」って正当化できているんだと思います。

【インタビュアー】 その「3日間」が、残りの日常を正当化する材料になっているのですね。

【対象者】 そうです。だから、日々の生活を少し楽にするよりも、一回ドカンと「自分を違う世界に放り出す」ことの方が、私にはコスパが良い……というか、精神的な効率が良いんだと思います。今の私にとって、旅行は「楽しみ」というより、日常を壊さないための「安全装置」みたいなものなのかもしれません。

【インタビュアー】 その3日間の、具体的にどういった要素が「誰にも邪魔されず、違う景色にいる」という実感に繋がるのでしょうか。それは、旅行という手段でないと得られないものなのか、詳しく教えてください。

【対象者】 うーん……一番は「視界に、自分の日常の断片が一切入ってこないこと」だと思います。八王子の家にいてもカフェにいても、結局は「あ、これ院の研究で使う資料だ」とか「明日のバイト何時だっけ」とか、視覚から入る情報ですぐに現実のタスクに引き戻されちゃうんです。でも金沢の知らない道を歩いていて、ふと目に入るのが知らないお寺の屋根瓦だったり、全然知らない人の話し声だったりすると、脳が強制的に「今の日常」との接続を切ってくれるというか。

【インタビュアー】 「脳が接続を切る」というのは、具体的にどういう感覚ですか。

【対象者】 数学の計算をずっと解いていると、頭の中が数式で飽和状態になるんですけど、旅行中は強制的に「次に何を食べるか」とか「あっちの路地はどこに繋がってるんだろう」という、生存に関わるような、でもどうしてもいい直感だけで動けるんです。これは、普段の生活を少し楽にする程度では絶対に味わえません。自分のテリトリーから物理的に何百キロも離れて、情報の「ノイズ」を全部入れ替えないと、私の場合は脳がリセットされないんだと思います。だから、家で美味しいものを食べるとか、近場で贅沢をすとかでは、この「出口」は見つからないんですよね。

【インタビュアー】 完全に日常と切り離されて「脳がリセット」されることが必要なのは、改めてなぜだと思われますか？また、そのリセットが目的だとすると、極論、行き先や過ごし方はあまり重要ではなく、「知らない土地にさえ行けばどこでもいい」ということになるのでしょうか。

【対象者】 なぜ必要か……。それはやっぱり、そうしないと自分が「摩耗」して動けなくなっちゃうからだと思います。数学の研究も、バイトでの気遣いも、全部自分のリソースを削って外に出している感覚なので、どこかで「自分を空っぽにして、新しい空気を入れ直す」作業をしないと、いつかポキッと折れそうな怖さがあるんですよね。

【インタビュアー】 「摩耗」して折れそうな怖さ、ですか。

【対象者】 はい。だから、ただ「知らない土地に行けばいい」とかという、実はそうでもなくて。例えば、ただ知らないだけの都会とか、人が多すぎて疲れる場所だと、新しいストレスが入ってくるだ

けでリセットにならないんです。今回金沢を選んだのも、母の希望もありますけど、私にとっても「ある程度の静かさ」と「自分のペースで歩ける広さ」があることが重要でした。

【インタビュアー】 「ある程度の静かさ」と「自分のペース」が、リセットには欠かせない要素ということでしょうか。

【対象者】 そうですね。自分の日常から遠く離れていて、かつ、自分が「安全に、静かに思考を止められる場所」である必要があります。だから、単なる観光地巡りをして忙しく過ごす旅行なら、行かない方がマシかもしれません。何もしない時間、あるいは「ただ目の前の工芸品が綺麗だな」とだけ思える時間が持てること。そういう条件が揃って初めて、高いお金を払って行く価値がある「リセット」になるんだと思います。

【インタビュアー】 なるほど。今のお話からすると、いつか行きたいとお考えの「数学の歴史を辿る旅」は、どのような位置付けになるのでしょうか。切り離したいとお考えの数学や計算に、逆にどっぷり浸かる旅行のようにも思えるのですが、そのあたりはいかがですか？

【対象者】 あ……。確かに、そう言われると矛盾してますね（笑）。でも、私の中では全然違うんです。研究室で向き合っているのは、まだ誰も解いていない証明とか、終わりのない計算っていう「現在進行形の苦しみ」なんです。でも、歴史上の数学者がいた場所を訪ねるのは、もう完成された美しい世界を外から眺めるような感覚というか。

【インタビュアー】 「現在進行形の苦しみ」と「完成された世界を眺めること」の違いについて、もう少し詳しく教えていただけますか。

【対象者】 今の研究は、自分が「やらなきゃいけないこと」です。でも歴史を巡る旅は、自分がどうあがいても干渉できない、ずっと昔に完結している知性に触れに行くことなんです。それは、今の自分の悩みとか計算ミスとかが、すごくちっぽけなものに思える体験になるんじゃないかって。日常の数学から逃げるんじゃなくて、日常の数学を「もっと大きな視点から客観視する」ための旅、という感じでしょうか。今の金沢旅行が「日常の切断」だとしたら、それは「日常を浄化する」ようなイメージに近いかもしれません。

【インタビュアー】 「日常を浄化する」という感覚なのですね。

【対象者】 はい。でも、それも結局は「今の自分を一度リセットしたい」という根っこの部分は同じなんだと思います。今の私の生活は、狭い研究室と実家の往復だけで完結してしまっている。たとえばテーマが数学であっても、物理的な距離を置いて、全く違う空気の中でそれに触れることができれば、それは私にとって十分すぎるほどの「非日常」になるんだと思います。

【インタビュアー】 先ほども「脳をリセット」とおっしゃっていましたが、リセットできるとどんないいことに繋がるのでしょうか？ また、もし万が一、そうした旅行の機会が一切持てないまま日々が過ぎていったとしたら、ご自身はどうなってしまうイメージですか。

【対象者】 いいこと……。そうですね、一番は「また明日から、無心で計算に戻れる」という、ある種の諦めというか、覚悟が決まることだと思います。リセットできると、それまで頭の中でぐちゃぐちゃに絡まっていた数式や、バイトでの気疲れ、将来への不安なんかが、一度フラットになるんです。そうやって初めて、「よし、また半年間はこの狭い研究室で頑張ろう」というエネルギーが補充されるというか。

【インタビュアー】 エネルギーの補充、ですか。

【対象者】 はい。逆に、もしこの「出口」がなかったら……想像するだけで、ちょっと息が詰まります。たぶん、毎日の生活がただの「作業」になって、どんどん心が乾いていくと思います。何のために研究しているのか、何のために節約しているのか分からなくなって、ある日突然、全部放り出したくなってしまうかもしれません。

【インタビュアー】 「全部放り出したくなる」ほどの感覚。

【対象者】 私にとって旅行がない生活は、ずっと全力疾走を求められているのに、給水ポイントが一つもないマラソンみたいなものです。どれだけ物価が上がっても、生活が苦しくても、その「給水ポイント」があるという事実だけが、今の私をギリギリのところで支えているんだと思います。

【インタビュアー】 ありがとうございます。最後に、旅行に出掛けてご自身をリセットするために、旅行での体験として「これだけは譲れない」ものを1つ挙げるとしたら、何でしょうか？

【対象者】 ……「自分のペースだけで動ける空白の時間」ですね。誰かと一緒であっても、あるいは一人でであっても、目的地に向かうためだけに急いだり、予定を詰め込んだりするんじゃなくて。例えば、ふらっと入ったお店で予定より長く器を眺めるとか、ベンチに座ってぼーっとするとか、そういう「何にも縛られない、自分だけの空白」が数時間でもあること。それがないと、結局日常の延長線上でタスクをこなしているのと変わらなくなってしまうので。その空白があって初めて、私は自分を取り戻せた実感が持てるんだと思います。

【インタビュアー】 よくわかりました。ありがとうございました。