

医学部医学科 留学プログラム 情報共有シート

氏名 田中美菜穂 学年 (留学当時) 4年

派遣期間 2018年 3月 30日 (金) ~ 2018年 6月 27日 (水)

留学先 サンフォードバーナムプレビスメディカル研究所

- 1 プログラム内容について
リサーチ・クラークシップでの留学
クリニカル・クラークシップでの留学
その他

実施内容：リサーチ・クラークシップでの留学、iPS細胞を用いて神経に分化させる

- 2 宿泊施設について
ホームステイ

- ・広さ 約 170 m² 1人部屋
- ・費用 約 88000 円 / (1か月間)

- 3 生活について

(1) 生活費 (寮費を除く)

項目	金額	内訳
食費	約 100000 円	昼食、飲み物
学用品購入費	約 2000 円	ノート、筆記用具
交通費	約 150000 円	レンタカー、ガソリン
その他	約 300000 円	ホームステイ、日用品、お土産
合計	約 552000 円	

(2) 治安状況・危険地域など

夜に出歩くことはなかったため、研究所周辺やホームステイ先周辺の治安は比較的良く感じた。
夜にダウンタウンに行くのは危ないからあまりお勧めしないと言われた。

(3) 一日のスケジュール(月～金)

6:00	6:30	8:00	12:00	16:00	17:00
	起床	研究所	昼食	帰宅	

19:00	21:00	23:00	24:00
夕食	入浴	就寝	

(4) 休日の過ごし方

研究所で終わらなかったことや論文を読むなど家でできることをやった。それ以外の時は観光したり、ホストファミリーと出かけたりした。

4 感想等

初めての研究室配属で更に海外の研究所ということで出発前は緊張していたが、研究所の方々はとても優しく、分からないことは聞けば何でも教えてくれて過ごしやすい環境だった。研究に関しては基本から教えてくれたり、自分たちの研究に関係のない手技なども見学させてくれたりしてとてもためになった。ただ最初の一か月は分からない単語がある、話す速度が速く聞きとれないときがある、など少し言語の壁を感じた。1か月が過ぎたころにはだいぶ慣れてきて自分から積極的に質問することもできるようになった。

治安も良く、気候も穏やかでとても過ごしやすい環境だった。唯一困ったことは車がないと通学できないこと。また、学校に付属する研究室ではなく研究所ということで、同年代の人がいなく日本人も一人もいない環境で研究所に溶け込むのは少し大変だった。まだ二人で派遣されたからよかったものの、一人だったら相当心細かったのではないかと思う。

ホームステイ先でもアメリカの現地の人の生活を体験できたので、アパートではなくホームステイにしてよかったと感じた。ホストファミリーからいろんな話を聞けたし、不安や困ったことがあった時に助けてくれた。

①留学を通じて感じたこと

一番感じたことは言語の壁だった。研究の内容を説明される時や、今日この後何をやるか伝えてくれる時に指導員の方も自分の研究が忙しく常に急いでいたので、一回で聞き取り理解して実行するということがはじめは難しかった。どんなに研究に意欲的であってもコミュニケーションツールである英語が理解できないとダメだと思った。

また、日本の研究室に配属されたことがないので比較はできないが、サンフォードバーナムの研究室の方は自分個人で研究計画を立て、出勤時間も退勤時間も人それぞれでとても忙しくしている様子だった。臨床医として働きながら空いた時間を利用して研究をしに来ている人や、メディカルスクールの前段階として研究をしに来ている人、研究だけを専門として朝早くから研究に没頭している人などいろんな人がいて、アメリカのそのような研究室の雰囲気を見ることができていい経験になった。

②今後、この経験をどのように活かすか

将来海外でも活躍できる医者になりたいので、今回言語の壁を感じたのは今後医学だけでなく言語の勉強も必要だということを感じて、とても良い経験になった。また前から興味を持っていたiPS細胞の研究に携わることができて一層iPSの研究に興味を持った。今回私はiPS細胞を神経に分化させたが、今度は違う臓器などに分化させてみたいと思った。

今までは日本国内で医師をすることが前提だったがアメリカで医師になることにも興味を持ち、視野が広がった。

③後輩へのアドバイス

学生のうちに海外の研究所に3か月間という長い間配属されるという経験は、このリサーチクラークシップ以外ではできないし、日本では学べないこともたくさん学べたのでぜひ積極的に参加してみてほしい。自分のやりたい研究についての事前学習と最低限の英語の勉強だけはしてから臨むべき。iPS細胞やES細胞をたくさん持っている研究室なので、そのあたりの研究は希望すれば対応してくれると思う。サンディエゴ地域の施設に派遣される場合は、車の免許があると便利。

