

# 医学部医学科 留学プログラム 情報共有シート

氏名 西尾祐紀 学年 (留学当時) 4年

派遣期間 2019 年 4 月 1 日 ( 月 ) ~ 2019 年 7 月 4 日 ( 木 )

留学先 Feldstein Lab at USCD

## 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：

## 2 宿泊施設について

寮

ホームステイ

ホテル

・広さ 約 8m<sup>2</sup> 1人部屋  
・費用 約 90000 円 / (1日・1週間・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	200000 円	昼食、夕食代(フードコート)
学用品購入費	0 円	
交通費	15000 円	Uber など
その他	20000 円	休日の外出代など
合計	235000 円	

### (2) 治安状況・危険地域など

大学周辺のラホヤはきわめて治安がよく、1人で出歩いても問題なかった。ダウンタウンも危険な地域はあるようだが、明るい時間であれば危険は少ないと感じた。

(3) 一日のスケジュール(月～金)

6:00		8:00	9:00			12:00					17:00
		起床	ラボ着	実験(17時まで)		昼食					実験終了

18:00	19:00					24:00
夕食	帰宅					就寝

(4) 休日の過ごし方

サンフォードバーナムに派遣された2人と外出したり、UCSDの剣道稽古会に参加したりした。

4 感想等

① 留学を通じて感じたこと

実験で失敗や成功を重ねることで、基礎研究の面白さ、厳しさを体験することができた。良くも悪くもアットホームな横浜市大とは違った世界を除くことができ、よい経験になったと思う。同じフロアのラボには日本人ドクターも多く、有意義なお話を聞くことができた。将来的に PhD をとって、ポスドクとして海外に留学したい気持ちが大きくなった。

② 今後、この経験をどのように活かすか

しっかりとした実験の経験もなく、外国での暮らしも初めてだったので苦労も多かったが、自分で疑問点を細かく調べたり、失敗から学んでいく姿勢が身につくよい経験になった。実験手技、論文読解力は少しずつ改善して行けたと思う。度胸という点でいえば、留学前より確実に身についたと思うので、1つ人間として成長できるきっかけになったと感じる。

③ 後輩へのアドバイス

実験手法に関しては、Feldstein Lab は qPCR, Western blotting, 染色, ELISA, FACS を用いることが多いので、2年生時の生化学実習、分子生物学実習、免疫学実習の資料をレポートと合わせて復習しておくことで実験に入っていくと楽に感じる。研究内容についての予習は難しいが、現地で論文を読んだり質問していけば問題ない。英語力の要求水準は低くないが、実験手法や研究内容を理解すれば英語についてもだんだんわかってくるので、積極的にチャレンジしていいと思う。