

医学部医学科 留学プログラム 情報共有シート

氏名 西川裕里香 学年 (留学当時) 4年

派遣期間 2018年 3月 31日 (土) ~ 2018年 7月 17日 (火)

留学先 オハイオ州シンシナティ シンシナティ小児病院

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配属先としてシンシナティ小児病院の武部研究室に受け入れていただき研究を行った。まず4月に自分の研究テーマを新しく決め、実験の方法を考え、手技などをほかの研究員の方に教わりながら研究を進めた。週一度の研究室内のミーティングで自分の研究の進捗を発表し、3か月の間に、自分の研究が今後も続ける意義があると示せるようなデータをとることを目標とした。5月にはシンシナティ小児病院の研究者が集まるリトリートが開催され、多くの研究者と交流することができた。また、基礎研究だけでなく小児病院の臨床医の先生に内視鏡の手術の見学をさせていただける貴重な機会も得ることができた。

2 宿泊施設について

○ 寮

- ホームステイ
- ホテル

・広さ 約 (自分一人の部屋) 50 m² 1人部屋 (3人で一つの一軒家を借りており一人一部屋ずつシャワートイレも別の部屋がありました)

・費用 約 7万 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	497 \$ (週 1 回程度の外食費を除く)	基本自炊+平日の昼食費・お弁当(自炊)+購入(2 \$ /日)
学用品購入費	20 \$	USB(13 \$) ホッチキス(2 \$) 電池(5 \$)

交通費	120 \$	UBER(市内、ショッピングセンターへの移動)
その他		
合計	637 \$ (≒71000 円)	

(2) 治安状況・危険地域など

シンシナティはアメリカの中ではあまり治安が良くない都市と言われますが地域により危険な場所(住んでいる人の層が全く違います)と安全な場所が分かれており安全なところに住んでいればほぼ危険を感じることはありません。シンシナティ小児病院の周辺はどちらかというと治安があまり良くないほうで、ほとんどの人はそこから車で30分~1時間のところにあるきれいな住宅街に住んでいます。ダウンタウンの周辺で危険な地域があるため一人で、また暗くなってから歩くのは危険です。また公共交通機関としてバスがありますが利用しているのは低所得層の方ばかりで普通の人は利用したことがない人がほとんどです。よって車またはUBERを利用して移動することになります。

(3) 一日のスケジュール(月~金)

6:30	7:30~ 8:30		12:00~13:00		21:00~ 23:00	21:00~23:00	23:30
起床	ラボに到着	実験・分析・論文を読むなど	ラボのみんなで昼食、またはセミナーをききながら昼食	実験・分析・論文を読むなど	帰宅	夕食を作る、食べる(遅くなった時は各自で適当に食事)	シャワー・就寝

(4) 休日の過ごし方

平日はほとんど研究以外のことをする時間がないため休日に洗濯や掃除をまとめてやっていました。iPSの培養をしているため一日も欠かさずラボに行く必要があり最初のころはラボで作業をした後家事や食材の買い出しで休日が過ぎることが多かったです。後半は市内の方に遊びに行ったり、ラボのみんなですバーベキューをしたりご飯を食べに行ったりして楽しみました。

4 感想等

シンシナティはアメリカの中西部の小さい町ですが、娯楽が少ない分研究に集中でき、留学先として選んで正解だったと思います。人々も優しくゆったりしていて、すれ違ったら必ず挨拶をする、次の人のためにドアを開けておくといった文化が根付いていたのが印象的でした。都会で生まれ育ったため車がないとどこにも行けない田舎で暮らす経験は新鮮でしたが、研究をしていると街自体の華やかさよりもラボの人々とのつながりやあたたかさの方が魅力的に感じられました。

① 留学を通じて感じたこと

1. 研究に関しては、実験手技や細胞培養の手技以上に研究の進め方についての考え方を得られたのが一番大きい収穫でした。自分一人の研究テーマで進め方もすべて自分で考えなければならなかったため最初はわからないことが多くかなり厳しい状況でしたが、周りの研究員に積極的に意見を聞きに行ったり、調べたりしながら試行錯誤するうちに最後には研究としての形にまとめることができました。考えるだけでなく実際に行動して結果を得ることができたということが何よりも得難い経験でした。また、大きく新しいことにチャレンジしてから意義を見出したものに力を注ぐという武部先生の研究への考え方は今まで自分が持っていた研究へのイメージとかなり違っていたので、最初にいい意味で価値観を壊してもらいました。

2. 日本にいた時は自分がアメリカで臨床や研究をやる意義が分からないと感じていたのですが、留学中にアメリカの研究や臨床で働く日本人の方とかかわる機会がたくさんあり、社会に対して大きなインパクトを与える研究・臨床をするには英語を使って医学を語れるようになる必要があると気づきました。

② 今後、この経験をどのように活かすか

まずは自分の研究テーマを現地のラボと連絡をとりつつ今後も進めていきたいです。私は研究の経験がなかったので、間違った方向に進まないようできるだけ自分の研究内容を発表する機会をもとうと思いき金沢でのリトリートに参加することにしました。まだ科学的に論理明快に文章を記述するという点で自分の未熟さを感じているので、金沢でのポスター発表や、レポートや今後書くかもしれない論文で練習を重ねたいです。

また、この3か月でiPS細胞の培養や基本的な実験手技が身に着いたので、次回幹細胞またはオルガノイドを扱っている研究室に自分からアプライして研究したいと考えています。

そして今後医学の勉強では、特に基礎医学の分野でUSMLEの勉強も兼ねて英語で知識をつけたいと考えています。

③ 後輩へのアドバイス

配属先の研究室をどこにするかは非常に重要であり、3か月たった後に同級生それぞれが違った経験を積んでまた集合することになります。どの研究室にもメリットとデメリットがあるため、自分が何を得たいのか優先順位を考えることが重要です。私は基礎研究をしっかりとやれてかつ臨床との距離が近い、英語圏のラボに行くということが大事だったので、学内の研究室と最後まで迷ったのですが結果シンシナティに行くことにしました。前年度そのラボに行った人からしっかり情報収集し、悔いのない3か月にしてください。