

留学記念エッセイ

山田 健二

この度、Mount Sinai Morningside and West プログラムで 2025 年 7 月から内科研修を

開始させていただくことになりました、山田健二と申します。

大学時代から初期研修、専攻医期間に至るまで、熱心にご指導くださった先生方、そ

して支えてくださった皆様に心より感謝申し上げます。

目次

□ 自己紹介

1. 略歴
2. マッチング準備

□ 体験談

3. **Temporary ECFMG Certificate** 取得まで
4. **IM Residency Match 1** 回目
5. **IM Residency Match 2** 回目
6. 今後マッチングを受ける方へ
7. シグナルについて

□ おわりに

略歴

年	月	経歴
2016	3	私立桐朋高校卒業
2016	4	千葉大学医学部入学
2022	3	千葉大学医学部卒業
2022	4	亀田総合病院初期研修医
2024	4	亀田総合病院内科専攻医（リウマチ科所属）

マッチング準備

学年/年次	月	経歴・実績
大学 5 年	12	USMLE STEP1 ⇒ 247 点
大学 6 年	12	USMLE STEP2CK ⇒ 256 点
初期研修医 1 年	9	The Queen's Medical Center, Honolulu, Hawaii Observership 参加
初期研修医 1 年	10	OET 合格
初期研修医 2 年	8	TOEFL 受験 ⇒ 96 点
初期研修医 2 年	-	マッチング参加 (1 度目) ⇒ アンマッチ
初期研修医 2 年	2	USMLE STEP3 ⇒ 237 点
専攻医 1 年	7	Somerset Family Medicine, Detroit, Michigan Hands-on 研修

専攻医 1 年	8	Brooklyn Cancer Care, Brooklyn, New York Hands-on 研修
学年/年次	月	経歴・実績
専攻医 1 年	-	マッチング参加 (2 度目) ⇒ マッチ

私が渡米を志したのは、大学 5 年に COVID19 のパンデミックで部活動が休止となり、サ

ッカーができなくなったことがきっかけでした。将来の選択肢を増やすために勉強して

みようと思い立ったのですが、振り返ると、当時想像していた以上に壁が多かったで

す。特にマッチングに一度参加してアンマッチであった経験があるため、今後アンマッ

チに

なってしまった方はご参考になれば、そうでない方も反面教師としていただければと思

います。

●Temporary ECFMG Certificate 取得まで

USMLE の勉強を開始した時は、UWorld という鉄板の参考書が 1 時間に数問しか解くこ

とができず、何千問もある膨大な問題数を解ききることができないのではないか、と絶

望しました。なんとか医学英語を読めるようになったものの、STEP1 本番では自分の英

語を読むスピードが遅く、最後の 10 問を 10 分で解かなくてはならない、という状態が
続

いたことを覚えています。試験中に冷や汗をかきました。

STEP2CK は、STEP1 よりも問題文が長く、先に受かっていた同士に Tips を聞き、問題

文を緩急つけながら要点を押さえるように読む練習を繰り返しました。おかげで、

STEP1 よりも文章は長かったですが、なんとか制限時間内に解ききることができました。試験終わりに御茶ノ水ソラシティでその同士と夕飯を食べたことはとても良い思い出です。

STEP1, 2CK を終え、初期研修医になりました。学生時代に参加した、海軍病院のエクスターンシップで初期研修先を相談し、先輩方のご推奨もあり選択した研修病院でした。

高い志の同期が多く、非常に刺激的な環境で、臨床に必要な知識が足りないことを自覚

する毎日でした。ただ、USMLE を勉強し始めた時からそうですが、渡米のモチベーシ

ョンを保ち続けることが難しいこともありました。そのような際は同士たちと定期的に

連絡を取り合ったり、すでに渡米された方から話を伺ったりすることで、なんとかモチ

ベーションを維持しました。OET もパスすることができました。Temporary ECFMG

Certificate を取得し、渡米もきっとできるだろうとこの時は楽観的に考えていました。

●IM Residency Match 1 回目

初期研修 2 年目に 1 回目のマッチングに参加しました。Publication は Case report 1 本のみ

で USCE も 1 か月程度で臨みました。幸い、面接は 10 か所程から呼んでいただきました

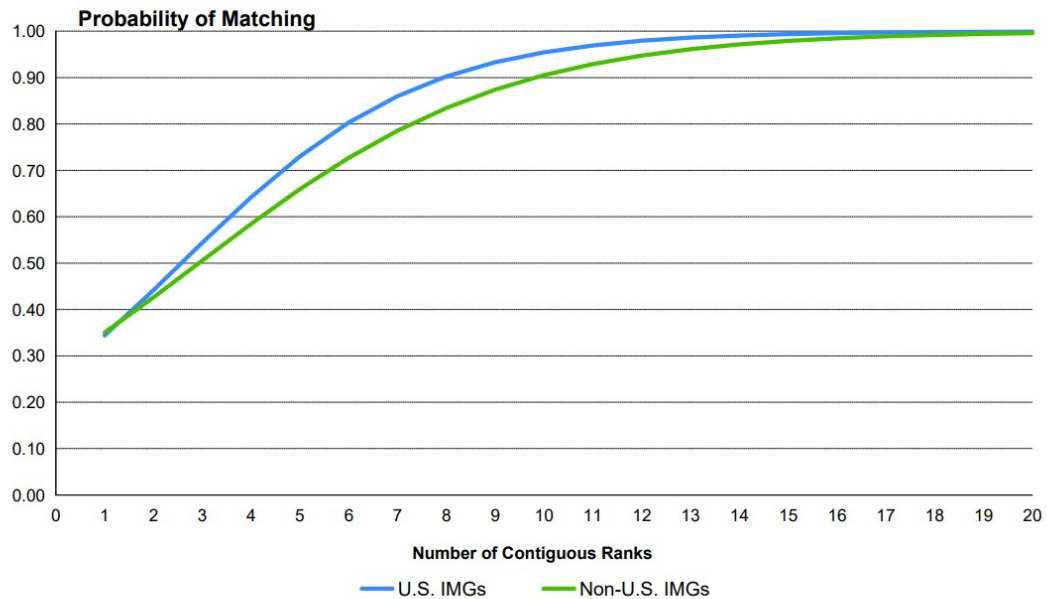
が、面接のパフォーマンスがとても悪かったです。回答テンプレートは自己流で、友達やアメリカ人医師とも何回か練習はしたものの、質問に対する回答は「相手がどのような人材を欲しているのか」ということに焦点をおけていませんでした。英語力も足りておらず、面接中に相手の質問が聞き取れないことがあり、かつ、**Behavioral Question** も自分なりの型が無かったため、理論だった回答ができませんでした。発音も悪かったため、相手が自分の言っていることを理解してくれているのかでさえ怪しかったです。

マッチング結果は、アンマッチでした。NRMP のサイトによると、10 個面接をもらえると、Non-US IMG で IM にアプライしていると、統計上 90% 程マッチできていると記載が

ありました。

Graph
IM-1

Probability of International Medical Graduates Matching to Preferred Specialty by Number of
Contiguous Ranks
Internal Medicine



Source: NRMP Data Warehouse. Note: Probabilities calculated based on 2022-2024 applicants

<https://www.nrmp.org/match-data/2024/08/charting-outcomes-characteristics-of-international-medical-graduates-who-matched-to-their-preferred-specialty-2024-main-residency-match/>

私は残る 10%に入ってしまったわけですが、自分含め面接の invitation が十分でもアンマ

ッチとなっている人は、英語が流暢でないのに関わらず、面接練習を怠ってしまった人

が多い気がします。面接をもらって有頂天にならず、最終的にマッチできるプログラムは 1 つなので、面接練習をとことんすべきでした。

さて、アンマッチになると、SOAP という 2 次募集に向かいます。直接電話が来るとい

話もあり、アメリカの電話番号を取得していましたが、残念ながら SOAP で面接はいただけませんでした。

●IM Residency Match 2 回目

絶望とやるせなさで打ちひしがれておりましたが、所属科の部長、メンター、家族など、

多くの方々に激励のお言葉をいただき、専攻医 1 年目に再度マッチングに参加すること

となりました。アンマッチになった原因を改善しないことには、マッチ可能性は低いま

まです。10 個面接をもらってアンマッチになったということは致命的な原因があったと

いうことで、面接官との相性が悪かったという言い訳はできません。同じく、「アンマ

ッチ⇒翌年マッチ」のご経歴の先生や、メンターの先生方にご相談乗っていただき、作

戦を練りました。面接期間までは、「英語力向上、USCE+推薦状、Publication」に取り

組み、面接期間は「アメリカ勤務経験のある医師と面接練習を徹底的にする」という作

戦を立てました。普通の作戦ですが、自分には突出した武器がなかったため、穴をひた

すら減らしてバランスの良い CV を目指しました。

USCE としては、Hands-on 経験が不足していると考え、所属施設を休職して 2 か月間

Hands-on の研修をしました。Detroit では、なかなか一人で患者を見させて貰えず、一筋縄にはいきませんでした。雑用をひたすらし、信頼関係を築き上げ、なんとか任

せてもらえるようになりました。お世話になった看護師さんの旦那さんにドジャース

の試合に連れてってもらったなど、人の優しさにも触れました。



←大谷選手。この日も打ちました。

また、Brooklyn では Front desk の手伝いを毎日することで、Hearing 能力を向上させたり、同じく研修に参加している人とシェアハウスしたり、有意義な時間を過ごすことができました。

Publication に関しても、所属科で 3 個(1 個は Publish まで至らず)、ローテ科で 2 個の Clinical image に着手する機会があり、Hands-on 研修でも Cohort 研究に参加させていただくことができました。時間がない中で、Publication を増やすという意味では、Clinical image は着手しやすかったです。何より、指導医の先生方のおかげで Publish することができました。

最後に、面接練習ですが、元々アメリカで医師として勤務していた先生をご紹介いただきました。週 2-3 回ほどその先生と面接練習をし、そのほかにも同じくアンマッチとなってしまった先生と週 1 回以上面接練習をしていました。隙間時間は一人で作成

した回答をつぶやき続け、どんなに緊張していても自然と回答が出せるように努めました。回答に関しても、ご紹介いただいた先生にフィードバックいただき、面接いただいた病院に応じて、答え方を微妙に変えていきました。

これらの甲斐もあり、2回目のマッチングでは、面接数こそ10個程と増えなかったものの、プレマッチオファーをいただけたり、面接後に Program director から電話がきたりしました。面接期間通じ、昨年よりは手応えのある形で面接を終えることができました。結果、様々な方の支えもあり、無事マッチすることができました。

●今後マッチングを受ける方へ

USMLE は点数というシンプルな到達目標がありますが、その後すべき取り組みは、各々によって異なります。個人的には、「相手方の病院に興味をもってもらえる人材になる」を大きな目標として、「相手が求めること、自分に足りないもの、自分のアピールポイント」を分析する作業が大事だと感じました。時に客観的な視点も求めていくことで、より正確な分析になると思います。諦めずに行動し続けることはきっと大事で、時に考えすぎずに踏み出す勇気も肝要かもしれません。自分の知り合いの non-US IMG は、呼ばれた唯一のプログラムがレジデント募集を取りやめてしまい、SOAP に参加し、1 か所から面接を貰い、無事マッチしていました。彼女も前年度はアンマッチでした。

●シグナルについて

シグナルのシステムを有用活用することが、より多くの面接の獲得に少なからず影響

すると考え、別途記載いたします。自分のように面接数で慢心してしまうのはよくない

ですが、面接数がある程度確保されると、精神的に落ち着きます。

以下、N program を除き Invitation あったプログラムを記載します。

Match 2024	Signal (2024)	Match 2025	Signal (2025)
North Alabama Medical Center		North Alabama Medical Center	
Lincoln Medical and Mental Health Center Program		Lincoln Medical and Mental Health Center	
University of Hawaii		University of Hawaii	✓
Mount Auburn Hospital		St. Peter's University/Robert Wood Johnson Medical School	
Chicago Medical School/Rosalind Franklin University of Medicine & Science/Northwestern Medicine McHenry Hospital Program		St Agnes Medical Center	
Albany Medical Center	✓	Western Michigan University Homer Stryker MD School of Medicine	
Icahn School of Medicine at Mount Sinai (NYC Health and Hospitals: Queens)	✓	Ascension St. John Medical Center	✓
Match 2024	Signal (2024)	Match 2025	Signal (2025)

Program			
Rutgers Health/Monmouth Medical Center		One Brooklyn Health - Interfaith Medical Center	
Texas Tech University Health Science Center (Permian Basin)		Loyola Medicine MacNeal Hospital Program	
MUSC Health Regional Network Florence		-	

シグナルの使い方は人それぞれかと思います。コネクションがあり、呼ばれる可能性

の高いプログラムにラブコールを送るためにシグナルを使えば、相手にも愛が伝わる

かもしれませんし、面接数を少しでも確保するためにコネクションのないプログラム

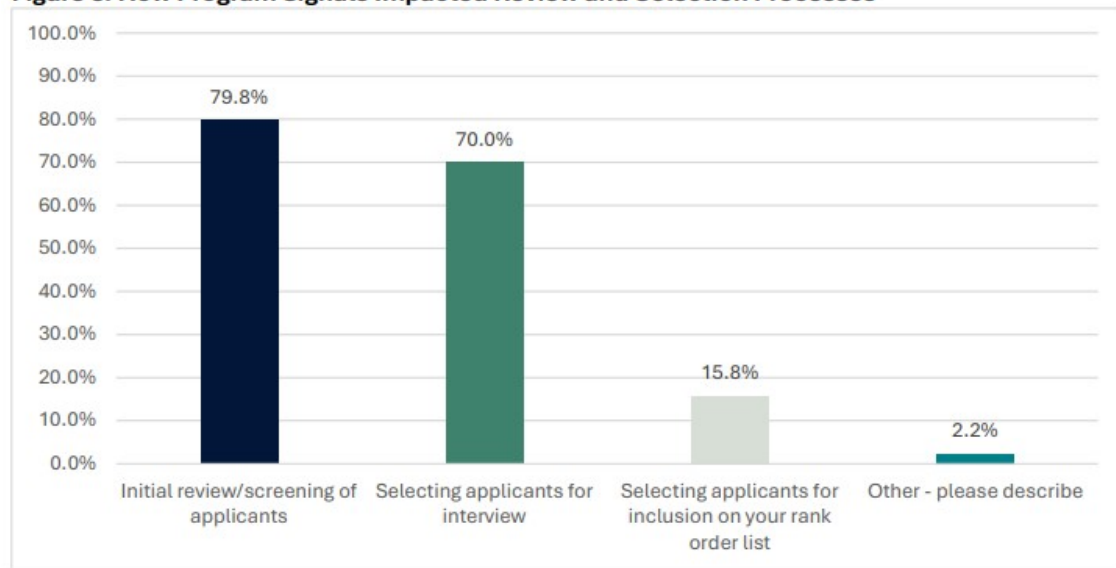
に送る人もいるかと思います。シグナルシステムが導入された **Match 2024** では **Signal**

7 個であったのに対し、**Match 2025** では **Gold 3 個, Silver 12 個**と変化しています。プ

ログラムによってはシグナルしていないとそもそも考慮しないと明言しているものも

あり、アプライ前にホームページで確認しておくことが望ましいと考えます。

Figure 3. How Program Signals Impacted Review and Selection Processes



<https://www.nrmp.org/wp-content/uploads/2024/09/Program-Director-2024-Program-Signaling-Report-Final-09242024.pdf>

NRMP の 2024 年 9 月に出した Survey 結果では、Internal Medicine の Response rate は 13.1%程にとどまっていますが、面接に呼ばれるまではある程度関連しており、実際に選ばれるかどうかはあまり関連がなさそうという印象です。面接に呼ばれる可能性が上がるのであれば、有効に使いたいところです。

Match 2025 の反省点として、上記の呼ばれたプログラムからもわかる通り、私はシグナルをうまく使いこなせませんでした。具体的な失敗点としては、去年初回のマッチングで呼ばれたプログラムに大方シグナルを送っておりました。しかし、昨年すでに見限られたプログラムにシグナルを送ることは、良い策ではありませんでした。

正解はないかもしれませんが、各プログラムを調べ、有効に活用してください。

●おわりに

マッチまでの道のりは険しく、時にくじけそうになりましたが、多くの方の支えがあって漸く辿り着くことができました。

後期研修プログラム途中離脱の可能性が高い中でも受け入れて下さり、かつ多大なサポート下さった、亀田総合病院リウマチ科部長六反田先生をはじめ、多くの先生方に改めてこの場を借りて感謝申し上げます。

環境が大きく変わることで不安も大きいですが、人との縁を大切に、医師として患者様の為になれるよう、渡米後も精進して参ります。

2025 年 5 月吉日