留学記念エッセイ

日本赤十字社愛知医療センター名古屋第二病院 麻酔科専攻医
松本大英

1. はじめに

はじめまして。2025年7月からMountSinai Morningside/Westの内科preliminaryプログラムでインターンシップをすることになりました松本大英と申します。内科インターンの後はIndiana Universityで麻酔科advancedプログラムを3年間する予定です。

西元先生をはじめとするたくさんの方々に助けていただいたおかげで、アメリカで研修できることになりました。初期研修から麻酔科専攻医の現在までお世話になっている、日本赤十字社愛知医療センター名古屋第二病院の上司・先輩・同期・後輩、またマッチングの応募から面接までの過程で指導いただいた方々に本当に感謝しています。初の海外暮らしは不安もありますが、医師として、また人間として成長したいと思います。以下、私のこれまでの歩みを書きます。特別な経歴ではありませんがこんな応募者もいるのだなと読んでいただければ幸いです。

2. 幼少期

私は長野県長野市の盆地の端っこで生まれ育ちました。家族で畑を借りて枝豆やとうもろこしを育てたり、父と虫取りをしたり、自転車で近所を巡ったりして自然と触れ合いながら成長しました。近くに図書館があり、子供向けの本をよく借りて読んでいました。田舎でしたが充実した環境で、のびのびと育ちました。

小学2年生で父の転勤で名古屋に引っ越しました。最初の1年間に住んだ団地は多国籍で、日本人のほかロシア人や中国人の友達と毎日のように中庭で遊んでいました。外を走り回っていたおかげで、小2から小3で50m走のタイムが4秒短くなりました。名古屋は長野と比べて外国人が多く、その

頃から少し外国の存在を意識し始めたように思います。その後名古屋の小・中・高を卒業し、名古屋大学医学部に入学しました。

3. 大学生

大学生活は、勉強面では目的意識の乏しいものとなってしまいました。授業はあまり真面目に出ることができず、テスト前にいつも慌てて友達に勉強を教えてもらってなんとか乗り切っていました。一方で、その他のところでは自由に楽しくやらせてもらっていました。パワフルで理不尽な先輩たちに憧れ水泳部に入部しました。先輩たちからしごかれて死にそうになりながらも厳しい練習などを楽しみました。

大学2年の夏、幸運にも奨学金をもらい、1ヶ月のオーストラリアの短期留学に行きました。家族旅行で1度イギリスに行って以来、オーストラリアは2番目の海外でした。1ヶ月の生活はこれまでになく刺激的でした。異なる学部や大学から来た日本人の友達と交流し、医学部単独のキャンパスという閉鎖的な環境にいた自分の視野の狭さを痛感しました。日本語ばかり使っていたので英語はあまり上達しませんでしたが、多文化での適応能力がつきました。これをきっかけに「外国ってなんかいいな」と思うようになり、海外旅行に行くようになりました。

記憶に残っている旅行は、大学4年でエチオピアに行ったときのことです。南部には現在も伝統的な生活スタイルを保っている民族たちの住む地域がありました。彼らの村を見学するのはとても興味深かったのですが、そこで高熱を出してしまいました。気を付けてはいたものの、それまでに何度も蚊に刺されてしまっており、マラリアやデング、黄熱といったワードが頭を過ぎりました。朦朧としながら村の案内人の原付きに乗せてもらい、診療所を受診しました。かなりの僻地で、診療には期待していなかったのですが、予想に反して英語でしっかりと診察、治療してくれました。自分が日本で医者をしたとして、このようなレベルで外国人の診療をでき

る気はしませんでした。これを機に、将来英語で医療ができるようになりたいと漠然と思うようになりました。(マラリアは陰性でした)

4. 幻のポリクリ留学

大学6年のポリクリでは海外実習を選べました。いくつか選択肢がありましたが、アメリカとヨーロッパが筆頭候補でした。米国は医療の本場という気がしたし、ヨーロッパは何十カ国も観光ができると評判でした。ただ、米国の実習は大変だとも聞きました。たくさんプレゼンの機会があり手技を任せてもらえる一方、病院には毎朝5時に行き、遅いと午前1時まで残ることもあるとのことでした。楽しいヨーロッパか、辛いアメリカかという選択肢でしたが、水泳部の先輩たちから言われていた「迷ったら辛い方」という言葉が浮かび、アメリカに挑戦してみようと思いました。アメリカでの実習は選考が厳しく、希望しても行けない可能性がありましたが、なんとか食らいついてTOEFLを勉強したり面接の練習をしたりして、晴れて米国のジョンズ・ホプキンス大学で実習できることになりました。

ところが、ちょうど実習の時期にかぶるようにCOVID-19が流行り始めました。国境が封鎖される前に入国だけでもしておこうと、前倒しでアメリカに行ってみたりしましたが、甲斐なく1週間前にポリクリはキャンセルと言われてしまいました。辛い実習がなくなって一瞬ホッとしかけましたが、すぐに大きな喪失感に襲われました。日本に帰ってきて何をしようかと考え、留学の代わりにUSMLEを受けることを決意しました。

勉強してみて驚いたのは、自分がいかに医学を知らなかったかということです。現地の医学生はStep1と2CKを終えて実習に臨むというのに、この状態で実習に参加していたら一体どうなっていたことだろうと思うと恐ろしくなりました。半年ほど勉強したら受験しようと当初は考えていましたが、当時はPass/Failではなく点数が出たこともあり、まだまだもっととやっているうちに12月になり、国試不合格がちらつきはじめ、一旦国試の勉強に切り替えることにしました。国試終了後の3月は図書館で朝から晩ま

で缶詰してAnkiとUWorldと格闘し、3月末にやっとStep1を受験しました。

5. 初期研修

翌4月からは名古屋第二赤十字病院(現・日赤愛知医療センター名古屋第二病院)で初期研修を開始しました。20人超の楽しい同期たちとの研修は、毎日が充実していました。ERは患者数が多く、研修医の役割が大きく、先輩や上司に迷惑をかけつつもたくさん勉強させていただきました。仕事に遊びに忙しく、あれほど大変だったUSMLEのことなど忘れてしまいました。しかし、やはり頭の片隅には残っていたのか2年目になってしばらくして思い出し、Step1だけで終わってしまってはもったいないのではないか、研修医のうちに受けなければ一生受けられないのではないかと思い始めました。2年目夏から短期決戦と決めて集中して勉強しました。はじめはすぐに受験するつもりでしたが、勉強期間を延長して、結局11月に受けました。代償は大きく、もともと痩せ型でしたがさらに体重が7キロ減り家族から心配されました… そして、無事終わったことに満足してOETのことはまたもやすっかり頭から消えてしまいました。

6. 後期研修とマッチング

3年目は同じ病院の麻酔集中治療科で専攻医を始めました。もともと生理学に興味があり、また初期研修でERでの重症患者の蘇生に魅力を感じ、麻酔とICUがやりたいと思いました。はじめは仕事に慣れるのに必死で、USMLEのことは頭から離れていましたが、少し時間に余裕のある救急ローテが秋に2ヶ月間あり、そこでOETを受験しました。ここらから渡米が現実的なものに見え始め、どうすれば先に進めるか具体的に調べ始めました。ECFMG certificateを目前にして、自分にはUSCEや研究業績などマッチングに必要不可欠なUSMLE以外の要素が圧倒的に欠けていることにようやく気づきました。

たくさんの方が親身になって計画を一緒に練ってくださいました。日本で麻酔の専門医を取ってから行くのがいいという方もいれば、早く飛び込んでしまったほうがいいという方もいました。渡米する場合、とにかくまず推薦状が必要です。麻酔科マッチングではアメリカ人の麻酔科医からの推薦状が要りますが、このまま日本で麻酔科研修をしていてはどう頑張っても用意できません。
そこで浮上したのが海軍病院とアメリカ国内でのobservershipでした。 横須賀海軍病院は例年1週間のexternshipを受け入れており、ポリクリ留学がCOVIDで流れた自分にとっては、アメリカの医療を日本にいながら体験するまたとない機会でした。また、過去にはその1週間で推薦状をもらった人もいたとのことでした。 2025年のマッチングに参加できるようできるだけ足掻いてみようと決意し、横須賀海軍病院のエクスターンに申し込み、また麻酔科でobservershipを受け入れてくれる可能性のあるアメリカの病院に片っ端からメールしました。
これらに参加するためにはまとまった休みが必要です。専攻医にとってそれだけの休みを取ることは言語道断と思えましたが、部長の先生方や、当直のシフトで迷惑をおかけする先輩や同期に相談したところ、本当にありがたいことに皆が応援してくれました。これだけ懐の広い人たちが揃う研修環境はなかなかないだろうと思います。職場の皆様には本当に感謝しています。
7月の横須賀のexternshipに参加することができ、優秀で熱心なエクスターンたちと交流し、またフェローの先生方から刺激を受けて、渡米のモチベーションが高まりました。また、麻酔科の先生たちから合計2通の推薦状をもらうことができました。
Observershipはほとんどメールの返事はもらえなかった中、テキサスのMD Andersonが受け入れてくれ、8月から9月にかけて4週間見学しました。日本との麻酔方法のあまりの違いにカルチャーショックを受けました。使う薬も違えば、管理の考え方や手技のやりかたも違い、とても新鮮でした。また規模の違いにも驚きました。(僕が研修している日赤は18番

オペ室までありますが、MDAndersonは一つの建物だけでオペ室が50番台までありました。)Preoproomからオペ室、PACUまで流れるように患者が移動し、麻酔科医とCRNAがチームを組んで仕事を回していくシステムの効率には感心しました。一方で、日本の麻酔の手技の丁寧さなど、日本の医療も全く負けてはいないなと思うこともありました。 帰国して日本の住みやすさを改めて実感し(帰国直後に空港のうどんに感動して2杯食べました)、また渡米することで自分のキャリアや人生がこれからどうなっていくのか先行きが見えずとても悩みましたが、迷った末マッチングの参加を決めました。 エクスターンやオブザーバーは有給だけではまかないきれず、毎週末当直して振替休日を捻出して、同時にCVを作ったり、Personal Statementを急ピッチで書いたり、苦しい日々もありました。PSは内容に困りましたが、趣味でたまに登山をしていたので、それに絡めて書きました。話がそれますが、ここで登山について少し触れます。

7. 登山

長野で生まれたので、小さいときから山はいつも外を歩いていると見える身近な存在でした。高校で友達に誘われて山岳部に入り、山の辛さと楽しさを知りました。大学ではだんだんエスカレートしてきて、バリエーションルートと言われる、登山道が整備されていないエリアにも行くようになりました。また、死ぬまでにどうしても世界最高峰を見てみたいと思い、初期研修の終わりにエベレストのベースキャンプ(高度5500m)へ行きました。生で見るエベレストは周りよりも頭一つ飛び抜けていて、常に頂上に雲がたなびいていて王者の風格があり、周りよりも少し早く朝日を浴びる姿はさすがにかっこよかったです。低酸素と低温でやられて山々が人のように思えてきて、自分はこうはなれないなあなどと勝手に涙が出ました。

（夕日に照らされるエベレスト）

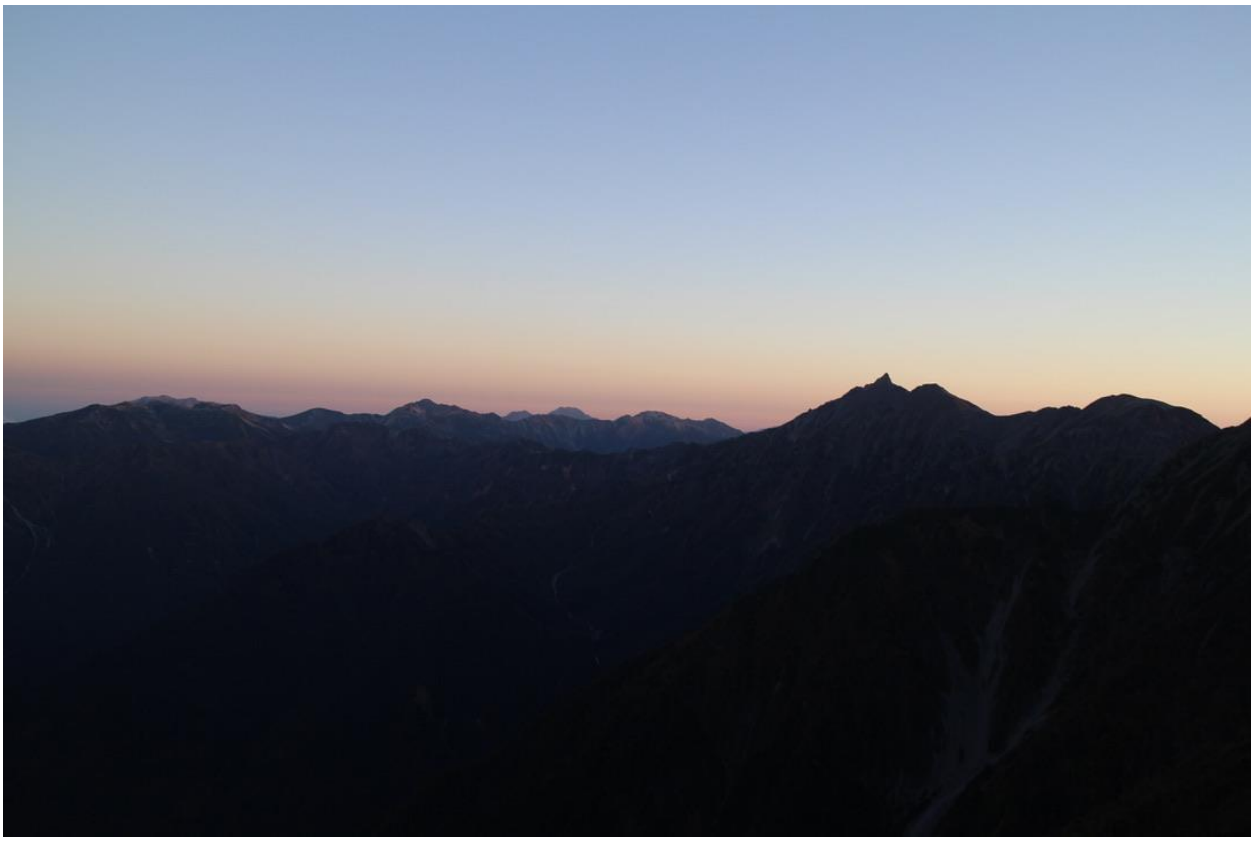
登山は何が楽しいのでしょうか。頂上に登ったときの達成感とよく聞きますが、僕はあまり達成感がメインだとは思いません。道中はだいたい霧に包まれており、重い荷物を背負って汗にまみれたり、急な雨に打たれたり、苦しいことがほとんどです。登頂しても、なんでこんな苦しい思いをしてここまで来たのだろう、早く下山して風呂に入りたいと後悔することもあります。それでも山に登ってしまう理由の一つは、山という規格外に巨大なものに囲まれたり、高いところから遠くの景色を見渡したりすることで、自分のちっぽけさを再認識し、自分が住む世界のスケール感を修正できるのが面白いからかもしれません。これらは普段町中を歩いているだけでは得られない感覚です。

印象に残っている登山に、西穂高岳から槍ヶ岳までの縦走があります。北アルプスにはジャンダルムという大きな岩山があり、その頂上には天使の像が立てられているという話を高校生の頃聞いていました。ジャンダルム

という名前の響きにロマンを感じ、天使の像を見るのは当時の夢でした。ジャンダルムは西穂高岳と奥穂高岳という山の間にあるのですが、付近は例年滑落者が出る危険なルートで、気軽に足を踏み入れられるところではありませんでした。

大学生になり登山経験も増えてきた頃、友達と2人で西穂高岳から奥穂高岳まで、ジャンダルムを経由して縦走する計画を立てました。綿密に時間を計算し、危険箇所を下調べし、周到に準備しました。天気予報は快晴でした。しかし直前になって、友達がやはり怖いからキャンセルしたいと言い始めました。仕方なかったですが、準備もしたし、これほど好天に恵まれることもないだろうと思い諦めきれず、決心して一人で登ることに決めました。救助が必要になり他人に迷惑をかけるリスクもあり、あまり褒められたことではありませんが、若気の至りとして許してもらえればと思います。

（左手に構える笠ヶ岳）



（小さく見える槍ヶ岳）

前日にロープウェイで西穂高のテント場までたどり着き、翌朝4時に奥穂高に向けて出発しました。すでに出発した人たちのヘッドライトを見ながら暗い中を進み、西穂独標、ピラミッドピークと来たあたりで空が明るみはじめ、西穂高岳山頂で日が出ました。予報通りの快晴で、左手には笠ヶ岳がどっしりと構えていました。はるか先には槍ヶ岳が小さく見え、脈々とつながる槍穂高連峰が一望できました。ここから先は危険な岩稜帯が続きます。景色に見とれつつ、絶対に滑落しないよう細心の注意を払いながら進みました。きつい斜面をなんとか登ったと思えばせっかく稼いだ高度分を一気に下り、踏みどころを間違えればずるずると谷側に崩れてしまいそうになるような箇所もありました。ジャンダルムに着いたのが8時半ごろでした。西穂側からみたジャンダルムは横に広く、奥穂側からのかっこいい姿とは違いずんぐりしたゴジラの背中のようでした。頂上に人が見え、あそこにもうすぐ立てると感極まりながら歩を進め、ついに念願の天

使の像に会うことができました。そこから奥穂高の山頂までは大興奮でした。すべての景色に感動しながら前進し、写真を取りまくりました。横からみるジャンダルムは谷際に立つ古城のようでした。左右に切れ落ちたナイフリッジ、馬の背と呼ばれる急所を通り、奥穂高岳の山頂に着いたのは午前10時でした。計画より4時間も短く、自分でも驚きました。まだ時間があります。先には、朝見たときよりも少し大きくなった槍ヶ岳が見えました。ここでふと、「もしかしてあそこまで行けるのでは」という考えが浮かびました。奥穂高と槍ヶ岳の間には大キレットという難所があり、簡単な道ではありませんが、ルートは以前調べたことがあり、地図も持ち合わせていました。地上の友人と家族に計画変更を連絡し、とりあえず北穂高までと、美しい涸沢カールを右手に見ながら前進し、北穂高についてもまだ時間があったので、大キレットを突破して結局南岳まで行きました。翌日は疲れから寝坊して4時半に出発しました。槍ヶ岳は前日の朝よりも明らかに大きくなっていました。最後のはしごを登って槍ヶ岳の頂上に立ったときは、スタート時にはあんなに小さく見えて、ここまで来るなんて全く想定していなかったのに…と呆然としてしまいました。

（横から見たジャンダルム）

（天使の像）

（涸沢カール）

（大きくなった槍ヶ岳）

8. 最後に

さて、僕の留学もこの登山のように、景色に見とれているうちに気づいたらたどり着いていたという部分もあるかもしれません。もちろん、数多くの人のご厚意と協力があった上であるということは強調しなければなりません。最初から渡米までの明確なビジョンがはっきりとあったわけではありませんが、USMLEで学ぶ医学の面白さに感動したり、執念で資格を取ったりしているうちに、小さな時には思ってもみなかったところまで来てしまいました。ただ、レジデンシーは槍ヶ岳山頂ではなく、まだ道半ばでしょう。ここからの展開が楽しみです。

お読みいただきありがとうございました。マッチング中の大変だったことなど、まだ書きたいことはありますが割愛します。気になる方がいたらいつでも気軽にご連絡ください。

(hirohideus@gmail.com/hhhhhhhhide(Instagram))