

留学記念エッセイ

高橋侑也

1. はじめに
2. 略歴
3. 留学を志した経緯
4. アプリカントとしてのスペック
5. マッチング体験記
6. 最後に

1. はじめに

はじめまして。2023 年度米国レジデンシーマッチにて、ペンシルバニア州はフィラデルフィアの郊外にあります、Einstein Medical Center Montgomery の Transitional Year Programn にマッチをしました、卒後 4 年目の高橋侑也と申します。N プログラムを受験させて頂いたこと、およびニューヨークと距離

的に近いということもあり、西元慶治先生よりお声掛け頂きセカイイチクラブの特別会員として入会させて頂くことになりました。それに伴い、自分のマッチに至るまでの体験をエッセイとして、ここにまとめさせていただきます。自分は麻酔科レジデンシーを目指しアプライをしておりましたが、無念にも麻酔科はアンマッチとなり、インターンとしてのポジションを確保するのみに留まりました。マッチ結果を見た時は本当にショックで気持ちの整理を付けるのがとても難しかったです。自分のこの悔しい経験が誰かの糧になることを願いつつ、自分の体験をここにまとめさせていただきます。

2. 略歴

2019年2月 USMLE Step1 pass 233点

2019年7月 USMLE Step2CK pass 239点

2019年11月 USMLE Step2CS pass

2020年3月 岡山大学卒業

2020年4月 国立病院機構岩国医療センター 初期研修開始

2020年4月 国立病院機構岩国医療センター 初期研修修了

2022年4月 横須賀米海軍基地病院 日本人フェローシップ開始

2022 年 6 月 USMLE Step3 pass 238 点

2022 年 3 月 横須賀米海軍基地病院 日本人フェローシップ修了

2022 年 7 月 Einstein Medical Center Montgomery, Transitional Year
Program 開始予定

3. 留学を志した経緯

小学生・中学生の頃から洋画が好きで、海外に対する漠然とした憧れがありました。中学生 2 年で医師になると志して以降、本を読んだりして医師について学びました。その結果、有名な医師はほぼ全員海外留学を経験している、というイメージを抱いてしまい、自分も将来医師になったら海外留学をしてみたい！となんとも思うようになっていました。大学に入学後もその思いは頭の片隅にはありましたが、特に英語の勉強をするでも無く、通常の医学生通りに過ごしていました。3 年生の時に基礎研究配属でイギリスに 3 ヶ月行きました。ここで自分の英語の出来なさ故に様々な面で苦勞し、実験も全く上手くいかずと散々でした。ここで感じた自分の無力さと、リベンジしたいという思いが今も自分の根底にあるような気がします。とは言いつつ、帰国直後から当時所属していたバ

レーボール部で主将を務めることになっていたのですが、その後 1 年間は部活動に忙殺されていました。4 年生の夏に主将を終えました。自分の中ではやり切った思いだったので、そこで部活を辞めました。そこから半年ほどは自由に過ごしていました。

4 年生の終わり頃、仲が良かった友達 2 人から USMLE を一緒に勉強しないか？と誘われました。ここで初めて「USMLE」という存在を知りました。当時の自分は、医局に入って、専門医を日本で取って、医局人事で研究留学できたら良いなあ、、、という程度でしか留学について考えていませんでした。せっかく誘ってもらったし、もし免許があればひょっとしたら研究留学したついでに臨床もできるんじゃないか？という軽い気持ちで勉強を開始しました。勉強を進めれば進めるほど、「これを働きながら受験するのは自分の能力では不可能なんじゃないか？？？」と思うようになり、在学中に CS まで取り切ってしまうことになりました。当時はあくまで免許の取得のみが目標だったので、平均点で最短でパスすることを目標に勉強しました。CS に合格し、ECFMG certification 取得可能になって初めて、レジデントでの渡米を考えるようになりました。

初期研修は山口県岩国市にある岩国医療センターという岡山大学の関連病院で研修を行いました。近隣に米軍岩国基地があり、基地からの患者を沢山受け入

れている病院だったので、医学英語の勉強も兼ねてこの病院に決めました。実際、2年間の研修で多くのアメリカ人患者を診療する機会に恵まれました。また、3ヶ月間岩国基地内の米海軍診療所でローテすることもでき、臨床経験および医学英語ともに申し分の無い初期研修生活を送ることが出来ました。研修中にも渡米に関する情報を集め続け、色々な方々に相談をさせて頂き、PGYが若いうちにレジデンシーへアプライすることを決めました。ただし、初期研修直後の渡米を目指しアプライするには自分の実力が伴っていないと感じたため、米軍病院の日本人フェローシップへアプライすることに決めました。そして無事に第一志望の横須賀米海軍基地病院に合格することができ、海軍病院で過ごしなが
らアプライすることに決めました。

4. アプリカントとしてのスペック

PGY3

英語：日本生まれ育ち、短期留学x2、「日本人の中では英語ができるかな？」程度の英語力

TOEFL：109点(2020年2月時点)

USMLE：1/CK/CS/3 (233/239/pass@1st attempt/238)

研究活動：ケースレポート x1、学会発表 x2(国内のみ)

LOR：アメリカ人医師（海軍病院 麻酔科 x2，海軍病院 PD x1）、日本人医師（初期研修先の麻酔科部長）

USCE：合計 15 ヶ月（選択実習 x1，米海軍岩国診療所ローテ x3，横須賀海軍病院日本人フェローシップ x12）※正式なカウント方法は不明です。

5. マッチング体験記

横須賀米海軍基地病院での 1 年間は大変充実したものでした。麻酔科にはアンマッチとなってしまいましたが、この 1 年間が無ければどのプログラムにもマッチすることは出来ていなかったと思います。日々英語を使用する環境に身を置くことで、英語力が主観的にわかる程に伸びたと思います。マッチングに向けた書類の準備も手厚いサポートの下進めることが出来ました。海軍病院の先生から 3 つ推薦状をもらいましたが、内容に関して褒めてもらうこともあったので、強い内容のものを書いて頂けたものと推察します。自分の行きたいプログラムへ見学に行く際も快く休暇を取らせて頂くことが出来ました。

自分は麻酔科でアプライすると決めたのが遅く、最終的に決断したのがマッ

チヤーの 7 月でした。初期研修中の麻酔科ローテで全身管理の楽しさ、および集中治療の魅力に気づき、アメリカで深く学びたいと考えるようになりました。しかし、海軍勤務開始の当初は内科経由で集中治療フェローシップに進むことを考えていました。その理由は、特段強いアプlicantでもない自分が、麻酔科や救急にマッチする可能性は低く、少しでもマッチする可能性の高い内科でアプライするのが現実的と考えたからです。そんな中、6 月に内科のオブザーバーシップで渡米していた最終日、偶然その病院で麻酔科アテンディングとして勤務されている日本人の先生とお話する機会がありました。自分が集中治療に興味を持ったきっかけが麻酔科ローテだったことや、将来のプランなどをお伝えすると、麻酔科の方が自分には合っているような気がするよ、というお言葉を頂きました。それまでは麻酔科に IMG がマッチするのは極めて困難という触れ込みを信じ切っていましたが、実際にはほぼ毎年日本人の先生方が麻酔科レジデンシーにマッチしており、自分にもチャンスがあるのではないかと考えるようになりました。帰国後、怒涛のように米国で活躍されている日本人麻酔科医の先生方にコンタクトを取り、相談に乗って頂きました。それと並行して海軍病院で麻酔科ローテを行いました。米国麻酔科医として様々なキャリアを積まれている先生方に刺激を受け、海軍病院の先生からも後押しを頂き、8 月に入って

ようやく麻酔科一本でアプライすることを決めました。

ここからは大急ぎで PS を仕上げ、推薦状をお願いし、アメリカ人の先生を紹介してもらったりしてコネクション作りにも力を注ぎました。色々なマッチ体験談を見ている、最終的にはコネが物を言う世界なのは明らかなので、限られた時間ではありましたが可能な限り色々な方々に連絡を取りました。自分が特に行きたい 2 ヶ所のプログラムにはオブザーバーシップに 1 週間ずつ行きました。また、レジデンシープログラムと直接会うことの出来る meet&greet 参加目的に米国麻酔科学会へも参加しました。

こうした悪足掻きの甲斐か、最終的な面接数は麻酔科 7 個、プレリミ 7 個、と悪くない数の面接を確保できました。特に麻酔科はゼロでもおかしくないと考えていたので、とても嬉しかったです。面接対策は想定質問に対する回答の原稿を用意して、それを頭と口に染み込ませました。コンソシオを使ったり、同じく麻酔科にアプライしている先生方と練習をしたりして、これ以上は無理というところまで練習しました。原稿音読だとロボットのようになり悪印象だと思うので、本番ではリラックスして雑談も交えながら用意した内容をアピールするように心掛けました。どの面接も自分のベストは尽くせましたし、感触も良いように自分では感じました。

こうして迎えたマッチデー。面接数がある程度確保でき、面接も上手くいったように感じていたため、どこかにはマッチしているだろう、という気持ちで余裕を持って結果を見ました。しかし、メールに書かれていたのは“Congratulations, you have matched to a one year position!”と書かれていました。1年間のポジション＝プレリミなので、この時点で麻酔科にはアンマッチとなったことを知りました。とてもショックで、結果を受け入れることが難しかったです。何がどう足りなかったのかパツと思い当たるものが無く、それがまた悔しい思いを助長させました。日本に残って麻酔科専門医を取得してから再度挑戦することも検討したほどでした。しかし、海軍病院の同期やメンターの先生方から「マッチおめでとう」、「システムに入り込めたのは次のマッチに向けて圧倒的に有利だよ」、といった励ましの言葉を頂きなんとか気持ちを切り替えることができ、インターンをやりながら再度マッチングに挑む決心が付きました。

6. 失敗した点

はじめは何が自分に足りなかったのか、何をどうすべきだったのか分からず困惑しましたが、少し時間を置いて考えることで少しずつ次のマッチへ向けてのヒントが分かってきたような気がします。

① 麻酔科へのアプライを決意するのが遅かった

自分の場合、これについては一概に失敗と表現するのは違う気もしますが、やはり早いうちから志望科を固めておき、長期的計画に基づいて動く必要があると思います。自分は麻酔科アプライを決めてからの2ヶ月ほどで急いで準備を完成させました。沢山の先生方に連絡をし、それが結果的に面接オファーに繋がったりもしました。しかし、マッチ結果を左右するほどの強いコネが出来たと言われるとそうでも無い気がします。やはり、長い間連絡を取り合っていたり、一緒に臨床現場や研究で働いたり、といったところから生まれる真のコネクションが大事だと思います。

② 研究活動を増やす

ケースレポート、学会発表など、麻酔科に関連した研究活動が必要と感じました。志望科への熱意を客観的に示すことが出来ますし、面接での話題にもなって良いと思います。自分の場合、一応研究活動の欄にケースレポートなど記載していましたが、麻酔科に関連したものではなく、面接でアピールするには少し弱い気がしました。

他国 IMG の間では当然のように行われているようですが、マッチ

ングイヤーにリサーチポジションで渡米をするのは良い戦略かと思っています(金銭的に許せば)。麻酔科のトッププログラムにマッチしている IMG を見えていても、多くの人がそのプログラムがある病院で前年度までリサーチをしているように思われます。

③ 英語力・コミュニケーション能力

当たり前のことですが、やはり英語力はマッチングにおいて非常に重要と痛感しました。自分もオンライン英会話などで勉強し、さらに海軍病院で過ごすことで英語力はかなり伸びたように思いますが、やはりネイティブに比べると圧倒的に劣ります。気になるプログラムに見学へ行った際や面接を受ける際、もっと英語が自由に使えれば、、、と思う場面が沢山ありました。足りない英語力を補うために Step 高得点、研究、コネクションに注力するのは IMG の基本とは思いますが、やはり最終的には英語力を含めたコミュニケーション能力が極めて重要になってくると思います。

6. 最後に

麻酔科アンマッチとなり、これまでの人生で1、2を争う悔しい経験をしました。しかし、これまで自分が継続してきた努力、そして自分を支えてくださった様々な方々のご協力の集大成として渡米を掴んだこともまた事実であり、今はそれを誇ろうと思います。西元先生を始め、Nプログラム関係者の方々には多大なるサポートを頂き、セカイイチクラブにも招待してくださったことを心より感謝申し上げます。来年度マッチこそは麻酔科のポジションを掴み取り、皆様に良い報告が出来るよう引き続き精進いたします。