

留学記念エッセイ

2019年度 Mount Sinai St. Luke's and West 内科レジデント
藤崎智礼

2019年7月1日より Mount Sinai St. Luke's and West (旧 St. Luke's - Roosevelt) にて内科レジデントとして臨床研修を行います、藤崎智礼と申します。この度、内定を得るまでに、多大なる支援を賜りました西元慶治先生、新見康成先生を始めとする N program 関係者の皆様に深く感謝致します。

このエッセイでは、今後米国臨床留学を目指す方々の参考になればと考え、主に米国臨床留学に至るまでの経緯について記したいと思います。

<目次>

1. 自己紹介
2. マッチング
3. 感謝

1. 自己紹介

1-1. 略歴

- | | |
|---------------|---|
| 1990年 - 2009年 | 鹿児島県鹿屋市串良町に生まれ、高校まで地元で過ごす。 |
| 2009年 - 2016年 | 熊本大学医学部医学科 |
| 2014年 - 2015年 | 英国 University of Leeds 交換留学 |
| 2016年 - 2018年 | 福岡徳洲会病院 初期臨床研修 |
| 2018年 - 2019年 | 沖縄米国海軍病院 インターンシップ
(研修の一環で、牧港中央病院にて循環器内科研修) |
| 2019年 (6月まで) | 鹿児島県立鹿屋医療センター 内科・循環器内科 |
| 2019年 (7月から) | Mount Sinai St. Luke's and West 内科レジデント(予定) |

1-2. 米国臨床留学を志してたどった経緯

このエッセイを読まれている方は臨床留学をする人がどのような背景を持つ

ているのか多少なりとも興味がある方だと思いますので、時系列に沿って、上記の略歴についてすこし細かく記してみたいと思います。

私は鹿児島県大隅半島の鹿屋市串良町出身で、薬剤師の祖父が経営していた「藤崎薬局」で幼少期を過ごしました。さらに、両親も薬剤師であり、藤崎薬局とは別の所で薬局を経営しておりました。医療関係者に囲まれて育つ中、ごく自然な流れで医療関係の職に就きたいと思うようになりました。高校は、実家から通う事の出来る尚志館高校(旧志布志実業)の特進科に進みました。特進科では部活に所属する事が基本的に許されず、3年間の帰宅部生活を過ごしました。地元の串良町も高校のある志布志市も穏やかで伸び伸びとした田舎であり、誘惑が少なく、勉強には素晴らしい環境でした。最終的に医師という職業に惹かれ、薬学部ではなく医学部進学を目指す事になりました。医学部は、鹿児島大学と熊本大学で迷いましたが、県外に一度は出てみたかったため熊本大学を選びました。母親の母校であること、祖父と父親が熊本で昔働いていた事、親戚や知人が熊本に多い事なども熊本大学を選ぶ理由となりました。3年間の帰宅部の成果が出て、現役で熊本大学に合格する事が出来ました。

熊本大学では小中学校でしていた野球を再開し熊本大学医学部野球部に所属しました。野球部ではピッチャーをして、週4日の練習と週末の試合に学生生活の殆どの期間を費やし、あつと言う間に上級生になってしまいました。上級生になってから、両親の経営する薬局があった南大隅町・錦江町は高齢化率が40%を超える地域であり、高齢化のため複数の健康問題を同時に抱える住民がほとんどである事を知りました。そこで、あらゆる疾患の診断や治療に長け、多疾病罹患を抱える高齢者を支えることのできる一流の内科医になりたいと考えようになりました。ちょうどその頃に、父親の大親友である濱崎先生が勉強の刺激になるからという事でN programについて教えてくれました。兼ねがね噂は聞いていましたが、一流の臨床医になるには素晴らしいプログラムであると知りました。さらに、N programを通して米国臨床研修を行った数多くの日本人医師が様々な領域で第一人者として日本の医療を牽引しており、その理由の1つとして、米国では到達目標が明確で標準化された臨床研修が行われており、内科レジデンシーを終えた段階で幅広い内科疾患に対応できる医師を養成する教育制度が確立されていることを知りました。目標とする医師となるため、そのような環境が理想的であると感じ、米国臨床留学を目指す事にしました。

卒業を前にして、周囲の多浪生のような深みのある人生経験を自分にも備え

たいと思い、さらに英語力を鍛える目的も兼ねて、1年間休学する形で英国のリーズ大学で交換留学を行いました。数年後に、リーズ大学に秋篠宮ご夫妻の次女の佳子さまが留学しましたが、リーズでは強烈なヨークシャー・アクセントの効いたブリティッシュ・イングリッシュの聞き取り、さらに日英の文化の違いに慣れるのに大変苦労しました。楽しみより苦しみの方が多い1年間で、日本人としてのアイデンティティを自覚し、日本という国が外国からどのように見られているかを実感し、国際的感覚を養うことが出来たと思います。英語圏で1年間過ごし、さらに様々なバックグラウンドを持つ人々と触れ合い見聞を広める事で、大きな自信がつく経験となりました。また、トビタテ留学 JAPAN という官民協働の留学奨学金プログラムの第一期生となり、同プログラムの支援を受けて留学した何百人もの日本人とも繋がりを作ることができました。

帰国後すぐに初期研修が控えていましたが、比較的大きな都市で医療を学びつつ離島研修がある研修プログラムに行きたいと考えました。九州では福岡徳洲会がその条件を満たす病院で、野球部の先輩も多く、なおかつ熊本大学関連病院であったため、専願で応募し採用されました。年間1万台を超える救急車受け入れを行う600床の急性期病院で必死に研修を行いました。研修医の自主性や権限が他病院よりも大きく、ハワイでの海外研修も許可して頂き、非常に有意義な2年間を過ごすことが出来たと思います。研修は多忙を極め、米国臨床研修に向けての準備を行う時間は殆どありませんでしたが、帯状疱疹を患いながらも USMLE Step2 CS になんとか合格し ECFMG certificate を取得しました。研修医2年目のときにマッチングに応募することを考えていましたが、海外研修を1ヶ月行ったときに英語力や臨床力が足りない事を実感し、医学英語の力や実臨床的な力を伸ばすこと、そしてマッチングを成功させることを目標にして翌年は沖縄米国海軍病院で1年間過ごすことにしました。

沖縄では陽気な気候のもとで同じ志をもつ仲間と、米国でのレジデンシー研修に向けて準備をしました。米国海軍病院では最低限のノルマである医療通訳の業務をこなしながら各科をローテートしました。内科では、患者数は少ないものの、朝5時頃に病棟に行き、カルテを書き、プレゼンテーションやディスカッションを行い、米国での研修を想定して勤務しました。また、面接旅行にも快く許可を頂き、マッチングに全力を注ぐことができました。一方で、アンマッチの際は日本で循環器内科の後期研修を開始すると決めていましたので、海軍病院と関わりの深い牧港中央病院で、週に2日、冠動脈カテーテル検査・

治療の研修を受け循環器内科後期研修の準備も行いました。

2. マッチング

2-1. 応募

私がマッチングに参加した年の全米の内科プログラム（カテゴリーカル）総数は 525 個ほどでした。日本人であれば大体 100 個前後のプログラムに応募することが多いようですが、私の場合は足切りに合わなかった 270 個ほどのプログラムに応募しました。応募費も何十万円もかかるため数を絞った方が良いでしょうが、マッチングに数年連続で参加するための資金や時間を考えると、1 年でマッチするように数多くのプログラムに応募した方が安く済むと考えてそのようにしました。9 月ごろになると応募したプログラムに応募書類が公開され閲覧できるようになり、そこで面接に呼ぶ候補生を決定することになるため、その期限までに応募書類を作成し準備しました。MSPE (Dean' s letter) という学生評価表を作成したり、推薦状を 4 人の指導医に書いてもらったり、ケースレポートを書いたり、履歴書や志望動機書を作成したりして、締め切りに合わせて提出しました。履歴書などの書類は、米国人の指導医に何度も訂正をしてもらい見栄えが良くなるように準備しました。海軍病院の指導医は、当然の事ながらマッチングを経験しているもので、書類作成や面接準備など何時でも相談できる環境がありました。応募書類を提出して 1 ヶ月ほど経つと、10 月から 11 月にかけて応募したプログラムから面接のオファーや不採用の知らせが届きました。予想通りほとんどが不採用の連絡でしたが、最終的に合計で 7 つのプログラムから面接のオファーを頂きました。半分は日本人医師の採用に好意的なニューヨークやペンシルバニアにある大学病院関連のプログラムであり、半分はアラバマやデトロイトやセントルイスなど人気のない危険地域の市中病院プログラムでした。合計で 3 回ほど日米を往復して面接旅行を行い、全米各地を飛び回りました。

2-2. 面接

最初に面接のオファーがあったのが Mount Sinai St.Luke' s and West (旧 St.Luke' s - Roosevelt) のプログラムで、面接期間の第一週の 10 月 16 日に呼ばれました。第一週に呼ばれたのが偶然なのかは分かりませんが、マッチングの結果から回顧すると好意的な姿勢がプログラム側にあったのかもしれない

ん。残念ながら海軍病院の業務の都合でオファーされた面接日には渡米出来ず、他の選択肢であった12月12日（奇遇にも私の誕生日）に面接を延期してもらいました。

結局、11月にセントルイス、12月にニューヨーク及びペンシルバニア、1月にアラバマ及びデトロイトという日程で面接旅行を行いました。

面接前夜には、多くのプログラムが候補生とレジデントとのディナーを設けていました。強制参加ではないので欠席することも出来ますが、プログラムの実際の状況やレジデントの満足度など有益な情報をレジデントに直接聞く事が出来たので参加して良かったと思います。実際に、レジデントの生活や治安情報なども2月にRank Order Listを提出する際に非常に重要な要素となりました。また、レジデントは候補生の性格やバックグラウンドのスクリーニングも行っているはずですので、ディナーでの英語のコミュニケーション力も必要と思われました。

面接当日は、朝8時頃に病院に集合し、まずプログラム説明を1時間ほど受け、約30分間の面接を2人以上の指導医と行い、病院見学をして、昼食をレジデント数名と共に取り、昼過ぎに解散するパターンがほとんどでした。

面接では「なぜこのプログラムに応募したのですか?」、「10年後のビジョンを教えてください。」、「日米の医療の違いについて教えてください。」など、だいたい想定された質問を受けました。私はマッチングの対策本に纏められている質問集を参考にして、100個ほどの基本的な質問に対して答えられるようにあらかじめ英語の練習をして望みました。面接対策をしていて海軍病院の指導医には「日本人は受け身になりがちだから、積極的に臨みなさい。日本での数年の臨床経験がある事に自信を持って、応募したプログラムや面接官を君がインタビューして来なさい。」と励まされました。どうやら、日本人は「面接をしてもらい自分を評価してもらおう。謙虚な姿勢で望む。」という受動的な考え方、米国人は「面接を行って相手プログラムを評価する。自分を飾り立てて売り込む。」という積極的な考え方が基本で、面接に望む姿勢に根本的な違いがあるという事に気がつきました。米国では、物静かで主張のない人間は面接では目立たず、特に日本で美德とされる謙虚さなどは上手く伝わらず低く評価されてしまう事さえあるそうです。

11月のセントルイスは最初の面接で緊張したものの問題なく終え、12月、1月と面接シーズン後半になるほどディナーや面接に慣れ上手く出来たと思いま

す。そういう意味では、マッチしたプログラムを10月ではなく12月に延期して、11月にセントルイスで予行練習が出来たので良かったのかもしれませんが。

面接をして初めて、各プログラムの特徴を捉え研修内容について具体的に想像することが出来るようになりました。米国ではどこにいてもACGMEに定められた一定基準のレジデンシー研修が受けられると言われていますが、各プログラムにもある程度は研修内容を工夫し変更する裁量があり、それぞれが特色の異なる研修を提供している事も理解しました。各プログラムの特色を総合的に判断して、最終的にはニューヨークやペンシルバニアの大学関連病院のプログラムのみをRank Order Listに載せ、その他のプログラムについては応募を取り止める事にしました。

2-3. マッチデイ

マッチングの結果発表は、3月中旬に行われました。決まり事として、まず3月11日にマッチしたかどうかが発表され、そして3月15日にマッチしたプログラムが発表されることになっていました。日本の後期研修応募の締め切りが3月15日であったため、アンマッチであった時の進路も前もって考え準備しておかなければなりませんでした。私の場合は、最終的に応募したプログラムが少なくアンマッチである可能性が高いと考えていたので、その際は日本で循環器内科医になるため母校の医局に入局する事に決めていました。マッチであってもアンマッチであっても、満足出来る悔いの無い進路を用意しました。

3月11日はサンディエゴで実習をしており、朝8時頃に結果発表のメールが届いたものの、勇気が出ずに夕方まで開封出来ずにいました。結局1人では開封できずに、一緒に研修をしていた友人達と開封することにしました。開封すると「Congratulations! You have matched!」という文字が表示されマッチしていたことが分かりました。引き続き3月15日にMount Sinai St. Luke's and Westのプログラムにマッチしていることが発表されました。

3. 感謝

長い年月に渡り、学生のころからいつでも応援してくれた家族と知人、大学時代や研修医時代の同期と恩師、沖縄米国海軍病院と牧港中央病院の指導医、N program関係者、そして他にも数えきれない多くの方々に支援して頂きました。皆様の支援がなければマッチングの壁を乗り越えることは出来なかったと思い

ますので、この場を借りて改めて心より感謝申し上げます。本当に有難うございました。将来は、医師として成長し、米国で学んだ知識と経験を活かして日米医療の架け橋となり、多くの患者が最善の医療を受けられるように貢献することで、少しずつ恩返ししていきたいと思えます。

2019年4月吉日