

〈海外留学だより〉

ピッツバーグにて想うこと

耳鼻咽喉科，頭頸部外科学教室 杉山 庸一郎

私は現在アメリカペンシルバニア州のピッツバーグ大学耳鼻咽喉科学教室内にあるラボに所属しています。

研究内容としては前庭，嘔吐，自律神経等に関する脳幹の機能がメインのテーマです。他分野の方にはかなり特殊で想像しにくいと思いますが，様々な入力経路，例えば前庭刺激や嘔吐を誘発する刺激に対しどのような神経回路が関連し，どのように機能しているのかを電気生理学を中心とした手法で研究する分野とえば少し分かりやすいかもしれません。

ピッツバーグという街は以前は鉄鋼で栄えた街らしいですが，現在はその面影もなく特になんの特徴もない平凡な街です。比較的多くの大学が集まっていることもあり学生の街とも言えるかもしれません。また，UPMC (University of Pittsburgh Medical Center) が有名で特に移植について学ぶために留学される他科の先生も多いと聞きます。気候は日本と全く異なり夏は日照時間が長く，冬は4時頃には暗くなります。特に冬の寒さは厳しく -20°C の日も珍しくはありません。現在日本から留学されている先生は全科合わせても30人ほどと他の有名な都市と比べると少ないと思います。また，特に観光都市でもないので普通に暮らしていると日本人に出会うことはほとんどありません。静かで治安も良くいい街だと思いますが，ニューヨークやロサンゼルスイメージしている方からすると物足りないかもしれません。しかし，物価も比較的安く，家賃もそれほど高くないので生活する上では特に不便は感じていません。

我々のラボは私を含めポストドクが2人とボス，それにサポートして頂いているテクニシャンと実験を手伝ってもらっている学生たちで構成されています。アメリカの大学生は初年度か

らどこかのラボに所属し有償で研究の手伝いを行います。もちろんそこでした仕事を論文としてパブリッシュすることもあります。良い制度だと思いますが，日本で同様のことを行うのは無理でしょう。私のボスは大学院時代に研究を直接指導して頂いた先生が以前アメリカに留学していた際に同じラボに所属していた先生で，研究に関する手法や機器等はほとんど大学院時代に研究していたものと同じです。両先生のボスが同じなので当たり前と言えば当たり前ですが実験に関してそれほど違和感なく行えるのは留学先を探す上でのひとつの基準になるかもしれません。

アメリカは広く場所によって環境は全く異なりますのでここでの生活環境がすべての留學生活に当てはまるわけではありませんが，日本での多忙な生活と比べると比較的ゆっくりとした生活を過ごすことが出来ると思います。夜遅くまで残って仕事をすることも少ないですし，特に夏は日が沈むのが9時過ぎになることもあり仕事を終えてからかなり自由な時間があります。短期間ではありますが日本とは異なった生活を送ることが出来るのも留学のメリットの一つだと思います。通常業務が忙しく日々を過ごすことに精一杯だった日本での生活と比べると様々なことを考え，学ぶ時間があるので日本にいるときには気付かなかったことに気がつくことがあるかもしれません。

しかし，いろいろ不便な点もあります。特にアメリカでの生活に慣れるのは人にもよりますが言葉の壁以上に大きいです。役所の仕事は人によって様々で，ある所で断られた書類が別の所で受理されたり，同じ書類を持って行っても日によって対応が違ったりすることは日常茶飯事です。車の点検は適当で点検の終わった翌週

に車が止まったという話もあります。食事もまずは食べられるものを探すのが最初ということで、その後余裕が出てきたら美味しいものを見つけるとい感じです。医療費も高く、保険に入っていないと大変なことになります。先人たちがアメリカに来ると愛国心が増すとおっしゃっていたのを思い出しました。

私自身が留学するきっかけになったのは他の先生方も同様だと思いますが大学院での研究生生活です。この時期に研究に興味を持ち、さらに続けたいと思っていたところに留学先を紹介して頂き今日に至るのですが、大学院卒業後すぐに留学することが出来たのはある意味幸運だったと思います。

大学院を終了して次に海外留学を考えている先生のなかには留学先に迷う方も多いのではないのでしょうか。私の場合は上で述べたように関連のあるラボに受け入れてもらいましたが、大学院時代の研究の延長で仕事をしようと思うと選択に苦勞するかもしれません。研究分野によっては留学先の選択肢にかなり幅があることも障害となることがあるでしょう。研究者が多い分野は、逆に言えば競争的とも言えますが、相対的にアプライ出来るラボの数も多いでしょうし、特に私の専攻のように領域が限定されている場合は選択肢も限定されることもあります。

また、留学先が決まっても実際に留学するためには医局のサポートも欠かせません。ただでさえ人手不足の昨今、やっと一人前になりかけた、あるいはなろうとしている人材を数年間も外に出すのは時期によっては難しいこともあるでしょう。

臨床の先生方のなかにはキャリアアップが妨げられるという理由で留学を躊躇されることもあるのではないのでしょうか。特に数十年前とは異なり、アメリカに行かないと一流の研究が出来ないという時代ではなくなり、特に外国に行く必要性を感じていない先生も増えてきていると聞きます。私自身もそのように考えた時期もありました。留学する数年の機会費用を考えると日本にいて臨床と研究を続けるという選択肢

も否定はしません。

しかし留学して研究を続けることで得られることもあります。通常臨床の先生方は大学院で始めて研究生生活を経験されると思いますが例にもれず私の場合も大学院入学後研究者としてのスタートをきりました。基礎の先生方とは異なり研究者として年齢的にもハンディがあるため、あるいは限られた期間内に仕事をまとめる必要があるため、理由は様々ですがただ目の前の課題に取り組むことに集中しがちです。しかし留学を通して研究生生活を続ければ必然的に仕事の量が増えますので多くの実験に携わることが出来、同時に実験の背景やこれから行うであろう実験との有機的なつながりを意識しながら行うようになってきます。もちろんそれらによって実験結果が変わるわけではありませんがただ目の前の課題に取り組むだけだった大学院時代と比べると研究に対する視野が少し広がるかもしれません。

また、数少ない海外で生活するチャンスの一つでもあります。海外の文化に触れ、逆に日本の良さを再認識することが多いのですがたまには見習うべき点もありますので、自分の価値観を考え直すよい機会になるのではないのでしょうか。

これは私自身の感想なので他の先生方に必ずしも当てはまるものではありませんし、また留学に特異的なものでもありません。しかし留学することでそのような経験をされる先生が少なくないのではとも思います。

留学される先生方の目的は様々です。日本でその研究を発展させるため、違った領域の知識や技術を習得するため、ゆっくり勉強する時間を得るため、外国生活を楽しまつためなど人それぞれだと思いますがいずれにせよ目的があれば上記の一見不利益とも思える状況があっても留学する価値はあるかと思えます。

これから留学先を探される先生、すでに留学の準備をされている先生に一言申し上げると、はじめの半年ほどは環境の違いもあり体調が良くないと思いますのであまり最初から仕事に没頭せず、まずは生活に慣れ、ラボに慣れ

ることから始め、ゆっくり仕事のスピードを上げられたら充実した留学生活が送れるのではないかと思います。日本人を受け入れるラボはだいたい事情がわかっているのですぐにハード

ワークを強要したりはしないはずです。

最後にこのような機会を与えて頂いた教授をはじめとする医局員、及び研究指導をして頂いた先生方に感謝致します。