

私が留学に興味を持った日

海外に興味のなかった学生時代・研修医時代

海外への留学に興味を持つ人の中には、学生時代より USMLE (United States Medical Licensing Examination) といった海外の医師国家試験対策を開始している人が一定数います。私の周囲にも、学生時代にすでに USMLE に合格したという同期が数人いました。一方、私は**海外に全く興味がなく、海外に行くために初めてパスポートを作ったのも大学6年生の実習時**でした。学生時代は、“USMLE”なんて言われても、何のことだかさっぱりわかりませんでした。

卒業後は、三次救急病院での多忙な研修医時代が始まりました。アメリカの大学病院と定期的な交流があった研修病院でしたが、私の日本好きは変わりませんでした。

- ・「日本の医療は世界トップレベル」
- ・「日本人は器用で丁寧」
- ・「日本人は勤勉」
- ・「海外のやり方は日本では合わない」

Reference

私の研修医時代

私が研修した病院は、当時「年棒制」でした。1年間の給料が決まっており、何回当直してもプラスαの給料は発生しませんでした。しかし（だからこそ？）、私の同期たちは我先に働いていました。どうせ給料が変わらないのであれば、できるだけ経験を積んで良い医師になった方が良く、そういった感覚だったのだと思います。

また、病院内に宿舎があり、田舎で遊ぶ場所も周囲になかったため、当直でなくても暇さえあれば救急外来や病棟に足を運んでいました。時間を見つけ、できるだけ多くの患者を診ることで、臨床能力を上げたいと思っている人が集まる、そんな研修病院でした。

そんな噂を真に受け、海外を見てみようという気はサラサラありませんでした。毎日臨床に没頭し、臨床能力を上げることを最大の目標とし、日々病院で同僚や患者と共に時間を過ごしました。

当時の私は、臨床能力が高いことが、医師として至高であり最大の榮譽であると考えていました。そして、日本で今後医師をする限り、**日本の病院で努力し続けることが必要十分条件であると思っていました**。しかし、今思えば、心のどこかで、海外の臨床留学に挑戦している人、自分が未知の分野で努力している人に対する嫉妬や、自分の劣等感のような感覚があった気がします。

初めての海外学会

私は卒後4年目に、大学病院の医局にレジデントとして入局しました。私が所属した大学では、“Early exposure”と称し、すべての若手医師が上級医と共に海外の学会に参加し、海外に早期(early)に曝露(exposure)されるという機会が設けられていました。私の場合も、発表者ではなかったにも関わらず、アメリカ麻酔学会やアメリカ集中治療学会に連れて行っていただきました。

その海外学会中のことでした。現地で活躍している日本人医師が一同に集まり、食事会を通じて触れ合う機会がありました。それぞれ働いている施設は違いましたが、皆アメリカやカナダで活躍している臨床医や研究者でした。そして、**あの場こそが、私の海外への興味を一気に引き上げることになりました**。

彼らは、とても輝いていました。自信に満ち溢れ、自分たちが置かれた環境について生き生きと語り合っていました。しかし、彼らと当時の私の年齢は、そんなに変わりませんでした。医師としてすでに4年目も終わる頃のことでした。**海外で活躍している同年代か少し上の日本人医師が、とても生き生き輝いていた(見えた)ことを、今でも鮮明に覚えています**。

私はそれまで臨床医として人一倍努力し、患者に向き合ってきたつもりでした。病院内に長く居残ることが良しとされたあの時代、他の人よりも長く

ベッドサイドで患者を診る努力をしていたと思います。正直、海外で活躍している日本人医師と比べ、自分の方が臨床的に優れていることはあっても劣っていることはないという自信がありました。それでも当時、私には、彼らの方が輝いて見えてしまいました。

アメリカ医師国家試験の受験を決意

それまで、海外で活躍しようとしている人を、心のどこかで嫉妬し、かつ否定していた私に、スイッチが入った瞬間でした。

「私も海外に行こう」

英語は全くダメな私です。学生時代も全く英語を使わず、医師になっても臨床だけ。海外には目もくれず、むしろ海外を否定してきた人間でした。すでに医師5年目も間近に迫り、もうすぐ30歳になろうという冬のことでした。突如、海外に行きたい、海外で臨床をしたい、とってしまったのです。

現地の日本人医師たちとの食事会をしたその日の夜のことで。ホテルに帰り、熱冷めやらぬまま、インターネットでアメリカ医師国家試験の対策本を購入しました。そして、帰国と同時に勉強を開始しました。

一度目のアメリカ留学と夢破れた理由

一度目の留学と帰国

アメリカで臨床医として働くためには、アメリカ医師国家試験に合格しなければなりません。詳細は後述しますが、(当時の)アメリカ医師国家試験には Step 2 CS といって医療面接を行う、英語が苦手な日本人には最難関といっても過言ではない試験がありました。しかし、当時の私の英語力は、特に会話(スピーキングとリスニング)に関しては酷いもので、本物の患者や医療従事者相手に仕事ができるレベルでは到底ありませんでした。

そこで私は、日本で Step 2 CS 以外の試験の対策・受験の後、研究留学として渡米し現地で英語能力を鍛えて Step 2 CS を受験する、という戦略を立てました。そして、当時の上司から研究留学先を紹介してもらい、渡米後数か月で無事 Step 2 CS にも合格することができました。

しかし、渡米後1年という短期間で、私は日本に帰国してしまいました。理由はいくつかありますが、夢破れ帰国した、というのは間違いありません。

失敗こそシェアすべき

海外で臨床医として働くことを夢見て対策を開始し、研究留学として渡米した後、アメリカで臨床するために必要な ECFMG (educational commission for foreign medical graduates) certification を取得することもできました。しかし、アメリカで臨床医として働かぬまま帰国してしまい、アメリカでの臨床留学という夢は現時点では叶えられていませんし、今後も達成する予定はありません。

ただ、せっかく夢破れたのであれば、その理由を考えシェアすべきですよ。ね、「失敗こそシェアすべきである」とは、私の研修病院のモットーです。なぜ私はアメリカで臨床医として働けなかったのでしょうか。

USMLE のスコアが低い

後述しますが、私のアメリカ医師国家試験である USMLE (united states medical licensing examination) は低スコアです。しかし、USMLE のスコアは就職にとっても重要とされています。(低得点であっても)合格してしまうと、ある一定期間再受験はできないため、一発で、かつ高得点で合格する必要があります。では、なぜ、私のスコアは低かったのでしょうか。まずはその理由から考えてみます。

第一に、言い訳にならないかもしれませんが、私は**そもそも高得点を狙っていませんでした**。当時、日本ですでに専門医資格を保持していたことから、アメリカでレジデントから始める気は全くありませんでした。臨床するための資格 (ECFMG certification) をできる限り早く取得し、コネを使ってアメリカでサブスペシャリティのためのフェローを経験する、というのが私の目的でした。レジデンシーほどではないにしても、フェローであってもスコアは大事なのですが、私の場合は USMLE に合格することを最優先としてしまい、スコアは気にしていませんでした。最初の目標設定が低かったことそのものが、敗因の一つとして考えられます。

第二に、**模試を受けなかった**ことが挙げられます。前述の通り、スコアを気にせず合格のみが目標であったため、実は本番前に USMLE の模試を1回も受けませんでした。本気でアメリカで臨床医として働きたい人で、USMLE の模試を受けたことがない人なんて、あまりいないのではないのでしょうか。少なくとも、私の周囲で真面目にアメリカのレジデントを狙っている人は皆、本番前に模試を何回か受けていました。そしてその結果が悪ければ、本番の日程を後にずらし、より一層勉強に励んでいました。

日本の大学入試であっても、医師国家試験であっても、普通は「模試」を受けますよね。しかし、こと USMLE に関しては、私は1回も模試を受けて