

はじめに

2025 年度の NY 研修に参加させて頂いた初期研修 2 年目の村中です。本レポートを書くにあたり、NY 研修に少し興味はある、でも海外経験はそれほどないし、語学力にも自信はないし、初期研修の中の 2 週間という期間を費やして大学病院から様々な補助を頂いてまで海外に出る理由はあるだろうか、と尻込みしている読み手に、私が何故参加したか、研修の準備から研修後までのプロセスがどうだったか、何を得られたか報告したいと思います。

自己紹介

30 代、富山県の田舎出身。大学卒業、社会人経験後、思い立って医学類再入学。初海外は 20 歳過ぎ。引っ込み思案な性格。日本語堪能な非英語圏出身の妻、子（1 歳）あり。

参加の動機

- ・初期研修 1 年目のたすき先（能登の病院）でも多様な国籍の患者が受診しており、日本国内で医師をするにも異文化コミュニケーションは大事だと感じたから
- ・自分自身が海外に出てみることで、出身国外で人生を切り開いている人の苦勞を一端でも感じたいと思ったから
- ・子供に国際感覚を身に付けて欲しいが、そのためにまず自分が身に付ける必要があるから

NY 研修まで

3 月に研修医・専門医総合教育センターより希望者募集のメールがあるので機を逃さないことが一番大事です。書類提出、面接(対面が better ですが、たすき先からの zoom 面談もご対応頂けた)、採用後は Andrew 先生のレクチャーを 6 回程度（6-7 月頃、水曜日！）受講して当日に備えます。採用面接以降の予定は Andrew 先生や他の参加者と調整しながら決めていくので、外病院にいるからという理由で諦める必要はありません。

研修の詳細な日程は随時変更されるので、まめに通知を確認すること、提出物が多いので、早めに動くことが大事。また、研修先への手土産や色紙など、参加者全員に役割があります。あと、事前に esim をネットで購入すること、金券ショップなどで良いレートでドル紙幣を用意することで、滞在中のコストを抑えて快適度が上げられます。

NY 滞在中の生活

2 週間ほぼ毎日、8 時頃～16 時頃まで研修の予定が詰まっていました。とはいえ夕方以降は空いている日が多いこと、8 月の日没は 19 時台であることから、それなりに出歩く予定が立てられます。研修先は主にマンハッタン島内、宿泊先もミッドタウンなので、観光もマンハッタンが主です。自由度は割と高いので、位置情報アプリなど活用し、2 人以上で行動することなど工夫をしてトラブルを避けること。事前に興味ある分野の情報収集しておくとか色々試せます（自分は古本サイトで娘に教育絵本を購入しました）。

研修中

盛り沢山の内容でしたが、最初は簡単な内容、NY に慣れるに従って段々とステップアップしていくように Andrew 先生が日程を組んでくれていたので、英語に自信がなくても何とかついて行けました。ここでは特に自分の印象に残った内容を一つ、人を一人提示します。

① Pace 大学での模擬医療面接

Pace 大学での 6 日間に渡る実習は、2 週間の NY 研修の core となる部分と言っていいと思います。最初 3 日間は Tony 先生による History Taking の lecture でした。Tony 先生は心理学分野の博士号を取得した後に、医療者向けに『患者と rapport をどのように築けばよいか』といった医療コミュニケーションの Brush up に関する取り組みを多くされているようです。Empathy や non-verbal communication の大切さについて度々仰っていたのは、英語の拙い私にとって救いでした。

後半 3 日間は、模擬患者と実際に 1 日あたり 4 回の医療面接を行う『The Simulation Studio』でした。待機中に患者の基本情報を確認した後、12 分間の医療面接を行う実践的なもので、面接後には発音や表現の feedback を頂けました。因みに、模擬患者さんは普段は役者や音楽家など表現者をされており、面接はまるで本当の患者が目の前にいるような緊張感がありました。

② 由水南さんの話

由水さんは、なんと金沢泉丘高出身の Broadway 俳優です。実際にお会いした由水さんは、背はそれほど高くないものの、スラリとして筋肉質で柔軟そうな、いかにも身体表現者然としており、常に視線が高く、胸を張って自信に満ちていました。そんな彼女ですが、中学生まではごく普通の女子だったとのこと。ある日テレビでトニー賞の授賞式を偶然見て、自分も Broadway に立ちたいと思うようになったことから、米国の大学の演劇科に入学し、その後の彼女の紆余曲折あるキャリアへと身を投じました。由水さんが折々に何を考えていたかは『今日から始める SHOW UP の習慣(由水南著, 主婦の友社, 2023)』に詳しいです。

挫折も多く経験して、それでも胸を張って NY で日々戦っている彼女からは、2 日に渡って、自分と向き合い、他人に自分を堂々と見せる心がけを教えて頂きました。

まとめ

私は、自らにとっての comfortable zone から抜け出そうと勇んで新しい環境に足を踏み入れては、現実の厳しさを目の当たりにし、恐れて引き返すことを繰り返しながら、ほんの僅かずつ漸進して 30 代の今に至ります。語学面に関しても、non-verbal な面に関しても、一緒に研修に行った若い同期と比べて performance が良くはなかったのが正直なところ。

それでも、私が大学病院と Andrew 先生から貴重な機会を頂いて NY に行ってきた意義はあります。一つには、一経験者として今後海外に出ようとする後輩（あるいは娘）の背中を、自信を持って押せること。また一つには、出会った New Yorker の足取りを思い浮かべながら、もう少し勇気を持って自分の人生の選択が出来そうだということが挙げられます。

NY 研修を通じ、海外に出る理由は人夫々でいいし、語学の経験値も（多いに越したことはないものの）参加を諦める本質的な問題ではないと感じました。様々な人が、夫々の理由で自分の存在意義を世界に問うために戦い続けている NY の空気を吸い、日本に戻ってから、学び取ってきた前のめりの姿勢を自分のキャリアに活かしたいと思うのであれば、誰であれ NY 研修に参加することを検討すべきだと思います。

2025 NYC Report 2025/9/30

研修医 村中 貴

