

A photograph of the Mount Sinai West building at dusk. The building is a tall, modern structure with a prominent glass facade and large arched openings. The interior lights are on, and the sky is a deep blue. A sign on the left side of the building reads "Mount Sinai West".

2026 年度

Ichlan School of Medicine at Mount Sinai
留学報告書

医学部 6 年

菊地照実

目次

1. はじめに

2. 自己紹介

3. 実習について

3-1. Geriatrics

3-2. Endocrinology

3-3. Emergency Room

3-4. Pathology

4. 実習外での活動

4-1. 日本人医師会夕食会

4-2. 柳澤先生のご自宅での夕食会

4-3. Alvira & Salonee

4-4. East Harlem Health and Outreach Partnership

4-5. 野口英世のお墓参り

4-6. 9/11 Memorial & Museum

5. 滞在について

6. 事前準備

7. 補足

8. おわりに

1. はじめに

2026 年 5 月 25 日から 6 月 19 日までの 4 週間、私はアメリカ合衆国ニューヨーク州ニューヨーク市に位置する Ichan School of Medicine at Mount Sinai の附属病院で実習を行いました。医学のこともそれ以外のことも実に多くの貴重な経験をしましたので、その学びを皆さんと共有するとともにチャレンジを後追しする一助となることを願い、筆を執ります。

2. 自己紹介

本題に入る前に私自身の話を少しお伝えしておこうと思います。

私は将来、法医学者になることを目指しており、いずれアメリカでトレーニングを受けたいと考えています。今回短期留学に挑戦してみようと思ったのも、将来の留学を考える国の医療を一度実際に見てみたいと思ったことが理由でした。

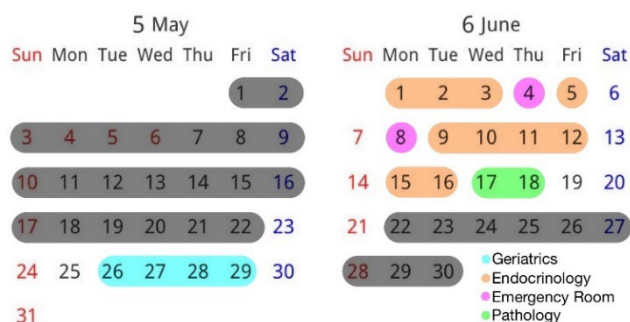
アメリカでの研修を考えるようになったのは、本学法医学講座教授の原田一樹先生のお話をお伺いしたことが大きなきっかけとなっています。原田先生は日本で法医学者としてのキャリアをスタートされ、博士号を取得されてからアメリカでの 5 年間の residency 及び fellowship を修了されています。そして私自身も MD-PhD プログラムを利用して法医学講座で研究活動に参加させていただくうちに、病理学と法医学の関わりに興味を持ちました。アメリカでは法医学は病理学の一分野として捉えられており、病理学の resident を経験した後に法医学の fellow になることができます。

今回の留学を通して今まで漠然とあこがれていたアメリカでのトレーニングがより現実的な目標となった実感があり、心から挑戦して良かったと感じています。ちなみに、いずれは法医学者を目指したいというキャリアプランは面接の際にも正直にお伝えした上で選抜していただきましたので、少しでもこの短期留学プログラムに興味を持たれた方は臨床医志望の方に限らずぜひ前向きに検討されることをお勧めしたいと思います。それでは、どのような 1 か月を過ごしたのかをご紹介します。

3. 実習について

全 4 週間の日程で、Geriatrics、Endocrinology、Emergency Room、Pathology の 4 セクションの診療に参加しました。本プログラムは Endocrinology の attending であるロバート柳澤貴裕先生のご尽力によって実現している側面が大きく、多大なるお力添えをいただきました。特に Pathology については元々予定されておらず個人的なコネクションで調整いただいたものであり、この場を借りて心から感謝申し上げたいと思います。

実習の詳細な日程については以下の通りでした。



3-1. Geriatrics

マウントサイナイの Geriatrics は米国内で何度もナンバーワンに表彰されている部門で、非常に先進的な高齢者医療の様子を学ぶことができました。セクションとしては Geriatrics & Palliative Medicine となっており、2 つの Geriatrics チームと 6 つの Palliative Care チームに分けられています。今回の実習では 2 つの Geriatrics チームのうち Primary という主に病棟管理を行う方に参加しました。



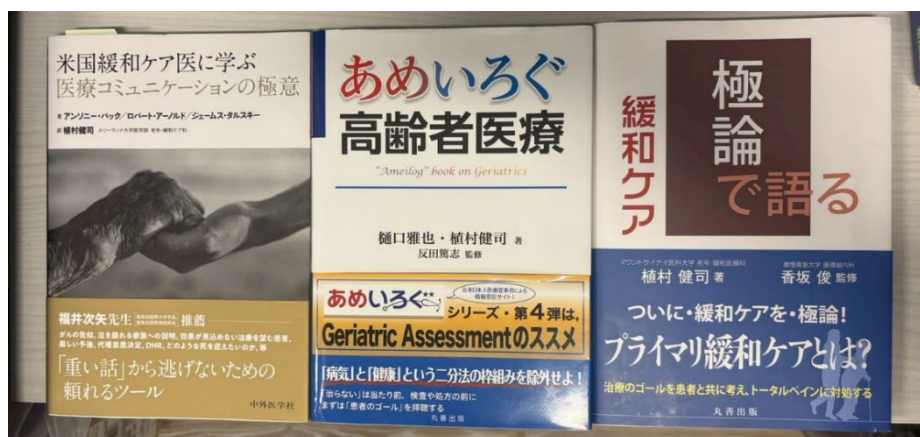
1 日の診療は zoom ミーティングから始まります。病棟患者の朝の時点での状況をチームで共有し、それが終わると round に向かいます。日本に比べて受け持ち患者ははるかに少ない人数でしたが、その分一人一人に時間を割くためこれだけであつという間に午前が終わります。午後には日によって様々なイベントが入りますが、ここでは特に印象に残った family meeting を一つご紹介したいと思います。

患者さんは高齢の男性で、基礎疾患として弁膜症による心不全をお持ちでしたが、入院の原疾患は急性せん妄という病歴の方でした。当初は意思疎通できず発話も難しいほどだったものの処方薬を削減すると劇的に回復し、ちょうどその日に family meeting が行われました。原疾患が回復した直後でしたので今後の退院計画などについて話し合うのかと思っていたのですが、蓋を開けてみると、内容は主に心不全の予想される転帰についてであり、ホスピスケアも含めた終末期の話まで出ていました。これは日本ではなかなか見ない光景で大変驚きましたが、特に強く印象付いたのは日本で対照的な症例を経験したこととも一因ではないかと思っています。

大学での実習中、膠原病を基礎疾患に持つ高齢の女性に出会いました。この方は幾度も入退院を繰り返しており、その入院も二次医療機関からの転院で感染症による状態の悪化が原因でした。残念ながらどの治療法を取っても手詰まりで余命はあと数日から数週間と予測され、ご家族が呼ばれて DNAR についての話し合いが為されましたが、そのような短い時間の中でその決断をし同意書にサインまで求められるという状況に憔悴し大変傷付いていらっしやる様子でした。膠原病は長い経過をたどる疾患であり、どこかで誰かが予

想される転帰についてきちんとお伝えできていれば、同じ結論に達するにしてもあれほど傷つくこともなかったのではないかというのが、この family meeting に同席しながら考えていたことでした。

attending からの説明によると Geriatrics 診療においては big picture というキーワードが重要で、これは練習で身に付くスキル、テクニックだということでした。こちらの先生も柳澤先生にご紹介いただいた日本人の先生であり本も書かれているそうで、実習中にそのうちの何冊かをお貸しいただきました。日本語で初学者向けに平易に書かれた本ですので、これからマウントサイナイに行かれる方はぜひ一度読んでみることをおすすめします。また、あめいろぐ(<https://ameilog.com/>)という在米日本人医療者によるブログも紹介していただきました。こちらはすぐアクセスできますので、併せて記しておきます。big picture を描きながら診療するとはどういうことか、最前線で体感できた 1 週間でした。



3-2. Endocrinology

マウントサイナイでの 4 週間のうち、大部分は Endocrinology のセクションで過ごしました。Endocrinology と Diabetes の 2 チームに分かれており、今回は Endocrinology のチームで実習を行いました。主に round と clinic を行い、機会があるときには meeting にも参加しました。

round ではまず fellow と一緒に患者情報を確認してから実際に患者さんを診に行きます。そして attending と合流して、治療方針のすり合わせとフィードバックを受けます。Matt 先生と Dana 先生という 2 人の fellow の先生にお世話になりましたが、特に Matt 先生には大変丁寧にブリーフィングをしていただき、英語での内分泌診療に対する理解を深めることができました。

clinic には、柳澤先生の clinic に 1 回と fellow's clinic に 2 回の計 3 回参加しました。柳澤先生の clinic にはその日たまたま 911 により健康被害を受けた方のための 9.11 World Trade Center Health Program の対象患者が多くいらしていました。実際に事件の瞬間に立ち会った方だけでなく、その後の救助作業や建物の解体作業などで粉塵曝露のあった方

なども審査を経て認められれば対象となるそうです。このプログラムには健康保険としての機能に加えて公衆衛生調査の側面もあり、実は甲状腺がんの有病率が対照集団と比べて有意に高いとのこと。しかしその原因については、何かのファクターが関与しているのか、あるいは福島県のように定期的な検診によって過剰診断されているだけなのかは未だ不明だそうです。

fellow's clinic では病棟での round と同様のフローで診療が行われており、fellow が診察して考えた結果を attending に報告して承認を受け、それを患者に説明して終了となります。ここで特に驚いたのは、診察枠の時間が日本に比べて非常に長いことです。新患には 40 分、初診でなくとも 20 分の枠が設定されており、とても丁寧に問診することができます。



3-3. Emergency Room

6/4、6/8 の 2 日間は Emergency Room を見学しました。ER はたくさんのセクションに分かれており、私が配属された Red Team は resident の先生方が中心となって主に軽症の診療を行うチームになっていました。担当の先生が 1 人ついてくださり、患者が運ばれてくる前に軽いブリーフィングをしてくださったおかげで、スピーディーで広範囲な ER の診療もある程度理解することができました。1 日目は Dr. Howard Luan、2 日目は Dr. Lucy Dong にご指導いただきました。



アメリカの社会保障システム上、患者はほぼ必ず家庭医から紹介を受けて搬送されてきます。病院に到着すると、まず前室で看護師が 5 段階でトリアージを行います。そして軽症と判断された患者の一部が Red Team に割り当てられるわけですが、ここでは日本とは異なるアメリカ特有の医療文化が多く観察できました。深い眼瞼切傷で受診したある患者は、眼科専門医の診療が必要な状態でしたが眼球そのものの損傷や大きな出血はなく、緊急度は高くありませんでした。そのため、早朝に搬送されてから眼科の医師が出勤してくる朝 9 時ごろまで数時間待っている状態でした。これは日本とは全く違うところに來たぞと実感した出来事の一つでした。

3-4. Pathology



初めに述べた通り、柳澤先生の個人的なコネクションにより、Mount Sinai West の病理レジデントである西川裕里香先生を紹介いただき実現したローテーションでした。西川先生は日本の医学部をご卒業の後、専攻医 2 年目の途中まで日本で研修をされてから Mount Sinai West and Morningside の病理レジデントになられています。なお、先生が渡米される際に書かれたエッセイ([留学記念エッセイ \(西川裕里香先生\) .pdf](#))をインターネット上で読むことができますので、アメリカ留学や病理医としてのキャリアについて興味のある方はぜひ読んでみてください。

主に autopsy、grossing などの日常業務を中心に見学させていただきました。これらについては、手順などは日本で行っているものとほぼ同じでしたが、制度や文化的背景の違いにより病理解剖の件数はアメリカの方が圧倒的に多く、実際に見学した autopsy も日本ではまず解剖にはならないであろう症例で大変興味深かったです。

また、ちょうどタイミングが合ったため brain cutting にも参加させていただきました。事前に西川先生にこの断面で cutting するというのを教えていただいたおかげで当日はスムーズに理解することができました。実際にカットもさせていただいたのですが、たまたま法医学講座で一度教えていただいたことがあり、フラットな断面を切り出すことができました。そしてこれも症例数が多いことの恩恵の一つだと思うのですが、5 人の方の脳の切り出しを attending の指導のもと顔を突き合わせて一斉に行ったため、それぞれの脳の状態を直接比較しながら議論することができました。特に側脳室の拡大した方がおり、直接見比べるとその差をよく感じるすることができました。

今回、将来の留学をより具体的な目標として感じられるようになったのは、西川先生にお会いできたことが大変大きかったと感じています。自身と近い年次の先生が実際に活躍されている様子を見て、やはりここに正面から挑戦したいと強く思うことのできる貴重な経験をさせていただきました。この場を借りて心より感謝申し上げます。



4. 実習外での活動

4-1. 日本人医師会夕食会

初週の木曜日の夜には、柳澤先生主催の夕食会にご招待いただきました。とても緊張し



ながら会場に向かいましたが、蓋を開けてみると先生 3 人、学生 12 人と参加者はほとんど学生でした。実は本学と同時期に日本中の様々な大学の医学生が NY に留学に来ているそうです。同世代の仲間との交流は私にとってとても大きな明日への活力になりました。また、コロンビア大学で循環器内科医をされている島田先生には、先生ご自身のご経験に加え、アメリカで医師と

して働く際のキャリア戦略についても詳しくお教えいただき、大変有意義な時間を過ごさせていただきました。

4-2. 柳澤先生のご自宅での夕食会

アッパーイーストサイドのご自宅にお招きいただき、日本風のカレーライスをごちそうしていただきました。先生のご自宅は 36 階にあり、ニューヨークが一望できる素敵なお部屋でした。2 人のお嬢さまと愛犬ハッピーくんとも同席させていただき、大変楽しい夜になりました。

柳澤先生はニューヨークでお生まれになり、一度日本に戻られて小学校まで日本でご卒業され、中学校以降はアメリカにずっといらっしゃるとのことでした。大学もメディカルスクールもアメリカでご卒業されていますが、日本の医師免許も取得されているそうです。おかげさまで、実習中は先生の日本語の医療専門用語の翻訳知識に大変助けていただきました。

この日は様々なお話をして、福島とマウントサイナイのつながりについても教えていただき、「サダコのおり鶴」という絵本をいただきました。この本については、4-5.で後述します。



4-3. Alvira & Salonee

今年度の交換留学生である Alvira、Salonee とニューヨークで会うことができました。2 人ともとても明るくフレンドリーで、私たちをサポートしてくれました。最初にまず

Alvira に会う機会があったのですが、ちょうど翌日が誕生日でセントラルパークでピクニックパーティーをするということでまさかの飛び入りで招待してもらい、マウントサイナイの 1 年生の学生と一緒にピクニックをしました。大変温かく迎え入れてもらい、中には日本語が少しわかって日本語で挨拶をしてくれた学生もいました。オンラインが発達する現代において直接留学に行く大きな利点の一つはこういった交流だと思います。



4-4. East Harlem Health and Outreach Partnership

通称 student run clinic と呼ばれているこの取り組みは、生活困窮者を対象とした無料診療所で、学生が主体となって運営されています。昨年度留学生の松井先生に、同じく昨年度交換留学生の Ben をご紹介いただき、参加させてもらいました。指導医が 3 名ほど別室に控えており、学生が診察、治療方針の立案までしたらコンサルトしに行きます。また、学生の中でも高学年で経験の豊富な学生が各診察室を巡回してそれ以外の学生の指導にあたり、まさに屋根瓦式と言うにふさわしい指導体制が取られていました。

大学はハーレムと呼ばれるマンハッタンの中でも治安が悪く貧困層の多く住む地域の辺縁部に位置するため、このクリニックにいらっしゃる患者さんの多くはこの地域に住んでいる方です。英語が話せない方も多くいるため、電話通訳が必須です。この電話通訳というのが非常に便利で、このクリニック以外の日常診療でも使われているのですが、電話 1 本で様々な言語の医療通訳を呼び出すことができ、スマホを患者さんとの間に置いてお互いにスマホに話しかける形で使います。私が見たのはスペイン語と中国語でしたが、日本語通訳もあるそうです。

4-5. 野口英世のお墓参り



野口英世といえば福島を代表する偉人ですが、実はその遺体は日本には戻っていません。私も今回柳澤先生に教えていただいて初めて知ったのですが、ニューヨークのロックフェラー研究所で働いた野口はアフリカで亡くなった際感染症が原因であったために日本に戻れず、哀れに思ったロックフェラー研究所の同僚たちが彼をニューヨークに埋葬してくれたのだそうです。お墓はマンハッタンの北に位置するブロンクスという地域にあるウッド・ローン墓地にありました。大都会ニューヨークから電車で 1 時間半ほど、景色はあっという間にのどかな田舎町に変わります。

この墓地には有名なジャズの巨匠など様々な著名人が眠っているらしく、調べてみると日本人のブログなどもヒットします。広大な墓地の中、なん

とかお墓までたどり着きましたが、なんと供花を買ってくるのを忘れてしまいました。心の中でお祈りをして、謝って帰りました。ちなみに、大きい墓石の前にある小さな碑には野口英世とその妻 Mary Loretta Dardis の 2 人の名前が刻まれており、夫妻が共に眠ることを示しています。

4-6. 9/11 Memorial & Museum

最終日には、柳澤先生のご紹介で Meri(Meriam Lobel)さんに 9/11 Memorial & Museum をご案内いただきました。Meri さんは事件当時ワールドトレードセンターのすぐ近くにお住まいで、現在はその体験を伝える活動をされている方です。実際に展示を見て回ると、911 のことは知識としては知っていましたが、やはり心に堪えるものがありました。



左の 3 枚の写真は、グラウンド・ゼロのすぐ近くの教会の壁画を撮影したものです。この教会は 911 で倒壊してしまい、その後、犠牲者を悼むために再建されたもので、基本的には



ギリシャ正教会風の伝統的な建築になっています。しかし、壁画の一部に 911 に関連した描写が取り入れられており、キリストが 911 の犠牲者や殉職した消防士などを救う様子が描かれていることを Meri さんが教えてくださいました。博物館の展示に動揺した心が少し落ち着くのを感じました。

実は 911 の遺族会は東日本大震災の遺族会と交流があり、Meri さんは福島にいらしたこともあるそうです。東日本大震災が起きたとき、911 の被災者支援経験をなんとか日本の被災地で活かしたいということで 911 遺族会の方々が申し出てくださり、そのときに音頭を取ったのが柳澤先生だったとお聞きしました。柳澤先生のお宅でいただいた絵本はこのときに作られたものです。郡山市にある開成山公園には金属製の折り鶴のモニュメントがありますが、これは 911 で崩落したワールドトレードセンタービルの鉄骨を利用して作られたもので、そのつながりを静かに象徴しています。”復興の折り鶴”と調べるとヒットしますので、ぜひ一度見に行ってみてく



ださい。(<https://apese.net/?id=8846487>)

5. 滞在について

今年度からシステムが変更され、自分自身で滞在先を手配することになりました。初めは例年通り 92NY に滞在するつもりで申し込んだところ、なんと満室。慌ててマウントサイナイ側のコーディネーターから紹介された rotating room というサイトで今回の滞在先を見つけました。私が住んでいたのは East Side 100th St & 1st Av のあたりで、後から柳澤先生にお伺いしたところ実は安全な地域ギリギリの場所だったそうですが、家主さんが大変親切な方で安全な生活の仕方をレクチャーしてくださり、幸い危険な目にあうことは一度もありませんでした。しかし、来年度以降行かれる方はぜひ安全性には留意して滞在先を探されることをお勧めします。柳澤先生や詳しい現地の方に事前に連絡を取ることでも可能ですので、わからなければ遠慮なくご連絡ください。

6. 事前準備

事前準備については前年度留学された松木さんのレポートに詳しく記されていますので、ぜひそちらをご一読ください。というのも、私自身は正直に申し上げますと付け焼刃の対策しかできていないからです。もし早い時期からこのプログラムに興味をお持ちの場合は、とにかく早く対策を始めるに越したことはないと思います。私自身はダメで元々と思って試験を受けたため、11 月頃に正式に合格通知をいただいてから大慌てで対策を始めました。私はリスニングスキルに対する不安が圧倒的に大きかったため、朝日出版社が刊行している CNN English Express(<https://ee.asahipress.com/index.php>) という月刊雑誌を購読していました。CNN ニュースを題材にした教材で、自身のレベルに合わせて難易度を選ぶ上に、実際に今世界で報道されているニュースを仕入れることができるためアメリカに対する理解も深まります。また、年が明けて進級試験を乗り越えてからは Cambly(<https://www.cambly.com/ja/english>) というオンライン英会話アプリで週 1 回のレッスンも受けていました。しかし、十分に準備することはとても大事ですが、帰国子女の方などでない限りやはりどれだけ準備しても英語についての不安が全くなくなることはないと思いますので、最後は伝えよう、理解しようとする情熱が最も重要なのではないかと思います。

7. 補足

本プログラムに興味をお持ちで私のレポートを読んでもくださった方は、ぜひ過去の年度のレポートもあわせて読まれることを強くおすすめします。特に本レポートはアメリカの医師のキャリアや役職についての理解を前提としています。2023 年度留学生の瀧本先生のレポートにはそういったことが分かりやすくまとめられていますので、ぜひご一読ください。

8. おわりに

私のレポートに興味を持って読んでくださりありがとうございました。ここまで読んでくださったのは、おそらくこのプログラムに興味をお持ちの方が多いのではないかと予想します。そんな方にはたった一つ、とにかく挑戦してみてほしいということだけをお伝えしたく思います。このプログラムには「福島県の医療に貢献する」という核となる大切な理念がありますが、逆に言えば、その気持ちさえあれば十分選抜される可能性はあります。地域枠か一般枠か、臨床医志望か研究医志望か、USMLE を取得しているかいないか、成績が良いか悪いか、そういったことはもちろん気持ちの裏付けにはなりますが、先生方はそれだけを見て選考していらっしゃるわけではありません。ですから、少しでも興味のある方はぜひ選考試験に申し込んでみてほしいと強く呼びかけます。何か疑問に思うことがありましたら力になりますので、いつでも下記の私のメールアドレスまでご連絡ください。

このレポートが未来のできるだけ多くの方の挑戦を応援できることを願って、終わりにしたいと思います。

E-mail: tellme.kikuchiterumi@gmail.com

謝辞

今回の留学に際して、たくさんの方々にお世話になりました。

Icham School of Medicine at Mount Sinai

Endocrinology Professor 柳澤ロバート貴裕先生

Geriatrics Assistant Professor 植村健司先生

Emergency Room Howard Luan 先生、Lucy Dong 先生

Pathology 西川裕里香先生

福島県立医科大学

放射線健康管理学講座 教授 坪倉正治先生

糖尿病内分泌代謝内科学講座 教授 島袋充生先生

国際交流センター 助教 嶋本雅子先生

企画財務課 増井奈津美様

貴重な機会をいただき誠にありがとうございました。

また、この場をお借りして、留学を後押ししてくださった法医学講座教授原田一樹先生、昨年度留学生の加藤里奈先生、松井真宏先生、Alvira と Salonee をはじめとするマウントサイナイの学生の皆さん、1 か月共に学んだ齊藤帆香さん、応援してくれた家族、友人、すべての関係者の皆様に心から感謝申し上げます。