

Elective clerkship in the University of Hawaii 2014



東京大学医学部医学科 M3 (5年)

2015年1月3日より4週間強、ハワイ大学医学部 (University of Hawaii (UH), John A. Burns School of Medicine) の Kuakini Medical Center で、Elective Clerkship をさせていただいた。1月の日本は寒いが、ハワイは平均 20~25℃と非常に過ごしやすく、また人気の観光地であり、訪れる場所も数多くある。つまり、**Elective** でハワイに行けば、平日はアメリカの医療を体験でき、休日や空き時間にはハワイの有名な観光地を旅行できるため、非常に有意義な実習となるだろう。

【経緯】

もともとはアメリカの違う病院に行きたかったのだが、5月頃に行われる学内面接までに TOEFL を受けていなかったことや、Step1 が間に合わなかったことから断念した。それ以降、海外留学は全く考えていなかったが、9月頃に突如、丸山先生よりメールにてハワイ大学医学部で1月に学生を2人受け入れるという旨の連絡を頂いたためとりあえず応募した。ハワイへ臨床留学しようと思ったのは、将来的に residency をしたいとか、ハワイ大学が日本人レジデントを多く受け入れている (後から知った) といった理由ではなく、ただ単にアメリカでの実習を経験してみたいと思ったからだ。ちなみにハワイ大学は2012年から毎年東京大学の学生を受け入れているが、毎年受け入れるとは限らないそうだ。(東京大学は、2012年度から提携しており、2012年度1人、2013年度1人、本年度2人の実績。日本のみならず、中国、韓国、タイ、フィリピンなどの数多くの大学から応募があるそうで、早く応募した人から順に

Skype 面接の機会が与えられるそうだ。)

【準備】

1. TOEFL

早めに TOEFL を受ける必要がある (あった笑)。できるだけ 5 月の学内選抜までに受けたほうが良い。(自分は受けていなかったわけだが...)。参考までに、5 月末 86、8 月は 93 だった。Speaking は途切れることなく話すことが必要かつ最も重要！英語を話せなくてもコツで何とかなる (24 点)。Step1 については、勉強中なのでコメントできない。

2. ハワイ大学との面接

学内選考をパスした後、Dr. Little との skype 面接が行われる。内容としては、自己紹介 (名前、所属、家族構成、趣味等)、長い雑談 (主に聞いてください OK)、最後に症例プレゼンで total45 分程度であった。症例プレゼンに関しては、事前に英語で用意しておく必要があるが、胸外、三外の CC で英語プレゼンをする機会があったので流用した (使う際には必ず個人情報を消すこと)。45 分とはいえ、多くは雑談なので特に心配する必要はないが、自己紹介の準備くらいはした方が良さそう。Dr. Little とは後に登場するが、ハワイ大学でコミュニケーションを教えている先生だ。医師ではないため、細かい医学的な discussion などは一切行われぬ。3 週間ほどで合否を伝えられた。

3. 各種書類、航空券等

ワクチン証明 (母子手帳参照、必要に応じて保健センター)、CV、personal statement の提出を求められる。CV、PS については、サンプルが国際交流室 HP に掲載されている。航空券は早めにとることを勧める (特に正月明けの行き便)。また、海外旅行保険は安いもの (生協) に加入した。国際学生証に加入しておくとか何とか便利かもしれないが、全く利用する機会はなかった (というより、利用の方法が分かっていなかった)。

ビザに関しては、ESTA で大丈夫だが、入国審査時に、ハワイ大学での臨床実習などと言ったがために、20 分も時間をとられた。No payment 的なことをアピールすれば大丈夫だが、J-1 VISA の方が安心かもしれない。ただ、ESTA で大丈夫 (申請が楽)。必ず、ハワイ大学からメールで事前に送られてくる書類を持っておいの方が良い。

4. 奨学金

奨学金に関しては、東京大学全体のもの、大坪修フェローシップの 2 種類がある。どちらも、全員が通るわけではないようだ。おそらく、GPA (M3 までの成績) が関係している。

【経路】 (行くことが決まった場合にのみ読んでください。)

ハワイへ 1 月 2 日金曜日夜の便で出発したが、別に 4 日の飛行機で問題なかったようだ (早く着けば、早く実習が始まるためお得)。空港を降りると、入国審査まで 15 分程度歩く (適当に流れについていく)。その後、luggage を取り、税関検査を通ったら、右に 2 回曲がり、更に、10 分程度歩くと、taxi 乗り場があるので、Kuakini medical center と taxi 運転手に伝える。料金は chip 込みで \$30 程度だったが、運転手が迷えば \$40 程度かもしれない。鍵を Kuakini Medical Center の Ground floor

でもらったら、アパートに向かう。Physicians tower の横の通りにある。1717 はなぜか番号が書かれていないのだが、1721 の隣のアパートである。3、4号室が日本の学生用に使われているようだ。分かりにくいので参考までに写真を掲載する。



アパート外観

【アパート】

広いが、慣れるまでは少し汚く感じるかもしれない（2日もいれば慣れた）。家賃は1人なら\$1400（1300+100）、2人なら1人\$800と少々高め。娯楽はテレビのみ。病院内で使えるWi-Fiには接続できないため日本のアロハデータで機械を借りた（18000円）。Kuakiniには、様々な伝手（主に野口）で日本の医学生や卒後研修医などが実習しているようだ（大半がレジデンスーのための見学）。日本人が代々受け継いでいるノートがあるのでとりあえず読むとよいだろう。Walmartへは、バス（13番）で1本。プリペイド携帯はWalmartで安いものを初日に購入（機器+1カ月プランで合計\$50程度）した。

【実習】

Family medicine と internal medicine の2つの実習が行われる。

① Family medicine

渡慶次仁一先生による実習。先生は沖縄生まれで高校卒業後すぐに留学されたハワイ大学臨床教授だ。実際に行動を共にしたのは、med students (M3) 1人と、premed 1人であった。Student が誰もいない時もある。その時はすべての業務を1人でこなさなければならない。

大まかな1日の流れを記載する。

～6:30	各自回診、カルテ記載（バイタルは必ず取る）、開始時間は患者人数によるが、1人15分を目安にするとよい。例えば、12人ならば3時30分スタート。6:00に起きた日は相当焦った。（朝4時には表玄関などは開いていない。ED、HPM近くのSecurity centerを通して入る。）
6:30～8:30	渡慶次先生のお話+in-patientの回診

8:30~12:00 午前外来
14:00~16:30 午後外来（水曜、土曜はなし。）

その他には、

3日（土）…13時に707号室、後に、in-patient、SNF、ICF見学兼回診。17:30解散。
4日（日）…8:30解散。本来ならば道場に連れてってくださるが、新年会のようなものがあったそう。
5日（月）…外来後、19時まで新入院の受け入れ（診察、カルテ等）。
8日（木）…17:00 Dr. Littleによる英語プレゼンクラス
11日（日）…8:00~10:00 道場、その後 nursing home の回診、昼食後解散、終了。と思いきや、17:45 on-call、20:00 終了。



Clinicの様子

重要な点をいくつか。プレゼンの型や OLD PAPA Q SURF はマニュアルに書いてあるのですぐに覚えた方が良い。また、ご存知かと思うが、プレゼンテーション能力は少なくともアメリカでは重視されている。つまり、まずこの型を覚え、必要に応じて短縮すると実習期間通して使える。また、外来では問診、身体診察をさせていただく機会がある。日本語を話せる患者様も少なからずいるが、当然ながら大多数は英語で診察しなければならない。数回練習すればある程度似たような問診、身体診察をするので過度に心配する必要はないが、行うたびに覚えていく必要がある。また、渡慶次先生は武道に精通しておられるので何かにつけ「型」を重視される。身体診察も採血も「型」を教わることができるのでしっかり学ぶとよいだろう（その方法論は非常に合理的なもので身につけると間違いなく将来に役立つと思う）。

総合診療、Family practice、プライマリケア、救急医療などを将来的に考えている学生にとっては経験すべき実習だと思う。ハワイ大学は primary care ができる医師を増やすことが一つの課題のようだ（高齢化も著しい）。実際アメリカでも相当評判が高い実習だそう。渡慶次先生の family medicine は typical な family medicine ではないが、あるべき姿を具現化しているように感じた。若いうちから医師として role model となるような渡慶次先生に出会えたことは、何にも代えがたい非常に貴重な経験だったと心底感じている。



Kuakini Medical Center

② Internal medicine

Bチーム所属だった。チーム構成としては、upper resident 1人、intern 1人。全部で4チーム存在し、いずれも総合内科的な業務を行っている。基本的には4日に1日、救急搬送された患者様を受け入れ、入院となった場合はその患者様の管理を行う。

大まかな1日の流れを記載する。

5:45~7:30	Pre-round (チームで回診)
7:30~8:30	カルテ記載等
9:30~10:30	ICUカンファ
10:30~13:00	様々

基本的に昼過ぎには終了する。4日に1回 on-callがあるので、その日は18時くらいまでとなる。主な業務としては、朝の pre-round、ICU カンファへの出席である。また、nurse に検査情報を聞きに行ったり、カルテをもらいに行ったり、心電図を読んでくれと言われていたり雑用させられることもある。プレゼンテーションの機会はかなりあり、Attending round では数回、ICU カンファでは1回だがプレゼンの機会をいただけた。

全体としては、渡慶次道場が終わった後だったのでなんとなく拍子抜けした。Pre-round には参加できるが、身体診察など患者との contact は基本的にできない（あくまでも observer）。しかし、空いた日は家に帰って寛いだり、自分がしたい勉強したりできるという点はメリットである。



RCR の風景

【そのほか】

食品、水を買いたいなら、近くの Foodland がよいだろう。アパート周辺のレストランとしては、Pizza-La、LiLiHa bakery、Subway、Bangkok food など数種類ある。アラモアナセンター、ドンキホーテ、Walmart、丸亀製麺、ワイキキはいずれも 13 番バスが便利。サーフィンに酔いやすい人はやめまじょう笑。



ハワイで一番美味しいアサイボウル



【最後に】

以上長々と書いてきたが、まず留学をするべきか否かに関しては、アメリカの病院実習を経験したいから行く、あるいは、興味がないから行かないといったスタンスでいいと思う。TOEFL の点数を満たしているならとりあえず申し込みばよいと思う。留学はそれほど大きなものでもないが、少なからず刺激を与えてくれるのも事実だ。準備には、ある程度の時間・労力・費用がかかるが、中途半端な気持ちでやるのが一番損だと感じている。行くと決めたなら最後まで頑張ってください（自分への戒めも込めて）。

ハワイに関しては、アメリカ本土より圧倒的に治安が良い。また、臨床実習とはいってもほかの大学ほど hard ではない（空き時間が多い）し、その割には、トキシ道場をはじめ様々なことが経験できる（手技のみならず、心構えも）。振り返ってみれば、観光スポットも色々あるので、遊びも学びも充実した elective を過ごしたい人には最適な実習だとつくづく実感している。

何度も書かせていただくが、**渡慶次先生の実習は本当に素晴らしかった**。技術を教えてくださる先生は多くいるが、心構えを教えてくださる先生はそう多くない。22 歳で渡慶次先生に出会い、医師としての心構えを学んだことは、何にも代えがたい一生の財産になると確信している。

本実習をさせていただくにあたり、大変多くの先生方、周りの人たちにお世話になりました。国際交流室の丸山先生、ハワイ大学の渡慶次先生、Dr. Miki、Dr. Deleon、Dr. Nogi、Dr. Little、Steffan、東京大学の同期、秋田大学の同期、Ms. Paula には実習中、前後を含め大変お世話になりましたのでこの場を借りてお礼申し上げます。

また、\$ を援助してくれた母、父、祖父にもこの場を借りてお礼申し上げます。

質問などがあれば、国際交流室経由でメールしてください。

