

私が今回アメリカ・ボストンで経験・体験した内容の一部をお伝えしたいと思います。みなさんのイメージする留学と照らし合わせてお読みいただければと思います。ボストンと言えば日本人野球選手も多数在籍していたことから REDSOX が有名ですが、留学して早々に World series に進出し、自宅近くの Fenway Park は非常に盛り上がっていました。地区シリーズの勢いのまま優勝し、ボストン名物のダックボートでの賑やかな優勝パレードを観戦しながらアメリカに来ていることを実感したことを記憶しています。



自宅から徒歩圏内の Fenway Park

今回の留学では、Massachusetts General Hospital マサチューセッツ総合病院(MGH)・Harvard Medical School ハーバード医科大学(HMS)の Held 先生を筆頭とした Celluer&Molecular Radiation Oncology Laboratory に在籍し、Bystander 効果についての研究に 2018 年 10 月から 2019 年 9 月までの 1 年間従事してきました。Held 先生は群馬大学にも海外ラボラトリー(群馬大学未来先端研究機構 統合腫瘍学研究部門)として在籍していますので、大学院生の方に

は馴染みのある先生かもしれません。ラボのある施設は、MGH 本院からバスで 15 分程離れた Navy Yard という所にあり、ビル全体が研究所となっている大きな施設です。借りていたアパートは Brookline という場所にあり、地下鉄の駅(Longwood 駅)からも比較的近かったのですが、Brigham Women's Hospital(BWH)という病院にも近かったので、通勤は BWH→MGH 本院、MGH 本院→Navy Yard を結ぶ無料のシャトルバスを乗り継いで利用していました。このバスは MGH 等の研究施設や病院で構成している Partners というグループで運用しており、一般市民も自由に乗車できます。また、地下鉄やバス等の交通網は気軽に利用でき、Uber というタクシーのような配車サービスも携帯アプリで配車から支払いまで完結でき、車を所持していない我が家でも、生活にそれ程困ることはありませんでした。また、車を所持していないことが幸いしてゆっくりと街並みを楽しむこともできました。

さて、研究所の施設では、各ラボが主催した勉強会や講演会が頻繁に開催され、自由参加のため、研究生からラボのトップの先生まで幅広い方々が参加していました。私自身が感じたの



Kathryn D. Held 先生と筆者



通勤に使用した無料シャトルバス

は、ユーモアを交えた質疑応答や建設的な意見交換などが行われており、純粋にサイエンスを楽しんでいる雰囲気でした。また、世界各国からそういったサイエンス好きの研究者が集まり、英語を介して熱い討論が繰り広げられる環境は、非常に刺激的で自分の研究に対する姿勢や位置づけなども深く考えさせられました。会は昼食の時間に開催することが多く、主催ラボが軽食を用意するのですが、すっかり冷めたピザと 2 枚以上食べることは



ラボ近くの並木道

困難であろう甘いクッキーが多くを占めており、日本のランチョンセミナーとは程遠い内容でした。大学時代にピザラに5年在籍していた自分にとっては耐え難い食事だったことは言うまでもありません。また、ボストンには世界各国はもとより、日本からも実に様々な職種の方達（旅行会社の方やIT系の研究者の方、様々な事業をされている方など）が多く集まり、そういった方々との交流はとても励みになりました。私はボストン日本人研究会という会にも参加し、定期的に開かれる講演会や懇親会で研究の事だけでなく生活に関する情報交換や、非医療系の研究者の方達の研究内容を聞くこともまた刺激的でした。

さらに、1年間という限られた期間でしたので、ESL(English Second Language)という、英語が第二言語の人達向けの英語教室へは積極的に参加しました。とある教会が主催するESLで一緒になった韓国やブラジルの友人とは留学期間中に何度か飲み交わし、お互いの夢等も語り合い、今

でも連絡を取り合っています。アメリカでの生活の経験やESLの友人たちとの会話を通じて仕事と家庭に対するとらえ方も大きく変わったと感じています。日本にいた頃と比べて、アメリカでの生活は勤務時間の調整もできるため、家族と夕食を囲むという当たり前の日常を共有する中で、その大切さにも気づくことができました。欧米人は家族との時間を大切にすると聞いていましたが、実際に経験してみるとそのメリットは一目瞭然、子ども達の日々の成長にも気づくことができ、そのことが励みにもなり、心の豊かさにも繋がっていることを実感しました。これまでは、遅くまで職場に残る必要がある日こそありましたが、必要以上に残っていて、論文作成等にも躍起になっていたと思います。人の命を預かる仕事は「仕事人間」もありかとは思いますが、「仕事ダケ人間」になりかねないと恐怖すら感じました。後々にわかったことですが、ESLの韓国およびブラジルの友人もアメリカでは家族の時間が増えたと言っており、帰国しても家族との時間を今のよう大切にしたいと言っていたことが印象的でした。

最後に、少しでも居住環境や食生活などについてお伝えします。住んでいたアパートは築150年のレンガ作りの重厚感のある建物で、近くには川が流れ、川沿いの遊歩道は家族の憩いの場となりました。渡米する前には分からなかったのですが、



築150年のアパート



アパートの目の前にあった川に架かる橋

Brooklineという地域は実に生態系が豊かで自然が多い場所でした。野生のリス(数種類)・グース(雛が孵る様子も見られました)・野うさぎ親子・多種の野鳥など、歩きながら子供達と観察することも留学中の楽しみの一つでした。整備という面では、歩道に大きな木の根っこが張り出していたり、古い大木の枝が通路に落ちたりと不便な面もありましたが、ありのままの自然を大事にし、上手に共存している人々の

生活に温かさを感じました。住宅も古い家が多いですが、街並みがとても綺麗で留学期間中、子供の通園路やスーパーまでの道のりも最後まで飽きることなく景色を楽しめました。教育機関も充実しており、長女が通っていた幼稚園の環境や先生にも恵まれ、伸び伸びと楽しんでいる姿に子どもの順応性に驚かされるとともに励まされたことを思い出します。



食生活では、こちらにもまたいろいろな発見があり、妻はボストンのスーパーマーケットをとてとても気に入っていました。何でも、日本よりもオーガニック食材が気軽に比較的安価で手に入るとのことでした。子どもが小さい我が家では、自炊がほとんどでしたが、アメリカ製の大きな備え付けのオーブンも駆使し、妻は買い物から調理までを楽しんでいました。私もオーブンをフル活用して大学時代を思い出し専らピザを焼いていました。

最後になりますが Held 先生をご紹介してくださいました中野隆史先生、留学へ快く送り出してくださった大野達也先生、MGH 留学の先輩として沢山の質問に答えてくださった河村英将先生・吉田大作先生、留学全般の様々な資料をご提供いただいた神沼拓也先生、お忙しいにもかかわらず留学への壮行会を盛大に開催してくださった肺・頭頸部チームの先生方をはじめとした放射線科医局員の先生方、留学前に私に関係していただいた皆様方へは感謝の気持ちでいっぱい입니다。今後留学へ向かわれる方には私の経験を余すことなく伝えることも留学の一つと勝手ながら考えていますのでご一報いただければと思います。私が経験してきた留学費工面・研究・住居・食事などの面だけでなく、ボストンならではの文化・スポーツ・自然などの体験は文章だけでは伝えきれないのが本音です。今回はこのあたりで筆を置かせていただき、また別の機会があれば情報提供させていただきます。最後までお付き合いいただきありがとうございました。(2019年10月28日記)