

海外臨床実習報告書

2026 年 2 月 5 日

氏名 四宮 伶菜

1 実習施設名

ミシガン大学 眼科 (Kellogg Eye Center とミシガン大学病院)

2 実習期間

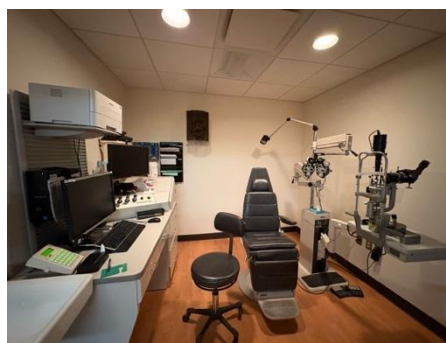
2026/1/05～2026/1/30

3 実習施設の概要

ミシガン大学では、眼科は Kellogg Eye Center として大学病院の main hospital とは独立した場所に建っています。そのため、1 週間だけミシガン大学病院の consults の部門で実習し、他の 3 週間は Kellogg Eye Center の comprehensive clinic、plastics、pediatrics、cornea の部門で実習しました。



↑ Kellogg Eye Center



↑ 診察室の様子

4 ミシガン大学を志望した理由

以前から、日本とは患者の価値観や治療の希望、疾患の頻度などが異なる海外での診療を見学したいと思っており、患者と医師の会話やスタッフ間の会話まで理解できる英語圏で臨床実習したいと考えていました。

加えて、医療保険のシステムが日本と大きく異なり、最先端の医療技術が開発され、実用化されているアメリカの医療現場に興味があったため、ミシガン大学での臨床実習を希望しました。

5 実習に向けての準備

1 月のミシガンは寒さが厳しいと聞いていたので、丈が長くてフードがある暖かいダウンコート、ネックウォーマー、レッグウォーマー、靴底のグリップが優れており、かつ、汚れが気にならないスノーブーツを調べて購入しました。また、建物内は暖房が効いていて暖かい代わりに、乾燥しているとも聞いたので、保湿クリームやワセリンなどの保湿剤を

購入しました。雪が降る環境で過ごすのは初めてだったので、ミシガンで過ごされたご経験がある先生や後輩にアドバイスを頂きながら、準備を進めました。期間が1ヶ月間で、臨床実習の場合はVISAは必要ないとのことだったので、アメリカの入国に向けてはESTAだけを申請しました。自分で宿泊先の確保が必要だったため、バスのルートや滞在費用を鑑みながら宿泊先を探しました。ワクチン接種証明書関連では、B型肝炎の抗体価の提出が求められたため、近くのクリニックで測定してもらいました。訪問する時期が冬で、インフルエンザワクチンの予防接種が必須だったので、接種しに行きました。私はチェンマイ大学に1週間実習に行く際にすでに打っていましたが、破傷風のワクチンの追加接種の記載欄がありました。ワクチン接種に関する要項が送られてきたら、早めに確認して、時間に余裕を持ってワクチン接種や血液検査のスケジュールを立てることをお勧めします。その他にも、ミシガン大学の留学生担当の方からの案内に従って、電子カルテや緊急時の対応についてのオンライン研修の受講や保険の加入証明書の提出などを行いました。到着後は、実習開始までに薬物スクリーニング検査、クリニックでの血液検査、学生IDの発行手続きがありました。これらの手続きのために実習開始よりも早く到着するように指示がありました。私は眼科での実習だったので、現地で少しでも対応できるよう、病名などを英語で勉強していこうと考えていました。しかし、大学の实習や前述したオンライン研修、渡航準備と並行して行わなければならない、結果、覚えたい項目などはテキストを印刷をして、往路の機内などで勉強しようと準備しました。

6 実習内容

毎週木曜日の朝に回診に参加しました。また、たひたび早朝にレクチャーがあり、各レクチャーに対して事前課題や小テストがあったため、毎日課題や勉強に追われる忙しい日々でした。

1週目はKellogg Eye CenterのComprehensive部門で実習を行いました。毎日、レジデントの先生の診察室でComprehensive部門の外来を見学しました。様々な眼科疾患を抱えた患者が来院され、来院理由は白内障術前や術後、緑内障、外傷、中心静脈閉塞症、定期検診など多岐に渡っていました。外来診療では、細隙灯検査を横に付属したスコープから毎回拝見することができ、勉強になりました。視力検査では、日本とは違い、ランドルト環ではなくアルファベットを用いていることが印象的でした。検査担当の技師の方の業務を見学する機会もありました。その際に伺ったのですが、視力検査では6文字のアルファベットが表示され、3文字以上を正解すると読めていると判断するそうです。また、白内障の手術も見学しました。色素の濃い虹彩に比べて、色素の薄い虹彩は薄く柔らかいため、白内障手術中に虹彩の位置がずれてしまうことがあって難易度が高く感じるとお聞きし、興味深く感じました。

2週目はKellogg Eye CenterのPlasticsとPediatricsの部門で実習を行いました。月曜日から水曜日はPlasticsで実習しました。目の近くに生じた皮膚癌のMohs手術後の再建手術を見学しました。見学した手術では、眼瞼の皮膚で術後部位を再建しており、術前に開眼時と閉眼時の眼瞼の位置を確認し、整容面でも機能面でも支障がないように再建に使用する部位を選択していました。外来では、術後や外傷後の患者が来院されていて、どのよ

うな手術をしたのか分からないほど自然な仕上がりの患者さんが多いのが印書的でした。木曜日と金曜日は Pediatrics で実習しました。小児・斜視外来なので、大人の斜視の患者も来院されていて、子供の弱視、子供の斜視の患者も多く来院されていました。子供を退屈させない工夫が凝らされていて、診察室ではビデオが流せるようになっていて、視線誘導のために指人形などが使われていました。斜視の矯正用のプリズムの度数調整を初めて見学することができ、度数が合うと目の動きが止まる様子を見て、プリズムが上手く機能していることを改めて実感しました。また、斜視に対する手術も見学し、上斜視に対する手術は、下斜筋を切断するという内容で、非常に短時間で済む手術で驚きました。

3週目は大学病院の Consult 部門で実習を行いました。レジデントの先生と共に行動し、眼科疾患の救急対応や入院患者に対する眼科的な診察を見学しました。入院患者の診察は、先生がそれぞれの患者の病室に伺って行うので、様々な病棟に移動する必要がありました。ミシガン大学の大学病院は規模が大きく、構造が複雑なため、それぞれの病棟の位置や行き方を把握するのは大変そうだと感じました。先生は1日に10kmほど歩くとおっしゃっていて、体力が必要な部門だと感じました。レンズや目薬、検査表、持ち運び式の細隙灯検査器具、眼圧計などの診察用の道具を専用のツールボックスに入れて持ち運んでいました。ツールボックスを初めて拝見したので、斬新で機能性が高いと感じました。



↑ ツールボックス

4週目は Kellogg Eye Center の Pediatrics と Cornea の部門で実習を行いました。月曜日だけ Pediatrics で実習を行い、小児・斜視外来を見学しました。その際に、何人かの患者さんにご協力いただけて、眼底検査を行うことができました。眼底検査は、ヘッドライトを患者の目に当てつつ、レンズの位置を調整して眼底に焦点を合わせるのは非常に難しく感じましたが、回数を重ねるごとに、徐々に視神経乳頭を見ることができるようになり、少しずつ上達していることを実感できました。火曜日の午前中は視野検査の技師の方の業務を見学できました。検査を受ける側には視野検査はどのように見えるのか、技師の方が検査中にどのような業務をおこなっているのかなどを初めて知ることができ、勉強になりました。Goldman 視野計を用いた視野検査も見学することができ、装置自体を初めて見たので、予想以上の大きさに驚きました。また、手で光源を動かし、手書きで検査結果を記載していたことも意外でした。火曜日の午後以降は、Cornea で実習しました。角膜外来では、アcantアメーバ角膜炎やヘルペス角膜炎、Fuchs 角膜内皮ジストロフィーの治療などが来院目的で、教科書に載っているものの、実際に診察を見学するのは初めてだったので、貴重な経験になりました。特に Fuchs 角膜内皮ジストロフィーに対しての角膜内皮移植の術前評価や術後フォローの方が多く来院されていて、日本では稀な疾患ですが、欧米では有病率が高いことを体感しました。木曜日に最終試験がありました。

7 生活環境

聞き及んでいた通り、到着時には雪が降っており、冷え込んでいました。雪の上を歩く経験がほぼなかったので、緊張していましたが、雪を踏み締める独特の感覚が次第に楽しくなりました。一方で、外を歩く上で怖いのは雪の積もった道ではなく、雪がなく凍っている

る道であることを学びました。凍った道は、見た目には分からないにも関わらず、滑りやすいため、歩幅を狭くして注意深くゆっくりと歩くか、逆に雪の上を歩く方が安全でした。暖かい服装を着て行ったので、少し外を歩いたり、少しバスを待つ程度なら寒さは大丈夫でしたが、やはりおおむね-10℃などの厳しい寒さの中では、15分ほど外で待っていると、身体が芯から冷え、非常に寒くなるので注意が必要です。バスが1時間に2本しかないルートが多くありますが、逃してしまうとバス停で長く待つことになるので、その場合は、引き返して施設内で時間を少し潰して再度向かう方が賢明です。バスは停車ボタンではなく、黄色い紐を引っ張る形式のことが多かったです。降りたいバス停の1つ前のバス停を通過したらすぐに降りる意思表示をする方が良いです。始発以外のバス停では、定刻よりも前にバスがバス停を通過してしまうことが多々あったので、確実に乗るために5分ほど前に着いておくようにしていました。気温が特に低い日や雪の日はバスが遅れがちなので、乗り継ぎの時間や到着時間に余裕を持てると良いと思います。建物内は乾燥していると感じることが多く、喉が少し痛くなることもありました。マスクを着用したり、ワセリンで保湿したり、こまめに水を飲むようにしたりといった対策をおこなっていました。荷物に余裕があれば持ち運び式の加湿器を持って行けると快適に過ごせると思います。デトロイトのダウンタウンは治安が良くないと聞いたことがあったので、デトロイト空港やデトロイトに近いアナーバーの治安も心配していました。しかし、先生や知り合いからの評判通り、空港やアナーバーは治安が良かったと感じました。夜遅くに歩かないように注意し、貴重品の管理に気をつけていると、トラブルに巻き込まれることなく帰国できました。ホストファミリーの方々や病院の先生方を始めとして、アナーバーの人々は優しい方が多い印象でした。Kellogg Eye Centerにも、大学病院にもカフェがあるので、昼食は院内で済ましていました。大学病院には、カフェテリアだけではなく、ベーグル専門店やsubwayもありました。ベーグルが特に美味しかったのでおすすめです。週末は課題やテスト勉強に追われながら、時間を捻出してホストマザーとダウンタウンのカフェや雑貨店に行きました。私は時間がなかったため十分に回れませんでした。ミシガン大学のメインキャンパス周辺からダウンタウンには、様々な博物館や美術館、カフェやレストランがあるため、探索する時間があれば、見て回ると楽しめると思います。



↑ 大学病院のベーグル



↑ ダウンタウンにあるカフェ

8 反省点

現地で行動し始めて早々に、市バスの車内に片手の手袋を落としてしまいました。当日の昼過ぎにバス会社に電話しましたが、届いていないとのことでした。後日連絡すると、落とし物の保管は1日だけで、運転手が気づかなかった場合は清掃でゴミとして当日に全て

捨てられるとのことでした。日本のように長期間保管してくれないので、バスで落とし物をした際には、早めにこまめな連絡を行うことが大切だと身をもって知りました。

What's up という通話アプリを使っている方が多く、使えたと病院の先生方やスタッフの方々と連絡が簡単にとれて便利そうに感じたので、インストールしていきべきだったと感じました。

渡航の準備を進めつつ、電子カルテや緊急時対応に関するオンライン研修を受講して、大学で実習をおこなっていると、なかなか時間がなく、眼科の勉強や医学英語の勉強が進みませんでした。

留学先で必要な勉強をする時間をもう少し持てれば万全だったのでは、と思います。

9 後輩へのメッセージ

最初は日本の文化との違いに戸惑うことも多くありますが、海外での実習ならではの体験なので、文化や診療の違いに興味をもって楽しんでもいただくと良い経験になると思います。1ヶ月間というのは想像以上に短いものでした。貴重な機会を悔いなく過ごせるよう工夫して過ごせると良いと思います。

10 未来への飛躍基金への感謝

この度はアメリカの医療現場を見学するという貴重な機会をいただくことができ、ありがとうございました。日米の診療における共通点や相違点、文化的な違いを実際に体感することができ、海外臨床実習でしか得られない経験ができました。最近は大進んでいることに加え、アメリカの物価は高いため、ある程度覚悟はしていたものの、渡航前も現地でも費用面では悩まされました。この基金のお力添えをいただいたおかげで、学生のうちにこのような素晴らしい経験できました。このような環境を整えて下さったことに重ねて感謝申し上げます。