アラバマ大学バーミングハム校 留学記

The University of Alabama at Birmingham
Heersink School of Medicine
田中 里奈子
名古屋大学医学系研究科医療薬学講座

私は、アラバマ州バーミングハムに留学しました。きっと皆さんは「アラバマ州ってどこ?」「バーミングハムってイギリス?」と思われるかもしれません。アラバマ州は、アメリカ合衆国南部のやや東寄りに位置する州で、バーミングハムはその中で2番目に大きな都市です。気候は日本の九州地方に近いです。バーミングハムは鉄鋼の町として栄えた町で、特に有名な観光地があるわけではない、小さな町です。ビールのブルワリーがたくさんあり、様々なクラフトビールを楽しめる点はとても気に入っています。

そんなアラバマですが、実は日本人が意外と多く住んでいます。近くにあるハンツビルという町は工業が盛んで、自動車会社などの日系企業が多く進出しており、駐在員の方もたくさんいます。私が留学したアラバマ大学バーミングハム校(UAB)にも、日本人の臨床医やポスドクが20人ほど働いています。また、JASA(Japan-America Society of Alabama)という団体があり、定期的に日本に関連したイベントが開催されています。さらに、バーミングハムの植物園には日本庭園があり、春には桜が満開になります。思っていた以上に日常の中で日本を感じられる環境であり、新しい土地に慣れるうえでとても助けられました。

私は、UABのヒーシンク医学部・精神医学・行動神経生物学部門にある丹羽研究室に留学しました。丹羽研究室は、丹羽美苗先生とポスドク2名というとても小さなラボですが、加野研究室とラボを共有しているため、多国籍の同僚とにぎやかな雰囲気の中で研究に取り組んでいます。研究活動自体は日本とあまり変わりなくスムーズに適応できたのですが、多国籍の研究者と一緒に働く中でコミュニケーションの取り方には苦労しました。例えば、朝最初に会ったら “How are you?” や “How was your weekend?” といった会話から始めないと話が進まないことに戸惑いました。日本では仕事の場で自分のプライベートについて朝一番から話すことはあまりないですよね。また、ネガティブなことも含めて思ったことをはっきり伝えるというのも、適応するまで時間がかかりました。日本人同士では、言わなくてもなんとなくわかる共通認識のようなものがあると思います。その前提がない中で自分の考えを主張していくというのは、自分の幼少期より身についた考え方を意識的に変える必要がありました。しかし、時間を経るうちに相手も私の考え方を理解してくれるようになり、今では仲の良いラボメートです。わからないから黙るのではなく、へたくそな英語でも構わないから自分の考えを伝える、ということが非常に大切であることを学びました。



バーミングハムの街並み

仕事の後や休日には、特に娯楽がないこともあり、大学のジムに行き、ステップダンスのクラスに参加したり、ピックルボールやバレーボールをしたりと、とても健康的な生活を送っています。また、沖縄空手のクラスにも参加しており、アメリカ人の先生から英語で空手を習うのは少し不思議な感覚でした。日本にずっと住んでいたら空手をしようと思い立つことはなかったと思いますが、アメリカに来たことで日本の伝統的なものにより興味が出るようになりました。

また、アメリカに来て特に面白いと感じたことは、「違うことが普通」であるという感覚です。日本では宗教を意識する機会も少なく、外見や生活スタイルも比較的似ているため、少しの違いが目立ち、「みんなと同じであること」が安心につながる場面が多いと感じていました。しかしこちらでは、宗教、人種、食生活などが実に多様で、むしろ違っていて当たり前、同じである必要はない、と肌で感じます。印象的だったのは、自宅でランチパーティーを開こうと友人を招いた際、ハラル、ベジタリアン、ケトジェニックダイエットの人が集まり、アルコールを含む醤油、お肉、炭水化物を使わない料理をそれぞれ用意する必要があったことです。準備は大変でしたが、日本ではなかなかできない経験でしたし、こんなに違う食文化でも同じ料理をおいしいと感じられることは面白いなあと感じました。

最後になりますが、この一年留学する機会をいただき大変貴重な経験をさせていただきました。ご支援いただきました上原記念生命科学財団やこれまで支えてくださったすべての方々に感謝いたします。幸いなことに、もう少しUABでの研究を続けることができます。日本及び世界の精神神経科学分野の発展に貢献する人材となれるように、引き続き精進して参ります。