

英国ブリストルでの留学生活

School of Physiology, Pharmacology and Neuroscience
University of Bristol

伊藤 悠城

(ブリストル大学医学部生理学・薬理学・神経科学講座)

2015年12月より、英国南西部の都市ブリストルに拠点を置く、ブリストル大学 School of Physiology, Pharmacology and Neuroscience にて、Research Associate として基礎研究に従事しています。

一言英国と言えば、まずは超国際都市ロンドンが皆様の頭に浮かぶかと思います。私の住むブリストルは、そのロンドンより電車で2時間真西に進んだ先にあります。古くから大学を中心とした街形成がなされ、美しい自然およびたくさんの牧場に囲まれた、緑豊かな学生都市です。またブリストル海峡に接した港湾都市であり、10世紀以降は海洋貿易でも栄えていました。英国内においては、英国人に愛される街 (“best places to live in Britain (The Sunday Times 誌)” で2017年1位!) として認知されており、街はきれい、治安よし、人は優しく、なにより2016年に世界を驚かせた、あの EU 離脱の是非を問う国民投票でも、REMAIN 派が多数を占めた地域です。残念ながらイングランド REMAIN 派多数地域は、ここ周辺およびロンドン周辺のみでした。そのような愛すべき街ブリストルでの生活は、私のみならず、私の家族をも十分に満足させてくれています。

泌尿器科医である私の学術的興味分野は、膀胱をはじめとした下部尿路機能の解析です。幸運なことに、ここブリストル大学では、2つの異なるラボに所属し、それぞれ異なるプロジェクトに参画する機会をいただいています。Head of School. Chris Fry および Professor. Marcus Drake ラボにおいては下部尿路の抹消組織に重点を置いた生理学的アプローチを、Professor. Tony Pickering ラボにおいては脳幹および脊髄機能に焦点を当てたニューロサイエンス的アプローチを用いて、多角的かつ網羅的に下部尿路機能に迫るよう努めています。前者のラボが国際色豊かな人材で構成されているのに対して、後者のラボは、私以外はほとんど英国人で構成されています。そのため、いわゆる日本にはない多様性を味わいつつも、同時に、英国人のリアルにも存分に迫れる、そんな刺激的なラボ生活を送っています。

留学前、最大の懸念であった私の語学力ですが、やはり始めの1年間は電話を取るのも嫌なくらい、苦勞しました。しかし温かい両ラボのメンバーの支えの中、なに不自由ない研究生活をこれまで送れています。恥ずかしながら、私の稚拙極まりない英語に周囲のネイティ

ブが順応して聞き取れるようになってきている感すらあります。すでに渡英して2年以上経過していますが、ここ英国の大学で生き抜いていくために必要になるのは、言わずもがな豊かな個人の人柄であり、そしてさらには高度な研究技術および学術的知識であると感じています。これらを持ち合わせていれば、多少英語が不十分であっても間違いなく周り是一目置いてくれます。今後基礎研究での留学を考えている後進の方がおりましたら、ぜひ英語力のみではなく、人間力ならびに科学力が自分を助けてくれる点を認識していただければと思います。

こちらに留学して一番驚いたのは、英国が思いのほか親日国であるという点です。私が日本から来ていると聞くと、多くの地元ブリストル人が興味を持ち、日本の話を聞きたがります。BBCをはじめとしたTV番組では、年中好意的な日本特集番組を目にします。そんな素敵な英国ブリストルにおきまして、家族とともに、第2もしくは第3の青春時代を送らせてもらっていることに感謝しかありません。このような機会を与えてくれた、横浜市立大学医学部泌尿器科矢尾正祐教授および医局員の皆さま方、さらに一年間大変貴重なご支援を賜りました、上原記念生命科学財団に心より感謝申し上げます。 (30. 4. 11受領)

ケンブリッジ留学経過報告

Cambridge Institute for Medical Research
University of Cambridge

田中 良法
(東京都医学総合研究所)

2017年の4月末から、英国はケンブリッジ大学のケンブリッジバイオメディカルキャンパス内にある Cambridge Institute for Medical Research (CIMR) にてオートファジーに関する研究を行なっております。ケンブリッジバイオメディカルキャンパスは質の高い医学研究、患者ケア、及び教育を一所で行う世界でも有数の医学教育・研究拠点です。

私はこのキャンパスから南に下った地域に、大家さん・他数名の下宿人と住んでいます。同居人はイングリッシュ、スコティッシュ、アルゼンチン、南アフリカ共和国と国際色豊か

であることに加え、それぞれ興味深く個性的なため、毎日が楽しいです。彼らのおかげで、快適な生活を送れており、研究を進める上で支えになっています。

私が所属するラボは、英国にありながらも英国人はほとんどおらず、世界中から様々な背景をもった学生やポストドクが在籍しています。室員の入れ替わりも比較的頻繁に起こりますが、25人前後が常時働いており、所謂ビッグラボに分類されると思います。私はこれまで日本人以外の人と話したことがほとんどなかったこともあり、研究から私生活に至るまで、彼らの感じ方が新鮮でいつも刺激を受けています。そのせいか、こちらにきてからは日本のことだけでなく、他の地域のことまで興味・関心を持つようになりました。私は英語が下手なため会話が弾まないことも多々ありますが、コミュニケーションをとりたいと思う気持ちが英語学習に積極的に取り組むきっかけになっており、留学をきっかけにより変化が生じていると感じています。

研究は、他のビッグラボ同様にハイインパクトジャーナルを目指すこともあって、魅力的なストーリーとそれを支持する強固なデータを求められます。よって、一見明瞭な表現型が認められても、ストーリー上に困難が生じうると考えられる場合は研究を中止するということがしばしば起こります。このようなラボで論文の投稿に漕ぎ着けるには、自分の仕事が面白く、著名な雑誌に掲載可能であることを教授に理解してもらう必要があります。私はこれまで以上のような視点で研究を進めたことがほとんどありませんでしたが、教授に興味深いと思ってもらえるように研究を進めていくことで、アイデアの練り方や論文を掲載まで導く技術などを磨くことができると感じています。当然、教授やラボメンバーとのコミュニケーションは重要になってきます。私の場合、コミュニケーション能力の不足を補うために、クリアなデータを目指す意識がより高くなりましたが、今後は皆とコミュニケーションも取りながら課題を進めて行きたいです。

最後になりますが、上原記念生命科学財団のご支援のおかげで、現在の研究留学が可能になりました。貴重な機会を与えていただきました上原記念生命科学財団の皆様にご心より御礼申し上げます。

(30. 5. 2受領)

Oxfordian を楽しむ

Nuffield Department of Surgical Sciences
University of Oxford, John Radcliffe Hospital
Transplantation Research Immunology Group (TRIG)

内山 雅照
(帝京大学医学部外科学講座)

平成29年4月よりロンドンから北西にバスで1時間のところにあるオックスフォード大学に postdoctoral researcher (research assistant) として勤務しています。オックスフォード大学には John Radcliffe Hospital という附属病院があり、外科部門の中で腎移植患者への制御性 T 細胞の臨床応用を主として研究する Kathryn Wood 率いる TRIG という部署に所属しています。業務としては研究室間の共同研究の動物実験を担当し、時折大学院生の予備実験のアシスタントを行っています。研究テーマは「制御性 T 細胞 (Treg) の機序の解明」なのですが、実際行っていたのはその逆の方向性である、低酸素誘導因子による病的な Treg の解析です。ある状況に置かれた Treg が免疫制御ではなく免疫制御能力が無くなる、もしくは攻撃的な細胞に変化するのかなどを様々な形で評価、調査しています。

オックスフォードという町は関東の茨城県筑波市、関西のけいはんな学研都市のようなイメージです。City Centre と言われるエリアに Collage が所々にあり、その周囲は河川、牧場や畑など自然溢れる環境が整っています。個人的な話ですが、こちらへの留学が決まった時に子供が生まれたため単身赴任生活を送っていますが、程よく都会、程よく自然といった感じで、家族で生活するにはとても過ごしやすいと思います。

その町が有するオックスフォード大学はイギリス伝統のカレッジ制を特徴とする大学で、英語圏としては最古の大学です。日本で collage というと「単科大学」と翻訳され、私も渡英するまではオックスフォード大学は単科大学の集合体だと思っていました。しかし、ラボの学生達に詳細を聞くと、実際は「大学」ではなく、「学生寮」としての意味が強いようです。39カレッジある中で、Merton Collage (皇太子様が学んだ所として有名)、University Collage (ホーキング博士の母校)、Magdalen Collage (Merton、Christ Church と並ぶ人気校)、Christ Church (観光名所としての要素が最も強く、ハリーポッターの映画撮影に使用された) が有名です。もし、イギリスに来られた際はオックスフォードに来ていただき、趣のあるカレッジを見ていただきたいと思います。

単身赴任であったのも原因ですが、海外生活を開始するのはとても大変です。電話1本か

けるのも大変です。他の方も同じですがまず Visa の受け取り (Biometric Card) です。これが無いと始まりません。その次は住む場所の確保 (flat) です。ここで日本と異なるのは家賃の振込です。日本は1ヵ月ごとですが、英国では海外からの移住者に対して6ヵ月もしくは1年間分をまとめて振り込むことを求められます。しかし、便利だなと思ったこともあります。家財家電や生活必需品の殆どが揃っており、いざ始まればその環境はとても助かりました。次に、銀行口座の取得です。日本人だけでなく外国人が銀行口座を作るのは大変です。もし、留学が決まった時は直ぐに外資系銀行のクレジットカードを日本で作っていくと助かると思います。

職業柄、今回の渡英で最も感じたことは、医業と研究を両立させるのはとても大変だということです。私の直属の上司は形成外科医でしたが、週の4日は病院で、残りの2日と病院業務が終わった後を研究室で過ごす、といった生活をずっと続けていました。日本に戻ってから同様の生活を送ることになる自分も、Academic Surgeonとして、どのようにすれば効率良く健康的に両立できるか考えさせられました。

今後留学される方へのアドバイスはただ1点です。皆さんの背景に関係なく、ただ「楽しむ」だけです。英語も大切ですし、その国、地域の文化に慣れることも重要です。しかし、その期間を存分に「楽しむ」ことに主眼を置かなければ、いずれ息が詰まり、生活が苦しく感じるかもしれません。小さな子供が異国の地でいつの間にか友達を作り、言葉を話し適応しているのは、どうやってここで楽しく遊ぼうかをただ考えているからなのかもしれません。もちろん大人と子供は違いますが、プレゼンでの恥ずかしい思いも、水漏れをどうやって止めようと悩んだことも、卵を投げられたことも、いずれは良い思い出に変わります。行って良かったと思えるように、存分に楽しんで下さい。

末筆ではございますが、このような素晴らしい機会を与えて下さり、推薦していただいた順天堂大学の奥村康教授、帝京大学外科学の新見正則准教授、ならびに度々御指導いただいたオックスフォード大学山本あつし先生、順天堂大学の内田浩一郎先生、そして1年間御支援いただきました上原記念生命科学財団の皆様に心より感謝申し上げます。

(30. 4. 12受領)