

フランス留学記

Centre CEA Saclay-Neurospin

小牧 裕司

(実験動物中央研究所ライブイメージングセンター)

私は2018年4月よりフランス原子力庁（CEA）にあるMRIの研究所 Neurospinへ1年間留学しました。女性の Luisa Ciobanu 博士がチームリーダーであり、国際色豊かな MRI and Spectroscopy Unit/NeuroPhysics Team へ所属しました。このラボで拡散MRIの開発者である Denis Le Bihan 博士のもと、小動物用MRIとしては世界有数の17.2T MRI装置を用いて Diffusion functional MRI に関する研究を1年間行いました。

研究所はパリ郊外ののどかな場所にあり、研究に集中するには最適の環境でした。研究所の周囲には農業大国フランスらしく、多くの馬や豚が飼育されていて、麦畑やトウモロコシ畑が延々と広がる牧歌的な風景が広がっています。華やかなパリまでも、電車で1時間ほどの距離で週末は観光や買い物に出かけることもできます。

私の随想録では、これからフランス、パリ近郊へご留学される方のお役に立てるように、私の経験を記そうと思います。

フランス留学にあたり、まず行う手続きが、長期滞在ビザの取得です。おそらくほとんどの方が、研究者ビザで申請することになると思いますが、受け入れ協定書（Convention d'accueil）が必要です。この書類は受け入れ機関が作成し所属県庁から認印をもらい日本のフランス大使館へ提出するものですが、この手続きに非常に時間がかかりました。私の場合3ヶ月以上待たされたので、早めの手続きをオススメします。

いざビザを取得して渡仏したら移民局（OFII）へ出向いて、滞在許可証を取得します。この手続きもすんなりといかず、面会予約のための整理券だけをもらいに行く必要があったり、滞在許可証を取得するまで5回ほどOFIIまで片道2時間かけて行きました。私の場合、ビザの有効期限が切れた7月ようやく滞在許可証を取得することができました。手続き方法もコロコロ変わりますので、都度確認されるのが良いと思います。フランスの書類手続きは万事この様な流れで、私の保険証（Carte Vital）を取得するのも半年かかり、妻の保険証はついに届きませんでした。

フランスはキャッシュレス化が進んでおり、Carte Bleue と呼ばれるデビットカードが生活に必須です。このカードを発行してくれる銀行の開設や、住居探しについて支援をして

くれる研究者向けのボランティア団体（Science Accueil）があります。渡仏前から様々な手続きを準備することができ、非常に助かりました。住居に関しては、提携している大家さんが外国人研究者を受け入れ慣れているためか、親切に助けてくださりスムーズに現地生活を始めることができました。

この他にも多くの経験をしましたが、全てに共通することはフランス式の“C'est la vie（セラヴィ、しかたない）”の精神で寛容さを身につけて、不便を楽しむ日々を送られると良い留学経験となると思います。

最後に、この貴重な留学経験をサポートいただいた上原記念生命科学財団の皆様には大変感謝しております。この留学で得た経験を今後の研究成果に反映していくことで恩返しをできればと考えております。

(2019. 4. 25受領)

仏国に留学して

Institut de Génétique
et de Biologie Moléculaire et Cellulaire

福井 一

(国立循環器病研究センター研究所細胞生物学部)

早1年半が経とうとしています。住んでいる街、ストラスブールはフランス東部に位置し、市の東部を流れるライン川を挟んだ向こう側はドイツです。ここは街全体が世界遺産として選ばれているとても綺麗な都市であり、また欧州議会（EU）の議会所や HFSP の本部が設置されている街であり、統治がフランスとドイツで何度も変わった街など、色々な文化的側面を持っています。去年テロがおきてしまったものの、治安はよく、物価はパリほど高くありません。所属している研究所、IGBMC は市中心部からトラムで20分ほど南下したところに位置し、生物学全般を網羅した約50を超える研究室から構成されるフランスでも最大規模の研究所の1つです。研究に集中でき様々な文化にも触れられることは、私だけで

なく、ともに暮らす妻と息子に対してもとてもよい環境です。もちろん不便な点もありますが、こちらでは便利＝快適ではないことを身をもって知ることができます。

日本で研究者としてのキャリアを積み上げてもらう中で、常に頭の片隅では留学の機会を考えていました。留学する最適のタイミングは各人の考え方や状況で変わると思います。遅い留学になりましたが自分なりに後悔のないタイミングで、これまでの研究に片足を置きつつ、さらに新たなアプローチで発展させることができると考えたラボで働くことにしました。

ラボのリーダー、Julien は若くて非常に気さくなフランス人です。毎週行う1時間のチャットでは、活発なディスカッションができ、これが楽しくて仕方がありません。ラボの構成は、フランス・スペイン・イタリア・ポルトガル・ルクセンブルク・オーストラリア・日本（私）であり多国籍です。またリトリートや joint meetingなどを介した国内外のラボとの研究交流も盛んでとてもオープンな環境です。研究分野が異なり人種が異なると、当然バックグラウンドが違って様々な価値観の違いを知ることができます。自分の中で当たり前のことがこちらでは異なり、逆もまた然りです。ショックもありますが視野が広がる貴重な機会です。

上記の点に関連して、欧州では自分の分野に捉われず分野を横断するコラボレーションを行う土壌ができていることを肌で感じます。というのも、これまで私は生物学的手法で生命現象にアプローチしてきましたが、研究対象がメカノバイオロジーになり現象の普遍性を示すにはどうしても物理学的手法が必要となります。所属研究室は biophysics が専門なので、仲間から新たな解析法を学ぶことができます。そして Julien のおかげで、本当に気軽に外部の様々な研究者と共同で問題に取り組むことができ、自分では意識できなかった事象を考えさせてもらっています。一方で、私の経験に基づく知識や技術をこちらで還元できることもあり、有意義な関係が構築できていると感じます。

おそらく多くの方と同じですが、新しいことに触れ、海外研究者と交流し、独自の価値観を築くための近道が研究留学だと思います。最後になりましたが、国立循環器病研究センター研究所の望月直樹所長、そして30半ばの留学となり申請できる助成金も非常に限られていた中、貴重な機会を与えて頂いた上原記念生命科学財団に心から感謝を申し上げます。

(2019. 3. 18受領)