

国内留学のすすめ

慶應義塾大学医学部 産婦人科 春日義史

まず最初に断っておきたいのですが、私は海外留学の経験はありません。なので、海外留学と比較して国内留学がよいというわけではないので、本コラムを読む際にはご注意ください。また、本コラムを最後まで読んでいただきたいと思います。

さて、私は大学院時代に2年間国立成育医療研究センター周産期病態研究部に国内留学しました。主に妊娠糖尿病の一塩基多型解析と臍帯血DNAメチル化解析を行って、学位を取得しています。周産期病態研究部にはPhDの方のみならず、さまざまな大学から同年代の産婦人科医や小児科医が勉強しに来ていました。それまで研究に従事したことがなかった私には新鮮である一方で、慣れない実験手技を覚え、たくさんの新しい知識を吸収することに必死だった覚えがあります。うまく行かないこともたくさんあって、試行錯誤する日々の中で一緒に切磋琢磨しながら時を過ごした仲間たちは今でも本当に大切な友人です。現在はそれぞれが大学や地域中核病院を支える立場となり、みんなが活躍している姿を見聞きするたびに大きな刺激を受けています。

そんな研究室で私は運命的な出会いをしました。妻との出会いではなく、Developmental Origins of Health and Disease (DOHaD) との出会いです。それまでの私は周産期医療は最終的に元気に生まれればいいんでしょと思っていましたが、胎内環境が将来の疾患発症に関与するなんて、我々がやるべきことはもっとあるんだと確信し、めちゃくちゃ面白い！と興奮したことを覚えています。そして、こんな興味深いことをもっと多くの人に知ってもらわなければならないという使命感に駆られ、元気な赤ちゃんが元気に生き続けられるようにしたいと強く思いました。でも、だからと言って、その当時はまさか自分が学生とインスタグラムをやるとは思っていませんでしたが、2024年に医学生たちと一緒にどどメシプロジェクトを立ち上げました (@dohad_recipe)。DOHaDやプレコンセプションケアを広く知ってもらうことで、周産期予後改善につなげたい。そして、将来の健康増進に寄与したいという思いから始めました。本インスタグラムでは料理のレシピ動画をあげるとともに医学的な情報をあげて啓蒙活動を行っています。ぜひともフォローしていただき、さらに広めてもらいたいと思います。今では我々の活動も少しずつ認められるようになり、行政や企業と一緒にプレコンセプションケアやDOHaDを知ってもらう活動を展開しています。いまの私があるのは確実にあの研究室での日々のおかげです。

国内留学は生活習慣を変える必要はないし、コミュニケーションにも困らないし、当直をすれば給料もあるし、メリットがたくさんあったと思っています。でも、本当は私も海外に行くチャンスがあれば、行きたかった！と思っています。だから、もしみなさんは海外留学ができるチャンスがあるなら、迷わずに海外へ飛び出してほしいと思います。でも、多様なライフプランの中で国内留学も選択肢になりうることを頭の片隅に入れておいてもらいたいと思います。きっと素晴らしい時間を過ごせるはずです。

国内留学のすすめ！みなさんに輝かしい未来が訪れることを祈念しています。

[著者略歴] **春日 義史** (かすが よしふみ)

栃木県出身

2007年 日本大学医学部医学科卒業
2007年 慶應義塾大学病院初期臨床研修
2009年 慶應義塾大学医学部産婦人科
2010年 川崎市立川崎病院産婦人科
2011年 平塚市民病院産婦人科
2012年 慶應義塾大学医学部産婦人科
2017年 慶應義塾大学大学院医学研究科博士課程卒業 (医学博士)
2017年 川崎市立川崎病院産婦人科副医長
2019年 慶應義塾大学医学部産婦人科助教
2023年 慶應義塾大学医学部産婦人科専任講師 (現職)

日本専門医機構認定産婦人科専門医／指導医、日本周産期・新生児医学会周産期専門医／指導医 (母体・胎児)、日本超音波医学会超音波専門医／指導医、母体保護法指定医、日本産科婦人科内視鏡・ロボティクス学会技術認定医 (腹腔鏡)、日本産科婦人科遺伝診療学会認定医 (周産期)

～DEI 推進委員会より～

運命の出会い、身近な場所にも

海外留学や国内留学、臨床、研究、教育、医療行政への参画など、キャリアの形は一つではありません。本エッセイは、国内留学という比較的身近な環境の中にも、その後の人生や価値観を大きく変える「運命の出会い」があることを教えてくれます。研究室で得た仲間、DOHaD との出会い、そして医学生とともに社会へ発信する現在の活動は、多様なライフプランの中で自分らしい道を選び、広げていく大切さを示しています。海外か国内かという場所そのものよりも、そこで何に心を動かされ、誰と出会い、どのように行動につなげるかが、キャリアを豊かにしていくのだと感じました。読者の皆さまにとっても、今いる場所や目の前の出会い、ちょっとしたきっかけを大切にしながら、新たな一歩を考えるきっかけとなれば幸いです。

責任編集
DEI 推進委員会