

留学先決定に至るまでの経緯

杉山 優衣

Oregon Health & Science University, Neuroscience

はじめに

2024年3月に京都大学医学部医学科を卒業し、8月から Oregon Health & Science University の Neuroscience PhD program に進学する杉山優衣と申します。今回の第一回報告書では、出願を決めるまでの個人的な経緯、そして実際に出願する際にどのような準備を行ったかについて書きたいと思います。これから出願を考えている方々に、少しでもお役に立てれば幸いです。

出願までの経緯

海外大学院進学を検討し始めた経緯について簡単にお話ししたいと思います。(全てを書ききれないので、なるべく簡潔にまとめます。興味のある方はぜひご連絡ください笑) 私は医学部卒業後、初期研修に進むか、企業に就職するか、海外大学院に進学するかで非常に悩み、様々な経験を経て、その答えは徐々に変化していきました。そもそもこのような多様なキャリアに興味を持ったきっかけは、学部時代にスタートアップやVCなどの長期インターンを経験し、その中で尊敬できる方々と多く出会ったことです。その中で、「研究の社会実装」、そしてその手段としての「スタートアップ」に非常に興味を持ちました。

日本では、アカデミアとインダストリーの間の人材の流動性が低く、その結果、アカデミアで生まれた研究成果が社会に十分に還元されていないという現状があると考えています。このような状況は、研究が持つ本来の社会的価値を最大限に引き出すことを妨げていると感じています。一方で、アメリカでは、アカデミアとインダストリーの間の人材の流動性が非常に高く、研究成果の社会実装が積極的に行われています。例えば、大学教授が自らスタートアップの設立に関わる例が多く見られ、アカデミアでの研究が直接的に社会に還元されるエコシステムが整っています。私はこのような環境で研究を行うことで、単に学術的な成果を追求するだけでなく、それを社会に還元し、実際の間

題解決に貢献したいと考え、PhD 進学する際はアメリカで行おうと、かなり前から意識していました。

しかし、問題はキャリアの順序でした。臨床、研究、ビジネス、全てに興味があるからこそ、何を最初に行うべきか、というのが最も難しい決断でした。多くの方々にキャリアの相談に乗っていただきましたが、やはり大多数の意見は、臨床のキャリアを一定期間経験してからの方が良いのではないかと、いうものでした。最終的には臨床医療に還元したいという思いがあるため、非常に悩みました。しかし、専門医になるには時間がかかることも考慮し、「今」の自分には臨床医である以上にやりたいことがあると感じ、(医師免許を取得していれば、制度上いつでも臨床研修を始められるため)、本当に臨床現場をじっくり見たい、学びたいと感じた時に、改めて臨床研修を始めようと思いを固めました。また、当初は興味のある研究分野が多く、自分の中でどれに集中して取り組みたいかが明確ではなかったこともあり、スタートアップでビジネス・社会還元の経験を積みながら、自分が勝負したい領域を定めようとも考えていました。しかし、病院実習に取り組む中で、自分はやはり聴覚神経科学で勝負したいと強く感じるようになり、プライベートのキャリアも考慮した上で、できる限り早く海外 PhD を取得しよう、という意思を固めました。もちろん今でもこのキャリア選択が正解かどうか考えることはありますが、私が尊敬している方からいただいた「どの選択をしても、その道を正解にする力があると思うから、自分を信じて頑張れ」という言葉を胸に、この道を正解にすべく努力し続けたいと思っています。

出願準備

1、情報収集、志望校のリストアップ

情報収集が、最も重要かつ苦労したポイントだったかもしれません。志望校のリストアップを行う際に考慮したポイントや気をつけるべきこと、出願準備のステップなどを調べたり、先輩方にお話を伺ったりしました。私の周りには海外大学院進学を検討している同級生もおらず、実際に進学された先輩も少なかったため、友達や知り合いを通じて、実際に海外 PhD に進学された方に積極的にコンタクトを取り、情報収集を行いました。本当に皆さん優しい方ばかりで、面識が全くないにも関わらずお時間を割いて Zoom でお話ししてくださり、大変助かりました。最終的には 10 人以上の方からお話を伺い、多くの有益な情報を得ることができました。現在、私にも海外大学院進学を志し

ている方々から連絡をいただくことが多くなり（1年って早いですね！）、皆が情報収集に関して同じ悩みを抱えているからこそ、このような連鎖で助け合っているのだと思いました。ですので、面識の有無に関わらず、積極的にコンタクトを取ってみると良いと思います。また、具体的な志望研究室が固まってきた段階で、そのプログラムの先輩やラボのメンバーから PI に関する率直な意見を聞くことも重要です。私自身も現地の方から興味のある PI の評判を聞き、ラボの運営方針やマネジメント方法について率直な意見を得ることができた結果、志望研究室を変更したこともあります。

私は大学院で取り組みたいと考えていた研究分野が学部時代の研究内容とは異なる分野だったため、その分野についてしっかり学んだ上で研究に専念したいと思い、コースワークやラボローテーションがあるプログラムを選択しました。また、そのため、自分が興味のある研究室が複数（基本的には3つのラボをローテーションすることになるので、可能であれば3つ）あるプログラムに絞って出願することにしました。私の興味分野が聴覚神経科学という比較的マイナーな分野だったため、この条件によってかなり志望校が絞られました。基本的に Neuroscience プログラムに応募しましたが、近年この分野の倍率が高騰しているため、興味のある PI が co-affiliate している別のプログラムがある場合は、そちらにも出願した方が良いというアドバイスをいただきました。そのため、一部の大学では Biomedical Engineering などにも出願しました。

2、奨学金の出願

まずは自分が応募条件を満たしている奨学金をリストアップし、支援内容や書類締切日などを整理しました。奨学金の書類締切は夏ごろに設定されているものもあり、油断していると締切を過ぎてしまう可能性があるため、注意が必要です。また、奨学金によっては大学を通して出願しなければならないものがあり、学内の締切が別で設定されていることがあります。しかも、大学の HP にその情報が反映されていないこともあるため、早めに確認しておいた方が良いでしょう。特に、海外 PhD 対象の奨学金は出願する人が少ないので、大学の事務がその対応に慣れておらず、想定以上に時間がかかることもあります。私の場合、大学を通して出願する予定だった奨学金はこういったトラブルで出願できませんでしたが、船井情報科学振興財団、中島記念国際交流財団、平和中島財団、JASSO に出願しました。前者2つは大学院の出願前に結果が出るので、出願時に奨学金の証明を提出でき、（大学や状況によっては有利にはたらくこともあるので）非常に助かります。私は運良く両財団から選考通過通知をいただき、どちらの財団から支援を受けるか迷いましたが、先輩方にも相談し、船井財団は奨学生同士の交流会

が毎年設定されているなど、コミュニティとして非常に魅力的である点に惹かれ、船井財団から支援を受けることに決めました。

3、出願書類の準備

出願書類には成績証明書（GPA）、TOEFL、Statement of Purpose（SoP）、推薦状に加えて、大学によっては Personal(Diversity) Statement があります。大学・プログラムによって求められる形式や内容が異なり、HP では確認できないものもあるため、応募サイトがオープンしたら、早めにアカウントを作成して、応募書類の詳細を確認した方が良いでしょうと思います。

今回は、私が特に苦勞した GPA と SoP について書こうと思います。

3-1. GPA

私は海外留学を本格的に考え始めたのがとても遅かったため、GPA を意識して授業に取り組んでおらず、大学院に出願するにはかなり低い値でした。しかし、すでにリカバリーが間に合わない時期だったため、数値の改善は諦めました。その代わり、京都大学医学部では算出方法の影響で平均 GPA がかなり低いという事実があったので、それを推薦状に記載していただきました。それでも、実際の面接で GPA の低さを指摘されることがあり、少なからず GPA が足を引っ張っていたと思います。なので、まだ間に合う人は、GPA を最低でも 3.5 以上に保つよう努力した方が良いでしょうと思いますし、間に合わない人は、強力な言い訳を考えておいた方が良いでしょうと思います。（私自身、Interview の言い訳が弱かったなど反省しています。）

3-2. SoP

奨学金の応募書類を作成する際に日本語で研究計画をまとめていたので、それを土台にストーリーを作成していきました。書き始めてみたものの、もともと文章を書くのが得意ではないので、なかなか進まず困っていたところ、友達の紹介で知り合った方（アメリカで PhD をされている方）が「1、2週間に1回、メンタリングのような形で zoom で添削してあげようか」と提案してくださって、本当に助かりました。ペースメイキングをしていただいたり、文章の案を一緒に考えていただいたりしたおかげで、なんとか形にすることができました。その後、多くの方に添削していただきながら修正を重ねました。また、各プログラムごとに求められる文章量が異なるので、それに合わせて削ったり足したりしながら、大学院で所属したい研究室やその研究内容に関する 1 ペラグラフを大学ごとに変えて提出していました。

SoP を書く際に、「Graduate Admissions Essays」という本が大変参考になりました。様々な文章例が紹介されているので、構成を考えるための引き出しを増やすことができました。また、書き出しをキャッチーな文章にして、その後の重要なパートを読んでもらえるようにすることが大切ですが、この書き出し部分についても様々なパターンを学ぶことができました。

4、面接

面接は基本的にオンラインで行われました。全員が同じ時間に集められ、一人ずつブレイクアウトルームを回っていく形式のものや、個別にスケジュールが組まれ、数日に分けて面接が行われる形式のものがありました。4~5人の教授と面談し、これまでの研究内容について詳しく説明を求められたり、実験手法を選んだ理由やその他の選択肢がなかったかなどを聞かれました。基本的には、実験の理解と考察力を評価されている印象を受けました。また、逆質問の機会が与えられることが多かったので、事前に質問内容をいくつか準備しておいたことは非常に効果的でした。

さいごに

京都大学を卒業後、進めていた共同研究プロジェクトのために、ウィーン郊外にある IST Austria に約3か月滞在しておりました。その後、日本に1週間弱帰国し、すぐに渡米するという非常に慌ただしい時期を過ごしましたが、なんとかオーストリア滞在中にビザの発行や家の契約を終え、無事に渡米することができました。日本では灼熱の暑さで一瞬で夏バテしてしまいましたが、こちらはとても涼しく過ごしやすい気候です。今は新しい環境で新しい仲間と共に自分のチャレンジができることに非常にワクワクしています。

最後になりましたが、大学院進学にあたり、本当に多くの方々にサポートしていただきました。特に、大島さん（FOS2023）には、進路に迷っていた段階から SoP の添削に至るまで、多大なるご助力を賜り、感謝の念に堪えません。また、ここでは FOS の関係者以外の方々のお名前は挙げませんが、進路の選択、志望校の選定、SoP の添削など、各段階で非常に多くの方々にご助力いただきましたこと、心より感謝申し上げます。さらに、船井情報科学振興財団の皆様のご支援があったおかげで、私の夢の第一歩を踏み出すことができたことは間違いありません。この場を借りて改めて深く御礼申し上げます。皆様に恩返しができるよう、これからも一層精進してまいります。