

亀田ICUから広がるキャリア

亀田ICUに在籍していた医師たち。その後どのような道を歩んでいるのでしょうか。

研修で得た経験や成長、そして現在の活躍について語っていただきました。

宋 侑子 先生

2021-2025 亀田ICU

2025- Imperial College London



Q. なぜ集中治療を目指そうと思ったのか、また亀田ICUを選んだ理由を教えてください。

集中治療をサブスペシャリティに選んだ理由は、救急医として一時的に蘇生を行うだけではなく、エビデンスに基づいた集中治療管理を学ぶことで蘇生後の患者の予後を改善できるようになりたいと思ったからです。

亀田病院に勤務する前はEICUを併設する高度救命救急センターで救急医として働いており、多忙な3次救急の初療の合間にICU管理を行っていました。亀田病院を選んだのは集中治療科が独立しており、集中治療の勉強に専念できる理想的な環境だと感じたからです。

さらに私は会社員の夫が東京勤務であったため、1歳の娘と2人で鴨川へ越してきましたが、亀田病院関連の保育園の手配や、ワンオペに配慮したシフト調整など、個々人のワークライフバランスに

配慮してくださる林先生のお人柄に惹かれたのが最も大きな就職の決め手でした。また亀田病院には医師のニーズに特化して柔軟に対応してくださる診療支援課があり、非常に手厚い勤務サポートが受けられるのも他の病院とは一線を画する魅力でした。

Q. 海外臨床留学を意識し始めたのは、いつ頃でしたか？

高校まで帰国子女の多い学校に通っており、海外の文学や映画、音楽に接する機会が多かったため幼少時から漠然と海外に暮らしてみたいという憧れがありました。「留学」というと学費を払って大学院留学をしたり、無給で研究留学をしたりするイメージが強かったのですが、私は生活のために妥当な給与の出る仕事を海外でしたかったので、留学というよりは「海外で職探し」をした結果、臨床が選択肢になりました。そういう意味では日本で集中治療専門医を取得後、独立して手技やICU管理ができる段階で渡英してよかったと思います。

Q. 留学先としてイギリスを選んだ理由を教えてください。

夫の都合でイギリスに転居することになったので、私も臨床医として仕事を続けたいと思い、Imperial CollegeのNeuro ICUでSenior Clinical Fellowのポジションを見つけました。

Q. 海外で集中治療医として働くために、どのような準備をしましたか？

- ・語学、資格、情報収集など

英語：IELTSはwritingに苦労しましたがYouTubeでIELTS Advantageというチャンネルを見てWritingの型を覚えました。

資格：GMC Sponsorship pathwayを提供する特定の病院で職を得ると、日本の医師免許だけで英国でも制限なく臨床をすることができます。英国内8か所の病院の集中治療科がこのプログラムを提供しています。

情報収集：英国臨床に関するブログを執筆されている日本人の先生にコンタクトし、彼女が主催されている在英日本人医師のグループチャットでたくさん質問をさせて頂きました。

準備：亀田集中治療科には留学経験のある指導医の先生方が在籍されているため、CVやMotivation Letterの書き方を指導して頂くことが出来ました。また内定後もReferenceの書類記載など快く引き受けてくださり非常に助かりました。

・「これは早めにやった方が良い」と思うこと

海外では臨床のキャリアに中断期間があると就職に不利になることが多いので、日本国内での転職の際などもなるべくCVにギャップを作らないように早い段階から注意したほうが良いと思います。

Q. ロンドンで働き始めて、最初に感じたギャップは何でしたか？

ロンドンでは外国人医師が非常に多いことに驚きました。医師免許登録を管理しているGeneral Medical Councilの統計によると2025年に英国で就労する外国人医師の割合は全体の42%にもものぼります。

Q. 海外で働く中で、亀田ICUでの経験が活かしていると感じる場面はありますか？

「世界標準のICU」を謳う亀田の集中治療科ですが、渡英してまさにその通りだと感じました。亀田集中治療科の3年間で学んだ日々のICU管理は英国でもそのまま役に立っています。

Q. 海外で実際に働いてみて、医師としてのキャリアや将来の見え方はどのように変わりましたか？ また、海外に行く前に感じていた不安は、今振り返るとどう感じますか？

渡航前はイギリス人に囲まれて働くことを想像していたので、医学英語に不安がありましたが、実際に勤務してみると医師、看護師含めネイティブスピーカーは殆どおらず完璧な英語へのプレッシャーはなくなりました。また医療現場に限らずロンドンでは様々な国籍の人が一緒に働いているのがごく普通のことなので、日本と比べ文化の違いにも寛容です。

Q. 海外への臨床留学を目指す上で、亀田ICUの環境（体制や働き方、雰囲気）はどのように感じましたか？

働き方に関して、英国で会う日本人医師の多くが、「日本と比べ英国はワークライフバランスが良い」と仰っていますが、亀田出身の私から見ると「亀田のワークライフバランスは英国と同じかそれ以上に良かった」と思います。ICU管理もエビデンスに基づきプロトコル化されているため、シフト毎に治療方針が大きく変わることはありません。まさに国際標準の治療の型を学ぶことができるため、臨床留学の準備には最適な環境ではないかと思います。

Q. これから留学を考えている若手医師に向けてメッセージをお願いします。

「できるかできないか」ではなく、「やるかやらないか」。

亀田集中治療科で学ばきつとどこの国に行っても大丈夫なのではないかと思います。

大切なのはとりあえず面接を受けてみたりする最初の一步ではないでしょうか。

