

<自己紹介>

同窓会「マロニエ会」海外留学制度奨学生の後藤育知と申します。私は国際療福祉大学 小田原保健医療学部 理学療法学科を 2013 年 3 月に卒業し、国際医療福祉大学熱海病院リハビリテーション室に約 4 年間、理学療法士として勤務しておりました。2018 年 8 月よりアメリカ合衆国ペンシルベニア州ピッツバーグ市にあるピッツバーグ大学の MS in Health and Rehabilitation Science Musculoskeletal concentrations コースに留学し、2019 年 8 月に修了しました。現在は同大学の理学療法学科にて teaching assistant として勤務しております。



ピッツバーグ大学の象徴的な建物
である Cathedral of Learning



理学療法学科のキャンパス

<留学を決意した理由>

理学療法士界限では科学的根拠に基づいた理学療法の実践(EBP)が謳われている中、自分が提供する理学療法に科学的な根拠がないということに臨床 3 年目で気が付きました。世の中にはどれだけの理学療法アプローチに科学的な根拠があり、実践されているのか。また、どのようにエビデンスが作られているのかという疑問が自分の中で膨らんでいきました。いろいろと調べているとエビデンスについて勉強できる環境がピッツバーグ大学にあることがわかり、海外で勉強することを決意しました。同時に熱海病院に勤務されていた理学療法士の先生が海外の大学院を卒業されており、エビデンスについて詳しくあったため海外で勉強したいという思いが一層強くなりました。

<留学準備>

海外で勉強しようと決意した時、同じように海外留学を目指していた同期がいたため、毎週木曜日の仕事後 2 時間の英会話教室に 1 年間通いました。私にとって仕事と英語の勉強の両立は難しく、臨床を英語の勉強のためにおろそかにしたくないという思いが強く退職を決意しました。退職後は入学条件に必要な語学力 (IELTS という英語能力テスト) を満たすために約 10 か月間フィリピンへ語学留学に行きました。語学学校はスパルタで有名な学校を選び、朝から深夜まで英語漬けの生活を送りました。帰国後、入学試験に必要な小論文、推薦文や必要書類などをデイサービスでアルバイトしながら準備しました。

前庭リハビリテーションの第一人者
Dr. Susan L. Whitney と共に

<授業の様子>

私はエビデンスに基づいた理学療法に関する知識・技術を習得することを目的とする筋骨格系理学療法コースに所属しておりました。

アメリカではダイレクトアクセス権 (患者様が医師を介さず理学療法士のクリニックを訪れること) が認められているので、理学療法の適応の有無を判断するためにスクリーニング能力と鑑別診断を行う能力が求められます。そのため秋学期ではスクリーニング・鑑別診断に必要な知識を得るために脳解剖学や生理学が中心に授業が構成されていました。また、論文から得られたエビデンスをどのように臨床へ応用していくのかということも学びました。

春・夏学期では整形外科の一般的な疾患に対するエビデンスを学び、頸部・腰部疾患の授業では徒手療法を中心とした治療方法を学びました。この授業ではピッツバーグ大学が提唱している Treatment Based Classification System (TBC System) という腰痛を病期と症状で分類し、分類ごとに適した介入を行っていくという理学療法アプローチ概念を学びました。このアプローチすべてにエビデンスがあるというわけではありませんでしたが、これから臨床研究が進んでいくことにより裏付けされていくことが増え、腰痛治療のスタンダードになっていくのではないかと思います。

分野の第一人者である教授から前庭リハビリテーションの最先端を直接学ぶことが



できることも大きな特徴の一つであったと思います。
エビデンスに基づき体系化された評価・治療プログラムには驚きの連続でした。アメリカでは前庭リハビリテーションが整形外科や脳神経系リハビリなどと並んで専門分野として確立されています。近年、脳震盪に対するリハビリテーションの関心が高まっており今後ますます前庭リハビリテーションの需要が増加していくと感じました。



TBC System の第一人者である Michael Timko とクラスメイトと共に

<留学中に苦労したこと>

留学において最も苦労したことは授業の内容を把握することでした。知らない医療単語が授業の中で飛び交い、なんとなく話している内容が予想できるだけであって内容を確実に把握するということは授業の中では困難でした。そのため教授から許可をもらいレコーダーで授業内容を録音し何度も何度も聞き直しました。たった2時間の授業なのに復習するだけに9時間かかることもありました。ディスカッションを行うことも非常に苦手意識が強かったです。伝えたいことが伝えられない、専門用語を使って説明ができないということに非常にストレスを感じました。しかし、同級生たちの助けや教授の寛大な心のおかげで徐々に発言することに抵抗がなくなっていきました。

<留学の利点>

学術的なことはもちろんではありますが、異文化を体験できることが留学の最大の醍醐味であると思います。私はホームステイをしているので食文化、余暇の過ごし方、物事に対する考え方の違いなどアメリカの文化を体験することができます。この体験は日本には絶対に得られないことですし、私自身の価値観にも大きな影響を与えてくれた経験になっています。また、同級生は私たちに馴染みのある中国や韓国をはじめ、インドやサウジアラビアからの留学生もいたため、各国における文化の違い、各国の理学療法士事情や生活の違いなど新しい発見があり見分を広げることができました。アメリカで生活していると日本の素晴らしい点や変化が必要だと感じる点など再認識できたことも非常に有意義なことだったと思います。



ピッツバーグの夜景（City of Bridges）

<マロニエ会奨学金制度について>

海外留学にあたり授業料は一番の大きな問題になるかと思います。私も資金不足で留学することを諦めかけましたが、マロニエ会奨学金制度があることを知って何とか留学に目処が立ちました。留学生の中には資金不足で留学を途中で断念せざるを得なかった方もいると聞いています。私もこの奨学金がなければ途中帰国していたかもしれません。この奨学金制度のおかげで卒業できたといっても過言ではありません。奨学生に推薦して下さった先生、手続きをサポートして下さった事務の方々、奨学金制度を提供して下さった国際医療福祉大学、マロニエ会の関係者の方々に深く感謝申し上げます。

<留学を考えている方へ>

私の留学生活を振り返ってみると辛い事や苦しい事もありました。しかし、留学することでしか得られないことは必ずあります。頑張っていれば助けてくれる人が必ずいます。応援しています。