

1年間の総括 (オーストラリア・シドニー)

葉山 裕真

いろいろ総括してみると、正直・・・

留学生活は、AIにめっちゃめっちゃ支えられた。



音声メモ → 翻訳
(Apple watch)



各種書類の作成
(VISA, 小学校, 幼稚園の
手続き, Affiliates)



メールの返信



文献管理



統計のコード作成
(Claude Code)



英会話 (ChatGPT)

シドニーでの生活

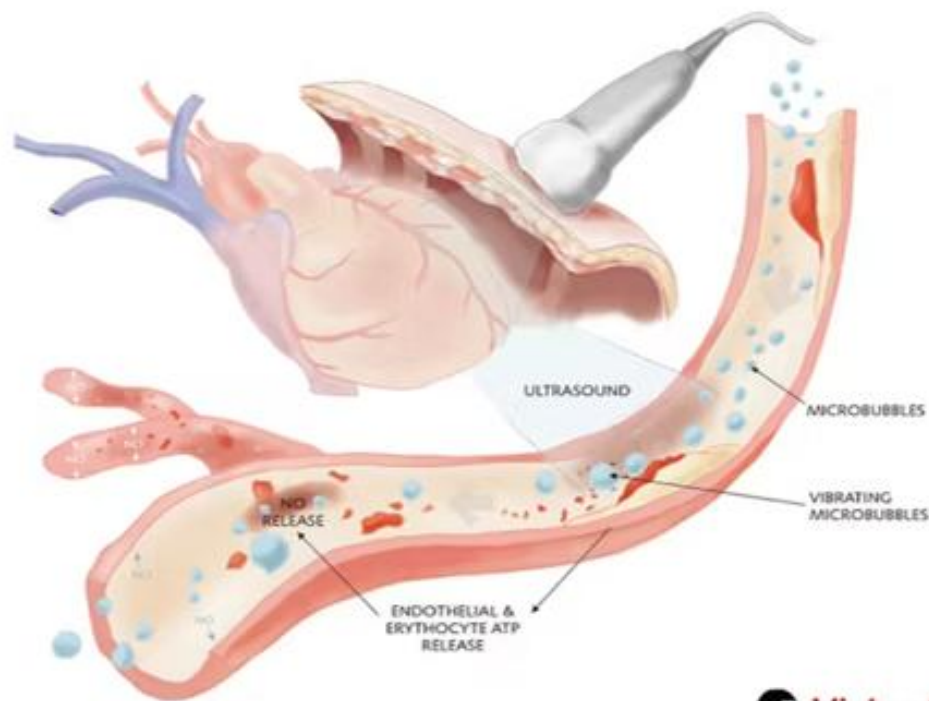
下の子が3歳になり、保育園に通い始めた。
週2回、NSW州から補助あり！



現地の公立小学校にも慣れてきた。
公立小学校の**学費が無料**になった（408ビザ）。
週に4回、1時間くらい、マンツーマンで英語指導を受けてる。

最近、ラクダに
乗った

Sonoperfusion



 **Victor Chang**
Cardiac Research Institute

超音波研究

この1年の歩み（月別）

2025年 11月

- 渡豪・セットアップ
- 研究所、大学のインダクション
- IDカード申請

2026年 1月

- 家族と合流
- 小学校のセットアップ
- 夏休み
- **メタアナリシス**

2月

- 小学校スタート
- **豚の心エコー実験**
- **マウスの実験**

3月

- 研究アシスタントと仲良くなってくる
- 新しい実験の倫理書類に着手
- **顕微鏡研修**
(電子顕微鏡、スライドスキャナー)

4月～7月

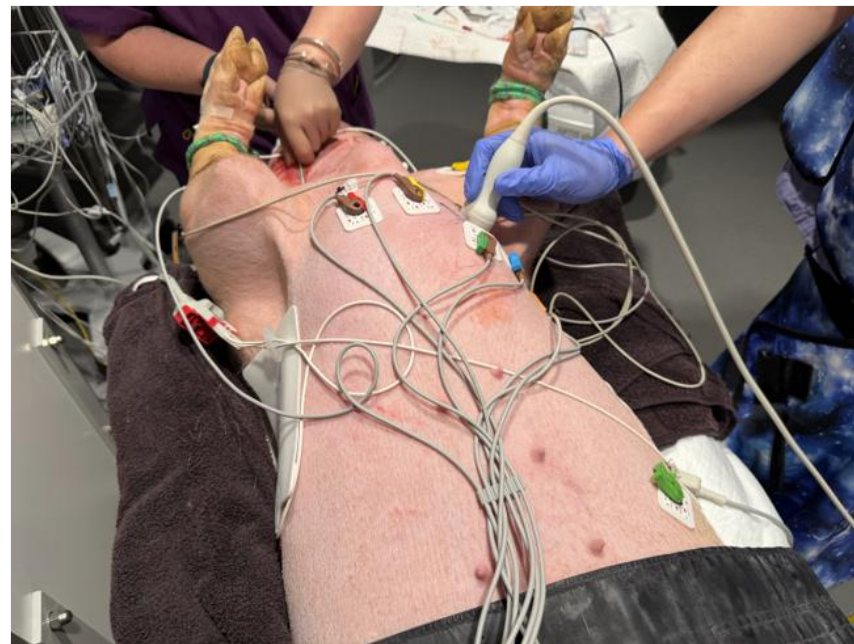
- 手技に慣れてくる
- 上司の助成金申請書サポート
- **レビュー論文作成**
- **心臓MRIの解析も開始**

シドニーでの研究（ここまで）

Sydney大学

Ingham Institute

- ✓ 豚の心エコーが上手になった
- ✓ マウス心エコーのやり方がざっくりわかるようになった
- ✓ 動物実験のエコー装置がわかるようになった（Vevo F2）
- ✓ 組織検体の加工・免疫染色・電子顕微鏡の仕組みがわかった
- ✓ 心臓MRI解析をするようになった
- ✓ 英語での会話に少し慣れてきた（話す抵抗が減った）
- ✓ トランレーショナル研究の楽しさを知った



お金が日々減っていく現実



現状の気持ち

持ち家なし。金融資産少々。
帰国する頃には、上の子どもは小学校4～5年生。

**キャリア・研究を
続ける**

VS

生活費を稼ぐ

帰国後のプラン（仮）

案A



オーストラリアで 臨床・研究

医師として生計を立てながら、
現地で研究を続ける道。

案B



帰国して臨床＋研究

心エコー医として SHD/心エコー
＋研究（超音波治療・動物実
験・AI）を、大学・市中病院・
研究施設で。

案C



開業しながら研究

日本で開業医・往診医として働き
ながら、研究を続ける方法を模索。

妹（内科医）、妻（耳鼻科医）

いろんな悩み



研究環境の整備

- 一人での継続は難しい。チームで組織づくりが必要
- 装置の問題（動物実験用の高性能エコーがあるかどうか）
- 科研費（帰国発展）など研究費の獲得も課題
- そもそも医局が研究を許してくれるか？



勤務医の待遇

- 診療報酬は上がらず、大学病院の多くは赤字経営
- 人件費の大幅な改善は見込めない
- 医師アルバイトも減少傾向



開業への不安

- キャリアの喪失への不安
- 非常勤で外来・エコー・研究を続けられる？（教授次第）
- 開業規制で「駆け込み退局・開業」が増加



起業

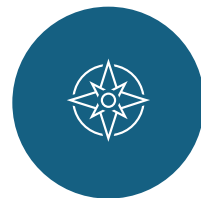
- 今の研究アイデアを、別のやり方で社会還元できないか
- 研究・臨床の知見を活かした小さな事業の可能性
- 医療機器開発、予防医学、アプリ開発 etc

今後の目標とまとめ



好奇心を大事に

自分の好奇心・興味を、これからも大切にしていきたい



選択肢を残す

いろんな道を選ぶよう、キャリアの選択肢を残しておきたい



決めるフェーズへ

そろそろ次の人生を、しっかり決めていく段階に入ってきた

この1年は、多くの新たな「発見」と「これからの人生を真剣に考える」きっかけになった。

サンライズには、資金的な面で留学を支えていただいただけでなく、レポーターの先生方との出会いも留学生活の励みになりました。



1年間ありがとうございました！

葉山 裕真