

絶対に後悔しない はじめての短期留学のススメ

看護学部 2 学年次生

私がこの短期留学プログラムに申し込んだ理由は、単純に海外に行ってみたかったからです。自分の視野を広げるために世界を見てみたいと思っており、私は普段からなんでも一人でやってみようと思うタイプでしたが、日本とは文化も言語も治安も違うことから、不安で海外に行くことは躊躇していました。そんな中、普通の海外旅行では経験できないアメリカのケース・ウェスタン・リザーブ大学への留学プログラムであることや、航空券やホテルの手配からスケジュールの作成まで大学が行ってくれること、教員が現地まで同行してくれることから安心して応募することができました。

プログラムではアメリカの看護学部の講義や演習、病院や、地域の施設の見学だけでなく、他学部との交流や現地の人が生活している環境を肌で体験することができ、すべての時間を大変有意義に過ごすことができました。

ここでは主に地域の高齢者福祉施設と VR のようなゴーグルをつけて体験したホロレンズについて紹介します。プログラム 6 日目に訪れた高齢者福祉施設は、日中の助けや見守りの必要な人がデイケア施設として利用できるようになっています。施設全体の大まかな 1 日の流れや職員の配置などは、日本と大差はありませんでした。しかし、常駐の医師がいることやと診察室や処置室があることは、日本ではあまりみたことのない光景でした。この日一番驚いたことはお土産の数の多さとその全てに企業名が入っていたことです。日本にも似たような施設はあると思いますが、資金や人材の点からアメリカの慈善事業に対する意識の違いを感じました。

5 日目に体験したホロレンズは、VR を超えた MR という技術を活用しています。頭にゴーグルをつけてレンズを通して見ることで、実際にはない人体模型がそこにあるかのように映し出され、いろんな角度から人体観察することができました。案内をしてくれた方は何もない空間に手を伸ばし、その人だけが見えているキーボードを操作していました。まさに映画で見た未来の光景のようで、世界の最先端の技術を体験することができました。



短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

英語はあまりできなくても大丈夫です。もちろん英語が出来た方が円滑にコミュニケーションをとることができると思います。けれども、ただ英語ができないことを理由に留学を保留しているのであれば、私は自信をもって、このプログラムへの参加をお勧めします。英語が話せて海外の看護に興味がある方はたくさん質問して私よりもっと多くのことを学ぶことができると思います。

私の感覚としては、緩やかな 24 時間の実習が約 10 日続いたような感じです。10 日間あっという間でした。是非あなたも体験してみてください。



医療を通して学んだ日本との文化の違い

看護学部 2 学年次生

今回私が短期留学を志望した理由は2つあります。1つ目は、海外の医療に興味があったからです。日本とは文化の違う世界では、どのように看護が行われているのか、どんな工夫がされているのか知りたいと思いました。また、アメリカでは最先端の医療が施されていると聞いていたため、実際に見てみたいと思いました。2つ目は、言語について興味を持っていたからです。現地にいき、英語に囲まれた生活をしてみたいと思いました。

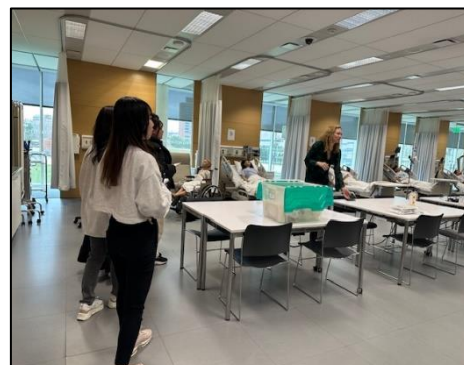
現地では、様々なプログラムに参加しました。医療施設の見学や、大学での講義や演習の見学をといろいろな場面でアメリカの文化に触れることができた気がします。演習は2回見学する機会がありました。フィジカルアセスメントの演習の際、研修医の方が授業に参加して学生のサポートをしていることに驚きました。また、母性の演習では、少人数で演習が行われていて、学生がとても積極的に取り組み、すべてのグループが発言をしていることに刺激を受けました。また、日本との違いを感じた部分は、演習室にあった人形の肌の色が異なっていたことです。様々な国籍の人が暮らしていることが理由ではないかと考えました。演習に参加して得た学びは、医療も文化の違いを尊重しなければならないとより感じる事ができたことです。肌の色の違いで症状の違いもみられることから、それに対応した学習も必要だと学びました。

がんセンターではアメリカの最先端のがん治療についての話を聞いたり、外来病棟の見学をしました。このがんセンターを拠点としてオハイオ州には同じような施設がいくつかあり、患者は自宅近くの施設で治療が受けられるようになっていました。この仕組みがあることで、病院が遠くて治療が受けられないなどの地域格差を減らすことができると考えました。また、様々な医療センターや外来施設、診療所との連携がとられており、離れた地域に住む患者にも最善の医療を提供できるような工夫がされているということを知りました。

短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

海外行ってみたい、英語に囲まれた生活をしてみたいという憧れから参加した短期留学でしたが、行ってみたら想像以上の経験ができ、個人的にはとても濃い10日間を過ごすことができました。初めての海外で不安いっぱいでしたが、友達や先生と一緒に行動するため、そんな心配は全然必要なかったです。言語についての不安が一番大きかったのですが、プログラムには先生も同行するため、難しい部分は助けてくれました。

少しでも興味を持っているのなら是非参加することをおすすめします。



アメリカの学生生活と文化を取り入れた医療

看護学部 2 学年次生

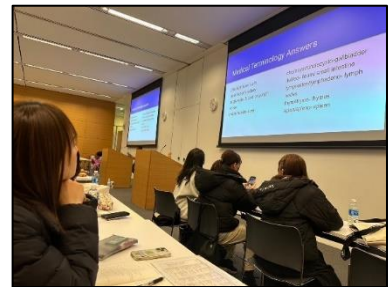
私が今回の短期留学プログラムに参加した理由は2つある。1つ目は、高校生の時に新型コロナウイルスの蔓延により計画していた語学留学へ行けず、学生のうちに海外の人々と交流する経験をしたという気持ちを諦めきれなかったからである。2つ目は、アメリカでは既に臨床で活躍している NP について興味があり、現地でその活動を学びたかったからである。

プログラムでは、非常に多くの経験をすることができたが、その中でも現地で見学したコミュニティ実習、講義、ホスピスの見学について、その体験と学びを述べる。

コミュニティ実習では、小学校で身体測定（身長、体重、視力検査）を行う様子を見学させていただいた。最も衝撃的なことは、学生が主体となり運営していたことである。アメリカでは、教員は測定に必要な物品の運搬と、学生の活動を見守るのみであり、準備、対象児童への説明、実施、片付けまで全て学生のみで行っていた。身体測定中に、英語があまり話せない児童に説明がうまく伝わらないという問題が起きたが、学生たちはその児童に対してゆっくり説明したり、視力検査の柄をイラストに変えたりと工夫して対応していた。その様子を見学して、学生のうちから主体的に活動することで、問題解決能力が身につくと学んだ。

講義では、形態機能学の講義を見学した。アメリカの授業は、先生と生徒が会話をしながら授業を進めていく様子が印象的であった。そうすることで先生は、生徒の理解度を判断しながら授業を進めることができ、生徒は、その場で疑問を解決することができるとわかった。

ホスピスでは、施設紹介や見学をさせていただいた。施設では、アートセラピーやミュージックセラピーなどのリラクゼーション療法が盛んに行われていた。またお祈りをする部屋があり、さまざまな宗教を信仰している人が多いアメリカでは、最期の時までその人らしく生きられるような工夫がされていることがわかった。



短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

短期留学プログラムへの参加を考えている人の中には、英語力や現地での生活について不安を感じている人がいるかもしれません。私も、出発前までは不安でいっぱいだったのですが、引率の先生と参加したメンバーで和気あいあいとした雰囲気最後までプログラムを終えることができました。また、英語の勉強はもちろんしておく必要はありますが、もしものときには先生が助けてくれるので、医療を学ぶことに集中できると思います。

気になっているなら、挑戦してみることをオススメします！



あたらしい世界へ飛び立とう！

看護学部 2 学年次生

私が短期留学を志望した理由は主に3つあります。それらについて、今回の短期留学の学びを紹介します。

私は以前から自分の世界の狭さを感じていました。狭いコミュニティの中で自分1人だけで物事を挑戦するような機会も少なかったため、自分を成長させたいと思い留学を志望しました。また、自分のモチベーションを高めるためにも、アメリカの学生の生活や授業から日本との相違点を見つけ、今後の自分の大学生活に活かしたいと思いました。その点で特に興味深かったのは think box です。think box とは、ケース・ウェスタン・リザーブ大学内にある施設で、学生のみならず外部の人も利用でき、様々な道具を用いて物作りができる場所です。中には大掛かりなものを作るためにチームで創作に取り組んでいる生徒もいました。ここから、アメリカの学生の自主性に驚くとともに、私自身”自分でものを作る“という発想がなかったことを痛感しました。

さらに、私は以前から小児科や助産など子どもに関わる領域の看護を行いたいと考えており、日本と海外の看護の違いを理解し、今後自分が目指すべき看護を求めていきたいと思い留学に参加しました。今回、小児病院を見学し、アメリカの小児病院の特色を学ぶことができました。見学した施設は虹色がテーマになっており、7階まである病棟は階ごとに色が決められていて、とてもユニークなデザインになっていました。病棟内は各国の人形の展示や、アート作品の展示、子どもが喜ぶような可愛らしいデザインの壁などがありました。私が特に注目したのは、アメリカの病院がセラピーを重視していることでした。子どもの精神的負担が大きくならないよう、院内におもちゃが沢山揃えられている部屋や、少しでも身体を動かすことができるバスケットボールゲーム機やエアホッケーなどがあり、子どもが気を紛らわすことや、ストレスを発散させることができるように工夫されていました。アメリカでは、どこかの医療施設でもアートセラピーや音楽療法が盛んに行なわれており、特に小児病棟では、ペットセラピーがあるなど、日本の医療との違いを見ることができました。



短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

留学に行く前は期待と不安でいっぱいでしたが、勇気を出して行ってみると自分の知らない世界を見ることができ、成長につながりました。もし留学を希望している方がいらっしゃれば、是非一歩踏み出して新しい世界を見ることをお勧めします。



Girls, be ambitious!

看護学部 3 学年次生

高校 2 年生の時、カナダへ短期留学に行きました。将来、看護師になりたいという思いがあり、当初は現地の病院や医療施設を見学する計画を考えていました。しかし、高校生ということ、専門的な知識を持っていないこと、語学力不足により看護留学は難しかったため、当時興味を持っていた「保育園看護師」という職業に関わる保育の視点から、他国を知ることを目的にカナダで保育ボランティアに参加しました。その時から、大学生になったら看護の勉強を目的とした留学に挑戦しようと決意していました。今回のプログラムでは看護専門科目の講義や演習への参加、病院や施設見学など、個人の留学ではできない体験ばかりで、私の希望が詰まったプログラムだと感じ、参加しました。

プログラムの中で特に印象に残っているのは、ホスピス見学です。アメリカのホスピスケアや施設での教育体制などについての説明を聞き、その後施設内のツアーが行われました。ホスピスでは、医師や看護師の他にナースアシスタントやスピリチュアルケアコーディネーター、ソーシャルワーカー、ボランティアなど多職種が協働して患者とその家族をサポートしていることを知りました。私たちが見学した施設では総勢 1200 名のボランティアが活動しているというお話を聞いて、その数に驚きました。ボランティアの多くは家族や親族をホスピスで亡くした経験があり、恩返しとして活動しているそうです。自身の利益を求めることや、強制されてボランティア活動に参加するのではなく、そこに差し迫ったニーズがあることを見て取り、自ら進んでそのニーズを満たす責務を担いたいという考えに感銘を受けました。また、患者の QOL（生活の質）を大切に、一人ひとりの思いや希望に寄り添ったケアが行なわれていることや、家族に対するケアも手厚く、残された家族へのケアでは 12 ヶ月の間、電話をかけるなど、精神的なサポートが行なわれている事も知りました。ホスピスというと「死」というマイナスなイメージが浮かびがちですが、それぞれが人生を振り返り、最期までその人らしく生きることのサポートをするという点でとても大切なケアであると感じました。

その他の活動として、日本語学科の学生との交流会がありました。私は以前より語学力の向上を目的として、ケース・ウェスタン・リザーブ大学 (CWRU) の学生とのオンライン交流プログラム (OCP) に参加していました。そこでパートナーであった学生と現地で会い、食事やショッピングに行くなど、より充実した時間を過ごすことができました。留学前から CWRU の学生と関わる機会があったので、現地に行く楽しみが増えました。

短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

これほど、アメリカの看護や医療について学ぶことのできる充実したプログラムは他にはないと思います。私にとってこの留学は念願でありとても貴重な体験で、一生の思い出です。アメリカの学生の志の高さにも刺激をもらいました。少しでも海外に興味がある、他国の看護を見てみたい、という思いがある方はぜひ参加することをおすすめします。また、現地でのコミュニケーションがよりスムーズにできるよう、毎日少しでも英語に触れる時間をつくっておくと良いと思います。時間に余裕のある学生の時にしかできない貴重な体験をしてみませんか？

