

# 英語で開いた心のつながり

看護学部2学年次生

私がこの短期留学に参加した一番の理由は、英語をもっと好きになりたいと思ったからです。留学中は大学の先生や学生だけでなく、現地の方々とも関わる機会がありました。病院や施設の紹介も全て英語で行われ、英語に囲まれた1週間を過ごすのは初めての経験でした。最初は緊張していましたが、タイの皆さんが積極的に声をかけてくれたり、私の英語を理解しようとしてくれたおかげで緊張がほぐれました。間違えても伝えようとする姿勢を持つことの大切さを学びました。そして、色々なコミュニケーションを通して、文化や学校生活を教え合う中で多くの気づきを得ることができました。



まず、公立病院と私立病院の違いからは、医療の公平性について考えさせられました。タイでは、公立病院と私立病院で大きな差があり、公立病院は、私立病院に比べ低料金であるため、誰でも利用しやすい反面、混雑や待ち時間が長いという課題があります。一方、私立病院では、設備が整い快適ですが、高額であるため一部の人しか利用できません。このようにタイでは、医療制度や経済状況が患者の受ける医療の質に大きく影響することを学びました。



さらに、宗教的背景を反映した医療からは、文化への配慮の大切さを学びました。タイの病院には、お坊さん専用の病室があり、信仰を尊重した環境が整えられていました。日本では、宗教的な区別はほとんど見られませんが、患者一人ひとりの価値観を大切にする姿勢はどの国でも必要であるため、今後、外国人の患者や多様な宗教を持つ方と関わる際には相手の文化を理解する柔軟さが必要であると学びました。また、患者の待ち時間に対する姿勢の違いからは、医療を取り巻く文化の違いを知ることができました。日本では、静かに順番を待つことが一般的ですが、タイでは、周囲の人と会話を楽しみ、待ち時間を交流の場としている姿が印象的でした。医療は医師や看護師だけで成り立つものではなく、患者や家族の過ごし方や人との関わり方にも大きな文化的影響があることを学びました。

今回の短期留学を通して、看護師として働く際には医学的知識や技術に加えて、患者の背景や社会、文化を理解するための多様な視点を持つことが、より良いケアに繋がると強く感じました。

## 短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

短期留学に行く前は、英語だけでみんなと仲良くなれるかなとか、全てが英語の説明でタイの医療について学べるかなど不安も沢山ありましたが、いざ行ってみると、不安なんて全部忘れてしまうくらい充実した1週間が待っていました。英語が上手く話せなくても、単語やジェスチャーを使うことで意外と伝わります。

もし少しでも興味があるなら参加してみることをおすすめします。

一生の思い出になると思います！！



# 言葉を越えた交流

看護学部2学年次生

私は、異国の地へ行くことにより、自己の成長や挑戦の機会にしたいと思い、マハサラカム大学の短期留学への参加を決断しました。

初めての海外渡航に不安を感じていましたが、現地の方との交流を通じて多くの気づきと学びを得る事ができました。

タイの寺院や食文化、人との関わり方など多くの経験をしました。特に印象的であったのは、タイと日本の文化の違いです。日本では服装はどこに行くにも基本的には自由ですが、タイではノースリーブやミニスカートなどが失礼にあたるため、非常識であると判断されてしまうことがあるなど、お互いを尊敬、尊重し合う事で配慮し合うことが重要であると強く感じました。また、総合病院の見学ではタイには宗教やその人の職業に配慮した病室や、祈りを捧げるための部屋などがあり、細やかな配慮を行うことで、患者への精神的負担の軽減や安心感を与えるということを学びました。ほかにも一般病院で診察を受けるため外来に、朝早くから並ぶ人が多くいたり、金銭的に余裕がない患者は医療機器や針が入った状態で、感染のリスクがありながら退院しなければならない人がいるなど、医療が進んでいる日本に比べ、タイの保健医療のもどかしさを感じるとともに疾病予防の重要性を感じました。

今回の留学の中で特に現地の看護学生との交流がとても心に残っています。私は英語がとても苦手で会話をすることができず不安を抱えていましたが、私の拙い英語にもタイの学生たちが耳を傾けてくれて、身振り手振りを使ったり、笑顔でボディランゲージを使ったりと簡単な英会話で仲良くなることができました。このことから相手へ伝える努力、姿勢が重要であり、伝わらなくても諦めずに会話を続けることが海外で仲間を作ったり、自分を知ってもらうために重要であると感じました。

この留学を通して異文化に触れることの大切さを実感しました。日本とは異なる価値観や生活習慣に触れることで自分自身の視野が広がり、柔軟な考え方が身につけることができました。今後は今回の経験を活かして、さらに語学力を高め、国際的な場に積極的に交流できるように努力したいです。

## 短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

私は初めての海外渡航かつ英語が大の苦手であったため、不安を感じながら参加しました。

しかし、参加してみて、海外に行くことにより自身の視野が広まり、価値観が変化し、自分自身を成長させることができました。不安であった英語も、知っている単語をつなげたり、ジェスチャーを使用したり、相手へ伝えようとする事で伝えることができました。

留学に迷っている人も是非、参加してみてください。一緒に行く仲間や頼りになる先生、現地の人とのかけがえのない思い出をつくることができます。





# 文化を超えて学ぶ看護

看護学部2学年次生

私が短期留学を決意したきっかけは、異なる文化や医療環境の中での看護を学びたいと思ったからです。国際的な視点を身につけ、多様な価値観を理解し、今後の看護実践に活かせる柔軟な対応力を養うことを目的に参加をしました。初めての海外で、また英語力に自信もなく不安でしたが、実際に海外に行ってみてとてもいい経験で一生の思い出になりました。

今回タイの短期留学を通して、病院見学やマハサラカム大学での学習を経験し、多くの学びと気づきを得ることができました。まず、病院を訪れた際に印象的だったのは、宗教によって部屋が分かれていたり、僧侶専用の病室があったりとタイの宗教の特徴を尊重した看護が自然に行われていることです。このことから多様な文化社会におけるケアのありようを目の当たりにしました。また、タイの伝統医療の一つとしてマッサージがあり、実際に施術してもらうことで伝統医療を肌で感じることができました。また、タイではモルヒネの鎮痛薬を家族が自宅で注射することが可能であり、日本の医療との差異に興味を持つことができました。マハサラカム大学は、広大な土地と豊かな自然に囲まれた総合大学であり、他学部と協力して学びを深めていました。今回、学生同士の交流やお互いの国の文化や大学について発表しあうことで看護教育の違いに気づくことができました。マハサラカム大学では、最先端のシミュレーション機器を使った実技演習が行われており、実践的に活躍のできる看護師の育成に力を入れていました。

これらの経験を通して、自分の看護観が広がりました。看護は、技術の向上はもちろんのこと、患者の文化背景や価値観を大切にして尊重することが重要であることを、タイでの学びを通して再確認することができました。今後はこの経験を活かし、日本での実習や将来の臨床現場でより柔軟で国際的な視野を持ちながら患者と向き合うことのできる看護師を目指していきたいと思います。

## 短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

初めて海外に行く人や留学経験がない人は、不安な気持ちが強いと思いますが、積極的に学ぶ姿勢と柔軟な心が大切だと思います。慣れない環境で戸惑うことも多く、日本の文化との違いがなかなか受け入れられないときもありますが、失敗を恐れずに行動することで多くの経験を得ることができます。留学先では文化や価値観の違いを尊重し、看護においても重要な相手の気持ちになって考えることを意識してみると、現地の方や学生と交流を簡単に深めることができるようになります。

実際に留学して一番大切なことは、恥ずかしがらずに英語や現地の言葉を発し、コミュニケーションをとることであると感じました。わからないことはすぐに質問をし、実のある有意義な時間にできるように自ら行動していくことで充実した経験ができると思います。



# タイと日本の違い

看護学部2学年次生

私がこの留学に参加した理由は、高校生の時から留学に興味があり、他の国の人々と交流をしてコミュニケーション能力を向上させたい、文化の違いを知りたいと思っていたからです。また、私が今回参加したプログラムは、看護学部生対象の留学プログラムということで、単に外国の文化を知るだけでなく、看護学部での学びに役立てたり、将来看護師として働くにあたってこの経験を活かすことができるのではないかと考えました。留学費用に関する金銭的な問題や、自分の英語力で留学ができるのかといった不安がありましたが、大学から助成金がでること、タイは日本と同じで英語が公用語ではないということから、この留学への参加を決意しました。

タイでは、「先生を敬う」という考えがあり、先生より先に椅子に座ったり、部屋に入ったりしないことや、先生の荷物は当たり前のように持つなど先生に常に配慮をされていて驚きました。プログラムの1つとして参加した「The Teacher Appreciation Day」では、生徒が一人ずつ、先生の前に膝立ちし、感謝を述べる場面があり、とても印象的でした。仏教の「年上の人を敬う」「敬うに値する存在」という考え方がタイの文化に影響しているのではないかと考えました。



また、タイは敬虔な仏教国であることから、仏教のお坊さん専用の病室がありました。加えて、キリスト教徒専用の病室があるなど、仏教のみならず他の宗教を含めた配慮がみられました。日本では、特定の宗教をもたない人が多く、宗教によって病室を分けるということは見ることがなかったことから、文化の違いを感じることができました。

看護学部の授業では、シミュレーション教育が積極的に取り入れられており、主訴や検査の値から患者がどのような症状を引き起こしているのか、何が原因なのか、どのような処置をすれば改善するのかといった知識を、実際にシミュレーションを通して学ぶことができました。このほかにもタイでは、日本よりも知識のアウトプットを大切にしており、看護教育が発展していると感じました。特に4年生では、他学部の学生と協働し、患者の関節固定装具などを設計・製作するなど、実践型の学習が行われており、タイの看護学生の医療への知識や学びに衝撃を受けました。

## 短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

海外経験に関係なく、絶対に挑戦してみるべきだと思います。

英語に自信がない方でも、現地で過ごす中で少しずつ話することができるようになると思います。どうしても伝えることができない、分からない時は翻訳アプリを使うことで伝えることができました。

私は以前よりも「チャレンジすること」への躊躇が少なくなり、自信がついたような気がします。先生や一緒に行く学生とも仲良くなり、タイでの友達も作ることができ、とても楽しい留学となりました。今しかできない体験をしませんか。





# 短期留学で広がる学びと出会い

看護学部3学年次生

私は将来、地域で暮らす人々を支える保健師として働きたいという夢があります。多様性が求められる現代において、学生のうちに異文化に触れ、自分の経験や知識を広げることが必要だと考え、短期留学に参加しました。

これまで学内で行われた短期留学生受け入れのボランティア活動にも積極的に参加し、タイの学生とも交流を深めてきました。SNSを通じて1年間メッセージをやり取りしていた友人とも今回の留学で再会でき、互いに抱き合って喜び、国境を越えた友情の尊さを実感しました。観光旅行では得られない、人と人とのつながりを感じられたことは大きな財産であり、自分から動き出さなければ知見は広がらないと改めて感じました。

タイの病院や大学では、先生方や学生の皆さんが温かく迎えてくださり、短期間ながら多くの学びを得ました。病院の中で印象的だったのが退院後の生活を見据えた健康教育や、模擬的な家庭環境での生活訓練が行われていたことです。また、緩和ケアの病室には仏画が飾られており、医療の中に宗教的要素を取り入れる姿勢に、文化の多様性を尊重する考えを強く感じました。さらに、タイ古式マッサージも体験することができ、タイでは単なるリラクゼーションではなく伝統医療として位置づけられていることを知り、とても驚きました。医療は制度や技術だけでなく、人々の暮らしや信仰に深く結びついていることを実感できたのも大きな学びでした。

今回の留学を通して、医療や健康支援には一つの正解があるのではなく、地域や文化に応じた柔軟な対応が大切であると感じました。異文化に触れた経験は、将来保健師として地域に寄り添う際にも生かせると思います。私は英語がとても苦手でしたが、先生方や一緒に行った友人たちにもとても支えられました。次また海外の友人に会う際にはもっとスムーズに会話ができるよう語学学習にも引き続き励みたいです。短期留学で得た気づきや出会いは、私にとってかけがえのない経験となりました。



## 短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

実際に異国の文化や宗教、ホスピタリティに触れると、机上の学びだけでは決して得られない気づきが沢山ありました。学生のうちに外国へ一歩踏み出すことは、視野を広げ、観光とは異なる貴重な体験や素敵な友人との出会いがあります。私自身英語がとても苦手ではありましたが、多くの先生方が出発前から留学中までサポートしてくださるので、安心して挑戦できました。

ぜひ勇気を出して参加し、自分だけの新しい世界を体感してみてください。

