

多文化の中で見たもの

看護学部2学年次生

私が今回の留学に参加した理由は、海外の医療や看護について興味を持ち、シンガポールの医療について学びたいと思ったからです。

シンガポールは、マレー系や中華系など様々な文化的背景を持つ人々が暮らしており、街にはヒンズー教や仏教、イスラム教など様々な宗教の建物が見られ、文化や宗教の違いを前提にした多文化社会であることを実感しました。実際にデイケア施設では、中国語を話す利用者が多く、スタッフは英語と中国語を使い分けながら対応するなど、対象者に合わせた柔軟な対応がなされていました。日本でも、今後外国人患者が増加していくことが予想されることから、多文化に配慮した看護の必要性を感じました。

その他にも、病院の環境にも日本との違いが見られました。シンガポールの病院では窓が柵のような外の空気を感じられるつくりでした。これは、一年を通して気温の変化が小さいシンガポールの気候に合わせたつくりであると学びました。また、病室はベッドごとにカーテンで区切られておらず、フロア全体が一つの空間となっている場所もあり、会話や処置が周囲に見聞きされる環境でした。日本では個人の尊厳やプライバシーの確保が重視される傾向にあるため、文化の違いが医療環境にも影響していると学びました。

さらに、学内ではVRを用いた学習の体験や演習見学、講義に参加しました。演習も講義も少人数で行われており、学生同士の話し合いや質問が活発で、学びやすい環境であると感じました。また、採血の技術練習を学生同士で行ったり、全身のモデルを用いたりして技術練習を行っており、看護実践能力を重視した教育が行われていました。

医療体制においては、言語聴覚士が評価を行い、医師が処方、看護師が服薬の援助を行うなど日本と同様に多職種連携が行われていました。多様な人々が互いを受け入れている環境が印象的であり、異なる価値観を尊重する姿勢の重要性を学びました。

短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

留学に参加することで、海外の医療についての実際に触れることができるだけでなく、文化や宗教、気候、シンガポールの人たちの生活についても日本との違いに触れることができます。また、NUSのバディの学生たちが食事に連れて行ってくれたり、シンガポールを案内してくれたり、日本とは異なる文化をたくさん体験することができます。とても充実して楽しい1週間が待っているのです、ぜひ参加してみてください！



多様な文化を受け入れ尊重した看護

看護学部 2 学年次生

私は、近年在留外国人が増えてきているからこそ、広い視野と国際的な知識を身に着けたいと考え、今回シンガポール国立大学(NUS)での短期留学を希望しました。

NUS では、現地学生の授業に参加し NUS 学生と一緒にディスカッションしたり、VR を使用した学習体験をしたり、シミュレーション授業を見学したりしました。知識を学ぶだけでなく、事例を基に一連の流れを統合して考えることの大切さや、異なる宗教・文化を尊重した看護を考える機会になりました。特に、3 日目に行ったプログラムでは、午前の音楽療法の講義でダンスや楽器演奏を通して、高齢者の理解を深めました。その後、高齢者のデイケア施設を訪問し、認知症の高齢者と接する中で、言語が全く通じなくても心が通じ合う瞬間があり、午前の講義の学びから対象者の特徴を捉えたかかわり方を実感することができました。施設見学後には、香港やベトナム、他大学から来た参加者と意見交換をし、看護師ができることについて発表しました。この経験から数値だけでは測れない、手の震えのタイミングや頻度など個人の身体能力を実感することができました。そして過去に患者が好んだ音楽を流すことで、普段全く動かない患者がダンスをし始めたり、表情豊かになったりすることを気づくことができ、患者のこれまでの人生を知ることで、その人の本来もっている能力を引き出すことができると知りました。併せて、記憶を呼び戻すことによって、認知症患者でも感情を引き出し、その瞬間を楽しむことができることを学びました。

Changi General Hospital の見学では、機械化が進み看護師が看護の仕事に専念できる環境が整っていることを知りました。また、身体機能回復のためのリハビリ施設があること、病棟内には庭園があることからリフレッシュできる環境が整っていました。患者によっては簡単な料理を看護師と一緒にっており、退院後の生活を見据えた看護が行えることを学びました。一方で、日本よりも各病室がオープンだったり、一部の患者に GPS を付けたりするなど、日本とのプライバシーや倫理の違いを感じました。

留学を通して、シンガポールに対する見方が変わり、多文化理解の上で各患者を尊重した看護について考える機会となりました。この経験から私は、あらゆる視点で物事を考えられる看護師になりたいと感じました。

短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

もし少しでも興味があるのであれば、まずは行動してみてください！
この短期留学では、観光では見られない現地の看護授業を NUS 学生と一緒に参加し、病院を見学できます。授業後は、NUS 学生が色んな場所を案内してくれて楽しい時間を過ごせました。特にレストランは、現地ならではの美味しいご飯を食べられます。また、流行りのゲームをしたり、日本とシンガポールとの違い、恋愛話から収入まで幅広く沢山 NUS 学生と話し充実した交流ができます。

一歩勇気を踏み出して、他国の看護を知り、シンガポールの友達をぜひ作ってください！



多文化社会で学んだ尊重と看護の形

看護学部 2 学年次生

私は、以前参加したタイでの短期留学の経験から、異文化に触れることの楽しさや学びの深さを実感しました。その経験から、さらに自分の視野を広げたいと思い、シンガポールでの短期留学に参加しました。今回、シンガポールの多民族・多宗教社会、多様な価値観が共存している環境に触れることで、自分のこれまでの殻を破り、新しい視点を得る事ができ、大きな刺激になると考えました。英語が得意ではないことに不安もありましたが、現地の方々との交流を通して多くの気づきと学びを得ることができました。



シンガポールでは、医療施設の見学だけでなく街並みや食文化など、さまざまな経験ができました。特に印象的だったのは、多文化社会の中で人々が互いの価値観を尊重しながら生活している姿です。病院見学では、宗教ごとに祈りのためのスペースが設けられていたり、食事にハラール対応がされていたりと、患者一人ひとりの背景に寄り添う工夫が随所に見られました。日本では宗教を強く意識する場面は多くありませんが、シンガポールでは仏教、ヒンドゥー教、イスラム教など宗教が生活に深く根付いているため、医療者は患者の宗教観を理解し、配慮した関わり方を求められていると感じました。異なる宗教観を持つ人々と関わることは簡単ではなく、どこまで踏み込んでよいのか、どのように声をかけるべきか迷う場面がありました。しかし、その難しさを感じたからこそ、相手の文化や価値観を尊重し、まずは理解しようとする姿勢が何より大切であると強く実感しました。多文化社会で生きる人々の“互いを尊敬し合う姿勢”は、看護においても欠かせない視点であり、患者の背景を知ることが安心感につながるということを学ぶ貴重な機会となりました。



さらに、現地の看護学生との交流も心に残っています。私は英語で会話ができるか不安を抱いていましたが、シンガポールの学生たちは私の拙い英語にも優しく耳を傾けてくれました。身振り手振りを使ったり、簡単な英語をつなげたりしながらコミュニケーションを取ることで、言語が完璧でなくても「伝えようとする姿勢」があれば気持ちは通じるということを再び実感しました。タイでの留学経験があったからこそ、シンガポールでも積極的に話しかけることができ、自分の成長を感じる場面でもありました。

この留学を通して、異文化に触れることの大切さを改めて感じました。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いたと感じています。今後は今回の経験を活かし、さらに語学力を高め、国際的な場でも積極的に交流できるよう努力していきたいです。

短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

私は英語が得意ではなく、海外に行くことに不安を感じていましたが、しかし、実際に参加してみると、異文化に触れることで自分の視野が広がり、価値観が変化し、自分自身を大きく成長させることができました。英語が不安でも、知っている単語をつなげたり、ジェスチャーを使ったり、相手に伝えようとする気持ちはあればコミュニケーションは成立します。迷っている人もぜひ参加してみてください。一緒に行く仲間や先生、そして現地の人々とのかけがえのない思い出が、必ずあなたの力になります。

挑戦した先にある成長と経験

看護学部 3 学年次生

今回留学を希望した理由は、もともと海外に興味があったことや、国際看護学や災害看護学での海外派遣の授業を聞いて、海外の医療について興味をもち国際看護をもっと知りたいと思ったからです。2年生の時は留学に挑戦する勇気がなかなか出ず、申し込むことができなかつたのですが、後悔したことから、今のうちにやりたいと思ったことはやっておこうと思い、今回申し込みました。このプログラムに参加して、たくさんの学びを得ることができ、自分の成長に繋がったと感じています。

今回のプログラムは、日本・香港・ベトナムの大学の学生が参加しており、最初のプレゼンテーションではそれぞれの国の文化や看護が紹介され、日本との違いを学ぶことができました。

シンガポールは、多民族国家ならではのグローバルな視点での医療を学ぶ環境がありました。見学した高齢者施設では、利用者さんの言語に合わせてコミュニケーションをするなど、多文化ならではの配慮も見られました。対象者に合わせて対応することは、看護師として大切な姿勢のひとつであり、国境を越えて改めて患者さん一人ひとりをみることの大切さを学ぶことができました。参加した看護演習では、シミュレーションモデルを使って看護技術の練習が可能であり、学生は演習後も残って自主練習する様子が見られました。演習は10人程度の少人数で行われていたこともあり、学生が自主的に質問するなど授業に積極的な姿勢が印象に残りました。病院見学では、日本とは違い病棟全体が開放的になっており、プライバシーの視点や文化による違いについて考えるきっかけとなりました。

プログラム後は、シンガポール国立大学のバディ学生が様々な場所を案内してくれて、医療だけでなくシンガポールの街並みや食事なども楽しむことができました。最終日には日本で再会することを約束するなど、国境を超えた交流を楽しむことができ、かけがえのない時間を過ごすことができました。

短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

短期留学に参加したことで、授業では得られない多くの学びがありました。学生のうちに海外を経験することで、より深い学びや経験を得ることができ、成長にもつながると思います。また、現地の学生とも交流を深めることができ、国境を超えた交友関係を築くことも大きな魅力です。私は英語が苦手ですが、先生や仲間のサポートのおかげで乗り越えることができました。あなたにとって留学に参加することは、きっとかけがえのない時間になるはずです！



「勇気を出したことで得た経験」

看護学部3学年次生

私は、初めて海外留学に参加しました。留学を希望した理由は、国際的なつながりを作りたいと考えたからです。私はこれまでずっと英語が苦手だったため、英語に対して自信がなく、留学することを諦めていました。しかし、学生生活で留学に行ける最後のチャンスだと考え、思い切って参加しました。

今回の留学では、ベトナム、香港など、シンガポールの学生だけでなく、様々な国の学生と交流することができました。初日には、それぞれの国の特色や学校生活、医療制度についてプレゼンテーションを行い、共通点や相違点を学ぶことができました。

学内では、VRを用いて手術室での看護師の動きや流れを学んだり、大学の講義や演習に参加したりといった体験をさせていただきました。VR体験では、実際に手術室での動きを考えながら行うことができ、理解しやすく、実践に移しやすいと感じました。講義や演習では、学生同士だけでなく、先生とも活発にやり取りしている様子が見られ、日本の講義との違いを学びました。

学外では、現地の病院や高齢者施設に見学に行きました。病院では、リハビリ室にロボットが配置されていたり、対象者に合わせて水深を調節できるプールでリハビリができたりするようになっているなど、患者に合わせて楽しくリハビリに参加できる工夫がなされていました。また、音楽療法の演習では、参加者全員でダンスや伝統楽器の演奏を行いました。自分が実際に参加することで、音楽療法の楽しさを学びました。演習の後、高齢者施設に見学に行き、最後に参加者でディスカッションをしました。この学びかえら音楽療法を通じて、患者の生活背景や症状を汲み取ることができることを知りました。

シンガポールは、中華系、マレー系、インド系などのさまざまなルーツの人が暮らす多民族国家であり、街の中にもいろいろな建物や文化を感じることができました。見学した施設では、さまざまな文化を持った利用者に合わせて言語を変えるなど、多文化共生社会でのコミュニケーションを学ぶことができました。

授業後にはシンガポール国立大学のバディ学生と一緒に食事や観光に出かけました。翻訳機も使いながら、気持ちをどのように伝えるのか考えながらコミュニケーションをとることができました。上手に話せなくても、ジェスチャーや表情も含めてコミュニケーションを取りたいという気持ちでチャレンジすることが大切だと学びました。

短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

私は留学に行くととても良かったです。なぜなら、一緒に参加している先生や学生さんとの関係が深まるだけでなく、現地の学生さんや他大学さんとの交流ができ、様々なつながりをつくることができたからです。英語が話せなくても、自分が相手と話したい、仲良くなりたいという気持ちがあれば、留学を楽しむことができます。不安に思うこともあるとは思いますが、少しでも留学したいという気持ちがあれば思い切って参加してみてください。



多文化環境で学んだ個別性を尊重する看護

看護学部3学年次生

私は、多様な文化や価値観の中での看護を学び、視野を広げるためにシンガポール留学を志望しました。

今回の留学では、音楽療法に関する講義を受けるとともに、高齢者を対象とした集団での音楽療法に参加しました。具体的には、ダンスや楽器演奏を取り入れた活動を実際に体験し、さらに現地の高齢者デイケア施設を訪問して、音楽に合わせて歌ったり、身振り手振りをういたりして交流を行う様子を見学しました。講義では、高齢者のように認知機能や運動機能が低下している状態であっても、音楽は身体に深く記憶されているため、音楽をきっかけに自然と歌うことができたり、若い頃の記憶を思い出したりすることがあると学びました。また、音楽を通して楽しさや安心感が生まれ、身体だけでなく心にも良い影響を与え、生活の活力につながるという特徴についても説明がありました。実際に施設を訪問した際には、高齢者が、音楽が流れると笑顔で歌い出したり、リズムに合わせて身体を動かしたりする様子が見られました。このような姿から、音楽は単なる娯楽ではなく、その人の内面に働きかけ、その人らしさを引き出す力を持っていると実感しました。

さらに印象的だったのは、多民族国家であるシンガポールならではの宗教や文化への配慮が、実際のケアに具体的に反映されていた点です。民族や宗教によって価値観や生活習慣が異なる中で、決まった関わり方ではなく、一人ひとりの背景に応じてケアが行われていました。例えば、対象者の文化的背景に合わせて音楽を選択し、その人にとって安心できる環境を整えることで、自然な参加を促す工夫がされていました。また、言語や文化の違いによりコミュニケーションが難しい場面でも、音楽や身体表現を用いることで意思疎通を図ることができ、非言語的な関わり的重要性についても学びました。このような関わりは、対象者の不安の軽減や安心感の形成にもつながると感じました。

一方で、日本の看護と共通している点として、「その人の背景や価値観を理解し、尊重する」という看護の本質は変わらないことにも気づきました。文化や方法の違いはあっても、一人ひとりに寄り添う姿勢がケアの質を高めると感じました。今回の経験を通して、対象者の残された力やこれまでの生活背景に目を向けながら、その人にとって最適な関わりを考え、実践できる看護師を目指したいと考えるようになりました。

短期留学への参加を考えている学生へのメッセージ

短期留学は、新しい知識や価値観に触れられるだけでなく、自分自身の視野を大きく広げる貴重な経験になると思います。言語に不安があっても、実際に現地で過ごす中で自然とコミュニケーションを取ることができ、少しずつ自信にもつながっていきます。また、現地の学生と関わる中でお互いの文化や考え方を共有し合い、深い交流が生まれることも魅力の一つです。そこで出会った人たちは、一生大切にしたいと思える存在になると感じました。迷っている人は、ぜひ勇気を出して一歩踏み出してみてください。

