

OPU Students 海外留学レポート

Study Abroad Report from the OPU students

プロフィール (Profile)

氏名 (Name) 松川萌生
所属 (School) 地域保健学域 看護学類
学年 (Grade) 2 年生

留学先 (Name of overseas institution) タイ

留学期間 (study abroad period)
2019/2/12~2019/2/17

記入日 (Date) 2019/2/18



留学レポート Study Abroad Report

今回、この学会に参加させてもらって本当に貴重な体験をさせてもらうことができました。看護師を目指して今まで大学で勉強していましたが、学会に初めて参加して、世界の有名大学（今回はコロンビア大学、ジョンズ・ホプキンズ大学、ミシガン大学、ミネソタ大学、ワシントン大学、イエール大学、台湾大学、ノースカロライナ大学チャペルヒル校、マヒドン大学が参加していました）の先生方が自身の研究について発表されていました。今回は慢性病の予防と管理というのがメインのテーマであり、様々な健康問題についての研究が発表されました。主に NCD (Non-communicable disease) に焦点が当てられていました。NCD とは、WHO の定義によると、不健康な食事や運動不足、喫煙、過度の飲酒などの原因が共通しており、生活習慣の改善により予防可能な疾患をまとめて「非感染性疾患(NCD)」と位置付けられています。NCD は環境問題と関係していることや、看護師が予防を呼びかけることが可能であることなど、日本では主に厚生労働省が担っているようなことを世界では看護学分野で担っているということが分かった上に、看護学の研究というのはとても幅広いということが分かり、今回の学会に参加して研究の道にとっても興味が湧きました。学会に参加していなかったら研究の道というのは閉ざされていたと思います。世界の看護学はこんなにも進んでいて面白いものなのだなと感じました。また、普段は漠然と看護についての勉強をしていましたが、看護が及ぼす影響は世界的なものであることを知ってもっともっと深く看護について勉強したいと思いました。

私たち学類生は学会初日に、自分の国の高齢者への医療というテーマで発表させてもらう機会をいただきました。タイの学生とカンボジアの学生も一緒に発表しました。学会という場に参加したこともなければ、英語でプレゼンをする機会もそう無かったので、とても緊張しましたが、本当に良い経験でした。あらゆる人に良かったといっていたら、自信につながりました。前に出て話すことはとても苦手でしたが、日本のかっちりとした雰囲気とは違い、とてもリラックスして話すことができる雰囲気だったので、とても楽しくプレゼンすることができ、前に出て話をすることに抵抗を感じなくなりました。また、一緒に発表をしたタイの学生、カンボジアの学生ともとても仲良くなることができて、SNS の交換もして、帰国した今でもメッセージを送りあっています。自分の英語が通じると嬉しくなり、もっともっと話す機会がほしい！と自分から話しかけるほどになりました。こんなに自分が変わるとは思っていませんでした。もっと自分の英語が上達すれば学会の研究発表もすべて理解できるし、海外の友達ともスムーズに会話ができるのだらうなと思い、もっと英語の勉強を頑張ろうとも思いました。

(プレゼンの様子)



タイの大学院生



→
学会の二日目には、大阪府立大学の大学院の先輩方が私たちと同じテーマで発表されました。同じテーマでも内容がとても細かくて、かつ分かりやすいものでした。ほかの国(タイ、ベトナム、インドネシア、ネパール、タンザニア)の人たちの発表も素晴らしかったです。日本だけが超高齢社会だ
と
思
っ
て
い
ま
し
た
が、ほかの国も高齢社会に突入しており、人口ピラミッドの形も私が想像していたものとは全く違って、驚いたと同時にとても興味深いと思いました。また、各国の高齢社会に対する取り組みなども知ることができてとても勉強になりました。プレゼンの内容も、英語もとても分かりやすいも



(←患者さんの移乗を学んでいる様子)

(入院環境さながらの部屋→)

(←成人用の採血練習キット)

(小児用の採血練習キット→)

(←私が学校で使った腕モデル)

筋梗塞の症状を人形にプログラミングすると、人形はそのとおりに動き、心筋梗塞の患者さんさながらに動きます。呼吸が苦しい様子や咳などがリアルに再現されます。

(この人形がリアルにいろいろな疾患の病態を再現する→)

そして心音なども聴取が可能で、私も実際聞かせてもらいました。

(←病態によって変わるモニター)

(←電気ショックや点滴台などのたくさんの機械も置かれていました)

図書館の見学もしました。府立大学の羽曳野キャンパスも蔵書は豊富で快適に勉強することができるので図書館は目立って違うというところはあまり感じませんでしたが、唯一驚いたのは自分の頭上でしか聞こえないスピーカーがあることです。この仕組みにはとても驚きました。回りの音はシャットアウトできて、かつ周りの人に自分が聞いているものを知られないという驚きの仕組みです。勉強により集中できるのだらうなと思いました。

（頭上にあるドーム型のがスピーカーになっています。周りの人はこの人が何を聞いているのかはこのドームに入らないと一切分からない仕組みになっています。この中にいる人だけが聞こえるという不思議なつくりです…。 →）





マヒドン大学の見学の後は、シリラート病院を訪問させていただきました。シリラート病院はタイの国内の中でも最大の3次医療および4次医療センターであり、毎年280万人以上の外来患者が訪れ、入院患者数は8万人です。創立120年という歴史を誇る病院で、「タイの医療の父」と呼ばれるソンクラナカリンが生前、医学の教鞭を取っていた病院として知られ、タイ国内最大最古の病院である。また、敷地面積は東南アジア最大とも言われている。今回は病院の中にある博物館を見学させていただきました。病院ができた歴史や、昔の看護の様子、昔から今への看護の変遷など様々なタイの医療に関する歴史を学ぶことができました。
(←博物館の入り口)

タイの看護学は王室がとても関与しているということが分かりました。今回私が訪問させていただいたマヒドン大学も国王が作られた看護学校で、この博物館には王室と医療が深く関与しているということが分かるような資料が多く展示されていました。国王の母が看護師であったということを聞いてとても驚きました。王室が貢献しているからこそこの規模の大きさなのだと納得しました。

博物館の中には、昔使われていた医療器具や看護師の服装の変遷、病院内の設備の変遷などたくさんの展示物がありました。



[↑静脈内注射(左)と吸入器(右)]



[ガラス製の注射器↑]



[←鉄製の導尿用カテーテル]
鉄製のカテーテルを入れるなんて想像しただけでも怖かったです…

[皮下注射セット(左)と薬を溶かす装置(右)→]
皮下注射にこんな大きなものを持ってこられたらゾッとしそうだと感じました…



今は患者さんに負担のかからない器具になっていますが、このように昔の器具を見て、昔の患者さんの痛さを想像するとなんとも言えない気持ちになりましたが、こういった器具を昔の人が生み出してくれたおかげで今のケアに生かされているのだなと感じました。初めて見るものばかりで、とても新鮮でした。タイの看護の歴史に触れることができとても貴重な体験をさせていただきました。同時に日本ではこういった歴史があり、どんなものが使われていたのだろうかという疑問に思い、時間のあるときに調べてみようと思いました。

滞在5日目は学会と一緒にプレゼンをしたタイの学生とカンボジア出身の学生と国際交流を行いました。学会も終わり、とても仲良くなって、滞在の最終日にタイで有名な観光地に連れて行ってもらいました。日本からたくさんの観光客が訪れていました。

(ワットポー全体のミニチュア模型図→)



ワットポーはタイのバンコク・プラナコーン区にある王室寺院。黄金に輝く巨大な涅槃仏があり、涅槃寺（ねはん寺）と呼ばれる事もある



(←ラーマ 3 世によって造立された涅槃仏)

全長 46m、高さ 15mもある仏様です！

(足の裏→)

足の裏には仏教の世界観を現した 108 の図が、美しい螺鈿（らでん）細工（貝殻を研磨して模様にはめ込んでいく装飾方法）によって描かれています。



また、ラーマ 3 世によって医学の府とされたこの寺院は、東洋医学に基づくタイマッサージの総本山となっており、敷地内ではタイ古式マッサージを受けることができます。



(←昼間のワット・アルン)

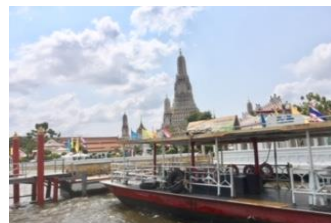
アルンとは「暁」という意味で、三島由紀夫の小説「暁の寺」に描かれた寺院です。アユタヤ時代に建立され、当時はワット・マコークという小さな寺院でしたが、1779 年、トンブリ王朝のタクシン王がエメラルド仏を祀りワット・アルンと名付け、第一級王室寺院としました。トンブリ王朝からチャクリー王朝となつてからはワット・プラ・ケオが第一級王室寺院となり、エメラルド仏も移されました。大仏塔の右にある本堂はラーマ 2 世の建立で、台座には王の遺骨が納められています。

(<https://www.thailandtravel.or.jp/wat-arun/>より)



(←夜のワット・アルン)

昼の美しさとはまた違ってライトアップされてとてもきれいでした。



(←ワットポーとワット・アルンの行き来はこの船で移動でした)



(←ワット・パクナム)

このお寺はアユタヤ王朝の時代、日本では足利尊氏による室町幕府の時代に建立された歴史と由緒ある寺院で、19 世紀に現王朝のラマ 3 世、4 世、5 世と 3 代の王が寺院の改築や周囲の運河と水門などの建設に携わって来ました。寺院の周囲には当時の運河が今も残されており、ワット = 寺院、パク = 口、ナム = 河と名称にある通りの寺院です。

また寺院の敷地はかなり広く、敷地内には僧侶や尼僧の寄宿舍が複数建ち並び、境内では頻りに彼らの姿を見かけます。

マハーチェディマハーラーチャモンコンという名称の大仏塔はラマ 9 世王（故プミポン国王様）と王妃様の生誕 72 年を祝うものとして 2004 年に起工し、8 年の歳月をかけ 2012 年に完成しました。一辺の長さが 52

メートルの正方形で、高さは 80 メートル、その先端には 100kg の黄金で作られた宝珠が供えられています。

(<https://www.bangkoknavi.com/miru/455/>より)



(有名な寺院を紹介してくれたカンボジア出身の友達と)



(←ラチャダ鉄道市場)

多くの屋台が並ぶ市場。ここで買い物をするのはもちろん楽しかったですが、なんといっても向かいの建物の駐車場から見下ろしたときのこの絶景！なんとも言えない美しさでした…

(この市場で値切って手に入れたタイパンツです。とても涼しくてかわいいデザインも多いのにとても安かったです！その上値引きまでしてくれます… →)

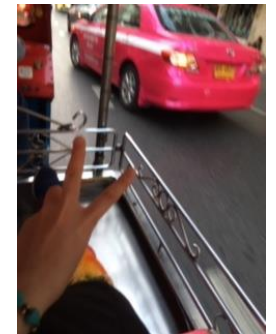


(←タリンチャン水上マーケット)

高校生のとき、地理の授業の教科書に載っていた写真を実際見ることができて興奮です！本当に水の上に浮かんでいました。

(トゥクトゥクで移動中→)

タイでは短距離の移動にタクシーよりも小回りの利いて安いトゥクトゥクという乗り物が主流です。風がとても気持ちよかったです。



(↑トムヤムクン)



(↑パッタイ)

タイ料理はとてもおいしかったです！写真のほかにたくさんありました。

[終わりに]

私は海外に行くことをいいことだとは思っていませんでした。飛行機は面倒だし、遠いし、言葉も通じないし…と思い込んでいたからです。しかし、実際行ってみると私の価値観が180度変わりました。これほど良い体験ができるとは思っていませんでした。自分の英語能力が低いことが不安でしたが、友達と話していると、相手の言っていることも理解できるし、もっと英語を話したいと自然と思うようになっていました。だから、自分の英語能力に自信がなくても大丈夫です。

今回、この国際学会に参加させていただき、看護について見つめなおす機会をいただいたと感じています。世界の看護学の研究はどんどん進んでいて、世界の健康を考える上で看護学が重要視されているということを初めて知りました。この学会に参加させていただいていなかったらまったく知りもしないことだったと思います。また、この学会を通して他の国で看護学を学んでいる同じ年くらいの友達を作ることができました。彼女たちは日々素晴らしい教育環境の下、看護師を目指して勉強しています。とても刺激を受けて、私ももっと頑張らなければならぬとモチベーションをあげることができました。そしてもっとこのような機会が増えてほしいと切に思いました。この6日間はとても有意義な6日間でした。新たな発見、自分の可能性を感じられたと思います。学生のうちにこのような経験をさせていただけるのはとても貴重なことだと思います。このような機会が与えられたらもっと積極的に参加していくべきだと強く思いました。

この6日間引率してくださった先生方、半年間プレゼンの準備を一緒に頑張ったほかの3人の学類生、学会参加に関するサポートをしてくださった先生方にとっても感謝しています。ありがとうございました。

