

学術国際交流協定大学等への短期留学レポート

学 年 6 学年次

氏 名 片桐麻衣

1. 留学先 (☑を入れる)

- ☐ 南イリノイ大学医学部・PBL コース
- ☐ 南イリノイ大学医学部・Elective コース
- ☐ コンケン大学医学部 ☒ ルール大学医学部
- ☐ ウッチ医科大学 ☐ バーモント大学医学部
- ☐ ポズナン医科大学 ☐ タマサート大学チュラポーン国際医学部
- ☐ HMEP プログラム・HCCPP コース
- ☐ HMEP プログラム・HMEPCC コース

2. 研修先 (複数の科などで行った場合は、全て記入すること)

Marien Hospital Herne 産婦人科/講座

3. 留学期間 (出発・帰国日も含めた期間を記入すること)

2025 年 2 月 21 日 ~ 2025 年 3 月 24 日

4. 留学費用 (概算でもよいので項目別に記入すること)

- ・航空券代 257330 円
- ・宿泊費 約 60000 円
- ・光熱水費 0 円
- ・予防接種代 約 20000 円
- ・海外旅行保険代 0 円(クレジットカード付帯)
- ・生活費(食事代, 交通費等) 約 6~70000 円

5-1. レポート内容【勉学面】

今回の留学に関し、勉学面について記入欄に自由に記述すること。

注意1：必ず留学して良かった点・改善点、留学への心構え・必要な英語力についての記述を含む内容とすること。

注意2：文字の大きさ・文字数については、目安として、10.5又は11ポイントにより、500字以上とすること。なお、用紙が不足する場合は複写して使用すること。

記入欄

私は元々留学経験などがあったことから、留学前に英会話の対策などは重点的には行わなかった。しばらく英語に触れていないとリスニング能力などが落ちてしまうため、留学前にTED talkなどで多少英語に触れるなどを行った。

以前に留学をしたのは高校生の頃であったため、医学英語は大学に入学してからしか勉強したことがなく、留学前に医学英語は勉強しようと考えていた。実際にやったこととしては、まずアメリカの研修医のドラマ(レジデント 型破りな研修医)で英語音声、英語字幕で内容を楽しみながら医学英語に触れた。さらに、アイドルケーの留学予定者のための準備セミナーに掲載されている、英語の解剖の教科書やLecturioを使って産婦人科領域の英単語などを学んだ。

私はヨーロッパに今まで行ったことがなかったので、ヨーロッパの方は大体の人が英語を話せるという固定観念があった。しかし、実際行ってみると、病院の先生は話せる先生が多かったが、患者さん、スーパーなどの街中の方やお年寄りなどは話せない方も多かった。そのため、逆にいうと自分がネイティブのようにペラペラ英語を話せなくても、先生方もネイティブではないのでそこまで不便を感じなかった。英語を話す速度もそこまで早くなく、使う英単語もアメリカ留学で聞いていたような難しい英単語ではなかった。先生方もドイツ語と英語が混ぜこぜになり、「これ英語でなんていうんだっけ」と聞かれて、こっちが「これの事??」と答えるなどということも起こった。会話的に使う英語が簡単だとは言っても、一定の医療英語は向こうも当たり前のように使って話しかけてくるので、自分がクリクラで例えば産婦人科を選択中に使う単語(子宮、卵巣、帝王切開、臍帯、、などなど)くらいは最低限学んで行ったほうが、1ヶ月有意義な時間が過ごせると感じた。私が後悔していることは、せっかくドイツに留学に行ったので、少しでもドイツ語を学んでから行けばよかったと感じた。カンファレンスや患者さんと先生との対話などはドイツ語で行われるので、そこで何もわからないよりは、少しでもわかったほうが楽しめたのかと思った。さらに、寮があったボーフムという街はそれほど大きい町ではないので、街中でも誰でも英語が話せるというわけではなく、もう少しドイツ語の日常会話ができたらよかったと感じた。その国の文化を楽しむことも留学の醍醐味ではあるため、ドイツ語を勉強してからいくとさらに有意義な時間が過ごせたかと感じる。

5-2. レポート内容【生活面】

今回の留学に関し、生活面について記入欄に自由に記述すること。

注意 1 : 必ず**現地での生活環境（住居、気候、通学手段など）**における**準備した物**、

役立つ情報についての記述を含む内容とすること。

注意 2 : 文字の大きさ・文字数については、目安として、10.5又は11ポイントにより、

500字以上とすること。なお、用紙が不足する場合は複写して使用すること。

記入欄

私が滞在した寮は、キッチン・トイレ・シャワーが同じ階に住む学生と共同のものであった。キッチンに冷蔵庫・冷凍庫・電子レンジ・オーブン・一人一人の棚は備え付けてあり、自由に使うことができる。料理をする際に使う道具などは皆自分で買って自分のものを使用しているため、私も最低限のカトラリーやお皿、コップなどはボーフムの駅の周りのお店で調達した。食料は一番多く利用したのは、Aldi という寮から徒歩5分ほどのスーパーであり、サラダ・フルーツ・ヨーグルト・パン・電子レンジであっためられるおかず類などを買っていた。病院の近くや、病院からの帰りに通るボーフム中央駅には、REWEやEDEKAなどはAldiに比べて少しおしゃれな感じ（日本でいう成城石井のような）であり、夜ご飯にデリののようなものを買ったり、お菓子のお土産を買ったりしていた。

シャワーには備え付けのシャンプーやドライヤーなどはないため、私はシャンプーリンスなどは日本から持参し、ボディーソープやドライヤー、バスタオルなどは現地で調達した。

自分の部屋にはベッド、机、クローゼットがあり、ベッドには薄い布団が一枚と枕が一つあった。シーツや枕カバーなどはなかったため、現地で調達した。備え付けの薄い布団だけだと寒いと感じ、もう一枚ブランケットのようなものも現地で買った。

日常的に使うもので持って行ってよかったなと感じたものは、部屋用のスリッパ、洗濯を手洗いで行うための Attack のどこでも袋でお洗濯というキット、洗濯バサミがついている折り畳めるハンガー、洗濯ロープ、ホッカイロ、セイフティーポーチ（パスポートやクレジットカードなどを常に持ち歩く用）などである。

気候は、想像していたよりは寒くはなかったが、2月～3月上旬はまだまだ真冬という感じなので、ダウン、手袋、マフラー、ホッカイロ、ヒートテックなどを活用した。逆に最後の方は、急に暖かくなり、持ってきたコートが邪魔になり、薄手のジャケットも持ってくればよかったと後悔した。ちょうど季節の変わり目なので服装の調節は少し難しかった。ジャケットやパーカーなどは現地で買ってもしれない。雨はほとんど降らず、傘を一応初めに買ったが一度も使うことはなかった。

通学手段はUbahnという地下鉄を利用した。Rheinbahnというアプリで1ヶ月59ユーロでドイツ全土の電車（ICEなどの超高速列車を除く）に乗り放題のチケットを購

入した。ドイツには改札はなく、たまに駅員さんがチケットの確認に来た際にアプリでチケットを提示するような形であった。Ubahnでのチケット確認はそれほど多くなかったが、REなどの高速列車を使ってデュッセルドルフなどの大きな都市に行った際は高確率でチケットのチェックがあった。電車と徒歩を合わせると、寮から病院までは30分ほどであった。