

# 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 大木愛也奈

## 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)

整形外科，耳鼻咽喉科 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 3 月 1 日 ~ 2025 年 3 月 30 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	<u>137480 円</u>
・宿泊費	<u>60000 円</u>
・光熱水費	<u>3000 円</u>
・予防接種代	<u>90000 円</u>
・海外旅行保険代	<u>8820 円</u>
・生活費(食事代，交通費等)	<u>100000 円</u>

## 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

まず印象的だったのは、タイの医学生が医療単語をすべて英語で学んでいる点である。講義資料やプレゼンテーションも英語で作成されており、学生や教員は日常的に英語を使っていた。そのため、私たちに対しても英語で説明されることが多く、専門用語の理解に苦勞した。今回の実習を通して、留学前に自分が回る予定の診療科に関する英語の基礎知識をあらかじめ学んでおくことの重要性を痛感した。また、学生の実習への姿勢にも強く刺激を受けた。たとえば、教員が勤務前の朝に講義を行い、学生も週に3回の夜勤に積極的に参加するなど、非常に意欲的に学んでいた。体力的に厳しい状況でも学びを止めない姿勢に触れ、自分自身のモチベーションも高まった。さらに、タイでは教員と学生の距離が日本よりも近く、学生が気軽に質問をする姿が印象的だった。そのような雰囲気は、学生の学習意欲をさらに高める良い循環を生み出していると感じた。私自身も日本での実習において、もっと疑問を積極的に質問する姿勢を持つと強く思った。最後に、タイの講義では単なる知識のインプットだけでなく、臨床症状から診断を導き出す実践的なトレーニングが重視されており、学習内容が臨床に直結している印象を受けた。今回の実習を通して、異文化に触れることだけでなく、自分の学び方や姿勢を見つめ直す貴重な機会となった。今後の日本での実習にもこの経験を活かしていきたい。

## 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

まず気候については、日本の真夏のような暑さに加え、日本と同じくらい湿度も高く、非常に汗をかいた。長時間の外出や移動の際には特に体力を消耗するため、ハンディファンを持参して正解だったと感じた。暑さ対策は十分に準備しておくことを勧めたい。次に金銭面では、予想以上に現金が必要になる場面が多かった。私は現金を10万円持参したが、コンケンではセントラルプラザ以外でクレジットカードが使える場所がほとんどなく、コンビニ・カフェ・ご飯屋・病院の食堂すべて現金対応だった。そのため、思ったよりも早く現金が減ってしまい、不安を感じた。クレジットカードのキャッシングができるかどうかを事前に日本で確認するか、現金を多めに用意しておくことを推奨する。また、ホテルのデポジットも現金で支払う必要があり、返金はチェックアウト当日になるため、その分の現金が滞在中使えないのは不便だった。移動手段については、主に配車アプリ「Grab」を使用した。現地では電話番号がないため、新規登録時にクレジットカードをタイで登録するのはややこしく感じた。日本にいるうちにアプリをダウンロードし、クレジットカードの登録を済ませておくとスムーズに使える。洗濯については、ホテル前のコインランドリーを利用したが、乾燥までかけても生乾きになることが多かった。ホテルの部屋で干すことを想定して、ハンガーや小型の物干しグッズを持っていくと便利だと感じた。ホテルにはハンガーが少なく、洗濯物を干すスペースの確保も課題だった。

# 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 加藤愛菜

## 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)

Community medicine 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 3 月 1 日 ~ 2025 年 3 月 30 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           | 137,480 | 円 + ビザ 11,000 円 |
| ・宿泊費            | 60,000  | 円               |
| ・光熱水費           | 約5,000  | 円               |
| ・予防接種代          | 約80,000 | 円               |
| ・海外旅行保険代(あてんど)  | 25,270  | 円               |
| ・生活費(食事代, 交通費等) | 約80,000 | 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1か月、コンケン大学の地域医療科の実習に elective コースで実習させていただきました。

地域医療科では、① community medicine ② family medicine ③ occupational medicine の3つのユニットで構成されています。それぞれ主に、①学外病院・プライマリケア外来の見学②訪問診療の見学③産業医の健康診断や工場の衛生見学を行いました。毎日場所が異なり、新たな発見も多く、とても楽しく実習をすることができました。タイの学生は、前半2週間は5年生18人、後半2週間は4年生11人がまわっており、温かく接してくれました。また最終週には地域医療科だけのプレゼンがあったため、写真の整理や知識の言語化をする必要があり、個人的には良かったと思っています。

勉学面において、留学して良かったと感じたことは、大きく分けると主に2つあります。

1つは、英語のスキルと意識が向上したことです。私は留学2か月前頃から、毎日英語を聞いたり独り言英語を実践したりと、英会話に焦点を当てて準備をしていました。そのおかげか、毎回率先して話しかける勇気を持てたのは良かったと思います。しかし、現地では言葉に詰まったり伝わらなかったりすることも多く、試行錯誤の毎日でした。英語の未熟さを何度も痛感したため、日本に帰ってからも英語学習は続けています。

2つ目は、日本とタイの違いについて考えることにより、日本についてより深く知ることができたという点です。タイと日本の比較についてはたくさん聞かれますが、日本についての理解度が高くないと答えられないと感じました。また、比較の観点で日本の制度について調べてみると、日本の制度のメリットやデメリットについても見えてきました。これらの観点は国内ではあまり実感することがなかったため、今回の留学で得た大きな収穫となりました。

体感した必要な英語力については、分野別に以下に記します。

スピーキングは、日常会話だけならいくつかの文法や語彙の使い回しを事前に勉強することや、会話のネタを会う前に考えることで補えます。

しかし、実習では実際に、日本の保険制度について教えて、日本の診察はどう進

めるのか等、比較的難しい単語や文法を使わなければならない場面も出てきました。日本の研修制度・保険制度・病院紹介のシステムや医療圏など、公衆衛生については先に英作文しておく、毎回そのテンプレートを使えば良いかもしれません。

リスニングについては、先輩の体験記の通り 1 週間ほどでタイの訛りに慣れてきました。個人的には、耳を鍛えることより疑問点の確認をできる勇気とスピーキング力をつける方が優先度は高めだと思いました。理由としては、講義はタイ語であるため講義形式の英語の授業はほぼなく、マンツーマンの会話では返事を求められた際に疑問点を伝えたり知っている語彙に言い換えたりで理解度の確認ができ、それで代替可能だからです。

医療英語については、医療単語の発音込みの単語をしっかり覚えておくべきです。私は実習では、聞こえた英単語をカタカナで殴り書きし、隙間時間にスマホで調べ、文章を書いて正誤確認をするというやり方でなんとか外来患者さんの症候を理解していましたが、とても遠回りでした。メジャーな疾患名や症状は暗記推奨です。私の一番の改善点は医療英語の単語量でした。タイの子とのレベルの差を何度も痛感しました。

最後に、タイでも勉強はできますが、タイの子との遊びやご飯でへとへとで、図書館に行っても寝てしまうということが多かったです。Chat GPT も、タイにいる間はなぜか Wi-Fi 下でしか使えませんでした。事前の英語勉強は強く推奨します。

総じて、学ぶことは多くとても充実した実習でした。もう一回行きたいです。

## 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

まず費用についてですが、上記の費用に加え、5~7万ほどは余裕を持って考えて置いた方が良いでしょう。コンケンは素敵な場所ですが、せっかくなら土日タイの観光地に行きたい！と毎週他の都市(バンコクなど)までフライトをしていると、結構お金がなくなるスピードは早いです。

次に、生活環境・通学手段についてです。私たちは、コットンホテルという、大学から徒歩25分ほどのホテルに泊まりました。ホテルのアメニティは、シャンプー、ボディソープ、コップ2組、トイレットペーパー、ティッシュ、タオル大小各2組、ハンガー5組ほど、ケトル、ドライヤー、Wi-Fiでした。週に1回清掃があるため、消耗品がなくなることはなかったです。初日にディPOSITで5000バーツを現金で渡す必要があり、最終日に電気・光熱費が引かれ現金で返ってきます。ホテルの周りの治安も良く、向かいにすぐセブンイレブンもあり、とても快適な生活を送ることが出来ました。通学手段はGrabタクシー、Grabバイク、歩き、バスのいずれかでした。

気候は温かく、スコールにもごくたまに遭いました。基本は半袖短パンで良いと思いますが、クーラーが効きすぎている屋内では長袖の上着を重宝しました。

持ち物について、追加で持ってきた方が良かったのは、付箋、色ペン、日本のお菓子、日焼け止め(多めに)、運動できる服、ハンガーです。

コンケンでは学生の歓迎が凄まじく、本当にたくさんの人にお世話になります。お世話になった子たちに渡す日本のお菓子は、現地では購入できないため、多めに持ってくるべきだと後悔しました。また、感謝の言葉を伝える付箋と色ペンもあると一言添えられます。

また、KKUでは毎日実習後にご飯や夜カフェ、スポーツができます。スポーツをしたい人は、スポーツをできる服1着と、手洗いして次の日に着られるようハンガーは持ってくる方が良いかもしれません。

パッキングの際の注意点として、液体は漏れることを覚悟した方が良いでしょう。私は、行きに衣類洗剤、帰りにお茶の粉が袋を貫通して漏れていました。洗剤に至っては二重の袋を貫通し染みていました。預入荷物は厳重警戒必須です。

# 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 鬼頭良汰

## 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)

救急科、一般外科/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 3 月 1 日～2025 年 3 月 30 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	<u>137480 円</u>
・宿泊費	<u>6 万円</u>
・光熱水費	<u>5000 円</u>
・予防接種代	<u>10 万円</u>
・海外旅行保険代	<u>2 万円</u>
・生活費(食事代, 交通費等)	<u>10 万円</u>

## 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

自分は一般外科（消化器外科）と救急科をそれぞれ2週間ずつローテーションし貴重な経験を積むことができました。

### ・留学して良かった点

一般外科の実習では手術の際、大学の実習では見る機会がなかったGISTや胆管癌などの症例を数多く経験することができました。外来での診察・診断から手術、その後の経過までのプロセスを間近で学ぶことができたので大変貴重でした。また、カンファレンスでは日本と異なりアメリカやヨーロッパのガイドラインを用いた説明を受け、日本の医療との比較をするいい機会となりました。

救急科の実習ではドクターやナースの方々が快く受け入れてくださり、ルート確保や導尿、心エコー、腹腔穿刺など数多くの手技を経験することができました。また、ハチに刺された人が大勢（20人ほど）いる現場に救急車で向かい、トリアージや蜂の針を探す作業を手伝うなど貴重な経験ができました。また、救急科のカンファレンスでは症例をもとに鑑別や治療方針を学ぶ機会が多く、医学知識と英語力のどちらも鍛えられました。

### ・改善すべき点

留学前にもっと医学英語を勉強しておけばよりスムーズに内容が理解でき、ディスカッションや質問がたくさんできてドクターやタイの医学生とのやりとりがスムーズになったと感じます。

一般外科のオペ室の鍵のないロッカーに荷物を入れていたら財布からお金を盗まれてしまいました。貴重品の管理を甘く考えていたことを反省しています。

### ・留学への心構え

コンケン大学での実習を行う前は先生や生徒と英語でうまくコミュニケーションを取れるかどうか、実習環境は整っているのかなど色々考えていましたが、実際に留学してみると先生方や学生はとてもフレンドリーかつ教育熱心であり、全く心配することはなかったです。積極的な姿勢があればたくさん学べてたくさん手技もできるのでとても充実した実習になると思います。

## 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

コンケンの物価は安くレストラン、カフェが数多くあるのでとても住みやすかったです。ホテルのすぐ近くにコンビニやコインランドリーがあり便利でした。ホテルから車で10分ほどのところに大きなショッピングモールもあるため生活する上で不自由は全くありませんでした。ホテルから大学まではタクシーや徒歩で行くことが多かったです。

実習が終わった後はタイの学生と一緒にナイトマーケットに行ったりみんなでスポーツをしたりしました。タイの学生はとてもフレンドリーなのでとても楽しい日々を過ごせました。ナイトマーケットの屋台でご飯を食べる機会は多かったですがお腹を壊すこともなかったです。

また、実習のない休みの日にはバンコクやラオスに行きました。

使った費用は休日の旅行やお土産代等を全て含めても10万円ほどでした。生活で困ったことは犬が多いこと、35度を超えるような暑い日が多いことぐらいでした。

### ・改善点

ホテルのシャワーヘッドが初めから壊れていたが気付いた時に報告せずにそのままにしてしまいました。チェックアウト後に弁償代を請求されたので最初に写真を撮っておけば良かったと後悔しています。

### ・最後に

慣れない環境に飛び込むことの大切さを感じました。留学前は色んな不安がありましたが起こってから考えれば良いと思えるようになりました。

英語ができなくてもコミュニケーションを取ったり仲良くなろうとする姿勢の方が大事だと感じました。

留学を受け入れてくださったコンケン大学の方々や加藤さんを初め全ての方々に感謝を申し上げます。本当にお世話になりました。ありがとうございます。

# 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 杉山英里

## 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)

一般外科

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 3 月 1 日 ~ 2025 年 3 月 30 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	<u>137480 円</u>
・宿泊費	<u>65000 円</u>
・光熱水費	<u>5000 円</u>
・予防接種代	<u>100000 円</u>
・海外旅行保険代	<u>0 円</u>
・生活費(食事代, 交通費等)	<u>100000 円</u>

## 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

### タイ留学を通して学んだことと感じたこと

私はタイでの留学を経験し、多くのことを学びました。その中でも特に印象的だったのは、**毎日が刺激的で、とても楽しかった**ということです。異国の地での生活は新鮮で、文化や言語の違いを肌で感じながら過ごす日々は、とても充実していました。

また、**多くの友達を作ることができた**のも、留学の大きな収穫でした。現地の学生や他国からの留学生と交流する中で、さまざまな価値観に触れることができ、とても貴重な経験になりました。特に、**タイの学生の英語レベルがとても高かったことに驚きました**。そのおかげで、自分の英語学習のモチベーションが大きく上がり、もっと英語を話せるようになりたいという意欲が湧きました。実際に、英語を話す楽しさを学ぶことができ、積極的に会話をすることで少しずつ自信がついていきました。

また、**タイの医療を学ぶことで、日本の医療について改めて見直す機会になった**のも貴重な経験でした。異なる医療システムを知ることで、日本の医療の強みや改善すべき点に気づくことができ、今後の学びに活かせると感じました。さらに、「**医師になる**」という同じ目標を持った他国の学生と関わることで、より一層勉強のモチベーションが上がりました。それぞれの国での医療事情や学び方について意見を交換することで、新たな視点を得ることができ、とても刺激的でした。

### 留学で改善すべきと感じた点

一方で、留学を振り返ると「**こうしておけばよかった**」と思う点もいくつかあります。まず、**現地の学生に渡す日本のお菓子やちょっとした贈り物をもっと持っていけばよかった**と思いました。タイの学生はとても親切で、日本に興味を持ってくれる人も多かったので、もう少し日本らしいものを準備していれば、より交流が深まったのではないかと感じました。

また、**洋服を持って行きすぎてしまい、荷物が重くなってしまった**のも反省点の一つです。実際に生活してみると、現地で必要な服は限られていたので、もっと最小限の荷物で行けばよかったと思いました。これからタイに留学する人は、荷物の量をしっかり考えて準備すると良いと思います。

## 留学の心構え

タイの学生はみんなとても親切で優しい人が多いです。英語が完璧に話せなくても、一生懸命理解しようとしてくれるので、あまり心配せずに積極的に話しかけることが大切だと感じました。最初は言葉の壁を感じることもあるかもしれませんが、勇気を出して話しかけることで、自然と友達が増えていきます。たくさんの人と交流することで、より楽しい留学生活を送ることができると思います。

## 必要な英語力について

私自身の英語力は決して高いわけではありませんでしたが、それでも日常生活はなんとかなるレベルでした。ただし、医学英語に関しては全く知らないと授業や実習で苦勞することがあるので、事前に学んでおくことをおすすめします。特に、自分が実習する領域の医学用語は最低限覚えておいた方がスムーズに理解できます。

私は留学前にデュオリンゴを使って英語を勉強したり、チャット GPT に医学英語をリストアップしてもらい、それを暗記したりして準備をしました。こうした事前学習があったことで、留学中に少しでも自信を持って英語を使うことができたと感じています。

## 最後に

今回のタイ留学を通じて、語学だけでなく、異文化理解や医療に対する視野を広げることができました。現地の学生との交流や、日本とは異なる環境での学びはとても貴重な経験であり、今後の人生に大きく役立つと感じています。もしこれから留学を考えている方がいれば、ぜひ積極的に挑戦し、多くのことを学んでほしいと思います！

## 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

### 生活環境について

#### 住居

私が滞在したコットンツリーホテルは、とても清潔で快適な宿泊施設でした。ホテルのすぐ近くにはコンビニがあり、少し歩くとカフェやスーパーもあるため、生活に必要なものはすぐに手に入る環境でした。買い物や食事に困ることはなく、住みやすい場所だったと感じています。ただし、**清掃は週に1回だけ**だったため、トイレトペーパーの補充が間に合わず、不便に感じることもありました。そのため、必要に応じて自分で補充する準備をしておくとも良いかもしれません。

また、チェックイン時には**デポジットとして5000バーツを現金で支払う必要がある**ため、事前に準備しておくことをおすすめします。宿泊費自体はクレジットカードでの支払いが可能ですが、デポジットはチェックアウト時に光熱費や水道代を差し引かれた金額が返金される仕組みになっています。特にタイに到着してすぐは、手元に現金が少ないこともあるので、デポジット分のバーツを用意しておくとも安心です。

#### 気候

タイの気候は非常に暑く、**最高気温は40度、平均気温も35度前後**と高温多湿の日が続きました。少し歩くだけで汗をかくほどの暑さだったため、汗拭きシートを持っていくととても役立ちました。ただし、まれに20度くらいまで気温が下がる日もあり、肌寒く感じることもあったので、**軽く羽織れるカーディガンや薄手のパーカー**を何枚か持っていくとも安心です。

また、日差しが非常に強く、直射日光を浴び続けるとすぐに日焼けしてしまうため、**日傘は必須アイテム**でした。日焼け止めを塗るだけでは防ぎきれないほどの日差しなので、UV対策をしっかりとすることをおすすめします。

#### 通学手段

大学への通学手段としては、徒歩、KKUバス、そして配車アプリのGrab（Grab）の3つの選択肢がありました。私はコットンツリーホテルから大学まで徒歩約15分だったため、**毎日徒歩で通学**していました。途中には飲食店や薬局、カフェがあり、通学路としても楽しい道のりでした。ただし、バスは使いづらく、時間通りに来ないこともあったため、私は利用することはほとんどありませんでした。

タイの道路は常に原付バイクや車で渋滞しているため、歩く際には必ず自分の目でしっかり確認してから道路を渡ることが大切です。特に交通ルールが日本と異なる部分も多いため、最初は注意深く観察しながら移動することを心がけました。

#### 洋服について

実習で使用する服は、上 2 枚、下 3 枚のセットがあれば十分でした。また、普段着としては、Tシャツや下着を 1 週間分程度持っていくと便利でした。特に汗をかきやすい環境なので、着替えが多めにあると安心です。

また、エアコンの効いた室内では寒く感じることもあるため、カーディガンや薄手のパーカーを持っていくことをおすすめします。日本の夏と同じ感覚で準備してしまうと、意外と寒暖差に対応しづらいことがあるので注意が必要です。

ただし、日本から服を持って行きすぎると荷物がかさばってしまうため、最低限の服だけを持って行き、必要に応じて現地で購入するのも良い方法だと感じました。タイでは安くてかわいい服がたくさん売っているので、現地で気に入ったものを買うのも楽しいです。私は週に 1~2 回のペースで洗濯をしていたため、大量の服を持っていかなくても問題なく生活できました。

# 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 竹田麻乃

## 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)

小児外科 整形外科

## 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 3 月 1 日 ~ 2025 年 3 月 30 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	<u>137480 円</u>
・宿泊費	<u>60000 円</u>
・光熱水費	<u>4000 円</u>
・予防接種代	<u>約 8 万円</u>
・海外旅行保険代	<u>8820 円</u>
・生活費(食事代, 交通費等)	<u>100000 円</u>

## 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

今回の留学を通して、タイ・コンケン大学の学生たちの英語力に大きな衝撃を受けました。同じ年齢でありながら、彼らの英語を話すスピードは非常に速く、発音も流暢で、会話についていくのが精一杯でした。特に医学の教科書はすべて英語で書かれており、プレゼンテーションも英語でスライドを作成し、発表はタイ語で行うなど、日常的に英語に触れる環境が整っていると感じました。そのため、彼らの言語能力が高いのも納得できました。

もっと英語力があれば、より深くコミュニケーションがとれたはずだと思わず少し悔しさも残りましたが、それ以上に「自分から積極的に話しかけることの大切さ」を学ぶ機会となりました。タイの方々はとても親切で、私が言葉に詰まりながらも何かを伝えようとする、真剣に耳を傾け、表情や身振り手振りから内容を理解しようとしてくれました。その姿勢に励まされ、言語が異なっても、心を通わせようとする努力さえあれば壁を越えられるという実感を得ることができました。

また、日本からも同時期に留学していた学生がいて、お互いに良い刺激を与え合うことができました。1ヶ月という短い期間ではありましたが、異文化の中で生活するという経験はとても貴重で、今後の人生においても忘れられない思い出になると思います。今回の経験を通じて、これからさらに英語力とコミュニケーション能力を高め、自分の可能性を広げていきたいと強く感じました。

## 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

タイは乾季であっても、突然ゲリラ豪雨が降ることがあります。晴れていても急に激しい雨に変わることがあるので、折り畳み傘を持ち歩くと安心です。現地でも購入できますが、日本から使い慣れたものを持っていく方が便利でした。

体調に不安がある方は、整腸剤や風邪薬を持参することをおすすめします。食事や水、気候の違いでお腹を壊したり、体調を崩すことがあるため、準備しておくで安心です。また、蚊に刺されることが多かったので、虫除けスプレーとムヒなどのかゆみ止めも役立ちました。

現地では、屋台や一部のコンビニでクレジットカードが使えないことがありました。宿泊先でのデポジットなど、現金が必要になる場面も多くあります。日本円は多めに持って行って両替しておくで安心です。ちなみに、コンビニでも200パーツ以上でないとカードが使えないことがありました。

移動手段としては、Grab という配車アプリがとても便利でした。電話番号認証が必要なので、日本にいるうちにインストールしてカード情報まで登録しておくで、現地ですムズに使えます。車よりもバイクタクシーの方が料金が安く、すぐに呼べるので、抵抗がなければ利用してみるのもおすすめです。スピード感があって楽しい体験でした。

滞在した「コットンツリー」はとてもきれいで快適でした。周辺にはコンビニやコインランドリーもあり、生活するうえでとても便利な場所でした。

# 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 鶴田理子

## 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)

麻酔科、小児外科 / 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 3 月 1 日 ~ 2025 年 3 月 30 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	<u>137480 円</u>
・宿泊費	<u>64000 円</u>
・光熱水費	<u>5000 円</u>
・予防接種代	<u>100000 円</u>
・海外旅行保険代	<u>0 円</u>
・生活費(食事代, 交通費等)	<u>100000 円</u>

## 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、コンケン大学麻酔科と小児外科を2週間ずつ実習させていただきました。留学前は、1ヶ月も海外で生活することにとっても不安を感じていましたが、終わってみると、とても充実した楽しい1ヶ月間を送ることができました。タイの学生や先生方は皆優しく、とても親切にしてくださいました。

麻酔科の実習は、午前8時半から9時に開始、午後は2時から4時に終了という流れでした。様々な診療科のオペやPACU、ICU、Pain Unitなど手術室以外にも様々な場面を見学することができました。麻酔科は、コンケン大学の学生がいなかったことが残念でしたが、バンコクからの留学生が実習しており、一緒にご飯を食べに行ったりもしました。また、先生方が夜ご飯に誘ってくれることもありました。

小児外科の実習は、午前9時から10時に開始、午後は1時から5時に終了という流れでした。実習では、オペ、外来、カンファレンスに参加しました。コンケン大学の学生も1週間ずつローテーションしており、基本的に同じスケジュールで実習を行いました。手術中や、タイ語での外来見学中は、学生が英語に翻訳して伝えてくれ、先生がやっていることや患者さんと先生が何を話しているのかを教えてくださいました。一緒に回っている学生が、コンケンのおすすめのお店を紹介してくれ、一緒に食べに行ったりもしました。

タイの学生は、医学テストも全て英語で勉強しており、英語力がとても高いです。日常会話は、ある程度の気合いがあればなんとかなりますし、段々リスニングもスピーキングも慣れますが、医療英語は、知らないとどうにもならないため、選択する診療科の英単語は覚えていく必要があります。聞き取れない場合は、単語のスペルを聞き、翻訳アプリを使ったりもしました。タイの学生から話しかけてくれることもありましたが、勇気を出してたくさん話すことで英語にも慣れることができると思います。

総じて、1ヶ月間日本では経験できない日々を送ることができ、とても楽しかったです。

## 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

私たちは、Cotton Tree Homestay というホテルに1ヶ月間宿泊しました。ホテルには、トイレトペーパーやドライヤーもあり、とても快適でした。ホテルから徒歩圏内にコンビニ、コインランドリー、カフェやレストランなどもあり、生活用品も買うことができます。学校までは徒歩かgrabで通学しました。ホテルから徒歩で15～20分ほどで行くことができました。

気候は、基本的には暑く、日中は35～40℃になる日もありましたが、雨の日は半袖だけでは寒かったため、長袖か薄いカーディガンなど1枚はあった方がいいかなと思いました。また、オペ室は本当に寒いので、覚悟して行った方がいいと思いました。オペ着の上に羽織るものは貸していただけますが、それでも寒かったです。

コンケン市内はカードが使えないことも多く、現金が足りなくなりそうになり、とても焦りました。初日にホテルのデポジットで5000バーツ(23000円ほど)現金で支払わなければならないので、それを考慮して多めに持って行った方がいいと思います。大学のカフェテリアは、種類がとても多く、250円ほどでお腹いっぱいになります。コンケン市内は、思っていたほど田舎ではなく、可愛いカフェや美味しそうなレストランがたくさんあり、1ヶ月では回りきれないほどでした。ナイトマーケットでスムージーなども飲みましたが、お腹を壊すことはなく、比較的衛生面は安心できるかなと思います。ウェットティッシュとティッシュは常に携帯しておくのが便利です。また、Grabは便利なので、あらかじめ登録していくと良いと思います。

# 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 中辻怜菜

## 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)

小児外科、整形外科/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 3 月 1 日 ~ 2025 年 3 月 30 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	<u>137480 円</u>
・宿泊費	<u>100000 円</u>
・光熱水費	<u>2500 円</u>
・予防接種代	<u>100000 円</u>
・海外旅行保険代	<u>50000 円</u>
・生活費(食事代, 交通費等)	<u>100000 円</u>

## 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

コンケンでの留学は、自分にとってすごく刺激的な経験でした。英語での診療見学はとても緊張して最初はまともにリスニングも出来ませんでした。慣れてくると少しずつ聞き取れるようになり面白く感じました。ただタイでは疾患の名前を英語で勉強しているので全部日本語で暗記している私たちには完全に理解するのは難しいと感じました。また現地の医学生と話す中で、日本と異なったいろんな価値観や医療の考え方に触れられたのも良かったです。「違って当たり前」という気持ちで柔軟に対応することが大事だと思います。タイと日本の医療や価値観でどちらにも良い面と悪い面があるということを学びました。改善点としてはもう少し現地の学生との交流を増やしてもよかったかなという点です。私はリスニングが苦手なので一回で聞き取れず、相手に何度も同じフレーズを言わせてしまい、それが申し訳なくて会話しようとする機会が少なかったと思います。完璧じゃなくてもとにかく伝えようとする姿勢が必要だったと感じています。なので、必要な英語力は、完璧じゃなくても伝えようとする姿勢と必要最低限のリスニング力があれば何とかなるとおもいます。もっと会話を流暢に行いたいのであれば医療英語の基本と、簡単な会話ができれば十分です。

## 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

日本から用意した物は現金 15 万円、クレジットカード、胃薬、酔い止め、痛み止め、絆創膏、スキンケア用品、シャンプー、トリートメント、あわだてネット、ポケットティッシュ、服 6 着、実習用の靴、普段用の靴、実習技、実習用バック、聴診器、インスタント味噌汁、お茶パック、カップラーメン、タオル 4 個、シャンプー、トリートメントは持っていく必要がなかったです。お金は 15 万円くらい持っていくと現地で不安にならなくて安心です。スキンケア用品も近くのスーパーで買えるのでこだわらない人は現地で買うのもありだと思います。最初の数週間は日本食がかなり恋しくなるので、インスタント味噌汁やカップラーメン、お茶を持って行ってよかったと思いました。友人は日本からオートミールを持ってきて毎朝お茶漬けとして食べていたので、オートミールを持参するのも良いと思います。ケトルはホテルについています。衛生的に気になる人は持って行って良いと思いますが、1ヶ月も滞在しているとあまり気にならなくなり普通に使うようになるので、特に気にしない人は持っていく必要はないです。トイレではトイレットペーパーがないことがよくあるのでポケットティッシュを多めに持っていくことをお勧めします。

# 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 橋本英子

## 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)

整形外科、耳鼻咽喉科/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3月1日      ~2025年3月30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	<u>137480 円</u>
・宿泊費	<u>100000 円</u>
・光熱水費	<u>4000 円</u>
・予防接種代	<u>50000 円</u>
・海外旅行保険代	<u>20000 円</u>
・生活費(食事代, 交通費等)	<u>100000 円</u>

## 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

留学をして、タイの病院で、タイの学生の様子や患者の様子などを実際に見ることができて非常に興味深かったです。例えば、タイでは日本と違い、お坊さんがかなり多いのですが、患者として来院した際、女性医師や女性看護師は決してお坊さんに触れません。その理由として、お坊さんは女性に触れてはならないという規律があるため、全員それを承知して対応にあたっていることがとても興味深かったです。

また、整形外科では日本とは少し違う器具を使ったりして見ていて新鮮な気持ちになりました。そして、耳鼻咽喉科ではアレルギー外来を見る機会があったのですが、日本では耳慣れないゴキブリアレルギーなどがかなり多い割合を占めているなど日本との違いが多く見られてとても面白かったです。

また、今振り返ると、もっと医学英語を予習し暗記するべきだったと思いました。一応、整形外科と耳鼻咽喉科の英単語を覚えたのですが、もっと熱心に勉強すれば良かったと後悔しています。今後留学する人は、留学の前にコツコツと医学英語を暗記するべきだと思います。タイでは英語で医学を学ぶので全員当然医学英語を使いますからそのギャップに驚き、自身の英語力の低さを改めて思い知りました。

## 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

留学して良かったことは、多少大変なことがあっても対応する力がついたと思っています。例えば、現金が足りなくなりそうときは、急遽クレジットカードが使えるデパートで水や朝ごはんを買い込むなどをして、工夫をすることができました。今回私は10万円を持って行ったのですが、10万円だと少し余裕がないので、15万円ほど持っていくのがいいと思われます。

気候に関しては非常に暑く、外を歩く時は日傘を持って行った方が良いと思います。タイでは男女関係なく日傘を持っていました。また、持ち歩ける扇風機を持っていくべきだと思います。熱中症になってもおかしくない環境なので、常に水を持ち、店で売られているタイティーなどを常に飲んで水分補給をしていました。通学手段は、ホテルから大学が徒歩20分なので歩いたり、タクシーを使ったりしていました。そもそもタクシーの料金が安いことと、4人で割り勘したらかなり安いので、重宝しました。

また、手術室は非常に寒いので、薄手のスパッツを着たり、手術着を二枚重ね着するなど工夫が絶対に必要だと思います。私は腹痛になった時に備えてカイロを持って行ったのですが、オペ室で使いました。凍えるほど寒いのでカイロを持って行っても損はしないかと思っています。

# 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 松山華奈美

## 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)

麻酔科/小児外科

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 3 月 1 日 ~ 2025 年 3 月 30 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           | <u>13 万 7480 円</u> |
| ・宿泊費            | <u>6 万 5000 円</u>  |
| ・光熱水費           | <u>1 万円</u>        |
| ・予防接種代          | <u>10 万円</u>       |
| ・海外旅行保険代        | <u>2 万 6000 円</u>  |
| ・生活費(食事代, 交通費等) | <u>11 万円</u>       |

## 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

まず、留学して良かった点はたくさんの友達ができたことです。留学前は英語が伝わるか少し不安でしたが、実際話してみるとタイの学生や先生が分かりやすい言葉に変換してくれたり、日本人同士で助け合ったりして日常会話はあまり困ることはありませんでした。ただ、医療英語になると専門的な用語が出てくるため理解するのに時間がかかりました。タイの学生は英語で医学を学んでいたり、インターに通っていた人も多かったです。タイの学生は英語で医学を学んでいたりと、とても英語が流暢でした。

私は初めての2週間は麻酔科を選択しました。麻酔薬の名前は日本で勉強するのと同じなので、どの薬が何の作用があるかを理解しておくことが大切でした。麻酔科は毎日違うオペ室に行くので、様々な科を見学することができて良かったです。そのオペ室を担当する麻酔科医によりますが、質問が飛んで来ることもありました。質問された時は英語を理解すること、質問について考えること、医療英語を交えて発言することという状況に直面しとても苦労しました。全身麻酔の導入方法や局所麻酔の方法など、英語でまとめたものを持っていくのが良いと思いました。全体的に先生方は優しく、タイフードを差し入れてくださったり最終日にはご飯にも連れてってくださったりしました。

残りの2週間は小児外科を選択しました。シーナカリン病院では尿道下裂や停留精巣、鼠径ヘルニアの患者さんが多かったです。週に外来2回とオペ3回があり、どちらもそれらの疾患が多かったため、そのあたりの医療英語を学ぶことが良いと思いました。

全体的に私は医療英語が未熟と感じたので、留学前に少しは勉強しておけば良かったと思いました。また拙い英語でもまず話さないと何も伝えられないので、コミュニケーションを積極的に取ろうとする姿勢が大事だと思いました。そしてオリエンテーションの時やタイの学生から教わったタイ語を使ってみるとさらに楽しいので、私は沢山タイ語をメモして使っていました。4週間はとてもあっという間で足りないくらい毎日が楽しいことばかりでした。初めて海外の医療を間近でみることで良い経験になりました。

## 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

コンケンとはバンコクと比べて田舎町ですが、暮らすにはちょうど良い場所でした。大学がとても大きく、大学内の移動にも Grab が必要な時もありました。ホテルからの通学は初めは Grab を使っていましたが、歩いて 20 分ほどなので途中から徒歩で行っていました。ただ歩行者用の道はなく車やバイクの通りが多いので十分気をつけて歩いていました。気温が高いことや道が整備されていないなどの理由からタイの人は歩く文化がないそうで、日本人が歩いて通学したり夜も歩いて帰ることに驚いていました。気温は暑いと 35℃前後まで上がり日差しも強いので、日傘を持って行けば良かったと後悔しました。また曇りの日は最高気温が 30℃と涼しい日もあったので長袖の羽織物も必要だったと感じました。

ホテルは綺麗で虫は一匹も出ませんでした。近くにコンビニやランドリー、カフェなどが充実しており、不便さありませんでした。

タイは辛い料理ばかりなので、注文時に辛さなしと言う必要がありました。辛さなしでもまだ辛い時があるので、注意して食べるのがおすすめです。私は初めの頃辛いまま食べていて、1 週間ゆるい腹痛に襲われました。ナイトマーケットの食事初めは躊躇していましたが、特に問題もなく食べられます。朝ごはんはマーケットで買ったバナナを毎日食べていました。水はコンビニで買い溜めしてました。

生活する上でほとんどが現金払いでした。特に土日にバンコクなどに旅行に行く場合は沢山お金を使うので、多めに日本円を持っていくことをおすすめします。

実習後はタイの学生とご飯に行ったり、スポーツをして交流を深めたりしてました。みんなとても優しく外交的な人ばかりでした。タイの学生のおかげで留学生活が毎日楽しかったです。同じ大学の学生も 10 人いて、さらに同じ期間に日本の他大学の医学生も留学に来ていたのでとても心強かったです。国内外に友達を沢山作ることができて大変良い経験になりました。

# 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 渡邊峻

## 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)

Community Medicine

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 3 月 1 日 ~ 2025 年 3 月 30 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           | <u>137,480 円</u>                 |
| ・宿泊費            | <u>64,555 円 (デポジット 5000 バーツ)</u> |
| ・光熱水費           | <u>2400 円</u>                    |
| ・予防接種代          | <u>120,000 円</u>                 |
| ・海外旅行保険代        | <u>26,210 円</u>                  |
| ・生活費(食事代, 交通費等) | <u>110,000 円</u>                 |

## 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

留学して良かった点は大きく2つあります。1つ目は、タイと日本の医療や文化の違いについて学ぶことができたことです。まずタイの外来では、寄生虫(特に肝吸虫)などの感染症疑いの患者さんが来ます。タイ人は辛くて味の濃い食べ物を好むので、日本人と同じような糖尿病、高血圧、脂質異常症の患者さんも多い印象でした。外来中、先生と患者さんは基本タイ語で話し、その後、英語で解説をしてくださいました。医療英語はその場で調べたり、先生に確認したりして何とか理解していました。コンケン大学には、学生のためのクリニックがあり、そこで学生が患者を問診し、薬の処方まで行っていました。クリニックの外には避妊具が置いてあり、性感染症予防活動にopenに貢献していることが日本とは違うなと感じました。2つ目は、タイの地域医療病院実習や訪問診療に携わることができたことです。タイの地域医療病院では、大麻を使った医療やタイマッサージなど様々な事が行われていました。特に、訪問診療では学生が患者さんや家族以外にも近隣住民に話を聞き、家系図を書くなどして家族関係を丁寧に問診していました。訪問診療後の総括も活発に学生が意見を言っていて、私もこの姿勢を学ばないといけないと感じました。どの現場でも、先生や学生が英語で解説してもらえるので、ある程度の英語力は必要だと感じました。しかし、どうしてもわからない時は写真などで丁寧に教えてもらえるので英語に自信がない人でもタイ実習は乗り越えていけると思います。改善点として、日本の保健医療や医療制度についての知識が乏しく、先生に質問されたときに答えられなかった点です。地域医療を選択した学生は、実習前に公衆衛生を復習しておく先生とのコミュニケーションが円滑に進むと思います。

最後に、このような実習の機会を与えてくださった全ての方に感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございました。

## 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

住居：学生は皆コットンツリーホテルに泊まりました。毎週金曜日に部屋を掃除してくれ、ゴキブリも一切出ず、綺麗なホテルでした。ある人の部屋にはヤモリが出ていました。ただ、タオルを汚したり、部屋内の機材を壊したりすると200～400バーツ程返済が必要になるので注意が必要です。他大学の学生が泊まったホテルではゴキブリが出たらしいので、ホテルに泊まるならコットンツリーが一番無難だと思います。

気候：3月～4月は日本の夏季のようにととても暑く、30℃後半の日が多かったです。たまに、涼しい日や雨の日もあるので、上着や雨具も必要だと思います。タイは蚊やハエが多く、虫除けスプレーは必須です。日本よりもタイのドラッグストアで安く買えるので現地で買う方が良いと思います。

通学手段：大学まではGrabでタクシーまたはバイクを呼んでいく人と徒歩で行く人に分かれました。私は大学までは徒歩で20分くらいかけて行き、運が良ければバスに乗って2駅ぐらいで降りて行っていました。ただ、私はCommunity Medicineを選択していたので、他の病院に行くこともあり、場所が不安な場合はGrabでタクシーを呼んで行っていました。

生活全般：ハンガーと爪切りは必要だと感じました。その他の日用品や食料はショッピングモールやスーパー、コンビニで買えるので、もし日本に忘れた場合でも問題ないと思います。ホテルの近くにコインランドリーがあります。ホテルの周りには下水道がとてつもなく臭いですが次第に慣れていきます。道路も汚く、野犬も多いのでもし追いかけられたら必死に逃げましょう。私は1か月で2回追いかけられました。大学で体を動かしたいなら、ジャージや運動靴を持っていきましょう。プールもあるので一応水着も持っていくと良いと思います。

コンケン：バイクや車が多く、朝の8時頃や夕方17時頃は通学・通勤のためかなり混雑していました。ホテルから大学までの道に多くのカフェや屋台がありました。日本料理屋(特にラーメン屋)もいくつかあり、面白い名前の店も多く、街を散策するのが楽しかったです。人が皆優しく、治安も悪いようには感じませんでした。