

海外留学報告書

2019年5月13日～5月24日

Melbourne Language Centre (オーストラリア) 進学英語準備コース

2019年5月27日～6月7日

Monash Children's Hospital (オーストラリア) Medical student として病院実習 (小児科)

メルボルンについて

初の海外ということもあり何もかもが衝撃でした。高層ビル、歴史的建造物、自然が融合したとてもきれいな街で、トラム、電車、バスなどの公共交通機関が発達していて、とても生活しやすい場所だと思いました。さらに、アジア系、アフリカ系、ヨーロッパ系など様々な国の人が住んでおり、多様性のある街で日本人だからと言って疎外感はありませんでした。最後に何といても外せないのが、コーヒーの美味しいおしゃれなお店が多いことです。街にコーヒーのにおいが漂っていて、コーヒー好きの私にはたまりませんでした。

語学研修の印象

進学準備英語 (EAP) コースというクラスで授業を受けました。内容としては、IELTS 試験対策の教科書をもとに、4技能 (スピーキング、ライティング、リーディング、リスニング) すべてを網羅した授業でした。日本の今までで受けてきた授業と違って、受身ではなく、積極的に自分の考えをライティングやスピーキングでアウトプットすることを重視しており、とても勉強になりました。

クラスメイトは、中国、ベトナム、サウジアラビア、マレーシアなど様々な国の方がいて、それぞれの国の文化や考え方を知ることができてとても新鮮でした。クラスメイトと休日に出かけることもあり、本当に素晴らしい出会いだったと思います。

ホームステイの印象

ホストマザーとホストファザーの二人暮らしの家庭でした。二人ともとても親切で、常に自分のことを気遣ってくれていました。

マザーはとても料理がおいしくて、いつも夕食を楽しみに家に帰っていました。また、英語に慣れない自分に対して積極的に話しかけてくれました。

ファザーとは、一緒に孫のフットボールの試合を見に行ったり、散歩したり一緒にいて安心できるような存在でした。

不慣れな土地で安心できる環境を提供してくださったホストファミリーには本当に感謝しています。

病院研修 1 日目

一日の流れ

→病理の先生による病院案内（成人用の建物と小児用の建物が分かれていた）、小児科代謝内分泌専門の register による午前と午後のクリニックの見学（hypothyroidism、hyperthyroidism、precocious puberty の患者さん）、DKA で救急搬送され ICU 入院となった患者さんの問診、診察の見学

実習初日は、初めての海外の病院ということで緊張していたが、みなさんととても親切で安心しました。英語に関しては、初日は特に患者さんと医師、医師同士の会話のスピードになかなかついていけませんでした。大事な部分は改めて教えていただいたり、質問したりすることで少しは理解していたような状態でした。ですが、クリニックや入院患者さんの疾患は日本で習う疾患と大きな差異はなく事前知識があり、理解しやすかった部分がありました。また、様々な国の方が住んでいるオーストラリアならではのと思ったのは、英語が話せない患者さんのために通訳者が常勤で働いていて、医者とのコミュニケーションの仲介をしていたことです。

研修 2 日目

→午前中は小児科代謝内分泌の病棟回診、その後看護師さんによる糖尿病患者さんとそのご家族へのインスリンポンプ指導の見学、病理医の方とランチ、午後からは病理医による検査室案内、副腎静脈サンプリング検査の見学

2 日目は病理医の検査見学がメインでした。とても大きな機械を使って血液検体をすごいスピードで、正確に処理をされていて感動しました。

研修 3 日目

→午前中は小児科代謝内分泌の病棟回診、その後入院患者さんの Williams 症候群について自己学習、病理医による妊婦スクリーニング検査結果の説明（トリソミーなど）、病理医による消化管疾患全般についてと下痢の患者さんの鑑別についての勉強会。

このとき初めて Williams 症候群という病気を知りました。高カルシウムの管理で小児内分泌科が担当医として経過を見ていましたが、心臓、腎臓、脳など様々な臓器に合併症を引き起こす可能性があるため、多くの科と協力して診療、話し合いをしていました。とてもフレンドリーに話しているのを見て、他科との垣根、また上司との垣根は低いと感じました。

研修 4 日目

→病理医による GH 負荷運動試験（ランニングマシン）、GH 抑制試験、現地学生と小児科 resident のクリニック（hypothyroidism obesity など）見学

このときクリニックで患者さんをみていた学生は 5 年生（final year）でしたが、学生とは思えない貫禄と知識を持っていて、オーストラリアは日本よりも、早く実践で動ける人材を育てようとしている印象を受けました。たまたま、その人がとても優秀だったのかもしれない。

研修 5 日目

年に一度の小児に関する講演会イベントのようなものが病院で開催され病院外からもたくさんの方がきていた。それを 10 時から一日中聞いていた。題目としては、foot deformities、Fetal Alcohol Spectrum Disorder、constipation、enlarged lymph node、venous thromboembolism など様々なものがあり、初めて聞いた話ばかりで聞くことができてよかったです。また、笑いもところどころ入れながら、聞き手をひきつけるようなプレゼンテーションをしていて、このような発表ができる人になりたいと思いました。

研修 6～10 日目

基本的には 1 週目と同じような流れでした。

新たに見学したことは、

→病理医にアスピリン過剰摂取の患者さんの検査値の経過の説明をしていただいた。

→9 日目は、佐賀大学の医師の知り合いを通じて、モナッシュ大学で研究をされている日本人医師を紹介していただき、職場を見学しました。世界的にも有名な大学で、非常に貴重な経験となりました。

→10 日目は、小児科代謝内分泌専門の consultant の先生による外来で、小児腫瘍患者さんの radiotherapy、chemotherapy 後のホルモンの変化に関する診療を見学しました。

感想文：

終わってみれば、あっという間の 1 か月間でしたが、学ぶことの多い充実した日々を過ごすことができたと思います。英語の上達に関していえば、リスニングは常に英語の環境にさらされていることもあり、最も上達したと感じています。常に相手が伝えたいことは何かを考えながら聞いていると、言葉を英語の単語の羅列ではなく、意味のあるものとして聴けるようになっていったように感じます。また、日本人が最も苦手とするスピーキングに関しては、とにかく文法や発音の間違いを恐れず自分の知っている表現を用いて思ったことを口にすることを意識しました。頭で日本語から変換していると発言までに時間がか

かり、会話のテンポが大きく崩れることを実感したからです。最終的には、十分とまでは言えませんが、海外の友達に自分の気持ちをおお程度伝えられるようになり、海外の人に話しかける抵抗がなくなったように思っています。ですが、今回の留学で、最も学ぶことができてよかったと感じていることは、新たな文化や人との出会いです。日本で生まれ日本で育ち、この環境を当たり前だと思っている自分にとって、様々な場面で日本との違いを感じました。まずは遠慮についてですが、職場の上司との関係性や、休暇の取り方をみるとみなさん自分の思ったことを遠慮せずに言い、なおかつ良好な関係を築けていました。過労死という言葉が海外でも話題になるように、日本では何もかも自分がやらなきゃという状態になり、ストレスを抱えている方が多いと思います。その点、海外の職場の制度は見習うべき部分があると感じました。他には、バスが当たり前時間通り来ないことや公衆トイレの少なさなど逆に日本の便利な部分を感じることも多々ありました。

最後に、私は半年前までは、日本の学校教育でしか英語を学んでいないし、それほど得意でもありませんでしたが、学生のうちに海外の医学の現場を見たい、海外の暮らしを体験したいとの思いから留学を申し込みました。学校の実習や部活動と並行して一から英語の勉強をするのは、正直かなりしんどかったです。留学中も含め何度か心が折れそうなきもありました。ですが、留学を終えてみるとそれ以上に自分が得たものは大きいと感じます。英語ができないことだけを理由に留学をあきらめることは、もったいないと思います。自分を海外という新しい環境にさらすことは人として成長できるかなりいい機会だと思いました。このような機会を与えていただいた方々にとっても感謝しています。