

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先 (国名) : オーストラリア国立大学 (オーストラリア)

Q.今回の留学プログラムの感想	私は大腸菌を用いたCRISPR-Casシステムの研究を行ったのですが、留学前に大腸菌の扱いを大学の研究室で学んでいたためスムーズに実験を始めることができ、実験結果をラボの方と話し合ったり、実験方法について自分なりに試行錯誤したりと、とても楽しかったです。思ったような結果が出ないことも多かったですが、新しいことも少しは見つけることができたので嬉しかったです。また、私はこの留学で特に人に恵まれていたと思います。ラボのメンバーや寮を通じて出会った方が様々なところへと私を連れ出してくださり、美しいオーストラリアの自然を見たり大人気で集まってパーティをしたり、日本ではやってこなかった体験をすることができました。
Q.健康管理や危機管理について	キャンベラはかなり治安の良い街で、女性一人で夜に出歩いてもあまり不安は感じませんでした。とはいえ中心部から少し離れると街灯がかなり少なくなるため、夜に外出する際は可能な限り誰かと一緒にいるようにしていました。シドニーなどに旅行する際は、キャンベラ以上に気を付ける必要があると思います。健康管理については、周囲の人が誰もマスクをしていなかったため、あまり気にしていませんでした。
Q.今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ	オーストラリア国立大学はとても良い学習場所だと思います。研究室での活動やイベント、部活動や寮での交流を通じて、様々な出身、様々な分野の方々と交流することができるため、とても貴重な体験になると思います。また、ワーキングアワーに集中して仕事をし、休むときは休むという文化なので、メリハリのついた生活ができるのではないかと思います。自分のやりたいこと次第で、旅行に行ったり、部活動をしたり、学会に参加したり、友達と遊んだり、豊かな自然を楽しんだり、様々なことができます。日本と全く違う生活をしてみたいという方がいたら、おすすめです！
Q.留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと	渡航準備の際、参考にできる一番新しい情報がコロナ前の3年前のものだったため、現在は変わったことも多いのではないかと思います。実際に、当時の留学生が入居していた寮が工事中で使えず、自分たちで住居を探すことになったり、特定のビザしか受け付けられないことが伝わっておらず大学への申請をやり直したりと、大変なことは多かったです。

留学中のお気に入りの写真



コメント：自然豊かな街で、ユニークな鳥がたくさんいます。画像はKookaburaです。

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：オーストラリア

Q. 今回の留学プログラムの感想	ラボの方々はとても親切で、研究所ではもちろん、休日などのおでかけに連れ出してもらいなど大変お世話になりました。研究所内で他のラボの方と交流するのも楽しかったです。研究所ではラボ横断的な交流やセミナー・発表会等が盛んだったのが印象に残っています。他のラボの教授や研究員・学生から自分のデータに対して指摘や質問を得られるのは貴重な機会だと思います。プライベートでは、登山や長時間の散歩などアウトドアにもいそしみました。さまざまな専攻の院生や、ルームメイトと仲良くなることもでき、帰りたくないと思えるくらい大変充実した時間を過ごせました。
Q. 健康管理や危機管理について	派遣期間中、事件はありましたが、非常に稀なことのようです。人通りが少ないことは不安ですが、あまり栄えていないので繁華街的な危険さはほぼありません。冬は風邪がはやるので気を付けましょう。
Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ	小さな街で、周辺都市は遠いので、遊べる場所はほとんどありません。お散歩やアウトドアが好きな人には良いところだと思います。研究所は、医科歯科とは異なる点多くて面白いですし、研究所内での交流も盛んです。5か月しかないなので、やりたいことはどんどんチャレンジすると良いと思います。しかし逆に、5か月は短くはないです。ずっと根を詰めすぎると普通に体調を崩すので気を付けましょう。
Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前など大変や不安だったこと	書類や英語の試験の準備を前々からあまりしていなかったため、直前に焦ることになりました。また、なかなか住居が決まらなかったのは大変でした。

留学中のお気に入りの写真



コメント：寮の裏手にたくさんいました。全く珍しい生き物ではありません。

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：オーストラリア国立大学（オーストラリア）

Q. 今回の留学プログラムの感想	全く違うコミュニティに入るのが大学入学以来だったため、緊張したとともに新鮮だった。キャンベラという町には世界中から留学生が集まっており、日本とは異なる価値観に驚くこともあった。卒業後はどの国に行くのか、など、キャリアプランを語る際に世界の話が普通に出てくるのが印象的だった。研究所の学生は優秀で、医学・生物系の研究についての深い知識と柔軟な発想力を併せ持っていた。こうした学生との交流はとても貴重な機会であり、自分の医学に対するモチベーションが向上した。
Q. 健康管理や危機管理について	キャンベラは比較的清潔なため、衛生面で特に気を付けることはなかった。疲れた時に一度だけ風邪を引いた。 キャンパスで刺傷事件が起こったため、その後は明るいうちに帰宅するようにした。
Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ	ANUでは、研究だけでなく講演会を聞いたり、他の研究室や病院を見学したり、social eventに参加したりとやれることはたくさんあります。今何をやりたいか分からない人も、環境を変えてみることで何か見つかるかもしれません。私もキャリアについて明確なビジョンがあったわけではありませんが、本留学で海外の大学院に進学することが現実的な選択肢の1つとして考えられるようになりました。興味があるなら、まずは飛び込んでみることをオススメします！
Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前など大変や不安だったこと	住居選びが大変だった。また、JASSO奨学金だけでは生活費を賄えないので、経済的な不安があった。

留学中のお気に入りの写真



コメント：雨上がりの朝。研究所の上に虹がかかっている。

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声

留学/派遣先 (国名) : オーストラリア国立大学 (オーストラリア)



Q. 今回の留学プログラムの感想	日本では誰かが当たり前のようにやってくれていたことや、様々な手続きを、0から自分で調べて、予定を立て、実行する生活だった。、どのように信頼できる情報を集められるか、どのように予定を立てれば時間内に実行できるかなどを都度考えなければ損をする生活だったので、渡航する前よりも自立できた気がした。他民族国家なので、様々なカルチャーショックを受けることを予想していたが、様々なバックグラウンドを持つ人が多かったので、その人の出身国や出身の分化が、その人のアイデンティティに占める部分は予想より小さかったと思う。なので、自分と考え方が違って問題になったときは、異文化だからと割り切らず、自分の論理をアピールして落としどころを探った。従っ
Q. 健康管理や危機管理について	健康について、病院は待ち時間がとても長いと聞いていたので、病院になるべく行かないよう、体調が少しでも悪いときは休んだ。キャンベラの治安はよかったが、持ち物には常に注意していた。
Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ	ANUは治安もよく、安心して留学期間を楽しめます。色々な楽しく新しい経験を多々すると思いますが、食わず嫌いをせず、積極的に新たなフィールドに飛び込んでいくことが大切だと思います。研究も、その他の生活も全力で楽しんでください！
Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと	英語で研究レベルの会話ができるか自信がなかったこと。(派遣前からオンラインで研究室のディスカッションに参加することで、渡航前に慣らすことができました。)



コメント：キャンパスを覆う虹

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先 (国名) : インペリアル・カレッジ・ロンドン (イギリス)

<p>Q. 今回の留学プログラムの感想</p>	<p>研究留学ということで半年間派遣していただきましたが、私の監督をしてくださった先生から研究に限らず臨床的な知識や医師としての心構え、ひいてはこれからの進路を考えるうえでの考え方に至るまで、幅広く貴重なアドバイスをいただくことができました。日本の研究室や病院にはなかなか耳にすることができないような、ハツとするような言葉をかけていただく中で、自分が研究や医療にどのように向き合っていきたいのか、じっくりと考える貴重な機会となりました。世界トップクラスの仕事の日々こなしながら、それでいて大変そうな様子を決して見せない先生のパワフルさに触れて、日々向上心を刺激されるような毎日でした。</p>	<p>留学中のお気に入りの写真</p>   <p>コメント：プロジェクトをひと段落させた際自分へのご褒美に憧れの湖水地方に行きま</p>
<p>Q. 健康管理や危機管理について</p>	<p>食事と睡眠は削らないように気を付けていました。ロンドンはとても安全な街であるという印象があり、よく旅行サイトに書かれているようなスリや強盗といった危険な目にあうことはありませんでした。</p>	
<p>Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ</p>	<p>新しい環境で、母語ではない言葉を使い一人で勉強を頑張るといのはなかなか大変なことだと思います。留学中に一つでもやってみたく思っていた目標が達成できたら（どんなに小さい目標であったとしても）大成功！くらいのおおらかな気持ちでチャレンジしてみてください。きっとそのチャレンジしようとした勇気が報われるような素敵な留学になると思います。がんばってください！</p>	
<p>Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと</p>	<p>世界中でインフレが続いている中での留学だったので、費用面で大きな不安がありました。またコロナ以降住居をイギリスで探すのがとても困難になっているという状況があり、渡航直前は現地の不動産屋との連絡でかなりの時間をとられてしまいました。</p>	

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：インペリアルカレッジロンドン（イギリス）

Q. 今回の留学プログラムの感想	5か月間海外で生活してみて、日本で日々を過ごしていただけでは経験できなかったことに多く出会いました。研究室の方々は皆さんとても親切で、いつでも質問に答えたり相談に乗ったりしてくださいました。出身地やキャリアも様々な方々とお話でき、視野を広げることができました。また家族や友人と離れて海外で生活することで、自分と向き合う時間をもつこともできました。
Q. 健康管理や危機管理について	日本ではないということを意識して生活していました。特に荷物には注意を払い、スリに遭わないように気を付けていました。
Q. 今回の派遣先への留学を希望している先輩たちへのメッセージ	まとまった期間留学する機会はないかなと思います。プロセメの5か月間どのような研究に携わってみたいか、どのようなことに挑戦してみたいかを考えてプログラムを選ぶと良いのではないかと思います。留学が始まる際には自分の目標をしっかりと見据えて、またやりたいことを書き出しておく、より充実した時間を過ごすことができると思います。
Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと	初めての一人暮らしであることが少し不安でした。

留学中のお気に入りの写真



コメント：ビッグベンの近くで撮りました。イギリスらしい写真となりお気に入りです。

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：インペリアル・カレッジ・ロンドン（イギリス）

Q. 今回の留学プログラムの感想	研究室でも、研究室外の部活動でもたくさんの友人ができて楽しく充実した5カ月を過ごすことが出来ました。研究室では、研究手技の会得だけでなくラボメンバーとの会話を通して英語でのディスカッション能力を鍛えられたと思います。部活動では同年代の友人たちと旅行したり遊びに行ったりして、日本に帰ってからも連絡を取り合う仲になることができ嬉しく思っています。
Q. 健康管理や危機管理について	ロンドンはストライキが多いので、電車が動いておらず身動きが取れなくなってしまったことがあるため電車の情報はrail serviceのメーリングリストに登録するなどするのが良いと思います。
Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ	ロンドンは大きい都市なので、出会える人もたくさんいるし、様々な経験ができる素敵な街だと思うので研究室でもそれ以外の場所でもたくさんチャレンジしてみてください。
Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと	事前に会ったことが無い人たちと5カ月間ルームシェアをしなくてはならないこと、ロンドンにあまり知り合いが多くないこと、が不安でした。



コメント：研究室から出たところの景色です。

右には自然史博物館、左にはV&A Museumがあります。

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：インペリアルカレッジロンドン（英国）

<p>Q. 今回の留学プログラムの感想</p>	<p>ロンドンで研究をしてみたの感想として、「意外に日本とあまり差はない」と思いました。研究内容も研究に使う手法なども日本で行われていることに似ていました。とはいえ、分野・領域によってはある研究室に行かなければできない実験もあるかもしれません。逆に日本と比べて一番差が大きいと感じたことはラボメンバーの多様性です。様々な国から来ていることはもちろん、大学時代の専攻やライフステージも十人十色でした。</p>	<p>留学中のお気に入りの写真</p>  <p>コメント：一番ロンドンらしい風景の写真です！</p>
<p>Q. 健康管理や危機管理について</p>	<p>留学中に危険な目に遭ったというようなことは特にありませんでした。ロンドンはヨーロッパの中でも特に安全な街として知られており、治安の悪い地域に自分から行ったりしなければ心配することは無いと思います。ただし、スリに関しては日本よりは多いので気を付けることは大事だと思います。</p>	
<p>Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ</p>	<p>世界屈指の大都市であるロンドンで研究留学をするという機会は本当に貴重だと思います。「英語があまり話せないのに大丈夫かな…」とか「今まで研究を真面目にやっでなくていきなりできるかな…」といった不安を感じている方もいるかもしれませんが、留学から帰ってきて、何よりも挑戦する気持ち・モチベーションが大事だと思います。ぜひロンドンへ留学して自分なりの学びを得てください！</p>	
<p>Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと</p>	<p>一番の不安は現地での滞在先探しでした。大学からの紹介も無かったため、それぞれが一から調べるしかありませんでした。実際に赴いて内見をしたり街の様子をみたりもできず、ストレスでした。</p>	

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：インペリアルカレッジロンドン（イギリス）

<p>Q. 今回の留学プログラムの感想</p>	<p>研究や語学力向上以外にも、現地の人たちとの交流や旅行などさまざまな目標をもって今回の留学に望めたため、非常に有意義な5か月間にすることができたと思います。特に、日本で普通に生活するだけでは気づけなかった自分の弱点（危機管理能力やヨーロッパの教養、仕事のはやさ）についても深く知ることができました。また、留学中は現地の人たちに加え、TMDUの職員の方々など多くの人のお世話になりました。この機会や恩恵を無下にしないためにも、定期的に自分の留学経験を振り返ってこれからの生活に活かしていきたいです。</p>	<p>留学中のお気に入りの写真</p>  <p>コメント：寮の近くのTHEイギリスっぽい建物たち～</p>
<p>Q. 健康管理や危機管理について</p>	<p>健康管理については医者がストライキするときもあるので日本にいたときよりも気を付けたほうがいいです。危機管理に関しては、ロンドン中心部であっても巧妙な詐欺やすりにあった話を聞くので、夜間歩かないなど基本的なことは徹底したほうがいいと思います。</p>	
<p>Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ</p>	<p>自分のこの留学の目標としては、向こうの方との交流、研究、語学力の向上などがありました。しかし実際にはこれらに加え、部活に所属することでルールや時間のとらえ方の違いなど、想像していたよりもはるかに多くのことを経験できました。そのため、日本のこの研究室で、この研究に没頭したいなど、明確にやりたいことが決まっていない人にとっては特に挑戦する意味があると思います。家事や自炊など大変なこともありますが、楽しいことがたくさんあるのでぜひ頑張ってインペリにのぞんでみてください！</p>	
<p>Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと</p>	<p>一人暮らし、研究が主な生活、海外の人との交流など、すべてが初めてのことでため不安だらけでした。実際にいってみると、すべての時間を自分が何をするか決められる分、やりたいことに優先順位をつけるのが非常に難しいなと思いました。自分はテニスの練習や大会で夜帰った後も自分でご飯を作らないといけないのが大変でした。</p>	

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：ガーナ/野口記念医学研究所共同研究センター

<p>Q.今回の留学プログラムの感想</p>	<p>日本とは全く異なる環境を目の当たりにでき、自身の将来の選択肢が想像以上に広いことに気づくことができました。入学時から途上国での医療活動に興味があったが、今回の経験を通して、アフリカに対して今まで抱いていたイメージではなく自分で見聞きした事柄から、今後のキャリア選択に生かしていける課題を見つけることができた気がする。また、外側から日本を見たことで、日本という国や制度、環境のありがたさを身に染みて感じることもできたのもよかった。</p> <p>自分自身について、向き不向きや興味の方向性、自分が生活していくにあたり必要なものの最低ライン（水が出ないのは精神的にきつけどお湯が出ないくらいなら大丈夫、どこまで衛生状態が気になるかetc）が分かったのも収穫だったと感じている。</p> <p>研究内容面では、日本でできないフィールドワークや実際の患者のサンプルを利用した解析などを体験できたことが印象的だった。日本では、患者や現場の状況を分からないままに研究を行っていたが、現状のニーズを把握することでブレイクスルーのアイデア発見やモチベーションの向上につながる事が分かった。</p>	<div data-bbox="1528 472 2240 556" style="text-align: center;"> <p>留学中のお気に入りの写真</p> </div> <div data-bbox="1558 567 2507 1218"> </div> <div data-bbox="1528 1743 2507 1785"> <p>コメント：奇跡的に鳥が写ってくれた野口研の写真。お世話になりました！</p> </div>
<p>Q.健康管理や危機管理について</p>	<p>洗礼のように感染性胃腸炎といった腹痛や下痢症状になることがほとんどだと思うので、覚悟しておくのがよい。食が合わない時は無理せず、自分の体に合うものを探すようにすべき。また、普通にマラリアにかかるので、虫対策を行い夜間の肌の露出には気を付けること。</p> <p>スリや強盗は日中でも普通にあるので、貴重品の管理や持ち方（肩掛けカバンは避ける、財布は分け大っぴらに出さない、携帯電話を外で大胆に扱わない、車の窓はあけない、高価なアクセサリーや格好をしない）には十分に注意する必要がある。</p>	
<p>Q.今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ</p>	<p>研究をしっかり学ぶ環境ではありませんが、日本ではなかなか見られない光景（マラリアが普通に流行している等）に出会ったり経験（フィールドワークに参加する等）をしたりできるのが1番の魅力ではないかと思います。現地の生活環境や習慣、病院や医療制度に実際に触れ、日本との差異や課題を自分の言葉で考えられるのも自身のキャリア選択のためにとっても貴重な時間でした。日本にいた自分が抱いていたアフリカのイメージが裏切られることも、全く異なる文化に驚くことも、肌の色で明らかな“外国人”として接されることも、どれも実際に訪れなければ気づけない学びです。これから様々なバックグラウンドを持つ人々と働くうえで非常に役に立つ視点が得られると思います。何より環境適応能力がかなり身に着きますし、自分がどんな人間か（許容範囲や耐性、考え方など）が客観的に分かるようになるので、アフリカにあまり興味がなかったとしても来る価値はとてもあるはずですよ！</p>	
<p>Q.留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと</p>	<p>アフリカでの生活について全く想像がつかなかったので、持ち物や現地での振る舞い方など不安だった。国についての情報が少ない上、提出が求められる書類等も多かったため、VISA申請やワクチン接種など事前準備に時間がかかった。</p>	

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：野口記念医学研究所（ガーナ）

留学中のお気に入りの写真



コメント：国立公園のゾウです。意外ですがキリンやシマウマはガーナにいません。

Q. 今回の留学プログラムの感想	<p>日本で生活しているとアフリカは発展途上の地域としてステレオタイプに語られることが多いが、実際に滞在してみるとその実情を身をもって知ることができた。また、ガーナの文化や国民性に触れることで日本という国の特異性を改めて意識するようになった。日本だけで生活しているとその恵まれた環境が当たり前になってしまい、また日本でのキャリアだけを考えるように視野が狭まってしまう。しかし、日本語で医学を学び、日本語を使って仕事ができるというのは世界的に見れば珍しく、実際ガーナでは現地語に加えて英語を流暢に話せる人が多く見受けられた。日本以外の国を知り、多様な生き方・働き方を知ることができた今回の留学は、間違いなく自分のキャリア選択に大きな影響を与えたと感じている。</p>
Q. 健康管理や危機管理について	<p>拠点教員や現地で生活する日本人の方におすすめのレストランや屋台を聞いた上で食事を取るようにした。また、外出する際は虫除けスプレーで蚊の対策をしていた。しかし、完全に防げるわけではなく、残念ながら一度マラリアに感染してしまった。</p>
Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ	<p>学生という身分でアフリカ留学に行くことができる機会はなかなかないと思います。他の留学先と比べると確かに過酷な部分もあるかと思いますが、その分ガーナでしか得られない経験というのも多いはず。発展途上国の医療に携わりたいと考えている人だけでなく、単純にアフリカという地に興味がある人にとっても良い刺激になるはず。この留学が皆さんにとって将来のキャリアを決める上での大きな分岐点となることを願って、新たな挑戦の一步を踏み出してほしいと思います。</p>
Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前など大変や不安だったこと	<p>ガーナは辛くて脂っこい食べ物が多いと聞いていたので、食べるものがあるか、お腹を壊さないか心配だった。</p>

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。

国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：University of Nevada, Reno (USA)

Q. 今回の留学プログラムの感想	日本で研究をしたことがないので海外の研究室の特徴などを比較して述べることはできないのですが、色々な国から大学院生が集まっているので、文化の違い等も勉強になります。大学の周りにはあまり娯楽施設がないので、自分の時間がかなりとれます。日本ではあまりゆっくり考える時間が取れませんでした。留学中に落ち着いて将来のことなどを考えることができました。毎日写真をとることと日記をつけることは習慣にしており、そのおかげで日々内省することができました。
Q. 健康管理や危機管理について	イヤホンで音楽を聴く時も必ず片耳で、周囲の状況には常に気を配っていました。大学構内は大丈夫ですが、基本的に物は肌身離さず持ち歩いていた。
Q. 今回の派遣先への留学を希望している先輩たちへのメッセージ	研究をがっつりやりたいのであれば、日本の方が向いているかと思います。ただ大学生で留学をすると、今後の進路について広い視野を持ってじっくり考えることができます。Renoは他の留学先と比べてキラキラはしていないかと思いますが、その分落ち着いて生活しつつ、大自然を楽しむこともできるので、ある程度スローライフが好きな方にお勧めです。
Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと	日本に残って研究に集中するか、海外で経験を積むことを重視するか、ギリギリまで悩みましたが結果的にRenoに留学できてとても良かったと思います。留学する意義についてはかなり考えました。

留学中のお気に入りの写真



コメント：研究室の人たちとごはんに行った時の写真

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：ネバダ大学リノ校(アメリカ)

<p>Q. 今回の留学プログラムの感想</p>	<p>研究実践で教授のマンツーマン指導を受けながらの実験の経験があったので、プロセメではもっと主体性をもって研究がしたいと思いネバダ大学留学を決めました。配属先のラボの先生はその目的を達成できるようサポートして下さり、個別のプロジェクトを任せて下さった上、プロセメ期間終了後も論文執筆のために遠隔で助言を下さるなど非常に親切にしてくださいます。また、International Houseで様々な国からの留学生と関わることができ、コミュニケーション能力とともに、見知らぬ環境の中に飛び込んでいく大胆さのようなものも身に着けられたと感じます。今まで海外に行ったことがなかったので出国前は「異文化」というものを少し恐れていましたが、行ってみて感じたのは文化の違いよりもむしろ、「バックグラウンドに違いがあってもお互い分かり合える」ということで、「人類皆兄弟」的な感覚を得られたのが大きな成長だったと思います。</p>	<p>留学中のお気に入りの写真</p>  <p>コメント：最終日に撮ったネバダ大学リノ校。この時期になると紅葉が綺麗でした。</p>
<p>Q. 健康管理や危機管理について</p>	<p>乾燥した気候なので、渡航後数週間はマスクをして寝ないと喉が痛くなって大変でした。恐らく気候の変化のために、渡航後すぐ発熱したことがありました。</p>	
<p>Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ</p>	<p>研究においても生活においても、自分から積極的に動かないと何も進まないの、自主性・主体性をもって行動してみたいと思っている人にネバダ大学はおすすめです。留学前の私は「行動する」ことに対して臆病だったのですが、留学プログラムを通して変わることができたと感じています。自主性が望まれるといっても決して孤独ではなく、リノの人は皆、買い物のために車を出してくれたり旅行に連れて行ってくれたりと温かく手助けして下さいます。ネバダ大学への留学を選んで良かったと感じています。</p>	
<p>Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと</p>	<p>海外渡航、一人暮らしの両方とも初めてだったため不安は大きかったです。</p>	

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先 (国名) : Harvard T.H. Chan School of Public Health

Q. 今回の留学プログラムの感想	新しい環境で研究生活に集中できたことが大きい。課題や時間を全て自分の研究に注ぎ込めるだけでなく、「アメリカにいる」というだけで心の持ち用も変わっていた気がした。またタイムリミットが明確であったため、貴重な経験や人脈を築くチャンスを逃さないように活動的に成れたと思う。また、自分が本当に興味のある分野は何かについても見つめ直すことができた。文化としては「異文化」とはあまり感じなかったのが個人的な大きな発見だと思う。自分の日本人的でない部分（何人でもない部分かもしれない。いまだによくわかっていない）を発見できた。
Q. 健康管理や危機管理について	大学のジムで運動をしていたが、膝を痛めて2週間ほど左膝が曲げられず激痛の日々となってしまったが、日本から持参した湿布で凌いでいた。困った時に駆け込める病院について調べておくべきだった。
Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ	恥ずかしながら自分の留学は、準備不足などもあり100%成功だったと胸を張って言えるものではありません。しかし改善点や研究自体へのアプローチについて見つめ直す機会となりました。成功だと感じて、失敗に感じて、どちらも自分の次につながる経験になるので、留学が選択肢の1つにあるのなら留学を検討しても良いのではないかと思います。
Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと	留学期間中の資金調達について。



ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：チュラロンコーン大学（タイ, バンコク）

留学中のお気に入りの写真



コメント：パタヤに旅行に行った際に中華系の市場に訪れました。年季の入った建物と人々の活気、真面目に働くお店の方々の雰囲気がとても素敵でした。

Q. 今回の留学プログラムの感想	留学で「視野を広げる」とはよく言いますが、振り返ってみると私にとっては「自分を見つける」の要素の方が大きかったかもしれません。これまで自分が生きてきた枠組みから外に出て、いわゆる「メンタルブロック」が外せ、またその方法が分かった気がします。自分の環境が大きく変化したことで、それでもブレることがない自分の部分や、強みを見つけられ、成長できたと感じています。留学前に思い描いていたことは、できたこともありましたが、想像していたようにはいかなかったたくさんありました。一方で、思いもよらなかったこともたくさん起こり、そのような意味でもとても楽しい留学でした。
Q. 健康管理や危機管理について	タイではストリートフードでお腹を壊しやすいと聞いていたので、初めは学食などから始めて、徐々にいろいろなものを食べるようにしていた。野良犬が多かったので狂犬病などにかからないよう、日本ではワクチンを打っていき、また野良犬に近づかないように気をつけていました。しかし、帰国日の深夜にいつも寮にいる猫に噛まれて夜間診療に行ったり狂犬病ワクチンのブースター接種を受けなくてはいけなかったりした。
Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ	タイ語の「マイペンライ」という言葉をご存知でしょうか。日本語で「大丈夫」というような意味です。タイに行くと、日本だったらありえないことがたくさんあるかもしれません。マイペンライ。だいたいどうにかかります。
Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前など大変や不安だったこと	私はあまり自分の成績に自信がなかったので、熱意を示すことができるよう、タイ語検定を受験しました。その勉強は大変でしたが、もちろんタイで役に立ったので勉強して良かったと思う。

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：Sunrise Japan Hospital（カンボジア）

<p>Q. 今回の留学プログラムの感想</p>	<p>私個人としては以下の点で大満足の派遣でした。</p> <ul style="list-style-type: none">・発展途上国(今後行く機会なさそう)を見れた・基礎研究ではなくインターンという関わり方ができた・現地の日本人サポートが手厚い・治安、経済の面でハードルが低い・周囲と違う経験が積めた	<p>留学中のお気に入りの写真</p>  <p>コメント：大学の友人2人が遊びに来てくれ、一緒にアンコールワット観光をしました。</p>
<p>Q. 健康管理や危機管理について</p>	<p>体調を崩したり、危険に巻き込まれたりはなかったです。以下には気をつけました。</p> <ul style="list-style-type: none">・生水、氷、未加熱の料理に気を付ける お金は惜しまない ビタミン剤を飲む・保険の使い方を事前に確認 ・危険や振る舞いについては現地の人に聞く	
<p>Q. 今回の派遣先への留学を希望している後輩たちへのメッセージ</p>	<p>今後機会があるかわからない発展途上国に行く貴重な機会だと思います。臨床に近い、インターン、海外、日本人が多いといった面が派遣先の特徴です。生活面でもハードルは低いので気軽に相談してみてください。プロセメ以外でも長期休みでの受け入れも可能そうなので、特に1年生や医学科以外の方も興味があればぜひ！</p>	
<p>Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前などに大変や不安だったこと</p>	<p>インターンへの応募が遅れたため、準備期間が短く大変でした。具体的にはインターンの合格が2月中旬、学校への申請が2月末、大学からの許可が4月下旬、渡航が6月の最初、といったスケジュールでした。提携校でなく初めての派遣先のため、大学への届出関係や研究室の教授や教務、派遣係の方々にお世話になりました。</p>	

ご協力ありがとうございました！今回の海外経験を糧に、これからもがんばってくださいね。
国際交流課 学生派遣係 一同