

# 海外留学 先輩の声



留学先・派遣先大学名（国名）：ワシントン大学（アメリカ）

<b>Q. 今回の留学プログラムの感想</b>	今回のワシントン大学研修が私に与えた最大の影響は、将来のビジョンの明確化です。私がこの研修に参加した主な目的は、日本とアメリカの医療や看護に関する違いを学び、そこから今後日本で求められる変化などについて考えることでした。もちろんこれらに対する学びは十分に得ることができましたが、それ以上に今後自分自身が看護師としてどう切磋琢磨していきたいのか将来を見つめることができました。私はすでに進路が決まっている状態で研修に参加しましたが、シアトルで出会った看護師の方々の情熱に満ち溢れた学びに対する姿勢を目の当たりにしたことで、看護師として働くだけでなくもう一度大学に戻って改めて学ぶことを決意しました。この研修に参加したことで、私の未来が大きく変わったのではないかと考えます。	 <p>留学中のお気に入りの写真</p> <p>コメント：最後の夜に見たシアトルの夜景です。研修での頑張りを噛み締めながら夜景を堪能しました。</p>
<b>Q. 健康管理や危機管理について</b>	シアトルは雨がよく降る地域であり、現地の人はあまり傘を差さないようでした。私もそれに合わせて雨がかなり降っているにも関わらず傘を差さずにフードをかぶるだけで雨を凌いだせいか、次の日に風邪を引き微熱が出てしまいました。しかし風邪薬やマスク、のど飴を持っており対処することはできたので悪化はしませんでした。	
<b>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</b>	もし自分の英語力に不安があり参加を迷っているのであれば、ぜひ思い切って参加してみてください。医療や看護に対する興味は国境を超えて共有することができます。そして真剣に参加する姿勢があればそれが相手に伝わり、自然とスムーズにコミュニケーションをとることができます。私はこの研修に思い切って参加したことで、これまでの人生の中でも特に大きな達成感を得ることができました。特に海外経験の少ない人にとっては不安に感じる人が多いと思いますが、それ以上に得られるものは大きいです。留学の機会が与えられている環境をしっかりと活用することで、大学生活をより充実したものにできると確信しています。	
<b>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</b>	自分の話す英語が現地の方々に通じるかどうかとても不安でしたが、シアトルは外国人に対して寛容な空気があり、関わった学生や先生たち全員が親切に、そして真剣に自分と向き合ってくれたため、自信を失うことなく焦らず話すことができました。また現地の病院での実習参加要件として必要なワクチンの情報など直前までわからないことが多々ありました。	

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。  
国際教育課 湯島海外留学グループ 一同

# 海外留学 先輩の声



留学先・派遣先大学名（国名）：ワシントン大学(アメリカ)

Q. 今回の留学プログラムの感想	総じて、この研修に参加してとてもよかったと思っています。ただの語学留学ではなく医療系に関連している留学なので、英語への意識を高めながら同時に医療や専門分野に対する関心を深めることができるのがこの留学の良い点だと思います。また、私は異文化交流がとても好きなので、現地の看護学生や同い年位の友達ができたのがとても嬉しかったです。去年参加していた、国際看護学の授業でオンライン上で知り合っていた看護師さんと対面でお会いすることが出来、とても良い経験になりました。私はそんなに英語が堪能ではなかったので会話をするのは大変でしたが、コミュニケーション能力を駆使してなるべく翻訳機などは使わずに会話をすることを心がけて参加し、それが自分にとって良いチャレンジになりました。
Q. 健康管理や危機管理について	比較的治安のいいシアトルだったが、治安が悪いと言われている通りはやっぱり怖かった。私は結構乗り物に弱くて、飛行機と大学までのバスで酔ってしんどかったので、弱い人は酔い止め必須です。
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	旅行と留学では大きな違いがあると思っています、留学の方が出会える人の数、関わってくれている人の数が圧倒的に多いと思います。アメリカで出会った人たちとどんな交流をしたいのか、どんなことを話してみたいのか考えてから参加してみると色々な学びにつながると思います。現代において、ネットで得られるような情報ではなく、対人だからこそ聞けるストーリーやバックグラウンドを学べることが本留学の強みだと思います。
Q. 留学プログラムへの応募前や選考、渡航前など大変や不安だったこと	家族なしでの海外は初めてだったので、そもそもアメリカに行くこと自体緊張したし、不安でした。また、応募して参加が決まったあと、プログラムの内容が去年と変わったものになってたことも不安でした。ただ、どんなことにも不安は付きまとうし、はじめての留学だったので、友達や先生、先輩に聞いたりしてなるべく不安要素を消していました。

## 留学中のお気に入りの写真



コメント：シアトルを一望できるフェリーに乗りました！貴重な晴れの日に乗れて嬉しかったです！！

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。  
国際教育課 湯島海外留学グループ 一同

# 海外留学 先輩の声



留学先・派遣先大学名（国名）：台北医学大学（台湾）

<b>Q. 今回の留学プログラムの感想</b>	台北医学大学は、一人ひとり分かれて、異なる研究室で研究活動に参加できることが大きな魅力です。事前に研究内容を調べていったことで、より自身の研究にどう生かせるかを考えながら、わからないことを質問できました。台北医学大学は、研究設備も学習環境も高度に整っていて、台湾の学生の研究への理解・洞察の深さ、学習へのモチベーションの高さに驚かされました。台湾の学生は、日本同様英語が母国語ではない分、互いに理解しようとする思いやりが感じられ、進んで交流でき、10日とは思えないほど、濃密な時間でした。
<b>Q. 健康管理や危機管理について</b>	常備薬と胃腸薬と酔い止めを持っていきました。十分を走る電車が大いに揺れ、酔い止めが役に立ちました。また、台湾カステラにあたり、胃腸薬も役立ちました。海外で体調を崩すと、本当に焦りますし、不安になります。どんなハプニングが起きても、落ち着いて対処できるように、飲み慣れた薬を持ち歩くことが必須です！！
<b>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</b>	海外に、大学の支援を受けながら10日間も滞在できること、現地の大学で学べることは本当に今しかできない貴重な機会です。同じ分野を学ぶ学生と、密に交流できること、ともに目標に向かって努力する仲間を感じることは、非常にモチベーションになります。台湾の学生は、とても優しく、温かくて、親切で、今でも毎日のように連絡を取り合う仲になりました。違う国に行っても、会える友達ができるのは自分の可能性を海外に広げる一歩でもあります。私は、この渡航中、常にとしたら自分が一番多くの経験を積めるか考えていました。そうすることで、挑戦することへのハードルが大きく下がり、より多くのものを吸収できると思います。
<b>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</b>	やはり食あたりと自身の体調はどの国に行っても不安があります。事前に台湾の医療や、お世話になる研究室の研究内容について下調べし、学びたいこと、質問したいことを考えていったため、現地でもよりスムーズに行動できたのではないかと感じています。



留学中のお気に入りの写真

コメント：十分にランタンあげをした時の一枚です！

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。  
国際教育課 湯島海外留学グループ 一同

# 海外留学 先輩の声



留学先・派遣先大学名（国名）：台北医学大学（台湾）

<b>Q. 今回の留学プログラムの感想</b>	研修中は1人ずつラボに配属されて研究室の研究内容を学んだり、実験に携わり、研究室で学ぶ雰囲気を知ることができました。実験手法や研究手技について教わったり、ラボの人と一緒に昼食を食べたりする時間が本当に楽しかったです。台湾の食事が美味しく、夜市やローカルなレストランでの食事を楽しむことができました。また、今回のプログラムではTMUの学生と接する機会が多く、たくさんの人と仲良くなることができ本当に良かったです。普段は内向的な性格ですが、留学で多くの人と接して人と話す楽しさや挑戦する大切さを学ぶことができました。印象に残っているのは、街の人がみんなとても親切だということです。換金ができず困っていたらわざわざ日本語が話せる友達を呼んで来て助けてくれた人もいました。
<b>Q. 健康管理や危機管理について</b>	天気予報で台湾の気温が高かったため、半袖と薄い上着しか持っていかなかったのですが、研修中は雨の日が続き気温も低かったため、気温の変化にも対応できる服を持参するべきだと思いました。
<b>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</b>	海外の研究室で学んだり、海外の研究施設や医療施設を見学したりという貴重な経験を学校のサポートを受けてできるという環境は本当に恵まれていると感じます。海外に行ったことがない人や、英語が苦手だと感じている人は応募するのが本当に不安だと思いますが、科学大の先生もTMUの先生もたくさんサポートしてくれるので勇気を出して応募して欲しいです。必ず、充実した忘れ難い研修になると思います。
<b>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</b>	留学メンバーに同じ学年の人がいなかったため不安でしたが、皆さんとても優しく、仲良くなれたのでよかったです。

留学中のお気に入りの写真



コメント：研修の Closing Ceremony でTMUの学生と撮った写真

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。  
国際教育課 湯島海外留学グループ 一同

# 海外留学 先輩の声



留学先・派遣先大学名（国名）：ガーナ大学（ガーナ）

<b>Q. 今回の留学プログラムの感想</b>	ガーナ日本から20時間以上かかり、時差も9時間ある、なかなか身近には感じたい国であると思います。だからこそ、こういった短期海外研修プログラムが用意されていることに感謝し、この機会を生かして、自分の知らない世界を体験しようと思い参加しました。プログラム自体は11日間となっていますが、フライト時間が長いことから、実際には9日間しか滞在することができませんでしたが、しかし、この9日間で、日本を含む先進国にいただけでは経験できないことを経験できたと思いますし、さらに長期で滞在し、更なる経験を得たいと思える研修となりました。現地では、現地の学生はもちろん、現地の先生方やJICA職員の方、JICA隊員の方、大使館の方などさまざまな方からお話を聞くことができ、自分のキャリアを考えるうえでとても貴重な体験でした。
<b>Q. 健康管理や危機管理について</b>	滞在中には、加熱していないものは食べないようにし、水も封がされたペットボトルから飲むようにしました。渡航直前にコレラのアウトブレイクが起きたため、手指消毒等にも気を付けました。貴重品は肌身離さず持ち歩くようにし、団体行動でなるべく歩かず車移動するようにしました。
<b>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</b>	検査技術学専攻の学生がいける短期海外研修プログラムの中で、唯一のアフリカの国です。フライト時間も長く、お金もかかり、日本のような生活ができず不自由な思いをすることも多々あるような国です。様々なことがネックになってなかなか参加する勇気が出ない方もいると思います。実際、応募前や渡航直前にガーナでの生活に不安を感じることもありましたが、しかし、実際に現地に着いてしまえば、身になる経験ばかりで参加してよかったと思えました。今回参加してみて、ガーナに行ったことがあるのとならないのでは経験値に雲泥の差があると感じました。迷っている方はぜひ勇気を出して参加してほしいと思います。
<b>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</b>	今までほかの短期海外研修プログラムにも参加していましたが、ネイティブスピーカーではないため、英語の会話力には自信はありませんでした。また、初めてのアフリカへの渡航ということで、長距離フライトでの体調不良や、現地の生活環境に順応できるか不安でした。



コメント：アフリカらしい自然を感じられるシャイヒルズでの写真です！

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。  
国際教育課 湯島海外留学グループ 一同

# 海外留学 先輩の声



留学先・派遣先大学名（国名）：ガーナ大学（ガーナ）

<b>Q. 今回の留学プログラムの感想</b>	学生2人、教授2人という少人数の研修であったため、いつでも質問もできる環境で安心して研修ができた。現地の先生方が空港送迎、スケジュール調整、ホテル予約などをすべて手配してくれるので安心して渡航できた。滞在期間中は毎日予定が入っているため、すごく充実している研修であると感じた。ガーナがなかなか個人の旅行で行けるような国ではないので、このような研修を通してアフリカに行けたことは、国際医療の分野に興味がある自分にとって忘れられない経験となった。また、ガーナ研修では他大学の教授や大学院生にも会う機会がたくさんあることもこの研修でしか体験できないことであると感じる。
<b>Q. 健康管理や危機管理について</b>	水には気を付ける必要があり、なるべくペットボトルの水を使うことが大切。マーケットや路上で購入する場合はキャップがすでに開いているかどうか確認すること。フライトが乗り継ぎ含めて非常に長いので、特に胃腸の管理が重要である。胃薬や下痢止めは念のため持参しておくこと。時間帯関係なく1人で行動はしないこと。
<b>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</b>	ガーナ大学の研修は他のプログラムとは内容が大きく異なります。現地の職員との交渉や打ち合わせが必要で、スケジュールは流動的です。そのため、毎日がとても充実していて絶対忘れられない経験ができると思います。身の回りで起きることがすべて刺激的で、五感すべてを使って学んだように思えます。学部生がアフリカで研修ができるような大学は非常に少ないです。国際医療や途上国の医療について興味がある学生はもちろん、実践的な英語力を身につけたい学生はぜひ応募してみてください。
<b>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</b>	渡航前はビザの申請や黄熱ワクチンの接種が時間かかるので、余裕をもって申請と予約をすることが大事。マリアの心配はあるので、不安な人や蚊に刺されやすい人は事前にトラベルクリニックなどでマロンを処方してもらうことを勧める。



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。  
国際教育課 湯島海外留学グループ 一同