

TMDU 海外留学 先輩の声



留学/派遣先（国名）：インドネシア大学（インドネシア）

Q.今回の留学プログラムの感想	インドネシア大学は医療系学部以外にもさまざまな学部を持つ総合大学であり、総合大学ならではの広いキャンパスを見学させてもらったことで刺激を受けた。歯学部授業や研究室の見学では本学との共通点を認識したと同時に、自分の興味関心のあることや自分が今までやってきたことを誇りをもって話せるようになりたいと強く感じた。 一方、病院見学では、医科歯科大学という臨床実習のようなことを行うClinical yearの学生たちが診療を行うところを見学したが、学生たちに求められることの多さを知り驚き、自分の臨床実習や試験へのモチベーションが向上した。 ひとつ不満点を挙げるとすれば、8日間の研修期間のうち大学見学等の学習アクティビティが4日間だけに限られていたことである。これはもとのスケジュールがラマダンと被ってしまったためでありやむを得なかったのだが、来年度以降はあらかじめその可能性が低いスケジュールに設定していただけたらと思う。とはいえ、大学見学が無くなった日にも参加者同士で何をすべきか話し合っって行動し、充実した時間を過ごすことが出来たと感じている。	留学中のお気に入りの写真  コメント：歯学部長と共に、歯学部棟の前で撮影
Q.健康管理や危機管理について	持ち物やお金については常に気を付けていたため、特に困ったことはなかった。辛いものをあまり摂取しすぎないように注意していたのだが、脂っこいものを食べた後で少しおなかが緩くなった。しかし持参した常備薬で対応できるほどであった。	
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	大学見学では臨床の場を見せてもらえる機会があり、下の学年の学生さんたちにはわからないことだらけかもしれませんが、しかしどのようなことでも、相当な人でない限り聞けば丁寧に教えてもらえるため、自分の疑問や興味はとことん話してみることです。自分が将来どのようなことをやっていきたいのか、ある程度ビジョンがある人は、この研修をどのように自分のこれからの生かせるかを考えながら見学をするとより充実したものになります。もちろんこれからの進路を決めていない方も、自分がこの研修で何を持ち帰り、大学に還元できるかを考えながら過ごしてみてください。とはいえ肩の力を抜き、自分の思うように楽しんで研修をしてきてくれたらと思います。	
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	これまでインドネシアに派遣された人の多くが現地で体調を崩したと聞いていたため、体調管理に不安があった。また、語学力（特に歯科の専門用語）にも不安があった。奨学金申請のための書類準備には地元に住む家族にも協力してもらう必要があったため大変だった。	

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）：インドネシア大学(インドネシア)

Q. 今回の留学 プログラムの感想

10日間という短期プログラムであったが現地学生との相互交流だけでなく、ほぼ同日程で留学に来ていたマレーシアの歯学生ともたくさん交流することができた。研修プログラムはその多くが見学であったが、見て学ぶだけでなく自分から積極的に質問し交流を図ることで、視覚からだけでは得られないたくさんの情報を学ぶことができた。また、現地学生の歯学へ対する真摯な取り組みを見たことや将来また会おうという約束を交わしたことから日々の勉強や英語学習へのモチベーションが大きく向上した。

Q. 健康管理や 危機管理について

衛生基準が日本とは大きく異なるため、健康管理には十分注意した。(特に食事) ジャカルタ中心部や観光地ではスリが多いため歩行中や写真を撮るとき、マップを見ながら移動する際は特に注意が必要。また、通貨の桁が大きいためコンビニやタクシーでお釣りをごまかされる時があるためその場で確認することを徹底。

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

ジャカルタはアジアならではの雑然とした感じと大都会の煌びやかさの両方を持ち合わせた不思議な都市でした。同じアジアで時差2時間と手軽ながらも、気候や宗教、保険制度など色々な違いがありました。また、勉強に対して真摯な学生さんばかりでいい刺激をたくさん受けました。

インドネシアという国に対して具体的なイメージがない方も多いと思いますが、人がとても優しく温かさにあふれた素晴らしい国でしたので是非お勧めしたいです。

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

英語力に自信がなかったため選考段階から不安があった。また、今までインドネシアに派遣された学生が現地で体調を壊す頻度が高かったと聞いたのがとても不安だった。

留学中のお気に入りの写真



コメント：診療室見学後の様子。UI、UKMの学生と一緒に。

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）：インドネシア大学（インドネシア）

Q. 今回の留学 プログラムの感想

遠く離れた場所で、同世代の歯学生が目標に向かって頑張っている様子を実感する機会となりました。今回の研修では、インドネシア大学の学生に加えて他大学の学生との交流もありました。彼らの歯科知識や英語力の高さに刺激を受け、自分自身のこれからの研鑽に身が引き締まる思いです。

また、日本に馴染みが少ない文化を身を持って体験することはとても貴重でした。インドネシアの特徴の1つは、イスラム教徒が多いことです。事前に調べた情報だけでなく、実際に足を運ぶことでよりイスラム教について知ることができました。

そして、1人ではなく他の学生の皆さんと参加することで安心感がとても大きかったです。準備から研修期間まで、一緒に協力して活動できたことに感謝の気持ちでいっぱいです。

Q. 健康管理や 危機管理について

路上の露店では食べ物を買いませんでした。レストランのご飯は安全に食べられました。気温が高いため、水をこまめに飲むようにしていました。

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

研修プログラムに参加することで、人との繋がりを広げる貴重な機会となります。学内の学生さんはもちろん、派遣先で出会う世界中の学生さんと交流することができます。同じ歯学分野で活動する仲間が国内外にいることは、とても心強く感じます。海外に少しでも興味のある方はぜひ参加してみてください！

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

一緒に研修に参加した学生の皆さまや、学生派遣係の皆さまと協力して進めることができ、安心して渡航前の準備を進めることができました。

留学中のお気に入りの写真



コメント：大学見学も、文化交流も、有意義な時間になりました！

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）：インドネシア大学（インドネシア）

Q. 今回の留学 プログラムの感想

10日間インドネシアで生活し、とても楽しい経験だった。インドネシア藍学はもちろんマレーシア大学の大学のシステムやカリキュラム、学生の様子などを知ることができて、毎日が刺激に溢れていたし、新たな視野をもつことができた。一緒に行った日本人の学生とお互いの志望動機や将来のことなどを語り合っとても刺激になった。クリニカルステージの学生さん方は留学生にとっても優しく、患者さんの治療を少し止めて、どんな治療をしているか説明してくれたり、何か質問はない？と聞いてくれたりと、とても親切だったのが印象的だった。今後、5、6年生や歯科医師になったときに、私もそんなふるまいをしたいし、医科歯科大学に来てくれる留学生にも、自分がインドネシアの方々に温かく受け入れられおもてなししてもらったことを返していきたいと感じた。自分自身と向き合い自分の生き方を考えるために必要な充実した10日間だった。

Q. 健康管理や 危機管理について

辛い物や油など、現地の食事が合わないときのためによく使っている胃薬は持って行った方が良いと思う。

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

私は10日間という短期のプログラムでしたが、とても充実した良い時間を過ごすことができました。医科歯科大学や日本人を代表して来ているという自覚と責任をもって過ごすことができると良いと思う。自分を見つめなおす機会になるし、様々な刺激もらえるかけがえのない経験になると思う。

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

渡航前の書類提出は大変だった。

留学中のお気に入りの写真



コメント：インドネシアは料理がとても美味しく、学生にたくさんおすすめしてもらいました。

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）：インドネシア大学（インドネシア）

Q. 今回の留学 プログラムの感想

日本でのせわしない毎日とは違い、学びや交流に集中することができる。病院見学では単に臨床見学をするだけでなく、一緒に参加しているマレーシアの大学の学生とも意見交換しながら交流できた。学食では親切的な現地学生にお昼ご飯をごちそうしてもらった。たくさんの人との思いがけない交流の中で、自分自身とも向き合うことができる。また異なる文化の中でも自分自身の考え方などにも触れることができる。また歴史的な背景についても触れることが多々あり、インドネシアで生活することで、東アジアの中での日本で生きるということを意識できた。

Q. 健康管理や 危機管理について

辛いものが苦手なので、どの食事についても注文する前に辛いかどうか尋ねるようにしていた。辛いものには辛いあたらなかったが、毎食ついてくる揚げ物にお腹が疲れてしまい、後半はお腹を少し壊していた。普段の食事と違うところも多くあるので、出されたもののすべてを食べなければならないと考える必要はない。スリ対策として、貴重品を入れた小さな口の閉まるかばんは常に体の前にするようにした。

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

単なる学びだけではなく、現地で暮らし現地の方と交流したからこそ把握できることも多い。オンラインでも学びの機会が充実してきた昨今だからこそ、対面で学べるものに注目しながら渡航するとより多くのものを持ち帰ることができる。

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

東南アジアは初だったので食事や気候などが合うか心配だった。

留学中のお気に入りの写真



コメント：お世話になったインドネシア大学歯学部の前で

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）：ベトナム

Q. 今回の留学 プログラムの感想

今回は多くの人と知り合い、支えられてたくさんの経験ができた10日間でした。これまでアメリカやヨーロッパなど先進国に派遣される機会が何度ありましたが、初めて本当の発展途上国に訪れた感じがしています。街中は日本ほど整備されておらず、道路も渋滞が多く生活するには少し苦労するよう感じましたが、それでも現地の学生さんや先生方をはじめ多くの人々が毎日楽しくエネルギッシュに生きている様子が伝わってきました。そんな彼らの生活の一面を見ることができ、実際に体験できたことは何より貴重な経験だったと感じています。またいつか、ベトナムを訪れた際には今回お世話になった多くの人に会って感謝の気持ちを伝えたいと思います。

Q. 健康管理や 危機管理について

派遣初日にお腹を壊したメンバーがいました。その他にも、派遣メンバーの何人かがお腹を壊す日々が続き、日本に帰ってからもお腹の調子が悪いと訴えている人もいました。ベトナムに行く際には整腸剤を持って行くことをお勧めします。（辛すぎる食事にも気をつけてください！）

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

ベトナムは日本の生活では感じられない刺激や、発見が多くある国だと思います。私はこれまで多くの国を訪れ先進国と呼ばれる国々を訪問して来ましたが、ベトナムはそれらの派遣とは全く異なるもので、最も印象的な旅になりました。これまでの人生観を変えるような体験をしたい人はぜひベトナムに留学されることをオススメします！また、ベトナムの人々はとてもフレンドリーで私たちを温かく迎え入れてくれます。現地ではぜひ多くの人を頼って、話して多くの異文化交流をされることを期待しています。

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

特に大変なことはありませんでしたが、ホテルは慎重に決めましょう。ベトナムは治安をホテルのランクで購入するという印象でした。またホテルによっては、ランドリー無料という場所もありますが、毎日の規定量より多くの洗濯物を出すと追加料金を取られるため気をつけましょう。

留学中のお気に入りの写真



コメント：ホーチミン医科薬科大学学生と海岸沿いキャンプに行った時の写真です！

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）：ホーチミン医科薬科大学(ベトナム)

Q. 今回の留学 プログラムの感想

すでに発展した日本とは異なる、発展途上国のベトナムでの歯科の教育環境、治療環境について知る機会になった。日本と同じ水準となっている面もありつつも、社会の様子や医療の衛生面など日本の視点で見ると不安を感じられる場面も多かった。普段、日本で学び、実習しているだけでは学べないことをたくさん学び、今後関わっていく日本の歯科治療を外部の視点から考えるよい機会になったと思う。

Q. 健康管理や 危機管理について

現地では、ナマモノは食べないこと、水はミネラルウォーターを飲むこと、箸は持参したウエットティッシュで拭くことなどできる範囲で衛生管理をした。しかし、滞在終盤や日本に帰って来てからも腹痛と下痢が続いた。

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

留学先の学生はみんなフレンドリーで関わりやすいです。私の拙い英語でもたくさん理解してくれようとしてくれました。英語は苦手だけど留学してみたいという人にとって、ベトナムという国、そしてホーチミン医科薬科大学は初めての留学先に最適だと思います。

Q. 留学プログラムへの 応募前や選考、 渡航前などに大変や 不安だったこと

一緒に留学に行った人の中には初めて会う人もいて日本人同士で仲良くなれることから不安だった。現地の人と話すための、英語力が不安だった。

留学中のお気に入りの写真



コメント：大学前にある石碑です！朝はここに集合しました！

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）：ベトナム/ホーチミン医科薬科大学

Q. 今回の留学 プログラムの感想

自分が今臨床に出ているので、臨床の場をたくさん見学させてもらい日本との違いをととても良く実感できた。臨床実習の様子はある程度同じだったが、歯科医師免許がないことなどは驚きであった。大学病院の見学も非常に有意義であった。市内観光やベトナムのメコン川ツアーには学生と留学担当の先生が来てくれて、常にアテンドしてくれた。皆英語がとても堪能でコミュニケーションを積極的にしてくれるので、もっと英語の日常会話を勉強しなくてはいけないと思った。学生との交流や観光を通して、ベトナムの文化をたくさん知ることができて、非常に視野が広がった

Q. 健康管理や 危機管理について

屋台のご飯は危険だと聞いていたので食べないようにしていたが、レストランの食事だけでもなんとなくおなかを壊していた。

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

私は英語がほとんどしゃべれないので応募するか本当に迷いました。でも勇気をだして挑戦して良かったと思います。ベトナムの人はみんな優しく、私の拙い英語も聞き取ってくれようとし、その土地の文化に実際に触れることは、本やインターネットで学ぶよりも価値のあることだと思います。留学中はできるだけたくさんの人と会話をしよう意識していたため、帰国後も以前より積極的になれました。いってよかったと思っています。

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

英語の会話力に自信がなかった、英語の事前授業がすこし面倒だった

留学中のお気に入りの写真



コメント：お世話になった先生と派遣メンバーで夜ご飯を食べました。蚊が多かったです。

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）：ベトナム ホーチミン医科薬科大学

Q. 今回の留学 プログラムの感想

ベトナムの学生達はとてもエネルギッシュで好奇心旺盛で、みんな優しいです。手厚いおもてなしを受けて毎日楽しい時間を過ごせました！ベトナム料理にはフォー以外にもたくさん麺料理があり、どれもすごく美味しいです。中国の影響を強く受けているようで、中華風のを垣間見ることが多々ありました。国民性はやや人見知り感があり、仲良くなるとはじけるという感じでとてもキュートでした。ベトナム戦争の歴史は今まであまり知りませんでしたが、戦争証跡博物館に行ってじっくり展示を見て、歴史を学ぶことができてよかったし必要なことだと思います。

Q. 健康管理や 危機管理について

「チリ」と呼ばれている輪切りの唐辛子みたいなものは種が多いととても辛くてお腹を壊すほどでした。日焼け止めと日傘、帽子、サングラスで日焼け対策はばっちりでした。ビーチで屋外で夜ご飯を食べている時に蝦に刺され過ぎて1週間かゆみがおさまらなかったで、虫よけは持って行くべきでした。

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

東南アジア諸国の歯科の発展はスピード感があり、行ってみるといい刺激を受けられます。物価が安いのでおすすめです！学生のうちに行っておく価値あります。現地の子達と仲良くなれて青春の思い出がいっぱいできました。仲良くなっていたからこそ連れて行ってもらえたレストランもあったので、どんどん自分から話しかけて、友達になれるとより楽しめます。

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

特になし

留学中のお気に入りの写真



コメント：口腔衛生指導の4年生の授業に参加させてもらいました

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）：ホーチミン医科薬科大学（ベトナム）

Q. 今回の留学 プログラムの感想

研修はとても実りあるものだった。UMPの学生と一緒に授業や病院やクリニックの訪問を通して、ベトナムと日本の歯科医療の相違点について学ぶことができた。現地では本当にたくさんの出会いや学びがあり、刺激的な毎日だった。想像以上に多忙な研修であったが、歯科の学びについてはもちろん観光や文化交流も堪能できた濃密な10日間だった。学生のみでの海外渡航は初めての経験だったが、大きな問題もなく無事に研修を終えることができ自信に繋がった。

Q. 健康管理や 危機管理について

腹痛に見舞われたこともあったが、一晩で治ったので特に問題にはならなかった。排気ガスがすごいので、通りを歩く際やバイクに乗る際はマスクをするのがおすすめ。

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

現地での研修内容はとても満足のいくものでしたので、迷っているのであれば行った方が良いと思います。歯科の勉強だけでなく文化交流にも積極的に参加して、海外でしか体験できないことを存分に堪能してください。

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

英語力に自信がなかったこと、参加メンバーに知っている人が一人もいなかったことは不安要素だった。

留学中のお気に入りの写真



コメント：外観も内装も美しいサイゴン中央郵便局。実家へエアメールを送り、無事届きました！

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）：ホーチミン医科薬科大学（ベトナム）

Q. 今回の留学 プログラムの感想

私自身、初めての留学で右も左も分からない状況でしたが、先輩方がとても優しく頼りになり、無事に楽しく終えることができました。ベトナムの先生や学生もとても親切で、様々なところに連れて行ってもらい、現地の人と行動するからこそできる経験ができたと思います。ベトナムの歯科事情は日本と異なるところもあり、とても驚きました。歯科についてのみならず、ベトナムを歩いていると驚くことばかりでとても興味深かったです。大学の授業への参加や病院の見学、技工所の訪問など、歯科についての知識を得ることができただけでなく、ベトナムの先生や学生との交流やベトナムの文化を知ることができて視野が広がりました。最初は申し込むか迷っていましたが、このプログラムに参加して良かったと心から思います。

Q. 健康管理や 危機管理について

生野菜や氷は口にしない方が良いと言われていましたが、私は気にせず食べました。4日目からお腹を下していましたが、ひどくはなかったので薬を飲んでそのまま過ごしました。

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

私はほとんどベトナムの知識がない状態で申し込みました。食事や治安などが少しだけ不安でしたが、ベトナムの先生や学生がすごく私たちに気にかけてくれて無事に留学を終えることができました。歯科についての知識を得たり、学生と交流したり、観光地に行ったりするなど、想像以上に様々な経験ができ、充実した10日間を過ごすことができました。少しでも興味があれば参加するべきだと思います！

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

同級生もおらず初対面の人が多かったので10日間無事に終わるかとても不安でした。英語を話すのも聴き取るのも得意ではないので、勉強は少ししましたが、上手くコミュニケーションをとることができるか不安でした。

留学中のお気に入りの写真



コメント：メコンデルタツアーの写真です。植物を見ながら進んでいくのが面白かったです。

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）：マヒドン大学（タイ）

Q. 今回の留学 プログラムの感想

全体を通して、とても楽しかったです！研修では、マヒドン大学の病院や教室、郊外の病院やバンコクの個人クリニックも見学させていただき、とても貴重な体験をさせていただきました。病院ごとに違いがあって驚きました。マヒドン大学の教養部のサラヤキャンパスは、とても広く、建物も現代美術館のように美しく、驚きました。タイの学生を異文化交流を沢山することができ、日本語やタイ語を教え合ったり、観光を一緒にしたりすることができ、とても楽しかったです。タイ料理はどれもおいしくて、絶対にまた行きたいと思いました。もっと英語を頑張って、もっと積極的にコミュニケーションを取れるように、今後の学校の授業や自分の趣味を頑張りたいと思いました。

Q. 健康管理や 危機管理について

最初の観光日はタイの暑さを見くびっていたので、昼間に寺院に行ったのですが暑かったので、そのあとは暑さを考えて行動しました。水道水には気を付けた方がよいとのこと、お店で出てくる氷は避けました。観光地ではスリが多いそうなので、バッグのチャックをしめて、手荷物に気をつけました。

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

私は今回タイに留学してよかったと心から思います。研修も観光もしっかりすることができ、有意義な時間を過ごすことができました。先生方がしっかりと私たちとコミュニケーションを取ってくださり、さまざまなことを教えてくださり、不安点もないようにしてくださいました。今回、現地で案内をしてくださった先生方や学生の方が全員気さくで、とても親切で、楽しい雰囲気です。研修をすることができました。タイの歯科治療を見ることが、日本の歯科治療について再考することができました。食べ物もおいしく、人も良く、観光もとても楽しめるので、迷っていたら申し込んだ方が良かったです！

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

渡航前は英語は話せないし、聞き取れるか不安だしコミュニケーションをちゃんととれるのか大丈夫なのかなと思っていました。実際に渡航して、難しいなと思うこともありました。少しづつ慣れてきて、コミュニケーションをとることができました。

留学中のお気に入りの写真



コメント：休日にアユタヤを観光した時の写真です！楽しかったです！

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）：マヒドン大学（タイ）

Q.今回の留学 プログラムの感想

今回の留学プログラムでは、「歯学部生として世界を見てみることも重要性を学びました。これまで、海外経験はありましたが、それはあくまでも旅行でした。歯学部生として、留学することで世界の見え方が全く異なるんだということが分かりました。また、歯学は世界共通語で、文化も言語も違いますが、同じ歯科医師を目指すもの同士、現地の学生や先生ともたくさん交流することができました。何より、「友達」として今後も繋がっていられることがとても嬉しいです。また、タイは都心に行けばいくつもの高層ビルが並んでいて歯科のレベルも日本とほぼ同じですが、少し郊外へ出ると、なかなか病院へ行けない人がいる地域があったり、日本語の看板ばかりが並ぶ街があったり、本当に不思議な国だなと思いました。だけど、その不思議な部分がタイの魅力だと思います。今回は3年生で歯科についてはわからないことが多かったですが、これから歯科の勉強に力を入れて、また歯科医師としてタイに訪れたいです。

Q.健康管理や 危機管理について

一番注意していたことは、食べ物でお腹を壊さないようにすることです。タイのご飯は基本的に辛く、水が日本のように綺麗ではないので水や、氷や、生野菜や、生物に気をつけていました。しかし、5日目くらいから常にお腹の調子が良くなかったです。当たったりはなくて良かったです！

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

私は、大学進学の際に医科歯科を志望した理由の一つとして、海外大学との交流が盛んであることをあげていました。入学前から卒業までに東南アジアと欧米の両方の国へ留学をしたいと考えていたため、今回タイへ渡航できたことは本当に良かったです。と言いつつも、私が今回応募を決めたのは応募締め切り前日でした。締め切り前日に、「行ってみたいかも」と思い立ったからです。自分の心の直感に従って、少しでも行ってみたい気持ちがあるのであれば、思い切って挑戦してみてください。きっと、「あの時、挑戦して良かった！」と思えるはずです。

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

パスポートの有効期限が足りないことに気がついたときはとても焦りました。しかし、住民票を地元から移していなくても、東京で更新ができたので良かったです。有楽町のパスポートセンターの朝イチは空いているのでオススメです。

留学中のお気に入りの写真



コメント：マヒドン大学内のミュージアムにある歯のオブジェで記念撮影した時のオフショット

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）：マヒドン大学歯学部（タイ）

Q. 今回の留学 プログラムの感想

大学は設備がきれいで、学生には恵まれた環境でしたが、郊外の病院の見学研修などを通して、タイ国内の大きな経済格差のため、治療を受けられない患者が多く存在し歯科医師不足が深刻であること、歯科医師の1人1人が国民の医療の最前線で責任を背負う必要に迫られていることを強く実感しました。また、現地の学生や教授との交流を通じて感じた、恵まれた環境で学んだことを活かし、国民の医療に貢献することで率先して社会に還元しようとする現地の学生や教授の姿勢に大変感銘を受けました。日本に帰ったのちも努力しようというモチベーション向上はもちろん、現地の学生や教授と英語で意見交換したことは語学の向上にも大きな体験であり、日本ではできない貴重な体験ができました。

Q. 健康管理や 危機管理について

滞在中はスリに注意していましたがあうことはありませんでした。トイレ事情などは特殊なのでよく調べていくことや、水はもちろんですが香辛料にも注意するとよいと思います。

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

海外経験がない方も中にはいらっしゃると思いますが、大学のサポートや同行者もいる海外研修であれば安心して挑戦することができます。英語力や現地でのコミュニケーション、歯学に関する知識など不安も挙げればキリがない状態で私も挑戦しました。行ってみて思ったこととしては、まずは飛び込んでみることに。もちろん安くはないお金がかかりますが、お金にかえられない貴重な経験ができるので思い切って飛び込んでみてはいかがでしょうか。

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

海外渡航経験が全くなく、準備などが間に合うかが心配でしたが、派遣係の職員の方が色々な相談に乗ってくださったので安心して準備することができました。

留学中のお気に入りの写真



コメント：『暁の寺』という意味のワット・アルン。夕暮れ時の景色は絶景でした！！

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）：マヒドン大学（タイ）

Q. 今回の留学プログラムの感想

学生生活が終わろうとしている中、最後にこのような留学の機会を頂けて感謝している。留学中のプログラムは基本的に現地の先生が考えてくださり、大学病院、地域病院、開業医全てを見学させていただけた。新しい文化や医療システムに触れることができ、異なる視点から歯科医療について学ぶことができた。また、現地の学生や教員の方とも交流することで、国際的な視野を広げる良い機会にもなった。タイの学生はとにかくフレンドリーで、日本の漫画やアニメの文化が好きな子が多く、会話が盛り上がった。人生で初めての留学であったが、このような実りあるものにでき、大変満足している。この留学に関わっていただいた全ての皆さんに感謝である。

Q. 健康管理や危機管理について

タイ料理はスパイシーなものも多いが、辛さレベルがメニューに書いてあったり、調節できるものも多いので助かった。生のシーフードと動物の血が入っているような料理は避けていたのがよかったのかもしれない。街中で大麻のお店もあるが、関わらなければ問題ない。

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

まずは行ってみる勇気が大事！チャンスがあるなら、そのチャンスを逃さない！臨床実習中の学生にとっては、日本とタイの診療の違いがよくわかるだろう。自分の持っている知識の応用にもなる。また、まだ臨床実習前の学生にとっては、大きな刺激となるに違いない。わからない事があれば、一緒に留学している上級生が教えてくれるだろう。タイは、物価も安いし、ご飯も美味しいので留学先としておすすめである。

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

留学時期が6年最後の春休みであり、卒業式間近であったため、応募した6年が少なかったのが助かった。選考書類は診療の合間に作成した。航空券やホテルを決める時期が国家試験の直前だったので、時間が惜しかったが手配はツアー会社の方にさせていただけた。

留学中のお気に入りの写真



コメント：
マヒドン大学内の博物館にて
インスタ映えスポットでした！

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。
国際交流課 学生派遣係 一同