

医学部医学科 海外派遣プログラム報告書

氏名 R. B.

学年（留学当時） 5 年

実習期間 2024年 2月 26日（月）～ 2024年 3月 22日（金）

留学先機関名 KU Leuven

1 プログラム内容について

(1) 参加した留学プログラム

海外クリニカル・クラークシップ

2 現地までの移動について

		空港名	時間		空港名	時間
往路	日本発	成田	22:30	現地着	ブリュッセル	12:45
	経由地着	ドバイ	5:30	経由地発	ドバイ	8:30
復路	現地発	ブリュッセル	14:35	日本着	成田	18:10
	経由地着	カイロ	19:55	経由地発	カイロ	23:10
到着空港から実習（宿泊）地までの移動手段・時間・金額	移動手段（電車） 所要時間：(30)分・時間 金額目安：(約3000円)（約17ユーロ）					

3 宿泊先について

滞在期間	2024年 2月 24日～ 3月 23日		
宿泊タイプ	寮	人部屋 共有設備：()	
	ホテル・アパート	人部屋	
	ホームステイ	人家族 自分以外の留学生 ()人	
	Airbnb・シェアハウス	1人で共同	ホストの同居 (あり・なし) 共有設備：(なし)
実習場所までの距離	(自転車)で(15)分		
宿泊費用	152935円 /28日間		
住所	[REDACTED]		

4 生活について

(1) 生活費（宿舎費を除く）

項目	金額	内 訳
食 費	60000	朝 200 円、昼 800 円、夜 1000 円、友人との食事の際 4000 円ほど
学用品購入費	0	すべて支給された
交 通 費	70000	雨天時やベルギー国内の移動に 5000 円、週末の旅行に 65000 円
そ の 他	50000	お土産、交際費、レンタルサイクル、現地の先生への手土産、日用品
合 計	180000	上記記載の通り

(2) 派遣先周辺地域の治安等

現地の学生によるとヨーロッパ屈指の治安の良さを誇るとのことです。現地の女子学生も深夜に一人で出歩けるほど安全でした。

ヨーロッパには珍しく町にホームレスを一度も見ませんでした。

ただしブリュッセル郊外は治安が悪い様子なので注意してください。

(3) その他留意事項等（持参してよかったもの、困ったこと、事前に確認するとよいこと等）

持参してよかったもの

・レトルトのご飯（レンジで温めるタイプ）→やはり日本食を食べたくなることがあるのと、物価の関係で金銭的な負担が削減できました。

困ったこと

・公用語がオランダ語なので町の標識やレストランのメニューがオランダ語だったこと。（ラテン語由来なのでだんだん覚えてきます）

事前に確認するとよいこと

・タッチ決済が基本なのでタッチ決済できるクレジットカードがあるとよいです。

5 実習について

実習診療科と主な内容（心臓血管外科の observation）	
実習内容	① 朝 7:45 から 15 分ほどのカンファレンスへの参加
	② その後、研究室の動物実験の参加
	③ もしくは病棟業務の見学
	④ もしくはオペ室での見学

(1) プログラム初日の行動

13時に Prof. Meyns の部屋に行き、現地学生によるオリエンテーション、学生証の受け取り、院内の電子キーの Activate、更衣室や OR などの場所の紹介を 1 時間ほどして終了しました。具体的な実習は二日目から開始しました。

(2) 実習詳細

朝 7:45 に毎日支給される実習着に着替えてカンファレンスルームに集合します。その後 15 分ほどカンファレンスをした後、その日のオペ表、研究室の予定表を確認してオペ室、研究室、病院の中から選択して実習に参加しました。

① オペ室の場合

オペ表があるので興味のあるオペ室を確認してオペに参加しました。週 5 で 3-4 列、各 1-2 件オペが行われているので選択肢は多かったです。胸腔鏡やダヴィンチを用いた最新のオペが見学できました。移動介助やベッド移動、などは学生の仕事なので麻酔科の先生方と一緒に準備していました。12 時付近に一件目が終わり、1 時間ほど食事休憩が与えられます。2 件目が終わる時間は 16-17 時ほどでした。縫合の仕方が日本でいままで見ていたものとは異なって、非常にスムーズなため手術時間が短かったです。また、アジア人よりヨーロッパの方の方が経験的に止血は早いらしく、このような要素も手術時間の短縮に寄与していたと考えられます。自分の体力と相談して何件みるか選んでいました。

② 研究室の場合

その日のプロジェクト担当に研究室の場所を教えてもらい研究室の見学をしました。終わる時間は研究によって異なるのでまちまちでした。

心臓血管外科関連の研究を大学と企業間で行っていました。日本の大学病院ではほとんど見られないヤギやヒツジ、ブタ、ウシなどを実験に用いているので非常に興味深かったです。新しい素材を用いたダブルルーメンや ECMO の小型化など世界の最先端の動物実験を見学することができました。

③ 病棟の場合

病棟では入院患者の問診、カルテ記載、入院前検査などを行っていました。病棟業務はオランダ語で行われるのでかなり難しかったのですが、その後簡単に英語で解説していただけだったので勉強になりました。移民を含む多国籍の方が入院しているのでカルテの左上に患者の話せる言語が記載されていて、どの医師が問診に行くかを言語によって振り分けていたのが印象的でした。

(3) 一日の主なスケジュール(平日)

時間	7:45	8:15	8:30	12:00	13:00	16:00	16:30
行動	カンファレンス	オペ室での 見学開始	オペの 準備	昼休憩	2 件目の オペ開始	オペ終了	帰宅

(4) 休日の過ごし方

ベルギーは EU の首都であるようにどの国へのアクセスもよく 2-3 時間程で到着するので隣国に観光に行きました。

同時期にフランスのストラスブール大学に海外臨床実習を行っていた友人とドイツのケルンにも赴きました。仲良くなった学生と町の Bar にもいきました。

(5)留意事項等（予習しておくことよいこと、困ったこと、持参するとよいもの等）

予習しておくことよいこと

循環器関係の医療英単語は覚えておくことと実習で説明された際にスムーズに理解できるので事前に覚えた方がよいと思います。直前に詰め込むのではなくQ Bなどで問題を解く際や「病気がみえる」を読む際に英語でも覚えることを意識していると自然に覚えられるのでおすすめです。

また、5年時の第一外科の実習では心臓血管外科を選択すると日本との比較ができてよいと思った。

英語力は必須なので自信のない人はオンライン英会話などで事前に勉強するとよいと思います。

心臓血管外科は横浜市立大学の医局から継続的にKU Leuvenに派遣されているので渡航前に連絡をとるとよいです。何か困ったときに助けていただけます。

困ったこと

・初日の集合場所がわかりにくいこと。（とても大きい病院でかなり迷った。初日は余裕をもって向かうべき）

持参するとよいもの

・ヒートテック→オペ室など病院は全体的に空調が強く、寒がりの人は特にヒートテックなどの防寒具は必須と感じました。

・実習用のclogs→KU Leuven側に唯一持参の指示があったものです。オペ室の床には血が飛んでいることも多々あったので自分の靴が汚れるのを防ぐのに役立ちました。

・お世話になる先生への手土産→通常より優しく接してくれた気がしました。

6 留学全般について

(1) 自身の成果・感想

心臓血管外科に関しては非常にコメディカルで麻酔科やオペ看、MEさんの連携が強いためオペ時間が非常に短かったです。常に、心臓血管外科のオペ室の顔ぶれが変わらず、医師以外の人も心臓血管外科に特化していました。これはKU Leuvenが非常に大きい病院であるから成し遂げることができることだが画期的だと感じました。

日本ではほとんど見る機会のないヤギやブタ、ウサギなどの心臓血管外科の研究のためのオペを見学できるのはKU Leuvenの特徴だと思いました。研究室には世界中から研究者が日替わりで訪れてくるのでベルギーにいながらも世界中の研究を勉強できたのは非常によかったです。

語学に関しては事前情報通りLeuvenでは町の人を含め、100%の人が英語をかなりのレベルで話せていました。しかし、英語が話せるということと第一言語が英語であるということの違いは今回の海外臨床実習で感じました。KU Leuvenの人は英語を話せるがオペ中などは基本的にはこちらが会話に参加していない限りオランダ語を話している。こちらが常に会話に参加するのは難しいので会話の多くをオランダ語で聞く状態になっていました。私はオランダ語を話せないので多くのシチュエーションで話していることを理解できずにいました。これは留学という学びに行く場としては少しもどかしさを感じました。日常会話においても医療的に重要なことはあると思います。このようなことから将来は多言語より英語圏での留学を考慮するようになりました。

(2) 今後の展望

ベルギーでは多くの診療科にシーリングがあり、学生時代の成績や態度が将来の診療科選択に直結するため現地の学生の積極性に刺激を受けました。また、詳細な実習表などは存在しないので自分でほかの学生や秘書さん、医師にできることを聴いて、参加するという積極性が養われました。この積極性を横浜市立大学の实習だけでなく研修医、専攻医になっても忘れないようにしたいです。

文化の違いの理解や言語能力はこれからの医師の必須能力になると思うので将来はもう一度留学に行きたいと考えるようになりました。

私は今回の海外臨床実習で特に英語力においてはほとんど困らなかったため、私自身の英語力に大きな自信を得られました。これは将来、留学に行くことを決意するいい機会になりました。これからも継続的に英語を勉強して横浜市立大学から世界に羽ばたけるような人材になりたいです。

(3) 後輩へのメッセージ

最初は言語の違いや慣れない環境での生活に苦労すると思います。しかし、1週間もすると慣れてくるので心配しないでほしいです。

人によっては1か月の留学は短いように感じると思いますが、将来留学を考えている人は必ず行くべきだと思います。なぜなら、医師になり留学に行く場合は多くが年単位の留学になると考えられます。その際にこの1か月の海外臨床実習を経験しておくことでイメージが付き、いい足掛かりになると思うのでぜひ挑戦してみてください。

(4) その他

Leuven の街並みは非常にきれいです。まるで映画のセットの中にあるような気さえしてきます。また、ワッフルやビール、チョコレート、フリッツが絶品です。街並みや文化を楽しむ時間は十分にあるので実習の息抜きに散歩やグルメを存分に楽しんでください。

最後に、拙い文章ですが最後まで読んでくださりありがとうございました。来年以降の一助になれば幸いです。

来年以降の留学体験者の声を楽しみにしています。