

医学部医学科 海外派遣プログラム報告書

氏名 T. Su 学年 (留学当時) 5 年

実習期間 2023 年 2 月 25 日 (土) ~ 2022 年 3 月 26 日 (日)

留学先機関名 ストラスブール大学

1 プログラム内容について

(1) 参加した留学プログラム

- ・海外リサーチ・クラークシップ
- ・海外クリニカル・クラークシップ
- ・その他短期派遣プログラム ()

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	羽田空港	09:25	現地着	CDG 空港	16:25
	経由地着			経由地発		
復路	現地発	CDG 空港	19:10	日本着	羽田空港	17:00
	経由地着			経由地発		
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 (TGV、徒歩) 所要時間 : (2) 時間 金額目安 : (約 1万) 円・(67)ユーロ					

3 宿泊先について

滞在期間	2023 年 2 月 26 日 ~ 3 月 25 日		
宿泊タイプ	寮	人部屋 共有設備 : ()	
	ホテル・アパート	1 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	人で共同	ホストの同居 ; あり・なし 共有設備 : ()
実習場所までの距離	(徒歩、トラム) で (30) 分		
宿泊費用	約 1万 円 / 1日 (27) 日間		
住所	27 Rue de Wasselonne, ストラスブール, フランス, 67, 000		

その他留意事項等

CDG 空港到着の時間が遅くなったため、CDG 空港付近に前泊しました。

滞在期間 : 2023/2/25~2/26

宿泊タイプ : ホテル 2 人部屋

宿泊費用 : 141€(2 人分)

住所 : 7 All. Du Verger, 95700 Roissy-en-France, フランス

ストライキによりフライトに間に合わない可能性があったため、パリ東駅付近に後泊しました。
滞在期間：2023/3/24～3/25
宿泊タイプ：ホテル2人部屋
宿泊費用：154€(2人分)
住所：8 Rue d'arras, 75005, パリ

4 生活について

(1) 生活費（宿舎費を除く）：1週間・1ヶ月

項目	金額	内訳
食費	約12万円	平均的な1日の消費：朝4€、昼6€、夜15€ +水など必要に応じて購入
学用品購入費	0円	ノートや筆記用具等用意していったため
交通費	約1.2万円	宿と病院間の往復2.8€+その他の移動
その他	約1万円	洗濯費+洗剤等の日用品
合計	約14.2万円	

上記の通り約14.2万円/1ヵ月

(2) 派遣先周辺地域の治安等

非常に良好です(現地の人たちに聞いても治安の悪いところはないとのこと)。
但し海外であるため最低限の注意は必要だと思います。

(3) その他留意事項等

持参してよかったもの

- ・日本食(体調を崩した時に食べていました。現地の食事はとても美味しいのですが胃に負担はあったので、体調がすぐれないときに自分が食べやすいものを持っていくと安心だと思います。)
- ・フランス語の日常会話集(フランス語を使いたいときに確認していました。特に病院外ではフランス語を話したり聞いたりすることが多く役立ちました。)
- ・日本のお菓子(日本のお菓子は人気で、お土産として喜ばれました。)

困ったこと

- ・ストライキ(電車やバスなどに大きく影響するため適宜確認する必要がありました。)
- ・自販機がない(飲み物はスーパーで箱買いしたものを持ち歩いていました。)
- ・電波が弱かった(自分はSIMカードやレンタルではなく docomo の海外プランで携帯を使っていたのですが、検索等に時間がかかることが多々ありました。)

事前に確認するとよいこと

- ・ホテル周辺の治安

5 実習について

実習診療科と主な内容（腫瘍科の observation）	
実習内容	① 外来見学
	② 病棟回診
	③ 手術見学
	④ 看護師の業務見学
	⑤ その他(研究室の見学など)

(1) プログラム初日の行動

08:45 受け入れ診療科の教授、教授秘書に実習等についての説明を受ける

09:30 実習開始、レジデントとともに腫瘍内科の回診・診察を行う

12:30 昼休憩

13:30 レジデントとともに腫瘍内科の回診・診察を行う

16:30 実習終了

(2) 実習詳細

本実習を受け入れてくださったのは腫瘍放射線科でしたが、放射線科だけでなく様々な診療科を見学することができるプログラムとなっていました。プログラムは私が志望動機書に書いた内容をもとに作成されており、4週間のうち3週間分が決められていて、最後の1週間は私が自由に決められるように組まれていました。私は外科に興味があり、最後の1週間は手術見学にさせていただきました。4週間で主に見学したのは腫瘍内科・外科で、他にも放射線科や研究室などを見学させていただきました。基本的には ICANS というがんセンターでの実習でしたが、手術見学の際にはオートピエール病院という ICANS と連携している大学病院で実習し、研究室での実習はもう一つの大学病院である市民病院で行いました。以下に各詳細を記載いたします。

【腫瘍内科】

腫瘍内科では回診と外来を主に見学しました。回診はインターン(医学部卒業後数年の医師)とエクスターン(医学部4~6年生)が一緒に行い、各患者さんに対して身体診察を行って状態を確認するのが主な内容です。身体診察や採血などの検査はエクスターンの仕事で、必要に応じてインターンの先生も行っていました。自分も多くの身体診察をさせていただきました。回診が終わった後はエクスターンがカルテの記入を行います。これらの業務は午前中に終わることが多いので、午後は興味深い症例について解説いただいたり、CTやMRIの読影について教えていただいたりしました。外来では主に日帰りで薬物療法を行っている患者さんの診察をします。医師による診察の後、看護師が投薬をするのですが、診察だけでなく看護師の業務も見学させていただきました。

【外科】

外科では、乳腺外科・脳神経外科・消化器外科・頭頸部外科と様々な科の手術を見学させていただきました。乳腺外科では主に乳癌に対する乳房部分切除術や乳房全摘術を見学し、脳神経外科では脳腫瘍の摘出術の他、DBS 植え込み手術や浅側頭動脈-中大脳動脈バイパス手術など多くの症例を見学させていただきました。また消化器外科では GIST に対する腹腔鏡下胃部分切除、頭頸部外科では耳下腺腫瘍の摘出術や喉頭癌に対するレーザー治療などを見学させていただきました。基本的には手術室に集合し、患者さんの病状や手術の説明をしていただいたあと、実際

に手術見学するといった流れでした。手術では上級医が執刀し、インターンが閉創などを行っていました。エクスターンは私と一緒に見学しており、日本の学生と同様の立ち位置でした。手術中は術野の先生が適宜説明してくださったほか、手術室にいる他の先生や看護師、また一緒に見学しているエクスターンから説明を受けていました。

【その他】

放射線科では TrueBeam や Novalis といった様々な照射装置を見せていただいたほか、標的体積の決定や線量分布の計算といった治療計画の過程を見学させていただきました。また第1週と第2週の金曜日には市民病院にある研究室で、DPBS による洗浄やトリプシンによる細胞分散など、実際に手技を見せていただきながら細胞継代などについて説明いただきました。

(3) 一日の主なスケジュール(平日)

時間	09:00	12:00	13:00	16:30
行動	外来見学	昼休憩	手術見学	実習終了

(4) 休日の過ごし方

ストラスブルやその周辺地域、また横浜市立大学に許可を得た上で、ドイツやスイスを観光しました。ヨーロッパの街並みや自然は大変美しく、良いリフレッシュになりました。

(5) 留意事項等

予習しておくこと

- ・医療英単語(自分がまわる診療科に関する英単語や主要症候について学んでおくとい思います。)
- ・フランス語(基本的に実習では英語で説明していただけますが、フランス語を少し話せるのと全く話せないのでは、印象もかなり変わると思います。)

困ったこと

- ・やはりフランス語が話せないという点で、コミュニケーションの難しさがありました。

持参するとよいもの

- ・実習においてはノートとペン、スマホがあれば十分だと思います。

6 留学全般について

(1) 自身の成果・感想

まず実習内容について、本留学では様々な科を見学することができました。志望動機書で自分が望んでいた研修環境を与えていただき、また実習期間中も何度か時間をとっていただき、その際には他に興味のあるものはないかなどヒヤリングしていただき快く受け入れていただいていることを実感しました。特に外科に関しては多くの科の手術を見学できるよう調整いただき、日本では見学する機会がなかった症例も数多くみることができました。消化器外科では、7cmという日本ではあまり見ない大きさのGISTを見学しましたが、これは日本とフランスの検診の普及

率の差も一因としてあるのではと感じました。手術中は術野の先生が積極的に話しかけてくださることも多く、教えていただいた内容に関して翌日に軽い試問があるなど、楽しみつつも緊張感を持って実習に臨むことができました。また術野の先生だけでなく、看護師含め術野外の方々にも手術内容や医療器具の適応などについて説明いただきました。内科実習では様々ながんに対する薬物治療について学ぶことができました。これまで、短期間にここまで多くの患者さんの薬物治療に触れる機会はなかったため、がんセンターならではの経験だったと思います。入院患者さんの中には副作用で何度も薬剤を変更している方も多く、各薬剤の副作用についても症例ごとに教えていただき、大変勉強になりました。また本留学では研究室を見学させていただくことができたのもよかったと思います。研究室では様々な国籍の方々と同じ研究に取り組みされており、研究留学のイメージを掴むことができました。

次に、日本とフランスでの医療の違いについて感じたことを述べようと思います。第一に、医療において学生の関わる部分が大きいと感じました。フランスでは医学生の6年間のうち、4, 5, 6年生はエクスターンと呼ばれ、実際に給料をもらいながら病院で働く期間があります。基本的に身体診察や心電図、カルテの入力作業などは学生の仕事のように、加えて採血や腹腔穿刺などの手技も学生が行っていました。特に救急当直では学生が戦力として捉えられているらしく、日本でいう初期研修医のような立ち位置であると感じました。知識量も自分と比べて相当に多く、良い刺激になりました。またフランスでは日本と比べて遥かにコミュニケーションが活発でした。医師同士はもちろんですが特に多職種間でのコミュニケーションが活発で、カンファレンスでは看護師が医師に対して処方などに関する質問をする機会が設けられていたのが印象的でした。また患者さん1人1人に対する時間も十分にとられており、医療従事者と患者さんが楽しく会話している姿も見ることが多く、病院のどの場所でも活発にコミュニケーションがとられているようでした。

最後に留学全体の感想ですが、一言で言えば「本当に行ってよかった」です。ストラスブールの人たちは本当に優しく、様々な場面で助けていただきました。病院内では医師だけでなく看護師や学生まで私のことを気にかけて英語で話しかけてくれますし、街中でも何度も助けていただきました。このような皆さんのサポートが本留学をより充実させることができた理由でもあると思いますし、人と人との繋がりで支え合っていることを実感できたことが、ストラスブール大学留学で得た最も素晴らしい点だと思います。また病院内外問わず様々な国籍の方々と話しましたが、第一言語が英語でない方が多かったのも私にとっては良かったのかなと思います。私は英語、特に英会話が苦手でしたが、本留学では変に萎縮することなく積極的に会話をすることができました。院内で話されている言語はフランス語であり、自分から質問をしなければ得るものは当然少なくなってしまうので、積極的に質問をするようにしました。しかしながらフランスの人々、特に留学生には英語が堪能な方も多く、自身の英語力の低さで悔しい思いをすることも多々ありました。英語やフランス語をさらに話すことができればより充実した1ヵ月にすることができたはずなので、この悔しい気持ちも忘れずに今後も勉強に取り組んでいきたいです。

(2) 今後の展望

今回クリニカル・クラークシップに参加してよかったと感じた理由の1つとして、今後の医師人生のどこかでまた留学したいと思うようになったことが挙げられます。今回の留学はあくまで学生という立場で observation するというものでしたが、将来は医師としての経験を積むべく留学したいと考えております。そのためには、英会話力はもちろん医学英語など幅広く英語を学ぶ必要があります。正直、これまで私は英語学習に対する大きなモチベーションもなく、学習意欲

が余り沸きませんでした。本留学を機により力を入れて勉強しようと思いました。

(3) 後輩へのメッセージ

英語が得意な人もそうでない人も、海外に少しでも興味のある人には全員挑戦してほしいと思います。1ヵ月という期間、海外で生活する機会は今後そう多くはないと思いますし、外国の方と接し世界を知ることにはきっと良い経験になると思います。英語力が必要であるのは言うまでもありませんが、だからといってそれを理由に留学を諦めるのももったいないかなと思います。本学には帰国子女はじめ英語が堪能な同級生が多く、中には萎縮してしまう人もいるかもしれません。実際私はお世辞にも英語が堪能とは言えないレベルですが、1ヵ月多くのことを学ぶことができましたし、自分としてはとても充実した1ヵ月にすることができたと思っています。ですから是非挑戦してほしいと思います。特にストラスブールへの留学に興味のある人はご遠慮せずご連絡ください。少しでもお役に立てればと思います。

(4) その他

ストラスブールは街並みが大変美しく、1ヵ月過ごしていても飽きることはありません。また料理はとても美味しく食の心配もありませんし、美味しい日本食のレストランもありました。そして何より人々が優しくフレンドリーで、日本が好きな方も多く住んでいます。多くのことを学び経験のできる最高の場所です。このような機会を設けていただきました先生方、またサポートいただきました皆様方に、この場をお借りして心より御礼申し上げます。

医学部医学科 海外派遣プログラム報告書

氏名 T. Sh. 学年（留学当時） 5 年

実習期間 2023 年 2 月 25 日（土）～ 2022 年 3 月 26 日（日）

留学先機関名 ストラスブール大学

1 プログラム内容について

(1) 参加した留学プログラム

- ・海外リサーチ・クラークシップ
- ・海外クリニカル・クラークシップ
- ・その他短期派遣プログラム（ ）

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	羽田空港	09:25	現地着	CDG 空港	16:25
	経由地着			経由地発		
復路	現地発	CDG 空港	19:10	日本着	羽田空港	17:00
	経由地着			経由地発		
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（ TGV、徒歩 ） 所要時間：（ 2 ）時間 金額目安：（約 1万 ）円・（ 67 ）ユーロ					

3 宿泊先について

滞在期間	2023 年 2 月 26 日～ 3 月 25 日		
宿泊タイプ	寮	人部屋 共有設備：（ ）	
	ホテル・アパート	1	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	人で共同	ホストの同居；あり・なし 共有設備：（ ）
実習場所までの距離	（ 徒歩、トラム ）で（ 30 ）分		
宿泊費用	約 1 万円 / 1 日（ 27 ）日間		
住所	27 Rue de Wasselonne, 67000 Strasbourg, フランス		

その他

パリ到着の時間が遅くなったため、CDG 空港付近に前泊

滞在期間：2022/2/25～2/26

宿泊タイプ：ホテル 2 人部屋

宿泊費用：140.76€（2 人分）

住所：7 All. Du Verger, 95700 Roissy-en-France, フランス

ストライキの可能性を考慮し、パリ市内に後泊

滞在期間：2022/3/24～3/25

宿泊タイプ：ホテル 2 人部屋

宿泊費用：154€（2 人分）

住所：8 Rue d' Arras, 75005 Paris, フランス

4 生活について

(1)生活費（宿舍費を除く）：1ヵ月

項目	金額	内訳
食費	約 12 万円	平均的な 1 日の消費：朝 4€、昼 6€、夜 15€ +水など必要に応じて購入
学用品購入費	0 円	筆記用具等は用意していったため
交通費	約 1.2 万円	宿と病院間の往復 2.8€+その他の移動
その他	約 1 万円	洗濯費+洗剤等の日用品
合計	約 14.2 万円	

上記の通り約 14.2 万円/1 ヶ月

(2)派遣先周辺地域の治安等

非常に良好（現地の人たちに聞いても治安の悪いところはないとのこと）

但し海外であるため最低限の注意は必要

（ア）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

- ・筆記用具
- ・洗濯ネット
- ・変圧器やモバイル充電器

困ったこと

・浴槽に浸かる機会が少なかったこと（日本と違って、宿にシャワー室しかないことが多いです）

事前に確認するとよいこと

- ・電車やバス等の切符の買い方
- ・宿から実習先の病院までの経路
- ・日用品や食料が買える場所

5 実習について

実習診療科と主な内容（腫瘍科、神経科の observation）	
実習内容	① 外来見学
	② 病棟回診
	③ 手術見学
	④ 学生や看護師の業務見学
	⑤ その他（ラボ見学や VR シミュレーター体験）

(1) プログラム初日の行動

08:45～09:30 受け入れ診療科の Noel 教授、教授秘書に実習等についての説明を受ける

09:30～12:30 実習開始、レジデントとともに腫瘍内科の回診・診察を行う

12:30～13:30 昼休憩

13:30～16:30 レジデントとともに腫瘍科の回診・診察を行う

(2) 実習詳細

<腫瘍科・神経科共通>

・外来見学

先生が薬物療法中や術後の患者さんに問診・診察を行っている様子を見学しました。問診はフランス語でしたが、先生が英語で適宜解説をしてくださいました。診察時に、聴診や触診、血圧測定等をやらせていただくこともありました。

・病棟回診

先生や学生と一緒に回診に行きました。先生と患者さんが話している最中に別の先生が、今何を話しているのか、患者さんはどういった病気なのかといったことを英語で説明してくださいました。

・手術見学

Parkinson 病の患者さんに DBS（脳深部刺激療法）を行うため脳に電極を埋め込む手術や、乳癌の手術を見学しました。

・学生や看護師の業務見学

フランスでは、学生が日本の研修医のように腰椎穿刺等の手技や患者さんの日々の血圧測定を行っているため、その様子を見学しました。また、看護師さんが業務を行っている様子を見学させていただく機会もありました。

<腫瘍科>

・ラボ見学

大学院生が、研究所で行われている癌細胞の培養や免疫染色等について、英語で丁寧に解説してくださいました。

<神経科>

・腰椎穿刺の VR シミュレーター体験

ストラスブールにある会社が製作したという腰椎穿刺の VR シミュレーターを体験させていただきました。専用のゴーグルを装着すると、目の前に脊椎や穿刺用の針が浮かび上がってきて、技術の進歩を感じました。このシミュレーターをフランスの学生達と交互に使用して、トレーニングをすることができました。

(3) 一日の主なスケジュール(平日)

時間	9:00~	10:30~	12:00~	13:00~16:30
行動	外来見学	学生や看護師の 業務見学	昼休憩	病棟回診 カルテチェック

(4) 休日の過ごし方

横浜市立大学の許可を得た上で、ストラスブール観光やドイツ・スイスへの旅行をして過ごしていました。ストラスブールは旧市街全体が世界遺産であり、観光という点でも非常に充実した街でした。ドイツ・スイスへの旅行では、多くの美しい景色に出会いました。

(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

- ・ 医療英単語 (特に、自分の実習診療科に関連した英単語を学んでおくこと良いと思います)
- ・ フランス語 (フランス語を耳にする機会が多いため、少しでもフランス語を知っていると留学が充実したものになります)

困ったこと

・ 言葉の壁を感じたこと。事前にどれだけ英語やフランス語を予習していても、うまく意思疎通できず、歯痒い思いをすることはあると思います。言葉が通じないときは、身振り手振りで乗り切りました。

持参するとよいもの

- ・ 英語の参考書
- ・ フランス語の参考書
- ・ 日本の絵葉書 (かさばらないですし、とても喜ばれました)

6 留学全般について

(1) 自身の成果・感想

私は1カ月のうち前半の2週間を ICANS という癌治療専門の施設で過ごし、後半の2週間をオートピエール病院の神経科で過ごしました。どちらの実習先も先生方や学生が非常に親切であり、恵まれた環境で学ぶことができたと感じています。医師と患者の会話は基本的にフランス語で行われましたが、ほとんどの場合、誰かが英語での解説をしてくださったため、英語で医学を学ぶという目的をしっかりと果たすことができました。また、私は留学中に出来るだけ多くのことを経験したいと思っていたのですが、腰椎穿刺のVRシミュレーターをはじめとして、放射線を用いた様々な癌治療装置や手術を見学したり、旧市街の近くにある癌の研究施設を訪問したりと、希望通りの充実した実習生活を送ることができました。

フランスでは、医学生が腰椎穿刺等の手技やカルテの記載といった病棟業務の一部をこなしており、日本の研修医に近い役割を担っていました。このことは私に危機感を抱かせるとともに非常に良い刺激となり、勉学により真摯に取り組もうというモチベーションになりました。

今回の留学で最も素晴らしかったのは、現地の人々が皆優しく、人の温かさを感じた点です。実習先の病院では先生方や学生が、英語の上手い下手に関わらず、私を気にかけてくださいました。それだけでなく、街で出会った人々は、レストランやバス停等の色々な場所で私が困ったとき、

いつも手を差し伸べてくれました。1ヵ月の留学期間が充実したものになったのは、数多くのフランスの人々にお世話になったからだと感じています。

(2) 今後の展望

海外の人とコミュニケーションをとるうえで、語学力がいかに大切かを痛感しました。さらに、実習先の病院では、先生方が医学に関する英単語を難なく使いこなしていたことから、一般的な英語だけでなく、医学英語の学習の重要性も感じました。今後は一層、英語の勉強に励みたいと思います。また、優秀なフランスの医学生に負けないよう、日本での実習に真剣に取り組みたいと思っています。

(3) 後輩へのメッセージ

ストラスブールへの留学は忘れられない、素晴らしい体験になります。語学力に自信がない、手続きが大変そうだった理由で留学をあきらめないでほしいです。親切な先生方・学生に囲まれ、充実した実習を行うことができます。

ストラスブール自体が本当に良い街であるうえに、休日にはドイツやスイスといった近隣諸国へアクセスしやすいため、観光という点でも恵まれています。

そして何より、留学中に会った人々とのつながりができることは、一生の財産になります！毎日一緒に昼ご飯を食べて患者さんを診察した先生や学生とは絆が深まりますし、日本でまた会う約束をしているフランス人の学生もいます。このような関係を築くのは、ただの旅行だとなかなか難しいと思います。

(4) その他

世界遺産になるほど美しいストラスブールは、歩いていて飽きることがありませんでした。昼間に多くの人が行き交う広場の様子や、夕暮れ時に大聖堂から一望した街の景色、夜の灯りが映える川沿い等、全てが魅力的でした。治安も非常に良く、留学の機会がなくとも、ぜひ一度は訪れてほしいと思います。