

# 医学部医学科 海外派遣プログラム報告書

氏名 K. H. 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 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	羽田空港	2月23日 23:30	現地着	シャルル・ド・ゴール	2月24日 6:25
	経由地着	なし		経由地発		
復路	現地発	シャルルド ゴール	3月24日 11:25	日本着	成田空港	3月25日 9:05
	経由地着	なし		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とトラム） 所要時間：（130）分・時間 金額目安：（約16000）円・100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	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	（徒歩とトラム）で（30）分		
宿泊費用	22万円 /1ヶ月		
住所	[REDACTED]		

## 4 生活について

(1) 生活費（宿舎費を除く）：1ヶ月

項目	金額	内訳
食費	45000円	自炊 30000円・外食 15000円
学用品購入費	5000円	学習本
交通費	80000円	実習 5000円・週末 75000円
その他	60000円	お土産 50000円・美術館等入場料 10000円
合計	190000円	

(2) 派遣先周辺地域の治安等

旧市街地は治安良好、郊外は出かける機会なかったので不明

(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：カレーやシチューのルー、パスタソース

持参すべきだったもの：なし

おすすめ著書：「トシ、1週間であなたの医療英単語を100倍にしてください。できなければ解雇よ。」

事前に確認すること：各科担当医師のメールアドレス（留学生受け入れ担当者→各診療科秘書→担当医師で確認可能 ※翻訳アプリ等使用しフランス語が良い）

## 5 実習について

実習診療科と主な内容（1・2週目：救急科で現地学生と実習、3・4週目：循環器内科 CCU 病棟実習）	
実習内容	① 救急科 8:30からのミニカンファ
	② 9:00~18:30 実習(病歴聴取・身体診察・ECG・抗原検査・創処置など)
	③ 循環器内科 8:30からミニカンファ
	④ 9:00~17:00 実習(必須事項なしのため自由：私は心エコー検査室で練習)
	⑤ 火曜・金曜：TAVI 見学(参加自由・途中参加退出可能)

(1) プログラム初日の行動

### 救急科

集合時間に指定場所へいく。(配属科によって異なる)

躊躇することなく現地スタッフに自己紹介を行い担当指導医と会う。(私の場合は指導医が私の実習についてなにも把握していなかった)

実習の目的や希望を伝え、2週間のスケジュールを相談する。

スケジュールに従い2週間実習する。

### 循環器内科

集合時間に場所へいく

現地スタッフに自己紹介して現地学生と合流しカンファレンスに参加カンファで自己紹介する。

現地スタッフに相談しながらスケジュールを毎日調節。

## (2) 実習詳細

### 救急科

毎朝現地の学生とその指導医に許可をとりチームの一員として実習する。

カルテへのアクセス権ないのでカルテ記載なし。必須のタスクなし。

実施可能なタスク：内科一般診察、神経診察、ECGの実施・判読、COVID 抗原検査の実施、破傷風抗体検査の実施（軽度侵襲伴うので現地学生の介助）、破傷風ワクチンの実施(同左)、創傷処置・処理(同左)

### 循環器内科

循環器 ICU で実習する。

毎朝現地学生とその指導医に許可をとりチームの一員として実習する。

カルテへのアクセス権なし。必須タスクなし。

見学可能：ICU の処置見学（経胸壁心エコー、経食道心エコー）、TAVI 見学(火曜・金曜)、冠動脈造影検査（水曜）、生理検査室での心エコー

※私は心エコーできるようになりたかったので、交渉して生理検査室で心エコーの練習をしていた。

基本的に詳細をコーディネートしてくれる人はいないのでやることは自分で交渉すると思っておいた方がよい。

## (2) 一日の主なスケジュール(平日)

### 救急科

時間	8:30	13:30	15:00	18:30
行動	午前実習	昼休み	午後実習	終了

### 循環器内科

時間	8:30	12:00	13:30	17:00
行動	午前実習	昼休み	午後実習	終了

#### (4) 休日の過ごし方

フランスの近郊の町巡り

#### (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）

予習すべきこと：医療英語、日常フランス語（単語でもいいので医療面接の役に立つ単語）

おすすめ著書：「トシ、1週間であなたの医療英単語を100倍にきなさい。できなければ解雇よ。」

困ったこと：職員用のセキュリティカードはお願いしないと作ってもらえないので、躊躇せずに頼む。実習がコーディネートされていないなど困ることも多々あったが躊躇せずにお願いすること。

持参するといいもの：聴診器、打腱器（救急科）

## 6 留学全般について

### (1) 自身の成果・感想

実習前の目標は大きく三つであった。SAMU について現地ではしか得られない知見を得ること（自分の専門分野について）、欧州の一国であるフランスと日本での医療制度や治療選択などの違いについて学習すること（一般医療についての）と多民族が共存するアルザスでの文化や生活を体感すること（文化について）である。

SAMU（フランスの救急医療システム）については、SAMU の見学を調節するといわれたものの実現せず不可能であった。毎日確認していたが実現しなかったのもそれ以上にやりようがなかった。一方で急性期心疾患と脳卒中については、施設を集約化して救急対応していた。集約化によりどれほど患者の予後に影響を与えているかについては、臨床研究のモデルを準備していなかったため研究できなかったため、今後の自分の課題になる。

医療制度など一般医療については、現地の医師や学生との会話から多くの知見を得られた。一部を紹介すると、フランスではフランス国民は窓口負担がなく10割が保険による現物支給になっていること。そのため学生やインターンによる医療の実践に対して患者は寛容であり、現地学生・インターンの臨床の場での知識・技術は日本より進んでいるように感じられた。

文化について、フランス人やドイツ人のみならず移民を含めてアジア人やアフリカ人など幅広い人種が共存していた。外見ではフランス人かそうでないかの判断ができないからか、フランス語で話しかけられることが多々あるほどであった。日本にはない環境での生活という点で新しい体験ができた。

以上が実習前に目標にしていた事項に対する振り返りである。

上記以外にも二つの点で大きな成長を得られた。

一つは英語を用いたコミュニケーション能力である。実習中と放課後に現地学生とインターンの先生とのコミュニケーションを通じて英語を用いる機会に恵まれた。また、医療制度や文化などについてお互いに自国についての情報を共有するなど多くの話題についてディスカッションできた。第一言語として英語を使っている者同士ではないので英語の文法的な内容では大きな成長があったかわからないが、自分の伝えたいことを伝え、聞きたいことを聞くというコミュニケーションを実践できたことは今後留学していく上での自信となり貴重な機会となった。

もう一つは、積極性である。日本においても積極性を出しながら日々実習をしている

つもりではあるが、今回は実習の詳細がコーディネートされていないこともあり、自分の積極性が試される場面が多かった。毎日誰と何をするか、一日の実習を実りあるものにするために、自分から目的ややりたいことを説明して交渉することで自分の望む実習をある程度形作った。現地の学生を見ている、指導医の先生方は積極的な人には扉が開かれ、積極性のない人には見向きしない様子が伺えた。ここで強調したいのは積極性のない学生を冷遇しているわけではなく、全員に均一化したものを与えるのではなく、それぞれの選択を尊重してそれに合った対応をしているということだ。

以上が一部であるが私の得られた成果である。

## (2) 今後の展望

救急医療制度における、循環器疾患と脳神経疾患の施設の集約化と患者の予後についてなどについての臨床研究来るべき時に研究を進められるように、対象とする施設、アウトカムの設定など実際に実践できるように一つずつ知見を増やしていく。

今後のキャリアを考えた際に海外留学は必ず必要となるので、今回の留学で得た自信をもとに海外留学の機会を逸さないもしくは勝ち取れるように日々準備したい。また実際にその海外留学が実りあるものになるように、多施設でその場にあった研究をできるように基礎・臨床ともに知識を経験のアーカイブを蓄えていきたい。

## (3) 後輩へのメッセージ

多くの人の協力があって成り立っている貴重な機会なので、最大限成長できるように積極的に取り組めるとよいと思う。後輩と多くの患者の予後を改善できるような医療を実践したい。

# 医学部医学科 海外派遣プログラム報告書

氏名 M. W. 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 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	羽田	23:30	現地着	シャルル・ド・ゴール	6:25
	経由地着			経由地発		
復路	現地発	シャルル・ド・ゴール	11:25	日本着	成田	9:05
	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 ） 所要時間：（ 約 2 ）時間 金額目安：（ 約 8600 ）円・（ 53 ）ユーロ					

### 留意事項等

TGV 車内での犯罪も度々発生すると聞いていたため、一等車を利用しました。SNCF のカードを作成すると割引や変更手数料無料などの特典が付くため便利です。

往路はシャルル・ド・ゴール空港発のストラスブール駅行き TGV を利用しました。復路は飛行機の出発が早い時間であったため、空港付近に前泊しました。

## 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人での宿泊	ホストの同居；あり・なし（ ） 共有設備：（ ）
実習場所までの距離	（ ترام ）で（ 約 12 ）分		
宿泊費用	278,077円 /1ヶ月		
住所	[REDACTED]		

## その他留意事項等

宿泊先はいずれの病院にもトラムを利用して通いやすく、周辺にスーパーやパン屋も充実していたため生活には困らない環境でした。ホストの方は温かく歓迎してくださり、緊急時にもすぐ対応してくださいました。街の中心部に近いにも関わらず静かな通りに面しており、素晴らしい宿泊先でした。

空港付近の前泊：3月23日

Citizen M Paris Charles de Gaulle hotel (€111.68)

## 4 生活について

(1) 生活費（宿舎費を除く）/1ヶ月

項目	金額	内訳
食費	€460	朝夕は主に自炊、昼は病院の食堂を利用
学用品購入費	-	
交通費	€50.10	トラム10回券および3月分の定期券
その他	-	
合計	€510.10	

(2) 派遣先周辺地域の治安等

治安は良好です。現地の友人も、夜間に女性が一人で外出しても安全だと話していました。ただホームレスや酩酊状態のような人物に話しかけられることはあったため、聞こえないふりをして素早く立ち去るようにしました。また基本的に一人での行動であったため、スマートフォンにストラップを付ける、荷物を極力少なくする、華美な服装は慎む、防犯ブザーを常備するなど、可能な限りの対策は行っていました。

(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）

- ・トラムの定期券は月初めから1ヶ月単位での購入が可能です。(badgeo Pour Tous mensuel)
- ・部屋の鍵が鍵穴に嵌って抜けなくなり、知り合いの医師やホストとそこご両親にまで来ていただいたことがありました。フランスの鍵は開ける際のコツがあるので、慎重に使用するのが良いと思います。
- ・蚤の市とマルシェ以外の支払いは全てカードで可能でした。現金は必要最低限で良いと思います。

## 5 実習について

実習診療科と主な内容（腫瘍内科/血液内科 @ICANS）	
実習内容	① 入院患者の問診・診察
	② 学生やインターン向けのレクチャー参加
	③ 病棟での手技見学
	④ day hospital の見学
	⑤ カンファレンス参加

実習診療科と主な内容（ 婦人科 @CMCO ）	
実習内容	① 手術見学
	② 外来見学
	③ 産科での胎児エコー、帝王切開見学

### 【腫瘍内科】

10:00 病院の受付前に集合  
10:00～11:00 名札やカルテ閲覧用 ID を作成していただく  
11:00～11:20 病棟回診  
11:30～14:00 カルテを見ながら入院患者の病態を学ぶ  
14:00～14:30 昼食  
14:30～15:30 入院患者についての説明を受ける  
15:30～16:00 申し送り  
16:30 帰宅

### 【婦人科】

7:30 婦人科病棟前に集合  
8:00～11:00 手術見学  
11:30～12:00 昼食  
12:20～17:10 手術見学  
17:30 帰宅

## (2) 実習詳細

### 【腫瘍内科】

オートピエールにある Institut de cancerologie Strasbourg Europe(ICANS)で実習を行いました。腫瘍内科はA・Bの2つの病棟に分かれており、私はA病棟でエクスターン(医学部4～6年生)やインターン(卒後数年以内の医師)と共に入院患者の問診・診察を行うことが主な実習内容でした。ヨーロッパ有数のがんセンターとして知られるICANSには、フランス国内の他都市やドイツ、スイスなどの近隣諸国、中東からの難民など様々な地域から患者さんが来院していました。特筆すべきは、希少がんの臨床試験を積極的に行っていることで、卵巣小細胞癌や副腎平滑筋肉腫といった珍しい症例も経験し、その病態や治療法について理解を深めることができました。カルテを閲覧できたため、翻訳アプリを活用しながら多くの情報を得ることが可能でした。

基本的に患者さんとの会話はフランス語で行われるため、私は簡単な会話しかできず、適宜エクスターンやインターンに英語で説明してもらいました。他国出身の患者さんなど英語での会話が可能な方が入院した場合は呼んでいただくようお願いし、化学療法に関連した症状の有無について英語で問診する機会もいただきました。

病棟での業務に加えて、担当の教授に直接お願いしてICANSで実習をしているエクスターンを対象としたレクチャーにも参加しました。毎回がん治療に関するテーマを扱っており、実際のがん患者さんを招いて告知を受けた際の感情の変化について伺ったり、緩和ケアに携わる医師とディスカッションしたりと、幅広く学ぶことができました。教育に対しても熱心な先生が多く、がん治療に興味がある学生にとって非常に魅力的な実習先だと感じました。

### 【血液内科】

前半 2 週間は腫瘍内科で実習を行う予定でしたが、ICANS では血液疾患の治療にも力を入れていると知り、現地到着後に担当の方々の許可を得たうえで 2 週目は血液内科での実習を行いました。入院は移植病棟、集中治療病棟、一般病棟の 3 つに分かれており、それぞれ異なる医師が担当していましたが、私は全ての病棟を見学することができ、インターンやエクスターンと共に朝夕の回診や新規入院患者の問診・診察を行いました。チーフの医師がそれぞれの患者さんの病態や治療法を丁寧に解説してくださり、血液疾患に関する多くの知識が身につきました。英語が堪能な先生が多く、通訳をしていただきながら患者さんに問診をすることもできました。聴診では心雑音や肺の副雑音を聴く機会も多くあり、実践的な学びを得ることができました。IgD 型多発性骨髄腫や血小板無力症などは日本で経験したことがなかったため、大変勉強になりました。また毎日昼前にインターンを対象とした各血液疾患に関するオンラインレクチャーがあり、私も何度か参加しました。加えて、担当の先生にお願いして day hospital (外来での薬物療法) の見学も行いました。1 人の患者さんに約 1 時間に渡る丁寧な問診や診察を行っており、患者さんとの対話を非常に重視している点が印象的でした。

### 【婦人科】

ストラスブール大学病院の婦人科は Hopital de Haute-pierre と Centre Medico-chirurgical Obstetrique (CMCO) の 2 カ所にあります。現地の学生の割り振りの都合により CMCO でのみ受け入れ可能と連絡がありました。CMCO はアルザスで最多の分娩件数を誇り不妊治療にも力を入れている一方で、Hopital de Haute-pierre はハイリスク妊婦の分娩を担っているようです。また CMCO では産科と婦人科は別の診療科として分かれており、婦人科の中でも外科と内科に分かれていました。私は外科での受け入れであったようで、主に手術の見学をしました。手術件数が多く、一人の医師が一日に 4, 5 件の手術の執刀をしていました。いずれの手術でも学生が助手の一人として参加する前提でスケジュールが組まれており、現地の学生は毎回マニピュレーターの操作を担当していました。私は基本的に術野の外から見学していましたが、エクスターンや術者の先生に質問して英語での解説をお願いしていました。手術内容としては胎状奇胎に対する子宮内容除去術や、性別適合のための単純子宮全摘術および両側付属器切除術など日本では見たことがなかったものも多く経験しました。摘出された検体の観察・処理を通して解剖学の理解も深まりました。外来見学も希望し、子宮筋腫の治療法の選択や経腔超音波検査での卵巣腫瘍の所見について学ぶことができました。

また 1 日だけ産科で実習を行う許可をいただき、胎児超音波検査や帝王切開の見学をしました。私が実習に参加していた頃にフランスで人工妊娠中絶の権利を明記する憲法改正案が可決されたことを受け、現地の学生とその是非について話し合うこともありました。

### (3) 一日の主なスケジュール(平日)

#### 腫瘍内科

時間	9:00~10:00	10:00~13:00	13:00~13:30	14:00~17:00
行動	申し送り	入院患者の問診・診察、 病棟での手技見学	昼食	レクチャー参加、 入院患者の問診・診察

## 血液内科

時間	8:30~11:00	11:00~12:00	12:00~13:00	13:00~13:30	14:00~18:00
行動	移植病棟の回診	集中治療・一般病棟で 手技見学、診察	オンライン レクチャー参加	昼食	新規入院患者の 問診・診察、 カンファレンス参加

## 婦人科

時間	7:30~13:00	13:00~13:30	14:00~17:00
行動	手術見学	昼食	手術見学、外来見学

### (4) 休日の過ごし方

ストラスブール内や周辺都市の観光をしました。特にストラスブール・フィルハーモニー管弦楽団の演奏には心を動かされました。また現地にいる横浜市大の医師や、交換留学の学生、実習を通して仲良くなった学生と食事に行ったり、Airbnb のホストのご家族が経営するレストランでアルザス料理をいただいたりと、多くの方々に親切にさせていただいたおかげであまり孤独を感じることなく過ごすことができました。

### (5) 留意事項等

- ・日本の絵画が描かれた葉をお世話になった先生や学生に渡しました。日本の文化や芸術に興味を持っている人も多く、喜んでいただけました。
- ・フランス語の基本会話や院内で使用する単語を予習しておくともスムーズに実習を開始できます。特に挨拶は必ずフランス語ですると良いと思います。
- ・渡航前のメールのやり取りは秘書や事務局の方が窓口となっていたため、各診療科の先生方は私が実習に参加することを事前に把握していませんでした。その都度自己紹介をする、見学したい内容を明確に伝えるなど、積極的な姿勢が重要になると思います。
- ・病院の学生や職員用のカード (badge) の作成を実習初日をお願いすると良いと思います。無菌室や手術室への出入り、昼食時に割引価格での食堂利用が可能になります。私は申請が遅くなり作成してもらえなかったためかなり不便でした。
- ・白衣やスクラブは病院指定のものがロッカー室で支給されるため持参する必要はありませんでした。また ICANS では医師も患者もマスク着用必須でしたが、CMCO では誰も着用していませんでした。

## 6 留学全般について

### (1) 自身の成果・感想

私は、母国語が英語ではない地で、自ら積極的に学びを求めなければならない環境に

身を置くことで主体性を高めたいと考え、本プログラムを選択しました。実際、フランス語が拙いなかでも自分の力で交渉し主体的に学ぶことで、数々の貴重な経験を積み、大変充実した時間を過ごすことができました。いずれの診療科においても自主性が重視され、実習のスケジュールは設定されていなかったため、day hospital や他病棟の見学、他の診療科での実習、レクチャーへの参加などは全て自ら申し出ることで実現しました。またこのような経験を通して、自分がこれまでいかに恵まれた環境に身を置いていたかを痛感し、自身の弱さや欠点に向き合うことも多々ありました。本プログラムはcomfort zone から一歩踏み出して自己を客観的に見つめ直す良い機会になりました。

ストラスブールはフランスとドイツの文化が調和した都市であり、多様なバックグラウンドを持つ人々が暮らしています。スイスやトルコ、アフリカ諸国出身の医師や学生も在籍しているほか、ドイツやギリシャからの交換留学生も実習に参加していました。それぞれの出身国の文化や価値観、医学教育の違いについて話し合う機会も豊富であり、大変貴重で興味深い経験となりました。またストラスブール大学と本学は交換留学の協定を結んでおり、昨年も2名の学生が本学で実習を行っていました。その際に交流を深め、渡航前の準備も大いにサポートしていただきました。今回彼らとストラスブールで再会できた時の感動は忘れられません。現地の学生と深い関係を築くことができる点も、本プログラムの大きな魅力だと感じました。

フランスでは2, 3年生はプレエクスターンとして週1回ほど病院での実習を行い、4~6年生はエクスターンとして給与を得ながらより実践的な医療行為を行っています。エクスターンは入院患者の問診や身体診察、手術の補助などを担当し、日本の学生と比較すると医療チームの一員として大きな役割を果たしていたのが印象的でした。また早い段階から患者さんと接する機会が多いことで実習や医学の勉強に真摯に取り組む姿勢が養われていると感じ、非常に刺激を受けました。私も今後の病棟実習でより主体的に責任感を持って患者さんの診療に取り組んでいきたいと決意を新たにしました。

## (2) 今後の展望

現地の学生や他国からの交換留学生の多くは、英語やフランス語はもちろん他の言語も堪能でした。また少しでも知っている日本語を話してくれた医師や、私のために日本語の挨拶を勉強してくれた学生もおり、その温かな心遣いに感銘を受けました。様々なバックグラウンドを持つ人々と関わるうえで、英語以外の言語を使いこなせることの重要性を実感したため、今後も英語とフランス語の学習を継続することに加え、他の言語にも挑戦したいと感じました。そして将来自分が留学生や日本語を話さない患者さんを受け入れる立場になった際には、今回多くの方々に助けていただいたように、進んで手を差し伸べられる存在でありたいと考えています。

## (3) 後輩へのメッセージ

ストラスブール大学の附属病院は主に3ヶ所にあり、全ての診療科が揃っているため、どの診療科を志望する方にとっても良い実習先だと思います。総合診療や産業医など日本の学生にとって学ぶ機会が少ない診療科も選択できるそうです。また前述の通り、婦人科が外科と内科に分かれているなど細分化が進んでいるため、希望がある場合は志望理由書に詳細に記載することをおすすめします。不明点があればぜひご連絡ください。

医学用語に関しては、フランス語と英語はスペルが似ている単語が多いためかなり理

解しやすいかと思います。また現地の医師や学生も英語が堪能な人ばかりではないため、英語力そのものよりも伝えようとする努力や積極的に質問する姿勢が大切になると感じました。

私は入学時の TOEFL ITP の点数も高くなく、英語が得意ではありませんでした。そのためオンライン英会話を 2 年次の 1 月から 3 ヶ月間と、4 年次の 3 月から渡航直前までの約 1 年間毎日継続していました。フランス語の学習は 5 年次の 7 月頃から行っていました。また IELTS は 4 年次の 3 月と 5 年次の 8 月に受験し、それぞれ overall 6.0 と 7.5 でした。IELTS 対策としては、公式問題集を解きながら形式に慣れること、Writing や Speaking は採点基準を把握して加点されるような工夫(単語の言い換えや様々な構文の活用など)を心がけることでスコアが上がりました。また学内選考の際に CV と Personal Statement の提出が必要になりますが、私はこれまで作成したことがなかったため、PE センターのライティングセンターで添削していただきました。とても丁寧に見ていただけるためぜひ活用してみてください。

#### (4) その他

今回の留学は俱進会や医学部後援会の皆様の多大なるご支援により実現することができました。また様々な医学英語をご教授いただいた消化器・腫瘍外科の秋山浩利先生や、滞在中に大変お世話になった諸先生方、医学教育推進課の皆様に心より感謝申し上げます。

# 医学部医学科 海外派遣プログラム報告書

氏名 T. 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ることができる様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か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はありませんでした。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。