

YCU 第2クォータープログラム 派遣学生報告書

氏 名	M.N	学部・学科	医学部看護学科
学 年	4 年	派遣国	カナダ
派遣大学	UBC		
コース名	D コース		
期 間	2026 年 7 月 17 日～2026 年 8 月 17 日		

(1) 授業や課題、演習はどのような内容であったか。(800 字程度)

(可能な限り具体的に、印象に残った授業などの説明があるとよい)

わたしは、“Root of Resilience”というパッケージに参加しました。1 か月の中で、2 週間ごとにコースが変わり、1～2 週間目のコース A では“Mental Health Journeys: From Birth to Later Life”、3～4 週目のコース B では“Stress Less: Science, Strategies & Self-Care”というテーマで授業を受けました。

コース A では、ライフコースの観点を用いて、胎児期から高齢期に至るまでの精神的健康と疾患を検討しました。主要なリスク要因及び保護要因を含め、生涯にわたるメンタルヘルスに影響を与える発達の、生物的、社会的、構造的な主要要因を探求し、メンタルヘルスの促進、予防、治療だけでなく、メンタルヘルスや薬物使用に関する課題や、それに対処するための保健医療システム上の課題と機会についても学びました。講義中には積極的にディスカッションが行われ、ゲストスピーカーによる講義もあったため、多様な視点に触れながら学びを深めることができました。課題としては 2 つのレポートと、コース最終日のグループプレゼンテーションがありました。

コース B では、ストレス、ストレッサー、レジリエンス、社会的支援、そして身体的・精神的・感情的・スピリチュアルな健康を育むための方法に関する基礎的な知識について学びました。具体的な内容としては、ストレスの肯定的側面と否定的側面、ストレスに関与する要因、ストレスに対する生理的・心理的反応、そしてストレスを乗り越え管理するための様々な戦略、さらに社会的支援やセルフケアの役割が含まれていました。教授による講義やディスカッションに加え、瞑想やマインドフルネスティータイム、ネックレス作りなども行われ、心身のウェルビーイングについて体験的に学ぶことができました。

コース A・B とともに、UBC 内の博物館や日系文化に関わる Nitobe Garden など訪れたり、ハイキングや Water Biking をしたりなどの課外活動が含まれていて、授業内容を関連付けながら、UBC やバンクーバーの歴史・文化、自然環境についても学ぶことができました。

このパッケージ自体は看護分野に分類されていましたが、看護学専攻の学生だけでなく経済学や教育学を専攻している学生も参加しており、どちらのコースもあらゆる学習分野の学生に対しても理解しやすい内容でした。授業で学んだことは看護に限らず、日常生活や今後の人生においても生かすことができる内容で、幅広い分野の学生にとって有意義なプログラムだと感じました。

(2) 授業を受けてどのような知識等が得られたか。(500 字程度)

1 か月の授業を通して、様々なことを学ぶことができましたが、1 番印象に残っていることは、ゲストスピーカーによる男性が自身の思いや経験を、写真を通して発信する「フォトボイス」についてです。今までこのような活動について学んだことはなかったので、特に印象に残りました。

(3) 授業を受ける前・受けた後でどのように（気持ちなどが）変化したか。(400 字程度)

まず留学自体はじめてで、全て英語で行われる講義を受けるのも初めてだったので、とても不安でした。講義中にはディスカッションもあったので、自分の意見をすぐ英語で相手に伝えたり、専門的な内容を英語で理解したりすることになりかなり苦戦しました。しかし、日々予習・復習をしながら授業に取り組む中で、少しずつ自分の意見を伝えることができるようになりました。わたしにとって今回の留学は大きな挑戦でしたが、プログラムを終えたときには、授業で学んだ知識だけでなく、最後までやり遂げたことへの大きな自信も得ることができました。

授業を通しては、メンタルヘルスについての知識だけでなく、自分自身の心の健康について考える機会も多くありました。さまざまな国や文化の学生と意見を交換することで、自分とは異なる考え方や価値観にも触れることができ、物事を多角的に捉えることができ様になったと感じました。

(4) 今後どう生かしていくか。どのように学業を進めていくか。(300 字程度)

来年から看護師として働き始めるので、

YCU 第2クォータープログラム 派遣学生報告書

氏 名	R.O	学部・学科	国際教養学部国際教養学科
学 年	2 年	派遣国	カナダ
派遣大学	ブリティッシュコロンビア大学		
コース名	D コース 学部授業/サマープログラム		
期 間	2026 年 7 月 17 日～ 2026 年 8 月 17 日		

(1) 授業や課題、演習はどのような内容であったか。(800 字程度)

(可能な限り具体的に、印象に残った授業などの説明があるとよい)

今回私は第 2 クォータープログラムを通じて、ブリティッシュコロンビア大学の Vancouver Summer Program(以降 VSP)に参加しました。VSP では、大学が用意した様々な分野(社会科学や自然科学、工学、看護学、人文科学など)に関するコースを一つ選択し、その内容に関する授業を 4 週間学修する、というものです。私は人文科学に関するコースを選択し、さらにその中でも授業が細分化され、私の受講した授業では、バンクーバーのアジア系コミュニティについて学習しました。授業の中でディスカッションを行う機会も多く、他の学生と意見を交換する機会も多かったです。この授業では、座学のみならず、ドキュメンタリー映像の視聴や、アジアにルーツを持つ芸術家の講演、そしてフィールドワークもあり、計 4 回、平均すると週一回のペースでフィールドワークに参加しました。フィールドワークでは、バンクーバー付近のアジア系コミュニティにまつわる場所を訪れました。実際に足を運んだ場所としましては、チャイナタウン、フィリピン系住民の多く居住するエリア、インドのパンジャブ地方をルーツとする住民が多く居住するエリア、日系カナダ人にまつわる博物館、バンクーバー博物館などです。特に印象に残ったのはチャイナタウンで、バンクーバーのチャイナタウンは北米最大級の規模を誇り、同じチャイナタウンの一つである横浜中華街と比較すると、横浜中華街の方は飲食店や、物産店などが多く、観光客にむけたターゲティングが行われている印象ですが、バンクーバーのチャイナタウンは、海産物や青果店といった食料品店や、日用品店といった店が多く、店の外装も過度に装飾的な店舗が少なく、生活の拠点としての役割が強く、横浜中華街とは趣を異にしている印象でした。他のアジア系コミュニティの中心地域と比較しても、チャイナタウンは群を抜いて規模が大きかったです。また、リッチモンドにも中国系住民が多く居住する地域がありましたが、そこにあったショッピングモールでは、ほとんどの店舗が中国系の住民に向けたものでした。

(2) 授業を受けてどのような知識等が得られたか。(500 字程度)

授業では、コミュニティごとの移住の経緯や、人口において占める割合、そしてコミュニティごとの就業の傾向の差異等について学習しました。中でも、日系と中国系は 19 世紀末ごろの比較的早い段階からバンクーバーへの移住者が存在し、一方で、20 世紀の後半から増加し始めた、新たな民族グループとして、インド、パキスタンなどの南アジア系の移民やフィリピン系移民や韓国系移民、ベトナム系移民が表れました。人種ごとに就業する職業の違いが見受けられ、特定の民族グループが寡占状態にある職業もありました。例えば、タクシー運転手の職業は、カナダ全体で、8 割以上が南アジア系の男性が担っている状況です。また、人口の多さの影響から、中国系住民はカナダのアジア系住民全体の中でも占める割合が大きく、授業以外でも、屋外で中国語の看板や、バス後部の広告を目にする機会がしばしばあり、数あるアジア系のコミュニティの中でも、中国系コミュニティが強い存在感を誇っていることがよくわかりました。エスニックグループごとの社会で占める役割の違いなどは、日本で意識する機会が少なかったもので、そのことについて考える良いきっかけになりました。

(3) 授業を受ける前・受けた後でどのように（気持ちなどが）変化したか。(400 字程度)

他の国から来た受講生たちの語学力が非常に高く、刺激を受けました。特に高かったのが香港出身の学生たちで、香港では幼稚園から英語で教育を受け、母語である広東語を使う機会は教育の現場においては非常に限られているそうです。それを知り、外国語の上達のためには使う機会を増やすことが一番大事なのだと改めて思い知らされました。

バンクーバーでは、ほとんどのアジア系住民が同じエスニックグループ出身者同士での結婚が多いのに対し、日系住民は他のエスニックグループ出身者との混合結婚率が非常に高いようで、日本人がイメージする、多文化共生のイメージは、様々な人種が一つの共同体を作り上げるイメージが強いと思いますが、バンクーバーでは、エスニックグループごとに分かれて、それぞれの社会を作り上げている、というものでした。他のエスニックグループと積極的に交わるというのも日系住民に特有のもので、日本人は多文化共生、という言葉からこのように様々なエスニックグループが一緒くたになって社会を作り上げるイメージを抱き、日本に在住している外国ルーツの住民が、同じコミュニティに属する人々と固まる様子をギャップを受けるのではないかと考えるようになりました。

(4) 今後はどう生かしていくか。どのように学業を進めていくか。(300 字程度)

私は今回の第 2 クォータープログラムへの参加を通じて、現在、私は国際機構論を主として学ぶゼミに所属しています。国連を代表とする国際機構では、国家を最小の単位として構成されています。あくまで全国民の意思を反映するものではなく、国家全体の意思を代表し、国際機構の一員として参加しています。国内に多様なエスニックグループが存在する国家が、民意を反映したうえで代表が国際機構に参加できているのかについて学びを深めたいと考えています。また、国連の平和維持活動である、PKO が派遣されている地域において発生している紛争も、原因の一つにエスニックグループ同士の対立が存在することがあります。今回の体験を通して、新たな視点を取り入れ、国際機構論の学習を続けたいと考えています。