



## 派遣留学報告書

	記入日	2018年 9月27日
氏名	有松 千景	
所属学部・研究科	歯学部歯学科	3年次(留学開始時点)
学生番号	B161405	
留学先大学	ヤンゴン歯科医学	大学 (国名: ミャンマー)
所属学部・学科等名	歯学部	
在籍身分	学生	
留学期間	2018年8月23日～	2018年8月31日

## 1. 留学するまで

留学しようと思ったきっかけ・理由	この夏にどこかの国に留学をしたいと考えていた。その時、たまたまミャンマーが派遣先にあり、ミャンマーはどんなところかイメージがわかず、興味があったので、行きたいと思った。
留学準備を始めた時期 (応募する何か月前ですか?)	派遣が確定してから準備を行った。出発の1ヶ月程度前。
事前準備について (どのような準備をしたか、しておけばよかったか)	ビザの取得。私は2週間前に取得した。ミャンマーについてインターネットで調べてみたが、いい情報はあまりなかった。

## 2. 渡航について

ビザについて	ビザの種類: 観光ビザ
	ビザ申請先: ミャンマーの大使館
	提出書類: インターネットで取得できるため、特になし
	手続きに要した日数: 1日
その他必要な事前手続き	特になし
出国年月日	2018年8月23日
経路(往路)	福岡→バンコク→ヤンゴン
現地での出迎え	<input checked="" type="checkbox"/> 有(大学の学生) <input type="checkbox"/> 無
到着後オリエンテーションの実施状況・期間・内容	到着して2日間は学会に出席したのでオリエンテーションはすぐにはなかった。学校に行った初日に歯学部の教授全員のミーティングの後に招かれて、そこで自己紹介をして先生方を紹介してもらった。



帰国年月日	2018年9月1日
経路（復路）	ヤンゴン→バンコク→福岡

### 3. 留学費用について

支出額	総額	72512	円	
	内訳	渡航費（航空券）	0	円（広島大学負担）
		保険料	6312	円
		教科書代（学費）	0	円
		宿舍費	30800	円
		光熱費	0	円
		食費	10000	円
		交通費（宿舍－大学間）	0	円
		交際費	10000	円
		その他（地下鉄費） （学会参加費） （ 費）	400 15000	円 円 円

### 4. 授業について

授業の概要について （カリキュラム、プログラム、履修した科目、時間数、履修形態等）	病院見学、各研究室を回った。授業参加は1つのみだった。テスト週間であったらしい。だいたい10時～12時に1つの研究室を訪問し、1時～3時にもう1つの研究室を訪問した。
単位互換希望の有無	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
授業・勉強についてアドバイス （留学前の履修、留学中、単位取得等）	臨床のことばかりでまだ習っていないことばかりだった。見たことがないことばかりで新鮮だった。

### 5. 生活等について

(1) 留学先の住居について			
住居の種類	<input checked="" type="checkbox"/> 大学の寮 <input type="checkbox"/> アパート <input type="checkbox"/> その他（ ）		
住居の広さ	約 m <sup>2</sup>	同居人の有無	<input type="checkbox"/> 有（ 人） <input checked="" type="checkbox"/> 無
住居に附属する設備	<input checked="" type="checkbox"/> 電気 <input type="checkbox"/> ガス <input checked="" type="checkbox"/> 水道 <input type="checkbox"/> 給湯 <input checked="" type="checkbox"/> シャワー <input type="checkbox"/> 風呂 <input checked="" type="checkbox"/> 水洗便所 <input type="checkbox"/> 暖房 <input checked="" type="checkbox"/> 冷房 <input type="checkbox"/> 台所 <input type="checkbox"/> 食堂 <input type="checkbox"/> 固定電話 <input checked="" type="checkbox"/> インターネット <input type="checkbox"/> その他（ ）		
住居費	1ヶ月当たり 0	(現地通貨)	約 円
留学先での住居全般に関するアドバイス	文化の違いで生活習慣は大きく違う。シャワーは冷水である。コンクリートの打ちっ放しのような家でコンクリートの上にシートがひかれているだけである。ユニットバスで、シャワーをするとトイレはピシヨピシヨになる。基本、ベッドの上のみがリラックス出来る場所である。ムカデがいたり、イモリ、蚊もたくさん家の中にいる。		



(2) 医療について	
留学先でかかった病気、けが	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
有の場合、具体的な症状等（情報共有しても差し支えなければ）	
留学前後での予防接種の必要の有無	<input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無
有の場合、その種類、回数、費用、受けた医療機関名	<input type="checkbox"/>
日常的な健康について不安が	<input type="checkbox"/> あった <input checked="" type="checkbox"/> なかった あった場合その理由：
留学先国の医療事情（日本と比較して）	大学の歯科の状況しか見ていないので詳しくはわからないが、衛生管理はしっかりしていないと感じた。技術は同じように感じるが、院内感染には気をつけた方がいいと感じた。
留学先での健康管理、衛生面について特に注意すべきこと	蚊は日本より少なかった。今回は食べなかったが、屋台は気をつけた方がいいと思われる。
(3) 食生活についてのアドバイス	
ほとんどのミャンマーフードは美味しかった。しかし、油が多く使われており、滞在後半になるとしんどくなってきた。また、スパイシーなものや甘いものが多い。	
(4) 服装についてのアドバイス	
ほとんどの人が伝統的な服であるロンジーを着ていた。パゴタに行く時は露出を控える必要がある。また、スコールがあるためほとんどの人がサンダルである。パゴタに行く時は裸足である必要がある。	
(5) 学内外の施設・設備環境について（インターネット環境含む）	
学校は敷地が大きい。インターネットは繋がらない。雨が降ると滑る。トイレはトイレトペーパーがない。	
(6) 現地学生や地域との交流について（どのような、機会・きっかけがありましたか？）	
学会で見かけた生徒が仲良くなってくれたりした。どの学生も本当に優しく、みんな英語が堪能であった。	
(7) 習慣やマナーの違いによる対人関係等、注意すべきこと	
道でものを売っている人がいるので窓を開けてはいけない。子供も物売りに来るので気をつけたほうがいい。	
(8) 日本から持っていくべきもの、持っていくべきでないもの	



ティッシュ、ウェットティッシュは持って行くべき。

(9) その他生活等に関して参考となる情報・アドバイス

現地の SIM カードはとても安いので、日本で SIM フリーの手続きをしてから行くべき。現地のお金であるチャットは取り扱いが少ない。日本円から直接変えられない。現地の幾つかの両替では扱いがあるらしい。新札に近いドルのみチャットに変えてもらえるので、ドルを持って行くべき。現地ではチャットの使用がほとんどである。

## 6. 帰国後の進路について

卒業予定年月	2022 年 3 月 (当初の卒業予定年月 2022 年 3 月)
卒業が遅れる見込みの場合、その理由	<input type="checkbox"/> 4年次に留学したため <input type="checkbox"/> 単位不足のため <input type="checkbox"/> 新卒で卒業するため <input type="checkbox"/> その他(具体的に )
現在の状況および今後の予定・進路等	今回は短期留学のため、卒業には影響しない。今後は、歯科医師の資格を取得のために多くの知識を学んでいきたい。
就職活動や留学前の単位取得、教育実習等についての工夫	まずは歯科医師免許を取得したい。就職は、まずは研修医として働き、大きな病院で何年か働いたのち、歯科医師が不足している場所で働きたい。

## 7. 留学準備、留学中に役立った書籍、ウェブサイト等

書籍、サイト名	詳細(出版社、URL等)	コメント
トラベル・バイト・ライフター	<a href="https://freelifer.jp/?p=16679">https://freelifer.jp/?p=16679</a>	ビザのこと治安のことなど書いてあった

## 8. 留学を振り返って

留学を終えての感想：

行く前はとても不安だったが、帰国した今は本当に行ってよかったと思う。同じ将来は歯医者になる学生と交流を持って刺激にもなった。教育システムの違いがあったりし、日本とは違った点も多くあった。ミャンマーという国についても知ることができ、本当にいい経験ができた。

後輩へのメッセージ：

学生の間しか留学はしにくいので、チャンスがあれば積極的に参加するべきである。私は英語が堪能ではないが、現地の人がたくさん助けてくれた。とても良い経験になった。今回は病気にはならなかったが、薬は持って行った方がいいと思う。特に抗生物質は必須である。食中毒の時は抗生物質、胃薬を服用したらよい。



## 9. 自由記述 (1200字以上)

- ・「学習に関すること」や「生活に関すること」について自由に書いてください。
- ・写真を2~3枚貼り付けてください。(各写真の容量を100KB程度まで小さくすること)

学習は歯学部においては日本とミャンマーでは教育のシステムが違った。また、私はまだ3年生なので、学習していないことも多かった。病院見学が主だった。日本では臨床実習は5年生の夏からスタートするが、ミャンマーでは3年生からスタートする。日本では学生は患者さんを治療できないが、ミャンマーでは学生も治療できる。その点では、ミャンマーの学生の方が経験豊かである。また、患者さんの病気の種類も違った。ミャンマーでは噛みタバコが伝統的な習慣としてある。これは口腔ガンの原因である。日本の授業で習ったことはあるが、想像はつかなかった。実際に見てみると、習った通り、粘膜が白くなっていたり、硬くなっていた。これは日本では見ることができない病気であると考えられる。なので今回は本当にいい経験になった。また、日本のようにプライバシーの事も厳しくないで写真も全然撮ってよかった点も大きな違いだった。患者さんも、日本のようにクレームを言ったりしている人は一人もいなかった。人柄も違った。広島大学の病院と比べると、やはり衛生面では心配な面もあった。消毒、滅菌をしっかりとっているのか詳しくは分からないが、コストとの関係もあるので仕方ない面もあると思う。日本は誰に治療されても全員同じ額を払うが、ミャンマーは誰に治療されるかによってお金は変わってくる。学生だと安いので遠くからも患者さんが来る。ちなみに、ミャンマーには歯学部は2つしかない。日本とは医療の充実さは大きく違う。まだ歯科医師が不足していると感じた。しかし、詳しいことは分からないが、治療のやり方などは同じだと思う。また、学生のうちに患者さんの治療を行っているので経験は豊かである。経験の面では日本は大きく遅れている。それをカバーできる強みを私たちは持つておかないといけないと今回感じた。例えば研究を学生の間からやっているとか、知識の多さなどである。ミャンマーでは英語で講義である。それについていけるように、せめて臨床のワードは英語でわかるように勉強していきたいと感じた。

生活に関することは、初めの2日は学校の敷地内の寮にいたが、そこのシャワーは水しか出なかった。また、バストイレでそこにはヤモリも3匹いて安心してシャワーを浴びれる環境ではなかった。郷に入れば郷に従えというが、さすがに日本との環境とのギャップに驚いた。女子が長期間滞在するのは難しいと感じた。慣れていない環境で、無理に我慢をすると誰かが体調を崩すと思い、ホテルに移った。寮は日本の田舎とも違う感じで言い表すのは難しいが、風習の違いを感じた。また、学校のトイレにはトイレットペーパーがなく、水で洗う感じだった。そこも、風習の違いだった。また、歩く文化ではないらしく、車移動が多かった。学生さんが自分の車を持っているのが普通らしく、送迎をしてくれた。学校に行く時は自分で運転していくか、親に送迎してもらうのが当たり前である。また、タクシーも日本のようにどれでも乗っていいわけではなく、Grabというアプリを使って呼ぶのが安全な方法らしい。メーターも付いていないのでいくら払ったらいいか現地の人に聞いて乗った方がいい。また、女の子一人でタクシーも危ないらしい。一人で夜に歩くのは絶対にダメだと言われた。殺人やひどいことに会う危険があるらしい。女の子は特に気をつけないといけない。今回はそういう面に合わなかったが、日本とは違うと感じた。しかし、今回出会った人はみんな本当にやさしかった。ミャンマーの人は真面目な仏教徒だからなのだろうか、困っている人に手を差し伸べてくれる。また、パゴダにお参りによく行くらしい。加えて、自分が豊かになったら困っている人のために寄付をするらしい。こういった姿勢は本当に勉強になったし、見習うべきだと自分を見直すきっかけとなった。



1 枚目：口腔外科の見学

2 枚目：現地の学生とのパゴダでの記念撮影