台北医学大学(TMU)研修

2025年3月9日~22日

看護科学専修3年 角田茉優，米田瀬奈

企画のプロセス

東京大学の提携校である台北医学大学（TMU）が毎年開催する、提携校の学生対象の看護研修プログラムに参加しました。

10月　専任教員のサポートいただき、本学科への海外研修応募用紙を提出
11月　応募用紙の審査承認
12月　専任教員を通してTMUの担当者から研修の日程と必要書類の連絡をいただく
1月　専任教員を通して必要書類を提出
3月　初日の大学紹介プレゼンの作成

スケジュール

日付	時間	予定
3/10	10:00~12:00	開会式 台北医学大学の看護学科と台北の紹介 参加大学ごとに大学紹介プレゼン
	12:00~13:30	ウェルカムランチ
	14:00~16:00	キャンパスツアー
3/11	10:00~12:00	大同区の健康管理センター見学
3/12	10:00~12:00	創傷ケアの講義
	14:00~16:00	VRの講義
3/13	10:00~12:00	台北医学大学病院の見学
	14:00~16:00	中国文化の産後ケアの講義
3/14	10:00~12:00	図書館と歴史館の見学
3/17	10:00~12:00	老年学と技術の講義
	14:00~16:00	中医学の講義
3/18	10:00~12:00	長期ケアの講義 →担当教授の都合で後日配信の動画に代替
	14:00~16:00	雙和病院見学
3/19	14:00~16:00	大稲埕ガイドツアー
3/20	15:00~17:00	災害看護の講義
3/21	10:00~12:00	最終評価プレゼン

海外研修のススメ

特に、海外研修に興味があるけれども海外に行ったことがなかったり、英語に不安があって躊躇っている人におすすめしたいです。現地大学の先生方も英語で授業を受けることが難しいことを理解してくださっているので、発言する機会を多く与えてくださるとともに、理解度を確認したり、理解しやすい言葉に変えながら説明してくださります。他にも日本各地の大学生が多く参加しているので、初めての海外でもハードルが低めかと思います。参加を悩んでいたら、ぜひ3年生で参加して海外研修の経験を積めて、4年生での海外研修にもつながると思うので、ぜひ挑戦してください！（米田）

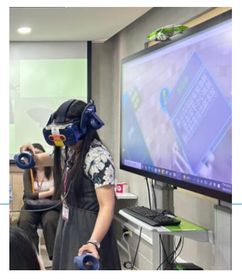
プログラム中は常に専門用語や台湾独自の制度などについての丁寧な説明や質問対応があり、英語力に不安があっても内容を十分に理解することができました。そしてプログラムのタイムラインには比較的余裕があったため、街の中を自ら散策することで台湾の文化や慣習についても実際に見たり感じたりすることができ、講義の中で知った制度や技術が生まれている前提となる部分についても学ぶことができたと感じています。現地の雰囲気とともに医療体制や社会の健康に関する取り組みについて学べる大変貴重な機会だと思うので、ぜひ参加を検討してもらえたらと思います！（角田）

学んだこと

＜中国文化の産後ケアの講義＞

産後の中国の伝統的な慣習であるSitting the Month/Doing the Month（坐月子/做月子）について学びました。これは褥婦が産後１ヶ月ほど外出をせずに、行動・食事に関する様々な慣習を実践して健康を回復する期間のことです。様々な慣習がある中でも特に、外出をしてはいけないこと、休まないといけないため家事などが出来ないとい慣習が大きく影響するため、昔は義母が担っていた産後ケアを代替する産後ケア施設が台湾には多くあります。産後ケア施設を利用するのが６割ほど、施設に入らず自宅で配食サービスを利用する人もいます。日本では産後ケア事業全体として利用率が１割ほどにとどまっているとされているので、いかに台湾で産後ケア事業が普及しているかが分かります。一方で、台湾では少子化の一途をたどっており、合計特殊出生率は1.0を下回っています。実際に台湾人の赤ちゃんを街中で見ることはかなり少なかったです。手厚い産後ケアがあってもなお、出生率が減少する他の背景があると考える機会にもなりました。（米田）

←産後ケアの講義の様子



VR体験の様子→

＜VRの講義＞

高齢者の生活を支えるために開発された装置やサービスについて学んだほか、VRゴーグルを用いて高齢者が住むのに最適な自宅環境や、高齢者に頻発する症状を持ちながら生活をする体験をしました。自力で湯船に浸かったりトイレの便座に座ったりできるように配置された手すりや自動で動く腰掛け、立ち上がりをサポートするベッド、自力で食事が取れるように持ち手を太く、そして湾曲させたスプーンやフォークなど、高齢者が独立して自宅で生活することを支えるような装置について学び、最後まで自分でできること・やりたいことを自分の力でできるようにするための取り組みについて知ることができました。そして今後は、このような理想的な環境や装置を考えることに加え、それらを実際に社会実装していくために必要な資源や技術、社会制度について考える必要があることを改めて認識する機会となりました。（角田）

＜街中の様子＞

台北では健康を考えたまちづくりがされているように感じました。例えば、住宅街の公園には左の写真のようにフィットネス遊具が設置されており、住民の運動のきっかけづくりになっているように感じました。また、健康管理センターに訪問した際には、道を歩きやすいように整備してウォーキングプログラムも運営していることを伺いました。さらに街中には至るところに大量のYouBike（シェアサイクル）のステーションが設置されています。日常的に多くの人が利用しており、東京のシェアサイクルよりもはるかに普及していました。人が健康行動を取ることに街のデザインが重要であるように感じました。

↑公園のフィットネス遊具

YouBikeのステーション→

そして、電動ベッドや補助椅子など自宅で暮らす高齢者に向けた補助具を売っているお店を大学の周辺だけで複数個発見しました。日本ではこのような補助具の実店舗は見たことがなく驚きでした。TMUの学生と話した中で、日本よりも子どもと同居している高齢者が多いと分かり、在宅生活の補助が市民の身近な問題なのではないかと感じました。オペ室を出た後に病棟へのストレッチャーで移動するのを、看護師などはつかず、家族が運んでいたのを病院で目にして、介護に関して家族が担う役割が多いということも考えられました。日本では独居の高齢者が多いことや看護師が行う範囲も広いので、日本とは異なる背景を持つ台湾だからこそ、見られた街の光景だったと思います。（米田）

←病院前の道路の様子

高齢者向け補助具が
店頭に売られている様子→

＜病院見学＞

訪問した2つの病院のいずれも、電子化がかなり進んでいる印象を受けました。日本ではほとんど手作業で行われているバイタルサインの記入や服薬管理が自動化することにより医療ミスの防止や負担軽減に取り組んでおり、今後医療者一人当たりの負担がさらに大きくなっていくと考えられる日本においても、導入が必要であると改めて感じました。
雙和病院見学で訪れたうちの一つである認知症病棟では、認知症を抱える患者さんが快適に、そして穏やかに生活できる環境づくりがされていることを学びました。具体的には、お手洗いや自分の部屋の場所がわかりやすいように表示が視覚的に工夫されていたり、日本でも認知症に対する非薬物的治療として行われている回想法の一環として、幼い頃に慣れ親しんでいたおもちゃや懐かしいものが展示されていたりします。他にも特徴的であったのは、高齢者病棟の中に、高齢者に起こりやすい嚥下機能の低下に関する注意喚起の展示があったことです。各病棟において、そこで特有の症状や治療法についての展示が多くあり、病棟の中という患者さんやそのご家族が目にすることが多い場所にこのような展示をすることで、医療者ではなく患者やそのサポートをする人たち自身が主体となって健康管理に取り組むことを促す効果があるように感じられました。（角田）

←昔のおもちゃの展示

↑お手洗いが扉に明記されている様子と
病室を見分けやすくするための果物の表示