ミネソタ州立大学マンケート校派遣報告書

53125010
看護学部２回　伊藤　咲希

今回、約２週間の留学に行かせていただき、数多くの学びとかけがえのない経験を得ることができた。現地のヘルスケア・看護の勉強に加え、ホストファミリーや現地の学生との交流、Health Summit というポスターセッションや講演が行われたイベントも経験することができた。

この留学を通して最も印象に残ったのは、現地の人の「文化に対する理解の仕方」である。アメリカの医療保険システムは民間保険が中心で医療費が高額であることは広く知られたことであるだろう。このシステムを現地の先生から教えていただいた際に、日本はヘルスケア・医療を人権として捉えるのに対し、アメリカは商品として考えるという価値観の違いがあるのだと知った。この違いは、国民皆保険制度で標準的な医療をほぼ全員が受けることができる日本で生活を送ってきた私たちにはとても衝撃的なものだった。しかしこの価値観の違いには、歴史的背景が深く関係しているのだと学んだ。アメリカは植民地支配から独立し、各自の権利や自由を自らの手で得てきたという歴史を持つ。そのため、自分のことは自分でやる、自由を求めるという価値観や信念が根付いているとのことだった。アメリカに行く前から、日米の保険制度の違いや価値観の違いがあるということは知っていたが、その違いの理由を、「価値観が違うから」だけで完結させていた。だがこの話を聞いてから、その「価値観の違い」を歴史的背景の違いという視点から捉えて考えることで、お互いの考え方の違いについて理解しやすくなったと感じている。また、現地の看護師に、文化が異なる人とどのように対話をするのかについて話を聞く機会があった。その看護師は「人から学ばせてもらう姿勢、リスペクト、対話を通して知る」ことを大切にしているとおっしゃっていた。どれだけ人と関わっても、自分が知らない文化や考え方というものはたくさんある。最初は分からなくて戸惑うことはあっても、学ぶことによってより良い関係性を築くことができたり、今後の人との関わりに活かすことができると考えた。そのため、これからはこれらのことを私も大切にしたい。そして留学中には症例検討を通して必要なケアやサービスを考えるという機会が複数回あった。その中でほぼ毎回、「その人や疾患に対する差別・偏見（スティグマ）は何か」や「それらが治療やケアに及ぼす影響」について考える時間があった。これによって、その患者の状況理解が深まるだけではなく、自分自身の中にある隠れた偏見を見つけることができるのではないかと考えた。その結果、より良いケアを多くの人に届けられるかもしれないと感じた。日本の看護や医療では、差別や偏見などを考えることは多くないため、新鮮な視点だった。

さらに、ホストファミリーとの生活でキリスト教徒の生活を体験することができたこともとても印象的だった。私は何か特定の宗教を信仰しているわけではないため、宗教との

生活というものは初めての経験だった。毎週日曜日には必ず教会に行くとのことで、実際に日曜日に一緒に教会に行かせてもらうことができた。そこでは、牧師の話を聞いたり讃美歌を歌うことはもちろんだが、一通りのプログラムが終了した後に、お菓子を食べながら聖書をみんなで読んでディスカッションしたり、牧師に直接尋ねたりできる交流の場が設けられていた。またそこにはたくさんの子供たちもいて、保護者ではない周りの大人ともたくさん遊んでいた。このような、宗教の活動が日常生活に根ざしていて、そこでのコミュニティもあるという生活があるのだと体験することができた。看護の授業で、宗教活動も心身の健康に関連すると学んだことがあったが、実体験を通して初めてそのイメージがしっかりできた。

最後に、このような貴重な学びの機会を作り、支えてくださった先生方、ホストファミリー、学生たちに深い感謝を申し上げる。

ミネソタ州立大学マンケート校研修報告書

大阪医科薬科大学
看護学部２年
中澤　小夏

今回の研修では約２週間という短い期間でしたが、多くの学びを得ることができました。将来の進路を明確に定めきれていない中で、日本とは異なる環境に身を置き、実際に現地の医療や看護を見て学ぶことで新たな視点を得たいと思い、本研修に参加しました。本研修では、現地の病院見学や大学での講義への参加、看護学生との交流、健康についてのポスター発表など、さまざまな活動に参加させていただきました。これらの経験を通して、特に、日本とは異なる医療制度や看護の在り方について学びを深めることができました。

アメリカでは NP（診療看護師）をはじめとする上級実践看護師が活躍しており、医師が不足している地域では NP のみで医療が提供されている場合もあることを学びました。看護師は医師の指示のもとで動くだけではなく、自ら判断し行動する場面も多く、日本の看護師の役割との違いに驚きました。同時に、高度な専門性と自立性が求められていると感じました。

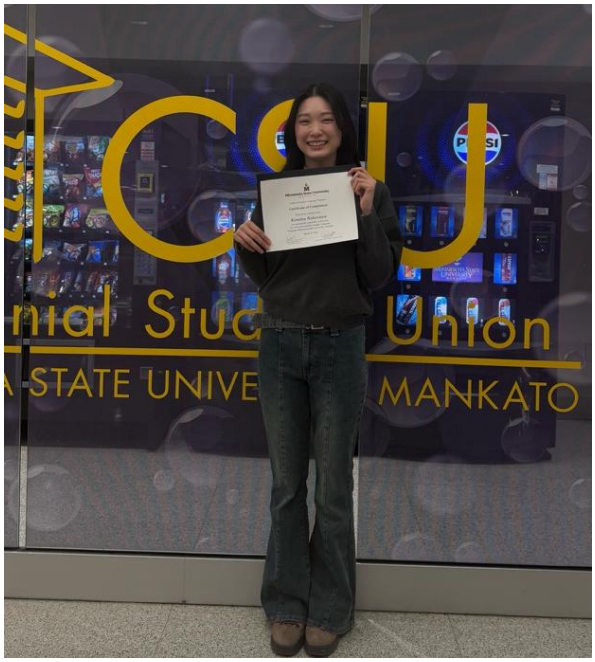
一方で、アメリカの医療制度は日本ほど手厚くなく、医療費が高額であるため軽い症状ではすぐに受診せず、まずは自宅で様子を見るという考え方が一般的であることも知りました。このような背景から、個人が自らの健康を管理するというセルフケアの意識が強く、日常生活の中で体調管理を行い、できるだけ医療機関に頼らないようにする姿勢が根付いていると考えられます。また、入院期間が短く、日帰り手術が多く行われているなど、日本との医療の在り方の違いを実感しました。それに対して日本では、医療機関へのアクセスが良く、早期から受診できる体制が整っているため、症状が軽いうちから継続的に関わる看護が提供されています。さらに、訪問看護や地域包括ケアを通して、治療だけではなく生活を支える継続的な看護も重視されています。このように、医療制度の違いは看護の役割や関わり方にも大きく影響していると考えます。

さらに、現地の看護学生との交流を通して、生活様式だけではなく、看護教育の在り方の違いについても学ぶことができました。また、アメリカでは多様な人種や文化的背景を持つ人々が生活しており、それぞれの価値観や生活習慣に応じた医療や看護が求められていることも印象に残りました。そのため、看護師には文化や宗教への理解、多様性を尊重した関わりが必要であると感じました。また、大学の授業では学生が積極的に発言し、自分の意見を明確に伝える姿が多く見られました。互いの意見を尊重しながら学びを深めていく環境は、日本との違いを感じた点の一つであり、将来看護師として必要な判断力や思考力を養うことにもつながると感じました。さらに、実際に健康に関するポスター発表では、日本の医療の特徴について説明する機会がありましたが、相手に分かりやすく説明す

る難しさを実感するとともに、コミュニケーションを通して互いの医療の違いについても理解を深めることができました。

今回の研修を通して、医療制度や文化、価値観の違いが看護の在り方に大きく影響していることを学びました。日本とアメリカでは看護の視点は異なりますが、それぞれに強みがあり、どちらの視点も今後の看護において重要であると考えます。今後は、本研修で得た学びを活かし、より広い視野を持って看護を学んでいきたいです。

最後に、このような貴重な機会を与えてくださった研修先の先生方、サポートをしてくださった本学の先生方、そして温かく受け入れてくださったホストファミリーの方々に感謝しています。

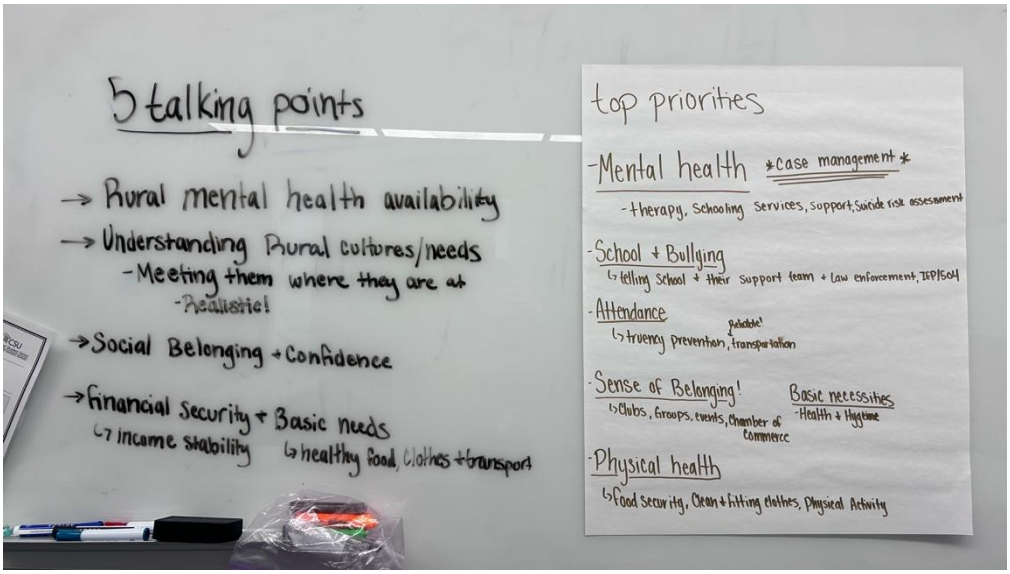


ミネソタ州立大学マンケート校研修を終えて

派遣期間：2026 年 3 月 15 日～3 月 31 日
看護学部 1 年生
53125022 平山未悠

1 現地学生とのディスカッション

現地の大学で行ったこととして、学生に混じっての講義参加があります。そこでは、ある人物(食生活などの生活環境、メンタルヘルスにおける課題がある)について、その人の健康と福祉をどう支えるかという内容でケーススタディに取り組みました。この課題に取り組む際、『上流（upstream）の視点での思考』を取り入れるよう指示がありました。健康的な課題について、限定的な視野ではなくそれに影響を与えているもの(社会的・経済的・文化的背景)を捉え、そこからどのように対象をサポートできるか考えるというものです。これは、実習で学んだ「傾聴を通して患者の全体像を理解する」という部分と似通ったものがあると感じました。単に徴候だけを見て患者を判断するのではなく患者の背景や心情を把握することで、根本的な患者の健康を目指すにはどうすれば良いのか考えることができるということです。実際にディスカッションの中では、対象の抱える課題として「地域社会での帰属感がない」「食料や、体型にあった服が手に入れられていない」「医療システムやカウンセリングでひどい経験をした記憶がある」といったものが一部として挙げられてました。これらの要素が不登校や過食、見た目に対するコンプレックス、いじめという下流での課題に繋がっているのだということです。根本的な問題を解決するには「健康へのアクセスを確保すること」「農村地域特有の課題への対応」「学校での的確な支援」など、小規模なものから大規模なものまで広くあることが分かりました。これらは全てまさに『upstream』の考えに基づいており、日本の大学で耳にする単語ではありませんが、患者へのケアリングを考える際に大切にしたい概念的な学びとなりました。そしてそこから、患者全体を見るということはどこの地域でも共通の認識なのだろうと感じました。またそれだけでなく、アメリカの大学では生徒一人ひとりが能動的に考え意見を交流することで実践的な思考や知識がより身につけているのではないかと感じられました。生徒が発言する際に挙手することもほとんどなく、自由に考えを交わしている様子は非常に新鮮なものとして私の目に映りました。日本の大学と比べてアメリカの大学では授業中に居眠りをしている生徒は見受けられず、ほとんどが熱心に考え積極的に発言をしていて、思考力や判断力を身につけるために良い環境なのだろうと思います。日本とアメリカでの学習形態や内容を比較してみて、共通した内容もあれば違いがあったりと教育の相違点・共通点を同時に肌で感じることができ非常に興味深かったです。



2 アイスホッケー観戦

滞在中はずっと勉強らしいことだけをしていたわけではなく、文化や娯楽を楽しむ機会も多くありました。渡米 2 日目の夜、ホストファミリーからの誘いでアイスホッケーの試合観戦に行きました。私のホストファミリーと他のホストファミリーは関わりがあったようで、彼らを招いて総勢 10 人ほどで楽しく会話しながらの観戦となりました。私たちが観戦した試合はちょうど決勝戦で、その夜に優勝チームが決定することとなっていました。MSU のチームである Marvericks は試合開始から最後まで圧倒的な強さを見せつけ、見事優勝しました。優勝が決まった瞬間の盛り上がりも圧巻で、選手だけでなく観客も一体となって素晴らしい結果に歓喜していました。その光景は見ていて気持ちが良いほどでした。日本でもスポーツ観戦は楽しむことができますが、ここでも文化や空気感の違いが

あったように思います。点数が入った時の盛り上がりやコールも盛んで、人との距離も近く感じました。ポップコーンやアメリカンドッグもご馳走になり、アメリカらしい空気感や人とのつながり、食文化を一度に味わうことができました。

ミネソタ州立大学マンケート校研修報告書

看護学部 1 年
米沢美海

今回、グローバル化が進む現代において求められる異文化理解と国際的な視野の獲得を目的として、2 週間に渡りミネソタ州立大学マンケート校での短期留学に参加しました。近年、日本においても在留外国人や訪日外国人の増加に伴い、医療現場では多様な文化背景を持つ患者への対応が求められています。このような社会の変化を踏まえ、異文化への理解を深めるとともに、海外の医療現場に触れることで、自身の国際的な視野を広げたいと考え、この留学に参加させていただきました。

研修内容は、マンケート校大学での授業・演習講義、Mayo Clinic や Madelia への訪問、大学内で開催された Health Summit の参加など、多岐にわたるものでした。また、大学外においても毎日ホストファミリーとの貴重な時間を過ごしました。この 2 週間は本当に濃密で充実しており、私にとって忘れられない経験となりました。

現地での生活や授業を通して、まず強く印象に残ったのは文化の違いです。特に授業では、学生が積極的に発言し、自らの意見を述べる姿勢が当たり前であり、日本との大きな違いを感じました。その背景には、日本と比較してアメリカの大学の授業料は高額であることに加え、自分の意見を発言することを重視する教育文化があると考えました。また、日常生活においては、近所の人同士の繋がりの強さが印象的でした。散歩中に近所の人と会うと挨拶だけでなく、自然に会話が始まるなど、日常的な交流が盛んであると感じました。さらに、近所の人を自宅に招いてパーティを行う文化もあり、実際に私はホストファミリーと共に、St. Patrick's Day や自身の誕生日にパーティを経験しました。このような体験を通して、地域のつながりの強さを感じると共に、それが人々の安心感や支え合いにも繋がっていると感じました。

次に、医療及び看護に関する学びとして、アメリカと日本の医療制度の違いが挙げられます。アメリカでは医療保険制度が日本とは大きく異なり、65 歳以上と貧困層、退役軍人以外は私的保険に加入します。そのため医療費が高額で、平等に受診できる医療サービスに差が生じることを学びました。一方、日本の医療制度は、国民皆保険によって多くの人が比較的低い負担で医療を利用できる点が特徴です。しかし、医療費の増加や医療従事者の負担といった問題も抱えています。これらの制度は、それぞれの歴史や価値観に基づいて作られてきた制度なので単純に優劣をつけることはできません。両国共にお互いの良い点を取り入れながら、より良い医療制度について考え

ていく必要があると感じました。また、Mayo Clinic に訪問した際には、最先端の医療技術だけでなく、チーム医療の充実や患者中心の医療が進んでいる点が印象的でした。アメリカでは個室が主流であることもあり、患者一人一人に対応した設備が充実していると感じました。例えば、ナースコールは単なる呼び出し機能にとどまらず、照明などの室内環境を調節できたり、看護師と会話ができたり多機能なものでした。これは入院生活の質の向上に繋がっていると感じました。また、各病室の外には患者の状態や必要なケアを示すマグネットが設置されており、医療者間での情報共有が視覚的かつ迅速に行われていました。さらに院内の案内表示やサインなどにおいても、「一目で理解できるデザイン」が徹底されていました。これらの工夫は、効率化と安全性の向上を実現し、多職種間での円滑な情報共有を可能にすることで、医療安全の向上につながると考えました。

この 2 週間、アメリカの医療だけでなく、文化や習慣など学ぶことが多く、毎日たくさんの貴重な経験をさせていただきました。最後に、この短期留学において、プログラムがスムーズに進行できるように動いてくださった大阪医科薬科大学の先生方、ミネソタ州立大学の先生方、毎日送り迎えをしてくれたり美味しいご飯を提供してくれたホストファミリー、現地で関わってくれた看護学部生の皆さんに感謝を申し上げます。ありがとうございました。

WATER
TOILET
Gen4
PAIN
SHADES

MADELIA
RESCUE SQUAD

ミネソタ州立大学マンケート校研修報告書

派遣期間:2026 年 3 月 18 日～3 月 27 日

看護学部 2 年

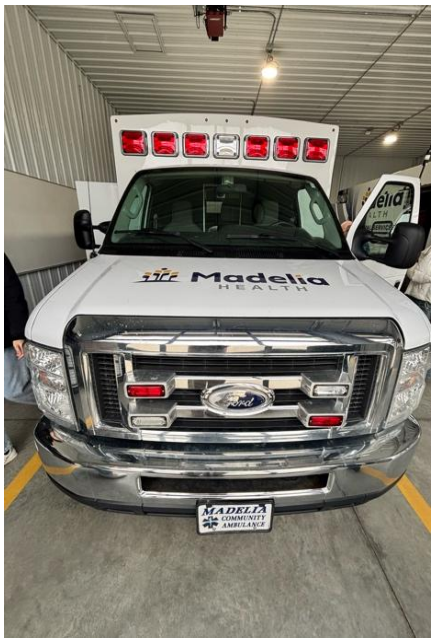
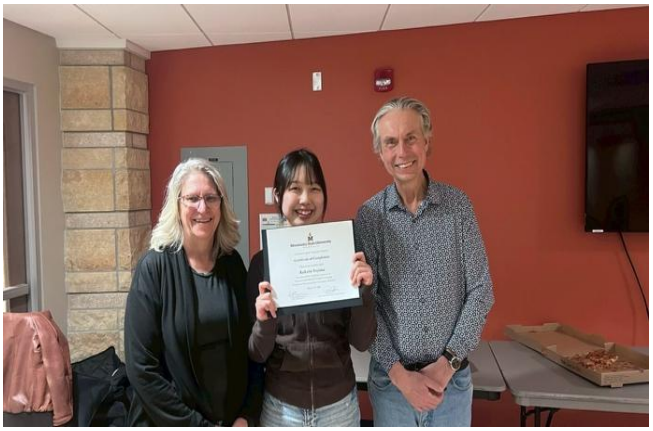
53125086

矢嶋心

今回のミネソタ研修では、多くの素敵な出会いと学びを得ることができました。私は英語が得意ではないため、出発前は大きな不安を感じていました。しかし、現地の方々が温かく接してくださったおかげで、少しずつ会話ができるようになり、日を重ねるごとに英語にも耳が慣れていきました。最初は聞き取ることも難しかった英語が徐々に理解できるようになり、自分自身の成長を実感することができました。研修では、大学内のクリニックやマデリアでの緊急医療サービス、シニアリビング施設の見学、ヘルスサミットへの参加、さらに現地の学生と共に授業に参加するなど、日本では経験できない多くの学びの機会を得ることができました。その中で、日本とアメリカの医療の違いが明確になり、特に印象に残ったのは医療保険制度とメンタルヘルスの違いです。

日本は国民皆保険制度を基盤としており、すべての国民が何らかの公的医療保険に加入することで、比較的低い自己負担で医療を受けることができます。この制度により、所得に関係なく一定の医療サービスを受けられるという公平性が保たれています。一方で、高齢化の進行に伴う医療費の増大や、制度維持における財政負担が課題となっています。これに対しアメリカでは、医療保険は民間中心であり、「商品」として提供されています。個人や雇用主が保険を選択するため、多様な選択肢があることや、質の高い医療や最新技術にアクセスできる点が特徴です。しかしその一方で、保険未加入者の存在や医療費の高さが問題となっており、経済格差が医療格差につながるという課題もあります。これらの違いから、どちらが優れているかと単純に比較するのではなく、それぞれの制度の背景や特徴を理解し、長所と短所の両面から捉えることが重要であると学びました。また、メンタルヘルスにおいても大きな違いを感じました。アメリカではカウンセリングやセラピーが日常的に利用されており、特別なものではなく生活の一部として広く受け入れられています。実際にマンケート校内のクリニックにはカウンセリングルームが設置されており、複数のカウンセラーが常駐していました。学生たちも「少し話したいときでも利用する」と話しており、その気軽さが印象的でした。一方、日本では精神的な不調を感じても医療機関を受診することに対して抵抗感が強く、カウンセリングはまだ身近な存在とは言えません。このような違いから、日本においてもメンタルヘルス支援をより身近なものにしていく必要があると感じました。

さらに、現地の学生との授業を通して、教育スタイルの違いも強く実感しました。マンケート校ではディスカッションやグループワークを中心とした参加型の授業が多く、学生一人ひとりが自分の意見を持ち、それを発信することが求められていました。実際に学生

たちは積極的に発言し、間違いを恐れずに意見を共有しており、その姿に感銘を受けました。一方で、自分自身はこれまで受け身の姿勢で授業を受けていたことに気づき、学び方を見直すきっかけとなりました。この経験から、今後は主体的に学び、自分の考えを積極的に発信していく姿勢を大切にしたいと考えています。

また、今回の研修を通して特に印象に残ったのは、人々の温かさです。先生方やホストファミリー、現地の学生たちは皆親切で、異なる文化の中でも安心して過ごすことができました。この経験から、看護においても患者さんは不安や緊張を抱えている中で、周囲の人の優しさや思いやりによって安心感を得ることができるのだと実感しました。自分が支えられる側として感じた安心感は、今後看護を行う上で非常に大切な視点になると考えています。今回の研修で得た学びや経験を今後の学習や実習に活かし、主体的に行動するとともに、患者さんの気持ちに寄り添える看護師を目指して努力していきたいと思います。