

国際交流基金助成事業報告書

薬学部 3年次生 赤松百華

【はじめに】

私は2023年3月1日から3月25日の25日間、4年次生の岡田櫻良さんと4年次生の橋本蒼太さんと共にタイのシーナカリンウィロート大学に留学させていただきました。留学には大学入学時から興味がありましたが、コロナ禍の影響で近年はその機がありませんでした。しかし、今回このような機会をいただけたことを本当に嬉しく思います。この度は国際交流基金の助成を受けて、さらにタイの学生や先生、大阪医科薬科大学の関係者様方の多大なるご支援のおかげで交換留学生として、とても貴重な経験をさせていただきました。心より感謝いたします。

【シーナカリンウィロート大学について】

シーナカリンウィロート大学は、ナコンナヨックとバンコクにキャンパスをもつ国公立大学で、薬学部はナコンナヨックにあります。タイの首都であるバンコクからナコンナヨックのキャンパスまでは車で約1時間半かかります。同じキャンパス内には医学部、看護学部、体育学部、工学部などもあり、キャンパス内は専用のバスで移動する程とにかく広いです。学生はほとんどが大学内の寮に入り、大学の敷地内で生活するため、大学の中には病院や薬局、カフェ、レストラン、銀行、コンビニ、雑貨屋、マッサージ屋など何でもそろっており、さらに毎日のようにマーケットまで開催されます。キャンパス内には学生だけでなくいろんな世代の人がいて、毎日賑やかでした。



薬学部



大学内の様子



大学内のカフェのタイティー

薬学部は6年制で pharmaceutical care と pharmaceutical science の2つに分かれています。care に所属する学生は主に病院に就職し、science に所属する学生は主に企業に就職するそうです。また4年次と6年次に試験があるそうで、日本の薬学生も4年次にCBT、6年次に国家試験を受けるので、同じだなと思いました。また私たちが留学していた時期はちょうど定期試験の期間で、学生たちが今日は徹夜するや睡眠不足だなどと話していたので、タイの薬学生も日本と同じように大変なのだと思いました。

【活動内容について】

1. 薬局訪問

大学の中にある薬局を見学させていただきました。タイの薬は、日本のものよりカラフルで大きなものが多いという印象を受けました。棚に置かれている薬は、タイハーブなどのタイ独自のものから日本のドラッグストアでよく見かけるものまでありました。また、驚きだったのはシーナカリンウィロート大学が独自に開発した商品が置かれていたことです。SerWUというブランドで、ボディソープやアルコールジェル、ヒールケアクリームなどが売っていました。ヒールケアクリームが一番よく売れるらしく、薬局の中を紹介してくださった薬剤師さんがおすすめだと話しておられました。後でそのクリームをつくっている大学内の施設にも行かせていただきました。

薬局はとても入りやすい雰囲気です。薬剤師に相談しやすい環境でした。私たちが訪問させていただいた間にも学生が来ていて、薬剤師に症状を相談し、それにあった薬を選択し提供してもらっていました。日本の薬剤師との違いを間近で感じることができました。



大きめの錠剤



SerWU の商品

2. マヒドン大学付属ラマティボディ病院

大学内での Job fair に来られていたラマティボディ病院の方と会話をしたのがきっかけで見学させていただくことができました。マヒドン大学付属ラマティボディ病院は、タイの医療系最高峰のマヒドン大学附属の公立病院で、バンコク中心部にある中核病院のひとつです。

はじめにがん専門の薬剤部のなかを見学させていただきました。抗がん剤の調製や保管の仕方、高価な抗がん剤の取り扱いなどたくさんのお話を教えていただきました。そのなかでも興味深かったのは、home medical chemotherapy のための装置です。この装置の中にいくつかの薬を入れておき、患者の体に埋め込まれた管とつなげれば数日間病院に通わなくてよくなるというものです。細かな仕組みまでは分かりませんでしたが、初めて見る装置だったので興味をもちました。

また訪問にあたっていくつか質問を考えてきていたのですが、その薬剤部におられた薬剤師さんにタイの薬剤師のこれからはどうなると思いますかという趣旨の質問をしたところ、将来的には電話やスカイプで患者とオンラインでつながり、また簡単でよくある処方については病院に来なくてもよくなるだろうと話されていました。そのための活動のひとつに今回紹介していただいた装置もあるのだろうと思いました。また病院に来ることが減るということは、家で飲む薬で病気を治療するのだから、薬剤師としての役割は大切になってくると考えました。



無菌調剤室



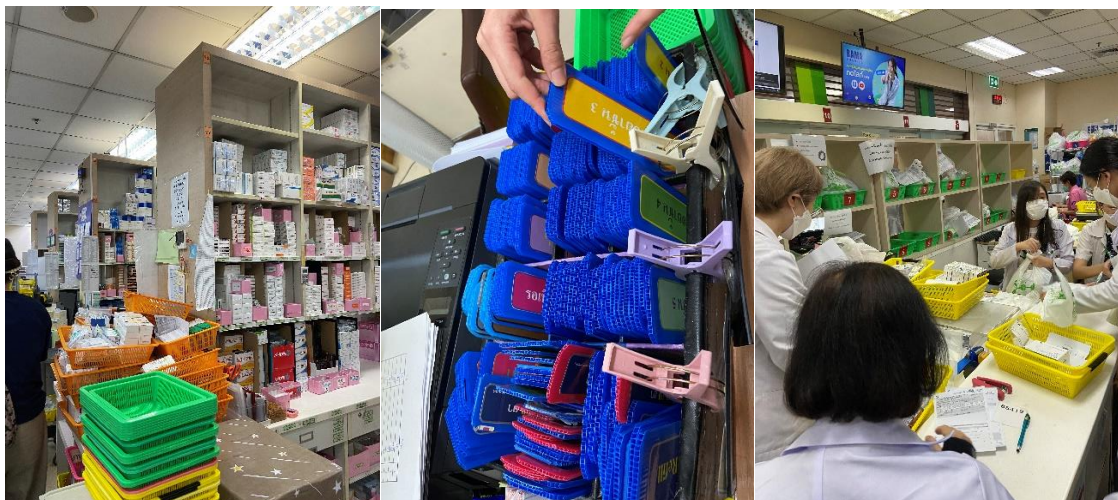
質問の様子



home medical chemotherapy
のための装置

次にラマティボディ病院のなかのほとんどすべての薬を調剤をしている部屋に行きました。外来の患者の薬から入院の患者の薬までをこの部屋で調剤していました。各階の病棟にエレベーターで薬を届けていました。処方箋の数もとても多いので、部屋のなかは大変忙しそうでした。そんな中で間違いを防ぐために、かごの色や札を使って工夫されていま

した。



薬棚

分類のための札

調剤の様子

3. Pharmacy event

Pharmacy event は、タイの薬学生が患者と薬剤師の役になり、どれだけうまく服薬指導をできるかという大会でした。タイ語部門と英語部門があり、私は英語部門の会場を見学させていただきました。タイの薬学生の英語はペラペラで、難しい医療用語もちゃんと使いこなしていて本当にすごかったです。時間が決められている中で、患者の症状を聞き出し、それにあった薬を患者と英語でコミュニケーションをとりながら考え、選択していました。また、患者役の学生はとてもユーモアがあり、例えば猫が大好きな年配女性の患者役などになりきっていました。タイの薬学生の英語力に衝撃を受け、よい刺激になりました。



Pharmacy event



会場の様子

4. Home health care

滞在中に2世帯の家族の家に訪問させていただきました。1世帯目の家族は、父親、息子、娘の家族全員が統合失調症である家でした。父親は歩行器が必要なほどに足が悪いようで、息子は交通事故にあって下半身不随・統合失調症になり、今は幻覚などの症状もあるようでした。娘は、自らも統合失調症を患いながらも父親と息子の世話をしているということでした。タイ語であったので、彼らが言っていることは分かりませんでした、とにかく疲労していることは感じられました。2世帯目の家族は、姉妹だけで暮らしていて、2人ともが統合失調症である家でした。カルテを見させてもらうととても分厚く、10数年も前から病気が続いているということでした。統合失調症の患者の親から生まれた子供の発症率は10倍に上昇すると言われており、家族で連鎖的に発症してしまうことも多いことを実感しました。

今回の訪問では医師が問診をし、看護師が血圧を測り採血をし、薬剤師は薬の数を数えて患者が指示どおりに飲んでいるかを確認し服薬指導をしていました。飲み忘れがある場合には、お薬カレンダーをつくってあげていました。また、どの医療関係者もみんな患者と話すときは笑顔で接していて、こちらから歩み寄る姿勢を感じました。在宅医療は、家族で困っている人、へき地に住んでいて車がない人などが対象であり、そのようなひとの健康と生活を支えることが在宅医療の意義であると改めて思いました。



問診の様子



患者宅までの道



お薬カレンダーをつくる様子

5. 実習

滞在中、いろんな学年のいろんな実習に参加させていただきました。どの実習でも先生、学生ともにとっても優しく手順の説明をしてくださり、楽しく実習に参加することができました。ビタミン剤をつくる製剤実習では、打錠機を自分たちで組み立て打錠しました。また、自分の好きなにおいを調合して自分だけのマッサージオイルをつくる実習、好きな色を組み合わせ自分だけのリップをつくる実習もありました。日本ではやったことがない実習がたくさん経験でき、特別なお土産もできてとても嬉しかったです。



製剤実習



マッサージオイル



リップ

【生活について】

寮について

私は薬学部までバスで5分、歩いて15分のところにある寮で、同じく大阪医科薬科大学からの留学生である岡田さんと同室で生活しました。家族以外の人と同じ部屋で約1か月を過ごすのは初めてだったので不安もありましたが、毎日夜はたくさん話をしてとても楽しい時間を過ごせました。部屋は2人で過ごすには十分な広さのあるものでした。ベッド、机、イス、コンセント、エアコンなど必要最低限のものはしっかり揃っていましたが、エアコンは熱帯の国だからなのかとても強く、温度の調製もできなかったため温度管理には苦労しました。共同のシャワーは、お湯が出なかったです。また大学内と寮内のトイレにはトイレットペーパーがなかったので、日本から持参しました。洗濯物は、半分は自分たちで手洗いをして、もう半分はタイで私たちの身の回りのお世話をしてくれた大学の方が家で洗ってくれていました。その方に洗っていただいた洗濯物は柔軟剤の良いにおいがして、すべてにアイロンをかけてあって本当にきれいでした。その方には洗濯以外にも本当にたくさんお世話になり、感謝してもきれません。

タイではセブンイレブンがいたるところにあります。寮の隣にもセブンイレブンがあり、日本のコンビニで見ると同じものも多くありました。タイ独自のものもあり、コンビニの商品を見るだけでも楽しかったです。そして、私たちの暮らした寮では猫が飼われていました。現地の方にとっても可愛がられていて、定期的にエサをもらっていました。寮の扉を開けると私たちについて一緒に入ってきたり、とてもかわいかったです。大学の敷地内には野犬もたくさんいます。一度早朝に大学内を歩いていると、野犬に囲まれて吠えられたことがありました。今ではいい思い出ですが、その時はとても怖かったです。昼間も野犬がいたるところに寝転んでいるので、噛まれないか心配になりました。



寮の部屋

セブンイレブンのおにぎり

寮で飼われている猫

食事について

滞在中は、タイの先生や学生が毎日のようにいろんなレストランに連れていってくれました。大学内で食べたり、車やタクシーをつかって学外に連れていってくれたり、毎日昼も夜も現地の方と楽しく会話をしながら食事ができました。とても刺激的な毎日でした。

私は辛いものもパクチーも苦手で、はじめの頃はタイの料理が自分には合わないかもしれないと心配していたのですが、タイの方々にいろんなものを紹介してもらったうちに、好きなものが2つできました。ひとつがパットシーユーです。パットシーユーは日本の焼きそばのようなもので、もちもちの太麺と黒醤油の相性が最高でした。もう一つ、好きになったのがロティです。これはタイ料理ではなくイスラムの料理のひとつなのですが、学生の中にイスラム教徒の方がおられて、イスラム専用のレストランに連れていってもらった時に会いました。ロティは、薄く伸ばしたクレープを焼いたような料理で、さまざま種類があるのですが、私はその中でもパリパリになるまで焼いたクリスピーロティが一番好きでした。



パットシーユー

クリスピーロティ

タイの学生との食事会

【観光について】

チャトゥチャック・ウィークエンドマーケット

滞在中の2週目の土日に私たち留学生だけでバンコクへ行きました。大学からのバスに乗って電車が出ているところまで行き、そこから電車を何度か乗り換えてチャトゥチャックまで行きました。車で行けば1時間半ほどですが、慣れない土地ということもあり約4時間かかりました。

チャトゥチャック・ウィークエンドマーケットはとても広く、約15,000軒以上のショップがあるらしく1日では回り切れないほどでした。今流行りの洋服やアクセサリ、また伝統的な民族衣装や置物などがたくさんあり、ここでたくさんのお土産を購入することができました。タイの物価は安く、たくさん買っても数百円ということもあり、とても助かりました。

移動にはトゥクトゥクを使いましたが、現地の人に聞くとトゥクトゥクを使うのはほとんど観光客だけであり、観光客が乗った場合、相場がわからないためだまされることが多く、あまり利用しない方がよいとのことでした。実際に私たちが乗ったときも料金は、大学内でご飯が4食、食べられるほどの高額な値段でした。



電車での移動

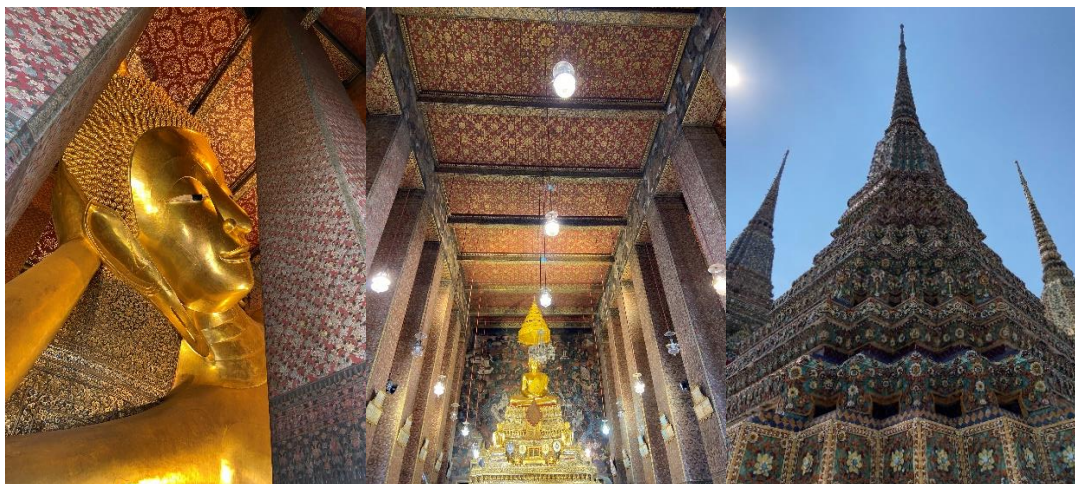
チャトゥチャックマーケット

トゥクトゥク

ワット・ポー

滞在の最後の日に、ワット・ポーという寺院に行きました。ワット・ポーは大寝釈迦仏（大きな寝ているお釈迦様の仏像）で有名で、実際に近くで見ても本当に大きかったです。さらに、タイ・古式マッサージの総本山、19世紀タイの知の殿堂でもあり、とても意味のある場所だそうです。陶器の破片をはめ込んで造られた色とりどりの仏塔は歴代国王のお墓ということですが、近くで見るとその柄はとても可愛く、いくら見ても飽きないほどでした。

タイといえば仏教国として有名ですが、現地の先生や学生にも仏教徒の方がたくさんいました。ブッタのお守りのようなものをいつも首からさげている学生の方や、毎週決まった寺院に行ってお祈りをしているという方もいました。



大寝釈迦仏

本堂

仏塔

タイ古式マッサージ

タイ古式マッサージは、タイ伝統の一種のマッサージであり、揉み動作だけでなく四肢を曲げ伸ばすストレッチを含んでいるものです。タイはこのタイ古式マッサージで有名であり、とても良い観光資源となっています。これは医療ツーリズム（外国に行って治療や医療サービスを受けること）と呼ばれ、タイの国家政策の一つになっています。

私も体験しましたが、日本でマッサージを受けるよりも格安で本格的なマッサージができて大満足でした。大学内にもマッサージ屋さんがあり、そこでは全身のマッサージを200 バーツ（約 780 円）で受けることができます。そのマッサージ師さんは力が強く、少し痛いくらいですが、それがよく効きます。

【おわりに】

この 25 日間で得られたものは、言葉では表しきれません。ただ最終日、空港に着いたとき、1 日目の気持ちや風景を思い出して、確実にあの時から何か変わったと心が高揚した瞬間が今でも忘れられません。その素晴らしい経験をもって、これからさらに飛躍できるよう、何事にも前向きな姿勢で努めて参りたいと考えております。

私は外国に行くのも今回が初めてでしたが、まさに 3 歳児かのような感覚でいくらでも吸い込めるスポンジになった気持ちでした。外の景色を見るたびに、人の行動を見るたびに新しい発見で、毎日が新しいというのはこういうことかとわくわくしました。

さまざまなことに不慣れな私をタイの方々は皆とても優しく、にこやかに接してくださいました。はじめての留学がタイで本当によかったと思います。私は今回の短期留学でたくさんの貴重な経験をさせていただきました。これらはすべて、タイの学生や先生、大阪

医科薬科大学の関係者様方の支えと国際交流基金助成事業のおかげです。心から心から感謝いたします。ありがとうございました。



大学内の庭にて



帰りのスワンナプーム国際空港