

学生 ①

「メキシコで得た仲間と経験」

メキシコでの研修は、海外での歯科医療を学ぶことの出来る最高の機会であったため、このチャンスを自分の将来に生かしたいと思い、身の引き締まる思いで参加しました。しかしメキシコは全ての日程でホームステイとなっているためコミュニケーションに少し不安がありました。けれどメキシコについてすぐに UAEM がホストの学生と、ホストファミリーの人達との welcome party を開いて下さり、そこでやさしくフレンドリーに話しかけてもらいその不安もなくなりました。

まず大学病院での感想を述べたいと思います。私達明海大学の学生はこの研修後に病院実習が始まるため、UAEM の歯学部での診療見学はとても勉強になりました。またホストの人達そして UAEM の先生方に病院を案内、説明してもらい直に自分の目で見させていただくことができ、さらに治療をしている先生方に質問もさせてもらえるため、海外での医療の考え方やその仕組みを肌で感じる事ができ、日本には到底出来ない経験をする事ができました。またホストの学生達は自分たちと同じ年にもかかわらず、UAEM ではもうすでに知識の修得は終了し、各々の患者さんを持ち実際に治療をしていたため日本との医療の違いを身にしみて感じました。

またメキシコの学生達はとても積極的に授業や実習に参加しており、日本との違いにとっても驚きましたが自分もそれを見習わなければならないと改めて考えさせられました。

この経験やこの海外研修でできた繋がりを自分の学生生活のみならず、これからのグローバル社会に適応した歯科医師になれるよう活かしていきたいと思います。

また休日では信頼を深めるために、メキシコの文化や歴史を知ることのできる場所や観光地を案内してもらいました。ホストや、家族、友達と一緒に観光したサン・ミゲル・デ・アジェンデは 2008 年に世界遺産に登録されており、コロニアル建築の歴史的な建築が立ち並ぶ美しい街で、ホストの説明では世界中の美術家が集まるアートの街とのことでした。その街並みは日本では見る事のできないものなのでとても感動しました。

そこで、ホストやその友達が、街やそこにある教会の歴史などについて、説明を英語やスペイン語で自分に一生懸命してくださり、親睦を深めるとともにコミュニケーションの大切さを知りました。

テオティワカン遺跡では発達した文明にとっても驚き衝撃を受けました。また月のピラミッドと太陽のピラミッドに登らせていただきました。この都市遺跡の景色はとても壮観でした。

また歓迎会では、メキシコの伝統的な衣装をプレゼントしていただき、独特なリズムのダンスを見せてもらい、また実際に私たちも教えてもらいながら一緒に踊りました。とても楽しく盛大に歓迎してもらいました。

終了式とお別れパーティーでは、私たちからは日本の伝統的な衣装である浴衣をプレゼントしました。皆良く似合っていて、とても喜んでいました。UAEM から修了証書ももらい、先生やホストの人達との別れはとても悲しく、この研修が私にとってかけがえのないものになったのだと実感しました。またホストファミリーの方々から、君は私たちの家族だという言葉を受け、とても嬉しく感激しました。

そしてメキシコはホームステイのため、この海外研修プログラムの中で、一番勉強やコミュニケーション力が身に付いた研修先だと思います。またメキシコならびに朝日に一生の友人ができたことは私の最大の宝物だと思います。

私は明海大学海外研修先で一番古く、伝統のあるメキシコに参加できたことをとてもうれしく思うとともに誇らしく感じています。

この貴重な体験を与えてくださりサポートを下さった、明海大学、インストラクターの先生、朝日大学の方々、一緒に研修をした仲間、UAEM のの方々、そして私たちを受け入れて下さったホストならびにホストファミリーの皆さまに感謝いたします。

学生 ②

「メキシコと日本の違いとは」

メキシコと日本の違い、それはまず食事です。日本ではお米が中心ですが、メキシコではトルティーヤと呼ばれるトウモロコシが原料のナンのようなパンが主食です。これに肉や野菜、チーズなどを挟んで食べます。もちろん美味しいものですが、日本人の僕にはお米が恋しいものでした。ステーキを食べる時でさえトルティーヤを巻いて食べるのです。さすがにそのときは驚きました。また、香辛料を好み、有名なパスタに使うタバスコはメキシコ生まれのもので、僕らの想像を超える辛さで、種類も豊富ですべて違う味で辛さも違うとホス

トは言っていました、どれもこれも辛いので僕にはその違いがわかりませんでした。果物は日本よりも種類が多く、その中でも安くて甘くて美味しいマンゴーは僕の好物で、その他にも日本では見られないノパールと呼ばれるサボテンの実であるツナ、パパイヤなど沢山ありました。デザートをはじめ飲み物も甘いものが多く、大人も子供も関係なく甘いものを普段から食べます。中でもトルティーヤをコーラで流し込むホストファザーの姿には驚かされました。アフター5ではそのコーラにテキーラが入っています。トルティーヤを米と考えるとみそ汁で流し込むのが僕の父のイメージですが、見事にそのイメージは壊されました。やっぱり食文化の違いは大きいものでした。生活スタイルとしては、朝食は日本よりも早い5時位で、7時には仕事を始め、昼食を軽くおさめて15時には仕事を切り上げ、17時には家族そろって早めの夕ご飯を食べます。普段気が付かないものですが、僕がお邪魔した家庭ではどこも食卓にはテレビはなく、日本の2~3倍の広さで皆で囲めるものでした。このスタイルからも食事や会話、そして家庭や友人を重んずる国民性が伺えました。

二つ目の違いとしては言葉の違いで、メキシコではスペイン語を話します。日本人と同様にあまり英語を得意とはせず、ホームステイ先ではなかなか会話に困りました。しかしながら、びっくりするほどの歓迎を受け、言語の壁を超えた信頼関係ができてとても有意義に過ごせました。僕のホストファミリーは喫煙もせず、犬が大好きで6匹も庭で走り回っていて、さらには音楽が大好きで毎日皆でギターを弾いて歌を唄うといった快適な生活を過ごせました。もちろん、研修の一つである学校見学、体験実習では最低限の英語は必要です。特に歯科英語で、日本との違いを質問したときなど英語がわからなければせっかくの機会を有意義に過ごすことはできません。

三つ目の違い、それは歯科の教育制度で、メキシコでは免許がなくても歯科治療ができます。誤解を生む表現ですが、大学病院内で歯科学生が大学教員の指導のもとで、座学で学んだ知識と平行した臨床、すなわち歯科治療ができるのです。これによって卒業したのちにすぐに臨床をこなすことのできる歯科医師を育てることができます。僕ら歯科学生にとっては目から鱗の教育制度ですが、これには日本と異なる社会体制、歯科治療を必要とする患者の多さが物語っています。抜歯で訪れた患者さんの大臼歯を見たときに、歯冠部に大きな深い溝をみました。もし、大臼歯にシーラントなどの予防填塞を行っていたら、大臼歯を抜歯する状況にはならなかったのではないかと、虫歯が多発しなかったのではないかと思います。また、現在もアマルガムが通常使用されています。もちろん、それにはアマルガムが安価で

あることや患者の経済的な状況などが関係しています。国が違えば経済、社会も異なり、それに伴って教育制度や治療が異なってくるということです。日本では歯科治療には保険が適用されますが、メキシコではアメリカと同様にすべてが自費診療です。良い治療ほど料金が高くなる様子で、逆に歯科学生が行う治療はお金がかからないとのことでした。

四つ目の違いは、メキシコで見られる歴史的建造物はどれもこれも日本では考えられないような想像を超えた大きなスケールで、一体どうなっているのだろうと思いました。紀元前後に立てられたピラミッドを見たり、太陽をモチーフにしたステンドグラスの植物園を見たり、銀鉱山の町の商人が立てた大きな協会を見たり、沢山の場所に行きました。何よりも普段の旅行では味わえないような、ホストファミリー全員での観光は格別で、写真を撮ろうとすると後ろの風景が見えなくなるくらい皆が重なり、いつも笑顔で溢れていました。それらは僕らの宝物です。

最後に、この交換留学を通して沢山のことを学びましたが、ホストやホストファミリーとの関係は掛け替えのないものとなりました。本当の家族の様に接してくれて、最後のお別れのときに皆がまぶたを腫らして抱き合ってお別れしていたことが今でも心に残っています。人生の中で掛け替えのない仲間や家族と出会えたこと、本当に感謝しています。言葉や食事、文化や教育、沢山の違うものがありますが、国を越えても決して変わらないもの、一番大切なものを手に入れられたのではないのでしょうか。

学生 ③

「メキシコでみつけた将来の目標」

明海大学の数ある研修先でメキシコだけ唯一ホームステイ、さらにスペイン語圏であまり英語が通じないということを昨年度の先輩方から伺っていました。また、私もあまり英語はできないので楽しみな反面不安な気持ちもありました。しかしこれは、海外の歯科医療を実際にその場で見聞することができ、自分自身を表現するためのコミュニケーション能力を培う良い機会だと思いメキシコへと向かいました。

現地に到着した時には夜の遅い時間でした。そんな時間にも関わらず、それぞれのホームステイ先である UAEM の学生とその家族が私たちを歓迎してパーティーを開いてくれました。

その翌日にはサンミゲロ、3日目にはケレタロをホストファミリーと観光をしました。

サンミゲロは日本ではあまり見られないような美しいレンガ調の町並みで中心地には大きな教会がありました。教会の中は外の喧騒が嘘のように静かで日本の神社とはまた違った雰囲気新鮮でした。ケレタロでは山の上にある大きな一つの石を観光し、ブドウ園へと向かいワインを味わいました。メキシコのお酒はテキーラというイメージが強いですが、土地が乾燥しているのでブドウの栽培も盛んでおいしいワインを味わうことができました。4日目はメキシコの首都であるメキシコシティを二階建てのバスで観光しました。

5日目からは病院見学のため UAEM に向かいました。大学は明海大学の様に病院と併設していましたが、ほとんどの施設が二階建てとあまり高くありませんでした。大学での病院見学ではホストの学生による抜歯やアマルガムなどの治療を間近で見ることが出来ました。まだ私たちは病院実習も始まっていないので、自分たちと同年代の学生が患者さんを受け持ち、治療をしていることに少し焦りを感じました。病院内のユニットは日本の診療所によく見る半個室とは異なり、それぞれのユニットが周囲から見えるようになっていて驚きましたが、設備や衛生環境にあまり違いは見受けられませんでした。しかしよく観察していると、私たちが注射器にキャップをかぶせる際に針刺し事故を防ぐためにすくい上げてキャップをするのに対し、UAEM の学生は手で直接キャップをしていたので少しひやひやしました。病院見学後はメキシコの先生によるレジン修復や、メキシコの文化と歴史をわかりやすく講義をして下さいました。その日の夜は UAEM の学生がプレゼントしてくれたメキシコの伝統衣装に身を包み、みんなで歌や踊りをして親睦を深めました。翌日は午前中に講義を行い、その後は UAEM の学長や理事の方々にお会いしました。日本から来た私たちをととても歓迎しており、これからも交換留学などの交流を深めていきたいという趣旨をおっしゃって下さいました。また、私たちのたどたどしいスペイン語のスピーチを笑顔で聞いて下さいました。

ホストの実家は大学から3時間以上かかるところにあるので、私は大学に近いホストのアパートにお世話になりましたが、私が滞在するのでホストファミリーはわざわざ隣の部屋を借りて面倒を見てくれました。お互い言葉も通じないのに本当の家族として温かく迎えてくれたことにとても感謝しました。ホストとも夜遅くまで YouTube でお互いの国の歌をうたったり、将来はどんな歯科医師になりたいかなど展望を話し合ったりして互いの絆を深めました。

最終日にはさよならのパーティーを開催してもらい、UAEM のメモリアルノートに自分の名

前を記入し、交換留学の修了証をいただきました。10日間の滞在でしたが同年代の UAEM の学生が患者を持ち、治療を行うところを間近で見て、これからの学生生活と歯科医師になるための大きなモチベーションになりました。

最後に、今回の海外研修に行くに当たり事前準備やサポートして下さった先生方や学事課の方々には感謝しております。また今回初めて引率となった門倉先生には大変感謝しています。私たち学生がトラブルも無く海外研修を無事に終えることができたのも門倉先生の気遣いがあるからこそだと思います。本当にありがとうございました。

学生 ④

「メキシコでの歯科医療と将来の目標」

メキシコに行くことが決まり、メキシコはスペイン語が主に話されており、英語の通じない全く知らない言葉話す国で、うまくコミュニケーションは取れるのかという少しの不安と、言葉の通じない国でうまくコミュニケーションが取れたときの感動はどのようなものなのかという大きな期待を覚えた。

メキシコにつき荷物の受け取りを済ませ、あとはメキシコの学生たちと会うだけとなった時、私たちは出口の方が騒がしいのに気づいた。よく見てみると、メキシコ国旗と日本国旗の風船をもった人々が扉が開くたびに大騒ぎしているのである。私たちはその光景を見た瞬間に不安が消え、一刻も早く彼らに会いたいと思い、出口へ急いだ。そして実際に会ってすぐに打ち解けていた。

メキシコに到着したその日にウェルカムパーティーを開いてくれて、これからお世話になるホストファミリーや他の研修生のホストファミリーと仲良くなる機会を与えてくれた。

メキシコの人たちはとても陽気で全力で、また、私たちをもてなそうとしてくれるのが伝わってきた。そして私たちもそれに全力で応えたいという気持ちになり、もてなす側ももてなされる側もとても楽しめた。

大学がない日は、いろいろな観光地に連れて行ってもらった。サンミゲル、ケレタロ、テオティワカン、メキシコシティである。どれもとてもきれいで楽しく、とても充実した一日となったが、その中で最も印象に残っているのがテオティワカンである。テオティワカン観

光はメキシコに来て滞在予定の半分以上が過ぎた頃だったのだが、このころには UAEM、朝日、明海すべての学生の仲が深まっており、心から楽しんでいました。

夜はメキシコのいろいろなパーティを体験させてくれた。民族衣装を着て行うパーティや、メキシコの居酒屋、結婚式などにも参加させてくれた。どのパーティでも必ずみんなでダンスをしたが、特に民族衣装を着たパーティでは、プロのダンサーや歌手を招きメキシコの伝統的なダンスや歌を私たちにを見せてくれた。それが終わると日本人もメキシコ人も先生も生徒もホストファミリーも自然に真ん中に集まり皆がダンスを楽しんだ。

UAEM では治療風景を見せてもらい、いろいろな科を見学させてもらったのだが、その時にホストたちとその症例や治療計画、診断などについてたくさん話しあったのはとても新鮮で素晴らしい経験だった。今まで勉強してきた知識をすべて使い、歯科のことについて話し合うことでとても刺激を受け、もっとここを勉強したい、ここの部分が勉強不足だなど明確な目標を見つけることができた。

また、病院見学をさせてもらった後に先生たちの講義を受け、メキシコの医療と日本の医療の違いなどを学んだ。特に驚いたのは、メキシコではおよそ八割の歯科医がアマルガムを使っており、歯科の主要材料として存在していることである。

実際にホストの歯科医でもアマルガムを使っており、日本ではアマルガムを使うことはほとんどなく、私自身アマルガムを見たことがないと言ったら取り出して見せてくれた。

そのあとに UAEM のメインビルディングに行き、理事長やその他の先生方の前で自分たちで調べたスペイン語で挨拶をしたのだが、どの先生方もとても温かく聞いてくださりとてもうれしく感じた。

今回の海外研修ではとても多くのことを学び、また海外に対する不安や恐怖心などは全く感じなくなった。この恵まれた経験を生かして将来海外に行って勉強をし、海外でも活躍できるような歯科医師になることが私の目標となった。

この海外研修について私は感謝の気持ちでいっぱいである。

学生 ⑤

「VIVA MEXICO」

メキシコでの研修を終えて、全く異なる文化、言語、人間性、そして歯科医療に出会いました。メキシコでの日々は、多くの人の暖かい気持ちを感じる日々でした。毎日が笑顔で溢れていました。日本と 8000km 離れた国での出来事でしたが、笑顔や楽しさ、人へ対する温かい気持ちや、歯科医師という職業への憧れや想いは国境を超え共通し、そして自然と伝わるものであるのだと感じました。そしてその時間を共有しているのは、皆歯科医師を目指す者であることを考えると嬉しい気持ちになりました。

メキシコの歯学部は日本とは全く異なっていて、私たちと研修を共にしたメキシコのメンバーは同じ年代にも関わらず既に歯科医師でした。また、学生生活の内容も大きく日本と異なり、大学 UAEM(Universidad Autonoma del Estado de Mexico)を見学させて頂いた際には、3年生、4年生が患者さんに対して実際に治療を行い学生の早い段階から臨床の場で実践的な教育が行われていました。そこで、教科書や書面上で学び理解することの重要性以外に、実際に多くの経験を積むということは他に代わる事の無い重要なことであると感じました。今後、困っている患者さんを助け、笑顔にすることが出来る歯科医師になるまでには、臨床の経験を何年も積んでいかなければなりません。その際、初めての経験に不安になることや、自分の無力さを感じる事が何度もあると思います。しかし、メキシコで自分と同じ年代から下の年代の学生が堂々と実際に患者さんへの治療に励む姿を目の当たりにして、今後自分がどのような状況におかれても失敗を恐れず、何事にも挑戦していこうと強く感じました。メキシコでの出会い、思い出を一生忘れないと同時に、何十年も先となる自分の思い描く歯科医師像に辿り着く日まで、ここで得た意欲や意気込みを忘れずに過ごしていきたいです。

研修の間ホームステイをさせて頂きましたが、それがメキシコの研修メンバーと過ごす時間が増える事に繋がり、研修を終える頃には深い絆と団結力が生まれていました。10日間という研修期間で、ここまで心の底から笑い合い、通じ合える存在になるとは研修前の不安な気持ち一杯だった頃の自分には全く想像も出来なかったことでした。8000km 離れた国に 10 人の本物の best friend が出来ました。ここでの出会いは、わたしにとって一生の宝物です。そして深い絆で結ばれたわたしたちは、決してこの思い出とお互いのことを忘れることはないでしょう。わたしたちはメキシコを発つ際、涙の別れをして全員で一つの約束をしました。「一人欠ける事なく国家試験を合格し、全員でカンクンへ行こう！」と。カンクンと

は、メキシコにある美しいビーチがあるリゾート地のことです。私たちは、必ずこの約束を果たします。

これから先、個人的に海外旅行をする機会や、仕事で海外に行く機会は何度もあるかもしれませんが、歯科医師という同じ夢を持っている者達だけで、このような密度の濃い時間を過ごし、涙を流して別れを惜しみ、共に全力で笑い全力で楽しむことが出来るのは、きっと後にも先にもこの機会だけだと思います。そして、この機会をきっかけに研修期間を共にする意欲ある学生同士、研修期間の際に関わらせて頂いたメキシコや日本の先生との新しい繋がりが、将来に渡り歯科へ対する向上心の源となると確信しています。本当に貴重で、最高に素敵な経験をさせて頂いたと身をもって実感しました。このような機会を与えてくださった大学関係者の皆様、研修期間を共に過ごしたメキシコ、朝日、明海大学のメンバー、インストラクターの門倉先生、この場をお借りして深く感謝申し上げます。本当に、ありがとうございました。VIVA MEXICO!! I will never forget!!!