

Groningen University 留学報告書

01/02/2016 ~ 26/02/2016

大阪大学医学部 6 回生 M.Y

去年の M.F さんが書いてくださった報告書がとても詳しくかったので、とても参考になると思います！！

§ 留学前の準備

・提出書類等

TOEFL や IELTS の試験で基準点を満たし、医学科教育センターとの面接を行った後、正式に留学先が決定します。決定後、西川さんから、Groningen 大学の International Student Office の Hilma さんのアドレスと、提出すべき書類などが送られてくる。まず Hilma さんに、Personal data Sheet、Statement of Purpose、TOEFL 成績証明書、希望する時期と診療科(これはすでに阪大の方で決定済み)、宿泊の情報についての問い合わせをメール送ります。

これらを送ると Hilma さんからさらに提出するものを言われる。まず、enrollment form、emergency form、scanned copy of your passport をメールで送り、また、passport photo(求められているのはパスポート用の証明写真。僕はパスポートのコピーを送ってしまった)を郵送する。宿に関しては SSH というサイトで手続きを行うよう指示される。また、Hep B、TB、MRSA についての Health Documents を提出し、出発前の 2 週間以内に MRSA の検査を行うよう伝えられる。これらは先輩から頂いたものを参考にすれば楽でした。さらに、健康保険について Aon という保険会社を勧められます。

飛行機に関しては、自分で予約し、そのフライトナンバーを Hilma さんに連絡すればいいです。すると、pickup service がいるか尋ねられます。僕は pick up を頼み、到着したら Groningen 大学の学生が空港で待っていてくれて一緒に電車で街まで行った。てっきり車かと思っていたが、電車だったので実際のところ頼む必要はそんなにかもしいない。ただ、実習前に UMCG を案内してくれる人がその学生だったので、ちょっと仲良くなるにはいいかも。

出発直前には、阪大の保健センターで MRSA の検査と胸部レントゲンをする必要があり、保健センターの先生にサインをいただき、その書類をメールで送る。書類のフォームは先輩が作成してくださったものがあるはずです。

・麻酔科

僕は 5 年のクリクラで麻酔科をまわっていなかったので、麻酔科にアポを取って冬休みに数日間実習させてもらいました。麻酔科の方も毎年受け入れているみたいで、普通に OK してもらいました。クリクラでまわっていない人は、事前に数日見ておいた方が絶対いいと思

います。

・宿泊

Hilma さんから SSH を使って寮の予約を行うように言われていたが、僕自身はかなりの間放置してしまっており、直前に慌てて予約することになった。早めに予約していた人とは、寮の選択肢の数が減っていたけど、去年までの先輩方が使っていた **Winschoterdiep** という寮は残っていたので僕はそこにしました。

予約の方法ですが、まず、SSH とは Groningen 大学などの学生のための寮を探すコミュニティのようなもので、教えられたアドレスから SSH のサイトにアクセスし、まずは Register を行う。トップ画面の上部の Register のボタンをクリックすると、画面の左側に Reserved Accommodations、右側に Regular Accommodations と表示されるので、左側の Reserved の方を選択。そこで、個人情報を入力し、SSH のアカウントを作る。アカウント登録後、寮を選択できます。ただし、寮の予約は毎月 1 日からしかできず、月をまたいで留学する人には困るシステムなので要注意です。僕は、寮に入る前に数日間近くのユースホステルに泊まっていた。他の学部のグローニンゲン大学生は、2 月から留学がスタートする人が多いらしくて、安くてきれいなユースはすぐに予約が埋まってしまうので、寮なども含めて早めに終わらしてしまうべきです。

寮の申込のセットは、布団一式と、オプションでキッチンセットもつけましたが、キッチンセットは高い割に安物感があるうえに、ぼくが泊まった **Winschoterdiep** から徒歩 10 分にイケアがあるので、イケアで必要なものを買ってそろえる方が安く済むと思うので、そうしてもよかったかもしれません。寮の周りには **Jumbo** という大きいスーパーがあるので、ここを使えば便利です。

§ 留学について

僕は麻酔科で実習を行っていたので、麻酔科について書きます。長いのでさらっと読み流してください。

麻酔科の実習は、基本的に、朝 7 時半にカンファに参加し、カンファ後オペ室へ移動し、オペの麻酔を見学します。麻酔科の医局は病院の 4 階で、カンファ室は入り組んだ場所にあるので、最初の案内でしっかり場所を覚えてもらいましょう。僕らの担当教員 (supervisor) として 5,6 年目ぐらいの先生がついてくれます。初日は supervisor にオペセンターの案内や実習の内容を覚えてもらい、実習について話します。

カンファは朝の七時半からで、普段は 30 分程度あります。火曜日はカンファ後、先生の講義 or 発表みたいなのがあり、若い医師や看護師、医学生などがたくさん来ます。カンファは全てオランダ語なので、内容は正味わからないです。ただ、スライドは英語交じりなので、何の話してるかぐらいは分かります。

そのあと、オペ室へ移動するのですが、UMCGは1階と3階にオペセンターがあり、自分がその日どちらに行くべきなのかを把握する必要があります。日ごとに担当のオペ室が割り当てられており、そのオペ室の手術予定が終わり次第その日の実習は終了といった感じでした。割り当ての表は前日の夕方からオペセンターに掲示されるので、それをチェックしておいた方がいいです。前日分からなかった場合は、朝のカンファで上の先生に聞いたら教えてくれます。オランダでは、麻酔科医と麻酔専門看護師がいて、看護師も医師同様薬の調節や換気などできるので、片方だけで導入などをすますこともあります。実習生は導入・覚醒を見学し、ちょっとした手伝いなどをします。最後の方は結構メインどころをやらしてもらったりしましたが、基本的にメインは見学です。オペ中は結構暇なので、誰かが休憩行くときに一緒に行ったりします。麻酔科にはまとまった昼休みがない分、休憩をこまめに取って昼ご飯などもすましてしまいます。

常に **supervisor** が麻酔を行う部屋に行くわけではなくて、**supervisor** と一緒になるのは週に1度くらいで、残りは日ごとに上級医が変わります。これがすごく問題で、上級医は僕がUMCGでどんな実習を今のところしてきたのか知らないで、なかなか実践的なことをやらしてもらえません。最初の2週間ほどは実習の内容は先生に任していたんですが、見学や基本的な介助ぐらいしかやらせてもらえなかったのも、**supervisor** にどうにかしたいと相談しました。その結果、前日に次の日のオペ室の担当上級医を確認してコンタクトを取り、自己紹介と、明日の実習ではこんなことをしたいと伝えるようにしました。そのおかげで3週目からはマスク換気や挿管などもやらしてもらえ、先生もよく構ってくれるようになった気がします。

日本と違い、先生側から学生に声をかけてやらせてくれることはなく、自分から積極的に言っていないと何もできないまま終わってしまいます。僕は気づくのが遅くなったことを後悔しました。見学するオペの内容もだいたい希望聞いてくれるので、自分の意見はとにかく口に出した方がいいです！全体的に言えることですが、オランダ人は親切なので、僕たちのお願いは喜んで手伝ってくれます。

§ 交通編

僕は現地でOVカードを買わずに過ごしたので、そこらへんは今までの人ののを参考にしてください。カードに常に20ユーロいれる必要があるのですが、使いきらないと少し損しそうだったので、買わないことにしました。買わなくても不自由しなかったんで、どっちでもいいと思います。カードなしで切符を買おうとしたら、現金かカードかで払うことになるんですが、現金だと数ユーロ高くなるのでカード使うのをためらわない人はカードにした方がいいと思います。

ドイツの方へ行くときはバスを使うことになりましたが、**Flix Bus** というのが一番安いバス会社だと思います。ネットから時刻表の検索やカード精算で予約できます。時刻表だけ調

べて、当日朝に行って運転手に支払おうとしたら、ネットと値段が全く違ってびっくりしました。ネットやとすごい割引してあったんで、もし使うなら一応気にしといてもいいと思います。

§ その他

オランダで役に立ったアプリがいくつかあるので書いておきます。

・ SkyScanner

航空券の検索アプリです。ネットからも普通に検索できるので、それでもいいです。そこそこ安い航空券まで、幅広くカバーしてるので、検索アプリの中では使いやすいと思います。

・ 9292

オランダ鉄道の公式アプリです。時刻検索がすぐできて、遅延情報などもすぐに反映されます。

・ CityMap

都市の地図をダウンロードしてくれるアプリで、一度ダウンロードすると、ネットが使えない状況でも、GPS が詳細な地図に反映されるので、観光の際はとても便利です。ネット下で行きたい店を調べてチェックをつけておくこともできるので、重宝します。

Facebook で、SSH のページや、寮(僕の場合は Winschoterdiep)のページに入っておくと、学生同士で自転車や家具を売り買いできて、値段も安めなので便利です。洗濯物を干す場所がなく、物干しラックを店で買うと運ぶのが大変でしたが、寮の学生から安く譲ってもらいました。また、鉄道のチケットを共同購入したら大幅に安くなるので、学生が何日のどこどこへ行きたい人いますか??みたいな感じで参加者を集うページもあります。人数が集まったら誰かが代表してチケットを買ってくれます。これは、既に入っている人から招待されるページなんで、寮の学生に聞いてみるのもいいですし、僕に言ってくれても全然いいです。