



2025年度 海外看護研修 報告書



アメリカ

2026年3月18日～27日



タイ

2026年3月7日～15日

2026年3月 アメリカ学生合同看護研修とホームステイ

モデル日程

	月日 (曜)	都市名	発着	交通機関	時刻	日程	宿泊・食事 (朝・昼・夕)
1	3/18 (水)	羽田空港	発	航空機	18:00 21:15	各地から羽田空港へ 羽田空港(第3ターミナル)集合 一路、シアトルへ 《日付変更線》	(--機)
		シアトル	着	" Link Light Rail ホストファミリー	14:20 午後 夕	入国審査後、現地大学へ移動 Link Light Rail stationへ ホストファミリーと対面。ホームステイ宅へ 現地大学への行き方を学ぶ	ホームステイ (○○○)
2	3/19 (木)	シアトル		公共交通機関	09:20 09:30 13:00 夕	現地大学へ English Lesson 現地大学看護学部教員による講義: 「アメリカのナースやNPの役割・教育・保健医療システムについて」【confirmed】 Trader joesへ	ホームステイ (○○○)
3	3/20 (金)	シアトル		公共交通機関	10:00 13:30 夕	高齢者福祉施設研修【confirmed】 ※軽介護施設での高齢者との触れ合いと看護ケアについて学ぶ(通訳付き) English Lesson(日常英語) UW Bookstoreへ	ホームステイ (○○○)
4	3/21 (土)	シアトル		公共交通機関	終日	フェリーでBain Bridge Islandへ:初期の日系移民の歴史が始まった日本人ゆかりの島へ ダウンタウン観光	ホームステイ (○○○)
5	3/22 (日)	シアトル		公共交通機関	終日	シアトルダウンタウン観光: パイクプレイスマーケットやウォーターフロント、Starbucks Reserve 1号店など	ホームステイ (○○○)
6	3/23 (月)	シアトル		公共交通機関	09:20 09:30	現地大学へ 小児病院で働く日本人ナースによる看護セミナー 現場から見た日米医療と看護の違いについて 【confirmed】	ホームステイ (○○○)
					13:00 夕	現地大学看護学部 Simulation Center 視察 (通訳付き) *現地大学看護学部学生との交流 *現地学生によるキャンパスツアー 帰宅	
7	3/24 (火)	シアトル		公共交通機関	09:20 09:30	現地大学へ English Lesson(日常英語と視察事前学習)	ホームステイ (○○○)
					13:00 夕	総合病院または現地クリニック研修 (通訳付き) ※NPの現場・多職種連携・チーム医療など そこで働く看護師とQ & A 帰宅	
8	3/25 (水)	シアトル		公共交通機関	10:00 13:30	English Lesson(日常英語と視察事前学習) Closing ceremony *修了証書授与	ホームステイ (○○○)
					夕	University Villageへ	
9	3/26 (木)	シアトル		Link Light Rail	13:00	リンクライトレール駅集合 一路、シアトル空港へ	機内泊 (○-機)
				航空機	16:45	帰国の途へ	
10	3/27 (金)	羽田空港	着	"	19:15	羽田空港(第3ターミナル)着後、解散	



シアトル

シアトルは世界的な企業の本拠地であり、自然も豊かな「エメラルドシティ」です。



現地大学

広大なキャンパスに歴史を感じさせる建物が並びます。



現地総合病院

ワシントン州だけでなく他の4州からも患者がヘリコプターで運ばれてきます。



現地大学看護学部のシミュレーションラボ

様々な状況を想定し、どのようにして患者の処置を行うのか、実地訓練の中で学びます。



Community Clinic

アメリカでは、まずかかりつけ医であるPrimary Care Provide(PCP)に診てもらいます。



現地で働く日本人ナースのセミナー

日本とアメリカの看護の違いをわかりやすく説明してくれます

*** 現地の状況また訪問予定先の都合や、飛行機のスケジュール変更により、日程が変更になる場合があります。**



高齢者福祉施設

日系人のために建てられた高齢者施設



フェリーでダウンタウンの摩天楼を見ながら、バインブリッジ島へ



楽しくリラックスして学べる English Lesson



すぐに打ち解けるホストファミリー



問合せ・申込み→

アメリカ看護研修報告書

看護学部看護学科一年

○アメリカ看護研修を通して私が得たもの

私は今回、アメリカでの看護研修に参加し、日本との医療・看護の違いや、多文化社会における看護の在り方について多くの学びを得ることができた。

まず、アメリカの医療制度として特徴的であったのは、かかりつけ医制度である。市民一人ひとりにプライマリ・ケア・プロバイダーが割り当てられ、基本的にはまずその医師のもとで診療を受ける仕組みとなっている。この制度により、継続的かつ個別性のある医療が提供されている一方で、研修の中で現地の看護師から、アメリカでは病院間の格差が非常に大きいという現状を学んだ。高度で質の高い医療を提供する病院がある一方で、十分な教育や根拠に基づかない医療が行われ、医療事故につながるケースもあると知り、医療の質の均等化課題であると感じた。この格差を是正することが、誰もが安心して医療を受けられる社会への第一歩であると考えた。

また、多文化社会に対応した医療体制についても強く印象に残った。現地のクリニックでは、収入や社会的地位、文化、言語に関わらず、すべての人が医療を受けられるような取り組みがなされていた。特に、95か国語に対応した通訳システムや、多言語を話すスタッフの配置など、言語の壁を乗り越える工夫が徹底されており、「誰一人取り残さない医療」の実現に向けた具体的な取り組みを実感した。

さらに、高齢者施設での学びも大きかった。日系人の高齢者施設では、入居者がこれまでの生活に近い環境で過ごせるよう、自宅で使用していた家具の持ち込みが認められていたり、食事も日本食と洋食から選択できたりと、個人の価値観や生活歴を尊重する仕組みが整えられていた。また、夫婦で同室に入居できるなど、人生の継続性を大切にしたケアが提供されており、利用者の満足度の高さにも納得がいった。ここから、看護やケアにおいて「その人らしさ」を尊重することの重要性を改めて学んだ。

加えて、研修を通して強く意識したのは、「主体的に学ぶ姿勢」である。私はすべての訪問先で積極的に質問を行い、自ら学びに行くことを大切にした。その結果、より深い理解につながり、自分の課題であった「根拠を考える姿勢」にも向き合うことができた。

さらに、患者の事例を通じた学習では、虐待や薬物問題、貧困といった社会的背景が健康に大きく影響している現状を知った。アメリカの看護師は、病院内のケアだけでなく、退院後の生活や社会背景にも目を向けた支援を重視しており、看護の役割の広さと責任の大きさを実感した。この研修を通して、私は多文化社会における看護の実践、医療制度の違い、そして看護師としての主体性の重要性を学ぶことができた。

○感想

今回のアメリカ看護研修は、私にとって非常に貴重で忘れることのできない経験となった。初めてのホームステイで最初は緊張や不安が大きかったが、ホストファミリーが温かく迎えてくれたことで、安心して生活することができた。日々の会話の中で、相手に興味を持つことの大切さを学んだ。自分から質問をしたり、自己開示をしたりすることで会話が広がり、関係が深まっていくことを実感した。最終日には、日本が好きなホストファミリーが日本食を作ってくれ、その心遣いに強く感動した。相手を思いやる気持ちは国を超えて伝わるものであり、私も将来、誰かに同じような温かさを与えられる人になりたいと感じた。

また、アメリカのチップ文化についても印象に残った。日本ではサービスに対して追加で対価を支払う文化は一般的ではないが、アメリカでは良いサービスに対して感謝の気持ちを形として表すことができる。この文化を通して、人の行動に対して直接的に感謝を示すことの大切さを改めて感じた。

アメリカの看護学校では高機能患者シミュレーターがあり、タブレット一つで心拍数を上げたり不整脈を起こしたりでき、疾患ごとに実践的に学ぶことができる仕組みがあった。学ぶ環境の質の高さに驚いた。研修では楽しい経験だけでなく、社会問題にも触れる機会があった。虐待や薬物依存、貧困といった問題が身近に存在している現状を知り、健康は医療だけでなく社会的背景と深く関係していることを実感した。こうした背景を理解したうえで患者に関わることが、これからの看護において重要であると感じた。

さらに、現地で出会った看護師や学生、ホストファミリーとの交流を通して、多くの大切な縁が生まれた。言語や文化が異なっても、人と人とのつながりは築くことができると実感し、今後もこの関係を大切にしていきたいと強く思った。今回の研修を通して得た学びと経験は、今後の看護学生としての成長、そして将来の看護師としての在り方に大きく影響するものである。この経験を一過性のものにせず、これからの学習や実習に活かしていきたい。



- ① 写真左上シアトル大学看護学部 Simulation Center 視察時の高機能看護シミュレーター
の赤ちゃん
- ② 写真真ん中シアトル大学看護学部 Simulation Center 視察時の高機能看護シミュレータ
ーの妊婦
- ③ 写真右上 University of Washington の図書館
- ④ 帰国前ホストファミリーとお別れの時

タイ王国・学生看護研修 9 日間

モデル日程

次	日時	午前	午後	宿泊/食事
1	3/7 (土)		18:30 成田空港第2ターミナル集合 21:50 成田空港 発	
2	3/8 (日)	→クアラルンプール空港着 05:00/09:45 発→チェンマイ 11:25 着→昼食後専用バスにて研修地域へ移動→ホテル到着 *花馬車で街中周遊&お寺巡り		ランパン (一機機)
3	3/9 (月)	早朝:現地総合病院へ 現地総合病院からのあいさつ (コミュニティーヘルス部・看護師長より) 現地総合病院視察:ER ICU、心臓外科 など ★タイ日通訳 12:00-13:00 昼食	13:30-16:30 <訪問看護> ★タイ日通訳 *NPに同行し、訪問看護の現場を視察。 <u>看護管理についてのお話し</u> ・NPがスケジュールを立て、看護の状態により、訪問看護の回数を決めます。	ランパン (〇〇〇)
4	3/10 (火)	9:00-12:00 <講義> ★タイ日通訳 病院でのタイ伝統医療サービス 西洋医療との棲み分け Community Health Center 内の診察室を訪問 12:00-13:00 昼食 *現地大学看護学部生と学生交流	13:30-16:30 <訪問看護> ★タイ日通訳 *タイの伝統的な補完療法に関する訪問看護の現場を視察 Traditional Complementary Medicine Center *地区のお寺を訪問 OP:伝統的なタイマッサージ体験	ランパン (〇〇〇)
5	3/11 (水)	9:00-12:00 <ワークショップ> ★タイ日通訳 タイの継続的医療について (Continuity of Care) 地方のお寺の役割の重要性 12:00-13:00 昼食	13:30-16:30 <訪問看護> *研修地域の僻地の村 ★タイ日通訳 訪問看護ルーラルナーシングの実際。 ナースプラクティショナーに同行視察。 *重要な役割の Village Health Volunteer (VHV)の活動について。	ランパン (〇〇一)
6	3/12 (木)	9:00-12:00 <ワークショップ>★タイ日通訳 現地総合病院 産科病棟 ・半分は帝王切開であり、立ち合い出産はしない、などタイの出産の実態を学ぶ 12:00-13:00 昼食	13:30-16:30 <訪問見学> ★タイ日通訳 ・高齢者施設・特別養護老人施設を訪問 夕:チェンマイへ移動	チェンマイ (〇〇〇)
7	3/13 (金)	9:00-16:00 「エレファントキャンプ」と「首長族の村」(貸切バスと日本語ガイド付き) *エレファントキャンプで「象乗り体験」をし、その後「首長族の村」を訪問します。 *ワットプラタードイステープでは古い寺院群でタイ佛教について学びます。 18:00～ナイトバザールで買い物など		チェンマイ (〇〇〇)
8	3/14 (土)	出発まで トゥクトゥクにて北部民族テイストのオシャレ雑貨が並ぶ「ジンジャイマーケット」へ チェンマイ空港 14:50 発→クアラルンプール空港着 18:50/23:35 発		(機内泊) (〇一〇)
9	3/15 (日)	→成田空港第2ターミナル 7:15 着		(機機一)



ナースプラクティショナーによる訪問診療



象保護センターでの象乗り体験



タイ最古の木造建築寺院のワットプラタートラムパーンルアンは、タイ北部で最も美しい寺院と言われています



1, 海外看護研修を通して私が得たもの

私がタイの看護を実際に体感して得た学びは、患者の持つ能力を最大限に引き出す看護の実践と、地域・コミュニティとのつながりの重要性である。

実習先であるランパーン病院では、術前説明は個別に行われる一方で、健康指導は同室の患者に対して集団で実施されていた。これは病室が術前・術後で分けられているため、患者の状態が類似していることが関係している。このような集団指導により、患者同士が互いに刺激を受け、「他の人も頑張っているから自分も頑張ろう」という意欲や競争心が生まれ、それが行動変容の動機づけとなり、全体の健康意識や回復意欲の向上につながっていると感じた。

また、病室ではカーテンがほとんど閉められていない点も特徴的であった。特に母性病棟では、そのような環境の中で母親が母乳育児の練習を行っており、日本の感覚からするとプライバシーへの配慮が少ないように感じられ、強い衝撃を受けた。しかし、タイでは看護師の人員が限られているため、少人数で多くの患者を見る必要があり、カーテンを開けておくことで全体の観察がしやすくなるという利点があると考えられる。さらに、患者にとっても他者の存在を身近に感じられることで安心感につながっている可能性がある。この経験から、看護における環境や価値観は国や文化によって異なり、一概に優劣をつけるものではないことを学んだ。

さらに、訪問看護の同行では、ナースプラクティショナーとともに在宅療養中の患者宅を訪問した。そこでは、VHV (Village Health Volunteer: 村落保健ボランティア) が日常的な生活支援や健康観察を担っていた。看護師はVHVからLINEなどの通信手段を用いて患者の情報を受け取り、必要時には遠隔で対応しており、地域全体で患者を支える体制が構築されていた。また、タイには「3人の医師」という考え方があり、第一にVHV、第二に看護師、第三に医師とされている。このように段階的な支援体制が整えられていることで、患者や家族に安心感を与えるとともに、医療資源の効率的な活用にもつながっていると考えられる。

これらの経験から、タイの看護は個人だけでなく集団や地域全体で患者を支える視点が強く、患者の主体性を引き出す工夫がなされていることを学んだ。今後は、この学びを活かし、患者の力を尊重しながら多職種や地域と連携した看護を実践していきたい。

2, 感想

タイ看護研修に参加して感じたことは、一言で言えば非常に充実しており、楽しく学びの多い経験であった。まず、タイ・チェンマイへの移動は直行便ではなく乗り継ぎ便であったため、空港での乗り換えや待ち時間に戸惑う場面もあった。しかし、その中で自然と周囲の参加者と声を掛け合い、協力しながら行動することで交流が深まり、結果として良い関係づ

くりのきっかけとなった。

現地に到着してまず感じたのは気候の違いである。日中は 35°C前後まで気温が上がり、日本よりも強い暑さを感じた。また、時期的に PM2.5 の影響もあり、空気の質についても日本との違いを実感した。滞在したランパーンのホテルでは 2 人部屋であったが、同級生ということもあり、すぐに打ち解けることができ、安心して生活することができた。

ランパーン病院での 4 日間の実習では、現地の看護師の方々が非常に親切に指導していただき、安心して学ぶことができた。言語の違いはあったものの、丁寧に説明して下さる姿勢から、患者に対する思いやりや看護の本質を感じ取ることができた。また、実習後にはナイトマーケットを訪れ、食事や買い物を楽しむことができた。タイ料理はパクチーを使用したものが多く、苦手な人は調整しながら食べていたが、全体的に辛さの中にも旨味があり、個人的には非常に好みの味であった。タイ米は粒が細長くパラパラとした食感で、日本の米とは異なるが食べやすく、美味しく感じた。特にタイティーは印象的で、最初は独特の甘さと色味に驚いたが、飲むうちにその美味しさに魅了され、何度も飲みたくなるほどであった。

また、タイではコンビニエンスストアが充実しており、特にセブンイレブンは多く見られた。物価は日本と比較して全体的に安く感じられ、日用品や軽食なども手軽に購入することができた。

研修の後半ではチェンマイに移動し、文化体験も行った。ゾウの保護施設では、ゾウとのふれあいや乗象体験、川下りなどを経験した。タイにおいてゾウは歴史的・文化的に重要な動物とされており、保護活動が行われていることも学んだ。実際に間近で触れ合うことで、その大きさや温かみを感じることができ、貴重な体験となった。さらに、最終日にはトゥクトゥクに乗って市場を訪れた。開放的な乗り物で街中を走る体験はスリルがあり、非常に印象に残っている。市場ではそれぞれが最後の買い物を楽しみ、活気ある雰囲気の中で思い出を共有することができた。

今回の研修を通して、参加者 15 名全員が学年を超えて親しくなり、かけがえのない仲間を得ることができた。この経験は看護の学びだけでなく、人とのつながりの大切さも実感できる貴重な機会であり、今後の学生生活や将来にも活かしていきたいと強く感じた。

3, 写真

ランパーン病院での4日間の研修のうち研修初日に受け取った証明書
ER（救急外来）での説明を受ける学生たち



寺院巡り 「ワット・プラケオ・ドーン・タオ」の涅槃仏（寝仏）



通訳さんがゲテモノ市場と呼んでいる虫な
どを多く扱う市場
実際にコウロギを実食した

