

平成 27 年度 国際看護学演習報告書

オーストラリア モナッシュ大学



日本赤十字看護大学

国際・災害看護学

目 次

モナシュ大学での国際看護学研修を終えて	1
研修参加者名簿一覧	2
研修スケジュール	3
TIMETABLE	4
研修の様子	6
国際看護学演習 最終レポート	14

モナシュ大学での国際看護学研修を終えて

2015 年度の国際看護学演習は、本演習では初めてオーストラリア・メルボルン近郊のモナシュ大学ペニンシュラ・キャンパス看護学部との連携により、2016 年 3 月 15 日（火）から 21 日（金）までの 11 日間実施された。参加学生 11 名のほか引率教員 2 名が同行した。

研修は、事前学習で習得したオーストラリアの文化、医療制度、看護教育、異文化状況についての基礎的知識を現地での実地研修でさらに深めることを目的に実施され、現地学生との合同授業の体験、実習授業への参加やメルボルン市内の医療施設、先住民族（アボリジニ）への保健医療支援施設などの訪問のほか、現地学生との意見交換、文化交流、学習成果のプレゼンテーションなど多彩なプログラムで構成された。

また研修の全期間、滞在先はホームステイ先の一般家庭であることから英語習得の格好の機会に恵まれ、同時に滞在先の家族や他の学生と触れ合うことにより肌と肌の異文化理解を深めることができた。特に今回の研修は、多数の移民や先住民族アボリジニなどから構成される多文化社会であるオーストラリアの社会状況を理解し、その中で展開される多文化共生型の医療のあり方等を学ぶ格好の機会となった。

受入れ側のモナシュ大学看護学部の下稲葉先生及びスタッフのきめ細かい配慮とともにホームステイ家族の皆様の温かいお持て成しにより、学生一同、快適な環境の中で実り多い研修を終えることができました。改めて御礼申し上げたい。最後に研修ツアーの企画、実施にあたり様々なご配慮をいただいた（株）STA トラベルの石川様に改めて御礼申し上げます。

国際看護学演習科目責任者
井上忠男（日本赤十字看護大学教授）

研修参加者名簿一覧

学部3年 大高 瑳姫
 唐澤 美佳
 川崎 愛
 藤田 真亜耶
 文屋 諒子
 細井 綾乃
 山崎 笙子
 湯浅 雛子

編入3年 長 美姫乃
 武田 美奈

三宅晶子（科目履修外）

引率教員 井上 忠男 国際・災害看護学教授
 亀井 縁 国際・災害看護学講師

研修スケジュール

	月 日	都市名	交通機関	時間	日程・宿泊	食事
1	3/15 (火)	成田空港 成田発	QF062	16:30 19:30	第2ターミナル 空路、ブリスベンへ (機内泊)	機内
2	3/16 (水)	ブリスベン着 ブリスベン発 メルボルン着	QF611 送迎車	05:30 08:00 11:20 13:30 15:30	到着後、入国審査<国内線へ移動> 空路メルボルンへ メルボルン到着 モナシュ大学へ オリエンテーション～15:30 ホストファミリーと顔合わせ/各家庭 (ホームステイ)	機内 夕
3	3/17 (木)			09:30 11:30 14:00	オリエンテーションとキャンパスツアー～ 11:00 英語研修～13:00 講義①Australian Health Care System～16:00 (ホームステイ)	朝 昼 夕
4	3/18 (金)			09:30 11:30 13:00	講義② (Multicultural society and nursing) ～ ワークショップ① (Cultural activity) ～13:00 自由行動 (ホームステイ)	朝 昼 夕
5	3/19 (土)			終日	メルボルン市内視察・観光 (ホームステイ)	朝 昼 夕
6	3/20 (日)				終日フリータイム ホストファミリー (ホームステイ)	朝 昼 夕
7	3/21 (月)			09:30 14:00	臨床訪問①～13:00 モナシュ大学の学生とディスカッション～ (ホームステイ)	朝 昼 夕
8	3/22 (火)			09:30 11:30	大学講義に参加～11:00 看護学生実習場面視察・見学～13:00 (ホームステイ)	朝 昼 夕
9	3/23 (水)			09:30 14:00	臨床訪問②～13:00 Farewell afternoon tea with host families (ホームステイ)	朝 昼 夕
10	3/24 (木)	メルボルン発 シドニー着 シドニー発	送迎車 QF458 QF025	09:30 11:30 14:30 18:00 19:25 21:30	グループ発表～ 最終報告会～ 一路、メルボルン空港へ 空路、シドニーへ <第3ターミナル到着後、第1ターミナルへ移動> 空路、帰国の途へ (機内泊)	
11	3/21 (金)	羽田着		05:30	羽田到着	

TIMETABLE

MONASH UNIVERSITY School of Nursing and Midwifery
2016 International Nursing Studies in Australia for Japanese Red Cross College of Nursing
TIMETABLE : WEEK 1

Room	E 2.33				E 2.06 (morning)		
	MONDAY	TUESDAY 15/Mar	WEDNESDAY 16/Mar	THURSDAY 17/Mar	FRIDAY 18/Mar	SAT 19/Mar	SUN 20/Mar
9.30 – 11.00			QF 611 11:20 Arriving Melbourne	Follow-up Orientation & Campus Tour	E 2.33 9:30-10:00 Group discussion	Excursion (Melbourne City)	With host family
					10:00-12:00 Lab session with Monash students		
11.30- 13.00			13:30-15:00 Orientation	English (Small rooms)	12:00-13:00 Lunch		
					E 2.45 Lecture (2) Multicultural society and nursing		
		LUNCH					
14.00 - 16.00			15:00 Pick-up by Host Family	E 2.33 Lecture (1) Australian Health Care System	Workshop Cultural activity		

MONASH UNIVERSITY School of Nursing and Midwifery
2016 International Nursing Studies in Australia for Japanese Red Cross College of Nursing

TIMETABLE : WEEK 2

Room		E 2.33				
	MONDAY 21/Mar	TUESDAY 22/Mar	WEDNESDAY 23/Mar	THURDAY 24/Mar		
9.30 – 11.00	E 2.06 9:30-10:00 Group discussion	9:15 Bus Clinical visit (1)	9:30 Walk Clinical visit (2)	Group presentation		
	10:00-12:00 Lecture with Monash students	Monash Health Community Centre	Frankston Hospital	MORNING BREAK		
11.30-13.00	12:00-13:00 Lunch			Final Debriefing session		
	AA 13:00-14:30 Discussion session with Monash	LUNCH				
14.00 - 16.00	University students Lecture (3) Indigenous Health	E 2.33 Debriefing session & Group discussion	AA 14:00-15:30 Farewell afternoon tea with host families	14:30 Depart to the airport		

研修の様子

3/15 成田空港出発



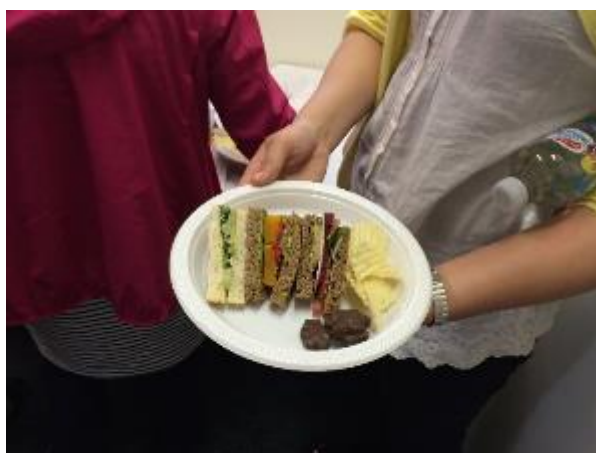
3/16 朝メルボルン空港に到着



モナシュ大学に送迎車で移動

モナシュ大学に到着

下稲葉かおり先生からオリエンテーション・レクチャーを受ける



ホストファミリーのお迎え

不安と期待でいっぱい



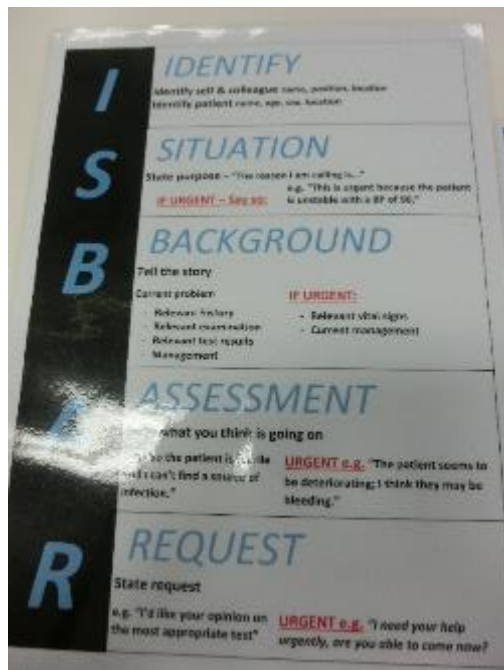
See You Tomorrow!

3/17 研修プログラム開始
モナシュ大学 看護学科棟



モナシュ大学 看護学科長のお話

3/18 演習見学



心肺蘇生法の見学

Workshop Cultural Activity



病気の時の伝統的な食べ物を
教えてください！



3/21

Discussion session with
Monash Students



3/22 Monash Health Community (Refugee Center)



Refugee Health Nurse Liason

3/23 Frankston Hospital 見学



病院内 Sacred Spaced

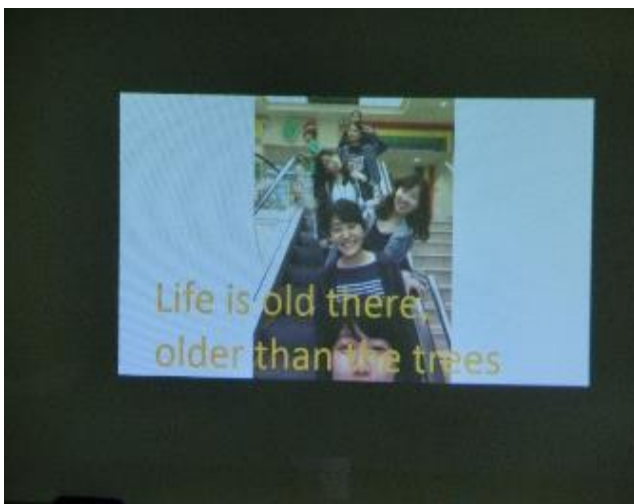


Farewell Party



ホストファミリーにお礼のことば

英語で頑張りました！



メルボルンでの生活

学びが詰まったビデオ

メッセージ

国際看護学演習 最終レポート

これからの自分に必要なこと

213B0026 大高 瑳姫

私はオーストラリアに8日間滞在し、いかに自分が小さなスケールで物事を見ていたか思い知らされました。初日、短い時間でのオリエンテーション最中、先生が「今から迎えるホストファミリーは、白人の人たちだと思っているでしょう？」と私たちに問いかけました。頭を鈍器で殴られたようなあの感覚は忘れられません。私はオーストラリアは多文化国家であると事前学習をしておきながら、何の疑いもなくホストファミリーは肌の白い方だと想像していました。このとき、自分が本当の意味で多文化とはどういうことかわかってないんだと反省し、これからの滞在でしっかり学ぼうと思いました。

多文化について学ぶにあたり、1番はじめに言われたのが、自分に文化があることを認識することが大切である、ということでした。この時私は、相手を理解しようとするよりも先に、自分のことを考えるの？と不思議な感じがしていました。考えてみると確かに、自分のこともわからずに相手を理解することは難しいし、相手を主体にしすぎて、自分を大切にできないことにつながると思いました。私は特に宗教を持っているわけでもなく、生活や考え方に個人的なこだわりをもっているわけでもありません。そのため、今までは環境や人に対応するのが比較的簡単に行えてきました。しかしその中でも、少し心に引っかかる出来事がありました。今思うとそれは、私が20年間生きてきた中で積み上げてきた経験や考え方に反するものだったからかな、と思います。日本人だから、ではなく、私個人としての文化が私の中にあると実感しました。その文化が良いとか悪いとかではなく、周りの人々と尊重しあえたら、お互いに生きやすい環境を作れると思いました。これは、看護をする上でも絶対に必要な考え方だと思います。日本人だから米が主食であるとか、湯船に浸かりたいだろうといった、私の先入観からくる決め付けのアセスメントやケアをしないようにしたいです。日本で、日本人を対象とする看護において、文化を意識することは少し不思議な感覚がするけれど、文化はその人の考え方に影響と思うので、患者の想いをしっかりと汲み取ろうと努力することが、その人の文化を尊重する看護の提供へとつながるのではないかと思います。日本にいても日本人以外の患者と関わることはあります。患者の人権や国籍にとらわれず、その人個人の文化を理解しようと心がけることが今の私に必要なことであると感じました。

また、モナシュ大学の学生と、日本での自分を比較してたくさん反省しました。モナシュ大学の学生は学びたい意欲が強く、そのために自ら行動するようでした。私は授業中も先生の話をつただ聞くだけで、それ以上の知識を得ようと自分から行動することはほぼありませんでした。多くの勉強のための時間があるのに、なんてもったいない時間の使い方をしていたのだろうと反省しました。オーストラリアに滞在し、自分がまだ知識も技術も不十分であることが身にしみてわかりましたし、もっといろんなことを学びたいと思いました。これからは受動的ではなく、自ら積極的に学ぶ姿勢が必要だし、そうありたいと思います。

オーストラリアで感じた看護の原点

213B038 唐澤 美佳

私は今回の演習を通して改めて看護の原点について感じ考えることが出来ました。それは大きく分けて2点ありました。

はじめに私が感じ考えさせられた看護の原点は個別性です。事前学習ではオーストラリアが多民族国家であり、多文化国家であることを知りました。実際モナッシュ大学の学生や先生、また道を歩くだけで様々な生まれの方がいらっしゃいました。単一民族国家と言われる日本ではあまり文化の違いを感じることはないと思います。しかし私たちがホームステイしている中でたくさんの戸惑いを感じました。それは私に文化があるからだと言われました。オーストラリアとは異なり民族の違いは少ないため日本で暮らしている中で文化の違いを明らかに感じることは少ないと思います。しかし日本でも、人が違えば家庭が違えば、生活文化は異なると思います。例えば、バスタオルの洗濯頻度、朝ごはんは何を食べるのか食べないのか、シャワーかお風呂かなど挙げればたくさんあります。私は単一民族国家である日本はみんな同じ文化であるという先入観をいつの間にか持っていたことに気がつきました。それは思い違いであり人それぞれ文化は異なり日本もその意味で言えば多文化国家であると考えました。看護は人々の生活と密着していると思います。オーストラリアで看護を行う時だけではなく日本で看護を行う時も、目の前の患者さんも日本で生まれ育ったのなら自分の文化と同じだという先入観を持つものではなく、患者さんから教えてもらおう気持ちで患者さんに聞き、しっかりと患者さん自身を知り個別性を考えて看護することの重要性をもう一度身を持って感じる事ができました。

もうひとつ私が感じ考えさせられた看護の原点は傾聴です。私たちは日本語で話しているとあまり話に集中していなくても違うことをしていても耳に入ってくるがあると思います。しかし英語でホームステイの家族と会話する時、聞くこと話すことに集中しなければその会話についていけません。それは耳でこの人が何を言いたいのか聞くだけでなく、目で観察して伝えたいことを汲み取ろうとしてそれを考えながら会話をします。それは、自分の母国語であり聞くことも話すことも支障なく行うことが出来る日本語で会話する時にはなかなか意識してすることがありませんでした。しかし、看護を行う上で自分の言いたいことを言えない患者さんはたくさんいます。その患者さんが何を言いたいのかどんなことを求めているかを耳だけでなく目でも見て観察し考えなければその患者さんの伝えたいことは汲み取ることが出来ないのではないかと思います。

今回私がオーストラリアで感じたことは日本では意識しなければならないがしろになってしまうことであると思います。しかし、看護においてとても重要なことであると思っています。そのためここで体感することができた2点をより意識し看護を行っていきたいと思いました。

国際看護学演習を受講して

213B042 川崎 愛

私は今回の国際看護学演習で本当に多くのことを学んだ。

私は最初ホストファミリーの家庭に中国人の留学生が二人いると聞いて「え、中国人か。仲良くできるかな」と正直思った。私は他国の文化を知ることに関心があって今回の研修に参加したようにいろいろな授業を取ってきたし、差別することなく人と交流することの重要性については理解していたつもりだったが、自分の中で中国人は自己中心的だというイメージが少なからずあったということに気づいた。でも、実際に留学生の二人と交流してみると本当に優しい子たちだった。私のホストファミリーの家では夕食時にニュースを見るのが決まりだったのだが、ニュースで話される英語は私には速くほとんど理解できなかった。すると留学生の子が次の日に英語の字幕をつけてくれて、かなり理解することができた。また、私が英語をほとんど喋れないことを留学生の子も理解しているので会話ではなくゲームでコミュニケーションを取ろうとしてくれたり、知っている日本語を使ってくれたり、私がわからない言葉があるとスマートフォンの辞書で日本語に変換してくれたりと本当によくしてくれた。私は交流する前から勝手に中国人はこうだと決め付けていたことが本当に恥ずかしかったし、自分がとても情けないと感じた。何人であろうと、優しい人もいれば自己中心的な人もいる。その国の人が一概にそうだと言えるわけがない。そんな当たり前のことに改めて気付かせてくれた二人に今はとても感謝しているし、留学生のいるホストファミリーの家庭に当たってラッキーだったと心から思う。また、こちらの授業を見学した際には、授業スタイルが先生と学生の対話のような感じで先生の話の途中でも質問や意見をどんどん言っている様子が日本とは異なり衝撃だった。学びが受身ではないところがとてもいいなと思ったし、こちらの大学の学生の主体的な学びの姿勢にとっても良い刺激を受けた。さらに、かおり先生の授業や難民センターでの話など、何度も繰り返されていたことは、まず自分に文化があるということを理解すること、そして自分の基準で人を見ないこと、対話する中でその人を知っていくことの大切さだ。日本にいと単文化社会なので自分が文化を持っているということを忘れがちだが、違う文化に入ることによって自国との違いを知ることができ、私にも文化があったんだということに気付くことができた。そしてそれは私だけではなく、一緒に行ったみんなにもあるし、またオーストラリアの人たちや留学生の子たちにもそれぞれ文化を持っているということに気付くことに繋がった。自分の文化を大切にしつつ、相手の文化を尊重するということは、頭で理解するのは簡単だが実際に行動に移すのはとても難しい。しかし、その文化を学ぶことがその人の理解に繋がると思うし、理解したいという気持ちがあればきっと相手の文化を尊重することは可能なのだと思う。今回の学びは多文化のオーストラリアだけではなく、単文化の日本人同士にも通用することだと思うので、日本で生活していても時々思い出して、自分のものさしで人を見ていない

かなということを振り返りたい。オーストラリアで体験したことの全てが私の価値観を揺るがすもので、看護師としてのみならず人として大切なことを学ぶことができた。今回学んだことを自分のものにするのはもちろんのこと、私の周りの家族や一緒にオーストラリアに来られなかった日赤の友人、部活の仲間、地元の友人など身近な人に伝えていけたらと思う。今回このプログラムに参加できて本当に良かったです。私に関わってくれた全ての人に感謝したいです。

単文化の日本の看護師も多文化看護を行う事は出来る

213B105 藤田 真亜耶

オーストラリアは多文化の国だということは事前の学習を通して知っていたが、実際に行ってみると8日間という短い期間でも、あらゆる場面で多文化の国であるということを実感することが出来た。私たちが勉強させて頂いたモナシュ大学の学生も、様々な国籍の学生が集まっていた。オーストラリア以外の出身の学生の中には、留学生として通っている学生や永住権を取得し現地の学生と同じ条件で通っている学生などと様々な学生がいた。多文化の学生が集まっているという環境の中で学ぶことで、様々な視点で物事を考えることが出来るようになると思った。日本の大学であれば、留学生や他国の学生は珍しがられるだろう。また日本では、留学することは珍しいことだと考える人が多い。これが単文化の日本と多文化のオーストラリアの違いであると思った。日本ももっと他の文化を取り入れることで、考えや学びを今より深く個性に富んだものに出来るだろうと思った。また、モナシュ大学で実際に講義を受けて感じた事は、現地の学生は日本の学生より学ぶことに対して積極的かつ意欲的であるという事だ。正直、日本の大学では講義中に居眠りしたり授業に出ない学生が多いが、現地の学生は講義中は教員をしっかりと見て話を聞いている学生が多かった。現地の学生はアルバイト代で学費や教科書代を払っている学生が多く、また現地の学生は1人の大人、アダルトラーナーとして認識されている。このことが、日本の学生との学びに対する姿勢の違いに関係しているとは思った。普段の自身の学びに対する姿勢に対し、恥ずかしさを強く感じたと同時に、残りの学生生活1年間の自身の学習姿勢を変えていこうと強く思った。

私たちがこの演習で多文化看護について学んだことは、ここでは書ききれない位に多い。その中で私が今回改めて学んだことは、人は外見では判断できない、その人の内面と向き合って看護を行うことが大切ということだ。容姿や言葉が異なる様々な国籍の患者に対する多文化看護において、この考えはとても重要であると思った。また、この考えは多文化看護だけでなく他の看護においても重要であり、これは看護の基礎の考えと同じであると思った。どんな場面や環境においても、看護師が患者に一番最初に行うケアはコミュニケーションである。言葉が通じなくても、表情やジェスチャーなどと他の方法を通してコミュニケーションを取れば、その人との関係を築くことが出来る。私たちはこのことを8日間のホームステイを通して実感した。

時代が経つにつれて、日本の看護師も他の文化を持つ人への看護を行う機会が多くなるだろう。その際に大切なのは、自分にも文化がある事を忘れてはいけないということだ。私たちは今回の演習で、自分の文化を理解してこそ多文化看護を行うことが出来るのだと学んだ。

8日間は本当にあっという間であり、とても短かった。この演習に参加して本当に良かったと強く感じている。将来私が看護師になった時に、多文化の中で看護を行う

ことがあれば、今回の演習で学んだ多くのことを思い出して看護に活かしたいと思う。

国際看護学演習報告書 演習で学んだこと

213B106 文屋 諒子

10 日間のオーストラリアでの演習を終え、自分の看護観に最も強く残るのは“知っている”ことと、“コミュニケーションをとる”ことがより良い看護を提供していく上で大切だということである。

世界の中には国ごと、地域ごと、家庭ごと、個人それぞれに異なる文化がある。授業内で文化の定義を学んだが、私はそれに加えて文化とはその人の生活の中で当たり前に行われていることであると、ホームステイを通じて感じた。どのような物を好んで食べるか、何時に入浴するかなど、オーストラリアと日本の文化の違いを直に感じた。日本はモノカルチャーであるが、東西南北で異なる方言が存在し、気候や土地も違い生活に違いもある。日本の同じ地域ですっと生活していると、個人それぞれの持つ性質や性格として文化が見えるが、他国や知らない宗教等自分には想像もつかないような文化と触れ合うことは少ないだろう。オーストラリアは多くの移民を受け入れている国であり幼い頃から多文化の中で生活している。自分とは大きく異なる文化を持つ人と暮らすことはごく普通なことである。一方で、日本では日本人ではないひとを「外国人」と強く認識するのではないかと思う。実際私もそうであり、演習メンバーもそうであった。ホームステイのはじめのころは異文化の中に自分ひとりで入り生活することに緊張し、自分の文化との違いに敏感になっていた。その中で驚きや新しい発見もあったが、ホストファミリーが英語で楽しそうに話しているとき、さみしさや取り残されているような気持ちになった。しかし、できるだけゆっくりと話してくれたり、文法が間違いだらけの英語を真剣に聞いてくれたりしたことで、徐々にそこに溶け込み、自信や安心感が得られた。

今回の演習で学んだことの1つの“知っている”ことは、世界には様々な文化が存在するということ、そしてその中で生活することによって、異文化の中にいることの心細さや不安が想像できるということである。多文化や異文化という言葉は知っていても、実際にオーストラリアという土地で経験したことは、今後異文化看護を行う上で大きく役立つと考える。今回の演習では、異文化の中にたった一人であることの緊張感や不安感をホームステイの初日で経験し、モナシュ大学で学生 11 名共に授業を受けたこと、日本語を話せる先生の存在はとても安心感が得られることを経験した。また、ホストファミリーやモナシュ大学の学生と話すだけでなく書いたりボディーラングージを用いたりしてコミュニケーションをとることで意思疎通できるようになることも学べた。“コミュニケーションをとる”ことは、自分の思っていることを相手に伝えることであり、相手の思っていることを受け取ることであると考える。今回学べたことは、話すことだけがコミュニケーションをとる手段ではないということである。言葉は相手に伝わりやすい方法であるが、異文化看護を行うときに、必ずしも共通の言語をお互いに知っているとは限らない。ちょうど辞書やネットワーク環境があ

るとも限らない。使えるものは自分の表現力と理解力しかない場合もあるかもしれない。異文化看護を行っていく立場になる前に、異文化の中で看護される側の気持ちを
知ること、様々な方法でコミュニケーションをとるそのスキルをみがくことができた
研修となったのではないかと感じる。

多文化を実体験して学んだこと

213B108 細井 綾乃

個人的にはオーストラリアへの訪問は3度目であったが、今回の研修では今までとは異なる視点で多くのことを学ぶことができた。まず、実際に大学のキャンパスに通い講義を聴講したり、実技演習の様子を見学したり、実際に通っている学生とのディスカッションなどを通して、現地の大学生たちがどのように学んでいるのか実際に目にすることができ、今後の自分自身の学習の仕方を考える良いきっかけとなり、モチベーションを高めることができた。また、病院見学の際には、建物やフロアの構造的な部分や医療関係者の服装、病棟の雰囲気、病棟で実習している看護学生の様子、新人看護師の教育制度など日本とは異なる点がいくつもあり、そこから多くの気づきを得ることができた。

レクチャーでアボリジニについて学んだり、休日に訪れた美術館のアボリジナルアートを見ることで、オーストラリアという国とアボリジニの切っても切り離せない複雑な歴史と関係を知った。しかし、私がここで学べたことはほんのわずかであり、より深い歴史的背景や、アボリジニの方が現在もつ健康課題に対する国レベルの取り組みについて、もっと学びたいと感じた。

Monash Health Community Centre への訪問では難民が抱えている身体的な健康問題だけではなく、恐怖や不安、喪失など心理的な健康問題についてもサポートしているということを知ることができた。日本で難民問題を身近な問題として捉えることは難しいと感じていたが、今回の研修で難民の健康サポートについて学ぶことができ、とても良い機会だったと思う。

そして今回の研修の全体を通して一番学んだことは、やはり「多文化」についてである。これまでオーストラリアは多文化、日本は単文化という固定概念にとらわれていたが、日本も多文化であるという当たり前のことに気づくことができた。人それぞれ固有の文化というものをもっていて、それは一人ひとり異なる。そしてもちろん私たち看護を提供する側も自分の文化をもっていて、自分の文化を認識することが大事であるということも学んだ。看護を提供する際には「個別性」を大切にすることをこれまで学んできたが、今回、文化の多様性について学び、さらに考えを深めることができた。ここで学んだことを今後の看護に生かしていこうと思う。

これら多くのことを学ぶ上で基盤となったのが、毎日のホームステイである。どんなことを言っているのかを聞き取るのもやっとなので、自分の伝えたいことを思い通りに伝えるのも一苦労という状況の中で、私たちに寄り添って必死に伝えよう、わかろうとしてくれたホストファミリーには感謝してもしたりない。また、今回共にオーストラリアにいった仲間からも多くのことを学び、彼女たちとの絆を深めることができた。今回の研修は看護に関連することだけでなく、私にとって多くのものを学び得ることができ、今後の私の人生に大きく影響するだろうと思う。この研修で得たものを

今後に生かし、広めていくことで、今回お世話になった方々への感謝の気持ちを伝えたい。

オーストラリアと日本の文化の違い？日本人でも文化は違う！

213B134 山崎 笙子

演習に参加するまで、ホームステイを経験したことが無く、異文化の中で相手の生活に自分が馴染んでいけるのか不安であった、そしてストレスフルの9日間になると予想していた。特に英語を上手く話せない自分がどのようにコミュニケーションをとっていけばいいのかと思っていた。

演習が終わった今振り返ってみると、渡航前の不安は嘘のようでホストファミリーと離れたくないという気持ちであった。コミュニケーションについて、初日は日本にいても自分から話しかけない性格であったが、「何か話さなければ」という気持ちと片言の英単語しか話せない自分に落ち込んでいた。しかし、2日目に英語の授業でRHONDA先生が片言の日本語で、自己紹介して下さった時に、相手が必死に表現しようとする思いに心を動かされ、必死に耳を傾ける自分がいた。そこで、コミュニケーションは正しい英語を話すことだけではないのだと気付いた。ホストマザーと会話する時に、英語が分からなくても何となく意味が通じる経験や気持ちを表現する単語が出てこなくて困っている時に自分の思い描くぴったりの文を言われた経験から耳を傾けてもらえるありがたさを感じた。このことからコミュニケーションにおいて大切なことは、言葉だけに頼らずに気持ちに耳を傾けることであると感じた。9日間の滞在という短い時間でもホストファミリーとの別れが辛いのは、毎日お互いの気持ちを知ろうとした証であると思う。

異文化理解について、私はホームステイ初日に「オーギーになりたい！」とホストマザーに伝え、家族と同じ生活をするように心がけた。文化の違いを最も感じたのは、シャワーに入る時間であった。オーストラリアでは、朝にシャワーを浴びるのが習慣であった。そのため、清潔にしないまま寝ることに数日は落ち着かなかった。そこで、私は夜に入浴するという文化を持っているということに気付いた。オーストラリアに来るまで、就寝前に清潔にすることは世界共通のことだと思っていた私にとって、自分の文化を自覚することは初めてで鮮烈な印象を感じた。同時に、自分の文化について知らないことが多く、ステレオタイプの考えで相手が持つ文化を無意識に、優れている文化・悪い文化と区別していたことに気付いた。かおり先生から「どちらかの文化が優れているという事ではない」と学んだとき、自分の中で優劣をつけて考えていたことに恥ずかしさを感じた。モナシュ大学や病院には本当に多国籍で、シャワー以外にも自分の持つ文化に気付く機会が多かった。日本では気付くことが出来なかったが、私は自分の持つ文化にコントロールされていると感じた。今後は自分の文化を相手に無意識に押し付けることがないように、実習などでは同意をとることを忘れずに行いたいと思った。

室内でも靴を履く文化のオーストラリアの部屋で、床に寝転ぶことは絶対にしたくないと思っていた。しかし、オーギーの子どもたちと遊んでいるうちに一緒に床に寝

でテレビを見ていることに気付いた。その時、あまりに自然に出来ていることの驚きが大きくさほど嫌悪感さほど抱かなかった。振り返ってみると、文化を理解し受け入れた瞬間であったと感じた。その後は、子どもたちと裸足のまま家を飛び出し、道路でサッカーも行った。このことから、文化は変化していくものでもあると感じた。

日本を離れオーストラリアに滞在していたからこそ、自分の文化に気付くことが出来たが今回の演習では、日本人同士でも多様な文化を持っていることも実感できた。文化は人種や国に左右されるものではなく、個人が持つものであると学ぶことが出来た演習であったと感じる。

国際看護学演習を終えて

213B138 湯浅 雛子

はじめ、国際看護学と聞いて私が想像していたのは発展途上国などの医療物資が不足しているところで行う看護だと考えていた。しかし、オーストラリアでの研修を終えて国際看護学に対する考えが大きく変わった。今回の研修で印象的だったことは多文化看護という言葉である。オーストラリアは日本と異なり移民が多く、様々な人種の方が生活しているため色々な文化がある。実際に大学内を歩くと皮膚の色も様々、話している言語も英語になまりがあることを自分でも感じる事ができた。文化とは生活に密着しており、看護は患者の生活に大きく関わっているので多文化の影響を受けやすい。患者にとって文化の違いは自分の話す言語が通じない不安や食事の違い、普段の生活習慣とは異なる生活を送る苦痛など身体的だけでなく精神的にもつらいことだと思う。そのような苦痛を軽減させるためにどのような工夫や意識を持つことが必要なかを学んだ。それは、ケアを行う際に医療を提供する自分にも文化があると知って看護を行うことである。日本は単文化であり、日常の中で文化について考える機会が少ない。そのため自分にも文化があるということに気づくことが難しいが、生活している際に家で無意識に行っている習慣、自分のアイデンティティーなどは1人1人持っている。それは、人種は同じでも異なる文化を持っているということである。そこで自分とは異なる文化を持つ患者をケアする際に自分の考えとは異なるからおかしいと考えたり、先入観を持ち私たちの考えを押し付けて看護を行ったりするのではなくその人の考え、文化を尊重することが大切である。自分も文化を持っているという意識を持ち、その人の文化を知ろうという気持ちが伝わることで患者の安心感へつながり良いケアになると考える。文化のすべてを理解するのは難しいが少しでも分かり合おうとする心がけは常に持つ必要がある。また、患者が多文化ということは医療を提供する自分たちも多文化であるためお互いを理解しサポートしていく関わりが重要であると思った。加えて、多文化についてこの研修を通して学ぶだけでなく、実際にホームステイや難民センターの見学を通して自分でも感じる事ができた。ホームステイでは日本とは異なる生活スタイル、食事、入浴などを知ることができ、改めて普段何気なく行っている生活習慣が自分の中では大切なのだということに気づき自分にも文化があると実感した。難民センターでは多文化な人々が集まるだけでなくその人々の抱えている悲しみや不安に気づきケアを行っていくことは難しく、様々な配慮をする必要があると学んだ。それは多文化というくくりではなくその人自身を知ろうとする姿勢が大切なのだった。

オーストラリアでの研修を終えて、日本という単文化の中で生活している私たちにも文化があるということを知った。今後、看護をしていく中で人種というくくりでは同じ日本人でも住む地域や生活習慣、一緒に住む家族が異なれば皆、異なる文化を持っている。それはケアを行う際の個別性につながり、より1人1人に合ったケアを行

うことができると考える。また日本人だけでなく、これから多くの外国の方が日本に来て医療を受ける際にも今回の学びを十分に生かすことができる。国際看護学という科目であるが多文化看護という言葉を通して日本で行うケアを学び直し、自分の看護に対する意識を考える良い機会となった。

オーストラリアの看護を学んで

215B204 長 美姫乃

私は、今回のオーストラリア、モナシュ大学への留学にて、オーストラリアの歴史的背景、看護の特性や今後の課題、実際の看護の現場、学生がどのように考え、学びを深めているのかを目で見て、直に感じる事ができた。そしてホストファミリーと過ごすという貴重な体験をすることができた。

まず、1つ目はオーストラリアの歴史と看護の課題について述べる。オーストラリアはたくさんの異なる文化や宗教を持つ人が共存している国であり、その中で一人一人のニーズに合わせた看護を提供していかななくてはならない。文化とは、生活や行動などの目で見ることのできるものから、思想や信念、宗教など目で見ることのできないものを指す。看護は、生活の場で行うものであり、文化とは切り離すことができない。そのため、看護師は看護の対象となる患者や家族の文化を理解することが必要である。私が、今回の学びで印象に残っているのは、患者や家族に文化があるのと同じように自分にも文化があり、自分の看護がその文化から影響を受けており、相手の文化に影響を及ぼすことがあるということである。私は、今まで実習などで患者や家族の情報ばかりを集めていた。もちろんこれは大切なことではあるが、自分自身をきちんと理解していない状態で良い看護は提供できないと気付くことができた。オーストラリアというたくさんの文化を持った人が集まる場所でこそ気づくことができたのではないと思う反面、単一文化の日本の中にも、様々な文化があり、一人として同じ人間はいないことを再認識することができた。

また、オーストラリアには先住民のアボリジニという人たちの生活を大切にしつつ、彼らの健康問題に焦点を当てていた。これは、オーストラリアにとって一大プロジェクトであることを学んだ。オーストラリアはアボリジニの方々が健康に著しい問題を抱えていたからというものもあるだろうが、その人たちの文化、生活、歴史を大切にしたいという思いからこのように動くことができていると感じた。日本にもアイヌという民族がいるが、オーストラリアほど考えてはいないのではないと思う。実際にオーストラリアではアボリジニを迫害していた歴史が存在するが、それを乗り越えて今のプロジェクトがある。しかし、日本は看護にて、もはや普段の生活にしてもアイヌという言葉はかなり意識しないと出てこないだろう。私たちはもっと視野を広げて行かなくてはならないと痛感した。

難民医療センターでは、オーストラリアがどのようにして難民を受け入れ、支援しているかを知ることができ、同時に政府の方針で受け入れられないという厳しい現状もあることを学んだ。そして、全員が難民を受け入れようと思っているわけではなく、反対する人もいるということを改めて知ることができた。居場所を求めてさまよう人々にどう接して、自力で生活できるよう支援することがどんなに難しく、そして必要とされているか学ぶことができた。難民医療センターでは、6か国語も話せる看

護師がおり、看護師は医療や看護を学ぶだけでなく語学も必要であることを改めて感じた。

次にモナシュ大学で学ぶ学生に関しては、実際に学生と交流を持つ機会があった。まず、オーストラリアの学生は熱心に授業に参加し、先生との相互関係で授業が成り立っていると感じた。また、学生は家に帰ってもなお勉強をし、自分で課題を出されずとも計画的に学習している。私は絶対的に学習時間が足りていないと感じた。また、学費や教科書代も自分で賄っており、勉強の合間を縫ってアルバイトを行っていることが分かった。オーストラリアの大学では、学生を Adult Learner と呼んでおり、一人の大人として自主的に行動していた。また、オーストラリアでは学びたいと思えば大学に来るという文化があり、日本ではあまり見られないような、同じ大学生でも年齢が異なる人たちが一生懸命勉強している姿を見ることができた。授業でインタビューした心理学の学生も同じ学年ではあるが年齢がバラバラであった。インタビューする際は、質問に対してきちんと自分の意見を持っており、私も日頃から考え、自分の意見を述べられるように見習いたいと思った。オーストラリアの学生は常に堂々としており、実習の様子をみても、大学のポロシャツを着ていなければ看護師に見えるほどであった。それは、多くの時間を学習に費やし、自分の意志を持ち、行動できているからそう見えるのではないかと考える。

最後にホストファミリーとの生活は、私にとってかけがえのないものであった。初日、緊張と英語が話せない不安で口数が少なかったが、2日目には自分からホストファミリーに話しかけ、質問をし、自分の思いを伝えることができた。これは、ホストファミリーが私の発する単語をつないで理解しようと努めてくれたおかげである。そして、わからないことをそのままにしなかったということも影響していると感じた。常に辞書を持ち歩き、わからなければ、違う単語で説明してもらい、辞書を引き、時には書いてもらうなどして会話をした。留学前、まさか自分が英語で看護の話をする日が来るとは思ってもいなかった。私は、看護はもちろん英語やコミュニケーションにも興味を持つきっかけとなり、感謝したいと思う。

最後になりましたが、指導して下さったかおり先生、学校生活やホームステイに関して支えて下さったさなえさん、家族の一員として受け入れてくれた Mary さんご家族の方々、引率して下さった亀井先生、井上先生に感謝申し上げます。



さまざまな文化の違いとケア

215B207 武田 美奈

オーストラリアの医療については、オーストラリアの平均寿命は驚くことに日本と大きな差はなく、高齢者がいきいきと暮らしていることを知った。しかし、先住民と非先住民とでは平均寿命が 20 歳と大きく差があり、その理由として、糖の分解酵素をあまり持っていないことによる糖尿病が多いことや、タバコを吸う割合が多いことなどがわかった。また、経済面でも安い食品を摂ることがさらに糖尿病につながっているということがわかった。アボリジニの人々はとても家族や親族の仲間意識が強い。そのため、葬儀などで仕事を休むときなど、アボリジニの人々の習慣や文化を理解する必要がある。アボリジニの人々の健康をどう支えていくかが今後の課題ともなってくるが、まずはアボリジニの人々を理解して、社会的にも、精神的にも支えていくことが大切だと考えた。



フランクストンホスピタルへの見学では、日本との教育の違いを感じた。PNSの制度がオーストラリアにはなく、教育委員会の看護師が新人看護師と電話で連絡を取りあって新人ナースのもとへ向かうと知った。そして、このことはオーストラリアのワークスタイルの違いによるものだと知った。オーストラリアの看護師は働くスタイルが週 1 から週 5 とさまざまで、このことは出産、育児など女性としての生活の保障や、家事や介護なども行いながら、看護師を続けていける、一人の生活者としての生活の保障にもなっていると感じた。また、救急病棟では、入口から出口まで、重症度で部屋の配置が決まっており、すぐに適切な看護を提供できると感じた。

モナシュヘルスコミュニティセンターではオーストラリアの難民保護について学んだ。オーストラリアでは、日本と比べ多くの難民を受け入れているが、難民がどのようにオーストラリアへ入ってきたのか、政府や、パスポートの有無など、さまざまな条件によって難民として認められない人々もいることを知った。難民のヘルスケアとしては、難民は一つの病気を持っているだけでなく、多くの病気を持ち合わせているため、十分なアセスメント能力が必要となってくる。また、難民は身体的な疾病だけでなく、精神的に深い悲しみ、辛さを持っている。精神的ケアやサポートが必要とな

ってくる。難民にとっては、医療サービスを受けることや医療の場に行くことも不安を受ける。そのため、医療者は、難民が適切なサービスを受けられるようにサポートしていくことが大きな役割となってくる。言語もあいさつも世界共通ではないため、相手にあったコミュニケーションで、相手を理解することが大切である。また、回復の時間は人それぞれということ理解し、比べてはいけないということを学んだ。部屋には、危険を察知した際に押せるブザーもあり、難民の安全を守ることに加えて、自分の安全も守ることの大切さを感じた。



モナシュ大学では、講義や演習の2種類の授業に参加させていただいたが、その際、日本とオーストラリアの学生の授業に対する態度の違いを感じた。演習では、救命救急師の生徒も先生となって、生徒に救急法について説明を行っていた。また、生徒も、質問を先生にするのではなく、救命救急師の生徒にするなど、生徒同士で考え合うことや、教え合うことを行っていた。質問も積極的に行っており、先生からの一方的な授業ではなく、参加型の授業だと感じた。

講義では、看護師自身の安全に関する内容の授業であったが、学生はみんな前を向いて話を聞いており、寝ている人もいなかった。先生が言っていることを全てメモしようとして下を向いている人も少なく、みんな顔を上げ、真剣に話を聞いていた。先生もときどき生徒を当てて質問を投げかけたり、ジョークを言って楽しませて授業を進めていた。オーストラリアと日本の生徒の違いとして、授業料に対する違いから、意識もさらに高いように感じた。また、生徒ひとりひとりが看護師に対する誇りをもっており、そのことも授業に対する姿勢に関係しているのではないかと感じた。

オーストラリアは多文化であり、さまざまな国から移民してきた人、またその家庭で生まれ育った人がいる。そのため、生活を提供する看護でも、ひとりひとりのことを理解して看護を提供していかなければいけない。このオーストラリア研修ではホームステイをしたが、ホームステイでは、日本での自分の生活とオーストラリアでの生活の違いを体感した。シャワーの入る時間の違いや、水不足からの洗濯、シャワーの使用時間の違い、食習慣の違いなど多くの違いがあった。しかし、その生活の違いについて、同じ研修の友達と話し合っていた際、オーストラリアでのそれぞれの家庭の

違いや、また、日本の生活においてもそれぞれの生活の違いに気づくことができた。そしてその時、文化は国ごとではなく、個人個人の生活や地域、家庭から成り立つものであり、自分にも文化があることに気づくことができた。また、この気づきから、食事や、入浴、衣服など、それぞれの文化の違いが表れやすい場面について理解することができた。今後看護を提供する際にはこの文化の違いが表れやすい場面には、より気をつけて、相手の気持ちや希望に添えるような看護を提供していきたいと考えた。

