

2023 Summer CBR Program In Philippines



**Supported by
University of Santo Tomas
Aug.28th ~ Sep.12th**

目次

1. はじめに
2. メンバー紹介
3. 研修スケジュール
4. 持ち物、あると便利なもの
5. 費用
6. 施設紹介
7. 移動手段
8. 日誌
9. 観光
10. 食べ物
11. ハプニング・反省（改善策）
12. 感想

1 はじめに

閉塞感が充満していたコロナウイルスによるパンデミックが収まり、ようやく海外研修を復活させることができました。今回の海外研修を支援していただいた大学・理学療法学科学科の先生方に深謝すると共に、学生を送り出していただいた保護者の方々にも心から御礼を申し上げます。

HONDA 創始者である本田宗一郎氏は、「チャレンジして失敗を恐れるよりも、何もしないことを恐れる」と語っていたそうです。海外研修に参加した学生達は、「何もしないことを恐れた」のだと思います。海外でチャレンジするため、英語は必須条件です。日常生活に関する英会話は、ほとんどの学生は「トラブルが生じない限り」は、フィリピン人の寛容さの前ではあまり不自由を感じないレベルだったと思います。しかしながら、本研修は医学的知識を必要とする研修です。羞恥心を捨て、他言語を話すコミュニティに飛び込んでいき「理解できていない」旨を伝えることは想像以上のチャレンジだったと思います。失敗も多くあったのも事実ですが、日を追うごとに「チャレンジ成功」による学生のレベルアップを間近で感じることができました。

私が考える本海外研修の最大の魅力は、英語で他者の気持ちを、そして医療を「本気」で考える時間を過ごした時間に他なりません。即時効果だけではなく、1年後の彼らが、この「本気」の時間を過ごした事による成長を、明確に体現できるか否か見守り続けたいと思います。そして、本海外研修に参加した学生は、成長する能力の持ち主だと思います。能力を持った者は、それを正しく行使する責務があります。「何もしないことを恐れた」学生達の更なる成長を期待したいと思います。Go for it !!

本海外研修を実施するにあたり多くの方々のご協力を頂きました。University Santo Tomas, Department of Physical Therapy の Chair である Asst. Prof. Donald G. Manlapaz, PhD と Internship Supervisor である Asst. Prof. Zyra Mae V. Sicat には、研修内容の構成から実習先の決定まで、多大なるご苦勞をお掛け致しました。その他、多くの理学療法学科学科の先生方にご指導を頂きました。本海外研修に携わっていただいた全ての先生方に感謝すると共に、参加した学生達が積極的な研鑽を通じて、今後の理学療法界に大きな恩返しをしてくれると信じております。

最後に、本研修実施にあたり、ご理解とご助言を頂き多大なるお力添えを頂いた本学副学長大西秀明先生、理学療法学科学科長 椿 淳裕先生、国際交流センター長 久保雅義先生、国際交流課長 嵐田浩吉様には、心より御礼を申し上げます。ありがとうございました。

引率教員：理学療法学科学科・菊元孝則

2 メンバー紹介

1. 中谷文香 (Nakatani Ayaka)
2. 学科、学年：理学療法学科、2年

好きなフィリピンフード：ルンピア、sisig

フィリピンに来て驚いたこと：大学は朝7時から授業が始まること

参加目的、理由：海外の理学療法に触れることで視野を広げることができると思ったからです。



2. 本間大翔 (Homma Taito)
- 学科、学年：理学療法学科、1年

好きなフィリピンフード：sisig

フィリピンに来て驚いたこと：雨が降ったらすぐ洪水になること

参加目的、理由：海外に行きたかった、海外で理学療法を学びたかったから。



3. 渡辺乙羽 (Watanabe Otoha)
- 学科、学年：理学療法学科、2年

好きなフィリピンフード：ハロハロ

フィリピンに来て驚いたこと：セブンイレブンにおにぎりが売っていたところ

参加目的、理由：海外の世界に興味があったからです。



4. 小原優芽 (Yume Obara)
- 学科、学年：理学療法学科、1年

好きなフィリピンフード：シーシング

フィリピンに来て驚いたこと：みんながとてもフレンドリーなところ

参加目的、理由：海外のスポーツリハビリに興味があったからです。



5. 吉川 泰蔵 (Taizo Yoshikawa)

学科、学年：理学療法学科、1年

好きなフィリピンフード：Sisig

フィリピンに来て驚いたこと：大雨が降ると学校がすぐ休校になること。

参加目的、理由：自分自身の語学力の向上と海外の理学療法に興味があったからです。



6. 大橋 愛来 (Aira Ohashi)

学科、学年：理学療法学科、1年

好きなフィリピンフード：Sisig

フィリピンに来て驚いたこと：トイレットペーパーをトイレに流さずに、
ゴミ箱に捨てること。

参加目的、理由：今まで渡航経験がなかった為、海外に興味があったからです。



7. 大倉 康太郎 (Kotaro Okura)

学科、学年：理学療法学科、1年

好きなフィリピンフード：シーシング

フィリピンに来て驚いたこと：学生の勉強への意識がとても高いこと

参加目的、理由：生の英語、海外の文化を味わってみたかったからです！

3 研修スケジュール

事前に UST からスケジュールが送られてくるので基本はそれに沿って行動する。
また、研修中にこちらの希望に沿って予定を変更して下さったりもした。

日付			活動
月	日	曜	
8	28	月	UST 到着
	29	火	オリエンテーション
	30	水	PCPI 1 日目
	31	木	PCPI 2 日目
9	1	金	発表会 バスケットボール観戦
	2	土	授業
	3	日	休日
	4	月	授業
	5	火	授業
	6	水	授業
	7	木	Kabahagi 1 日目
	8	金	Kabahagi 2 日目
	9	土	授業
	10	日	休日
	11	月	PCPI
	12	火	帰国

4 持ち物、あると便利なもの

1. 持ち物

- パスポート 海外保険
- 筆記用具、メモ、ノート等
- 厚手のパーカー
(教室内はめちゃくちゃ寒い。現地の学生もスウェットやパーカーを着用していた。)
- 財布
- 実習用のシャツとパンツと靴
- 下着(1週間分ほどあるとよい)
- お風呂セット(シャンプーなどは現地でも購入可能 日本のものもある)
- 私服
- 日本からのお土産(小分けにしてあるお菓子など)
- トイレットペーパー(4ロールあるとよい 常に持ち歩く必要がある)
- 胃腸薬、風邪薬などの常備薬
- ハンガー(いくつあってもよい)
- 日焼け止め
- マスク(学外の実習時には必須)

2. あると便利なもの

- ブランケット(寮の部屋に掛け布団がないため)
- サンダル
- トランプ、UNO
- 虫よけ、ムヒ
- サングラス
- ウエットティッシュ
- 洋服用のファブリーズや消臭剤
- 日本食(鍋の元、味噌、サトウのごはんなど)

5 費用

内訳	日本円
航空費	約 9 0 0 0 0 円
宿泊費	約 2 0 0 0 0 円
実習用ポロシャツとパンツ(三枚ずつ)	約 1 6 0 0 0 円
ポケット Wi-Fi(一台当たり)	約 4 0 0 0 0 円
生活費	4 0 0 0 0 円
合計	2 0 6 0 0 0 円

大学からの補助金：6万円

実質負担額：14万円

6 施設紹介

(1)実習施設

・ UST (University of Santo Tomas)

1611年に開校したアジア最古の私立大学で約4万人が在籍する。大学敷地内には付属高校や付属病院がある。Main Entranceには入学時と卒業時にのみ通る伝統的な門がある。学内は朝早くから夜遅くまで学生であふれている。学内にはスターバックス、サブウェイ、セブンイレブン、ローソンなどがある。



・ PCPI (Philippine Cerebral Palsy INC.)

概要：非営利団体によって1956年に設立。脳性麻痺の治療や緩和を中心に行う施設。

実習時間：8：00～17：00

交通手段：Grabタクシー(約300ペソ 約30分)

主な疾患：脳性麻痺、



・ Kabahagi クリニック

概要：お金の都合で病院に行くことができない子供に、無償で治療をする施設。

実習時間：9：00～16：00

交通手段：Grabタクシー(約600ペソ 約60分)

主な疾患：自閉症



(2) 宿泊施設

・ Domus Mariea

大学の敷地内にある。宿泊費は約 8 0 0 0 ペソ(約 2 0 0 0 0 円)

☑シャワーの水圧が低い

☑共有の台所での料理が禁止になった

☑虫がたまに出る

☑お金を払えば洗濯をしてくれる(乾燥込み)

☑Wi-Fi はあったが電波が届かない部屋もあった

☑インドネシア、タイ、シンガポールなどの留学生も利用していた



7 移動手段



・Grabタクシー(Grab Taxi)

Grabタクシーはタクシー配車アプリである。実習地への移動やスーパーへの移動時に使用した。値段は日本のタクシーに比べて安い。Grabタクシーのアプリはスマートフォンでダウンロードし電話番号を登録する。クレジットカードを紐付けしておくとも便利である。目的地もアプリ内で指定するので英語に自信がなくても安心して使うことができる。



・乗車手段

1. アプリ内で目的地、自分の現在地を入力
2. タクシーのシート数を選択
3. GPS で近くのタクシーに1の情報が発信され、早い者勝ちで返信をくれたタクシーに決定
4. タクシーの位置をGPSとマップで確認でき、あと何分で来るか常に確認することができる
5. あとは来るのを待つのみ
アプリでタクシーの色、ナンバーを確認することができるので簡単に見つけることができる

8 日誌

・8月27日(日) 出発

22:35 新潟駅南口から成田空港に夜行バスで出発

・8月28日(月) 入国

8:30 成田空港第三ターミナル到着

9:00 チェックイン

12:00 50分遅れで成田空港出発

16:00 ニノイ・アキノ空港着 USTへ

空港から大学まではUSTが用意してくれたワゴンで移動。

17:00 UST到着

17:30 スーパーで買い出し

大学から徒歩5分のスーパーに行き、水や朝食などを購入。

19:00 夕食

大学内にあるSUBWAYとラーメン屋に行った。



・8月29日(火) オリエンテーション

9:00 USTの先生方に挨拶

9:30 USTの概要説明

USTの歴史、建物、学部学科などの説明を受けた。1611年設立の歴史ある学校ということにとっても驚いた。

12:00 USTの先生方と一緒に昼食

学内にあるPANCAKE HOUSEという店に行った。大体の人が先生方おすすめのスペシャルセットを頼んでいた。とてもおいしかった。

13:00 USTの学生によるキャンパスツアー

UST内を隅々まで周った。途中、解剖実習に立ち会うことができ、本物の骨、ご献体、脳を見ることができた。また、キャンパスツアー中も学生とたくさんコミュニケーション取ることができた。



19:00 ミーティング

明日の PCPI についてのミーティングを行った。

19:30 夕食

各自が SUBWAY やコンビニなどで調達して食べた。

・8月30日(水) PCPI 1日目

6:20 集合 出発

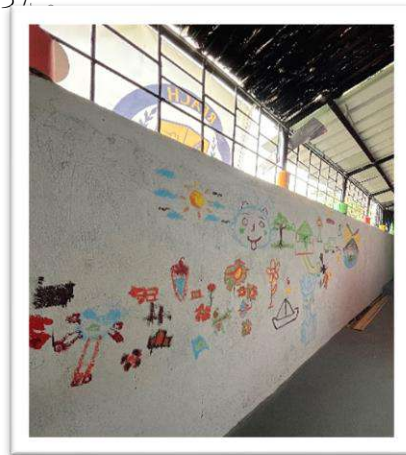
Grab を 2 台手配して移動。

朝早かったのであまり渋滞していなかったが、フィリピンの人たちは大学内だけでなく大学外でも朝早くから行動している人が多かった。

7:30 PCPI 到着

現地の学生と 2 人 1 組となり、患者さんを診た。

ROM 測定やトレーニングなどを実際に行った。



12:00 昼食

PCPI 付近では外食をすることが許されていなかったため、困っていたところ現地の学生たちがお昼ご飯を頼んでくれた。



いくつかメニューがあったが、日本の学生はだいたい照り焼きチキンを選んだ。

13:00 午後は患者さんが少なく、空いている時間があったので現地の学生たちとたくさんコミュニケーションをとった。
お互いに日本語とタガログ語を教え合う。

18:00 UST 到着 その後夕食
かなり疲れてみんなへとへとだったため、各自 UST 内で夕食をする。
男子はコンビニへ行った。女子は PANCAKE HOUSE へ行った。それぞれスパイシーチキンやチキンバーガーを頼んだ。

19:30 ミーティング
PCPI での感想をそれぞれが発表した。

・8月31日(木) PCPI2 日目

5:50 洪水のため臨床実習中止になる

8:00 ミーティング

8:30~ PCPI の患者さんの SOAP 作成

13:30 スーパーへ買い出し

洪水で学内も浸水していたが、UST の先生が寮まで車で迎えに来てくださりスーパーまで送ってくださった。また Jollibee というフィリピンで人気のファストフードを買ってきてくださった。

14:30 昼食

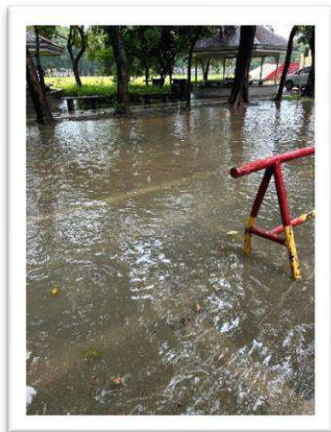
UST の先生が買ってきてくださった Jollibee を食べた。

15:30 スーパーへ買い出し

夕食に鍋をすることになり、必要な鍋、食材を買いに行った。

18:00 夕食

日本から持ってきた鍋の元と、フィリピンで調達した食材で鍋をした。コンロが壊れ火元がなくなるというハプニングが発生したが、寮にあった湯沸かし器で代用してなんとか鍋を行うことができた。しかし湯沸かし器は小さいうえに沸騰までにとっても時間がかかり夕食に3時間かかった。その3時間の中でメンバー同士沢山話すことができ、先生含めとても距離が縮まった。



・9月1日(金) 発表会 バasketボール観戦 (洪水で休校)

10:00 発表会

昨日まとめた PCPI の患者さんについて発表した①患者さんの疾患などの基礎情報
②どのような理学療法をしていたか③自分が考えた患者さんにしてあげられる理学療法 の3つについて発表した。

12:00 昼食

洪水で外に出られないため寮内で済ませた。

14:00 バasketボール観戦

UST の体育館で UST 対他の大学の試合が行われそれを見学した。試合中に負傷した選手への処置が行われており、見学することができた。

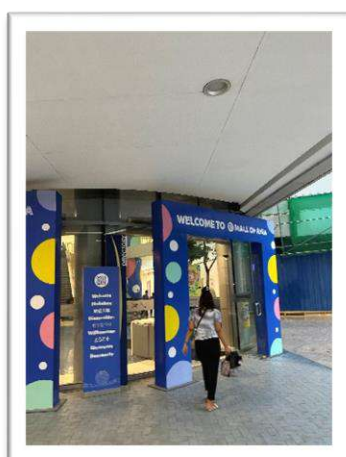


16:00 夕食の買い出し

モールオブアジアというアジアで一番大きい商業施設に行った。自炊に必要なコンロや生活必需品をたくさん買うことができた。

19:00 夕食

モールオブアジアから帰ってくるのに時間が掛かってしまい学内の店で済ませることになった。



・9月2日(土) 授業

10:00 菊元先生授業に参加

11:30 UST の授業に参加
運動学の座学を受けた。

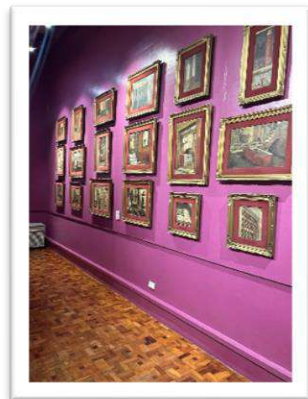
14:00 昼食

UST の学生たちがおすすめのお店に連れて行ってくれた。みんなでシーシングを食べた。



15:00~ UST の学生と一緒にマニラ観光

とても大きく歴史ある美術館に連れて行ってくれた。大きい壁画や石像がたくさんありそれについて学生が丁寧に説明してくれた。その後学校に戻ってきて学内のお店でハロハロというスイーツを食べた。



・9月3日(日) 休日

10:00 朝食&昼食

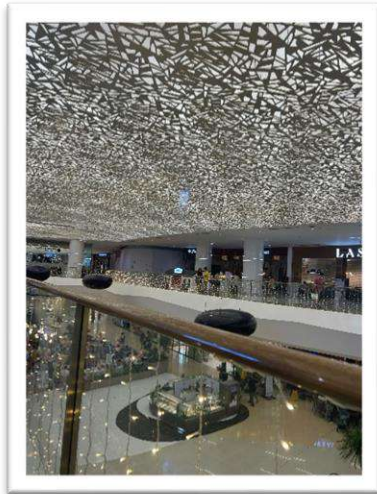
みんなで焼きそばを作って食べました。

12:30 モールオブアジアへ

各自がショッピングを楽しんだ。昼食もモール内で済ませた。とても広く一日で回りきることができなかった。

18:00 寮到着

19:00 横田先生到着を祝してピザパーティをやった。しかし、菊元先生がスマホを無くしてしまうというアクシデントが発生し、学生のみでピザを食べることになりました。菊本先生はとても焦っていました。



・9月4日(月) 授業

7:30 スポーツサイエンスクラブへ

スポーツサイエンスクラブの活動を見学した。この日は水泳選手の身体チェックや器具を使ったトレーニングが行われていた。選手一人に生徒のトレーナー一人がついていた。

10:00 洪水が発生し休校

11:00 昼食

菊元先生との最後の食事は PANCAKEHOUSE に行きました。横田先生が奢ってくれました。

17:00 菊元先生出発

18:00 夕食

みんなでカレーを作りました。



・9月5日(火) 授業

7:30 スポーツサイエンスクラブへ

1階ではトレーニング 2階では座学が行われていて、興味のある方に参加した。



12:00 昼食

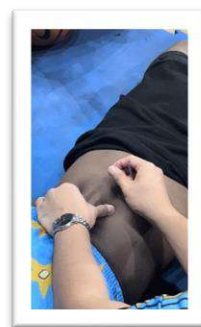
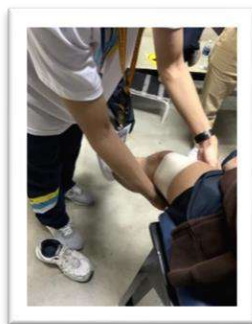
13:00 バスケ部の練習を見学

練習前のテーピングや怪我で練習に参加できない選手への理学療法を見学した。

16:00 買い出し

17:00 夕食

ショッピングモールにあった丸亀製麺に行った。とてもおいしかった。



・9月6日(水) 授業

8:00 評価学の実習

10:30 小児科クリニックの先生による講義

12:00 昼食

13:00 オンライン理学療法

病院を受診できない子供にオンラインで理学療法をするというものに参加した。

19:00 夕食



・9月7日(木) Kabahagi 1 日目

6:30 Kabahagi へ出発

8:00 Kabahagi 到着

8:30~ Kabahagi の概要説明

Kabahagi は病院に行くことができない人を対象に無償で理学療法をやる施設

9:00~ 診察開始

親と Kabahagi の PT が 1 時間話している間、子供の面倒を見ていた。

12:00 昼食

Kabahagi の方が用意してくださったフィリピン料理を食べた。



13:00~ 診察開始

16:00 診察終了

17:30 UST に到着

18:30 ミーティング

19:30 夕食

・9月8日(金) Kabahagi 2 日目

6:30 Kabahagi へ出発

8:00 Kabahagi に到着

朝の渋滞で通常 30~40 分のところ、3.4 倍の時間がかかる。

9:00~ 診察開始

車いすの患者さんには理学療法を行った後に車いすの調節をしていた。

12:00 昼食

13:00 Kabahagi 終了

患者さんの関係上、午前で実習終了。

14:00 買い出しへ

SM モールで買い出し途中で爆弾予告。

急遽、危険なため帰宅。

18:00 夕食



・9月9日(土) 授業

午前フリー

15:00 生理学授業

16:00 横田先生授業

18:00 夕食

UST の外の市場を散歩した。フィリピンの雰囲気を感じることができた。



・9月10日(日) 休日

9:00 モールオブアジアへ

10:00～ モールオブアジアで自由行動

18:00 夕食



・9月11日(月) PCPI

8:30 学部長に挨拶



9:30 学内の行ってないところを周る

11:30 昼食

12:30 PCPI へ

13:00 PCPI 着

13:30 患者さん診察

16:00 診察終了

17:00 UST 着

18:30 夕食

キムチ鍋を作って最後の晩餐をした。



・9月12日(火) 帰国

9:30 UST 出発

11:00 ニノイ・アキノ空港着

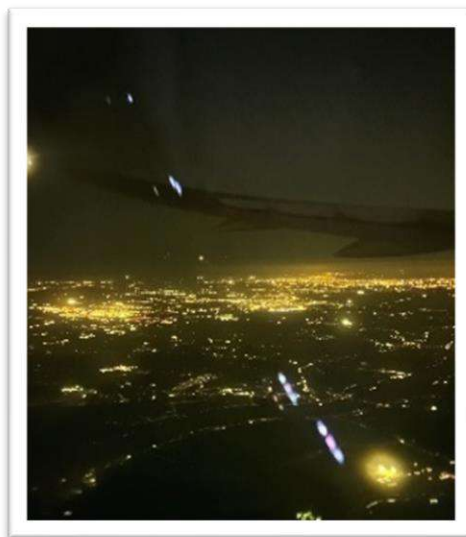


11:30 チェックイン

14:00 ニノイ・アキノ空港発

20:00 成田空港第一ターミナル着

20:30 解散



9 観光

・ Mall of Asia

モールオブアジアは、フィリピン最大の小売りチェーン店 SM モールが手掛けたモール。2006年にオープンした。床面積39万平米のモールには、780のショップと300の飲食店があり、スケートリンクなどもあった。1日あっても周りきれないくらい広かった。お土産を買うなら『Kultura』がおすすめ！
Tシャツやドライマンゴー、木で作られた小物などかわいいものがたくさんあった。



・ National Museum

フィリピンの歴史について学べる大きな博物館。建物が2つあり、1つは芸術分野、もう1つは生活史にまつわるものが多く展示されている。芸術分野では植民地時代の絵やフィリピンを代表する多くの人の肖像画があった。入ってすぐの大きな壁画は圧巻だった。



10 食べ物

主食は米だったため自分は苦に感じなかった。また、主菜はお肉が比較的多かった。野菜、魚は多くなかった。アドボやみんなが好きなシーシングなど様々な肉料理を楽しむことができる。ほかにもバロットという孵化直前のアヒルの卵を加熱したゆで卵もある。見た目からとても食べづらく今回の研修では食べる勇気がでなかった。ですが、海外に来たからには挑戦すればよかったと思った。

また、フィリピンで有名なジョリビーのチキンやポテトを食べた。おいしいと感じたがケンタッキー・フライド・チキンのほうが断然おいしさは勝っていると思った。

研修の何日間かはカレーやスープ、鍋、焼きそばなど日本で食べ慣れているものを協力して作り食べた。日本のご飯がいかにおいしいか身に染みて感じた。



11 ハプニング・反省（改善策）

- ・寮の女子部屋にトカゲ出現。
(男子に捕まえてもらい、外に逃がした。)
- ・部屋のシャワーのお湯が出なくなる。
(5分間くらい水を出しっぱなしにすると徐々に温かくなった。)
- ・大雨の影響で洪水になり、実習や授業が中止になる。
(外に出ることが出来なかった為、大学寮内で一日目の実習内容をグループごとにレポートにまとめて、発表会をした。)
- ・洪水の影響で食料が確保出来なくなる。
(ドナルドがお昼に Jollibee を頼んでくれた。また、スーパーまで車を出してくれた。)
- ・キッチンが使用禁止になる。
(なんとか許可を得ることができた。)
- ・備え付け？の鍋とコンロが使えなくなる。
- ・寮のランドリーに洗濯を頼んだら洗濯ネットが返ってこなかった。
また、濡れたまま返ってきた。
(ランドリーの人に聞いてみたが洗濯ネットは返ってこなかった。)
- ・滞在中に寮の宿泊費を払わなければいけないことを知る。
- ・スマホを Grab に忘れてくる。
(UST の方々に協力して頂き、一週間後に手元に返ってきた!!!)
- ・Grab でクレジットカード決済が出来なくなる。
(仕方ないので現金払い。現金の用意もしておく。)
- ・Grab の運転手さんにマシンガントークされる。
(何を言っているのか分からなかったが、とてもおもしろかった。助手席に乗るのはちょっと怖い。)
- ・スタバでドリンクを1つ頼んだつもりが、2つきた。
- ・無制限だと思っていたポケット Wi-fi が1日 5GB しか使えなかった。
- ・爆破予告きた。

研修後

- ・報告書を研修中に書き進めていなかった為、完成が遅くなってしまった。
(書けるところから進めていく。)

12 感想

● 渡辺 乙羽

私が海外研修に参加した理由は、日本という一つの世界の中でとどまることに勿体無さを感じたからです。私は将来理学療法士という多種連携が望まれるため、視野を広げる意味でも海外研修に参加することは良いと思いました。英語はなかなか手をつける機会がなく、不安のまま海外研修を迎えましたが日数を重ねるうちに英語に慣れることができました。今回の海外研修を通し、学生の勉強への熱意を感じました。実習で学生が患者さんをしっかりとケア理学療法していたり、授業では日本にはなかなかない積極的な発言のある学びを行っていました。今の私にはないものを今回の海外研修を通してたくさん学ぶことができ、視野を広げることができたのでよかったです。

I got involved in Overseas training,
because Japan to stay too good one world .

I want to be a physical therapist.

but PT hope Multi-disciplinary collaboration. the Reason, They want wide field of view.

I want to go Overseas trying,

English is very difficult and weak point.

But English get used to it increase the number of days.

Abroad students is very study hard and very study hard student.

training is care for the patient and physical therapy for the patient.

Through this overseas training very study and wide field of view.

thank you.

● 中谷 文香

私は今回の研修を通して自分自身の視野を広げることができました。

私は高校時代にも海外研修に参加しました。その時には日常会話ができるくらいでした。今回は海外でより専門的なことを学ぶことになるので専門用語をある程度知っておく必要がありました。事前に少し勉強していたのでフィリピンの先生や学生の方たちが説明してくれたことを理解することができ嬉しかったです。今後もっと専門用語を知っていきたいと思います。

日本とフィリピンの授業の様子の違いも勉強になりました。フィリピンでは学生と生徒の距離が近く、教授が質問することに対して学生が自由に答え、学生同士でもディスカッションが行われていました。日本ではあまり見られない光景でした。私はこのような授業形態を経験し、このような授業形態では楽しく授業を受けることができることに加え、より理解が深まり学習意欲もお互いに高めていくことができると感じました。

今回の研修は最初たくさんの不安があり、無事に終えることができるか心配でしたが、帰ってきた今はとても行って良かったと思っています。今後この経験を生かすと共にほかの国など海外

の理学療法にも興味をもって見ていきたいと思います。今回の研修に関わってくださったすべての人に感謝したいです。

I was able to broaden my own perspective through this training.

I participated in a study abroad program in high school as well. At the time, I was just about ready for a daily conversation. I needed to know some of the terminology because this time I would be learning something more specialized abroad. I was happy that I could understand what the Filipino teachers and students explained to me because I had studied a little beforehand. I would like to know more technical terms in the future.

I also learned about the differences between the classroom situations in Japan and the Philippines. In the Philippines, the distance between students and professors is closer, and students freely answer questions asked by professors, and discussions are held among students. It was a sight rarely seen in Japan. I experienced this type of class and felt that in this type of class, in addition to being able to enjoy the class, students were able to deepen their understanding and motivate each other to learn.

At first I had a lot of anxiety about this training program and was worried about whether I would be able to complete it successfully, but now that I have returned home, I am very glad that I went.

I would like to make use of this experience in the future, and I would also like to look with interest at physiotherapy in other countries and other foreign countries.

I would like to thank everyone involved in this training.

● 小原 優芽

理学療法の知識も経験もなく、英語も上手く話せない自分が海外研修に参加すると決めた時は不安が沢山ありましたが、楽しみも沢山ありました。フィリピンに行くと学生さん達が英語が話せなくても何回も質問してくれたり、沢山話しかけてくれました。2週間で他の人より分かった単語やちゃんと受け答えできた回数は少なかったと思いますが、自分なりに伝えようと考えたり、ジェスチャーをしたりしてコミュニケーションを取ることができたのは自分にとって大きな成長だったと思います。そして、この研修を通してフィリピンの学生の学習意欲にとっても感銘を受けました。積極的に先生に質問をしたり、友達と話し合ったりなどしている姿がとて印象に残りました。この感動したと言う気持ちだけにするのではなく、これからの生活に活かしていきたいと思いました。改めてこの研修は自分の人生に影響を与えてくれるとても貴重な経験でした。

When I decided to participate in overseas training because I had no knowledge or experience in physical therapy and couldn't speak English well, I was worried, but I also had a lot of fun. When I went to the Philippines, the students asked me many questions and talked to me a lot even though I couldn't speak English. I think I understood fewer

words and answered them properly than others in two weeks, but I think it was a great growth for me to be able to communicate with them by thinking about communicating in my own way and making gestures. Through this training, I was very impressed by the motivation of Filipino students to study. It was very impressive to see them actively asking questions to the teacher and talking with their friends. I wanted to make use of it in my life from now on, not just this feeling of being moved. Once again, this training was a very valuable experience that influenced my life.

● 本間 大翔

今回の海外研修で訪問させて頂いた PCPI とカバハギで、患者さんと直接触れ合いリハビリを行いながら理学療法を学べたことは新鮮で良い経験になり、これだけでも海外研修に参加した意味があったと感じました。

しかし自身の語学力の無さが目立つ場面が多々あり、医療英語を始めとする英単語学習に力を入れないとなど思いました。

また UST の学生の授業に対する姿勢が日本とは全く違い、積極性や集中力さまざまな面で見直し、見習わないと行けないと感じました。

生活面では、水道水、雨などが身体に合わずかぶれたりすることがあり、食の面では辛すぎる、甘すぎるなど極端で合う人合わない人がいるだろうと感じました。

優しく、フレンドリーな UST の学生の皆や、フィリピンの子供達と話したりすることがとても楽しく日数が経つごとに積極性を持って話すことができたと思います。

そして今回の研修を成功にするために、授業や今後行われる実習に対して、積極性と意欲を持ち合わせて取り組もうと思います。

At PCPI and Kabahagi, which I visited during this overseas training, it was a fresh and good experience for me to be able to directly interact with patients and perform rehabilitation while learning about physical therapy, and I felt that this alone was worth the purpose of participating in the overseas training. I did it.

However, there were many situations in which my own lack of language skills became attractive, and I realized that I needed to put more effort into learning English vocabulary in order to start learning English. Also, the way UST students handle classes is completely different from that in Japan, and I reviewed various aspects of their proactiveness and concentration, and I felt that if they did not learn from their example, they would not follow suit.

In terms of daily life, I felt that some people may not be comfortable with things like tap water and rain.

I had a lot of fun talking to all the kind and friendly UST students and the Filipino children, and I think I was able to speak with more positivity each time I spoke. In order to make this training a success,

I am determined to be proactive and make efforts in the classes and practical training that will be held in the future.

● 吉川 泰蔵

私は将来、海外で理学療法士として働きたいと思っています。そのため今回の海外研修に参加しました。私は1年生でもあり、知らない病気や疾患のことも知ることが出来ました。研修の前半は現地の英語に圧倒されてしまい自分の話したいことが上手く伝えられず、受け身の形で全く理解できませんでした。しかし、フィリピンの人たちはとても親切で会話をゆっくり話してくれ、私が英語を話そうとするとしっかり聞いて理解しようとしてくれる姿勢を見てとても助かりました。ですが、自分が変わらないといつまで経っても成長しないと感じ、自分でも勉強して少しでも理解しようと努力しました。このことに関しては後悔と情けない気持ちでした。

フィリピンの学生は日本に比べてとても勉強に熱心で集中力が高いです。その姿を見てもっと私も勉強に対しての取り組み方を改めていけないといけません。

この海外研修の経験を活かして自分を成長させるのは今後の生活や行動にあります。フィリピンで経験した後悔と自分の情けない気持ちを忘れずに、これからの学校生活を送ります。

In the future, I would like to work overseas as a physical therapist. That is why I participated in this overseas training. I am also a first-year student, so I was able to learn about diseases and diseases that I did not know. During the first half of the training, I was so overwhelmed by the local English that I couldn't convey what I wanted to say, and I couldn't understand it at all because I was passive.

However, the Filipino people were very kind and spoke slowly, and when I tried to speak English, they listened carefully and tried to understand me, which was very helpful to me. However, I felt that if I didn't change, I would never grow, so I made an effort to study and understand as much as possible. I felt regretful and pathetic about this.

Filipino students are much more enthusiastic about studying and have a higher concentration than Japanese students. Seeing that, I have to change the way I approach studying

Taking advantage of this overseas training experience will help you grow in your future life and actions. I will continue my school life without forgetting the regrets I experienced in the Philippines and my pathetic feelings.

● 大橋 愛来

私は英語でのコミュニケーションをほぼ取ることができない状態で、海外研修に参加しました。フィリピンの方々はとても親切で、1質問をすると10で返ってくるような感じだった為、初めは伝えてくれていることを理解するのに必死でした。日にちを重ねていくうちに、簡単な単語やジェスチャーでコミュニケーションをとることができるようになり、自分自身

の成長を感じました。ですが、やはり医療現場や大学の授業では自分の英語力の低さに改めて、気づかされました。それでも笑顔で、優しく接してくれる現地の方々から“世界の共通言語は笑顔”であることが証明できた気がします。

また、1年生のこの時期に、実習に参加でき、実際に患者さんに触れ、医療現場の雰囲気を感ずることができたのは、本当に貴重な体験だと思います。

この研修で反省点もありましたが、それは海外研修に参加しなければ絶対に感ずることができなかったことです。その機会を与えてくれたことも含め、今回の研修はとても有意義なものだったと思います！

I participated in overseas training with little ability to communicate in English.

The Filipinos were very kind, and when I asked one question, they seemed to answer me 10, so I was struggling to understand what they were telling me at first. As the days went by, I became able to communicate with simple words and gestures and felt my own growth, but I was reminded once again of my poor English ability in medical field and university classes. “Even so, I feel that the local people who smile and treat me kindly proved that” “the common language of the world is smile” Also, I think it is a very valuable experience to be able to participate in practical training at this time of my first year, to touch patients and feel the medical field.

There were some points to reflect on during this training, but I could never have felt it with out participating in overseas training. Including giving me that opportunity, I think this training was very meaningful!

● 大倉 康太郎

今回の海外研修中一番芽生えた感情は悔しさです。1つ目の悔しさはコミュニケーションが円滑に取れない悔しさです。僕は英語が上手ではありません。そのため聞くことも話すこともとても時間が掛かってしまいました。毎日「こう言いたいのに言葉が出てこない」、「もっと面白く楽しく話したい」ということばかり頭に残っていました。現地の学生はとても親切でゆっくり話をしてくれたり、何回でも言い直してくれたりしました。その優しさに応えられず申し訳なさもいっぱいでした。2つ目は学習へ意識の差で感じた悔しさです。フィリピンの大学生は朝早くから夜遅くまで学校で勉強している上に授業への積極性もとても高いです。授業の後に質問に行く人も多いです。勉強への意欲が負けているなと思い悔しかったです。今回の2週間という短い間で直接的な成長をしたというよりは成長するための種のようなものをたくさん得たような気がします。今回の海外研修の成功かどうかは今後の自分の行動次第だと思います。自分が感じた悔しさや現地の方の優しさを無駄にはしないように学校生活を送りたいと思います。

During this overseas training, the most important feeling I felt was chagrin.

The first thing that I chagrin is not be able to communicate smoothly. I'm not at good English. So it took a lot of time to listen and talk about it. Every day, all I could think about was "I want to say this but I can't find word," and "I want to talk in more interesting and fun way." The local students were very kind, spoke slowly, and spoke many times. I felt very sorry that I couldn't repay their kindness.

The second thing that I chagrin is the difference in my awareness of learning. University students in the Philippines study at school from early morning until late at night, and they are very active in class. Many people go to ask question for teacher after class.

I feel like I've gained a lot of seeds to grow rather than direct growth in the short time of these two weeks. I think the success of this overseas training depends on my future actions. I would like to spend my school life so as not to waste the frustration I felt and the kindness of the local people.





