海外派遣留学プログラム報告書
（報告期間：2019/09/20　～2019/10/30　）

1　勉学の状況

私は派遣留学の秋派遣生として、イギリスのノーザンブリア大学に1セメスター留学をしています。千葉大学では、大学院看護学研究科の修士2年生に在籍していて、ノーザンブリア大学ではMSc Nursingという修士のコースを履修しています。

9/23からの１週間でintroduction weekがあり、9/30より通常の授業が開始しました。私が受講しているMaster of Nursingのコースは、月曜日、火曜日、木曜日に授業があります。Bachelorのコースでは履修科目を自分である程度選べるようですが、私の場合はMasterだったせいか、受講する授業はもともと決められていました。あくまで私の感覚ですが、修士・学部生に関わらず多くの学生が、だいだい週に3日授業があるようです。

月曜日はAcademic Language Skillという授業を受けています。内容は、文字通りAcademicで、エッセイの骨格の作り方、イントロの書き方、参考文献の表記の仕方、引用方法など、実際に学術論文を英語で書く際に必要な知識を学んでいます。語学の授業というよりは、論文の書き方を学ぶ授業という印象です。

火曜日は、policy and theory in practice developmentという授業を受けています。生徒は、イギリス人の学生3人と、ナイジェリア人の学生2人、中国人の学生1人と、私という少人数かつインターナショナルなクラスです。Policy and theoryというタイトル通り、授業では政策や理論が現場での看護実践にどのような影響をもたらしているか勉強しています。アジア、アフリカ、ヨーロッパ3大陸の全く異なる医療制度や現状に驚きつつ、ナースとして全世界で共通することがあることも同時に感じながら授業を受けています。

木曜日は、knowledge and safety managementという授業を受けています。医療安全がメインテーマで、看護師の自己認識のあり方やコミュニケーションの視点から学んでいます。

メインキャンパス(左)と看護学部のあるCoach Laneキャンパス(右)

２．生活の状況

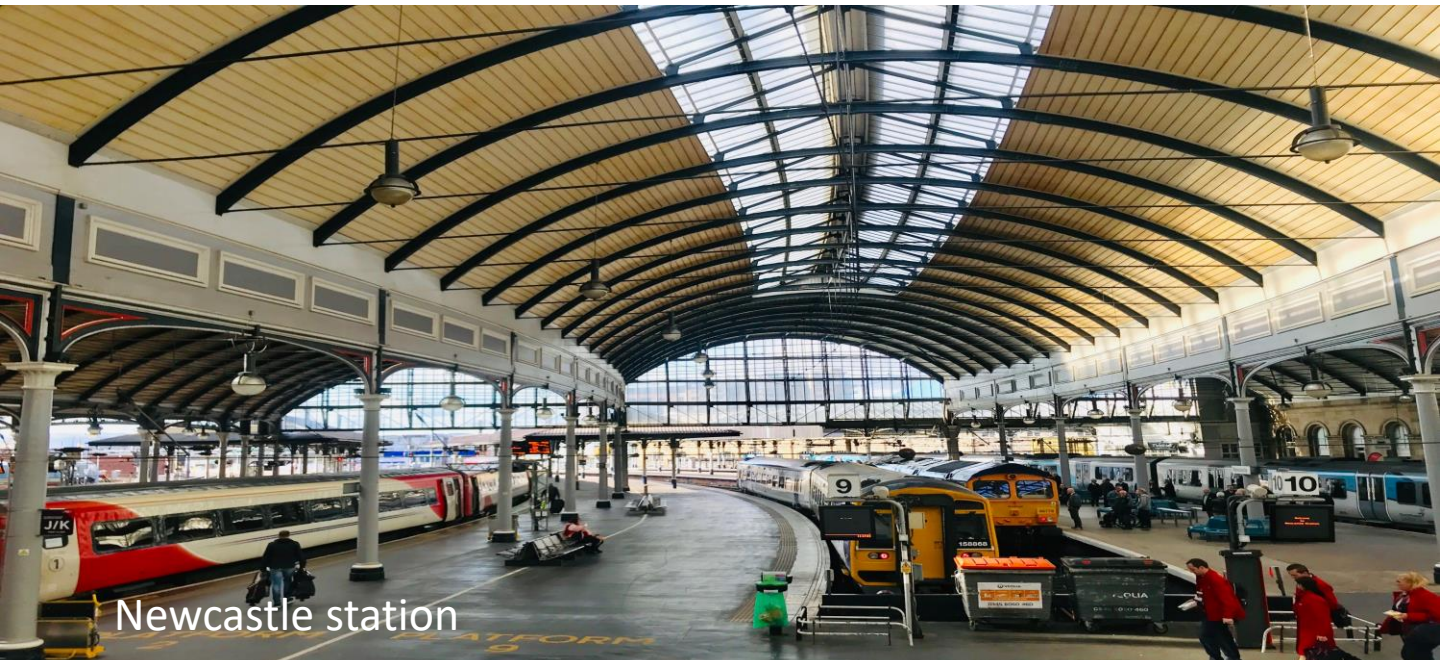
＊住んでいるところ（右写真：私の部屋）
・大学の寮に入りました。大学から徒歩３分くらいのところにあります。

・イギリスの寮には「フラット」があります。
1つのフラットに、6~7人の個室と、その他に寮によってキッチン、トイレ、シャワーが共用スペースとしてあります。
（フラットについてはご存知の方も多いかもしれませんが、私はイギリスに来るまでフラットが何か良く分からなかったので、一応書きました。。寮の入口→自分のフラットの入り口→自分の部屋の入り口というイメージです）

・私は、イタリア、ドイツ、スペイン、エクアドルの留学生と一緒に7人で生活をしています。

Millenium brige

＊普段の生活（左写真：millennium bridge）
・平日の日中は、授業の予習復習をしたり、ボランティア活動をしたり、家事をして一日が過ぎています。食べ物の買い出しに行き料理をしていると、あっという間に時間が過ぎてしまい、自分でも驚いています。
・平日でも夜はフラットメイトと外出することもちょくちょくあります。ヨーロッパの学生はとてもパワフルです。
・週末は、近場に小旅行に行っています。週末の旅行企画なども多くあるので、企画に乗って旅行に行くと、知り合いの幅も広がります。これからクリスマスシーズンに入るのでイベントが増えそうです。


Newcastle station

海外派遣留学プログラム報告書
（報告期間：2019/11/01　～2019/11/30　）

1　勉学の状況

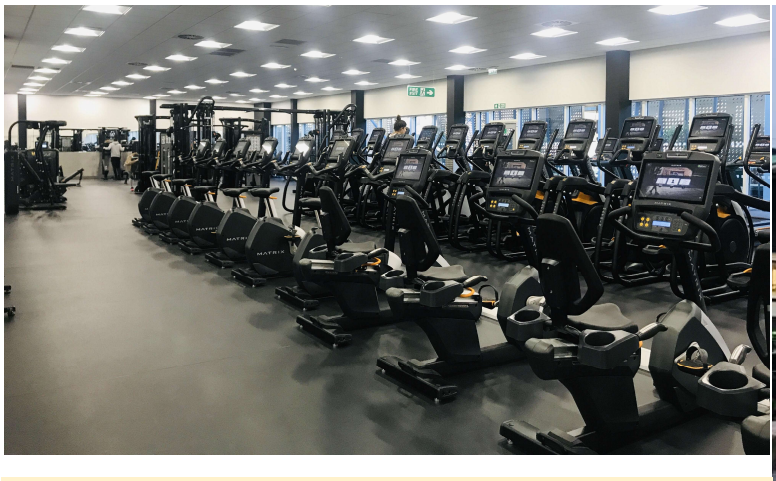
私は週に3回大学での授業を受講しています。だいぶ授業にも慣れてました。
街中の英語は訛りが強く分からないことが多いですが、授業の英語は先生がはっきり話してくれる上にスライドがあるので、ほぼ問題なく学習できています。

学期末に4000wordsのエッセイがあり、今はそれに向けての準備に励んでいます。マスターになると[evidence based]と[critical thinking]がより重視されるので、とにかく論文を読んでテーマの内容を掘り下げようと四苦八苦しているところです。論文テーマは[ヘルスケア領域において自分が課題であると思うこと」という幅広いものなので、各自のバックグラウンドに合わせてテーマを選択します。

私のクラスには、急性期、手術室、高齢者病棟、ホスピス等、国が異なる（イギリス、ナイジェリア、サウジアラビア、中国）だけでなく看護師としての経験・背景も一人一人異なるので、話をシェアするのがとても楽しいです。授業では内容を理解するとともに、その内容を自分のエッセイに反映できそうか、どう反映するか、ということを考えながら参加しています。私は地域で暮らす認知症の人に関心があるため「アジア人マイノリティに対する認知症に関する教育」をテーマにエッセイを書こうと考えています。

また、これは私の特殊なケースですが、千葉大学では修士課程の２年生に在籍しているため、来月12月には日本の修士論文の提出の期限もあります。なので今はエッセイとともに修士論文を同時並行で進めているような状況です。

エッセイと修士論文はテーマが少し異なるので、頭を切り替えるのが大変ですが、イギリスの大学院に来て[where/what is the evidence?]を嫌というほど繰り返し聞かれた今、留学前よりは発想の仕方が少し変化したようにも感じています。どちらも書き上げられるように頑張っていきたいと思います。



＊写真↑
勉強に疲れた時にはジムに行ってリフレッシュしています。大学のジムは設備がとても充実しています。1セメスター1万円くらいで入会できます。
＊写真→
これは15:30ですが既に街灯がついてしまうような暗さです。日本では段々と日が短くなりますが、こちらでは時差が変わるので突然日が短くなります。（というのが新たな気づきでした。）

2．生活の状況

＊11月前半
10月末友人と出かけたボルダリングで落下し足首を捻挫し約一か月治らなかったこともあり、今月中旬にかけては先月と比べ部屋で過ごし（課題もたまってきていたので）勉強に充てる時間が長くなったように感じます。

フラットメイトは11月の休日を使ってエディンバラやヨークなど近場の街に少旅行に行っていましたが、私はその機会を逃してしまったので、少し残念です。

＊イギリスの病院
イギリスには「病院:hospital」「クリニック:GP」の二種類があり、前者は救急予約なしで、後者は予約をして受診します。また、救急は24/7でだれに対しても無料で医療が提供されます。私は救急を怪我をした日とフォローアップの計2回の受診とリハビリを行いました。全部無料なので、書類を何も受け取らず帰宅します。保険会社に交通費の申請をするため、受診するたびにproof of attendanceを書いてもらっていました。

NHSの病院内↑

＊11月後半
11月中旬よりニューカッスルにもクリスマスマーケットがオープンし、街もクリスマスムードになってきました！お菓子や食べ物がたくさん売られています。どこに行くのにも、クリスマスマーケットが通り道なので、とても誘惑です（笑）

＊出費
クリスマスに向け少しずつイベントが増える＋寒くなり服を買う＋クリスマス休暇の予定を11月中に決める（航空券を取る）が重なるからか、11月後半で出費が一気にかさみました。毎月寮費も含め16万円以内に抑えようとしていますが、今月は超えてしまいました。

＊天気
11月最終週あたりから朝夜が一気に冷えるようになってきました。だいたい-3~3度くらいで寒さ慣れしていない私にとっては凍えるくらい寒いです。一方で、雨は想定していたより少なく、快適に過ごせています。イギリスの雨は降っても数分でやむので毎日雨予報でも雨と雨の間に太陽が出ていることも多いです。

クリスマスマーケット

English Afternoon Tea

海外派遣留学プログラム報告書
（報告期間：2019/12/01　～2019/12/31　）

1　勉学の状況

私の大学は、交換留学期間は1月末までですが、授業自体は12月中旬で終了し、その後は課題のエッセイに取り組む期間・および必要に応じて担当の先生にエッセイのアドバイスをもらう期間になります。

11月までは、周囲の友人を含め、ニューカッスルライフを楽しむ雰囲気でしたが、12月からは課題の期日が迫ってくることもあり、それぞれが課題のストレスを感じながら過ごしているような状況だったように感じます。

また、イギリスの大学では提出したエッセイは、一カ月後くらいに100点満点の点数がついて返却されます。千葉大学で課題を出していた時には、エッセイそれぞれの評価については示されず、授業科目全体として学期末に五段階評価を受けるのみだったため、この話は私にとっては新鮮でした。（イギリスは評価が厳しく、70点取れれば95点くらい取れているようなものらしいです）

私は12月はエッセイと併せ、引き続き千葉大学を修了するための修士論文の執筆を行っていました。また、自分のエッセイテーマでもある、イギリスの認知症看護のスペシャリストであるadmiral nurseのところにインタビューに行くなどして、座学に加えて、フィールドワークを行うことで、イギリスの認知症看護に関する理解を深めました。

エッセイは英語で考え、英語で書こうとしていましたが、思うようには進まず、日本語で言いたいことのドラフトを作るなど試行錯誤しながら進めているような状況です。また、パラフレーズが難しく、論文を引用する際に苦労しています。

2．生活の状況

①天気

12月はますます寒くなってきました。ニューカッスルは零下になることは少ないですが、0-5度を推移する日が多く、5度を下回るとだいぶ寒さを感じるようになりました。ヒートテック1枚＋ニット1枚＋コート、マフラー、帽子、ブーツのような服装で外出しています。

②クリスマス休暇

クリスマス休暇は9割以上の学生が実家に帰るような印象です。私のフラットメイトも、ほぼ全員ヨーロッパ出身だったため、みんなそれぞれの国に帰ってしまいました。私はフラットメイトの1人が招待してくれたので、ドイツに行き、その後ポーランドにいる友人一家を訪ねました。（写真は左：ドイツ、右：ポーランドのクリスマスマーケットです。

③年越し
ニューカッスルの新年は花火とともに始まります。約半数の学生が新年にはニューカッスルに戻ってきていたので、友人たちと一緒に2020年を迎えました。

④国際交流
私のフラットはとても仲が良かったこともあり、一緒に過ごす時間が本当に長かったように感じます。１月以降授業がないため、課題のみの提出の学生はクリスマス休暇で本帰国し、イギリスに帰ってこない場合もあります。私たちのフラットメイトの数名も同じような状況だったため、一緒に過ごせる最後の一週間は課題の間の時間を縫って、それぞれの国の料理を楽しんだり（私は手巻きずしを作り好評でした）、出かけたりして最後の時間を楽しみました。改めて周囲の人に恵まれた留学生活だったと感じます。

左上:スペイン料理（オムレツ）、右上：ドイツ料理（シュニッツェルとポテト）
左下：エクアドル料理（プランテーン）、右下：カルボナーラ（イタリア）

←ドイツのクリスマスでは、ラクレットを食べました。（伝統とは違うらしいです）。私が知っている「ラクレット」とはまた違うもので、三角の小さな鉄板に野菜等とチーズをのせ、中央におりホットプレートの中で熱して食べます。

海外派遣留学プログラム報告書
（報告期間：2020/01/01　～2020/01/24　）

1　勉学の状況

1月は22日に提出期限を控えた課題に取り組む期間でした。やらなければいけないと分かりつつ、なかなか本腰が入らず結局期限の直前まで取り組むこととなりました。

こちらの大学では、1セメスターにつき1～２回授業を担当する先生とのtutorialがあり、エッセイの進行状況や相談内容について、アドバイスをもらえる機会があります。この1～2回のtutorialは授業を受講する学生全員に与えられる機会で、希望すれば追加で受けることもできます。私はエッセイを進めるにあたって構成や内容に相当苦しんでいたので、追加をお願いし、相談させてもらっていました。

また、論文提出時には、コピー＆ペーストをしていないかをチェックする機能があります。そのため論文を書く時から参考文献の引用には注意が必要です。私はこれを通し、パラフレーズの難しさと自分のライティング力の不足を痛感していました。

そして提出前に、私たち英語を第一言語としない留学生はプルーフリーディングをしてもらうことが望ましいとされています。私は看護のPhDの友人と、その時ちょうどお世話になっていたイギリス人の看護師の友人がプルーフリーディングをしてくれると提案してくれたため、内容ではなく文法や表現的な部分のみ確認をしてもらい提出しました。ノーザンブリア大学では大学内にはプルーフリーディングを頼める部署等がなかったため、お金を払ってお願いするか、ネイティブの友人を探してお願いするという選択肢が一番現実的だったように思います。

２．生活の状況

①全般を振り返って

年明け以降はセメスターが終了し課題も終え、毎日友人の留学生の誰かが自国に帰国する、といった状況で周囲から少しずつ人が減っていく寂しい時期でした。誰かのlast dayということで皆で出かけたりしたかった半面、私を含めた周りの留学生も課題を終わらせることに必死で、なかなかそのような時間が取れなかったことは心残りでもあります。

②思い出深いこと

留学終盤に差し掛かったころ、両親が日本から浴衣などを送ってくれたので、寮の皆に着てもらいました。浴衣の着付けをはじめとし、イギリスに来てから自分がいかに日本の文化を知らないか、ということを痛感することが本当に多くあったように感じます。日本にあるものは、日常（当たり前）と受け止め、ヨーロッパの文化を魅力的に感じていました。しかし留学して改めて日本のことを考える機会ができ、日本の面白さも感じるようになったのは、留学をしたことでの考え方の変化ではないかと感じています。

かんざしの代わりに箸をさしていました（笑）