

最終レポート

氏名 ブダトオキ・ビマラ (ネパール)
研修機関 岡山済生会総合病院
研修内容 産婦人科

自己紹介

私はネパール出身の医師ブダトオキ・ビマラです。産婦人科を専門とします。2007年に大学院を修了し、それから10年間にわたりネパールで私の専門分野で医師をしています。ネパールのダマクにあるアムダ病院の婦人科に勤めています。病院は首都カトマンズから700キロ離れた、ネパールの東部に位置しています。アムダ病院は100病床を有する総合病院です。私の科では、帝王切開と自然分娩で一日平均15から20の分娩があります。2名の婦人科医と4名の総合診療医が協力し患者を診ています。私は様々な産婦人科手術を学びましたが、腹腔鏡術はまだ学んだことがありません。この度、婦人科腹腔鏡術を習得するために来日しました。

研修機関

岡山済生会総合病院

研修目的

婦人科腹腔鏡術についての高度な研修

研修期間

平成29年(2017年)9月4日～平成29年(2017年)11月15日

出資

岡山県

協力

(特活) アムダ、アムダネパール

研修期間の最初から最後にわたって直接的間接的に様々な形で私の研修を支えてくださった方々へ深く感謝いたします。

研修員への選出

7年間のアムダ病院への奉仕により、日本で研修を受ける千載一遇のチャンスを得ました。洗練された技術力を持つ国で研修を受けることは私にとって、まさに夢でした。ダマクのアムダ病院、特にナビン・ダカル医師の多大なるご尽力のお陰で、この美しい街で研修を受けることが出来ました。ナビン医師が初めに行動をおこし、アムダから県への提案のための調整を行ないました。彼の多大な支援に感謝いたします。彼なしではこの研修は実現しえないものだったと思います。

アムダの職員にも、皆様のご努力と研修を可能に導いたご尽力に感謝を申し上げます。ネパールで高度な手術の必要性を感じ動いてくださったアムダ代表菅波医師にも心から感謝申し上げます。菅波医師は目的を持った際限ないビジョンをお持ちの方だと感じます。自力でこの国での研修を見つけることは私には想像もつかないことです。アムダがこの研修を岡山県の全額資金支援によって企画実行できたことに、幸運であり誇りに思います。

研修員へ選出された後に感じた研修についての考え

日本で研修が決まったとの知らせを受けたとき、思わず驚いて圧倒されました。一方で私の研修がどのようになるのか、私は研修をやり多く良い形でやり遂げることが出

来るだろうかと不安な気持ちに駆られました。先進国で研修への従事が有意義なものになるのかどうか、指導者を満足させられることが出来るだろうかなどという考えが次々と浮かびました。先進国では手術件数が少なく、研修医は患者に触れることを許されな
いだろうと聞きました。ここに来る前に、日本で他の医療機器の研修を行なった友人に
研修についての意見や感想を聞きました。それはあまり私にとって良いものではなく、
友人からは「私は観察することだけを許されるだろう」と聞かされました。しかし私に
とって研修は素晴らしい挑戦でもありました。全ての準備が整ったからには、私はリス
クをとり、前に進まなければなりません。アムダは私に貴重な研修を受けさせる
ためにご尽力されました。アムダのプロポーザルの期待に背いたり軽視したりしたく
ありませんでした。私にとって研修はまたとない機会だったので、これから関わる人や組
織は自分の所属する組織とは違うということ意識し、真剣な気持ちと前向きな態度で
来日することを心に決めました。

岡山県、岡山県国際交流協会のホスピタリティー

この研修プログラムは綿密に計画されていました。岡山県、岡山県国際交流協会はこの
プログラムを大変魅力的に企画していました。各地への視察旅行や文化活動、日本語
講座や職員との食事会に及ぶまで、研修に加え素晴らしい活動が盛り込まれていま
した。これらの研修以外の活動のお陰で、あまりホームシックならず、岡山が第二の故郷
になりました。家から離れると、家族、さらに仕事や家が恋しくなるのは当たり前
のこと、我慢が必要です。そのようなネガティブな気持ちも素晴らしい日々によって満
たされました。岡山県国際交流協会の計画したスケジュールは実に素晴らしく、想像以上
のものでした。私の到着の際には、夜にも関わらず岡山県国際課の伊原さん、アムダの
アルチャナさん、国際交流協会の岡崎さんが出迎えてくださいました。皆さんの態度に
驚き感銘を受けました。アパートに入居したときには、伊原さんと岡崎さんと小田さん
が日用品や設備などを部屋に設置してくれました。食料やトイレトペーパーを買うた
めにスーパーにまで連れて行ってくれました。オリエンテーションでは、岡崎さんか
らバス、徒歩で岡山国際交流センター、研修機関への行き方を教わりました。職員は、視
界に入らないような小さなことにまで注意を払っており、それは私が最も尊敬の念を抱
いた点です。岡山県から支給された日当は岡山での生活にあった額でした。短期間での
研修に国際学会が組み込まれたことは非常に良かった点です。岡山県が研修員に対して
費やした経費はとても意味のある素晴らしいものだったと思います。

日本人、日本文化に対して賞賛の念を抱きます。このプログラムの一部には関係組織
の幹部との面談も含まれ、大変ありがたく思いました。それぞれの組織の主要な人物と
の面会の場が設けられました。特に印象に残っているのは岡山県知事表敬訪問です。彼
らの立派な態度、貴重な時間を割いていただいたこと、色々ご紹介いただいたこと、
個人的にお互いを知り合えたことや、皆さんのあたたかい歓迎と親切で優しい心、外国
人に対しての敬意、これらのこと全てに感謝いたします。どの人も例外なく誠実で気遣
いがある点に驚きました。

研修機関と外科的実習

岡山済生会総合病院での初日に院長室で医師たちに紹介されました。その後高市さん
から病院について簡単なオリエンテーションを受けました。病院の設備は、最新の医療
器具と技術で溢れているのが見て分かりました。このように医療設備が整っている環境
で研修を受けることに感激しました。

私の指導医には、指導のために費やしてくださった時間やご努力に対しお礼を申し上
げたいと思います。指導医の手術の見学やアシスタント経験においても多くの技術を学
びました。外来診察部門で診察の様子を見学することができました。医師たちが施す最
先端技術を手術室はもちろんのこと外来診察部門でも見る事ができました。外来診察
部門での見学、骨盤トレーナーを使つての訓練、図書室での自主勉強や手術室での見学
など学びの日々を過ごしました。病院の職員は皆とても面倒見がよく親切でした。

見学者、アシスタントとして多くのケースを経験しました。様々なケースを見学させてくださった指導医に感謝しています。鮮やかでスムーズに手術を行なう指導医のスキルを観察することができました。しかし、率直に言うと、私が期待していたほど手術の実習させていただく機会はありませんでした。機会が少なかったため、まだ手術を自分の手で行なえるほど自信がありません。もし時間が許すなら、研修期間を延長し、もっと手術をさせていただくチャンスを得られたらと思います。しかし、私が学んだことに対して満足しており、今後の私のキャリアにおいてこれからは、ここで学んだことがガイドラインのような参考となるでしょう。全ての手術は有意義でいつも新しい治療のアイデアとテクニックを学ばせてくれました。また、患者を適切に治療、ケアする指導医や看護師の献身とご努力に感銘を受けました。

研修内容と同じ内容が議題となった国際学会に参加することが出来たことも、思ってもみないことでした。岡山県と岡山済生会総合病院は学会への参加を援助してくださいました。学会参加の機会を与えてくださった岡山県と岡山済生会総合病院へお礼申し上げます。私が参加したワークショップは腹腔鏡手術の中で大変役に立つ内容でした。

学んだ事とそれが意味すること

仮により多くの訓練、実習の機会があったなら、私は最高の状態になったと思います。指導医は全ての難しいケースにおいて豊富な経験があります。卓越した医療技術を持つ最高の医師たちです。この3ヶ月、期間としてはかなり長いですがその割に手術件数は決して多くはありませんでした。今、研修によって、腹腔鏡診断、卵巣卵管切除術を行なうことができるようになりました。腹腔鏡下子宮全摘術では、私がメスを握る機会には恵まれませんでした。ここで教わったどんなことも今後の素晴らしい財産となるでしょう。もし研修でここに来ていなければ、このように多くの経験はできなかったはずですが。このような気持ちから、腹腔鏡手術を自らの手で始めたいと思っています。母国で手術を重ねることによってだんだんと自信もついてくることでしょう。国へ帰って手術で困難なことがあれば、指導医がメールでご協力してくださることを願っています。

日本についての概観

岡山での滞在はとても喜びに満ち、興味深いものでした。研修から離れて様々な見学もし、色々なことに挑戦しました。個人的な意見ですが、人生に一度は日本語訪れるべきです。日本の文化、生活様式、人々の経緯に満ちた態度、素直さ、勤勉さを観察し、彼らから何か学ぶべきです。日本は大変魅力的な国です。私にとってここは天国にある国です。環境は穏やかで美しく、人々は皆規律を守り、とても誠実で好意的で他者への気遣いを持っています。日本の最も魅力的な点は人々で、非常に勤勉でルールや規則に忠実です。何て完璧で清潔な環境なのでしょう。どんなゴミも見当たりません。私が大変気に入って、評価したいと思った点は、ゴミの分別方法とリサイクルできるものは分別種類に沿って分別ケースに入れるというルールです。歩行者と車のドライバー共に交通ルールを従順に守ります。日本人が歩く人をさえぎらないようにエスカレーターに一列に並んで立つ様子に好感が持てます。また、ほとんどの人が自転車に乗っていることに気がつきました。人々は素敵な体型を維持し健康でいるためではないかと思います。子ども達が教科書と飲物などが入った重い荷物をさげて、徒歩で通学しているのを見て驚きました。通学用スクールバスで通学する様子は見ませんでした。日本は世界でもトップの自動車メーカーを誇る国だと聞いていました。しかし、子どもが幼い頃からしつけをする勇気のある親の教育を見受けました。子どもは、幼い子どもでさえ親を頼らず同伴無しで学校に行きます。日本の教育には脱帽です。子ども育成方法には大変感心しました。

日本人の装いも大変気に入りました。男女ともとても完璧で上品に衣服を纏います。身だしなみがとても良いと思います。多くの女性は長袖で首元がしまっている、全体的に大きめのトップスで装っているのを見ました。私は伝統的衣装の着物や特別な着物に合わせてスタイリングされたヘアスタイルに憧れます。私が観察した日本人の賞賛すべ

き点はお互いへの気遣いです。いつも会うとき、別れるとき、挨拶やお礼を言うときなど、相手が誰であれ頭を下げます。

休日と旅行

下記に述べる場所のほとんどは岡山県国際交流協会によって企画された旅行で訪れた場所です。岡山市以外のいくつかの場所は個人的に旅行した所です。

岡山後楽園（視察） 8月29日

岡山での滞在で初めての観光でした。驚くほどの美しさでした。後楽園は日本三名園の1つで、岡山城の側にあります。そこには池と小川の間には丘があります。池には色とりどりの鯉が数十匹といました。田もあり、後楽園の美しさに趣を与えています。8月は夜まで開園していました。私たちは運よくライトアップされた園の美しさも鑑賞することができました。ライトアップされた岡山城の恍惚とする景色と、園の池に映った岡山城は息をのむ美しさでした。蛍光灯をつけた折り紙の鶴の舞いは素晴らしかったです。きらきらと輝く園と岡山城を眺めながら、星空の下野外での食事はさらに印象的で感動しました。ライトできらめきを添えたこのような見事な園は今までに見たことがありません。言いようもなく美しい園を心に焼き付けています。

犬島（視察） 9月1日

岡山市中心部から比較的近くにあります。瀬戸内海に浮かぶ島に、うずくまった犬の形に似ている巨石があることから、この島を文字通り犬島というそうです。犬島へは一日の旅です。私たちはフェリーで島に向かう必要があり、涼しい風に吹かれおよそ10分で着きます。私が犬島で魅力的に感じた点は犬島精錬所美術館でした。鏡が科学的方法に基づいて配置され、私たちが長く曲がりくねったトンネルの最終地点にいる時でさえ、トンネルの入口が見えました。犬島には小さな集落がありました。集落を歩く途中で、アート作品展示に出会うことができ、それらは様々な種類でとても素敵でした。チケットセンターの裏で涼しい風に当たり、ビーチでくつろぎました。また、お昼はおいしいチキンライスカレーでお腹を満たして栄養補給しました。鶏肉が大好きなので、とても気に入りました。

招き猫美術館（視察） 9月16日

美術館は山頂に建っています。色々なポーズをとった幸運の招き猫のオブジェが展示されています。右手を挙げた招き猫のコレクションです。かかげた右手は幸運を招いていることを意味します。置物は違ったしぐさで作られ、それは見方によってはお守りに似ています。ワークショップのための建物もありました。自分の招き猫を絵付けでき、お土産として持ち帰ることができます。ワークショップはとても楽しく、その人の美しさを絵付けで映し出すことができます。私は、自分専用の招き猫を作って、福を招くお守りを母国に持ち帰るのだと感じながら作りました。

備前地域訪問（視察） 10月2日

陶芸を見るために行く価値のある場所です。伝統工芸での重労働を知ることができました。制作するために要する時間と努力は作品に映し出されています。備前焼はとても自然で美しいです。土を使って制作する焼き物です。まず、手か電動ろくろを使って思い思いの形と大きさを土で作ります。そして数日間乾かし、一定の高温（600℃～1200℃）に達するまで7日間焼きます。そして冷ますために再びさらに7日間かかります。今後忘れることができないような素晴らしい経験でした。備前焼作家は制作を手伝ってくれたので、私たち自身で自分の作品を制作することができました。作るのはとても難しかったのですが、なんとか仕上げることができました。私はお碗をつくりました。備前焼作家は備前焼に食べ物や飲み物を入れると盛られたものがされにおいしくなると説明していました。ビールは備前焼グラスに注ぐと泡が長い時間とどまり、本物の

味を楽しめると言っていました。おいしい焼きそばとえびのお好み焼きを昼食にいただき、その日を締めくくりました。

広島宮島旅行 10月8日

広島市と宮島に日帰り観光に行きました。JR普通電車で旅をし、電車旅を楽しみました。多くの駅に停車するゆっくりとした電車旅は愉快でした。旅の途中で澄んだ自然な田の景色を捉えることができました。宮島へのフェリーはとても気持ち良かったです。宮島は小さな島で海岸では鹿を見ました。鹿はとても人懐こく、餌を探して鞆をひつつかんでいたのには驚きました。ネパールのお寺で猿がそのような行いをしているのを見たことがあります。鹿も同じような性質だとは知りませんでした。鳥居に対して特別な敬意は抱きませんでした。鳥居は水に溶け込んでいるようでした。厳島神社は大変美しかったです。広島市内では、原爆ドームを訪れました。ドームに近づくとも感情的になり、瞳に涙が浮かびました。この街の人は悲劇的な最期をどのように過ごしたのか想像できません。広島平和記念館ではさらに心を揺さぶられました。私は犠牲者が経験した痛みに耐えることができず、全て見ることはできませんでした。私だけでなく多くの来館者が目に涙をためていました。博物館にはあの日の本物の遺品や被害を示す展示品が保存されています。

文化交流プログラム（おいしいおしゃべり会 with ブラジル・ペルー・ネパール・中国研修員） 10月15日

企画チームと岡崎さんの働きによるもので、相互交流、絆づくりのひとつでした。良く企画されたもので、岡崎さんにとってはこの数日負担を感じるものだったかもしれません。シェフとしてネパール料理のモモのレシピを教えたり、準備をしたり、ブラジル料理を習ったりととても楽しい経験ができました。

参加者はとても熱心に学び、指示に従って料理していたことに驚きました。小さな子どもでさえ熱中して習っていました。研修員の出身国の概要の紹介はとても参考になり興味深かったです。また、参加者との会話や彼らの質問に答えることも楽しかったです。調理や最後に台所で使った調理道具を片付ける時でさえよく動いていて、日本人がどれだけ勤勉に行動するかに気づきました。

蒜山高原へのバスツアー（岡山を知ろう交流バスツアー） 10月22日

蒜山への移動中バスの中で参加者の美しい歌声を聴いたのは素敵でした。蒜山ホースパークで大きな馬を見学することができました。怖かったですが、乗馬体験にはとても夢中になりました。心地よく素敵な乗馬体験となりました。

自分の好きなものを選ぶビュッフェ形式の豪華な昼食をいただきました。その日はかなり寒く雨模様でした。ワイナリーに入るときにはとても暖かく感じました。舌にのせた山葡萄のフレッシュジュースやワインは味わい深いものでした。様々な国からの参加者と交流する機会も持しました。台風の影響で訪問地から早めに引き揚げなければなりませんでした。思い出に残る日になり、私はその思い出を大切に心に留めました。

もっとも印象的な旅 瀬戸内海クルーズ、児島ジーンズ工場見学（視察） 11月1日

まさしく待ちに待った日でした。その日は天候にも恵まれ晴れの日となりました。一時間のクルーズをしました。眺めは大変美しかったです。パッチワークのように色が変わった木に覆われた山々を眺めることができました。このような木はネパールでは見ることができません。全ての山がカラフルな葉で覆われたらどんなに美しいだろうと想像しました。クルーズ船から世界で最も長い二重構造の橋の一つを見ました。橋は2つの県、岡山県と香川県を結びます。橋は最も見応えがありました。どこかの島から橋の眺めを一日中見て過ごしたいと思ったほどです。橋はただ交通手段のためだけでなく、観光客を惹きつける魅力でもあります。雄大で美しい橋を架けるためのエンジニアと作業員の苦勞と努力を想像することができます。昼食には味噌ラーメンを楽しみまし

た。とてもおいしくて手軽で、お腹はいっぱいでも舌はまだ欲しがっているようなそんな食事でした。

岡山済生会総合病院へのフィードバック

これら述べることは助言ではありませんので、否定的に受けとらないでいただきたいと思います。もしこれから述べる事が考慮に入れられていたら、研修プログラムはさらに有意義なものになったのではないかと、あくまで私が感じた意見です。研修のために来日する誰もが研修が終わるときには、成果を完璧なものにしたいと期待するだろうと思うのでここで述べさせていただきます。

- 英語でのコミュニケーションスキルの向上があれば、研修員はより効果的に学ぶことができると思います。
- 病院の職務スケジュールはより効果的になる余地があるのではと感じました。
- 研修員向けに日々の活動を含んだ、事前に計画されたスケジュールがあるべきではないかと感じました。そしてそのスケジュールが研修の初めに研修員に手渡されるとよいのではないのでしょうか。それがあれば研修員が考え、何をすべきかわかり、手技の制限が何か理解することができます。これは私の研修において欠いていたことだと思います。
- 研修員は明確な目標を持っておくべきであり、その目標を達成しなければなりません。
- 研修員に対して何か課題を与え、それを分析すれば研修はさらに効果的になるかもしれません。
- 私の個人的な意見では研修計画は次のようであるとよいと思います。
 - ・初めに腹腔鏡機器の簡単な説明があるとありがたい。
 - ・骨盤トレーナーで何をどのように練習するか計画があればよいのではないかと。
 - ・まずどれくらいのケースを見学するかの計画があるとよいかもしれない。
 - ・どれくらいのケースを第一アシスタントとして手術を補助するか計画があればよいかもしれない。
 - ・研修員を初心者としてみなし、技術指導を始めるとよいのではないかと。(トロカールの差し込みから、トロカールの抜き出し)
 - ・研修員がいくつかの手術を指導医の指導の下担当するのか計画があればよいかもしれない。
 - ・研修員にも学術的なセッションの機会があるとよいかもしれない。
 - ・手術がない日、研修員はどこで研修に従事すればよいか計画があればよいかもしれない。

謝辞

AMDA に対し、このような機会を与えていただいたことに深く感謝いたします。

(菅波医師、アルチャナさん、その他支えてくださった皆様)

岡山県に対し、私を受け入れてくださったこと、このような壮大で綿密に計画された研修プログラムを与えてくださったことに深く感謝いたします。

(岡山県知事、国際課課長、伊原さん、その他支えてくださった皆様)

岡山県国際交流協会に対し、素晴らしいホスピタリティーに深く感謝いたします。

(局長、岡崎さん、小田さん、その他支えてくださった皆様)

岡山済生会総合病院に対し、皆様のお時間を割いていただいたこと、卓越した技術を学ばせてくださったこと、腹腔鏡術を教授してくださったことに心より感謝いたします。

(平野医師、関医師、高市さん、その他ご協力してくださった医師や看護師の皆様)