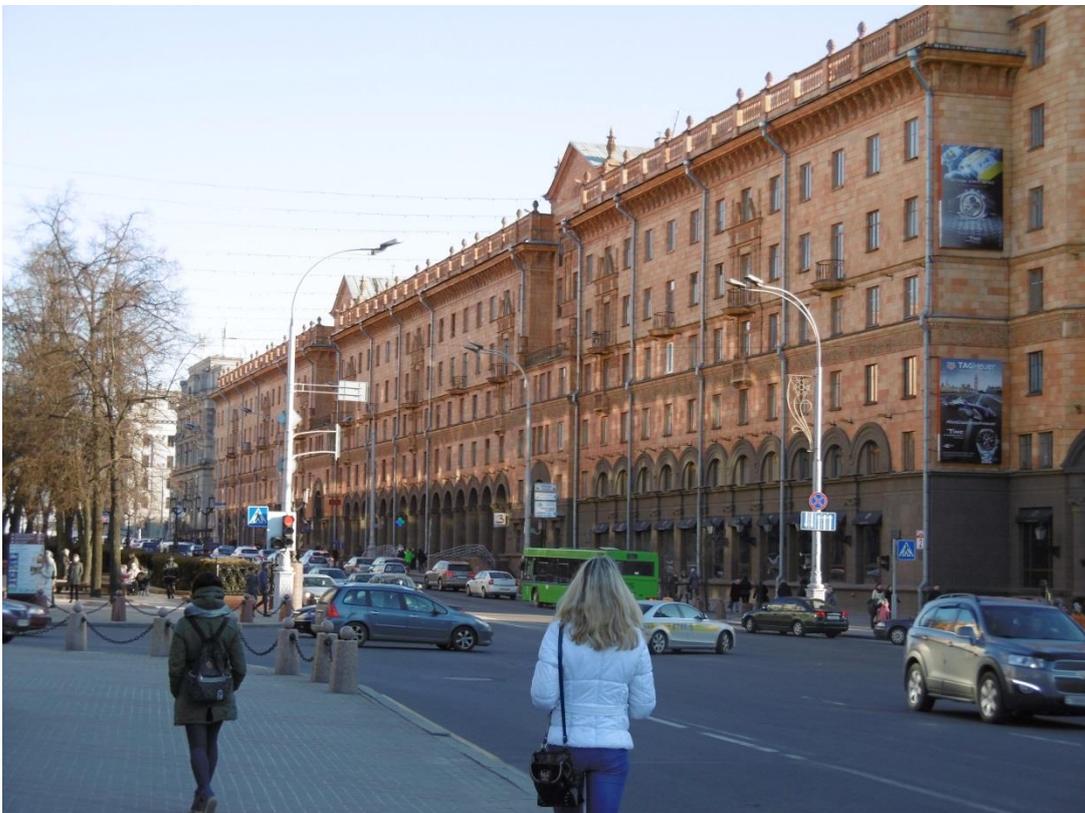


ベラルーシ留学報告



医学部 5 年 細井玲奈

【日程】

2016年2月21日～2016年3月29日

【派遣先】

ゴメリ医科大学（2016年2月21日～2016年3月11日）

ベラルーシ医科大学（2016年3月12日～2016年3月29日）

【目次】

- (1)ベラルーシについて
- (2)ベラルーシの医学部と卒後の仕組み
- (3)ゴメリ医科大学およびベラルーシ医科大学
- (4)学生生活
- (5)病院実習
- (6)インタビュー
- (7)累積放射線量
- (8)数字でみるベラルーシの現状
- (9)文化交流
- (10)ベラルーシの人々
- (11)今後ベラルーシに留学されるみなさんへ
- (12)謝辞

【ベラルーシについて】

- (1)位置、人口、言語



ベラルーシは東にロシア、西にポーランド、南にウクライナ、北にラトビアおよびリトアニアという国に囲まれています。戦争で国土が縮小する以前のベラルーシは北海および黒海に面していましたが、現在では内陸国となっています。

ベラルーシは白ロシアとも呼ばれていたように、ベラが白、ルーシがロシアの意味を持ちます。ベラルーシの人口は約 950 万人程で言語はロシア語とベラルーシ語です。ルカシェンコ大統領により、学校教育がベラルーシ語からロシア語に切り替えられたため、ベラルーシ語を完璧に話せる人は少なくなっています。現在では、村やお年寄りしか完璧に話すことができなくなってきたように思われます。しかし、全ての国民がベラルーシ語へ関心がないわけではなく、ベラルーシ語を学ぶことの出来る博物館の人気は高く 3 ヶ月待ちとのことでした。



左：ベラルーシで山とよばれている場所です。

右：遠くまで見渡せるほど非常に平らな地形です。

(2)歴史

ベラルーシは歴史的に戦争により他国に侵略されることの多かった国であると言えます。一時は東側がロシアに西側はポーランドの支配下に入っていたこともあり、そのため現在でも東側の方がロシア正教が多くロシアに対しても友好的な印象を持つ人々が多いと言われています。ベラルーシはその建物やレーニン像からソビエト連邦時代の町並みのようであると言われることもあり、ソビエト連邦の第四代最高指導者であったニキータ・フルシシヨフ（1953-1964 年）最高指導者によって建てられた建物群は、現在でも彼の名前（フルシシヨフ）をもじってフルシシヨフカと呼ばれているそうです。また、博物館や勝利広場などではソ連の国旗が掲げられている、もしくは壁に描かれているのを見ることができます。



左：レーニン像をよく見かけます。

中央：各地域に戦車のモニュメントがあります。戦争を忘れないという強い意志の表れだそうです。

右：フルシシヨフ最高指導者によって建てられた建物（フルシシヨフカ）です。

(3)経済

国内ではインフレが続いています。現在の最高額の紙幣は 20 万ベラルーシルーブルで日本円にすると 1000 円ほどです。90 年代には 100 万ベラルーシルーブル紙幣も存在し、人々の間では自分たちはミリオネアであるといった冗談がよく言われているそうです。現在も続いているインフレですが、2016 年の夏に切り下げが行われ、硬貨も作られます。



左：1 番上は 90 年代の 100 万ベラルーシルーブル紙幣です。下の 2 枚は現在使われているもので 20 万ベラルーシルーブル（最大）および 100 ベラルーシルーブル（最小）です。

右：8 万円ほどのテレビですが、値段の桁が多くなっています。

【ベラルーシの医学部と卒後の仕組み】

(1)ベラルーシの医学部（Faculty of General Medicine）について

ベラルーシの医学部（Faculty of General Medicine）の仕組みについて述べようと思います。入学試験はかつては、口頭試問および筆記テストでしたが、現在は PC で行われています。お話を伺った 4 人の先生方はかつてのテストの方が生徒の学力をはかれると考えておられるようです。テストの科目は、ベラルーシ語もしくはロシア語、生物、および化学の 3 科目です。学費は成績に応じて、無料、半額もしくは全額支払いとなっています。出

席は出席手帳を毎回提出し記録をします。7~8割が最低求められる出席率だそうで、日本の3分の2の出席率と比較するとやや高いと言えます。大学の試験はベラルーシ医科大学ではPCもしくは筆記試験がメインですが、ゴメリ医科大学では口頭試問がメインだそうです。口頭試問は生徒側からすると不公平感がとても高いと聞きました。大学の試験を落とした場合は再試験が数回受けられますが、費用は自己負担で行われます。カンニングに対する処罰は日本ほど厳しくなく、先生方は厳罰化するべきとおっしゃっていました。

次に授業形態について述べようと思います。ベラルーシの医学部は6年制となっており、日本と同じと言えます。しかし、3年次から病院で実際の症例を見ながら学ぶことができるという利点があります。2年次までは講義ですが、グループ分けされており15人前後で講義を受けるようです。3年次からのグループも12人程度と日本よりやや多い人数という印象を受けます。理由としては、大学の医学部生が多く先生の人数が充分でないからとのことでした。

また、ベラルーシの医学部生の授業は二部制となっています。朝の部が8時30分~14時まで、午後の部が13時~18時までとなっています。時に、朝から夕方まで授業がある場合もあります。午後に何も授業がない場合は、アルバイトや授業の予習復習もしくは部活動をする場合もあります。日本の医学部の部活動というと練習熱心のイメージがありますが、ベラルーシではそのような雰囲気はなく、気が向いたときに活動をおこなっていました。寮対抗の部活動内の大会が毎年行われているようです。

(2)医学部 (Faculty of General Medicine) を卒業した後について

医学部を卒業すると1年間の研修医生活を送ります。日本の研修医の期間は2年でとても忙しいですが、ベラルーシでは基本的に13時に仕事が終わりにさらに病院で勉強したい研修医は残り、帰りたい研修医は帰ることができるゆとりのある1年間だそうです。Postgraduate studentとしての道は2つあり、1つめの方法は研究を行い、レポートを書くもので2つめの方法はレポートを書く必要はないもので、期間も短いとのことでした。

医師としての科や働く病院については、すべての人が自由に選ぶことができます。ありません。外科、産婦人科および麻酔科などは成績が良くないと選ぶことができません。さらに、勤務先の病院も選ぶことはできなく指定されます。ただし、すでに結婚しているカップルなどは同じ地域の病院に優先的に配属されるなど配慮がなされるようです。よって、6年次に結婚するカップルは少なくないそうです。さらに、一部の学生はある病院で将来働くという代わりに学費を払ってもらっている場合もあります。その場合、卒後は契約通りその病院で働くこととなります。

[ゴメリ医科大学およびベラルーシ医科大学]

ゴメリではゴメリ医科大学に、ミンスクではベラルーシ医科大学にお世話になりました。



左：ゴメリ医科大学

右：ベラルーシ医科大学

(1)ゴメリ医科大学について

ゴメリ医科大学はチェルノブイリ原発事故後に創設された大学です。学生は約 3000 人おり、**Faculty of diagnostics**（診断学部）や、**Faculty of General Medicine**（医学部）などがあります。ゴメリ出身の学生は実家に住み、そうでない学生は寮に滞在しています。病院での実習や大学での授業へはバスもしくは自家用車で通います。

(2)ベラルーシ医科大学について

ベラルーシ医科大学は 1921 年に創設された大学です。大学全体で約 7000 人の学生がおり、1000 人が外国人留学生で彼らの多くはトルクメニスタン（公用語はトルメン語ですがロシア語が広く通じる国）からの学びに来ています。ゴメリ医科大学と同様、実家から通える学生は実家から、ミンスク以外の出身の学生は寮に滞在します。寮はいくつも存在し、私が滞在したのは 10 番寮でとても綺麗で新しい寮でした。寮は学部によって伝統的に決まっている他、成績および学年によっても決められます。前述したように、学費の免除と良い寮に住みたいという思いが学生の勉強の意欲を高めるようです。私の寮は門限もあり面会も厳しいですが、古い寮は規則が緩いこともあるため 10 番寮が全ての学生に歓迎されるようではないようです。

次に学部についてですが、ベラルーシ医科大学は **Faculty of General Medicine**（医学部）、**Pediatric Faculty**（小児学部）、**Dental Faculty**（歯学部）、**Faculty of Preventive Medicine**（予防医学部）、**Pharmaceutical Faculty**（薬学部）、**Faculty of Military Medicine**（軍事医学部）、**Medical Faculty of Foreign Students**（留学生のための医学部）および **Faculty of Career Guidance and Pre-university Training**（ロシア語を話せない留学生のための大学入学準備学部）から成り立っています。私達に馴染みのあるものは、**Faculty of General Medicine**（医学部）、**Dental Faculty**（歯学部）および **Pharmaceutical Faculty**（薬学部）のみではないかと思えます。**Pediatric Faculty**（小児学部）がなぜ医学部から独立しているのかは先生方も分からないそうですが古くより分かれているようです。**Faculty of Career Guidance and Pre-university Training** は 1 年間でロシア語、数学、化学、生物を

学び定期試験に合格すると入学試験を受けることなく Faculty of General Medicine への入学（1年次として）が認められます。

【学生生活】

(1)スケジュール

今回の留学では、ゴメリ市および首都のミンスクで実習を行いました。両地区ではそれぞれゴメリ医科大学、ベラルーシ医科大学の学生さんに毎日サポートしていただきました。基本的なスケジュールとしては、朝 8 時半から午後 1 時まで実習を行い、午後や夜は文化交流に参加するという形でした。

(2)学生寮について

両地区とも学生寮に滞在していました。1 人で滞在するには広すぎるほどの室内でした。室内は温かく管理されており、寒さを感じることはありませんでした。



左：学生寮の外観。

中央、右：滞在した部屋とキッチン。

(3)食事について

基本的にはスープに黒パン、ジャガイモと肉類もしくは魚類、サラダという形でした。ミンスクでは寮で 3 食無料でとることができます。時に学生さん方が手料理をふるまってくださいました。

カフェでは、300～400 円程度でメインを一皿食べることができます。飲み物も 100 円～150 円ほどなのでレストランで食事をすると一食 400～600 円程度で食事をとることができました。（2016 年 3 月現在）



左、中央：寮で食べることでできる食事で美味しく量は食べきれないほどです。

右：寮の学生さんが伝統のスープをふるまってくださいました。



カフェでとる食事はこのようなものでした。

【病院実習】

[ゴメリでの研修（2016年2月21日～2016年3月11日）]

・実習場所：基本的に、A病院のB科を1～2日、次にC病院のD科を1～2日かけて研修を行うという形でした。

・移動手段：ゴメリではバスで研修先まで向かうこともありましたが、学生さん方が車を持っている場合が多く、寮から病院まで毎日車で送っていただきました。

(1) Gomel state specialized clinical hospital での研修

この病院では主に手術の様子を見学しました。日本の手術室ほど衛生面が徹底されているわけではありませんでした。しかし、そのうちのいくつかは徹底するほどのお金がないためである事柄も含まれていたように思います。こちらの病院では腹部の手術および眼の手術をいくつか見学しました。

(2) Gomel state hospital での研修

Gomel state hospital では産婦人科、麻酔科および眼科を見学しました。産婦人科では、はじめに留学生クラスに参加しその後病棟の実習を行いました。Gomel state hospital は清潔感のある病院で病室への入出の前後では手洗いをしっかりとおこなっていました。患者さんについての説明を受け、その後手術のシミュレーションを行わせていただきました。距離感がつかめずとても難しく感じました。ボタン1つで手術道具を交換できることや足

元のペダルを踏むことで焼切ることができることなどを学びました。

また、麻酔科では ICU に入院している患者さんの説明や行われていた手術の説明をしていただきました。ICU では日本ではみることの出来ないような症例をいくつか見せていただきました。

眼科では留学生クラスに参加し、検査の手順や機械、解剖学的構造について学びました。留学生クラスはインド、ナイジェリアからの生徒でした。

(3)ベトカ地区の診療所での研修

地域の診療所では内科医 1 人で地域（1200 人ほど）を見ており、そのうち 3 割はお年寄りなので必然的に死亡率が高くでてしまいます。1 日に訪れる患者さんは 25～50 人ほどで、その患者さんに加えて、病院に来られない患者さんの訪問を行いさらに定期的に学校を訪れて病気や公衆衛生について講義をするため大変忙しいとおっしゃっていました。人手不足のため、事務作業や壊れた箇所の整備なども 1 人の医師が全て行うためで休む暇がないほどの忙しさです。具合の悪い患者さんはまず初めにこの地域の診療所におもむき、重篤な患者さんのみ施設の整った病院へ送られます。医師（内科医）は 1 名しかいないため近くに住んでおり夜に容体が悪くなった人がいればすぐに向かうため、24 時間勤務のようなものだとおっしゃっていました。

(4)Psihiatric hospital での研修

Psihiatric hospital では留学生クラスに参加しました。統合失調症やカタトニアについて学びその後患者さんに会いに行きました。精神科ということもあり英語での説明は病室を出たあとにまとめて行われました。知らない言語が聞こえることをストレスに感じてしまう患者さんへの配慮だそうです。

(5)Gomel regional clinical oncology での研修

基本的に手術の見学を行っていました。肝臓がんの手術や大腸がんの手術を見学しました。その後、授業が行われ、手術の詳細および肝臓がんについて詳しく学びました。

(6)Center of gigen, epidemiology, radiology and public health での研修

飲食物の安全性を確かめるために放射線の検査、化学物質の検査、など様々な検査を行っていることを学びました。



左：Psihiatric の精神科病棟。

右：Gomel State Medical Hospital。

[ミンスクでの実習（2016年3月12日～2016年3月28日）]

- ・実習場所：ゴメリでの実習と同じように A 病院 B 科を 1～3 日、続いて C 病院の D 科を 1～3 日という流れで実習を行いました。
- ・移動手段：ミンスクでは地下鉄があるので、地下鉄のみ、もしくは地下鉄とバスの併用、時に車で病院まで移動しました。

(1) Department of Cardiology での研修

循環器内科ではエコーの見方や、心房細動の授業に出席しました。授業では先生が生徒を指名し黒板に書いて答えさせていました。心房細動の説明を受け、理解を深めた後は患者さんについての説明を受け実際に患者さんのもとへ向かいお話を伺ったり心臓の音を聞かせていただいたりしました。また、患者さんに検査結果や治療方針を伝える場にも立ち会わせていただきました。検査結果や治療方針によっては病室ではなく他の部屋で個別に説明しますが、通常はベッドサイドで行うようです。



循環器内科で先生方および学生の方々と。

(2) Department of Organization of Medical Support for the troops での研修

軍事医学について学びました。軍事医学はベラルーシ国内の医学生にとって必修科目で必ず学ばなくてはなりません。3年かけて座学で学び最後の年に1か月の実習に参加することで既習とみなされます。軍事医学を学んだ学生の兵役は免除されます。

軍事医学の授業では戦争、災害および事故で怪我をした人々をどのように治療するかを学びます。それぞれ規模や怪我の種類によって（化学物質を含むのか、放射線による影響も含むのかなど）場合分けして整理し実際に災害等が起きた際に迅速に治療できるよう学びます。さらに戦争中の怪我人を治療することも考え、武器、戦車およびユニフォームの構造も全て覚えなければなりません。

(3)Department of Radiation Medicine and Ecology での研修

ベラルーシでは福島県立医科大学と異なり放射線に関することのみではなく、人体に影響を及ぼす他の因子（化学的、物理的になど）についても学びます。そのことにより、生徒も放射線のみが人体に影響を及ぼしているわけではないと学ぶことができるそうです。

さらに、新しく建設されている原子力発電所についてですがすでに半径 20km のバックグラウンド放射線を測定しており、原子力発電所が稼働した際に変化がないか調べることなどで安全性を保つ計画であることなどを学びました。

(4)Department of Endocrinology での研修

内分泌内科では甲状腺の生検の様子を見学し、2 日目は外来の患者さんに対する診療に立ち合わせていただきました。

甲状腺の生検はとてもスピードが速く驚きました。また、くびが大きく膨らんだ患者さんもいらして驚きましたがベラルーシではなかなか病院に来ない患者さんも多く（特に男性に多いそうです）1つの問題となっていることを知りました。さらに仮に甲状腺癌だった場合には内分泌内科ではなく、腫瘍内科になるそうです。というのも、後述しますがベラルーシでは糖尿病患者の人数がとても多く甲状腺癌の治療までは手が回らないためだそうです。

また、外来の患者さんの診療に立ち会った際には患者さんの訴えを聞くことにより医学的な知識はもちろんの事患者さんの悩みの背景を知りそこから社会的な仕組みの問題も学ぶことができました。例えば、医療費は全額無料ということになっていますが厳密には全てにおいて全額無料ではないようです。今回は薬代を自分で払わないといけないので改善していたら治療を中止したいという患者さんや治療をしたいが薬代が全額支払えないという患者さんにお話を伺うことができました。さらに、ベラルーシは人口の 3 割が肥満だと言われており、糖尿病を罹患する患者さんが多いため糖尿病勉強会というものが無料で開かれており糖尿病に罹患した患者さんはその勉強会（1 週間程度のプログラム）に参加し自身の病気について学びます。しかし、一部の患者さんは病気についての理解を深めようとせず治療も適切に受けようとしない場合もあるようでそのことも問題の 1 つであると知りました。

(5)Department of Normal Physiology での研修

Normal Physiology の授業では、研究内容について教えていただきました。視野の狭窄についてより早く気づき予防することができるコンピュータープログラムや酸素濃度によりどの程度目の血管が影響を受けるのかを研究しているとのことでした。将来的にはストレスによってどの程度血流が影響を受けるのか調べる予定だとおっしゃっていました。

(6)Department of Medical and Biological Physics での研修

今回はミンスクでは初めての留学生クラスでの実習でした。今回は全員イランのご出身でした。授業では光が水などの物質に入る時の屈折について学びました。その後、内視鏡の説明を受けました。

(7)Department of Children's Diseases

腎臓の疾患で入院している子どもが多かったように感じました。そのうちの1人は誰かに毒物を飲まされたために腎臓の機能が落ちてしまったという方もいらっしゃいました。教室にもおもむき、Pediatric Faculty の学生の方々にもお話を伺いました。

【インタビュー（学生交流）】

今回は事前に質問を作成し、学生との交流を通じて調査を行いました。

・調査方法

今回は質問をすることの出来る特定の場や機会が与えられていたわけではありませんでした。よって、病院見学の一環で授業の様子を見学するために立ち入った教室や普段サポートしてくださっていた学生の方、および研修中にそれぞれの病院でお世話になった先生方から回答をいただきました。全ての質問について最低 3 人以上から回答を得るように努力し、個人の意見とならないよう留意しました。

・回答集計

多くの方が同じような意見を共有していた場合は「答」という形で1つにまとめました。しかし、意見が割れた場合は「答 1」、「答 2」という形で記載しました。

(1)チェルノブイリ事故について

問：チェルノブイリ事故や放射線についてどのように考えていますか。

答：チェルノブイリ事故は多くの人にとって過去の事となっています。キノコ類を自身で採ってきて食べるのは危険だという認識も多くの国民が共有しています。口にに入れるものについては気を付けなければなりません、市場に出回っているものを過度に恐れて食べないということはありません。

(2)現在建設中の原子力発電所について

問：現在建設中の原子力発電所についてどのように考えていますか。

答：チェルノブイリは「ソ連が作った」「ローテクな技術であった」という 2 点から現在建設中のものとは異なっています。すでに 20km 圏内のバックグラウンド放射線量も計測しており建設、稼働後にも測定を行い比較するといった対策も取られており、雇用も生まれ人々も移り住む人は多く、地価も上昇しています。近くに住むことについて抵抗のある若者はほとんどいませんが、チェルノブイリを経験した世代はやはり抵抗を感じています。

問：建設に賛成ですか、反対ですか。

答：賛成か反対か聞かれると困ってしまいます。しかし、他の国は原子力発電所を持っていますし、自分たちの国に他に有用な資源もないため仕方がないと思います。また、建設に対して賛成か反対か聞かれる機会がない（賛成か反対かの意思表示をすることで建設に影響がでることはなかった）ため、賛成か反対か考えたことはありませんでした。

(3) アルバイトについて

問：学生はアルバイトをしていますか。

答 1：医学生がアルバイトを行うことは決して珍しいことではありません。ベラルーシでは 3 年次が終了すると、看護師として働くことが出来るため多くの学生が経験を積むためにも看護師として働くことが多いです。救急車で働くこともできます。しかし、生徒側からは経験が accrue するため良いですが、患者さん側からは良いのかは疑問だと思います。また、賃金も本来はレストランなどで働いた方が給料は良いです。（ミンスクの学生）

答 2：医学生の中にはアルバイトを行うものもいるがあまり人数は多くありません。働くとするならば、看護師として働くことが多いです。（ゴメリの学生）

(4) 卒後について

問：卒後は海外で働きたいですか、それとも自国で働きたいですか。

答 1：ドイツ、ポーランド、イギリス、カナダで働きたいです（ドイツで働きたい人が圧倒的でした）。医師の給料がこの国では低く、さらに外国で働くことで新しい経験も積みたいからです。

答 2：自国で働きたいです。この国に満足しているので海外で働きたいとは思いません。確かに、給料は良くありませんが人も優しく、道は綺麗で、平和です。実際親戚に医師に限らずアメリカやドイツなどに働きに出た者もいますが、多くがベラルーシに帰ってきた、もしくはなかなか文化的になじめず苦勞しているという話を聞くからです。

(5) 医師の賃金の低さについて

問：医師の賃金が低いことについてどのように考えますか。

答 1：この国の医師の賃金が低いことはとても悲しいです。医師と同じように国民にとって重要な仕事である教師の賃金もともに低いのは問題だと思います。しかし、この国では医療は無料なので、医師の賃金が低いのは仕方ありません。しかし、子どもも 2 人となる

と厳しく、3人はおそらく不可能であるような賃金であることはとても悲しいと思います。

答2：この国の医師の賃金は確かに高くはないです。しかし、医師の賃金が低いことばかり口にするのは間違っていると思います。この国ではアメリカなどの他国と比較して早く卒業し MD、PhD を早くとることができます。さらにその過程は勉強するならば（成績がある程度良いならば）ほぼ無料で行うことができ、他国より早く一人前になり 30 歳までに経験をつみある程度の生計がたてられるようになります。これはベラルーシで医師を目指すうえでメリットであり、確かに賃金は高くはありませんがメリットに目を向けられないというのは考えが至ってないといわざるを得ません。

(6) 医師を志した理由について

問：なぜ医師を将来の職業として選択しましたか（選択しませんでしたか）。

答1：家族も医師なので自然と医師を目指していました。

答2：人を助けることの出来る立派な仕事だからです。

答3：家族が医師でこの国では賃金が低く、職業柄苦労や責任も大きいため同じ思いをさせたくないとの道を勧められたので医師は選びませんでした。しかし、家族のように医師になりたいという気持ちがなかったわけではありません。

(7) 人気の学部について

問：どの学部が人気がありますか。

答：Cosmetic surgery が人気があると思います。他の科よりも給料が良いからです。

問：医師以外ではどのような職業が人気が高いですか。

答：経済学や広告業の人気が高いと思います。

(8) 女性医師の結婚後について

問：結婚、出産後も仕事を続けますか。

答：多くの人が続けると思います。2人で働いた方が経済的に豊かになるからです。出産後は子どもを預かってくれる託児所があります。残念ながら数が足りているとは言えません。学校に行くようになると、授業後も 17 時まで子どもを預かってくれる仕組みがあります。仕事が終わった後に引きとりに行きます。

(9) 日本について

問：日本についてどう思いますか。と聞きましたが質問も受けましたのでその質問内容も回答として記載したいと思います。

答1：寿司は毎日食べますか。

答2：日本は最先端のものが多く発展しているイメージですが、ベラルーシに来てどう感じますか。

答 3：桜がとても綺麗だと聞きました。

答 4：物価が高いと聞きました。

答 5：電車はベラルーシでは 2 路線ですが（今後 3 路線になります）、日本は何路線ありますか。

答 6：日本では犬や猫を食べ、建物には 4 階がないと聞きましたが本当ですか。（日本を紹介する本に書いてあったようで、見せていただくと確かに書いてありました。）

答 7：日本の地下鉄の駅はモダンでニューヨークのようであらやましいです。私達のは古い時代のものですから。

最後の学生の方がおっしゃっていた地下鉄についてですが、地下鉄構内は以下の写真のようになっておりとても綺麗です。ソビエト連邦第 2 代最高指導者のヨシフ・スターリン最高指導者によってモスクワに建設された豪華な地下鉄は、その美しさから地下宮殿と呼ばれることもあります。駅が建設されたのは最近ですので、彼によって建設されたわけではないのですが個人的には日本の地下鉄駅のホームより美しいと感じてしまいます。



左：実際は写真より明るいです。

右：天井はライトで星座が描かれています。



左：日本で毎日食べられていると思われる寿司です。一貫（1つ）で 150 円くらいでベラルーシのレストランとしては高級です。寿司レストランで食事をとることはミンスクで現在流行りなのだそうです。

中央：スーパーで売られている寿司で、具材はキャベツ、ガリ、アボガドなどです。

右：ベラルーシやロシアといえばドラニキ（ジャガイモのパンケーキ）だと思っていまし

たが、実際は日本の寿司のように毎日食べるわけではありません。この写真の食べ物はパンケーキにソースがかかったようなものですが、こちらはロシアなどでは食べられておらず、ベラルーシのみで昔から食べられているものだそうです。しかし、こちらも毎日食べられているわけではありません。

【累積放射線量】

測定期間は2016年2月21日～2016年3月30日（羽田空港～ゴメリ～ミンスク～羽田空港）として計測しました。上記期間における累積被ばく量は**0.66mSv**でした。

放射線量の高かった日とその日のスケジュールは以下のようになります。

(1)渡航日および帰国日（飛行機に乗っていたため）：約**0.2mSv**

(2)2月24日 約**0.05mSv**

Gomel State Hospital での実習（産婦人科）

アイスホッケーの試合の鑑賞

(3)3月3日 約**0.05mSv**

ベトカ地区（チェルノブイリ事故による汚染地域）での病院実習

国際放射線防護委員会(ICRP)によると、一般の人が平常時に受ける放射線については、自然界からの被ばくや医療での被ばくを除いて年間1ミリシーベルトを線量限度とされています。この**0.05mSv/日**だと1年間で**18.25mSv**の被ばくをするという計算になるため高い値であるといえます。

【ベラルーシの現状】

ミンスクでベラルーシの現状をデータを用いて説明するという会議があり、参加させていただきました。それぞれの数字についての詳しい説明はなされませんでした。以下抜粋して記載したいと思います。

(1)ベラルーシでは、45%の人々が医療に満足しています。

(2)現在ベラルーシでは、入院期間を減らそうという努力がなされており 2011年には平均11日であったが2015年には平均10日に減少しています。

(3)2015年現在でも、死亡率が出生率を上回っています。ですが、出生率については改善がみられ、2011年当時1.49であったものが2015年には1.70となりました。

(4)国民が何人子どもを欲しいと思っているかというデータでは、2015年には50%が1人、41%が2人、9%が3人の子どもが欲しいと回答しています。この9%という数字ですが、前回の6%より上昇しており、福利厚生への改善によるものだと言われています。

(5)最も頻度の高い死因は心血管系によるものだそうで、33.9%が命を落としています。原因としては、食生活や生活習慣が大きいそうです。

(6)1000人あたりの救急車の発動回数は336回から2015年に290回に減少しています。

(7)乳児死亡率は2011年の3.9から2015年には3.0に減少しています。

【文化交流】

(1)ゴメリ

ゴメリでは市内散策や様々な博物館の見学、アイスホッケーの試合の鑑賞、スケート、ピンボール（森の何種類かのセットの中で行うサバイバルゲーム）などを体験することができたほか、先生や学生さん方の家にお招きいただきました。



左：ゴメリの町並みです。

右：典型的な建物です。2階から上は住居、1階は店舗が入っています。ベランダは寒いので人によっては窓を取り付けていておおわれています。



左：バルトノフスキー先生宅で昼食をいただきました。

右：ゴメリ医科大学の学生の方々とスケートを楽しみました。

(2)ミンスク

ミンスクでは市内観光を行うことができるほか、フィルハーモニーおよびサーカス等の鑑賞やカーリング（ゴーカートの速いもの）を体験することができます。レストランも多いので、ベラルーシ料理や寿司なども食べることができます。



左：夜は町並みがとても綺麗です。

中央：2006年に建設されたばかりの国立図書館です。お金を支払うと文字も流せるそうです。バクテリオファージに似ているとベラルーシの医師の方がおっしゃっていましたが似ています。

右：地下鉄構内ではクラシックの演奏会がしばしば開かれています。オペラやバンド演奏もあるようです。



左：ベラルーシの村の家の様子です。村は都市部と異なり、一階建ての一軒家が多いように感じます。写真のようにカラフルな家が多いです。

中央：ベラルーシの国獣ヨーロッパバイソンです。

右：ここに広島、長崎、福島の土を入れたカプセルが埋められています。

【ベラルーシの人々】

私が5週間ベラルーシで生活する中でベラルーシの方々の性格について感じたことを述べようと思います。(1)~(5)は私が何人かのベラルーシの方々に「ベラルーシの国民性はどのようなものだと思いますか。」と質問したところ返ってきた答えでもあります。

(1)人を気遣う

ベラルーシの方々はとても人を気遣うように思います。質問する時も少し間合いをうかがうようなそぶりや表情を感じることができます。バスの中でも大声で話すといったことは控えるそうです。

(2)時間に正確

特にミンスクで感じたことですが、時間に正確だと思いました。5分遅れる際にも電話で連絡が来まし、待ち合わせ時間のミスで私が待ち合わせ時間から5分経過してもその場になかった際にも電話がかかってきました。人によっては15分ほど遅れていましたが、全体的には正確だと感じました。

(3)静か、おだやか

静か、おだやかというのは空港のベラルーシ行きの待ちスペースでも感じることはできると思いますが、大声で話さないという点では(1)人を気遣うに通じる面もあるかもしれません。

(4)真面目 (シリアス)

真面目については話すとうかると思います。もちろん冗談も言いますが、真面目という

表現よりベラルーシの方々がおっしゃっていた **serious** という表現の方が雰囲気をよく表しているかもしれません。

(5) 客人をもてなす文化がある

ベラルーシの方によるとロシア人と比較してもベラルーシ人は人をもてなす文化があるそうです。私も手厚くもてなしていただきました。

(6) 清潔、きれい好き

道を歩くとわかりますが、ミンスク、ゴメリでは道にゴミが落ちていません。ミンスクではよく清掃の方を見かけましたしガムもタバコも小さな一般ゴミも道端のゴミ箱まで行ってから捨てます。

また、学生の方々や先生のお宅にお邪魔した時も室内はとても綺麗で、寮の学生さんの部屋に突然訪れてもとても綺麗に整理整頓されていました。

(7) 温かく優しい

ベラルーシの方々は温かくて優しいと感じました。ただ、仕事が分担されているため何か聞いても「それは私の仕事の範囲外だから知らない。」とはよく返されますがそれは社会的なものだと思います。

(8) 礼儀正しい

目上の人を敬う文化が日本ほどではありませんががあるようです。

(9) 治安が良い

これは性格ではありませんが、ミンスク、ゴメリでは夜に女性が 1 人で外を出歩けるほど治安が良く驚きました。また、24 時間営業のスーパーもよく見かけました。

【今後ベラルーシに留学されるみなさんへ】

私はベラルーシからとても良い印象を受けました。ネットや本でベラルーシについての情報を集めようとしてもなかなか集まらないのではないのでしょうか。去年の私はそうでした。しかし、ベラルーシに留学した後は留学して良かった、選択は間違っていなかったと感ずることができました。次年度の学生さんも温かく歓迎していただけることと思います。

また、ベラルーシ留学を通じて文化の違いや考え方の違い（類似点も予想以上に多くあり驚きましたが）からも何かを学び取ることができると思います。私は、人がどこかを訪れて突然人生観が変わるとは思いません。しかし、ものの見方が 1 つ増えると思います。同じ国や環境で生活していると物の見方は固定されがちですが、違う側面からとらえることができると思います。それは、これからの人生のあらゆる選択肢を増やすと思いますし、何かあった際の心の余裕や問題解決力にもつながると思います。次年度の学生さんには是非ベラルーシ留学を選んでいただければと思います。

【謝辞】

今回の留学にあたり多くの方々にお世話になりました。福島県立医科大学放射線健康管

理学講座の天津留晶先生および緑川早苗先生、災害医療総合学習センターの熊谷敦史先生
および高橋久美子さん、長崎大学の高橋純平先生、ゴメリ医科大学のカズロフスキー先生、
ベラルーシ医科大学のルデノーク先生、そして今回の留学でサポートしてくださった全て
の方々に感謝の意を表したいと思います。全ての方々のご協力により今回のベラルーシ留
学が実現し多くの事柄を学ぶことができたと思います。ありがとうございました。

