

海外臨床実 習 報 告 書

2026 年 2 月 12 日

1 実習施設名

Sunrise Japan Hospital Phnom Penh (SJH)

2 実習期間

2026/01/05 - 2026/01/30

3 実習施設の概要

Sunrise Japan Hospital Phnom Penh (SJH) は、カンボジア王国の首都プノンペンに位置する私立総合病院であり、2016 年に開設されました。日本式の高水準な医療を提供することを目的として設立され、日本人医療従事者と現地スタッフが連携しながら診療を行っています。カンボジア国内において高度医療を受けられる体制を整備するとともに、現地の医療インフラの発展や現地の医療人材育成にも貢献することを目指しています。

病床数は 50 床で、救急医療を含めた総合的な診療体制を有し、内科、外科、小児科、産婦人科、脳神経外科、リハビリテーション科など幅広い診療科に対応しています。日本式医療体制を基盤とし、質の高い医療サービスを提供するとともに、現地医療従事者の教育や研修にも力を入れています。

また、同院では医療格差の解消を目的とした「AKAHIGE プロジェクト」を実施しています。カンボジアでは医療費が自己負担となる場合が多く、十分な医療を受けられない人々が存在します。そのような患者に対し、経済的理由のみで治療機会を失うことがないように支援を行っています。

さらに、CSR 活動として、医療や教育へのアクセスが十分でない地域に対し、地方訪問による健康診断や医療教育活動を継続的に実施しています。加えて、支払い能力が乏しい患者に対する医療費補助など、地域社会への貢献を重視した活動も行われています。これらの活動を通して、単なる支援にとどまらず、現地医療従事者の育成や地域医療体制の自立的発展を目指しています。

同院は、「家族のように患者に寄り添う医療」を理念に掲げ、地域社会とともに成長しながら、カンボジアにおける持続可能な医療体制の構築に貢献することを目指しています。

4 Sunrise Japan Hospital Phnom Penh を志望した理由

SJH の院長である岡和田先生が、2024 年に奈良県立医科大学にて講義を行われた際に拝聴する機会があり、発展途上国における医療体制や社会背景、日本式医療を発展途上国で提供されている意義について深い関心を抱きました。特に、日本のように医療保険制度が十分に整備されていない環境下において自由診療を基本としながらも、緊急性が高く、金銭的な問題がある患者には AKAHIGE 基金を通じて医療支援を行っておられる点に強く魅力を感じました。また、大学病院のような大規模施設とは異なる

り、多様な科を短期間で経験することができる点も大きな魅力でした。さらに、診療やカルテでは主に英語が使用されているため、医療現場で自身の英語力を実践的に活用したいという思いもありました。加えて、これまで渡航経験のなかったカンボジアの文化、歴史、伝統、そしてクメールの方々との交流にも非常に興味を持っていました。

5 実習に向けての準備

SJH では、看護師が通常の医療業務に加えて医師の英語と患者のクメール語をつなぐ役割も担っており、通訳を介して診療が行われます。そのため、医療英語の理解は必須であると考え、医学英語の学習に重点的に取り組みました。また、内科や外科、小児科、産婦人科、救急科など複数診療科をローテートする予定であったため、各科の基本的な知識の復習も行いました。特に感染症や救急疾患など、カンボジア特有の疾患背景も意識した学習を心掛けました。

6 実習内容（詳しく）

実際に行ったこと、自身が学んだこと、苦労したこと等具体的に私は小児科を中心に、救急科、内科、産婦人科、外科、麻酔科をローテートさせていただきました。

小児科では、主に外来見学や新生児診察を行いました。通訳が必要な診療を見学することは初めてであり、症状の聞き取り方や内服方法の説明など、細かなニュアンスがどうしても伝わりにくい場面があることを体感しました。そのため、通常の日本での診察と比較して多くの画像や表、データを積極的に活用することで、視覚的により理解しやすい方法を工夫されていることを学びました。また、出産に小児科医の先生と立ち合わせていただいた際には、生まれたばかりの新生児診察、生後一日の新生児への超音波検査やワクチン接種などを経験することができました。BCG ワクチンや B 型肝炎ワクチンを出生一日目に接種することが標準となっている点は、出生直後から結核や B 型肝炎の感染リスクが存在する流行地域、カンボジアならではの対策であり、日本との医療制度の違いを学ぶ貴重な機会となりました。

救急科では、日勤帯に加えて当直業務も経験させていただきました。特に初診患者では、限られた情報から鑑別診断を挙げ、必要な検査を選択する過程を一緒に考える機会を多くいただきました。救急科では他の診療科と比べて時間的制約が大きく、クメール語での患者さんの訴えをリアルタイムで把握することに非常に苦労しましたが、画像検査や血液検査結果を現地の医師とともに一緒に確認しながら、検査選択や治療方針を考える経験ができました。また、ER を受診される方の中には、金銭的理由により必要な治療を受けることができない方がいる現状も目の当たりにし、SJH の AKAHIGE 基金の意義を強く実感しました。さらに、ICU 患者の管理にも関わられており、ER から ICU に入院となった方の経過を追うことで、より中長期的な重症管理についても学ぶことができました。

内科では、毎日朝、昼、夕の回診に参加させていただき、多職種連携の重要性を実感しました。医師、看護師、薬剤師、理学療法士などが密に情報共有を行う体制が整っ

ており、非常に学びが多い環境でした。外来では、内視鏡検査や神経診察の見学をはじめ、日本では少ない Dengue 熱の症例を実際に診ることができました。また、生活習慣病が日本と比較して若年から多い傾向や、それに伴う慢性腎不全の多さについても学びました。生活習慣病はその国の食文化との関連も深く、ドリアンの季節には血糖コントロールが悪化する患者が増えるという話が印象に残っています。

産婦人科では分娩や帝王切開手術を見学させていただき、止血判断など実践的な内容を丁寧に教えていただきました。妊婦さんの中には日本人の方も多くみられて、日本人駐在員やその家族にとって安心して医療を受けることができる拠点としての役割も担っていることを実感しました。

外科や麻酔科では、手術室にて気管挿管や術中管理を学び、脳神経外科や消化器外科の手術では頭蓋内血腫やヘルニアの症例を見学しました。限られた資源の中でも安全性を担保する工夫を学ぶことができました。

また、朝のカンファレンスにおいて、小児のデジタルデバイス使用についてのプレゼンテーションを行いました。内容としては、小児におけるスマートフォンやタブレットなどの使用時間が、睡眠、発達、精神面に与える影響について文献をもとにまとめ、小児科医の先生にご指導をいただきながら準備を進め、現地の医師の方々と意見交換を行いました。日本とカンボジアではデジタルデバイスの普及状況や家庭環境が異なるため、単純にガイドラインを当てはめるのではなく、それぞれの社会背景を踏まえて考える必要がありました。また、英語で医学的内容を発表し質疑応答を行うことは、自身にとって大きな挑戦でしたが、医療を国際的な視点で考えるいい機会となりました。発表準備を通して、信頼できる文献検索能力や情報整理能力の必要性も改めて実感することができました。

さらに課外活動として、ジャパンハートアジア小児医療センターの見学にも同行させていただきました。同センターは、「アジアの子どもに医療を届ける」という理念のもと、すべての子どもに平等な医療を提供することを目的として、2025 年 10 月にカンボジア・プノンペン近郊に設立された国際的な無償の小児専門の高度医療施設です。小児固形がんを含む重症小児疾患に対して先進的な医療を提供しており、カンボジア国内のみならず周辺国からの患者受け入れも想定されており、東南アジアにおける小児高度医療の拠点となることが期待されています。SJH とはまた異なる視点からカンボジアや東南アジアにおける医療提供を実践されている同センターを見学させていただき、多様なキャリアの在り方について学ぶことができました。

7 生活環境

実習生は主に二つの宿泊先から選択することができます。一つは病院から徒歩圏内に位置する Bellevue Serviced Apartments、もう一つは Tuk tuk で数分の距離にある Mekong View Tower 2 です。現地の日本人スタッフの多くは前者に宿泊しており、通勤の利便性や生活環境の整備という点では非常に安心感があると感じました。私は後者に宿泊してみましたが、病院からの利便性以外の生活面において大きな不便を感じることはなかったです。

移動手段としては Tuk tuk が広く利用されており、配車アプリを用いて容易に呼ぶこ

とが可能です。料金も比較的安価であり、日常生活における移動に不自由を感じることはほとんどありませんでした。

食事については、昼食は SJH の食堂でクメール料理と日本食から選択可能であり、非常に安価で栄養バランスのとれた食事を摂ることができます。その他の食事については、現地のスーパーマーケットを利用した自炊や、デリバリーサービスを利用することも可能であり、食生活の選択肢は豊富にありました。

水衛生については注意が必要であり、飲料水は基本的にミネラルウォーターを使用しました。また、レストランでも氷は避けるなどの対策を行いました。屋台などで提供される食品については体調や衛生状況を考慮し、十分に注意する必要があります。

気候については、1 月は乾季にあたり、比較的湿度が低く、とても過ごしやすい時期でした。年間を通して高温であるため、脱水対策や体調管理は非常に重要です。また、雨季にはデング熱などの感染症が増加する傾向にあるなど、季節ごとに特徴があるため、渡航時期に応じた健康管理や感染対策を行うことも必要です。

治安については、渡航前に想像していたよりも安定していると感じましたが、市場や観光地などの人が多い場所では基本的な防犯意識を持つことが重要です。

通貨については、米ドルが広く使用されており、支払いはドルで行い、お釣りが現地通貨のカンボジアリエルで返ってくる場面が多くありました。クレジットカードも市場などのローカルな場所以外では使用可能でした。

言語面については、英語を理解できる方が多く、日常生活において大きな不自由を感じることは少なかったですが、基本的な挨拶などを覚えておくことで、より円滑なコミュニケーションが可能になると感じました。

8 反省点

本実習を通して、自身の医学的知識および臨床判断力の不足を痛感する場面が複数ありました。特に救急医療の現場では、限られた情報から迅速に鑑別診断を挙げ、必要な検査や治療方針を考える能力の重要性を強く実感しました。知識としては理解している内容であっても、実際の臨床現場で即座に活用することの難しさを実感しました。

さらに、医療資源が限られている環境や自費診療が標準である環境においては、検査や治療を当然のように選択できる日本の医療環境が決して当たり前ではないことを実感しました。今後は、医療資源や社会背景も踏まえて医療について考える視点を持ち続けたいと考えています。

9 後輩へのメッセージ

カンボジアに渡航するまでは、正直なところ期待よりも不安が大きく、家族や友人からも安全面や生活面について心配されることが多くありました。しかし、実際に現地で生活してみると、そのような不安を感じる場面はほとんどなく、カンボジアの方々是非常に温かく、親しみやすいと感じました。

病院では分からないことがあれば遠慮せずに質問することを強くお勧めします。積極的に質問することで丁寧に指導していただけるだけでなく、その後も興味がありそう

な手術や手技、症例があれば声をかけていただけることが多く、学びの機会を大きく広げることができると強く実感しました。

また、病院外においても、現地の方々は困っている人を見かけると自然に手を差し伸べてくださる場面が多くありました。医療だけでなく、カンボジアの文化や歴史、クメールの方々の価値観に触れることができる点も、この実習の大きな魅力の一つであると感じています。

さらに、日本人医師として海外で活躍されている先生方から直接お話を伺うことができる点も非常に貴重であり、将来のキャリアや医師としての在り方について深く考えるきっかけになると思います。

海外実習は不安を感じることもあると思いますが、それ以上に多くの学びと気づきを得られる経験になります。ぜひ一度カンボジアを訪れて、自分のキャリアや価値観を見つめ直す良い機会にしてみてください。

10 未来への飛躍基金への感謝

この度は、本実習に際し多大なるご支援を賜り、心より御礼申し上げます。本来であれば学生の立場では経験することが難しい海外医療現場での臨床実習の機会をいただき、医療に対する視野を大きく広げることができました。

本実習を通して、医療が単に医学的知識や技術のみで成り立つものではなく、社会制度、経済状況、文化背景などの様々な要素と密接に関わっていることを学びました。この経験は、今後医師として成長していく上での価値観や診療姿勢に大きな影響を与えるものになると確信しております。

また、海外で医療に従事する日本人医療者の姿を間近で拝見し、将来のキャリアについても深く考える契機となりました。このような貴重な機会をいただけたことに、改めて深く感謝申し上げます。

今回の経験を決して一過性のものとし、今後の学習及び臨床に活かし、将来的には社会に還元できる医療者になれるよう努力を重ねてまいります。

改めて、このような貴重な機会をご支援いただきました未来への飛躍基金に、心より深く感謝申し上げます。

