

中山醫學大學學生國際交流活動心得報告

日期：115 年 2 月 7 日

項 目	☐ 國際競賽(參賽類別) ☒ 國際學術會議(口頭、壁報)		
活 動 名 稱	島根大學交流		
活 動 日 期	115 年 1 月 19 日至 1 月 23 日		
活 動 地 點	日本出雲市島根縣立大學		
系 所 年 級	護理系三年級	學 生 姓 名	賴妍希
參加活動心得			
在今年的 1 月 19 日至 1 月 23 日，我有機會前往日本島根大學進行國際交流。身為護理系三年級的學生，雖然在去年十一月已曾參與菲律賓的交流活動，但此次日本交流仍帶給我截然不同的感受與體驗。或許是文化背景、醫療體制以及生活氛圍的差異，讓這趟旅程不只是學習，更成為一段值得反覆回味的經驗。 交流期間，我們在島根大學的安排下，在校內與校外皆參與了多項活動。在校內課程中，聽老師講述日本目前的醫療現況，讓我對日本整體醫療體制與運作方式有了初步的認識，也有助於理解後續參訪時所看到的實務情形、校園參訪時，島根大學原本就十分優美的環境，在下雪的襯托下更顯寧靜，彷彿為校園多加了一層濾鏡，也成為此次交流中令人印象深刻的畫面之一，此外，我們也在學校的茶室體驗日本茶道，從過程中的動作與氛圍中，感受到日本文化對細節與禮儀的重視；並參觀了出雲大社，老師帶著我們進行參拜、挑選御守，對當地的文化背景與信仰有了更具體的認識。 在校外參訪方面，我們參觀了當地的醫院以及精神疾病患者的工作坊。在醫院中，我實際觀察到日本護理人員在照護流程與工作分工上的細緻程度，從環境安排到與病人的互動方式，都能感受到他們對秩序與尊重的重視。而在精神疾病患者的工作坊中，最令我印象深刻的是日本社會對精神疾病患者「回歸生活」的支持，透過工作訓練與實作，協助患者建立自信與生活能力，這樣的照護理念也讓我認為護理不只是醫療行為，更是一種陪伴與支持。 除了學習層面的收穫，這趟旅程中最輕鬆卻也最難忘的回憶，莫過於第一次看到雪。令我意外的是，同行的護理系同學也都是第一次親眼見到雪！大家在雪地中興奮地拍照、玩耍，彷彿回到童年。那一刻，暫時忘記了課業與行程安排，只剩下單純的快樂。 透過此次交流，我更加了解日本與台灣在護理體制與病人權益重視面向上的差異。過去我總習慣以台灣的制度與規範作為評價標準，但這次經驗讓我學習跳脫既有框架，理解不同國家在文化與制度背景下所做出的選擇。 這次島根大學的交流不僅豐富了我的學習經驗，也讓我在專業與心境上都有所成長，雖然時間不長，但多元的行程足以讓我們收穫滿滿的知識和回憶。此外，與同學一同經歷第一次看到雪、在雪中拍照與玩耍，成為這趟交流中最鮮明的記憶。對我來說，這次交流同時包含了專業參訪的學習經驗，以及與同學共同度過的一趟旅程，是一段值得珍惜且深具意義的時光。			
活動剪影			



描述:下雪的島根大學



描述:很开心的在尝尝雪的味道



描述:最后一天终于跟护理系的同學見面了



描述:歷史館裡的大鼓



描述:初雪的晚上



描述:成功結業了