

JAPONSKA, FUKUI - julij 2017

POROČILO ENOMESEČNE IFMSA RAZISKOVALNE IZMENJAVE

Rok Besal, 4. Letnik

rok.besal@gmail.com

Čas izmenjave:

od 5. 7. do 2. 8. 2017

Kraj izmenjave

Fukui je glavno mesto prefekture Fukui in ima približno 250 000 prebivalcev. Leži na severu največjega japonskega otoka Honshu, v bližini regije Kansai (Osaka, Kyoto, Nara). Fukui je precej ruralen, ne

daje ravno občutka mesta, ampak izgleda nekako tako, kot da bi več vasi med seboj združil v mesto, vasi pa delijo med seboj res noro lepa riževa polja. Mesto je precej ruralno, tu se vidi prava Japonska, tradicionalne hiše, svetišča ... Mesto je poznano predvsem po morski hrani, drugače pa je Fukui znan tudi po dinosavrih; tu so našli nekaj edinstvenih primerov okostij; izmed drugih znamenitosti bi izpostavil Eiheiiji Temple in klife Tojinbo. Dostop do Fukuija je izjemno enostaven, predlagam uporabo japonskih železnic, ki so pravo nasprotje slovenskih.



Figure 1: Pogled na mesto Fukui iz bližnjega gradu Katsuyama

Viza

Za vstop na Japonsko se vize ne potrebuje, ob vstopu dobite vprašalnik o namenu obiska, ne komplicirajo, postopek je hiter, na koncu dobite Temporary Visitor Pass, ki velja 90 dni.

Zdravje

Tekom prijave sem moral poslati cepilno knjižico in obrazec o zdravju, podpisan s strani osebnega zdravnika. Na Japonskem je endemičen japonski encefalitis, proti kateremu se je mogoče cepiti, vendar je tam preventiva na tako visokem nivoju, da cepljenje ni ravno smiselno. Kar se tiče potovalne lekarne, priporočam čim manj stvari, kaj proti glavobolu in prašek za rehidracijo, nihče od incomingsov ni imel nikakršnih težav z zdravjem. Lekarna je blizu bolnišnice in se da v primeru težav vse kupiti tam.

Varnost

Japonska je zelo varna država, niti enkrat se nisem počutil ogroženega, tudi v večernih urah se lahko brez pomislekov sprehajaš naokoli, sploh je okolica fakultete živahna v večernih urah. Opozoril bi na odsotnost javne razsvetljave – vse težave reši baterijska svetilka, drugače se hitro znajdeš s kolesom na kakšnem riževem polju ali v kanalu ob cesti.

Denar

Na Japonskem je uradna valuta japonski jen, JPY. Google pravi, da je 1 EUR enak 132,3 JPY. Sam sem seboj vzel 30 000 jenov, vse ostalo pa sem dvigoval tam na bankomatih. Na Japonskem v glavnem poslujejo z gotovino, uporaba kartic je mogoča zgolj v večjih supermarketih. Priporočam Viso ali Mastercard (Maestro ni v redu). Gotovino se da dvigniti na bankomatih na železniških postajah ali v trgovinah 7-Eleven, ki so povsod. Na vsak dvig se obračuna tudi provizija v višini nekje 2 EUR, zato se splača dvigovati višje zneske naenkrat.

Prevoz

Let na Japonsko sem našel preko Google Flights, letel sem iz Zagreba v Tokyo z družbo Emirates za 650 EUR, karto sem kupil 2 meseca pred odhodom. Nakup karte priporočam čimprej, cene se znajo povzpeti precej visoko. Iz Tokya do Fukuija sem pot nadaljeval z vlakom, do mesta Kanazawa sem šel s shinkansenom (bullet train), v Kanazawi sem prestopil na hitri vlak do mesta Fukui, vožnja z vlakom od Tokya do Fukuija je stala 150 EUR. Obstaja tudi možnost letalske povezave Tokyo – Komatsu (letališče blizu mesta Fukui), cena je približno enaka potovanju z vlakom, sam sem se odločil za vlak, ker bi moral drugače 8 ur čakati na letališču v Tokyu, pa tudi japonski vlaki so res super, sploh shinkansen.

V kolikor želite po izmenjavi potovati okoli, je možno kupiti Japan Rail Pass za 7, 14 ali 21 dni. Japan Rail Pass omogoča uporabo vseh vlakov (razen nekaterih shinkansenov) družbe JR, nekaterih avtobusov in trajektov za čas veljavnosti karte. Sam sem imel 7 dnevni Japan Rail Pass, za katerega sem odštél 250 EUR, kupil sem ga prek STA. Japan Rail Pass je obvezno kupiti pred odhodom, na Japonskem nakup ni možen, je samo za turiste in je precej cenejša opcija kot kupovanje kart sproti, shinkansen je res drag, nasploh je javni prevoz dražji kot pri nas.

Komunikacija pred izmenjavo

Takoj po prejemu CA me je kontaktirala kontaktna oseba, ki se je res potrudil, da sem pred odhodom dobil vse potrebne informacije, na maile je odgovarjal hitro in učinkovito, počutil sem se odlično pripravljenega pred odhodom. Naredili so tudi skupen pogovor incomingsov na Whatsappu, tako da sem tudi ostale incomingse in nekaj japonskih študentov spoznal že pred prihodom na Japonsko.

Sprejem s strani tujih študentov

Kontaktna oseba me je prišla iskat na železniško postajo z avtom in me odpeljal do nastanitve. Takoj naslednji dan me je odpeljal na oddelek do mentorja. Kontaktno osebo sem videl praktično vsak dan, saj je bil odgovoren tudi za socialni program. Prvi teden so nam študenti zrihtali kolesa, kar je precej olajšalo transport po samem mestu.

Nastanitev

Vsi incomingsi smo bili nastanjeni v študentskem domu za tuje študente, poleg nas je v študentskem domu bival tudi Kitajec, ki pa je bil precej časa odsoten, tako da smo imeli celoten dom zase. Vsak je imel svojo sobo z lastno kopalnico, vse sobe so bile tudi klimatizirane, drugače bi umrli zaradi vročine in visoke vlage. Ob prihodu je bila soba čista, tekom meseca je vsak skrbel za čistočo sam. V domu sta bili dve skupni kuhinji in ena pralnica ter ena velika soba za druženje. Študentski dom je od bolnišnice oz. fakultete oddaljen 5 minut hoje, v bližini se nahaja tudi supermarket. Bližje nakupovalno središče je oddaljeno 20 minut vožnje s kolesom, center mesta pa 40 minut vožnje s kolesom. Najbližja železniška postaja je oddaljena 10 minut vožnje s kolesom, avtobusno postajališče pa je praktično pred študentskim domom. Težava je edino internet, v študentskem domu ni wifija, dobili smo prenosni wifi, ki pa je deloval res počasi, pa tudi količina prenosa podatkov je bila omejena na 7 GB. Do interneta je možno dostopati prek računalnikov v knjižnici, ki je odprta 24h tudi ob sobotah in nedeljah, možen pa je tudi nakup predplačniške SIM kartice, cene so podobne kot pri nas, tako da priporočam to opcijo.



Figure 2: Kosilo v šolski menzi

Prehrana

Namesto toplega obroka na dan smo dobili takoj po prihodu žepnino v višini 10 000 jenov, ki je bila namenjena prehrani tekom izmenjave. Kosilo smo med tednom ponavadi jedli v šolski menzi, kjer

so imeli na razpolago različne menije, od ramna do mesa in tradicionalnih juh po ugodnih cenah, kosilo je stalo nekje 4 EUR. Hrana je bila odlična, porcije pa velike. Velikokrat smo kosilo jedli v različnih restavracijah, največkrat ramen in sushi, kosilo v restavraciji stane okoli 7 EUR. Večerje smo si velikokrat pripravili v študentskem domu, odličen je riž, ki je tudi poceni in seveda »cup noddles«. Najboljša stvar za večerjo je sushi iz supermarketa; v večernih urah cene sushija znižajo, tako da se da dobiti porcijo sushija za približno 2 EUR. Za zajtrk smo si kupovali različne stvari, vse se da kupiti v supermarketu, tudi bolj »evropske« stvari. Hrana je bila sigurno ena najboljših stvari na Japonskem.

Delo v bolnišnici oz. inštitutu

Delal sem na oddelku patologije skupaj s še dvema japonskima študentoma, naslov projekta je bil »Histopathological Findings in Systemic Organs«. Delo je potekalo tako, da smo dobili patološke preparate in poročilo obdukcije ter na podlagi tega poskušali razložiti patofiziološko ozadje smrti, prvi dan smo bili prisotni tudi na obdukciji. Dobili smo dva primera, eno pacientko z amiloidozo in eno pacientko s holangiokarcinomom. Pri delu smo bili samostojni, po končanem delu smo se o obeh primerih pogovorili s profesorjem. Vsak petek je na oddelku potekala predstavitev raziskovalnih del,



Figure 3: Petkov "Lab meeting"

kjer so japonski študenti predstavljali svoje projekte (»Lab meeting«). Oba primera, ki smo jih morali rešiti z japonskimi študenti, nista bila ravno zahtevna, tako da sem lahko ostanek časa preživel na kliniki, 1 teden sem se pridružil študentu na SCOPE izmenjavi na oddelku plastične kirurgije, 1 dan sem preživel na nevrokirurgiji, 1 dan sem lahko po zaslugi mentorja preživel tudi na pediatrični kliniki. Imel sem nekaj prostih dni, ki smo jih z ostalimi incomingsi izkoristili za ogled Japonske.

Mentorstvo

Moj mentor je bil prof. Sakon Noriki, patolog, znan kot najbolj prijazen profesor patologije na fakulteti. Pri delu nam je bil pripravljen odgovoriti na vsa vprašanja in si je vzel čas kljub ogromni količini dela. Ugodil je vsem željam, brez težav se je dalo dogovoriti za prost dan. Na koncu nas je vse študente, ki smo sodelovali pri projektu, povabil na večerjo. Boljšega mentorja ne moreš imeti.

Socialni program



Figure 4: Izlet v Kanazawo

Socialni program ni bil ravno organiziran, ampak smo se z japonskimi študenti sproti dogovarjali za program. Organizirali so več zabav in nas vozili okoli po mestu in v bližnje kraje. Večkrat smo šli zvečer z njimi na večerjo, karaoke, baseball ... Z njihove strani je bil organiziran izlet v Kanazawo. Med vikendom smo si izlete organizirali incomingsi sami, ob pomoči japonskih študentov. Fukui je odlično izhodišče za ogled velikih mest

(Kyoto, Osaka, Kobe, Nara).

Splošna ocena izmenjave

Super izmenjava! Res lepa država, dobra hrana, prijazni ljudje. Ne spomnim se, da bi še kakšen mesec minil tako hitro kot ta, definitivno bi ponovno izbral Japonsko.

Potrebnik

Glavno priporočilo, seboj vzemite čim manj stvari in pustite prostor v kufu za stvari, ki se jih da kupiti tam. Priporočam edino nakup Japan Rail Passa, če želite potovati po izmenjavi. Računalnik vam priporočam, da ga pustite doma, ker je na voljo v knjižnici 24h/dan.

Približna razdelitev stroškov

Letalska karta: 650 EUR

Stroški prehrane: 180 EUR

Družabni program: 300 EUR

Random (darila, javni prevoz): 400 EUR

Izkušnje & spomini: neprecenljivo :D