



NEWSLETTER

明日の国際保健医療協力 magazine autumn 2014

特集

ラオス

子どもの笑顔から始まる未来

03 NCGM 国際医療協力局 NEW TOPICS

04 **ラオス**
子どもの笑顔から始まる未来

- 05 発展と貧困の狭間で
06 山に暮らす人々の保健医療
08 子どもを感染症から守る

10 ラオスとともに歩んだ22年
日本の国際保健医療協力活動

12 ラオスの子どもたちを元気に！国を元気に！
キッズスマイルプロジェクト

16 母子保健サービスのパッケージ大作戦

17 そして^{いま}現在、ラオスにて

18 いつか行ってみたい国 ラオス

19 海の向こうの風景

20 連載マンガ
NCGM ハケン専門家日記 井上きみどり

22 読書の秋 世界を知るオススメ書籍

23 グローバルフェスタ JAPAN 2014
NEWSLETTER 無料配布設置場所 募集中

24 EVENT information



お久しぶりです。

実りの秋ですね。

わたくし、グローバルヘルス案内人、

ハチPが

“ゆる～くて分かりやすい”

をモットーに

世界の健康問題のこと

お伝えしよう♪

NCGM はベトナムのチョーライ病院と協力協定を締結しました

2014年9月、NCGMはベトナム南部ホーチミン市にあるチョーライ病院と協力協定を締結しました。1971年に日本政府の無償資金協力により建設されたチョーライ病院とNCGMは、これまで日本からの医師の派遣やベトナムからの研修員の受け入れなど、多くの医療人材の交流を行ってきました。その信頼関係を基盤に、医療技術や病院管理に関する指導や研修、感染症や生活習慣病に関する共同研究を推進します。ベトナムでの保健医療の向上がより一層期待されています。



(左から) NCGM 春日雅人総長と
チョーライ病院 グエン・チュオン・ソン院長

NCGM 国際医療協力局

NEW TOPICS

ラジオ番組『グローバルヘルス・カフェ』 オンデマンド配信中

コーヒーの香りが漂うカフェを舞台に世界の健康問題についてマスターと常連客が語り合うラジオ番組『グローバルヘルス・カフェ』(ラジオ NIKKEI)。常連客として各回に登場するスペシャルゲストは NCGM 国際医療協力局の専門家たち。途上国の保健医療事情や国際協力の現場について分かりやすくお話します。この秋より毎月1回放送になってマスター&ヨーコがますます身近に。番組公式 HP ではオンデマンドでいつでもお聴きいただけます。第1回からぜひチェックして♪



グローバルヘルス・カフェ

ラジオ NIKKEI 第一

企画：NCGM 国際医療協力局

レギュラー出演：

明石秀親 (医師・NCGM 国際医療協力局の専門家)

香月よう子 (フリーアナウンサー)

次回テーマは国際機関の仕事。お楽しみに！

www.ncgm.go.jp/kyokuhp



ラオス 子どもの笑顔から始まる未来

インドシナ半島のほぼ中央に位置するラオス人民民主共和国。東をベトナム、西をタイ、南をカンボジア、北をミャンマーと中国に接するこの内陸国を貫くように流れる大河メコンのほとり、人々は穏やかにゆったりと暮らしています。山が連なる緑豊かな風景の中に点々と佇む木造の家屋と畑仕事をする村人たちの様子は、日本の田舎の景色にも似ていて、ラオスを訪れた日本人の多くはどこか懐かしさと親しみを覚えるそうです。

そんなラオスで20年以上も前から日本人の医師や看護師たちが国際保健医療協力活動を行っています。子どもたちが健康に育つようにと始まった支援の歩みから、日本とラオスの信頼の絆が見えてきます。



ラオス人民民主共和国

5カ国に面している東南アジア唯一の内陸国。

首都：ビエンチャン、国土：24万km²、人口：651万人、

言語：ラオス語、宗教：仏教

ラオス人民民主共和国は、インドシナ半島の北部にあり、国土を貫いて流れるメコン川とたくさんの山や森に囲まれた自然の豊かな国。タイ、カンボジア、ベトナム、中国、ミャンマーの5つの国と国境を接し、人口の約半数を占めるラオ族をはじめ、49もの民族が暮らす多民族国家です。国民の65%は山岳部に住み、農業を営んで自給自足で生活しています。

国連から後発開発途上国に指定されているラオスは、現在、2020年までに脱却することを目指して経済成長を推し進めています。そのため近年は、鉱山や水力発電などの資源開発、外国人向けの観光産業などが牽引して目覚ましい経済発展を遂げています。

その一方で、都市部と地方にある多くの村との生活環境の違いは大きく、経済成長の恩恵はなかなか地方の貧困者層の削減に結びついていません。



後発開発途上国というのは国連が定めた国の社会的・経済的な分類。国民1人当たりの総所得が低く、人的資源（栄養、健康、教育など）に乏しく、経済的な力が弱いというような基準で見た貧しい国のことだよ。



1. 正月の風物詩の精霊「ブーニュー&ニャーニュー」
2. 村の雑貨店
3. ソウを見送る子どもたち
4. ラオス最大の仏塔タートルアン
5. 市場に並ぶカラフルなフルーツ



山に暮らす人々の保健医療

保健医療の分野は、ラオス政府が2020年までに国全体での大幅な改善を目指して、さまざまな対策を盛り込んだ「保健セクター改革戦略2020」に取り組んでいます。人々の病気を予防し、健康意識を高めること、治療とリハビリのサービスを充実させること、患者さんが安心できる環境を整えること、医療人材を育てること、医学的な研究を進めること、国全体の保健医療の仕組みをきちんと管理できるようにすることなど、課題はたくさんあります。より良い医療の提供は、薬やワクチン、医療の専門性を持った人材、清潔な施設、そしてそれらをきちんと公平に地域に行き渡らせるための仕組みと資金、それを考えて決定する行政の能力など、たくさんの要素が組み合わさって成り立っているのです。



1. 山道沿いに並ぶ民家
2. 村の人々は山道を歩いて移動する
3. 国土の7割に山と森が広がっている
4. ヘルスセンター

この20年にマラリアの感染率が下がるなど、保健医療の状況は少しずつ改善してきたものの、都市部と地方との格差は大きく、特にお母さんと赤ちゃんのための保健医療の改善は最も重要な課題となっています。

人が健康に育つために生後数年のうちに受けるさまざまな種類の予防接種の重要性は、日本では知られていますが、ラオスでは認識が低く、予防接種率も8割未満です。妊婦健診や出産の介助を医療施設で受ける人も少なく、衛生や栄養の状態もあまり良くないため、妊娠・出産で命を落とす女性や、生後5歳未満で亡くなる子どもも少なくありません。ラオスの妊産婦死亡率は357（出生10万対）、乳児死亡率は68（出生1,000対）、5歳未満児死亡率は73（出生1,000対）で、経済発展の著しい近隣諸国と比較してかなり劣悪な状況だといえます。

その背景には文化的な要因もあります。地方では、女性が家の外や森の中で1人で出産するという風習が残る村も少なくありません。少数民族が多いので医療スタッフと言葉が通じず、安心して医療を受けられないという問題もあります。また、山奥で生活する人たちにとっては医療施設まで通うのも苦勞を伴います。最寄りのヘルスセンターまで道や橋がなく、何時間もかかる道のりを歩かなくてはたどり着けないからです。実際、母体死亡率が高い地域は、そのような道のない地域に集中しているというデータもあります。

こうした状況の中、ラオス政府は、2020年までに5歳未満児の死亡率を73から45にまで減少させ、国民の健康水準を全体的に引き上げることを目標に、様々な施策に取り組んでいます。日本もODA（政府開発援助）やNGOによる国際協力の活動を通じてラオスの取り組みを支援しています。



お産小屋

日本はラオスの保健医療の改善に世界で最も協力してきた国です。日本のODAによる援助として、NCGM国際医療協力局は、1989年から現在まで継続的に医師や助産師、看護師など、国際保健医療協力の専門家を派遣して活動しています。20年以上におよぶ支援は、感染症から子どもの命を守る取り組みに始まり、妊娠・出産をする女性の健康を守る活動、そして国全体の保健医療の仕組みをつくる活動へと広がっていきました。

本格的な支援の始まりは1992年から6年間かけてWHO（世界保健機関）と協働で行ったポリオ根絶のためのプロジェクトでした。ポリオは一部の人が予防接種を受けても蔓延を防げるものではなく、国中の子どもが受けなければなりません。しかし、病院や医療人材が慢性的に不足している途上国では、簡単には国中の人に予防接種を受けてもらうことができないのです。ラオスでは、その対策として「全国一斉予防接種キャンペーン」を実施して、国や地域の主導でお祭りのように全国一斉にポリオワクチンの接種を展開しました。ワクチンを運ぶ際にその効果を保つために必要となる「コールドチェーン設備」（一定の冷たい温度を維持する設備）を山奥の村にまで整備し、また、予防接種を提供する医療スタッフに研修を実施して知識レベルの向上を図りました。その結果、1996年の感染者を最後に、2000年にWHOによってラオス国内におけるポリオの根絶が宣言されました。

ポリオ根絶の達成後は、子ども達を麻疹や破傷風などの感染症から守るためのプロジェクトが始動しました。子どもたちの健康を守るために予防できる感染症はポリオ以外にもたくさんあります。その予防接種をラオスの人々に普及させることが新しい課題でした。ラオス国内



ポリオ予防接種



コールドチェーン設備



メコン川の夕暮れ

の接種率の実態を調査し、ワクチンを提供できるヘルスセンターなどの拠点と医療スタッフを確保し、ワクチンの効果を損なわずに供給できる在庫の管理と物流を整備する必要がありました。ラオス政府の主導で地方の村の人までワクチンが届くように徐々に改善され、各地域のヘルスセンターの半径 3km に住む人たちに確実に予防接種を受けてもらえるように働きかけたことによって全土の予防接種率の底上げを実現しました。同時に、お母さんたちに医療機関を利用することの大切さを伝えたり、感染症と予防接種の正しい知識を教育したりといった「健康教育活動」も行いました。3年の時を経て、未達成のエリアを残しつつも、実施済みの村が全国の16%から55%へと広がりました。

そして予防接種の普及のための取り組みは、ラオスの子どもたちがもっと健康に育つようにという両国の関係者の願いに拍車をかけて小児保健そのものの改善へと変化していきました。

日本の国際保健医療協力活動

1992年から本格的に開始されたラオスでの日本の国際保健医療協力プロジェクト活動。予防できる病気で失われる幼い命を守るための予防接種の普及活動からスタートし、国全体の健康水準の向上を目指した取り組みへと広がって行きました。ラオスと日本の信頼の絆は変わることなく、現在も複数のプロジェクトを進行しながら、その道のりは続いています。

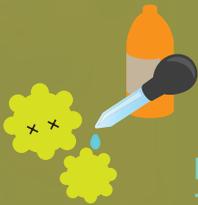


一歩ずつ進んで来た
道なんだね



小児感染症予防 プロジェクト

麻疹や破傷風など、子どものうちに受ける必要がある予防接種をきちんと受けられるようにするプロジェクト。お母さんに予防接種の重要性を伝える「健康教育活動」にも力をいれました。



日本・WHO 公衆衛生 プロジェクト

ポリオ根絶を目指して5歳未満の子どもたちに予防接種を全国一斉に展開しました。ワクチン効果を維持するための設備を整え、医療スタッフのトレーニングも行いました。

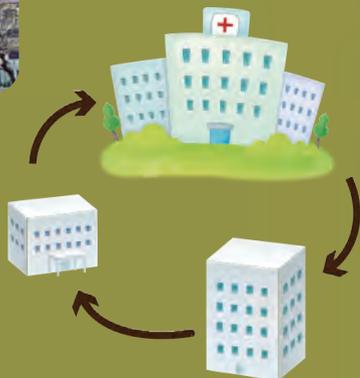


母子保健統合サービス強化プロジェクト

保健セクター事業調整能力強化フェーズ2

母子保健人材開発プロジェクト

看護師や助産師などの保健人材の技能向上を目指して、教育の質の改善と管理能力の強化に取り組んでいます。



子どものための保健サービス強化プロジェクト (キッズスマイルプロジェクト)

医療を受けられずに亡くなる子どもの命を守るため、小児保健医療全般の改善を目指したプロジェクト。医療機関の受診率アップを図るために、行きたくなくなる病院づくりや、イベントやキャンペーンによる啓発活動、課題を発見して解決する仕組みづくりなど、総合的な立て直しに取り組みました。



母子保健サービス統合パッケージ戦略

子どもだけでなくお母さんの健康も一緒に良くして行こうという活動。1回の母子保健サービスの受診機会を活用して複数のサービスを提供できるようにしました。



効率的・効果的に保健状況を改善できるようにラオス保健省のマネジメント能力の向上に取り組んでいます。

保健セクター事業調整能力強化の技術協力

ラオス政府の保健医療を統括する部門の連携強化を目指す技術協力。縦割りで動いていた各部門を調整し、保健医療サービスを人々に提供するために必要な施策と一緒に考えられるように支援しました。

ラオスの子どもたちを笑顔に！国を元気に！

キッズスマイル プロジェクト



2002年、ラオスの小児保健が抱える問題は、薬や機材の不足に始まり、医療施設や交通手段などインフラの未整備、人材と予算の不足、医療人材の知識や技術、責任感の欠如、人材育成のための研修教育の不足、医療施設をつなぐ情報ネットワークの不足など、山積みの状態でした。当時、病院を受診する5歳未満の子どもの数は、1施設あたり1日2.2人ととても少なく、病気にかかりやすい小さな子どものほとんどが病院にかかっていませんでした。

NCGM 国際医療協力局の専門家は、ラオスの行政が継続して子どものための医療サービスを改善していけるような仕組みそのものが構築されなくてはならないと考え、これまでのような特定の病気や病院への支援ではなく、医療に関わるすべての関係者を対象にしたプロジェクトが始まりました。ラオスがすでに持っている人材や機材などのリソースを極力活用して、ラオス人が自分たちの力で長く続けられる仕組みを一緒に考え出すというプロジェクトです。子どもたちを健康にして笑顔にする、そして国全体ももっと元気に幸せになろうということから「キッズスマイルプロジェクト」と名付けられました。



プロジェクトは、子どもの受診率を向上させるために1. ネットワークづくり、2. 人材育成、3. 情報・教育・コミュニケーション活動、4. 小児保健医療の4つを活動の柱としました。そしてその上で5つ目の柱として課題を解決しながら運営する活動サイクルに結びつけるというプランで進められました。さらに、病院のサービスの質を高めるために「病院が最低限行うべき10項目」を決定して各病院に展開しました。

1つ目の柱

ネットワークづくり

行政と各地域の医療機関で縦・横のつながりを強化し、円滑な情報伝達を可能にする必要がありました。そこで、行政、病院、保健センターが無線で連絡し合ったり、巡回指導によって情報収集したり、会議の定期開催によって情報交換したりする、双方向のネットワークを充実させました。

子どもたちを
笑顔にする
保健医療サービスを
作り出す



無線で診療状況を交信



巡回指導

2つ目の柱

保健医療の人材を育てる

医療の専門知識を持った人材を育てるために資格制度の整備と並行して、技術向上のために継続的に学べる仕組みを作らなくてはいけません。そこで、医療人材を登録して必要な研修を継続的に受けられるようにする人材育成のための情報システムを構築しました。



1. 比較的大きな病院でも医師や看護師が常駐せず、薬や機材が不足している
2. 廊下にまでベッドが並ぶ県の病院
3. 地方のヘルスセンター
4. ヘルスセンターの病室

3つ目の 柱

情報・教育・ コミュニケーション活動

衛生や健康に関心を持つこと、予防できる病気があること、健康管理のために病院を利用することなど、日本では普通に浸透している考え方や知識もラオスでは情報を積極的に発信して知ってもらう努力が必要でした。そこで、プロジェクトでは国民に保健医療の情報を流す保健情報教育センターにアドバイスを رفتたり、小児保健医療サービスを受けることの大切さを伝えるための効果的なキャンペーンやイベントを実施したりしました。



「病院へ行こう！」キャンペーンのイベントはヒーローキャラクターなど子どもたちの興味をひく工夫を盛り込んで



子どものための体重計

4つ目の 柱

小児保健医療

子どもたちの受診率を上げる一方で、本来の小児保健医療の技術や病院のサービスを改善することは最も重要です。小児科だけでなく、病院内の受付や案内、スタッフの対応、薬剤師の業務、予防接種担当部署の業務など、総合的に質の高い医療を提供できるようにするには、縦割りで局所的な取り組みよりも組織全体で取り組む体制が必要になります。

また、なぜ受診率が低いのかを調査してみると、病院が遠すぎる、はるばる行っても医療スタッフが不在な場合が多い、対応が冷たい、カルテが保管されていないなど、利用者を遠ざけている理由が見えてきました。そこで、病院が最低限のサービスとしてすべての患者さんに約束する10項目を決定しました。その10項目を指標に、行政と各病院が連携して計画的に業務改善を達成できるようにしました。

課題を見つけ改善できる 活動サイクル

保健医療を国中に広げるには、改善による成果を分析して新しい課題を見出し、またそれを改善する方法を考えるという活動サイクルをつくり、継続しなくてはなりません。そのために「病院が最低限行うべき10項目」を軸に、活動の計画を立て、担当者を明確にし、進捗を管理する一覧表を作成するようにしました。また、実施した事柄をきちんと記録に残し、毎月、病院の関係者がみんなで状況を共有し、効果をチェックするようにしました。実施できなかった計画はその原因と対策を考えました。活動中の郡の病院は県の保健局の定期的な巡回指導を受けながら効果を報告し、県は国の保健省に報告し、国は保健政策に反映させていくというサイクルができていきました。



行きたくなる病院であるために 病院が最低限行うべき10項目

1. 24時間いつでも患者さんを受け入れる
2. すべての患者さんを温かく迎え入れる
3. すべての必須の医薬品を常備している
4. 子どもの主要4疾患（マラリア・下痢・肺炎・低栄養）を診断できる
5. マラリアの血液検査ができる
6. 患者さんを病院間で紹介・搬送できる連携システムを持つ
7. すべての患者さんの記録をつける
8. 子どもに定期的予防接種を実施し、コールドチェーン（ワクチンの最適保存）を適切に管理する
9. すべての子どもに健康診断を実施し、成長を観察・記録する
10. 上記1～9の活動を観察・記録して評価する



プロジェクトの始動から5年が経つと、5つの柱を中心に成果が認められるようになりました。病院全体が改善され、子どもの受診率や予防接種率も大きく増加し、利用する保護者の満足度も高まりました。そして何よりも表面的な病院サービスの改善だけでなく、活動を管理する能力、組織の中の横の連携など、スタッフの働き方の改善にもつながったことは大きな成果でした。それは、プロジェクトが終了した後も健康な子どもが増え、笑顔がずっと続くための大事な基盤を整備したといえます。

この成果を足掛かりに、「病院が最低限行うべき10項目」は保健省により全国に普及されました。

子どもお母さんも
一緒に健康になるチャンス！

母子保健サービスのパッケージ

大作戦

ラオス国内で子どもたちの受診率を高める取り組みが進む中、2006年から4年間にわたり、日本から派遣された国際保健医療協力者の専門家はラオスの保健医療を統括する部門の連携強化を目指した支援を実施しました。各部門の連携が強化されると、それまで縦割りで動いていた担当者たちが、どうしたら効率的により多くの保健医療サービスを人々に提供できるのかということと一緒に考えていくことができるようになりました。その流れから2009年に始まったのが「母子保健サービスの統合提供戦略」です。小さな村に住む人たちの少ない受診の機会を最大限に活用して、子どもからお母さんまで複数の医療サービスを同時に提供してしまおうというパッケージ大作戦でした。

例えば、妊婦健診でヘルスセンターにやって来たお母さんについてきた子どもの栄養状態を調べて、必要な食事の指導を行ったり、ピーナッツペーストなどの補給食を提供したりします。また、子どもを予防接種に連れてきたお母さんに妊娠を調整する家族計画のカウンセリングを行ったり、体調をヒアリングして鉄剤やビタミンAなどのサプリメントを提供したりしました。より多くの人に医療を提供できるように、健康意識の向上と病院の利用を促進するキャンペーンやイベントを展開したり、遠くの村まで医療スタッフが出向いていく定期的な巡回診療を実施したりしました。



ラオスには基礎住民データがないため、対象者と必要なサービスを把握することがとても難しい状況でした。ラオスの子どもには幼少期に何度か改名する風習があり、成長に応じた保健医療サービスを記録しておきにくいことも課題となっていました。日本では妊娠時から出産後まで母子手帳が健康管理に利用されていますが、ラオスでは紛失が多く、その重要性がなかなか定着しませんでした。医療サービスのパッケージ大作戦は、医療施設との接触機会を利用して人々の医療記録を管理する上でも有効な機会になりました。

そして保健医療の部門間や援助機関との連携は、県や郡の実情に合った保健医療の仕組みを検討したり、実務にあたる医療スタッフの負担を軽減したり、総合的な改善を図ったりする上でも大きな進歩につながりました。保健医療に関わる部門とその関係者の運営管理能力を全体的に高めて行くことで医療サービス提供が円滑になっていきました。



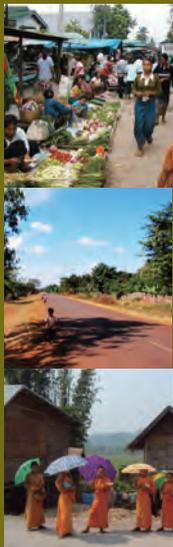
そして^{いま}現在、ラオスにて

ラオスで20年以上にわたり続いてきた日本の国際保健医療協力活動。支援のかたちは少しずつ変化し、広がりながら、着実に成果を出してきました。そして今もさらなる改善に向けてラオスの人たちとともに複数のプロジェクトを進行しています。

2010年からは、子どもとお母さんの健康を守るためのパッケージ作戦をさらに強化するプロジェクトが始動し、2015年5月までにさらなる受診率アップと、その結果として、妊娠・出産をする女性、赤ちゃん、幼い子どもたちの死亡率を下げることを目指して活動が続いています。そのために県や郡の保健医療の関係者が協力しながら活動サイクル（計画・実施・成果分析など）を運営しています。2012年からは看護師や助産師の技能を高める研修や育成システムの開発を通じて、質の高い医療人材を継続的に養成する体制づくりにも力を入れています。

また、並行して、引き続き日本から派遣された専門家の支援のもと、ラオス保健省はマネジメント能力の向上にも取り組んでいます。必要とする人にきちんと医療サービスが行き渡り、効果的かつ効率的に保健状況が改善できるよう、各部門や援助機関との調整や連携を図っています。

世界は今、社会的格差なく誰もが医療サービスを受けられる状態「ユニバーサル・ヘルス・カバレッジ」の実現を目指しています。ラオスで続いてきた日本の支援も、今後はユニバーサル・ヘルス・カバレッジの考え方に沿って、貧困層を含むすべての人々が基本的なサービスを受けられるように財政面の強化や医療保障制度の構築などへとさらに広がりを見せていくことでしょう。



ラオスに残るフランスの味わい

フランス領だった歴史を持つラオスでは、フランスの食文化も見かけます。バゲットに豚肉パテとパクチーをはさんでラオス流にアレンジしたサンドイッチもあるとか。



ガレット・ド・ロワ

日本でも最近パン屋さんに並ぶようになってきたガレット・ド・ロワは、フランスでは1月の季節菓子。アーモンドペーストを包んだパイの中にはフェブ（小さな人形）が入っていて、フェブ入りを食べた人は幸運に恵まれるとして王冠をかぶります。



トゥクトゥクが走る街



トゥクトゥク

街を駆け巡る三輪バイク「トゥクトゥク」は便利な交通手段。料金メーターはないので運転手さんと直接値段交渉をします。経済発展の著しい今、トゥクトゥクに代わってタクシーもかなり増えてきているそうです。

いつか行ってみたい国

ラオス

クロワッサン

朝食にはバターの香りが漂うサクサクのクロワッサンとヨーグルト。パリのカフェみたい？
いいえ、ここはラオスです。



チャンパー

ラオスの国花チャンパー。2～7月に可憐な花を咲かせます。素敵な香りはアロマオイルの原料にも使われています。

クレープ

軽めの食事におススメのハム＆チーズのクレープ。添えた卵をとろ〜りからめて。



高床式の家

ラオスの村では、メコン川の氾濫による洪水対策のため高床式の家が多く見られます。こんな風に床の下は家族やご近所さんとの憩いの場にもなっています。



ラオスコーヒー

コンデンスミルクの上に濃いコーヒーを注ぐのがラオス流。暑い気候の中、あま〜いコーヒーが元気をくれます。

仕事で訪れたカロモは、南部の小さい田舎町である。植民地時代、ここに北ローデシアの行政の中心が置かれたことがあると聞けば皆が驚くくらい、今はとりたてて何もない街である。

.....

学生や仕事帰りの人たちがいっせいに北へ向かって歩いていく。その方向に集落があるようだ。私の目の前を一人の男性がゆったりと進んでいる。左肩には重そうなとうもろこしの粉の袋を担いで、右手には野菜でいっぱいの袋を携えていた。農作業の帰りなのか。粗末な身なりと使い古した長靴が、かなり泥で汚れている。家族のもとへ明日からの糧を持って帰る男は、彼の帰りを待ちわびる家族から歓迎を受けるにちがいない。その背中はこちらをなしか誇らしげに見えた。



ザンビア共和国
カロモ

宮本英樹

医師・NCGM国際医療協力局の専門家
13年10月よりザンビアのHIV/エイズの
患者の治療のためのプロジェクトに従事。

その先には集落があった。庭や通りで女性たちが楽しげに立ち話をしている。よく見ると、日が傾いているというのに洗濯物は干しっぱなしである。そんなことなど気にもせず話に興じているのは、帰宅が遅いか、稼ぎが悪い旦那方の悪口なのかもしれない。

集落のなかに、青い山が築かれている所があった。なにやらにぎやかなその場所はどぶろく酒場だった。青い山は散在した安いどぶろくが入ったパック。まさに赤ちょうちんならぬ青ちょうちんである。一日を終えて、ささやかな楽しみに盛り上がりながら騒いでいる男たちは、だらしないというよりはむしろ微笑ましくて共感が持てる。その姿をのぞきつつ、集落を越えて進んで行った。



あれだ!!!

ナラシジゴで
前々定まっていた

バツバツ

その時
目に入ったのが
庭に生えていた
ヤシの木



懸垂したい…

それでも
足りなくなり

でも
ラオスに
ぶら下がり
健康器なんて
ないし…

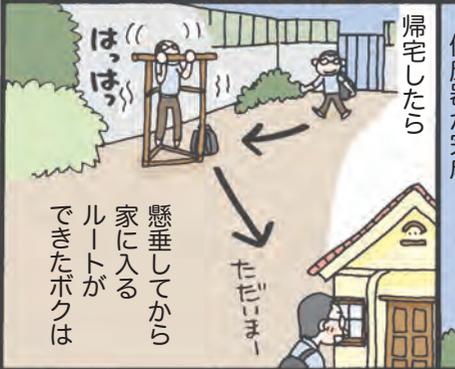


上腕屈筋を
鍛えるために
イスの持ち上げ
20回3セット!

ラオスの木のイスは
どしどしこまこま

ナラシジゴ
のせいで壊れてこゝろ。

それだけでは
足りなくなり



はっはっ

帰宅したら

天然素材の
ぶら下がり
健康器が完成

懸垂してから
家に入る
ルートが
できたボクは

ただいまー



こういうの
作りたいん
だけど!

現地の
ラオス人に
手伝ってもらい

設計図

設計



現在の課題は
美白です

ちゃんと
してるよ

遊み歩いこ
日に焼けて
わけいすいすい
ぬりぬり
ぬりぬり



仕事も
体力も
バツチリの
ボク

先生
スリム
ぞすわー

日に焼けて
真っ黒ですな!
仕事してるん
ですか?

体力
ありますねー



プロジェクトの
仕事も
バリバリ
こなしています

健康になった
おかげで
生活に
メリハリができて

母子保健プロジェクトの
会議

ありすねー

ハケン 専門家日記

by #上きみどり

NCGM

医療が
整っていない
途上国で
病气やケガを
したり大変な
んです



派遣専門家は
健康と
体力が
大切です！

野田信一郎
医師

ラオスに
3年間赴任
(現在2年目)

尿酸値も
コレステロールも
めっちゃ高…

一年に一回の
健康診断

何が
おかしい

ポニツ

すっかり
メタボ体型に
なっちゃった
ボク

肉
肉
肉
肉
肉

高脂肪
高カロリー
の
食事のせいで

ラオスの前に
派遣された
中米
ホンジュラスでは

「腰痛には
背筋や
腹筋も
鍛えられる
腕立て伏せが
効果あり」

プロテスターの
コメント

しかし
持病の
腰痛が
悪化

グキッ

少し
やせてきた…!!

おあーっ

ラオス赴任後
自転車通勤を
始めると

フー
フー
フー

現在は
毎日400回の
腕立て伏せを
しています

毎日続けて
いるうちに
だんだん
回数が
のびてきて

おっ
フー
フー
フー

10回で
リタイヤ

さっそく
やり始めたものの
始めは

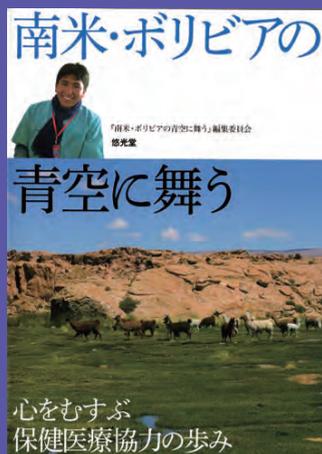
おりゃ

読書の秋
世界を知る
オススメ書籍

NCGM に国際医療協力局が発足し（当時名称：国際医療協力部）、最初に行われた技術協力プロジェクトの地でもある南米ボリビア。2014 年はそのボリビアと日本との外交関係が樹立され 100 周年を迎える節目でもあります。その記念事業としてボリビアでの保健医療協力の歩みを 1 冊にまとめた『南米・ボリビアの青空に舞う』が出版されました。

日本から 17,000km 離れたボリビアは、南アメリカ大陸のほぼ中央部に位置し、国土の 3 分の 1 近くをアンデス山脈が占める国。現在では広大な塩の大地“ウユニ塩湖”やペルーとの国境にまたがる“ティティカカ湖”などが観光名所として知られるようになりましたが、歴史を遡ると日本と深い関わりがある国でもあります。かつて、ペルーへ渡った日本人移民がゴムの採取のためにボリビアへ入植したのが始まりで、その後多くの日本人がボリビア各地へ渡り居住の地を構えました。首都サンタクルスの近郊には、オキナワ（沖縄）とサンファン（九州）といった日本人移住区が現在もあります。

本書は、ボリビアにおける保健医療分野の技術協力プロジェクトの立ち上げから、中断の危機、住民参加活動へと裾野を広げた現在までの歩みを、国際医療協力局に在籍する医師を含め両国の 50 名近い関係者の言葉でまとめ上げたものです。国際保健医療協力に携わる方から南米・ボリビアに魅力を感じるファンの方にも読んでいただきたい一冊です。



【南米・ボリビアの青空に舞う】

発行：株式会社 悠光堂

編集：『南米・ボリビアの青空に舞う』編集委員会

仕様：A5 判、並製、240 頁

定価：2,000 円＋税

グローバル
フェスタ JAPAN
2014



NCGM 国際医療協力局は、10月4～5日に東京日比谷公園にて開催された国内最大級の国際協力イベント「グローバルフェスタ JAPAN 2014」に出展しました。学校をモチーフにしたテントで、途上国の保健医療について楽しく学べるミニレクチャーを実施したり、色々な国のお菓子を配ったり、新しい企画を詰め込んだ2日間。座談会や劇、実験ワークショップなど工夫を凝らしたミニレクチャーはとても好評でした。台風で早めの閉会となりましたが、今年もたくさんの来場者とともに盛り上がりました。

NEWSLETTER
無料配布設置
場所募集中

NCGM 国際医療協力局の広報誌『NEWSLETTER』は、年4回（5月、8月、11月、2月）発行しています。最新号は NCGM センター病院外来棟、都営地下鉄大江戸線若松河田駅、全国の医学系 / 国際系の大学、看護学校、その他の中学校、高校などで無料配布しています。新たに無料配布の拠点としてご協力いただける施設・学校・ショップを募集中です。ご興味のある方は NCGM 国際医療協力局までお気軽にお問い合わせください。

TEL: 03-3202-7181 (代) Mail: info@it.ncgm.go.jp

EVENT INFORMATION

「国際保健」「国際協力」って何だろう？

国際保健基礎講座 2014

1回だけの
参加もOK!

参加
無料

現場で活躍する国際協力の専門家と一緒に開発途上国の健康問題を学ぼう
国立国際医療研究センター 国際医療協力研修センター 3F にて開催

第8回 国際保健の現場で働く日本人

1月24日(土) 13:00 ~ 16:00

現地で働く日本人保健人材の活動とは？必要な知識・技術とは？専門家の話を聞きキャリアパスを考えてみよう。

第9回 フィールド調査とデータ

マネジメント - 質的調査を中心に -

2月28日(土) 13:00 ~ 16:00

途上国に暮らす人々に話を聞くには？集めたデータをどのように管理・活用するのか？フィールド調査に必要なインタビューとデータマネジメントの方法を学んでみよう。

NCGM 国際医療協力局
ホームページ「イベント情報」
よりお申し込み受付中！

www.ncgm.go.jp/kyokuhp

事務局

国立国際医療協力センター
国際医療協力局 研修企画課

TEL: 03-6228-0327(内線 2717)

Email: kensyuka@it.ncgm.go.jp

<ご寄附のお願い>

NCGM 国際医療協力局では、保健医療分野の国際協力活動の充実等を目的とする寄附のご協力を皆さまに広くお願いしております。ご寄附のお申し込みは、下記の連絡先より国際医療協力局 寄附担当までご連絡ください。

NEWSLETTER autumn 2014

2014年11月30日発行

国立国際医療研究センター 国際医療協力局

National Center for Global Health and Medicine
Bureau of International Medical Cooperation

〒162-8655 東京都新宿区戸山 1-21-1

tel: (03)3202-7181 fax: (03)3205-7860

info@it.ncgm.go.jp

www.ncgm.go.jp/kyokuhp/

イラスト (ハチP)・漫画 井上きみどり

©2014 National Center for Global Health and Medicine ALL RIGHTS RESERVED.