

メータオ・クリニック支援の会（JAM） 会報メール 第97号

[2017年7月号]

NPO法人メータオ・クリニック支援の会（JAM）支援者の皆様

いつもご支援していただき、誠にありがとうございます。
JAM 会報メール第97号をお送りします。

JAM は2008年3月に発足されたNGOです。ビルマ/ミャンマーからタイへ貧困や戦火を逃れてきた人々の病院、メータオ・クリニックの活動を支援する目的で設立されました。

支援者の皆様へJAMの最新の活動をほぼ毎月中～下旬ごろ会報メールにて発信いたします。
今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

<目次> [ページ]

[スタディツアー募集要項ができました](#)

[メソトマンスリー](#)

[国内から](#)

[編集後記](#)

[次号の予定](#)



スタディツアー募集要項ができました

今年のJAMスタディツアーでは、以下の企画をたてています。

- タイ・ミャンマー国境にある難民診療所メータオ・クリニックへの訪問
- 過去にノーベル平和賞候補に選ばれたメータオ・クリニックの院長シンシア医師との会談
- JAMからメータオ・クリニックへ派遣している現地駐在の日本人看護師との座談会
- 難民キャンプの訪問
- JICA 長期専門家(主に途上国の地域保健や学校保健で活動)経験のある、JAM代表小林(現:琉球大学国際地域保健学 教授)による国際保健の入門ワークショップ

メータオ・クリニックや難民キャンプなど、普段はなかなか訪問することができない企画がたくさんあります。

過去にスタディツアーに参加されている方々は、医療関係者だけではありません。老若男女問わず、ミャンマー/ビルマ難民・移民を取り巻く問題に興味がある方、ぜひお気軽にご参加ください!

- 日時:2017年9月11日(月)から9月16日(土)まで5泊6日(バンコク集合、解散)
全日程にJAMスタッフ(日本人)が同行いたします。ただし自由行動時間を除きます。
万が一の場合に備えて、携帯電話をお持ちください。

日付	時間	内容	備考欄	食事
11日 月	10時 13時 14:30 発 15:10 着 夕方	バンコク、スワンナプーム空港集合 シャトルバスでスワンナプーム空港からドンムアン空港に移動 ドンムアン空港集合、チェックイン ドンムアン空港より飛行機でメソト空港へ移動 メソト空港着 タイ・ミャンマー国境付近散策 ホテル着 ツアー全体のオリエンテーション	バンコクには空港が2ヶ所あるので、どちらかの空港で集合となります。ツアーの申込後に到着便の場所をお知らせください。	朝各自 昼各自 晩 JAM
12日 火	午前 午後	メータオ・クリニック訪問現在診療を行っている病院 シンシア医師との座談会 ワークショップ JAM代表小林潤 ミャンマー移民画家、マウンマウンティン氏訪問		朝各自 昼 JAM 晩 JAM
13日 水	午前 午後	旧メータオ・クリニック訪問 2015年まで使用していた病院 移民学校訪問メータオ・クリニックやJAMが支援している学校 ごみ山見学、ごみ山近くの移民学校訪問		朝各自 昼 JAM 晩 JAM



14日 木		終日自由行動 オプション 午前メソト病院(タイ公立総合病院)見学 午後ミャンマー料理教室 ・その他マーケットの散策、寺院のサウナ等への案内	国境を越えてミャンマーへ行くことも可能です。	朝各自 昼各自 晩各自
15日 金		ミャンマー人難民キャンプ訪問 ※未成年の方はキャンプの規定により訪問できません。	未成年の方は他の見学(タイのヘルスセンター、メータオ・クリニックの病棟内や看護トレーニング等)	朝各自 昼 JAM 晩 JAM
16日 土	午前中 14:30 発 15:30 着 19 時頃	全体の振り返り 昼食 メソト空港発 バンコク、ドンムアン空港着 シャトルバスでスワンナプーム空港へ移動 スワンナプーム空港にて解散	午前中チェックアウト バンコクからの帰国に合わせて、ドンムアン、スワンナプームいずれかの空港で解散となります。	朝各自 昼各自 晩各自

食事について、JAM と記載されているものは、ツアー代金に含まれています。

●参加費:8万円

参加費にはタイ国内の移動費、宿泊費、難民キャンプ訪問費、コーディネート費、現地での食事(詳しくは日程をご覧ください)が含まれます。

日本からバンコクまでの航空運賃、海外保険料金、現地での土産代、飲酒代、その他個人的な支出などは含みません。海外保険への加入はツアー参加の条件となります。

参加者様のご都合でご入金後にキャンセルされた場合は、返金を致しかねますのであらかじめご了承ください。

●対象:JAM 賛助会員

非会員の方は、賛助会員になることが条件となります。賛助会員費として、一般 3,650 円、学生 1,825 円が必要となります。詳しくは JAM のホームページをご覧ください。

●申込締切:2017年7月20日(木)

●申込方法:下記を明記の上、support@japanmaetao.org (担当:神成)宛にメールでお申し込みください。

メールタイトル:「2017年スタディーツアー申込」

本文:1)氏名、2)住所(都道府県のみ)、3)年齢、4)職業、5)その他(ご希望があれば)

申込メールを確認後、担当より正式な申込書類を添付したメールをお送りします。

その書類に記入・捺印のうえ、**郵送にて**返送ください。

その際、難民キャンプに訪問にあたりまして、パスポートのコピーが必要となりますので、ご準備ください。



未成年の方は、難民キャンプの規則により難民キャンプへ訪問いただけません。他のプランをアレンジいたしますので、詳しくはお問合せください。

留意点

1 入国について

タイ入国後30日(29泊30日)以内の観光目的の滞在の場合(往復の航空券または他国へ出国する航空券等を所持していることが条件)、日本国籍であればVISAなしで入国することができます。国際規定により、パスポートの残存期間が6か月以上と定められています。

2 海外保険について

海外保険の加入はツアー参加の条件となっておりますので、渡航前に必ず各自でご加入ください。保険の申込先や内容は問いません。参加者の安全についてはJAM同行スタッフが最善の注意を払いますが、ツアー期間中に発生した事故、盗難、病気に関しましてはその補償はすべて参加者が加入する保険でカバーしていただきます。夜間の外出は危険ですので、極力控えるようにしてください。

3 予防接種について

入国にあたって特に必須なものはありませんが、感染のリスクはありますので、A型肝炎、狂犬病、破傷風などにつきましては、各個人の判断での接種をお願いいたします。

4 蚊について

現地はマラリアの流行地ではありませんので、予防内服は必要ありません。しかし、デング熱は特に雨季に多発しておりますので、長袖の衣類の使用等、虫よけには十分ご注意ください。

5 スケジュールについて

スケジュールの内容は2017年6月現在のものです。現地交通状況、視察施設の諸事情などにより予告なく内容及び、訪問順序が変わることがありますので、あらかじめご了承ください。

6 参加費について

参加費の一部は、JAMの活動資金に使わせていただきます。

7 学生または未成年の方へ

保護者同意書の提出が必要となります。別紙「保護者同意書」に必要事項を記入し、必ずご提出ください。提出できない場合は、ツアーへの参加ができませんのでご注意ください。

8 持病のある方、治療中の方、その他体調に問題のある方へ

申込の前に必ずかかりつけ医にご相談ください。また、現在内服または自己注射等で治療中の方は、申込書にその旨をご記入ください。状況により、医師の診断書をご提出の上ご参加いただく場合や、やむを得ずツアーへの参加をお断りさせていただく場合があります。

現地では日本と同等の医療を受けることが困難であり、思わぬ緊急事態のよって帰国が延期された場合など、病状の悪化や治療中断の恐れがあることをご理解ください。ご熟慮の上、申し込いただきますようお願いいたします。

以前に開催したスタディツアーの内容がJAMのホームページに掲載されています。ぜひご覧ください。また、その他不明な点がございましたら、お気軽にメールにてお問合せください。

みなさまのご応募お待ちしております。



メソトマンスリー

【メソト＝神谷 友子】



最近のメソット

皆様 こんにちは。メソトでは雨季が続いていて、毎日雨が降ったり止んだりしています。

メータオ・クリニックでは、7月より2期看護研修が始まりました。

外来勤務していた若いスタッフを中心に、病棟や産科スタッフの合計26名が参加しています。メソト周辺の難民キャンプで看護指導をしていた経験のあるタイ人看護師が中心となって、クリニックでの看護スタッフ養成のため、どんな内容で指導していくかを一緒に検討しています。私も看護師として、この研修でいくつかのトピックについて講義をする予定になっています。

先日は「手洗い」のデモンストレーションを実施しました。以前JAMで寄付した手洗いチェッカーを使用して、手洗いしてもどれくらい洗い残しがあるのか？水洗いだけの場合と石鹸を使った場合の違いは？ということを実際に目で見て確認してもらいました。研修の様子を観察に来ていたマネージャーのスタッフも興味深そうにされていて、これはいくらで買えるの？と私に尋ねてきました。去年の看護研修に参加したスタッフが通訳をしてくれていて、通訳として今年の研修に参加することで、より看護知識を深めてもらって、将来的にはこのスタッフが中心となって現地スタッフが講師として指導できるようになればと思います。

今日の講義では、去年のタイの病院での実習の経験を話していました。メータオ・クリニックでは、お金がないからタイの病院のようにたくさんの医療設備や備品がないので全く同じようにはできない、自分たちでどのようにできるか考えてやっていかなければならない、と。去年の看護研修に参加したスタッフが後輩の指導をできるようにサポートしていきたいと思っています。

また、病棟では、JAMから寄付した物品を中心に病棟の備品の在庫数や患者さんへの貸し出し状況のチェックができるようにと備品管理ノートを作成することになり、準備を進めています。日本の病院でも、毎月病棟会を開催していましたが、そのような感じで全病棟の看護スタッフ全員を集めて月に1回の会議を行い、問題点をシェアしたり話し合っています。今は、私が次の会議はいつにしようか？議題は何？議事録は誰が書く？など働きかけないと自発的には会議が開催されない状況ですが、将来的にはこの看護スタッフ会議も看護スタッフだけでも運営できるようになってもらえたらと思っています。





第2期看護研修、手洗いについての講義。写真左のスタッフ、昨年の看護研修に参加したアボンさんが、英語→カレン語の通訳をしてくれています。



手洗いチェッカーについての説明。汚れている(蛍光塗料のローションを塗り込んだ場所)部分が青白く光っています。みんな興味津々で覗き込んでいます。



手洗いしよう！爪の周囲の部分もしっかり洗ってね。



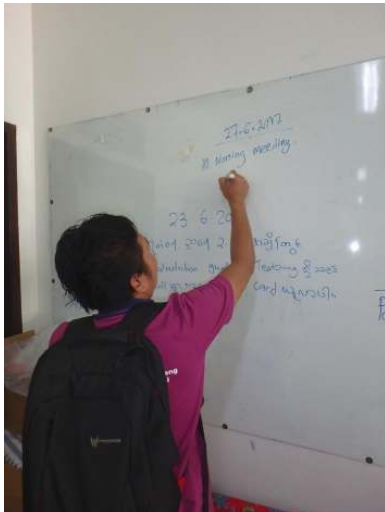
手洗いちゃんとできているかな？チェッカーで確認します。奥で写真を撮っているのはマネージャーのサベルさん。講義で補足説明が必要な時にサポートしてくれています。



先生、爪の周りにまだ洗い残しがあるみたい。ちゃんと洗ったつもりでも、どの部分が洗いにくいか、目に見えます。もう一回よく洗ってみてね。きれいになるまでみんな繰り返しチェックしています。



6月の看護スタッフ会議の様子。ミャンマー人看護師が、最近の病棟での問題点を指摘しています。



看護会議の準備。病棟のスタッフに会議開催を周知するために、自主的にホワイトボードに日時を書いてくれました。前は出席人数が少なかったのですが、ちゃんとみんなが参加してくれますように・・・。

国内から

【東京＝菊池】

JAM 会員皆様、お久しぶりです。日本事務局、菊池と申します。2012年の夏から正会員として JAM の活動に参加させて頂き、早いものでもう 5 年が経つようです。

現在は、中学生頃からの夢であった国際協力の道に一步踏み出し、ボランティアとしてカンボジアに来ています。2 年間の任期で、ちょうど 2 年目に入ったところです。

カンボジアと言うと、皆さんは何を思い浮かべるでしょうか？

私が出国前に言われたので多かったのは、「アンコールワット！」。世界遺産ですし、やはり有名ですよね。あとは、「内戦」や「地雷」を思い浮かべる方もいらっしゃるかと思います。

そこで、今回はカンボジアをもう少し知っていただくべく、私が今住んでいる州の紹介を中心に届けたいと思います！おそらく、誰かが住んでいたたり行ったことがない限り、なかなか日本に居て知ることのない場所だと思いますので。

現在、私が滞在しているのは、首都プノンペンから南に約 80 km、車で約 2 時間の所にある、ベトナム国境と接するタケオ (Takeo) という名前の州の州都です。「タケオ」という名前、日本人に馴染みのある名前のようにもありますし、PKO 活動として日本の自衛隊が駐屯地を置いていた場所でもあるので、そちらの印象で記憶されている方もいらっしゃるかもしれません。

それではまず、友人・知人からよく質問される、「どうやって行けばいいの？」にお答えします！

どうやってタケオまで来てもらうか？
これが一番厄介だったりします。



と言うのも、自家用車等自力での移動手段を持たない限り、カンボジアにいると長距離移動のメインは、バス(大型のものからバンみたいなまで含む)なのですが、タケオにはその重要な公共交通機関であるバスが走っていない!

週末にかけてだけ、プノンペン-シアヌークビル間を数便運航している鉄道があるのですが、州都からその駅まで離れている上に、乗車時間も長い。

さあ、ではどうやって移動するのか・・・正解は「**乗り合いタクシー**」です。町で一番大きな市場に乗り場があり、そこまで行ってお客さんが集まって出発するのを待つか、タクシーのドライバーさんに電話予約して、自宅近くまで来てもらうか。予約しても、他の乗客が集まらなると迎えに来てくれないので、結局どこで待つかの違いなのですけどね。なので、予約時間もあつてないようなもの。前後30分はズレることを覚悟して、毎回準備をします。でも、1度だけ予約をスルーされてしまい、そんなときに限ってプノンペンで大切な約束があったので、本気で焦りました。プノンペンからタケオに来る際も、**ザー・ダムコー**(プサーはクメール語で市場を意味します)から、乗り合いタクシーに乗るか、ドライバーさんに予約するかの2択。タケオから乗る以上に、プサー・ダムコーでの客引きは激しいので、私は怖くて1人で乗る際は、ドライバーさんに予約して乗る以外したことはありません。もちろん、知り合いのカンボジア人といれば、ちゃんと交渉もしてくれるし、変な車には乗らないので大丈夫なのですが、やはり自分1人だと私の拙いクメール語(=カンボジア語)が通じるのか怪しいですし、変なところで降ろされても・連れていかれても困るし・・・と不安が募るので。でも、私が出会ったドライバーさんたちは、基本的には穏やかで、私の変な発音のクメール語も何とか聞き取ってくれようとする人ばかりですけどね。ドライバーさんに限らず、カンボジア人も優しくて穏やかな人多いです。何はともあれ、移動手段難しいので、本気でタケオに行ってみてもいい!と言う方は、個人的に連絡ください!!

次に、「**タケオは何が有名か?**」にお答えします!

まず言っておくと、正直とっても田舎の町です。でも、そこがいい所♪アンコールワット周辺の遺跡群のようにたくさんの遺跡はありませんが、いくつか遺跡があったり、動物園があったり、水遊びや森林浴ができるスポットがあったり・・・と書きましたが、やはり田舎ですね。自然いっぱいです。

この中でも、私の1番のオススメは、「**プノン・チソー(Phnom Chiso)**」です。11世紀前半に建てられたと言われているヒンズー教寺院が、標高136メートルの山の上に残っていて、遺跡自体はそう大きくないのですが、その山頂からの景色がとってもきれいなんです!特に雨季は、眼下に青々とした田んぼが広がり、いつまでもボーっと眺めていられる、そんな癒される景色です。

もう1つオススメは、場所と言うより、そこに行くまでが楽しいのでオススメなのですが、「**プノン・ダー(Phnom Da)**」です。ここは、州都からボートで行くことができ、そのボートがなかなかアトラクションっぽくて楽しいです。でも、乾季には水が減って、ボートで近くまで行けなくなるので、こちらも雨季に行くのをオススメします。(ちなみに、**プ**ン(Phnom)はクメール語で「丘」を意味します。)

他にも、まだまだ行っていない遺跡やスポットがあるので、残りの1年でもっともっとタケオを満喫したいと思っています。

最後に、「**タケオに来たらぜひ食べて頂きたいもの!**」

それは、ロブスターと呼ばれている淡水の「**エビ**」です。

天然ものの旬は12月~1月ですが、養殖もあるので年中食べられます。大きいものは、ロブスターと呼びたくなってしまふのも分かるなと言うくらいの大きさで、食べごたえ充分。シンプルに塩焼きしたものから、カレーと炒めたり、スープに入れたりとアレンジは様々。友人が来た時など、昼食・夕食と連日エビを食べてもまだバリエーションがあるぐらい。エビ通りなるエリアもあり、軒先にたくさんのエビを入れた水槽が並んでいて、買って帰るこ



ともできますし、レストラン等が併設されているところでは、そこで調理してくれて食べることもできます。

何だか観光案内みたいになりましたが、少しはタケオに興味を持っていただけたいでしょうか？まだまだご紹介したいところがたくさんあるので、ぜひいらしてください！たくさんの自然に癒されること間違いなし!!です。

ちなみに、日常生活のプチ情報・・・州都に市場は2か所、24時間じゃないけどコンビニのようなお店が1か所、ローカルな商店が数か所、小さなカフェ3か所(エアコンあり2か所+エアコンなし1か所)、フランス料理のレストラン?1か所、ゲストハウスは複数あり。夜も暗くなると街灯のない所が多いので、暗くなる前に帰宅します。日本食の食材は、もちろん手に入りません。と言う感じで、プノンペンでいろいろ調達したりもしますが、タケオで何とか元気にやっています。ありきたりな言葉ですが、「**第二の故郷タケオ**」が私は大好きです。2年目に入り、帰国へのカウントダウンを感じていますが、まだまだ1年あるので活動はもちろん、プライベートでも充実した時間を過ごして、もっとカンボジア・タケオを好きになって帰ろうと思います。



カンボジアと言えば・・・アンコール・ワット



プノン・チソーからの景色



自宅前の池 (夕方)



プノン・ダーへ向かうボートから



プノン・ダー



ロブスター (エビ)

編集後記

先日、静岡県にある大井川鉄道に行ってきました。

目的は、トーマス号に乗るため。

去年行った人から話を聞き、春先から情報収集をし、運よくローソンチケットの抽選に当たり、待ち焦がれること数週間。ワクワクが止まりません。

大井川鉄道限定モデルのトーマストミカも、写真の絵本も、張り切って買います。写真も撮りまくります。

トーマス号は、蒸気機関車なのでエアコンがありません（なかなか暑い）。でも、車窓からの景色がとてもきれいでした。トーマス号の予約がとれなくても、普通列車（エアコンあり）で千頭駅の会場に行けますので十分楽しめます。

次回は、線路沿いの景色のいいところでトーマスが走ってくるのを待ち構えて見てみたいなと思いました。（来年も行くのか?!）



次号の予定

次号は、8月中～下旬ごろ配信の予定です。

ホームページは、随時更新していきますので ぜひ、お時間があるときにご覧ください。



