

# メータオ・クリニック支援の会（JAM） 会報メール 第110号

[2018年10,11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110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]

報告会のお知らせ

連絡先に変更のある方はお知らせください

メソトマンスリー

国内から

編集後記

次号の予定



## 報告会のお知らせ

第33回日本国際保健医療学会にあわせて、2018/12/2(日)16:30~18:30にメータオ・クリニックで1年間の活動を終えた現地派遣員、齊藤看護師の帰国報告会を開催致します。

他にも、2018年のスタディーツアーの参加者による報告も予定しています。  
ぜひ、ご参加ください！

第33回日本国際保健医療学会：自由集会の会場にて行います。

日時：12/2(日)16:30-18:30

場所：津田塾大学 小平キャンパス

(〒187-8577 東京都小平市津田町 2-1-1)

詳細はこちら

<https://jaih2018.info/>

参加費：**無料**

申込方法：メールにて当会事務局までご連絡ください。

参加ご希望の方は、お手数ですが、

- (1) 氏名
- (2) 住所
- (3) 所属
- (4) 電話番号
- (5) パソコンメールからの連絡がつくメールアドレス
- (6) 賛助会員の有無

をご記入のうえ、前日までにメールでご連絡ください。

メールタイトルは「活動報告会申込み」とご記入をお願いいたします。

宛先は、[support@japanmaetao.org](mailto:support@japanmaetao.org)

皆様のご参加をお待ちしております！

学会会場での開催ですが、学会員に登録する必要はありません。どなたでもご参加いただけます。参加費も無料です。

## 連絡先に変更のある方は事務局までお知らせください

今年も、12月に入りましたら、会員の皆様にJAMオリジナルカレンダーと会員更新のご案内をお送りさせていただきます。

もし、ご連絡先に変更のある方は、事務局までお知らせください。お手数をおかけいたしますが、どうぞよろしくお願ひします。



メソトマンスリー



【メソト＝齊藤 つばさ】

## 最近のメソット

みなさまいつも暖かいご支援ありがとうございます。

9月7日に1年間の任期が終了し帰国致しました。  
現地派遣員として活動させていただきありがとうございました。

2017年8月にメソトへ派遣されたときは、ちょうど2期生の看護研修の最中でした。1年間で、看護技術チェックリストや看護アセスメントシートの改訂・更新、看護スタッフとメディックの役割の違いを明確にするなど看護スタッフの働きやすさのために環境の改善などを行いました。スタッフによってまだばらつきはありますが、1・2期生ともに看護技術やアセスメントの能力は向上してきており、メディックも看護スタッフの役割について認識が改善してきたと感じます。(私が赴任した時は、看護スタッフを使いパシリのように、何でも雑用をやらせているシニアのメディックが多くみられました。)

今後もお互いの役割を尊重して、協力して働きやすい環境を作って欲しいと思います。

看護研修が始まった経緯として、

1. メータオ・クリニックの医療技術の向上
2. ミャンマー/ビルマ・タイ国境付近の医療技術の向上のため とあります。

1 についてはメータオ・クリニックの看護スタッフの技術やアセスメントなどは向上してきていると思います。

2 の国境の人々が看護ケアを受けられるようにするため、次回からの看護研修はクリニックのスタッフだけでなく、ミャンマー国内から研修生(\*1)を受け入れて行う予定となっています。

(\*1:研修後は各々の村に帰り、所属している団体のクリニックで看護スタッフとして働く)

そうすると、ミャンマー国内のクリニックはまだ外来だけのところが多いため、研修中にメータオ・クリニックの看護スタッフが病棟でプリセプター(技術の指導を行う)のような立場として関わる必要性が出てくると感じます。2018年8月より開始した、看護スーパーバイザーのスタッフ達がリーダーとして引っ張って行ってくれることが楽しみです。

~~~~~

看護スタッフ(Rさん、男性、26歳)が、両親の介護のためにクリニックを退職しカレン州に帰国しました。彼は現在、メータオ・クリニックと協力関係にある団体のDクリニックに就職し、家族の生活の介護をしながらDクリニックで初の看護スタッフとして働いているようです。

彼から、「今までメータオ・クリニックで使用していたアセスメントシートや記録用のシートをDクリニックでも使用したい」と連絡があり、メータオ・クリニックとDクリニックで



使用を出来るように体制を整えていく予定となっています。

Rさんが地元へ戻ったことで、ご両親だけでなく、その地域の医療や看護も良くなっていくと思います。このように、メータオ・クリニックで働き続けることが困難になってしまっても、メータオ・クリニックとスタッフとの関係が続いていくことは、国境付近の医療技術の向上にとっても大切だと感じました。

一方で、Rさんは私と同じ26歳、兄弟で一番上（長男・長女）、両親も同じ50代後半、とほぼ同じ家族構成です。しかし、私の両親はまだまだ頑張っているぞという感じで、生活の介護が必要だから退職しなければという彼の背負っているものとは全然違うなと感じます。

私は総合学科の高校だったため、大学の様に自分で時間割を作成する学校でした。時間割を組む中で「何かを選ぶということはそれ以外を選ばないということ。何を選ぶかだけに注目しないで、何を選ばないのかについても考えなさい。それを自分で決めることが大切だ。」と先生にいわれたことがとても印象に残っています。日本で就職先を考えている今、自分の将来の展望などを考えると、どれくらいの規模の病院に勤めるか、どんな科で働くか、場所どこがいいか...など、なにを選ぶか考えることはたくさんありますが、私がかもし彼の立場だったら一体なにを選ぶだろう。と、とても考えさせられます。

最後に、さよならパーティーを行いました。クリニックと自宅と2回行い、たくさんの人々に参加してもらい、とても楽しかったです。すぐに会えない距離になってしまいとてもさみしいですが、今後も連絡をとり関係性を続けていきたいと思っています。



写真：さよならパーティー  
(シンシア先生やマネージャー、看護スタッフたちと)





写真：外科のメディックと一緒に



写真：看護スタッフと看護師ボランティアと一緒に

改めまして、いつも JAM の活動を支援して頂き感謝申し上げます。今後は、JAM の日本事務局として活動を継続していく予定です。どうぞよろしくお願い致します。

国内から

【東京＝前川】

## 必要な医療と看護師の癒し:我が身になって気づいたこと

みなさま、こんにちは。日本事務局の前川です。私はこの記事を書いている病院のベッドの上で書いています。

というのも、現在妊娠 9 か月で管理入院中。24 時間点滴をしながら、動けるのはトイレ、洗面、シャワーだけというベッド上安静の生活を送っています。すでに 3 週間が経ちました。日本の病院に入院するのは今回が初めて、長期入院は人生初です。今回はこの入院で感じたことを少しお伝えしたいと思います。

8 か月目を迎えた頃、これまでと違うお腹の張りを感じたため、念のためかかりつけのクリニックを受診しました。すると、切迫早産と胎盤が通常より低い位置にある前置胎盤という診断で、そのまま緊急入院となりました。前置胎盤は大量出血のリスクが高く、母子ともに生命の危険にさらされるハイリスク妊娠です。前置胎盤には子宮口との距離によっていくつか種類がありますが、私の場合は中でも一番リスクの高い全前置胎盤でした。(子宮口全体に胎盤が被さっている状態で、赤ちゃんの出口がないので全例帝王切開になります。) 原因は着床した場所が子宮口付近だったから。たまたま起こるもので、その確率は宝くじに当たるくらいだとも言われています。このお産を扱えるのは、新生児集中治療室や血液内科を備える大きな病院だけなので、急遽車で 10 分ほどの距離にある大学病院に転院になりました。

入院中、時間だけはたっぷりあるので、いろんな思いや考えが頭に浮かびます。ある晩、ふと、メータオやミャンマーの村々のことを思い出しました。メータオの任期後、医療調査のためにミャンマー東部の少数民族地域の村々を訪ね歩いた時期がありました。その道中はほとんど舗装されていないデコボコ道で、バイクの後ろに乗り、赤土に巻かれながら急斜面を登ることもありました。今の私があの道を通らなければならないとしたら。赤ちゃんのこと、自分の身体のこと、出血のこと。どれほどの不安と恐怖を抱えながら、道中を過ごしていたのだろう。今の自分と目に浮かぶ村の環境を重ね合わせながら、医療が安全に、手の届くところにあるという環境がどれだけ恵まれており、必要なことなのかということ強く感じました。助産師の友人曰く、世界では毎日 800 人、ジャンボジェット約 2 機分の妊産婦が出産によって命を落としているそうです。メータオの向こう側、ミャンマー東部の妊産婦死亡率は出生 10 万対 1,000-1,200 人で、世界で最も高いシエラレオネ (1,360 人) に次いで二番目です (ちなみに日本は 5 人)。もしあの場所にメータオがなかったら、帝王切開という選択肢が選ばなかったら、亡くなる妊産婦さんの数はどれほどになるのだろうか。自分もこの数に入るリスクを抱えた今、改めてメータオの存在と必要性の大きさを感じました。

もう一つ気づいたことがあります。それは看護師さんが持つ癒しの力です。入院前は周囲に助産師の友人も多かったのですが、妊娠・出産に関する素敵な話をいっぱい聞いていました。お腹が大きくなるにつれて、自然に出産したいな、これもしてみたいなとか、たくさん希望とワクワクした気持ちでルンルンしていました。そんな中、突如出現したハイリスク妊娠の診断。どうして私が、無理をしたからこうなったのかもと、自分を責めたりしながら、携帯を片手にどうにかできないものかと全前置胎盤を検索しまくりました。しかし出てくる情報は、突然の大量出血、緊急帝王切開など怖くなる話が大半で、思い描いていたお産からど



らんどん離れていく現状に落ち込むばかりでした。さらに入院が長くなればなるほど、色々なことを考えたり、社会とつながれない不安を感じたり、気が滅入ったりと様々な感情が湧き起こります。しかしいつの日からか、少しずつ気持ちが前向きになる自分を感じてきました。時間が現実を受け入れさせてくれたという部分もありますが、一番大きかったのは、毎日顔を合わせて心配してくれる看護師さんたちの声かけや笑顔があったからだと思います。医師や薬剤師などたくさんの医療関係者が関わってくれて、みんなとても親切にしてくれますが、やはり一番長い時間私と接するのは看護師さんです。なんだか単純に、看護師さんの明るい声のトーンや表情の一つ一つに癒されて、こんなにも支えてもらっているのだから頑張ろうと、自分の気持ちが変わっていくのを感じてきました。こんな自分の心の変化を感じながら、メータオで進めている看護ケア事業は、身体的なケアはもちろんのこと、気持ち的な支えとしてもとても重要なものなのだ改めて実感しています。いずれはここで私が感じた癒しを含めた看護をメータオでも実践できればいいなと思っています。

最近では長期入院の妊婦さんともお友達になり、毎朝並んで歯を磨いたり、夜中に看護師さんが見回りに来ると静かにしないと寝たふりをしたり、不思議な合宿生活のような時間が楽しくなってきました。あと1か月続く入院生活。楽しみつつ、日本の医療を体感しつつ、メータオにつなげられる何かを感じながら、今の時間を大切に、無事に元気な赤ちゃんを産めるように過ごしたいと思っています。

## 編集後記

久々に会う人会う人に「太った」とストレートに言われるのと、気に入った服がきつくなってしまったのと、健康診断に備えて(?)ダイエットをすることにしましたが、食べる量を減らすことと炭水化物を減らすことの困難さに直面中。そして、そもそも麺類や丼ものと唐揚げが大好きなので、さっさと済ませたいときが増えると好物ばかり食べてしまいます。う〜ん・・・悩ましい。そして、今も、この会報の編集作業をしながら、深夜の通信販売の番組を見ていると、楽しんでやせられるんじゃないかと大いに期待してしまい、注文したくなってしまふ!

## 次号の予定

今月は、誠に勝手ながら合併号とさせていただきますので次号は、12月中〜下旬ごろ配信の予定です。

インスタ、ツイッター、ホームページも、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。

メータオ・クリニック支援の会(JAM)の活動を支援して下さり、心より御礼を申し上げます。JAMの活動は皆さまからの温かい寄付によって支えられ、院内感染予防活動、移民学校での啓発活動など様々なプロジェクト・設備投資を実施しています。

支援の輪が広がっていくよう、どうぞ当会のFacebookもフォローして「いいね」や「リツイート」で応援してください。

当会では、都度の支援金の受け入れとともに、「1日10円からの支援」を基本とし、継続的なご支援をお願いする賛助会員制度を用意しております。

【一般会員】3,650円/年

【学生会員】1,825円/年

【法人会員】36,500円/年

当会ホームページにアクセスしていただき、お申し込みフォームから会員登録のうえ、指定の口座へのお振込をしていただきますと、賛助会員として登録させていただきます。詳しくは当会ホームページをご覧ください。



