ＪＡＭ会報　第８７号
2016 年８，９月発行

メータオ・クリニック支援の会（ＪＡＭ）
会報メール　第 87 号
〔2016 年 8,9 月合併号〕

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 87 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〕

イベントのご案内

メソトマンスリー

国内から

国際保健医療協力のなかで　（３４）

編集後記

次号の予定

イベントのご案内

現地派遣員ＪＡＭ活動報告会＆交流会

※この報告会＆交流会は、賛助会員以外の方もご参加いただけます。
お知り合いも誘ってぜひご参加ください。

現地派遣員神谷看護師がメソトより帰国し、1年間の活動について報告します。
例年の報告会とは少し形を変えて、今年はお食事をしながらの交流会です。
より深く、ミャンマーやメータオ・クリニックについて語り合いませんか？

日時：2016年11月27日(日)　17:30～20:30

場所：DINING ＆ BAR GRANT（ダイニング＆バーグラント）

最寄駅：浜松町駅、大門駅

参加費：4,000円（食事代として。お料理と飲み放題込みの金額です。）
※万一、キャンセルされる場合は前々日（11月25日）までにご連絡ください。
それ以降のキャンセルの場合、お料理等の準備の都合上、参加費をご負担いただかなければなりませんのでご了承ください。

内容：現地派遣員（神谷友子看護師）によるＪＡＭの活動報告、交流会

参加方法：メールにて事前申し込み制

申し込み締め切り日：11月11日（金）

申し込み方法：
メールタイトルに「活動報告会、交流会参加申込み」とご記入の上、以下情報と合わせて当会アドレス“support@japanmaetao.org”までお送りください。

(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

そして、もうひとつ、イベントのお知らせです

ミャンマー祭り 2016

今年は、はじめてミャンマー祭りに出店を予定しています！
今年は、グローバルフェスタには、当会は参加しません。

ミャンマーの食や伝統品のお店もたくさん出るので、日本にいながらミャンマーを感じられるお祭りです。
現地派遣員の神谷看護師もメソトから参加予定です！（夜は、活動報告会＆交流会）

※当日、JAM のブースを盛り上げてくださるボランティアを募集しています。

お時間は調整します。1 時間でもかまいません。
具体的にお願いしたい内容は、テント張り、テントたたみ、民芸品販売の商品の陳列、販売（店番のお手伝い）、通りがかった方へのチラシ配りです。

日時：2016 年 11 月 26(土)27 日(日)　10:00 から 18:00(27 日は 16:00 まで)

場所：浄土宗大本山　増上寺（東京タワーが間近に見えます）

最寄駅：JR 線・東京モノレール 浜松町駅から徒歩 10 分
都営地下鉄三田線 御成門駅・芝公園から徒歩 3 分

申し込み方法
メールタイトルに「ミャンマー祭りボランティア申込み」とご記入の上、以下情報と合わせて当会アドレス“support@japanmaetao.org”までお送りください。

(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)＜ミャンマー祭りボランティアの場合のみ＞26 日、27 日の中で参加可能な日にちと時間帯

メソトマンスリー

【メソト＝神谷　友子】

最近のメソト

８月１２日はタイ国王王妃の誕生日のため祝日で、そして母の日でもあります。これに関連してか前日の１１日よりタイ国内で爆発事件がありましたが、メソトの町はいつもと変わらず穏やかです。１２日は私の住む家の近くでも、前日から近所の人たちが音楽をかけてお祝いモードでした。

最近のメータオ・クリニックは、現在も少しずつ敷地内の設備を整えています。７月末より２つの外来棟の間にコンクリートの歩道ができつつあります。雨季で毎日雨が降るようになり、外来の建物への道が舗装されていなかったため、泥でぬかるんだ中を通っていかなければならない状況が改善されたらいいなと思います。患者さんの中には靴をはかない人もいるので、泥んこまみれの足で診察室に上がる方がいると床がすぐに汚れてしまいます。
また、小児科病棟には、８月になって蚊の侵入からこどもたちを守るための網戸が整えられました。デング熱の患者さんも大部屋で一緒に過ごしているので、蚊の対策は重要です。

７月　外来前の通路舗装工事中。

８月　小児科病棟に大きな蚊よけの網戸が設置。

現地スタッフが外科病棟で患者さんへの健康教育を実施していました。
「建物内では靴を脱いで入口前にある靴置き場に並べておきましょう」

クリニック内に設置された患者さんへの健康教育用パネル。ペットボトルに含まれる糖分、食物の栄養、生活習慣病のことなど。

看護トレーニング

メータオ・クリニックの現地スタッフが参加している看護トレーニングでは、先日はゴミの分別などクリニックの環境を整えることについての活動の様子を疾病対策健康増進部門のスタッフに話してもらったり、私も看護倫理についての講義を実施しました。

全ての患者さんを等しく差別することなくプロとして援助すること、同僚を尊敬して一緒に働くこと、常に勉強を続けること、等々。この看護倫理は私自身が大学で学んだことでもあり、トレーニングの最後にぜひみんなに知っておいてもらいたいと思って取り入れてもらった講義です。プライバシーに配慮するといった項目については、彼らの文化に少しなじまない部分もあったようですがおおむね理解してもらえたようでした。

先日メータオ・クリニックを訪問された日本人の方が、赤ちゃんにお乳をのませるお母さんが恥ずかしげもなくおっぱいを丸出しにしている姿を見て驚かれていました。私も最初はとても驚いたのですが、外来の待合など公共の場でもよくこのような授乳の場面をよく見かけます。民族によって異なる文化があり、それを尊重するということもまた倫理綱領の中で言われていることです。日本とは違った習慣を持つミャンマーに住むそれぞれの民族、村のスタッフや患者さんたち。いろいろな考え方がある中で、納得して理解してもらえるように、相手の事を知るのもとても難しいと感じています。

先日、外科病棟に入院してきた女の子と付き添いの家族の方は、字の読み書きはできず病気や病人の世話についての知識がないとのことでした。付き添いの家族は高齢なため、寝たきり状態の娘の世話をすることもできず状態が悪化していたようでした。まずは患者さんからしっかり話を聞いてよく観察して問題点を見つけること(中には放置されている患者さんもいるのですが、「放っておかないこと」もまた看護倫理の講義の中で触れられています)。そしてこのような患者さん家族に、看護ケアを提供して、家でどのように対応していったらいいかなどといった健康教育を主体的に実施できるように、これからもクリニックスタッフの支援を続けていきたいと思います。

看護倫理の講義。グループごとに、「みんなが考える“看護倫理”ってなに？」を話し合っています。

アセスメントの講義にて、
患者さんの状態を評価して、どの移動器具が適切か考えています。

カナダ人看護師のボランティアさんも講師として参加。みんな真剣に聞いています。

歯ブラシの寄付が届きました

８月１１日、日本よりたくさんの歯ブラシと古着やタオルの寄付が届きました。

歯ブラシを買うお金のない患者さんに使って頂いたり、スタッフが患者さんや移民学校でのブラッシング指導の際などに使わせていただきたいと思っています。古着も衣類の足りない患者様に使っていただきたいと思っています。

歯ブラシは東京・山谷の「きぼうのいえ」様より、古着は同じく山谷の「NPO 法人訪問看護ステーションコスモス」様よりご寄付頂きました。送って頂きました富田さま、ありがとうございます。

メータオ・クリニックへの訪問者

８月１２日、日本より NPO 法人 FAIR ROAD 様のスタディツアーでメータオ・クリニッ

クに訪問されました。

現地スタッフの作成した健康教育のパネルや、縫製工場で働くミャンマー人女性が献血に来ている様子もご見学いただけました。メータオ・クリニックでは、メソトにある工場で働くミャンマー移民労働者を集めて、クリニックで使用する輸血用の血液を献血してもらっています。その際にマラリアの検査や健康教育も実施し、お礼に食事を提供したりドライフードのお土産を渡しています。

FAIR ROAD 様より、ソーラーランタンのご寄付もいただきました。ありがとうございます。

http://www.fairroad.jp/

FAIR ROAD 様のスタディツアーで訪問された皆様

献血の説明を受ける縫製工場のミャンマー移民労働者

メータオ・クリニックの記事が新聞記事に掲載されました

７月２２日中日新聞夕刊、７月２４日東京新聞朝刊に、メータオ・クリニックのシンシア院長のインタビュー記事が掲載されています。

19　2016年7月24日

あの人に迫る

シンシア・マウン　ミャンマー難民に無料診療

人間として救う
そして声をくむ

きょうのゆめ

今回は、メータオ・クリニックでボランティアをしているオーストラリアの理学療法士Roslyn(ロズリン)さんにお話を伺いました。

農業学者の父と作業療法士の母がインドネシアでボランティアをしていた時にロズリンさんは生まれました。子供時代をインドネシア、マレーシアで過ごし、いつか父や母のように途上国で困っている人のために働きたいと思っていました。1985年に大学卒業後はオーストラリア国内のいろいろな分野で理学療法の仕事をして、看護師のアシスタントのコースで教えたり、英語教育、難民支援をしていたこともあります。

メータオ・クリニックへ来ることになったきっかけは、ロズリンさんの所属するオーストラリアの組織に、クリニックから理学療法士を派遣してほしいとの要請があったこと。でも、クリニック現地スタッフの幹部でもタイやミャンマーの正式な病院で働いた経験がなく、理学療法士とはどんな仕事をする職業なのかを知らないような状況でのスタートでした。最初は現地スタッフが通訳してくれないなど、現地スタッフと馴染むのにとても時間がかかりました。９か月が経った頃やっと話を聞いてもらえるようになったそうです。いざ患者さんにリハビリをしようと思ったら、体も衣服もとても汚れていて、リハビリよりもまずは患者さんをきれいにする必要がある、基本的な看護ケアが不足していると感じました。オーストラリアでは患者さんの体を洗ったことはありませんでしたが、こどものお風呂と同じことと思って、スタッフに声をかけて一緒に洗いました。それから、床ずれのための体位変換や安全な食事介助、フットケア、必要があれば作業療法や言語療法の範囲のこともしました。

１年が過ぎたころにシンシア院長からクリニックスタッフへの看護教育を始めたいと思っ

ているから協力してほしいとの話があり、最初の頃は理学療法というよりも看護ケアの指導をしていました。その後クリニック現地スタッフとしてリハビリ担当の男性が雇用されて、その男性を中心に他のスタッフへもリハビリの知識や技術指導。クリニック内の各外来や病棟で、現地スタッフと一緒に患者さんや家族に対して自宅へ帰ってからのリハビリやトレーニング、車椅子の調整の方法などの指導をしてきました。今では、「メータオ・クリニックではリハビリをしてもらえる」という話を聞きつけた人たちがミャンマーの遠方からも来るようになったそうです。

今までの２年半の活動でクリニックでのリハビリの支援に取り組んできましたが、私の任期はあと６か月。私の後任が来る予定はありません。私の組織はミャンマーに一人理学療法士を派遣していて、とても残念ですがタイ側でのミャンマー移民支援には理学療法士の派遣をやめることを決めたのです。メータオ・クリニックも資金難のため、クリニックが理学療法士を雇うお金はないでしょう。それよりもまずは看護師が必要です。今後短期または長期で海外から理学療法士がボランティアに来た時に、クリニックスタッフの指導ができるようなマニュアルの作成に取り掛かっています。私自身、任期終了後は高齢な父が元気なうちにしばらく一緒に過ごして、できたらまたメータオ・クリニックに戻ってきたいと考えています。クリニックでいま行っている看護教育にはとても期待をしています。そしてクリニックでの理学療法が続くことを願っています。

ミャンマーやカレン族の文化や価値観、言葉もだんだんと理解を深めてきている所なので、この地域の人たちの支援を今後も続けていければと思っています。ガーデニングが趣味のロズリンさんの住む家は緑がいっぱい。時間をかけて作ってきた庭やお気に入りの家具に囲まれた家でリラックスする時間を大切にしています。いつか、オーストラリア医師の設立したエチオピアの病院にも訪れてみたいと話すロズリンさん。

メータオ・クリニックは、このような外国人のボランティアによって支えられています。現地スタッフが中心となって運営しているクリニックですが、入れ替わりも多く、トレーニングだけ受けてミャンマーへ帰る人、数年クリニックで経験を積んでミャンマーの故郷の人たちのために働く人、第三国定住として海外へ家族で渡る人もいます。患者さんへの医療を提供するだけではなく、現地スタッフの育成施設の役割を担うクリニックには長期的に関わることができるロズリンさんのような存在が欠かすことができません。

左から二番目がロズリンさん。水道管のプラスチックパイプで歩行器を作成。

リハビリスタッフと一緒に、
各病棟スタッフへトレーニング。

クッションを使って指導中。

床ずれのできやすい場所にテープを貼っています。

国内から

【東京＝佐藤】

みなさまこんにちは。JAM 正会員の佐藤と申します。私は今、沖縄で大学院生をしていますが、以前は都内の病院で看護師をしていました。現在の現地派遣員である神谷さんとは病院勤務時代の同期で、新人看護師時代を励まし合った友達でもあります。2 年前の今頃はちょうど、神谷さんと一緒にスタディーツアーの準備・運営の担当していた時期でした。私はタイのお隣の国、ラオスの母子保健を研究テーマとしていたため、大学院生生活の四分の一くらいをラオスで過ごしました。ということで、今回はラオスのごはんを紹介させてください。

❶カオニャオ(もち米)
❷ゲーンノーマイ(筍のスープ)

幸運なことに、私とラオスの食事との相性はばっちりで、主食であるカオニャオ（もち米）をついつい食べ過ぎて、ラオスに行くたびに太ってしまっていました。伝統的なラオス料理はタイ料理とは異なるようですが、ラオス国内ではタイ料理やベトナム料理屋がたくさんあり、日本人にも少しだけ馴染みのある（？）青パパイヤのサラダやパッタイ（タイ風焼きそば）、生春巻きをよく見かけます。ラオス料理の難点はとにかく辛いものが多いところです。青パパイヤのサラダと筍のスープはラオス料理の代表格で、見た

目には辛そうには見えませんがお店によって、とにかく辛い場合があります。ラオス人は辛い料理が好きで、箸休めに生の唐辛子をつまんだりもします。

言語や食事が似ているラオスとタイですが、ラオスはベトナムと同じくフランスの占領下であったため、フランスパンが美味しい国なのです。フランスパンを使ったバゲットサンドは100円前後で購入できてお腹もいっぱいになるのでおススメです。日本では米粉の麺といえば、ビーフンやフォーが有名ですが、ラオスにはタピオカ粉入りのモチモチとした米粉の麺もポピュラーで、あっさりとしたスープは日本人好みの味です。ラオス人はこれを食べる時に、ライム、ナンプラー、砂糖、チリなどの調味料を使用して必ず自分好みの味にして食べるのですが、何も入れなくとも十分美味しくいただけます。

バゲットサンド

カオピアックセン
（タピオカ入り米粉麺）

生春巻き

ラオスの首都ビエンチャンはタイの首都バンコクと比べると、こぢんまりとしていて、のんびり落ち着いた雰囲気の街です。中心地にはお洒落なカフェや、スターバックスのようなコーヒーショップ、日本食を置いているコンビニ様のお店もあります。田舎の方に行くとワイルドな食べ物に出会えます。日本にもイナゴなどを食べる地域がありますが、ラオスは昆虫食がさかんな地域のひとつです。ラオス滞在時はラオス人とこころを近づけるために、すすめられる物はなるべく食べるようにしていたので、見た目に反しても美味しいものにたくさん出会うことができました。

最後にラオスの地方病院に掲示されていた栄養のバランスガイドを紹介します。よくよく見るとラオスの食文化を反映しているようでとても面白いです。炭水化物の項目はもち米や、ラオスで良く食べられている米粉の麺、フランスパン、果物の項目は日本では珍しいトロピカルフルーツ、たんぱく質の項目には豚や牛と一緒にカエルや昆虫がしっかりと登場しているのです。

日本ではラオス料理専門店というのは珍しいようですが、最近はタイ・ラオスで良く使用される“パクチー”もブームのようでエスニック料理のお店が増えていると聞きます。外国

の食文化を知ることもひとつの国際交流、みなさまもタイ・ラオス料理屋やミャンマー料理屋に行ってみてはいかがでしょうか。

国際保健医療協力のなかで　（３４）

【東京＝小林　潤】

ケニアのナイロビにいる。いつものようにアフリカに来るとチャイナパワーには圧倒される。４－５年前のようにアフリカの人からも中国人の悪口ばかりが目立つこともなく、すっかり現地に入り込んできているようにも感じる。さらに労働者だけでなく、観光客も中国人が多い。日本人はテロの影響かツアー客も今年は激減だそうで、全く見かけない。しかしこのチャイナパワーがいつまでも続くわけではないようだ。

ケニアの最も人気のあるアトラクションといえば、野生動物をみるサファリツアーであると思うが、実は安くても4万円で、通常は10万ぐらいのツアーに参加しなければ確実に安心して動物をみることはできない。国立公園の入場料も一日9000円程度かかるし、さらに現地のホテルやキャンプ代、ガイド代、車代とかかるので通常パックになったツアーに参加することになる。これらの現在一番の顧客は実は中国でも、欧米・日本でもなく、インド人とのことである。インド人といえばビジネスマンが主流と思っていたが、実は見逃していた。インド人は世界のどこにでも商人やインド料理人としているのだが、実はあまり目につかなかった。現在住んでいる沖縄本島の中部でもインド系の人は実は多く、それも地域に根付いて生活している。中国人のように、大勢で徒党をなして大声で話しているわけでもなくそんなに目立たないようだ。

アメリカ大統領の知恵袋の一つでもあるアメリカ国家情報会議が出している未来予想でも実は2050年の覇権国家のうちで最も勢いがあろう国は、アメリカでもなく、中国でもなく、もちろん日本やヨーロッパでもなく、インドなのである。その理由としてGDP等で示される経済的な力に加えて生産年齢が占める割合が多いことが言われている。実は中国も今後生産年齢人口の割合は減少にむかい、高齢化社会にむかう。

日本は、すでに世界で最も高齢社会、成熟社会に突入している国の一つである。すでに単純作業のアルバイトは人手不足であり、不法に留学生を長時間勤務させている例が多いことが報道されている。一方、日本の素晴らしさは世界を見てみても衰えてはいない。「質」に関しては日本は多くの点で未だ優っている。日本のサービスの質、清潔度の質、高所得者でなく庶民に対する医療の質、これらは圧倒的に優れていると私も実感している。これらの質を保っていくことは、必然的に難しくなっていく。すなわち、量が不足するからである。量と質のバランスこれは常に考えないといけない。いくら質のよい医療従事者を作りだしても絶対的な量が不足すれば、その質は担保されない。さらには医療サービスの対象の多くを占める高齢者の数（量）が増え続ければ、同じ数の医療者でも不足することになる。またこれらの質の高い保健医療福祉政策を保つには財源がいるわけだが、それをまかなっている保険料や税金を支払う生産年齢層の数が絶対的に少なくなる。

さらにはあまり知られていないことだが、世界ではすでにこの質の高い医療従事者の奪い合いが起きている。オイルマネーや金融によって繁栄を謳歌している中東の先進都市には、多くの欧米の質の高い医師が移住している。2倍以上の報酬で引き抜かれているのだ。昨年

参画した国際保健機構 WHO 会議で出会った優秀な中東のカタール国の保健省高官は、エジプト人であり、その移住したカタールを誇りにしており自分を登用し、さらに表彰までして評価してくれたカタール国に感謝の意を真に示していた。
　幸いにして、日本は言語の壁があるために、これら頭脳流出は目立って起きていないが、先進医療技術の開発は日本の国家プログラムとして資金が流れている中で今後これらの技術が人材とともに海外に流れないとも限らない。2030 年にはデリーやボンベイの高所得者を対象とした病院や、先端医療技術研究所に、多くの日本人医師や技術者がいることを予想してもおかしくないだろう。技術者・研究者の国内の待遇を改善・維持することや、人材流出しやすい医師や看護師以外の職種に仕事をシフトさせていくタスクシフト等でこれらの人材流出を食い止める手段を考えることも必要だが、おそらくこれを当然の流れとみて人材を含んだこの「質」を売っていくことを考えるべきでもあるかと思う。一方、日本国内の「質」を確保するには、日本人に限った登用だけではもう通用しない時代がすぐ先にあると思う。私の勤務する大学に来ているアジアからの留学生のなかには極めて優秀で、且つ努力家も多い。遠い先の話ではなく 14 年後である。

編集後記

　今年も、当会の活動報告会＆交流会を開催日時が決まりました。

　今回は、より多くの皆様にＪＡＭのこと、メータオクリニックのことを知っていただきたいので、参加者の皆様にとって少しでも敷居が低くなっていただきたいと考え、参加しやすいように「お食事会」にする予定です。ゆっくり参加者の皆様同士も交流を深めていただければ幸いです。
　今年は、１０月のグローバルフェスタには参加せず、１１月に東京タワーのふもと、増上寺で開催されるミャンマー祭りに出店します。ミャンマー祭りの最終日に近くのお店を借りて、活動報告会＆交流会を開催します。
　多くの皆様のご参加をお待ちしております。

次号の予定

今号は合併号とさせていただいたため、次号は、10 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。

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けるよう、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。

◇◆◇

ＮＰＯ法人メータオ・クリニック支援の会　　**Japan Association for Mae Tao Clinic（JAM）**

日本事務局宛て **E** メール：　support@japanmaetao.org

ホームページアドレス　：　www.japanmaetao.org

フェイスブック　：Japan Association for Mae Tao Clinic (JAM)　で検索して下さい。

※掲載されている全ての内容、文章の無断転載を禁止します。

◇◆◇