

メータオ・クリニック支援の会（JAM） 会報メール 第142号

[2024年2月発行]

NPO法人メータオ・クリニック支援の会（JAM）支援者の皆様

いつもご支援いただき、誠にありがとうございます。
JAMより、2024年2月号の会報をお送りします。

JAMは2008年3月に発足した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2カ月に一度、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たします。

<目次>

現地（メソト）から

国内から

難民画家マウンマウンティン絵画展のお知らせ

編集後記

次号の予定



現地（メソト）から

【メソト：有高 奈々絵】



2月に入り、日本は寒さが一番厳しい時期と思います。メソトも朝晩は20℃を下回り、半そででは肌寒い日が続いています。地元の人の中には厚手のジャンパーを着こむ人も珍しくなく、南国タイでも冬物の洋服の需要があるのを実感します（私はカーディガンを羽織るぐらいで快適ですが）。以前はこの時期もっと気温が低かったそうで、年を追うごとに気温が高くなっているのは、日本もタイも同じようです。

さて今回は、メソトにおけるメンタルヘルスへの取り組みについて書きます。以前からミャンマー人移民コミュニティでは貧困や滞在資格の不安定さなどが影響してか、アルコール依存や薬物依存が静かな問題となっており、特に将来への展望を持ちにくい難民キャンプでは若者の自殺が多いとされていました。

そこに2021年のクーデターが起き、軍事衝突で心身に深い傷を負った人、軍政に抗議したために仕事や財産を捨て、時には家族をおいて祖国から逃げざるを得なくなった人が、タイ側に大量に流入するようになりました。そうした人々はタイでも正式な難民として保護されることは基本的にはなく、砲撃を恐れる必要こそないものの、滞在許可を持たない「不法滞在者」として、いつ逮捕されてもおかしくない不安定な状態におかれています。これまでのキャリアを生かした仕事に就くこともできず、家族や慣れ親しんだコミュニティからひきはなされて抑うつ状態に陥る、戦闘で家族を目の前で失うといった悲惨な経験がPTSD(Post Traumatic Stress Disorder、心的外傷後ストレス障害)を引き起こす、など、精神のバランスを崩す要因はいくらでもあります。避難民の増加、避難の長期化により避難民のメンタルヘルスに対するケアは重要性を増しており、現在メソトのミャンマー人コミュニティでは多くの専門家、ボランティアがそのニーズを満たすべく活動しています。

中心となっているのはShin Than Yar Community Well-being and Resilience Networkと呼ばれるネットワークです。これに参加しているのは、メータオ・クリニック、その関連団体であるスワンナミン財団、心理・社会的支援(psychosocial support)を行うRISE Center、アートを通じた子供への支援を行うJoy House、政治犯支援団体The Assistance Association for Political Prisoners(AAPP)などの地域社会組織(community-based organization:CBO)のほか、ミャンマー人精神科医、心理学者、カウンセラーなどの専門家、そしてボランティアです。相乗効果を目指して、CBOが活動全体をコーディネートしています。主な活動は、一般の人に対するメンタルヘルスに関する啓発活動、医療スタッフ、コミュニティボランティア、支援団体スタッフ、移民学校教員などに対する精神的問題のアセスメントやマネージメント、カウンセリングのトレーニング、そして実際に精神的問題を抱える人々へのカウンセリングや必要な支援の紹介を含めた心理・社会的支援です。カウンセリングは対面だけでなくオンラインでも行われているため、ミャンマーに住んでいる人も参加できます。絵などを通じたアートセラピー、つらい体験をした人同士の交流(ピアサポート)、さらには自殺予防のためのホットライン設置も行っています。薬物による治療が必要な深刻なケースには、タイの病院への紹介も行っています。こうした心理・社会的サポートのために活動している人の多くは、クーデター以降にトレーニングを受けたボランティアで、ごくわずかな報酬で活動を続けており、やはり資金や人手不足が課題のようです。





(写真) RISE center はメンタルヘルス支援のニーズの高まりに応じて2023年10月に建設され、ここでメンタルヘルスの相談業務などが行われています。

私は最近、Shin Than Yar Community Well-being and Resilience Network のミーティングに参加する機会を得ました。一般の人がメンタルヘルスに関する啓発活動を通じて、精神的ストレスとは何か、ストレスがかかっているときの症状や、ストレスに対処する基本的な方法（つらい思いを誰かにうちあけるなど）を学ぶだけでも助けになることがある、という発言が印象的でした。また、カウンセリングで悲惨な体験を聞き、追体験してしまうワーカー自身へのケアも必要であること、この分野で働けば働くほどやるべきことが多いことを実感するという参加者の言葉には、深くうなずかされました。

人が生きていくのに必須なのはもちろん最低限の衣食住ですが、それだけでは well-being には程遠く、精神的安定や他者とのつながりがなければ長期的に健やかに生きていくことは難しいでしょう。学生時代に学んだ WHO の健康の定義を久しぶりに思い出しました。

Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいいます

(WHO 憲章前文、日本 WHO 協会仮訳)。

過酷な経験から受けた傷をいやし、同じ思いを秘めている人々をつなぎ、自殺を防ごうとする Shin Than Yar Community Well-being and Resilience Network の試みは非常に重要で、クーデターから3年を迎える現在、求められる支援はこのような中長期的な段階に移っていると言えます。それが同じような境遇にあるミャンマー人自身によって担われていることが、レジリエンス（＝困難な状況下で一時的に不適応的な状態に陥ったとしても、そこからうまく回復する現象（最新 心理学事典より））を象徴しているように、私には思えます。

Shin Than Yar とは英語で thrive（健康に育つ、力強くなる、繁栄する）という意味のビルマ語だそうです。その名の通り、傷ついた人々が再び立ち上がることを願いながら、このネットワークの活動を見守っていきたいと思います。



RISE Center - <https://www.facebook.com/risecenterth>

Joy House - <https://www.facebook.com/profile.php?id=100088638289585>

AAPP - <https://aappb.org/>

もうひとつ、最近の話題として、タイ政府がミャンマー側（カレン州）の国内避難民に対してタイ側から支援物資を送る人道回廊を、ターク県に近日中に設置すると発表しました。これはタイとミャンマーの政府間合意に基づくもので、先の ASEAN 外相会議でタイ政府が提唱し、ASEAN 各国が支持したものです。物資の配布は両国の赤十字が担うことになっています。懸念される点は、この支援がミャンマー軍政の管理下で、しかしカレン州の少数民族支配地域において行われることです。そのような物資配布が本当に可能なのか、真に援助が必要な人に援助を届ける意志や能力が軍政側にあるのか、など、メソトの支援関係者の間ではすでに疑問視されていると聞きます。一方で彼らがずっと主張しているのは、国境地域に存在する少数民族の支援団体や市民団体がタイから越境支援を行うのが、最も効率よく避難民にリーチできる、ということです。国際政治の場にその声はなかなか届きませんが、タイ政府が人道回廊という言葉を用いて国内避難民支援に乗り出すのは新しい動きで、今後どうなるか興味深いところです。

最後に、日本でも報道された通り、2月10日からミャンマーで徴兵制が開始されるというニュースが飛び込んで来ました。対象は18～35歳の男性と18～27歳の女性（医師やエンジニアなどの専門職は男性45歳、女性35歳まで）、兵役の期間は2～3年で緊急事態には5年まで延長可能、出頭しなかった場合3年以下の禁錮や罰金刑が科せられるとのことです。死傷や投降した国軍兵士が増え、兵士不足が高じたための措置とみられますが、これによってまた国を出る若者が増えるでしょう。メソトにやってくる人が増えるのも確実です。JAMは引き続きメータオ・クリニックと協力しながら、今年もそのような人々への支援に注力していきます。どうぞ息の長いご支援を、よろしくお願いいたします。



バンコクで行われた日本大使館の天皇誕生日祝賀会にて、スワンナミン財団副代表チャンチャンさん（メータオ・クリニック院長のシンシア医師の息子）、鈴木第二書記官（中央）とともに。



国内から

【Thant (タン)】

まず最初に、JAM サポーターの皆様、そして JAM メンバーの皆様に、ミャンマー人として、一人の人間として、本当にありがとうございますという感謝の気持ちをお伝えして、この記事を始めたいと思います。私は昨年6月から JAM でボランティアとして働き始めました。以来、月例会議に参加したり、グローバルフェスタ 2023 にもスタッフとして参加させていただきました。JAM がメーソットで行っていることは、ミャンマーの人々にとって本当に意味のある、必要不可欠なものだと思います。ミャンマー史上最悪の人道危機の中で、このような地域で最も弱い立場にある人々の治療と日常生活の支援は、まさに最も必要とされています。JAM が日本とミャンマーの架け橋としてさらに活動を広げていけることを願っています。



これは 2021 年の 6 月に日本の友達に送った私の故郷の写真です。

彼は私の話を聞いて俳句を作ってくれました。

英語とミャンマー語は私が翻訳しました。皆さんにそれをシェアしたいと思います。

銃声の
街に降り積む
ジャカラランダ

Jacaranda flaps
Piling up in the city
Along with gunshots

သေနတ်သံကြားကာ
မြို့လမ်းမပေါ် စုပုံထပ်
ဖတ်လတ်စိန်ပန်းပြာ

(編集注：
ジャカラランダとは、写真の中で咲き誇っている、紫色の花の名前です)



難民画家マウンマウンティン絵画展のお知らせ

「STILL on the Border - 国境の町からみつめる祖国の現在と未来」 ビルマ(ミャンマー)人難民画家 マウンマウンティン絵画展 2024

マウンマウンティンは、ビルマ難民としてメソトで暮らす画家です。優しく美しい水彩画と詩的な言葉で、ビルマの人々の生きる姿、そしてときにその悲哀をも伝えています。

マウンマウンティンの故郷、カレン州には、彼が幼い頃からいつも内戦の影がありました。彼はその中で絵を描き続け、ビルマの芸術大学で水彩画を学びます。そして1995年、国境を越えてメソトへ。メータオ・クリニックで、病院助手としてビルマ移民や難民のために働きました。その間にも、彼は絵を描くことをやめませんでした。

現在、彼はメータオ・クリニックを退職し、画家としてアメリカやヨーロッパでも個展を開き、ビルマの人々の姿を伝え続けています。

<https://maungmaungtinnart.com/>

以下の会場で実施中です。ぜひお運びください。

大阪会場(主催：日本ビルマ救援センター)

■日時：2月20日(火)～25日(日) 10時から17時

■会場：アジア図書館 阪急淡路駅西出口前すぐ

神戸会場(主催：日本ビルマ救援センター)

■日時：2月26日(月)～3月3日(日) 9時から20時 最終日は17時まで

■会場：神戸学生青年センターウエスト100 3階展示室 阪急六甲駅より徒歩2分

◇講演会：根本敬(ねもと・けい)

「ミャンマー(ビルマ) 続く苦難と新しい国づくり ・政治・国際関係・人びと」

◇講演会日時：神戸学生青年センターウエスト100 2階ホール

◇講演会場：3月3日(日) 14:00～16:30

◇講演会申し込み(先着50名)：

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdF121CD0mcgpros03ZeXTHjNuSci_Zz1J5PYx3bKms3VKV3w/viewform?usp=sf_link

福岡会場(主催：福岡・ミャンマー友だちの会)

■日時：3月14日(木)～17日(日) 11時から17時 最終日は16時まで

■会場：福岡市男女参画推進センター アミカス2階ギャラリー

◇講演会：ミャンマー人の声を聴く「ミャンマーは今どうなっているの？」

◇講演会日時：17日(日) 13:30～15:00

◇講演会場：アミカス2階視聴覚室

◇講演会申し込み(先着40名)：fntomodachi@gmail.com

東京会場(主催：メータオ・クリニック支援の会)

■日時：4月11日(木)～14日(日)

■会場：早稲田奉仕園 早稲田スコットホールギャラリー

<https://www.hoshien.or.jp/map/>



編集後記

フィリピンのボホール島で、知的障害者の施設を運営する友達を訪ねました。ボホール島の人口は約130万人ですが、知的・精神障害をもつ人たちへのサポートは、その友人の家しかなく、それどころか、島内には精神科の病院すら存在しないとのこと。適切な治療を受けれられない患者の中には、未だに私宅監置（檻や小屋などに監禁）されている人もいます。

今月号の『現地から』の記事を読みながら、戦闘や難民など、喫緊のニーズを抱えた存在があるからこそ充実する支援ネットワークが、平時から様々な地域に広がってくれることを願わずにはられませんでした。

次号の予定

次号は、4月下旬ごろ配信の予定です。最新情報は、インスタ、ツイッター、ホームページでも、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。

NPO法人メータオ・クリニック支援の会(JAM)の活動を支援して下さい、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。



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 email	support@japanmaetao.org
JAM ウェブサイト	www.japanmaetao.org
Facebook	Japan Association for Mae Tao Clinic (JAM) で検索して下さい。 https://www.facebook.com/JapanAssociationforMaeTaoClinic/
Instagram	https://www.instagram.com/japan_association_maetaoclinic/
Twitter	https://twitter.com/japanmaetao

※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。

