

しが国際協力親善大使レポート

ふじい ひかり
藤井 光さん

隊次：2015年度1次隊

職種：助産師

派遣国：ベトナム

プロフィール

滋賀県東近江市出身、静岡県浜松市聖隷クリストファー大学看護科助産課程卒業、総合病院の産科病棟（大阪市）で5年間助産師として勤務、JICA 青年海外協力隊ボランティアとして、ベトナム国、南部アンザン省ロンズエン市で2015年7月～2017年6月まで派遣予定、現在アンザン省ロンズエン市リプロダクティブヘルスケアセンターにて助産師として活動。

幼いころから、日本以外の人々の暮らし、文化、歴史について触れる機会がありました。JICA ボランティアについては学校の授業で知り、漠然と憧れを持っていました。実際に自分も現地の人々と生活を共にし、異文化に触れ、互いの価値観を共有できたら、また自分の考え方、生き方も変わるのではないかと思っていました。助産師として働きながらも、やはり漠然とした憧れは消えず、また日本では当たり前の母子保健医療が、実際海外から見るとまた、異なる視点、見えていなかったこともあるのではないかと思うようになり、活動に参加したいという思いは次第に強くなっていきました。

活動している国、地域の気候や文化について

活動地域はベトナム国南部のカンボジア国境近くにあるアンザン省、ロンズエン市。人口は2,153,700人（2012）、面積3537km²の、省の中では一番大きな都市です。

メコンデルタ地域の自然に恵まれた多くの川と運河があり、稲作、農業が盛んです。

ホーチミン市からの移動は長距離バスで約5時間半。

ロンズエン市はホーチミン主席の後の2代国家主席＝トン・ドゥック・タンの故郷としても知られています。

ベトナム国は社会主義国で、縦社会も強い印象。南部と北部に関しては社会主義の影響は北部のほうが強いと言われています。ベトナム人は日本人に対して、友好的です。そして家族をととても大切にしています。食事は、主食は米で、野菜、果物も豊富。南に行くにつれ、味付けは甘くなります。北部には四季がありますが、南部は年間を通して温暖で、乾季と雨季があります。

活動や生活について

配属先は、アンザン省リ^oダ^oクエイ^oル^oカ^oケ^oで産科、婦人科、小児科、薬剤部、検査部などがあり、現在私は、産科で妊婦健診を同僚と共に実施しています。以前、栄養士が3代に渡り派遣され、乳幼児の栄養指導が行われてきました。助産師としての派遣は初代です。妊婦健診には一日約70人以上が来院されます。2011年からJICAの技術協力プロジェクト「母子健康手帳全国展開プロジェクト」が実施され、アンザン省は、その対象省であり、現在もJICAの母子手帳が、使用されています。

活動要請は、同僚と共に妊婦健診を実施し、産前教育の強化、母子手帳の普及を行うという内容です。派遣されて約4か月が経ちましたが、語学の習得にはまだまだ時間はかかりそうです。言い訳のように聞こえるかもしれませんが、ベトナム語には声調があり、発音が世界の言語の中でも一番難しいと言われていています。毎日、妊婦さん、同僚との会話でも言いたい事は一度では伝わらず、字に書いたり、ジェスチャーしながら何度も口を大きく開けて発音し、コミュニケーションを取っています。健診に来られる妊婦さんは、体重増加+20kg程と多く、血圧も高い人が多い印象です。ベトナムでは妊娠中、3か月ごとに初期、中期、後期に区切り、各一回ずつ、少なくとも計3回の妊婦健診を促しています。都市部に近い人はそれ以上健診を受けている人は多くいますが、村や貧しい人々はそれ以下の健診しか受けられていないのも現状です。日本の妊婦健診は大体14回程、健診の補助券などの制度もありますが、ベトナムは全額自費です。妊娠は病気ではないですが、日々の生活習慣の中で注意をしなければ病気になってしまう可能性も多いです。健診回数が多いから、費用も医療資源も揃っているから良いのではなく、妊婦の生活、意識の向上がよりよい妊娠生活、安全な出産へつながると思います。妊婦さん自身が生活習慣を見直し、妊娠中のリスクの正しい知識があれば、起こりうる異常に対し、未然に防ぎ、異常の早期発見にもつながると考えているからです。今後は母親学級や、保健指導などを取り入れていきたいと、同僚と話を進めている所です。

生活面では始めは中々暑さに身体がついて行かないこともありましたが、最近は気候、生活にも慣れてきたところです。人も温厚で、ユーモアがあり、よく笑い、よく歌い、お話しが大好きで、小さなことはあまり気にせず、豪快です。人や町からは常に活気があふれています。現地の人々には日々、たくさん助けられ、感謝です。今後もベトナムの人々の生活、文化についてより深く関わり、同僚と共に母子保健の向上にむけて、活動していきたいと思っています。



橋がないところは船で渡ります。
朝は水上マーケットにもなります（メコン川・ロンスエン市場の前）



日本語を勉強している人たちとの交流会で、巻き寿司を作りました



毎日の健診風景

しが国際協力親善大使レポート

ふじい ひかり
藤井 光さん

隊次：2015年度1次隊

職種：助産師

派遣国：ベトナム

プロフィール

滋賀県東近江市出身。総合病院の産科病棟（大阪市）で5年間助産師として勤務し、現在ベトナム国、アンザン省ロンズエン市の、リプロダクティブヘルスセンターで活動中。

活動している国、地域の気候や文化について

カンボジア国境近くにあるアンザン省、ロンズエン市で活動しています。ホーチミン市からの移動は長距離バスで約5時間半。ベトナムでは主に陰暦が多く使用され、旧暦の旧正月は一年の中で最も重要な祝祭日です。公的機関やお店などもほとんど休みになります。この期間は家族が集まり盛大にお祝いをします。

活動地域のアンザン省のチャウドック市にはチャム族と言われる少数民族が暮らす地があります。チャム族はマレー系、インドネシア系のイスラム信仰で、その地域にはモスクもあります。

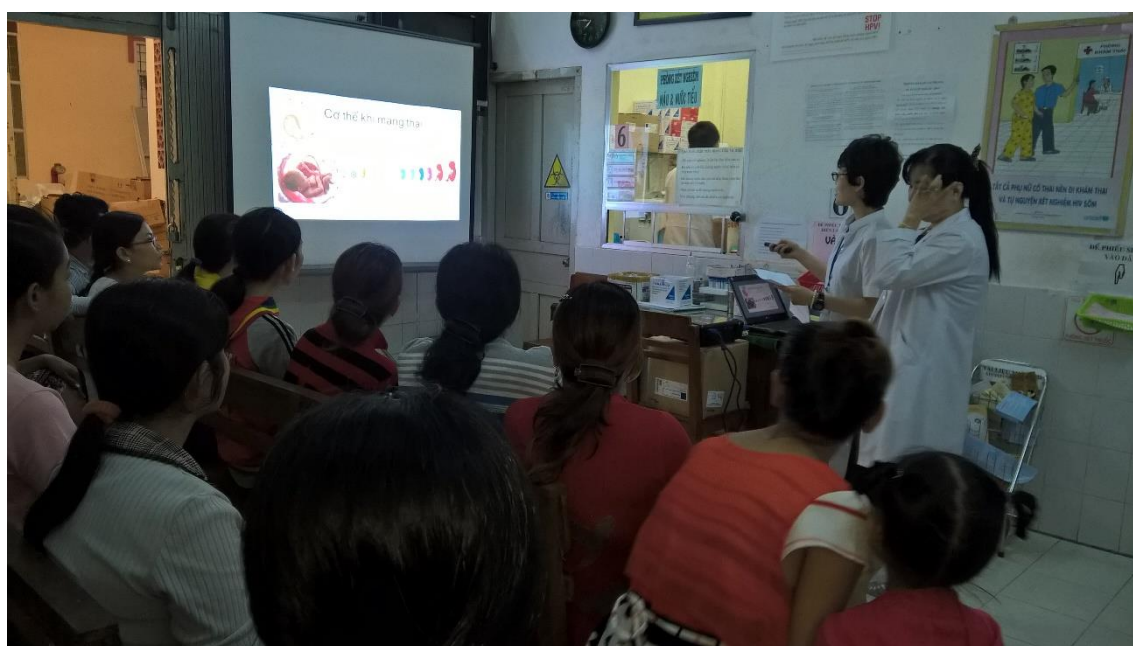
活動や生活について

私は現在、配属先のアンザン省リプロダクティブヘルスセンターで、妊婦健診中心に行っています。配属先からの活動要請は、職員と共に妊婦健診を実施し、産前教育の強化、母子手帳の普及を行うという内容でした。

配属当初は、ベトナムの気候や文化、言語、職場環境に慣れるまでに思っていたよりも時間がかかりましたが、活動の中で少しずつ、コミュニケーションが取れるようになり妊婦さんの状況や取り巻く環境の把握ができるようになってきました。ベトナムでは妊娠中の体重増加や血圧が高い人が多い印象を受け、その中で、活動の要請内容にもあった産前教育の大切さを改めて実感しました。また、ベトナムは家族が多く、近くに妊娠・出産を経験している人が必ずいるので、妊娠中に相談しやすく協力を得やすい環境はとても強みとなっています。しかし、妊娠・出産に関する知識については人によって大きく差があるように感じます。妊娠中の体重や栄養の管理、健診や検査がなぜ必要なのか、日々の生活の注意点を家族も含めて知る機会があれば、よりよい妊娠生活・安全な出産へつながると思いました。

そこで、職場に提案をして、母親学級（両親学級）を開始し、同僚と共に進めてきました。同僚たちは母親学級の実施は初めてであり、戸惑うことも多くあったようです。妊娠・出産・産後の管理についてベトナムと日本との違いや、同僚が母親学級に求めているものとの違いも多く、何度も話し合いをして内容を見直しました。文化・言語・習慣も違うので分かり合えない所もあり挫折しそうになった時もありましたが、患者さんが真剣に母親学級の内容を聞いてくれたり、質問してくれたりと反応が見られた時に、1人でも多くの方が正しい知識を持って安全なお産をしてほしいからまた頑張ろうと思えました。現在は母親学級を実施するごとに患者さんの反応から内容を改善させていますが、もう少し深く指導をできるように実際のベトナムの妊娠・出産・産後の状況を知りたい思うようになりました。そのため、近隣の病院や村の保健所などに見学に行き、できる限りベトナムの文化や地域、生活に沿ったものにしたいと思っています。他にもリ°ロダ°ケイ°ル°センターでは村の助産師や村長などに勉強会を行っており、そこでも母親学級について、紹介をさせていただく機会もありました。

派遣期間の2年間のうち、残り数ヶ月になりましたが、出来る限り産前教育について広く知ってもらい、妊産婦さんやご家族がより安全で安心な妊娠、出産、育児ができる事を目標とし今後も地域に繋げていきたいです。



「母親学級の実施風景」



「リプロダクティブヘルスセンターで教材を使いながら意見交換」



「旧正月は街も華やかにライトアップされます」