

しが国際協力親善大使レポート

きたがわ やまと
北川 大和さん

隊次：2016年度2次隊

職種：理学療法士

派遣国：ベトナム

自己紹介

Xin chào các bạn. これはベトナム語で ‘みなさんこんにちは’ という意味です。2016年11月からベトナムのソラ市でボランティア活動をしております、北川大和と申します。彦根市の出身で、高校は米原高校に通い、大学は京都の佛教大学、仕事は京都の学研都市病院で4年間理学療法士をしていました。

活動されている国、地域の気候や文化の紹介

私が活動しているベトナムですが、インドシナ半島東部に位置し北は中国、西はカンボジア、ラオスと国境が接しています。日本からは約3500km離れていますが飛行機だと約5時間で着きます。首都はハノイで、人口は約9250万人。南北に長く、アルファベットのSのような形をしています。北部には4季がありますが、南部には雨季と乾季の2つしかありません。活動地のソラは北部にあたりますが、首都ハノイから西に約320km離れた場所に位置し、バスで約8時間かかります。自然に囲まれた山岳地帯で、気候は約10℃から35℃程度。雪はほぼ降らないため、滋賀県民からするとそれほど寒く感じないかも知れません。

活動や生活について

今私はベトナム人家族3人の家でホームステイをしています。ソラの朝は早く朝6時前に起き、7時半には仕事が始まります。お昼休みは2時間あり、一度家に帰り昼食を食べたら後はお昼寝タイム。夜は10時には寝るという健康的な生活を送っています。食べ物は日本と同じ米文化で、食事にもお箸を使います。今ではフォー（米麺）や生春巻きといった料理が日本でも有名です。また日本では馴染みがありませんが、時折、犬や猫、それ以外にも蛇やハリネズミの肉を食べることもあります。どんな料理でもおいしく食べられるのは、私がベトナムに馴染んで来たからでしょうか。またソラには多くの少数民族がいます。食事や言語がそれぞれ違い、高床式の住居や、結婚後女性はお団子ヘアにする慣習などがあります。まだ体験していませんが少数民族の踊りや、壺にあるお酒をストローで飲む文化もあるとのことこれから楽しみです。

さて現地生活するためには、もちろんベトナム語を話さなければなりません。ベトナム

ムの人々は話し好きと言われており、会えば、どこの国の人？何歳？家族は何人？ご飯食べた？結婚しているの？などとあれやこれらと質問をされ、慣れないベトナム語で返答が困る事もしばしば。少しずつ自分の言いたいことや身の回りの物の単語が分かるようになってきましたが、ベトナム語を勉強し始めて約半年経った今も勉強はかかせません。学生の頃を思い出し、自前の単語帳を必死で暗記し、音読を繰り返し、あとは家族や同僚との会話練習。どんな物事であっても努力が大切だと痛感する日々です。

私の仕事は、ソラ市の1つの病院で理学療法士というリハビリの仕事を行うことです。日本と比べるとベトナムではまだまだ専門性を持ったスタッフが少なく、知識・技術が高くありません。またリハビリが必要な患者さんでも家族や費用面の事情により家に一度帰され、数ヵ月後に当院に来るという現状もあります。そのため日本でならもう少し良くなる患者さんが、そうならない現状を見ると少し切なく感じる事があります。現在働き始めて約2ヵ月、少しずつですが直接患者さんに治療を行いながら同僚と話し合いをし、また同僚達向けの勉強会を開催する活動を始めました。

これからどのようにして同僚達の知識・技術のレベルアップを図るかを考えると悩みは尽きません。しかし日本式のやり方をそのまま伝えればいいのかというとそうではないと考えています。例えば、ベトナムでは入院中の介護やリハビリを家族が行います。日本であれば着替えやトイレへの移動、歩くりハビリなどは病院スタッフが行うことが多いですが、その役割を家族が担っています。そうすると同僚への指導の他に、本人を含めた家族への指導の仕方も重要になります。また日本では3、4年制の専門大学・大学を卒業して免許を持った理学療法士がリハビリを行います。ベトナムでは約3ヵ月の研修でリハビリ技師として働く事が出来ます。同僚の多くはこのリハビリ技師で占められるため、知識・技術を伝える際は簡潔で興味をもちやすい内容で行わないといけません。

文化の違いや言葉の壁もあいまって、時にはしんどくなる事や辛くなる事もあります。しかし国は違えど相手になる患者さんや同僚は同じ人間です。リハビリで良くなれば患者さんは笑顔でありがとうと言ってくれますし、同僚達も困った時は私を助けてくれます。協力隊として派遣され、始めは何かを変えないといけないと強く思っていたのですが、最近では現地のやり方にあった新しいものを生み出すことが大切だと改めて考えるようになりました。自分自身の健康を気遣いながら、目の前の患者さん、そして現地の人々との関わりを大切にすることがベトナムへの貢献の第1歩と信じ、これからの活動を頑張ります。



ある日の食事。家族・親戚で囲んで食べます。



ソンラのお酒。竹のストローで飲むとのこと。



ソンの風景。山々に囲まれ自然が豊かです。



職場の様子。設備は思ったより整ってます。



同僚との1枚。困った時は助けてくれます。

しが国際協力親善大使レポート

きたがわ やまと
北川 大和さん

隊次：2016年度2次隊

職種：理学療法士

派遣国：ベトナム

自己紹介

2016年11月からベトナムのソンラ省でボランティア活動をしています、北川大和と申します。青年海外協力隊として赴任し早くも1年数ヶ月が経ち、投稿も2度目となります。琵琶湖の景色が懐かしい今日この頃。この1年で気付いたことや活動などを紹介します。

活動されている国、地域の気候や文化の紹介

活動地のソンラ省は首都ハノイから西に約320km離れた山岳地帯であり、標高は平均600-700m。岩山の景色が美しい地域です。交通手段はバスを使うしかなく、首都に行く度8時間の山道を行き来します。気候は日本の四季に似ており、夏は30℃を越えますが、冬は5℃程度まで冷え込みます。家が石造りで暖房器具がほぼないため、気温より寒く感じることもしばしば。このソンラ省の特色としては少数民族が多い事が挙げられます。ベトナムの主要民族のキン族は約2割しかおらず、他はタイ族やモン族といった計13の民族で占められます。彼らは民族毎に違う言語を話し、衣食住も異なります。お気に入りにはタイ族の伝統舞踊ムアソエです。伝統の衣装を纏いながら優雅に踊る姿には心惹かれるものがあります。

活動や生活について

私の一日ですが、朝の7時半から夕方は5時半まで活動します。代わりにお昼休みは2時間、と日本より長めにあるため、昼食は一度家に帰り、ホームステイ先の家族と共に食事をとります。このように家族との時間を大切にするのはベトナム文化の1つの特徴です。仕事後は、同僚とバレーボールやバドミントンを行い汗を流しています。コミュニケーションで用いるベトナム語は発音の仕方で意味が変わるため、赴任当初は発音を間違え同僚を驚かさず事も多々ありました。1年以上経った今でこそ同僚と冗談を交わし、「ベトナム人の妻をみつけなよ」と言われることも。けれど現地の会話スピードについていくのにはまだ苦労は絶えません。帰国までにはベトナム人の妻が見つけれられる位、流暢に話せるようになりたいものです。

赴任先の病院は主に術後・発症後数週から数ヶ月の患者さんが入院又は外来で医療を受けに来ます。そういった患者さんに現地のスタッフと共にリハビリテーションを提供しま

すが、ベトナムでは理学療法士数が不足しています。日本ではリハビリスタッフは全員資格をっていますが、赴任先の科では約 30 名中、理学療法士と呼ばれるスタッフはたった 4 名しかいません。残りのスタッフは約 3-9 ヶ月の研修を受けた看護師・准医師がリハビリ技師として働いているため、専門性はまだ高いとは言えない状態です。またそれ以外にも、患者さんやその家族の意識、他病院間での連携の問題で、患者さんの症状が重症化している場面に遭遇します。日本との境遇の違いに始めは辛くなることもありました。

こうした背景の中、理学療法科の質の向上を図ることが私の活動目的です。そのための活動の一環として、知識・技術の向上を目的とし、現在約週 1 回のペースで勉強会を行っています。今でこそ軌道に乗ってきましたが、当初は苦労の連続でした。活動開始数ヶ月で勉強会を開始しましたが、慣れないベトナム語の他にも、当日に人が集まらない、またその内容を現場で活かせてないなどの問題が浮上し一時期は勉強会が行えなくなりました。私自身も何か伝えなければと焦る一方、時間だけが過ぎ去っていきました。契機が訪れたのは、赴任後約 8 ヶ月頃です。何かを変えようと一念奮起し、もう一度勉強会の開催を企画しました。現場の人が何を望んでいるのかをじっくり考え、内容も精査して行った所、同僚達だけでなく院長達の関心も得る事が出来ました。今考えると、赴任当初は現地の人に何が必要か把握出来ていない状態で企画しており、現地の人にも私自身に何が出来るのか分からない状態で、相互理解が出来ていなかったのだと思います。それ以降はこの時の反省を活かしながら、病院スタッフの協力のもと定期的に勉強会が行えるようになりました。勉強会が全てではないですが、同僚達がそれを必要と感じ、私に協力してくれる姿勢には感銘を受けました。しかし一度勉強会を開催してもすぐに結果は出ないので、その復習をどう行い、定着していくかを現在考えて実行している段階です。

これまでの活動を経て、相手の出来ていないことを指摘するのではなく、これから発展していくために必要なことをどう伝え、一緒に考えるかが大切だと改めて気付きました。日本との事情が違う中、日本のやり方をそのまま当てはめることは出来ません。しかしその中でも、例えば料理の具材も 2 つしかなければ作れるものは限られますが、新しい知識・技術を伝え、それが 4 つ、5 つになるだけでも工夫して出来ることは増えてきます。前回の投稿でも書きましたが、「現地のやり方にあった新しいものを生み出す」。そのような精神を忘れず、現地の人達がリハビリテーションの楽しさを感じながら自主的に行動できる活動を今後もしていきます。



ソンラの岩山



タイ族のムアソエ



ホームステイ先の家族



勉強会での実技指導



同僚とバレーボール大会後の宴会