

大学の世界展開力強化プログラム

ASEAN 諸国との連携・協働による次世代医学・保健学グローバルリーダーの育成

神戸大学大学院保健学研究科

西野 花菜

1. はじめに

大学の世界展開力強化事業のプログラムにより、マヒドン大学公衆衛生学部に派遣され、公衆衛生学そして特にタイにおける地域在住高齢者の健康について深く学ぶ機会を得た。また、2ヶ月間タイの現地で暮らすことで、タイのひとびとの文化や信条についても深く理解することができた。本プログラムを通じて得た学びについて報告する。

2. 留学概要

派遣期間：2016年10月1日～2016年11月30日

派遣地域/国：バンコク/タイ

派遣先：マヒドン大学公衆衛生学部

責任者：Prof. Kwanjai Amnatsatsue

3. プログラム内容

3.1. タイでの生活環境

1) 食生活

タイ市内では、屋台や市場などで安価に食物を手に入れることが可能である。屋台での食事は一食 30～40 バーツ (100～120 円) で、カレーや麺類、スープなどを買うことができる。果物や野菜、ハーブ等も 20～50 バーツ (60～150 円) で売られており容易に手に入れられるといえる。しかし、一方で揚げ物等脂質の多い食事や砂糖を大量に加えたお菓子やコーヒーも同時に売られている。会議の際には砂糖入りのコーヒーとケーキが出され、休み時間にも同様に取り扱うことが日常化している。こうした間食が日常化する背景として熱帯地域特有の暑さから食欲が減退し体力が奪われやすいため、少しずつ何度も食事をとる文化が発達してきたことがあげられる。また近代化に伴い海外からジャンクフードの文化が取り入れられたことから、肥満のリスクとなりうる食習慣が定着しやすい環境が作られていると考えられる。野菜等の栄養価の高い食材が容易に入手できる一方でジャンクフードにもアクセスしやすい中で、食習慣の選択は個人の要因によるところが大きい。個人の要因から個人が行動変容しやすい環境づくりへ拡大していくことが重要であると考えられる。タイ国民は仏教信仰、文化を重んじるお国柄である。10月のチャイニーズフェスティバルの期間

中は、信仰の理由から魂の穢れを除くために肉食を絶つ在タイ中国人たちに合わせ、食堂や市場のほとんどがベジタリアンフードを扱うようになり、多くのひとが野菜メインの食事を楽しむようになる。一方で20年ほど前にスターバックスがタイに進出したことがきっかけとなり、コーヒーを嗜む文化が定着するなど、新しいものを積極的に受け入れる文化もある。こうしたタイ文化を考慮し、おしゃれで新しい文化として野菜中心メニューの開発・情報発信等の介入が求められるのではないかと考える。

2) 交通

バンコク市内は近代化に伴い、自動車やバスの利用が増加した。こうした交通網の発達の結果、渋滞の発生とそれに伴う大気汚染の問題が日常的に起きている。2011年には、バンコク市内の大気汚染は危険なレベルに達していると報告され、モニタリングシステムが整備された。大気汚染による健康被害を防ぐために、アイドリングの制限やドライバーや歩行者、路上商人たちのマスク着用を促進する必要がある。

交通事故は、タイの死亡原因の上位にあげられる。自動二輪車を利用する者の多くがヘルメットを着用していない。また、二人乗り等も常習化しており、安い運賃のバイクタクシーを多くの人々が利用している。運転者は歩行者に気にかけることが少なく、至近距離で停車することも多い。こうした文化は交通事故のリスクを高めることから、警察による監視システムの強化や交通ルールの教育さらなるの普及が求められると考えられる。

3.2. マヒドン大学における教育体制

1) 地域看護プログラム

学部生は **Primary health center** に実際に訪問し、そこで働くさまざまな部門の看護師からレクチャーを受ける。看護師は自分自身の経験を交えながら講義を行い、学生の理解度を高めていた。また、看護師と学生の距離感が非常に近く、看護師は積極的に学生に声をかけ、学生もまた積極的に質問を投げかけていた。タイ国民のひとを受け入れやすい人柄が学習にも反映されていると感じた。

大学院生のほとんどが、看護師として実際に働きながら週末に大学院で地域看護の講義を受けるというスタイルをとっている。院生は毎年ひとつのコミュニティを対象として、継続的に実習を行う。はじめに実際にコミュニティ内を地区視診し、フィールドマッピングを行う。こうして完成した地図をもとにコミュニティの健康課題を抽出し、地域住民に報告し課題解決について議論を行う。このように地域住民と継続的に関わりを続けるなかで、大学院生は地域住民とヘルスボランティアが用意してくれた昼食をともにし交流を深めていく。タイの文化では、同じテーブルを囲み食事をとることは家族のように近い関

係として受け入れることを意味している。このように、現地での実習を重ねながら地域住民と親しくなることで、より健康課題の解決に両者が深く介入し協力するシステムが構築されると考えられる。

2) NGO/他の教育機関との協働

マヒドン大学は NGO/他の教育機関との協働を行っている。タイはヘルスボランティアが発達するなどより地域に密着した村レベルの機関の役割が大きい。そのため村レベルの機関と NGO が協働し、より地域に根ざした活動がしやすいと考えられる。

またマヒドン大学は海外の教育機関との連携も多く、毎年多くの学生が海外への交換留学に参加している。交換留学に参加する学生は、英語のネイティブの教師に事前にレクチャーを受けることが義務付けられている。また、図書館には様々な分野の最新の国際ジャーナルが開架されている。こうした環境が整えられていることは国際的な視野を広めやすいと考えられる。

3.3. 地域在住高齢者と健康

1) 高齢者の現状

本プログラム中に行ったインタビューを通じて高齢者の生活を支えるシニアクラブを継続したいとリーダーが考える理由には、国王の教えを実践するため、地域の経済力を高めるため、健康増進のためと様々な理由が挙げられた。そうした高齢者のニーズにあわせて、身体能力の低下により体操などの活動ができないとしても、人と交流し地域の一員であるということを再認識することで活動性を保持することがシニアクラブの役割として重要であると考えられる。

高齢者の健康の保持増進の秘訣として、呼吸法が挙げられた。深く息をするひとは心が落ち着いており物事に応じない、一方で呼吸が浅い人は短気で心が落ち着かないと信じられている。こうした考えが浸透した背景には、タイヨガや太極拳、瞑想などの文化が古くから浸透してきたことがあげられる。また、老化により活動性が衰えたとしても、呼吸法であれば簡単に活用できることから、高齢者にとって習慣化しやすい健康活動であるといえる。

2) 高齢者と地域のつながり

仏教の信仰、国王の教えがコミュニティへの支援の基盤となっている。仏教の行いの一つである **tum boom** は、僧侶や貧しい人々、そして自分の身近な人びとに奉仕することで徳を積むという考えが元となっている。こうした奉仕の文化は、地域で高齢者が亡くなった

時に渡すお見舞金を地域住民全体で積み立てるための **funeral group** や地域住民間での介護用具を貸し出しなどのシステムを促進しているといえる。そして、毎月仏教の日には、地域住民は寺院に訪れ祈りを捧げる。こうした定期的な地域での仏教行事は、地域行事への参加を促すと同時に地域への帰属意識を再認識するきっかけとなる。また、元国王は、家族や近隣住民が支え合う関係性が重要であることを教えとして伝えてきた。そうした考え方は地域住民の認識にも強く影響を及ぼしており、シニアクラブのリーダーの信条にもなっている。

高齢者にとって“幸せな生活”は、家族と暮らすこと、いつまでも活動的であること、自分でお金を稼ぎ続けること、友人と過ごすこと等があげられた。こうした生活を実現していく上で、高齢者はコミュニティへ出て人と関わり社会活動に参加する必要がある。それは高齢者が地域でのつながりを持ち続けることにつながると考えられる。

地域住民同士は互いをよく知っており、近い関係性を築いている。そのため、高齢者が外出時には近隣住民が自然と見守りを行うことになり、道に迷うなどのトラブルに遭遇しても、近隣住民が助けることができる。

3.4. 地域プロジェクト

1) Royal Project

タイ王室によって行なわれている **Royal Project** は、地域醸成および公衆衛生の発展に貢献している。故プミポン国王は” 足るを知る経済” を基盤としタイ国民の生活を向上させるために 3000 以上のプロジェクトを立ち上げた。**Royal Project** は、農業や公衆衛生、水資源などの 8 つのカテゴリを対象としている。故プミポン国王は、タイ国の各地を巡り調査を実施することで、その地域ごとの課題をアセスメントし課題に取り組んできた。そうした取り組みにより、タイ国民の栄養状態の向上や地方の貧困地域の労働支援、水害の予防など様々な成果が得られている。またこうした事業について、タイ国民は学校でも教育を受けており、後世にも伝えられている。そのためタイ国民は公衆衛生や **Royal Project** について理解があり、関連する介入についても受け入れやすい文化を持っているといえる。

2) One Tambum, One Product

One Tambum, One Product は地域にひとつ特産品を作り、ブランドとして売り出していく事業である。また、この事業で販売されるものは、衛生面や安全性が保障されていることから、消費者のニーズが高い。そのため、**One Tambum, One Product** の製品を求め、多くの消費者が販売する地域を訪れ、その地域にお金を落としていく。そこで得られたお金が地

域の経済活動を活発にし、社会支援の充実につなげることができる。地域の社会支援を促進していく上で、こうした市場との連携が重要な資源になりうることを学ぶことができた。

4. 最後に

今回の留学では、公衆衛生、特にタイにおける地域在住の高齢者の健康について学ぶことが大きな目的であった。コミュニティ内でフィールドワークを行い、そこで生活する人々の生の声を伺うことができたことで、タイの地域保健、特に高齢者の健康について深く学ぶことができた。非常に残念なことであるが、滞在中にタイ国民に非常に愛されていたプミポン国王が亡くなられた。実際に喪に服し悲しみにくれるタイの人々の話をうかがうことで、国王の業績と国民との関係を深く理解することができた。12月には新国王が即位された。これからの新しい時代にタイ国民の悲しみが癒えていくことを祈るばかりである。

最後に本プログラムに参加するにあたって支援をしてくださった皆様に深く感謝いたします。

