

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地域保健学領域

坪井 大和

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、タイのマヒドン大学 (Mahidol University) 理学療法学部に派遣され、ヘルスプロモーションおよび地域理学療法について学ぶ機会を得たので、以下に本プログラムを通して得た経験について報告する。

2. 留学の概要

派遣期間：2017年2月4日～3月20日（45日間）

派遣地域：タイ王国

派遣先：マヒドン大学理学療法学部（Salaya campus）

責任者：Assistant Professor Dr. Pakaratee Chaiyawat

3. 留学プログラム

初めの4週間は、マヒドン大学の理学療法学部が設置する Postgraduate Diploma Course の中の一つである地域理学療法のコースにてプログラムを体験した。本コースにおいては、以下のプログラムを体験した。

- ・在宅における理学療法
- ・地域在住高齢者や介護者、患者団体に対する健康教室
- ・ヘルスプロモーションに関する講義

残りの2週間は、タイで最も大きく、深い歴史を誇るシリラート病院や、理学療法士が運営するクリニックにて臨床実習を体験した。

■ 地域理学療法での経験

在宅における理学療法

タイは、発展途上国であり、社会保障サービスが十分に整備されないうちに、

高齢化が急速に進んでいる。そのため、日本と異なり、介護保険制度のような社会保障が整備されておらず、体系的に地域、在宅における高齢者サービスが充実しているとは言えない現状にある。

滞在期間中に **Diploma Course** の学生のケーススタディーに帯同し、4 ケースを経験した。各ケース、複数回の訪問を重ね、患者の評価、プログラムの立案、治療を共に行った。

ケーススタディーでは、**ICF (International Classification of Functioning, Disability and Health ; 国際生活機能分類)** モデルを軸にディスカッションを進めていった。このモデルは日本のリハビリテーション分野でも広く用いられているが、私自身も含め、実際に利活用できている人は少ないように感じる。しかし、ケーススタディーの中では、**ICF** の最大限の利活用していた。特に印象的だった点は、**ICF** のモデルにおいて、患者の視点と理学療法士の視点を徹底して明確にしていた点である。我々、ヘルスケアに携わる職種は、医学などの知識があるが故に、患者のニーズに関しても、自分の視点というバイアスがかかりやすいように思う。そこを意識した上で、患者の本当に求めている真のニーズを捉え、そこに向かって、我々理学療法士の評価や治療をつなげていく必要がある。非常に基本的なことであるが故に、意識のしにくい部分を再認識できたことは、今後の理学療法士としてのキャリアのすべてに応用できると感じた。

また、地域理学療法を行なっていく上で重要と感じたのは、各地域や各家庭の特徴を知ることである。今回、大学周辺にある別々の 3 つの地域にある家庭を訪問した。各家庭が存在する地域の特徴は異なり、特にどのような産業が発達しているのか、周辺環境は整っているのかなどは、社会参加を考慮する上で、把握しておくべきであると感じた。また、タイでは貧富の差が大きく、家庭によって、モノ・ヒト・カネという資源には大きく差があり、その中で、柔軟に、かつ、ベストを尽くすことが重要であると感じた。これらの情報を把握するために、日頃より理学療法に限らず、地域とのつながりを深めておく必要がある。

また、指導をいただいた **Pakaratee** 先生の地域理学療法、もとい、ヘルスプロモーションの魅力について述べた言葉が印象に残っている。病院やクリニックで働いているだけでは、そこに通院・入院できる人しか対象にできない。特にタイでは、重症だが様々な事情が絡み受診しない・できないというケース

と、健常もしくは病気一歩手前という未病のケースにアプローチすることができるのが魅力であると言うのである。自ら地域に出向き、患者を捉えにいくという視点では、攻めの理学療法と考えることができるだろう。改めて、地域理学療法、ヘルスプロモーションの魅力が再認識できた。



健康教室

また、滞在期間中に2度、健康教室を企画、運営する機会を得ることができた。その内の1つは、地域在住の約100名の高齢者の方に対して、「The health of elderly “How to bring away / prevent from the joint pain” というタイトルで関節の痛みに関する健康教室を開催した。企画段階では、全体の流れ、各セッションの流れ、会場セッティング、備品準備などを行なった。しかし、当日会場に向かうと、事前に打合せをしていた会場のセッティングとは大きく異なっていた。タイムスケジュールも他のプログラムとの兼合いで変更を余儀なくされた。また、屋外レストラン内での開催ということも相まって、様々な予測できないイベントが起こったが、スタッフ全員が柔軟に対応し、無事成功した。私自身が得られた教訓がいくつかある。

まず1つ目に、準備の重要性である。企画の段階から、ステークホルダーと十分にコミュニケーションをとることで、ステークホルダー間の相互理解を深める必要があることを学んだ。そして、2つ目に、柔軟に対応することである。このように大勢が参加するイベントの際には、様々な予期せぬイベントが起こりうる。まずこのことを理解して、備えておく必要がある。そして、予期せぬことが起きても、落ち着いて対応することが重要となる。そして、3つ目にベス

トを尽くすことである。このようなイベントの際には、ベストな環境下で行えることは非常に稀であり、基本的には何かしらの制限のもとで行わざるを得ない。我々はこのような事態に遭遇すると、変えられない制限の部分にばかり注目をしてしまう傾向にある。しかし、制限ではない、制限のもとで何ができるかということに注目をしていくことが、困難を打開する上で重要であると学んだ。



ヘルスプロモーションの講義

講義として、ヘルスプロモーションにおいて重要となるモチベーション、コーチングについてのレクチャーを受けた。モチベーションの講義において、最も印象的であったのは、患者の変わろうとするモチベーションを高めるためには、まずは患者の真のニーズを知ることであり、そのニーズを知るために最も重要なことは、患者との信頼関係であるという。そのため、何においてもまずは患者との信頼関係を築くことから始めなければならない。また、コーチングのクラスにおいても多くの学びを得た。まず医療者はティーチングを好んでする傾向にある。これは一方的に自分の知識を患者に伝えることである。しかし、最も重要で効果的なのはコーチングである。ここでいうコーチングとは、対話によって相手の自己実現や目標達成を図る技術であるということである。あくまで我々は患者の解を導きだす手助けをするのであり、解を導くのは患者自身であるということをおぼろげに忘れてはならないということをおぼろげに学んだ。

■ 病院・クリニック

タイの理学療法士は、日本の理学療法士とは異なり、開業権が認められている。そのため、タイにおいては多くの理学療法士がクリニックを営んでいる。ク

クリニックを運営する場合には、理学療法士はまず初めに患者の診断をしなければならない。そして、いわゆるレッドフラッグサインがなければ、患者の評価、治療へと移行する。レッドフラッグサインが疑われる場合には、医師の受診をすすめる。そのため、社会的責任の範囲がより広く、以下にレッドフラッグサインをスクリーニングするかというリスクマネジメントが重要となる。また、理学療法士の診断は、単に病名をつけるのではなく、治療方針を導くものでなくてはならないとクリニックの理学療法士の先生が教えてくれた。例えば、腰の痛い患者の医師の診断は、しばしば「腰痛症」となる。一方、理学療法士の診断は単に「腰痛症」ではなく、「筋筋膜性腰痛症」「椎間関節性腰痛症」などとなる。このようにより詳細な診断名を下すことで、治療方針を導くことができるのが理学療法士の診断である。

4. タイの文化・環境

食文化

タイの食事は非常に安価であり、屋台や市場に行けば、一食 30～40 バーツ（約 90～120 円）で十分である。タイは特に外食文化であり、頻繁に外食をしている。また食事は香辛料がほとんどの料理に使用されており非常に辛く、塩分も多いように感じた。一方で飲料の1つとして、お茶は砂糖が使用されているケースがほとんどである。ショッピングセンターには日本料理や韓国料理が非常に多く入っている。

公共交通機関・環境

タイの首都バンコクは世界的にも交通渋滞がひどい国で有名である。しかし、BTS スカイトレインや MRT（地下鉄）などが整備され、渋滞の深刻度は改善していきっているというが、日本人にとっては堪え難い交通事情であると言える。現在も BTS の路線延長工事が行われており、今後徐々に改善していくと思われる。また、バリアフリーなどの環境整備は課題が多い。特に問題と感じたのは、ショッピングセンターや駅の環境は整備されていても、そこに行くにあたって使用する必要のある歩道に多くの障害物がある点である。障がい者や高齢者が安心して、社会に進出するために環境整備が期待される。

宗教

多くのタイ国民は上座部仏教である。そのため、毎週欠かさずお寺に通うという人も多い。しかし、上座部仏教の中でも、信仰度は人によって異なり、お寺に寄付を多くすることで幸せを願う人もいれば、寄付などはあまりせずに信仰をするという人もいる。週末にはテンプルフェスティバルという祭もよく開催されている。

最後に、本留学をするにあたってご支援をいただいた皆様に深く感謝申し上げます。

