パラグアイにおけるJICA海外協力隊看護師隊員としての活動

Nursing activities as a member of the Japan Overseas Cooperation Volunteers in Paraguay

深町眞璃子
Mariko Fukamachi
JICA海外協力隊
Japan Overseas Cooperation Volunteers

【はじめに】

筆者は2022年5月から2024年5月までの2年間JICA海外協力隊員としてパラグアイに派遣され、首都アスンシオンからバスで4時間の場所に位置するグアイラ県内の家族保健ユニットで活動を行った。

家族保健ユニットは、保健医療サービスの改善を目的に2008年から全国808か所に設置されており、管轄地域の住民に対し、内科診療、予防接種、健康教育、家族計画指導、妊婦健診等の一次医療を無償で提供している。

隊員への要請内容は、地域住民に対する健康教育の実施、健康教育教材の開発であった。

この2年間での活動や学んだことを報告する。

【方法】

配属された家族保健ユニットでは2年間を通して配属先に来院する患者(毎週約30-40人程度)の診察前バイタルサイン測定を担当し、その都度助言を行った。また管轄地域の住民の健康問題の把握のため、地区調査を行った。

さらに、パラグアイで活動する医療隊員数名とともに医療部会を結成し、各隊員の配属先での活動を共同で行ったり、非医療隊員からの依頼に応じてイベント時の健康教育、健康チェックなどを実施した。

本報告については個人が特定されないように配慮した。

【結果】

地区調査の結果、18歳以上の成人*における22.4%が高血圧、5%が糖尿病であり、筆者の周りにいたパラグアイ人は男女ともに肥満体型且つ高血圧を気にする人が多かった。パラグアイの文化として食事は味付けが濃く、野菜に対し肉、炭水化物の摂取割合が多く、高カロリーな物が多い。またバイクや車での移動が主で運動習慣が少ない為、生活習慣病罹患のリスクが高い。患者は基礎疾患の治療中であっても、薬を自己中断したり、生活習慣が乱れていたりとコントロール不良な患者が多かった。また小学生と関わる中で幼少期から体の構造について学ぶ機会が少ないことが分かった。以上のことから、生活習慣病患者に対する健康教育、子どもたちに対する健康教育、そのほかの地域住民に対する健康教育と対象を3つに分け、配属先と協働して住民が自身の身体を気遣えるような介入を行うことを目標に活動を行った。

患者に前回値を確認することにより、患者自ら測定値を比較する姿が増えた。また来院する子供たちに自作絵本を通して健康への理解が深まるよう健康教育を積極的に行ったり、同僚とともに小学校へ出向き出前授業を行った。継続して教材を使うことで子供たちが配属先に来て自ら教材で遊ぶ姿や、絵本を暗記してくれる姿があった。また、筆者が子供に対し読み聞かせる時に保護者も一緒に聞き、内容を繰り返し子供に確認する姿が見られる場面もあった。その他、同僚が定期的に作成する各月または各季節の健康啓発掲示物に筆者の作成したチラシが活用されたり、作成した子供向け教材が診察待ちの子供に対して同僚が使用する姿があった。

医療部会の活動として、非医療隊員配属先の青空市での健康教育・健康チェックを実施した。依頼隊員の配属先からの意向で青空市での健康チェックについては隊員の帰国後も地域の人たち自身で行えるよう、地域の看護学校と相談し、現在は医療部会が参加しなくても地域の看護学生、看護師による青空市での健康チェックが継続して実施されるようになった。

*パラグアイでは18歳以上で選挙権が与えられるが、成人年齢は20歳となっている。この調査では18歳を成人として結果をまとめた。

【まとめ】

筆者の2年間の家族保健ユニットでの活動では受診する患者に対して診察前のバイタルサイン測定の際に助言したり生活習慣病に関する健康教育を行うとともに、子供たちに対しては絵本を利用しての健康教育や小学校での出前授業等を行った。これらによって子供も含めて患者の病気に取り組む姿勢に変化が見られ、家族への影響も観察され、筆者の活動は一定の成果があった。さらに作成した健康教育教材は今後も同僚に活用されることが期待される。

また医療部会による地域での活動は地域の人によって継続して実施される仕組みを作ることができた。

派遣された当初は協力隊として日本から行かせてもらう以上、何かを残さなければならないと焦ることも多かったが、活動を行う時は同僚、地域の方々の協力があって成り立つものばかりで、2年間多くの人に助けてもらい、たくさんのことを教えてもらった。特に活動を行う中で、他国に入り活動させてもらうという自分の国では味わうことのできない立場を学んだ。当たり前ではあるが、どの国も地域もそこにいる人たちで社会は機能してる。外から入る私たちはよそ者として地域社会に入れてもらっている姿勢を忘れてはいけないと同時に、その中でそこに住む人たちと馴染み、ともに協働できるかが大切であると学んだ。今後国際協力に関わる時、また日本で暮らす中でもこの学びを活かし働いていきたい。2年間の筆者の活動がパラグアイの人々へ少しでも良い影響になれば幸いである。

【利益相反】
本報告における利益相反はない。