

谷村 千華さん（鳥取県米子市出身）

JICA 草の根技術協力事業

案件名：マニラ首都圏低所得者層地域における生活の質改善を目指した糖尿病
予防プロジェクト

実施団体：国立大学法人鳥取大学 実施国：フィリピン

2019年9月22日（日）中国新聞 SELECT 掲載



※中国新聞社の許諾を得ています

糖尿病患者 支援の輪

フィリピンでは、ライフスタイルの欧米化とともに糖尿病有病率が年々増えている。糖尿病には生活習慣が関係しているため、患者は自分の血糖値や心身がどのような状態であるのかを知るために定期的な健診を受け、食事療法や運動を生活に取り入れ、自己管理をしていく必要がある。

対象地区は低所得者地域で、医療者や設備不足の問題を抱えている。鳥取大は国際協力機構（JICA）の草の根技術協力事業を活用し、2017年から患者ピアリーダーの育成に力を入れ、患者同士が助け合うピアサポートシステムを強化してきた。現地の医療スタッフと協働してワークショップと健診事業を開催し、糖尿病の知識提供だけでなく、患者支援に役立つコミュニケーションスキル、血糖測定などのトレーニング、太極拳やズンバなどの運動機会を提供してきた。

活動の当初は、ピアリーダーの糖尿病に対する知識不足もみられ、健診時の身体測定や血糖値の測定も不慣れだった。しかし今では、健診の準備から片付け、想定外の出来事への対応まで、適切に行動できるほどに成長し、その姿は意気揚々として自身に満ちているように見える。

また、ピアリーダーは定期的に自分たちの仲間である患者全体への糖尿病教室を開いており、自主的に糖尿病クイズや食事指導などに取り組んでいる。このような活動を通して、ピアリーダーだけでなく、患者全体の糖尿病知識も向上してきた。今後もピアリーダーの活動を支え、患者全体の健康状態の向上を期待したい。



キャプション：

クイズを通して糖尿病について学ぶ患者たち