

赤木 千香さん（広島県岩国市出身）
2018年度1次隊 青年海外協力隊
派遣国：フィリピン 職種：公衆衛生
2019年7月28日（日）中国新聞 SELECT 掲載



※中国新聞社の許諾を得ています

生活習慣病 予防を指導

「マアユン・ブntag（おはよう）！」。辺り一面に広がる田んぼと道路の両脇にそびえ立つココナツの木の間に自転車で駆け抜けながら、住民と元気にあいさつを交わす。どんなに落ち込んでいても、この瞬間に「今日も頑張るぞ」と前向きな気持ちになれる。

青年海外協力隊としてフィリピンのレイテ州マタグオブに派遣されて1年になる。看護師の経験を生かし、地域保健事務所で住民に生活習慣病予防を行っている。「一緒に食べよう」と1日3回ほどおやつタイムに招き入れてくれるのは、フィリピン人のおもてなし食文化だ。月に1回のフェスタと呼ばれるお祭りでは、振る舞われる大量のごちそうを楽しんでいる。



キャプション：
村の住民に生活習慣病の予防を促す保健指導

その一方で、糖尿病や高血圧などの健康問題が深刻化している。貧富の差が大きく、経済的事情により血液検査はもちろん血糖測定すらしたことがない人が多い。そんな中、症状がない生活習慣病の予防を促すのは至難の業だ。

糖尿病や高血圧は合併症が深刻で、公的保険が十分でないこの国では患者だけでなく家族も家計的に共倒れしてしまう。気づいた時には重症化しており、働くことも病院に行くことすらもできない姿に何度も胸が苦しくなった。

お金がないから命を諦めざるを得ない。そんな苦しい選択をさせたくない。だからこそ私はどんなに困難に感じてもフィリピンの人が健康であることを楽しんでもらえるように、残りの任期を失敗と挑戦を繰り返しながら粘り強く予防と管理の大切さを伝えていきたい。