

## マラウイ共和国における高血圧対策・コミュニティ啓発プロジェクト

世界高血圧デー記念イベントをリロングウェ県カサンプウェ村で開催

— 「予防」へのシフトを目指す「ZeHyM」プロジェクト、

現地メディアも大きく報道 —

### 成人の約 32%が高血圧と推定されるマラウイで対策強化

2026年5月17日、マラウイ共和国リロングウェ県カブドゥラ管区カサンプウェ村(Kasambwe Village)にて、世界高血圧デーに伴う高血圧対策の啓発イベントが盛大に開催されました。

本イベントは、「2025年度採択世界の人びとのための JICA 基金活用事業」の援助の下、特定非営利活動法人健康長寿研究教育センター、東海大学医学部及び現地パートナーである Moyowathu Health Services 等と連携して推進している「ZeHyM (Zero Hypertension in Malawi: マラウイ高血圧ゼロモデル) プロジェクト」の一環として実施されたものです。イベントには、地域の最高指導者であるカブドゥラ大首長 (Senior Chief Kabudula)をはじめとして、医療専門家、コミュニティボランティア及び多くの地域住民が参加しました。

#### ■ 実施の背景とマラウイの課題

マラウイ共和国では、現在、成人の約 32%が高血圧を患っていると推定されており、主要な公衆衛生上の大課題となっています。しかし、公的な医療基盤が不十分であることに加え、多くの患者が「自覚症状がない」ために未診断のまま生活を続けており、突然脳卒中や心疾患により倒れるなどの深刻な事態につながっています。そのため、従来の発症後の治療から、地域資源を活かした「住民主体の予防・早期発見」への転換が急務となっています。

#### ■ プロジェクト「ZeHyM」の概要とアプローチ

地域住民が主体となって互いの健康を守る持続可能な仕組みづくりを推進しています。

- **地域ボランティアの育成:** コミュニティ内のボランティアが血圧測定技術や健康知識を習得し、各家庭を巡回してスクリーニングを実施。
- **医療機関とのシームレスな連携:** スクリーニングで高血圧の疑いがある住民を検知した場合、現地の医療従事者に紹介しフォローアップを行う体制の構築。
- **生活習慣改善の啓発:** 喫煙、過度な飲酒、運動不足、そして塩分や油分の過剰摂取といった、予防可能なリスク要因について住民への直接的な意識改革(ヘルスリテラシー向上)を推進。スパイス等を用いた減塩食のクッキングデモンストレーションの実施。

## ■ 具体的成果

本イベントは、単なる式典にとどまらず、文化やエンターテインメントを通じて住民のヘルスリテラシー向上を促す、極めて実践的なコミュニティイベントとして行われました。

### 指導者による率先した行動と呼びかけ

地域の最高指導者であるカブドゥラ大首長 (Senior Chief Kabudula) 自らが、住民の目の前で率先して血圧測定を受診。高血圧が「サイレントキラー」であることを強調し、コミュニティ全体に対して、手遅れになる前にスクリーニングを受けるよう強く呼びかけました。

### 伝統文化や演劇を交えた啓発活動

会場では、現地の伝統的なダンスが披露されたほか、高血圧の危険性や定期的な血圧測定の重要性を分かりやすく伝える「啓発演劇(ドラマ)」が上演されました。文字に頼らない視覚的・文化的なアプローチにより、参加した多くの住民が楽しみながら高血圧対策への理解を深めました。

### 医療専門家からのメッセージ

カブドゥラ・コミュニティ病院 (Kabudula Community Hospital) の院長が登壇し、医療の最前線における高血圧患者の現状を報告。日々の生活習慣の改善と、地域での早期発見体制がいかに命を救うかについて、医学的な見地からスピーチを行いました。

### 持続的な活動を支える機材贈呈

プロジェクトの継続的な運用を支援するため、式典内でプロジェクトからコミュニティに血圧測定器 1 台の贈呈式が行われました。これにより、住民が日常的に自らの健康状態を把握できる環境づくりがさらに一歩前進しました。

## 現地メディアに掲載

<https://www.facebook.com/100064481388635/posts/1442612764564756/?rclid=CaHXIAwubc0wRk2a#>

<https://mw-nation.com/malawians-urged-to-test-for-hypertension/>

## ■ プロジェクト基本情報

- **プロジェクト名:** Zero Hypertension in Malawi (ZeHyM) Project
- **協力機関:** 独立行政法人国際協力機構 (JICA)
- **実施団体:** 特定非営利活動法人 健康長寿研究教育センター/東海大学医学部
- **相手国側実施・連携団体:** Moyowathu Health Services、地域コミュニティ (T/A Kabudula)
- **対象地域:** マラウイ共和国 リロングウェ県カサンブウェ村 (周辺管区を含む)
- **事業実施期間:** 2025年10月～2027年3月

**PRESS RELEASE**



本事業および本イベントの取り組み内容について、ぜひ取材をご検討ください。

【本件に関する問い合わせ・申込先】

JICA 横浜 市民参加協力課: 亀井  
電話: 045-663-3251 e-mail : [victpp@jica.go.jp](mailto:victpp@jica.go.jp)