

「青年海外協力隊」

# 井上 守江

INOUE Morie

## インドで出会った 貧困という現実

「今日は手洗いの練習をしましょう！指の間、手首もしっかり洗うのがポイントです」

中央アジア、ウズベキスタンにある小学校の教室。一人の日本人がイラスト入りの教材を使って、手洗いのやり方をやってみせる。それを真似する子どもたち。彼らに教えているのは井上守江さん。この国の人々の健康を守るために活動する青年海外協力隊員だ。

# JICA Volunteer Story

PROFILE

1982年茨城県出身。大学卒業後、看護師、保健師として勤務。退職後、2011年9月から、青年海外協力隊(保健師)としてウズベキスタンで活動。



イラスト入りの教材を使って手洗いの方法を小学生に教える井上さん

# 「正しい知識を身に付けて 健康な日々を送ってほしい」

ウズベキスタン北西部では、栄養の偏りや環境の変化から生活習慣病の人が増えている。青年海外協力隊の井上守江さんは、人々の健康改善に役立つよう、啓発活動に取り組んでいる。

高校生の時に読んだ本がきっかけで、貧しい人々に手を差し伸べ続けたマザー・テレサに興味を持った井上さん。大学に入り、インドのマザー・テレサの施設で、孤児の世話などのボランティアを経験した。「食べるものがない、家がない、家族がない……。私たち日本人にとって当たり前のものが、施設の人たちにはありませんでした」。

その衝撃が彼女を突き動かす。開発途上国の人たちの役に立ちたい。大学卒業後は日本の病院で看護師として働き、その後、病气予防のために教育や健康相談などを担う保健師に。その経験を生かし、社会人7年目で協力隊への参加を決めた。

## 現地の生活に根差した 健康改善の教材作り

配属先は、ウズベキスタン国内にありながらも、独自の憲法や習慣、言語を持つカラカルパクスタン自治共和国の保健局。この地には、隣国カザフスタンとの間にアラル海と呼ばれる塩湖があるが、1960年代から枯渇が進んでいる。「水が減るにつれて湖の塩分濃度が高くなり、人々が使う地下水にも影響が出ています。食事で取る塩分の量も増え、初めてお茶を飲んだ時はあまりのしょっぱさに驚きました」。こんな食生活で大丈夫なのか。そう感じていたところ、案の定、高血圧や心疾患、糖尿病といった生活習慣病に悩む人が増えていた。

しかし、その原因や改善策について学ぶ機会がなく、知識のない人がほとんど。健康に興味があっても、予防に関心がある人が少なかった。そこで井上さんは、彼らに生活習慣病についての知識を身に付けてもらうべく、リーフレットやポスター、紙芝居などを作って、啓発活動に取り組むことにした。



a.HIV/エイズ予防のポスターの出来栄について保健局の同僚と話し合う  
b.井上さんたちが作成した教材。パソコンがなくても講義ができるよう工夫している  
c.手作りの教材を使って、小学生に薬物乱用防止の講義をする保健局の医師  
d.大規模なかんがいによる取水で干上がったアラル海。今ではさびついた船が残るだけだ

しかし、いきなり大きな壁にぶち当たる。何をやるにも、現地の言葉で書かなければならない。しかしこの土地で話されているのは、カラカルパクスタン語という珍しい言語。「文章だけ同僚に書いてもらうこともできませんが、内容を確認したり訂正したり、情報を追加することができません。でも、言葉を学ぼうにも教科書もなくて……。そこで井上さんは同僚に教えてもらいながら、一から単語、文法、発音を勉強。「カラカルパクスタン語を話す日本人は、今のところ私だけみたいですよ」と、その努力を笑って振り返る。

毎月、生活習慣にかかわる病气、感染症、母子保健などの分野からテーマを2、3個決めて、同僚たちと意見を出し合いながら教材の内容を吟味していく。「万国共通の病气であっても、予防法はその土地の習慣や、宗教、文化によって変わります」と井上さん。例えば、家族や友人との食事が最も重視される文化のあるカラカルパクスタンでは、「塩分の多い食事はやめましょう」ではなく、「控えましょう」という表現の方が受け入れられやすいという。

これまでに作成した教材は28テーマ。病院や学校、公民館、市場、軍の施設など、人が集まる場所に置いてもらった。また、保健局の医師などが病院や学校で行う講義の資料としても活用されている。「イラストがあって見やすい!」「これを見て子どもが手洗いの練習をするようになった」と、在庫がなくなるほど好評だ。

「見知らぬ土地に来て、本当にたくさんの人に助けられました。だからこそ、仲良くなったみんなにもっと健康になってほしいと思うんです」と井上さん。彼女が愛情を込めて手作りのものは、これからのこの地で人々の健康を支え続けるに違いない。

