

# 私の国際協力経験と今

杏林大学  
保健学部 理学療法学科  
石井博之

# 私の学生時代

国立療養所

東京病院付属

リハビリテーション学院

→寮生活をしながらの3年間

平凡でいたい  
目立ちたくない



何かおもしろいこ  
とをしたい

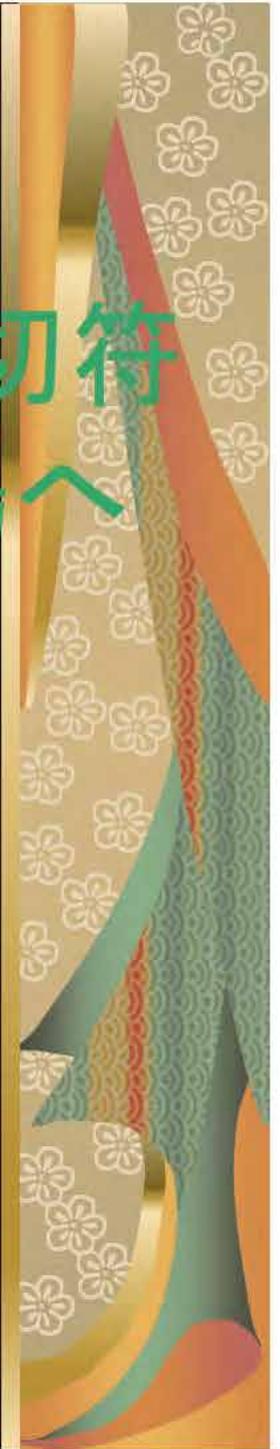
人生を楽しみたい

自分はいったい何をしたいの  
だろう？

# 初めての旅行



青春18切符  
で小豆島へ

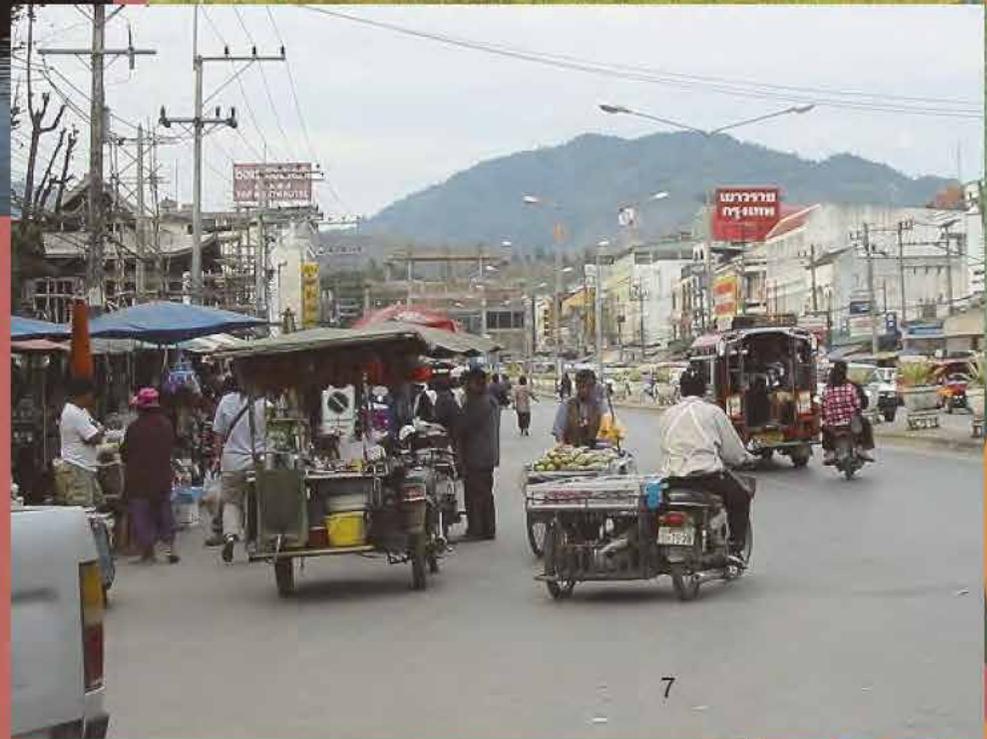
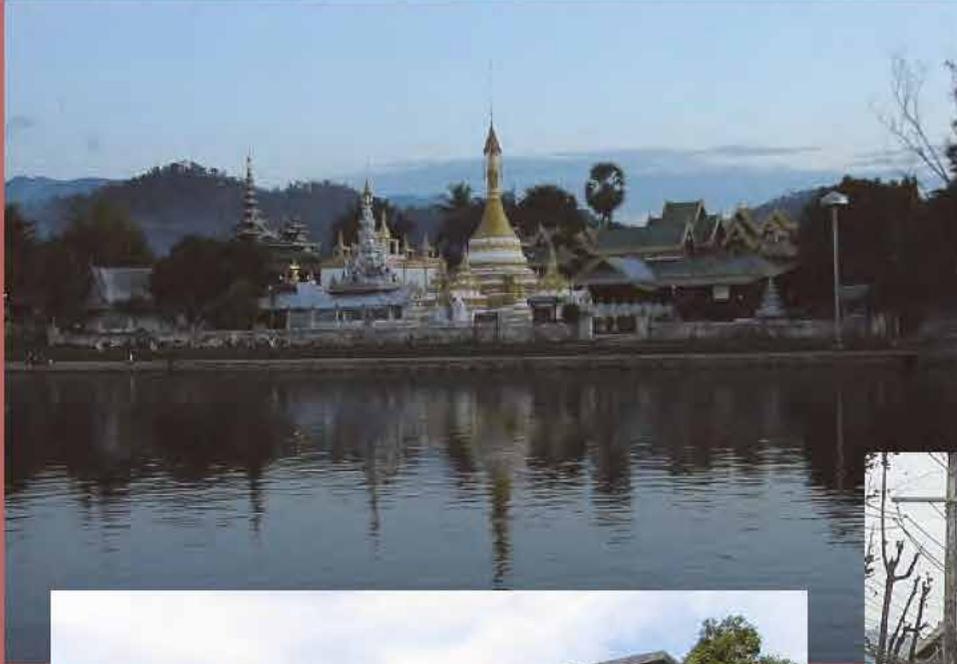




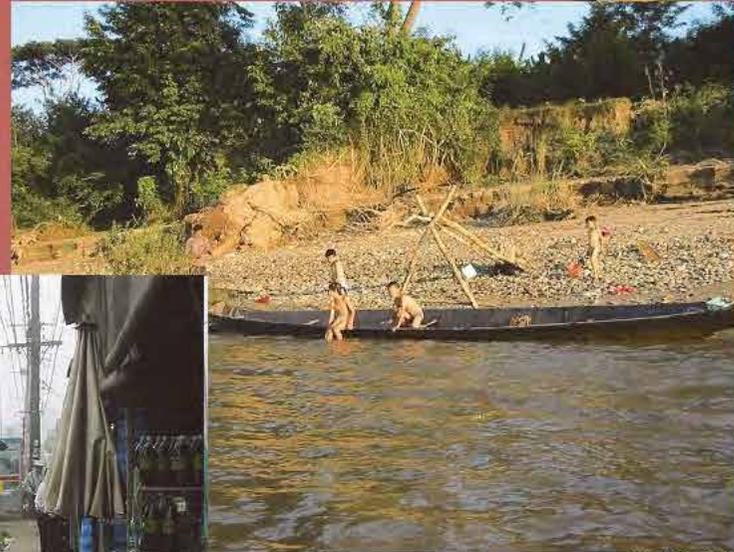
# 3年生夏休みの北海道旅行



# 冬休みにタイランドへ



# 人々の暮らしにカルチャーショック



この時の感覚って...

自分の体内リズムとタイ  
の人々の動きや空気が  
同期する感覚

空気・におい・音

人生でまずやりたいこと

やっぱり世界  
はおもしろい

世界を見てみたい

東南アジアに住みたい



先生に相談



青年海外協力隊を知る  
⇒しかし臨床経験は必要



神奈川県身体障がい者  
総合リハビリテーション病院に入職  
(3年間)



3年後マレーシア (平成5-1)

帰国後、中米へ旅行



千葉県総合リハビリテーションセンター  
ミャンマー・インド・イスラエルへ旅行



青年海外協力隊調整員として  
JICAマラウイ事務所へ

帰国後、国際医療福祉大学  
(栃木)



中国・ベトナム



ヨルダン



療護施設の施設長(栃木)



杏林大学

# マレーシアでの 青年海外協力隊活動



























# マラウイでの ボランティアコーディネーター活動

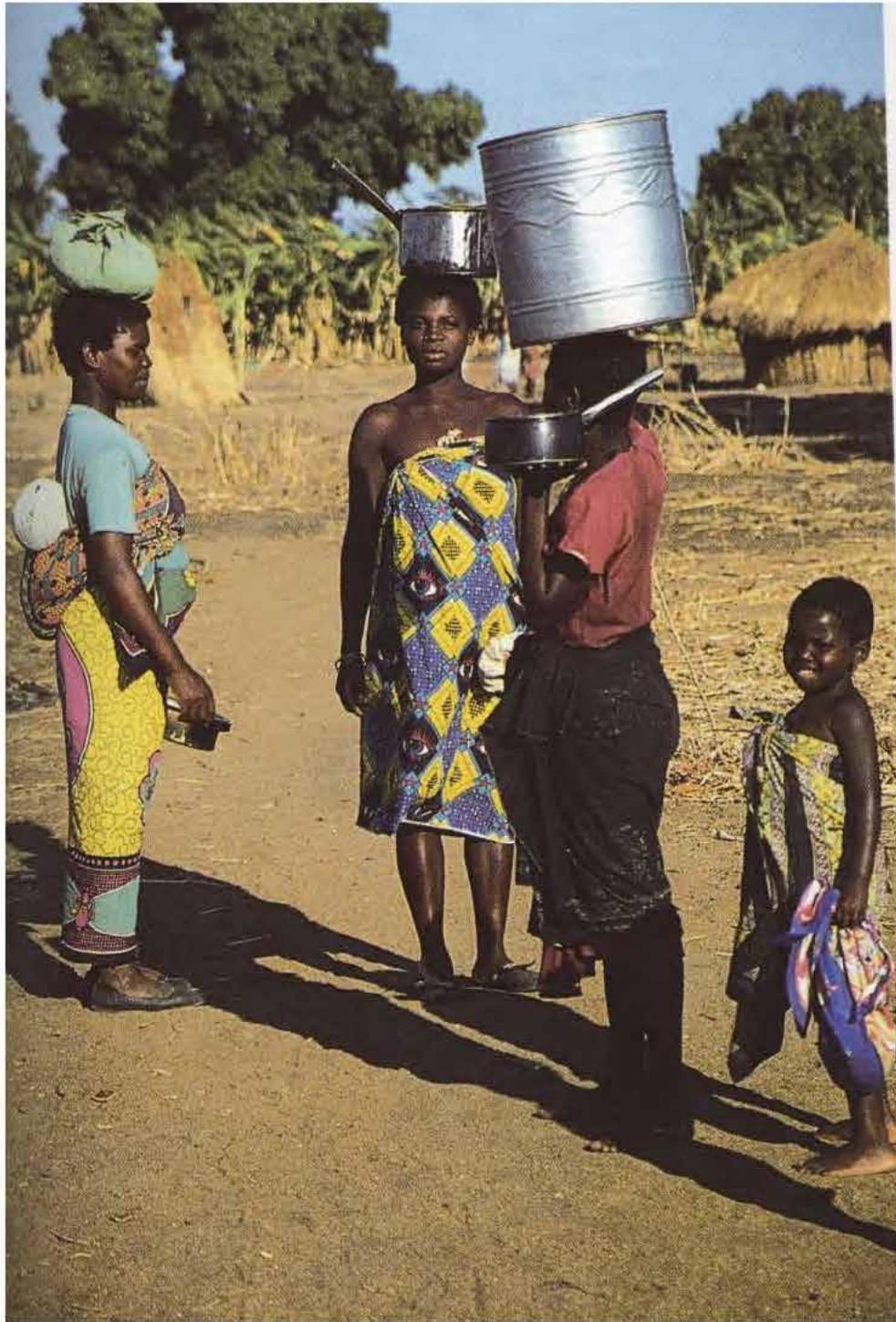




# マラウイの概要

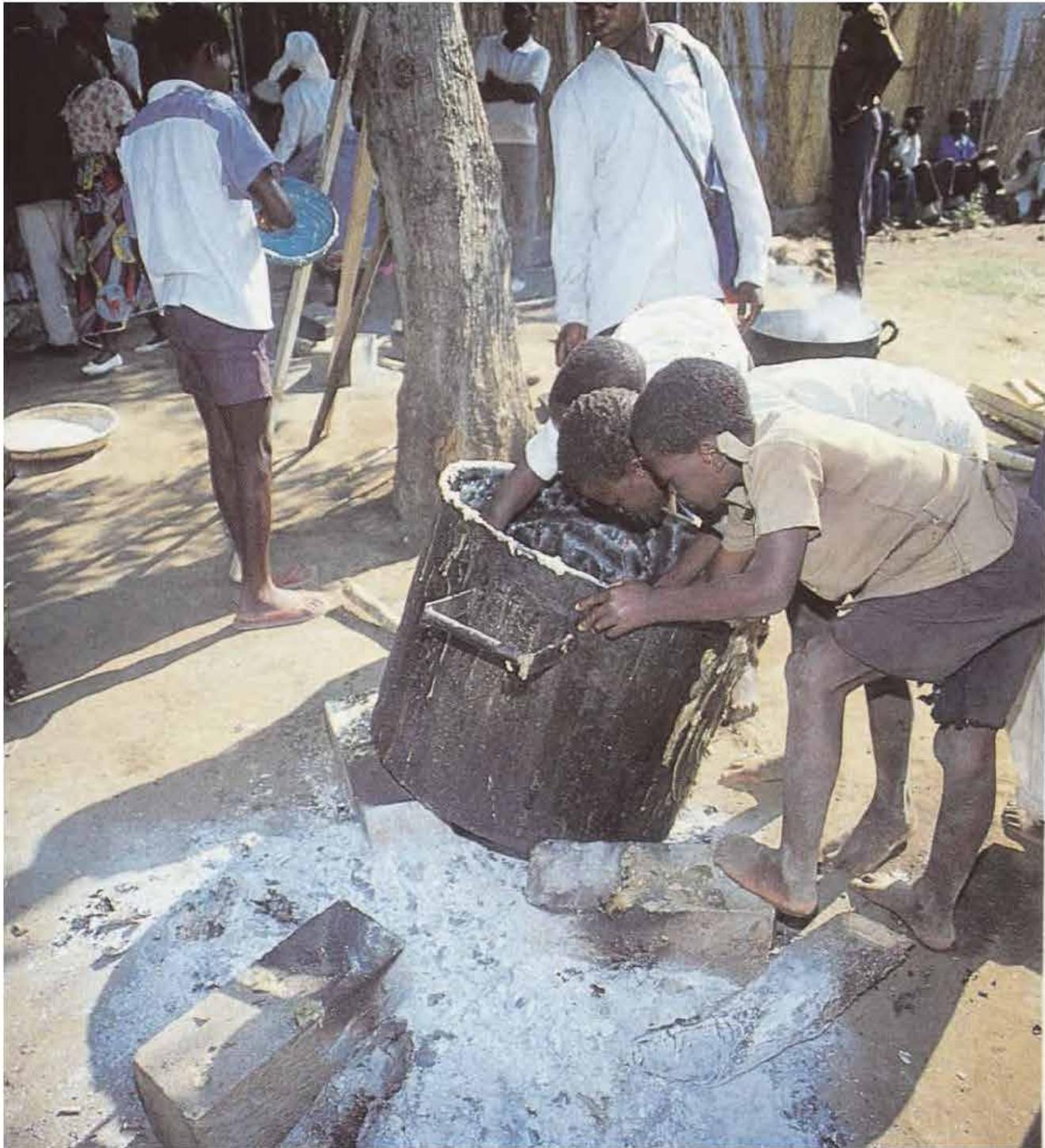
- 人口: 1250万人
- 面積: 118,000平方キロメートル(日本の約1/3でほぼ北海道と九州を合わせた面積に等しい)
- 地形: アフリカ大陸の赤道より南に位置し、タンザニア、ザンビア、モザンビークの3国に囲まれる南北に細長い内陸国。
- 気候: 熱帯サバンナに属するが、降水量が比較的多く、緑豊か。
- 経済: 農業が主産業でタバコ、紅茶、コーヒー、綿、砂糖が主な輸出品。
- 宗教: キリスト教75%、イスラム教20%、伝統的宗教5%
- 国民一人当たりのGNP: 210米ドル('98年)
- 歴史的背景: 1964年英国から独立。1993年に民主化要求が高まり、1994年に現大統領が就任。

マラウイの人々









# マラウイでの リハビリテーション

がんばるLocal OT in  
Zomba Mental  
Hospital

















物はなくても  
アイデアで勝負









EQUIPMENT REQUISITION

DATE: 30/4/20

WHEEL CHAIRS

SIZE

NAME

ISSUE

REMARKS

DISBURSEMENTS

DATE

BY

UNIT

REMARKS

DATE

BY

UNIT

M.A. 2

DATE

BY

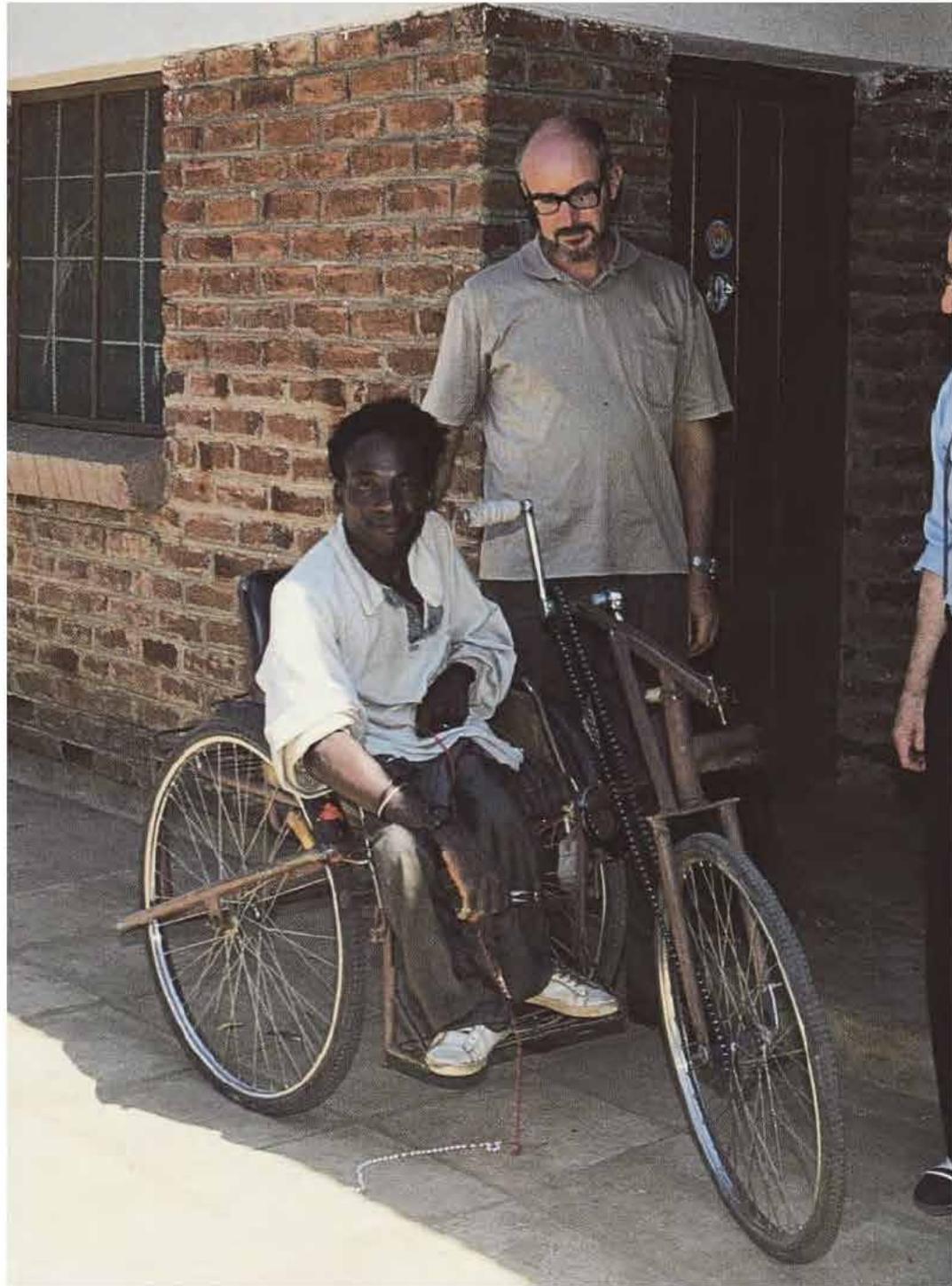
UNIT

REMARKS

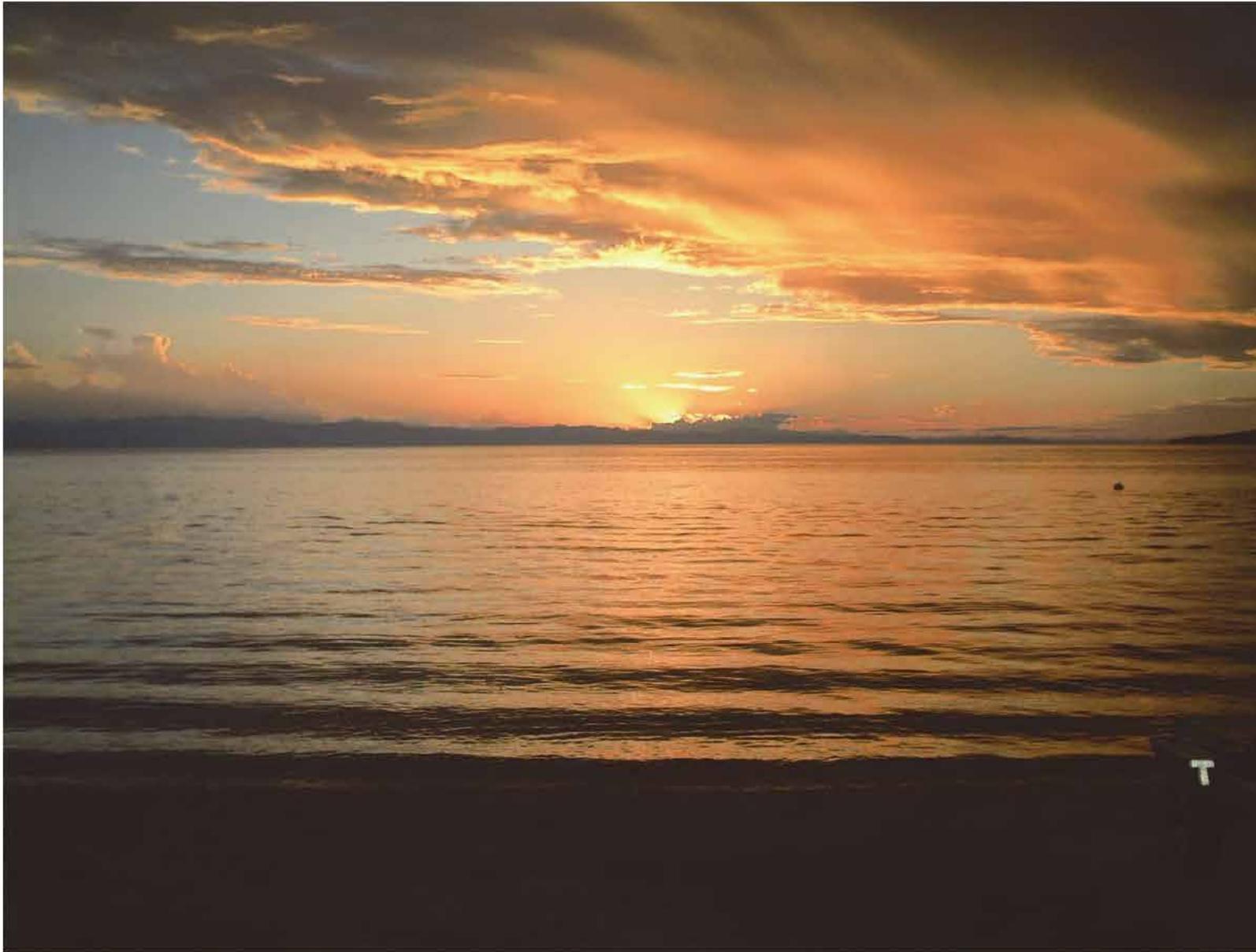














# ベトナム・ホーチミン市で の障がい児支援







# 小児整形外科リハビリテーションセンター 障害児デイケア

- 1980年代に欧州NPO「ハンディキャップ・インターナショナル」の支援により設立された。
- デイケア児童数：約50名
- 年齢層：3歳～18歳
- 障害の種別：脳性まひや筋ジストロフィーなど身体障害児が大半、他ダウン症・自閉症・ADHD等の知的障害のある児童
- スタッフ数：9名（教員2名・介護6名・用務員1名）
- 両親が支払うデイケア費用：毎月約3400円







# この子たちに我々ができることって？

- 今の生活を変えたい  
寝たきり、友だちとの関わり、食事
- 数日間の滞在期間
- できる限り低コストでできること
- やったことをその後も持続させたい
- みんなを喜ばせたい

そこで我々は椅子(座位保持)を  
作ることにしました。

- 現地の誰もが手に入る材料で、
- できるだけ簡単に作れ、
- しかも効果があるようにしたい































# 今後の展望

- 国際協力はしたいけど、仕事を辞めるのはちょっと.....  
→年休・夏休みを利用(1週間位)でできるプロジェクト
- 観光旅行よりも充実した日々を  
→子どもの笑顔と人々とのふれあい
- その後のビールはうまい！！

# ベトナムで椅子造りプロジェクト日程 (案)

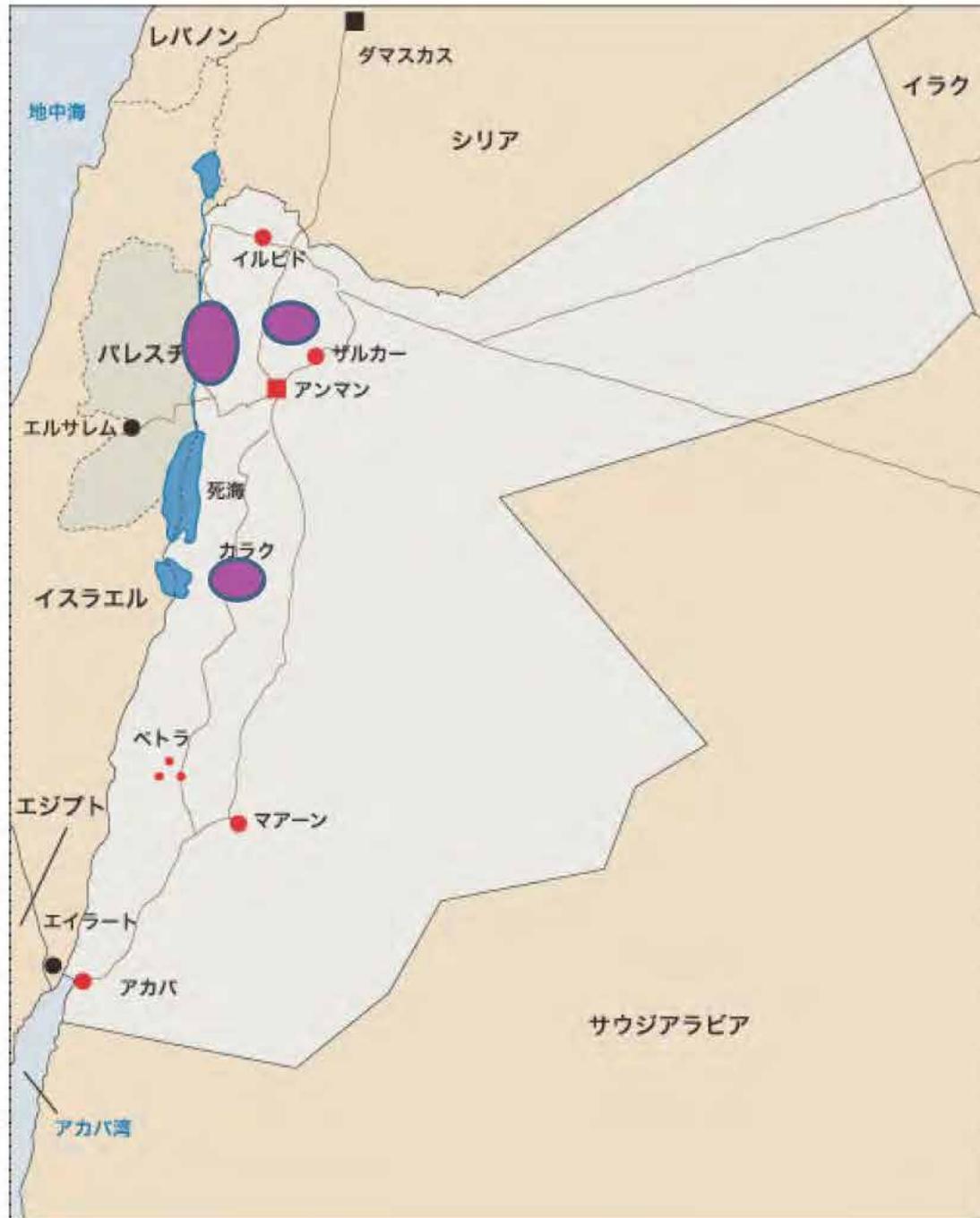
週末を利用して椅子作りの講習(1~2日程度)

- 1日目: 移動(成田ーホーチミン)
- 2日目: 施設訪問
- 3日目: 市場などで必要物品購入
- 4日目: 施設訪問・椅子作りなど
- 5日目: 予備日
- 6日目: 観光
- 7日目: 帰国(ホーチミンー成田)

# ヨルダンでの地域生活 障がい者支援







# 基本データ

- (1) 面積: 8.9万平方キロメートル(日本の約4分の1)
- (2) 人口: 535万人(2005年)
- (3) 言語: アラビア語(公用語)、英語も通用
- (4) 宗派構成: イスラム教93%、キリスト教等7%
- (5) 全人口の約7割に相当するパレスチナ系国民を抱えるため、パレスチナ情勢やイラク情勢等国外の情勢変化の影響を被り易い
- (6) ヨルダンには、非産油国であり、めぼしい外貨獲得手段のない脆弱な経済構造をもつため、恒常的な国際収支の赤字が続いている。

\* 外務省基礎データ

# 中東戦争

パレスチナ地方をめぐる、[イスラエル](#)と[アラブ諸国](#)の間の戦争。

〔第1次中東戦争〕

[パレスチナ戦争](#)ともいう。1948年5月、イスラエルが建国すると同時に、エジプト・シリア・ヨルダン・レバノン・イラクが同国に侵攻。イスラエルが逆に、パレスチナの大部分を占領したところで停戦となった。

〔第2次中東戦争〕

スエズ戦争ともいう。1956年にエジプトが[スエズ運河](#)国有化を宣言すると、イスラエル、ついでイギリス・フランスがエジプトを攻撃。国際世論の非難を受け停戦、撤退した。

〔第3次中東戦争〕

6日戦争ともいう。1967年6月、イスラエルが奇襲作戦をしかけ、国連決議で停戦するまでに短期電撃戦でシナイ半島、ゴラン高原など自国の3倍の地を占領した。

〔第4次中東戦争〕

1973年10月、エジプトとシリアがイスラエルを攻めた。17日間の戦闘後引きわけの形で停戦。アラブ諸国は、イスラエルを支持する国に石油を売らない戦術をとり、世界を石油危機(オイル=ショック)におとし入れた。





























# 彼女への支援

## <目標>

裁縫を会得し、地域の公民館で衣服の修繕により、現金収入を得、役割を担う。

## <必要な支援>

裁縫の技術習得

現金の計算能力

コミュニティーメンバーへの啓蒙 等々...



## <医学的リハビリテーション支援>

屋外歩行能力の獲得

補装具の支給

# くどいようですが...

彼女が歩けるようになるには医学的リハビリテーション支援が有効。

彼女が歩ければ、地域に出ることができ、地域参加の機会が得られる。

ただし歩けるようになっただけでは、地域参加できない。

→参加が可能な地域造り

# これから

- 地域での健康寿命延伸への取り組み
- 日本と海外
  - 日本人として 理学療法士として

健康寿命延伸プロジェクトの一部紹介

スポーツ機会の提供プログラム

# 地域の方々との交流から 運動継続に関する問題

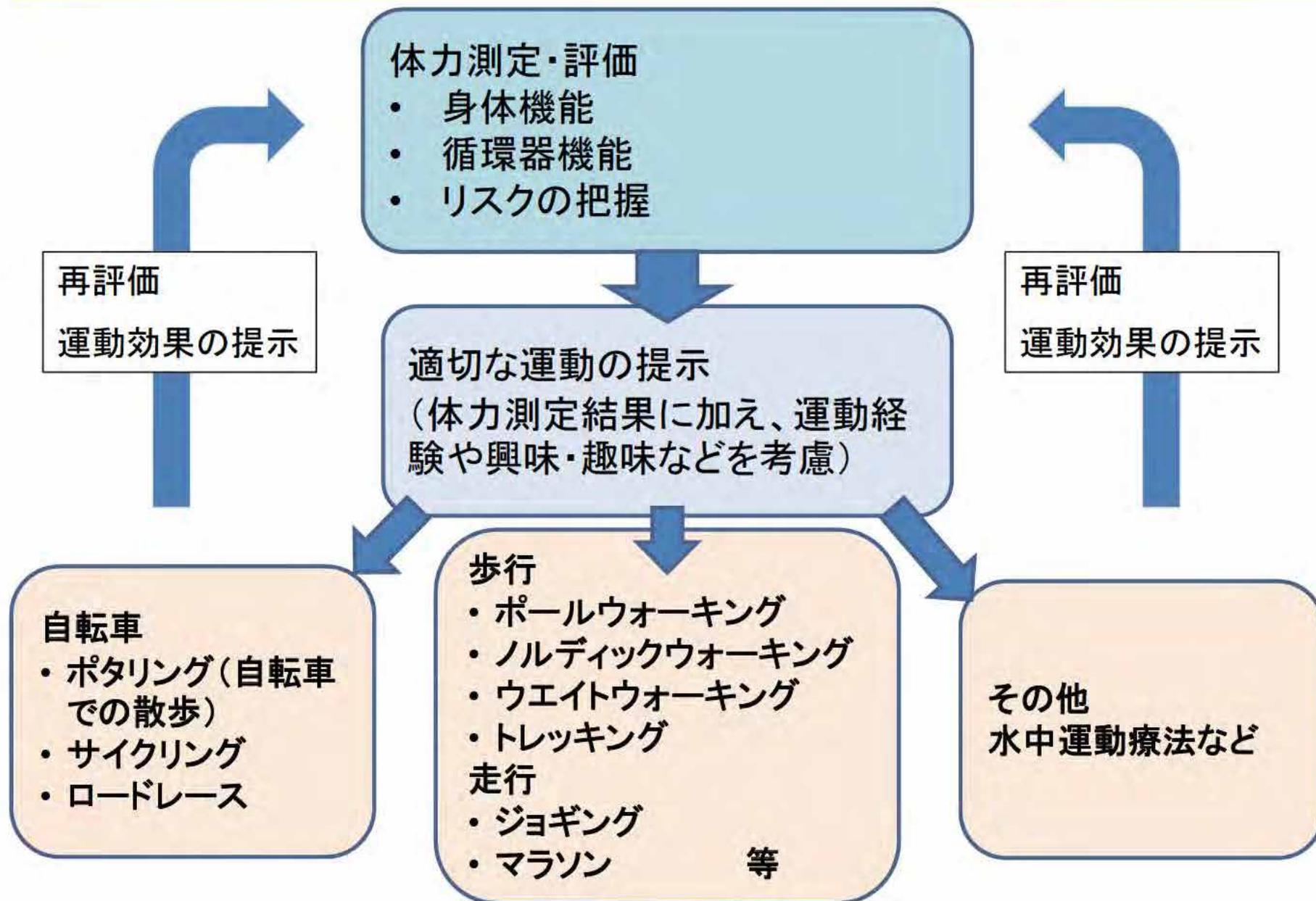
- 日常の運動量が少ないこと、運動の大切さは理解しているが、始めるきっかけがない。
- 運動は始めたが、楽しくないので続かない。
- 運動をするとその後の筋肉痛や腰痛などがつらいので継続できない。
- やせたいなどの目的があるので運動しているが、効果が無い。

## その主な目的

個々人の運動能力や身体機能を評価し、適切な運動を楽しく継続するためのサポート。

またそれによって健康で充実した人生を送れるようになること。

# 「生涯スポーツの機会提供」プログラム:概要





## プログラムの実際 1 心肺運動負荷試験による身体機能評価



## プログラムの実際 2 個別の運動相談



### プログラムの実際 3 個別の運動能力・体力評価(主に学生が実施)



体力測定と身体機能評価  
に基づき、運動開始のため  
の助言と運動指導を行う。

## プログラムの実際 4 運動開始のための助言と運動指導



## プログラムの実際 5-1 運動種目の多様性を提言



## サイクリング講座と 走行会

プログラムの実際 5-2  
運動種目の多様性を提言

# 震災後長期避難生活へのケア







# 今後の方向性

## 5年目を迎えて

被災前は多くは漁業・農業従事者  
(津波被害>地震被害 沿岸部に被災者が多い)

大きな家屋と肉体労働  
→仮設住宅と長期の避難生活



体力の低下・運動不足



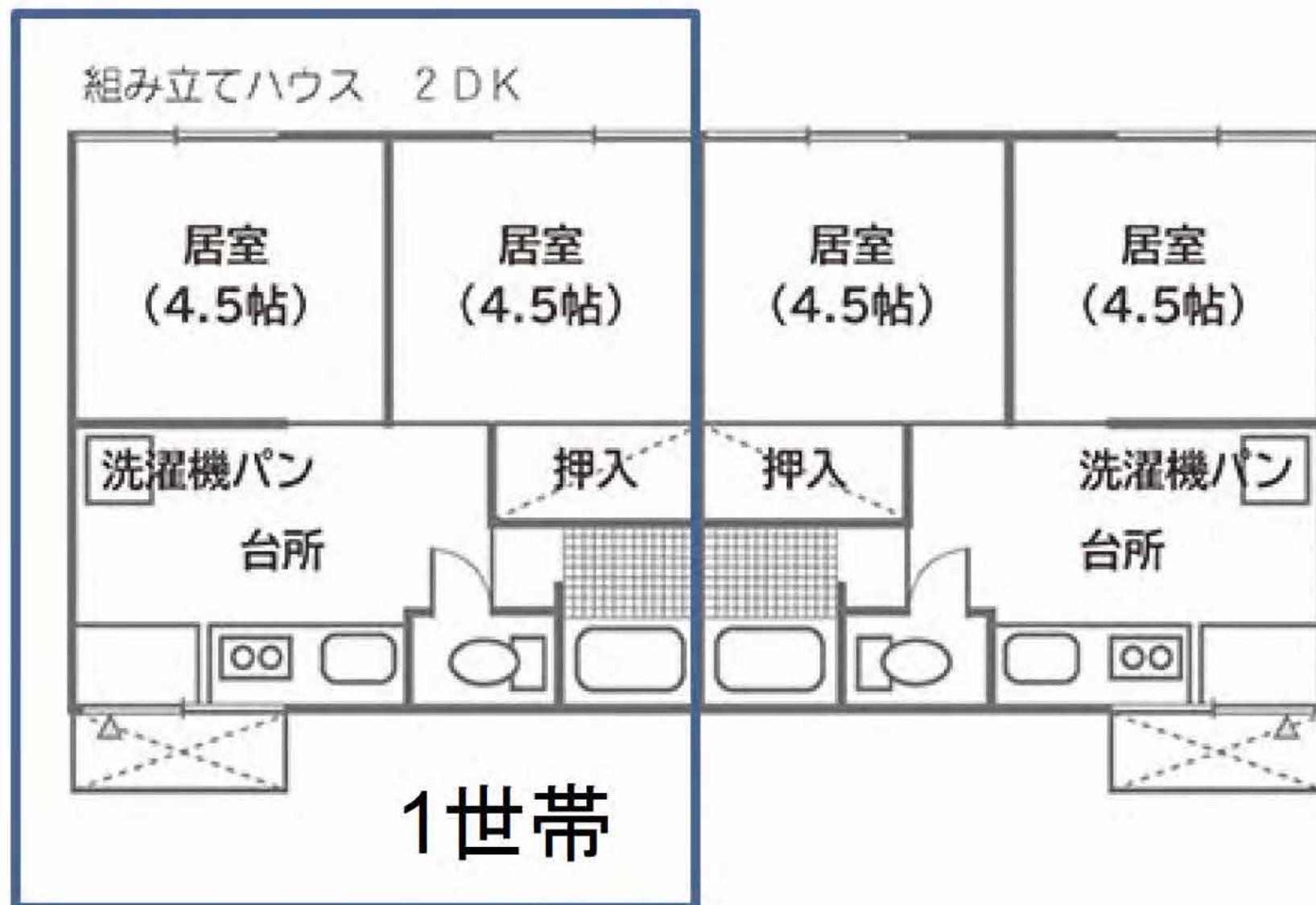
生活不活発病

(ロコモーティブシンドロームやメタボリックシンドロームなど)





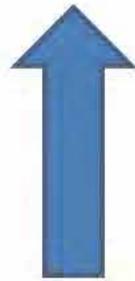
## 応急仮設住宅の標準的な間取り



# 我々のできること・すべきこと

生活不活発病

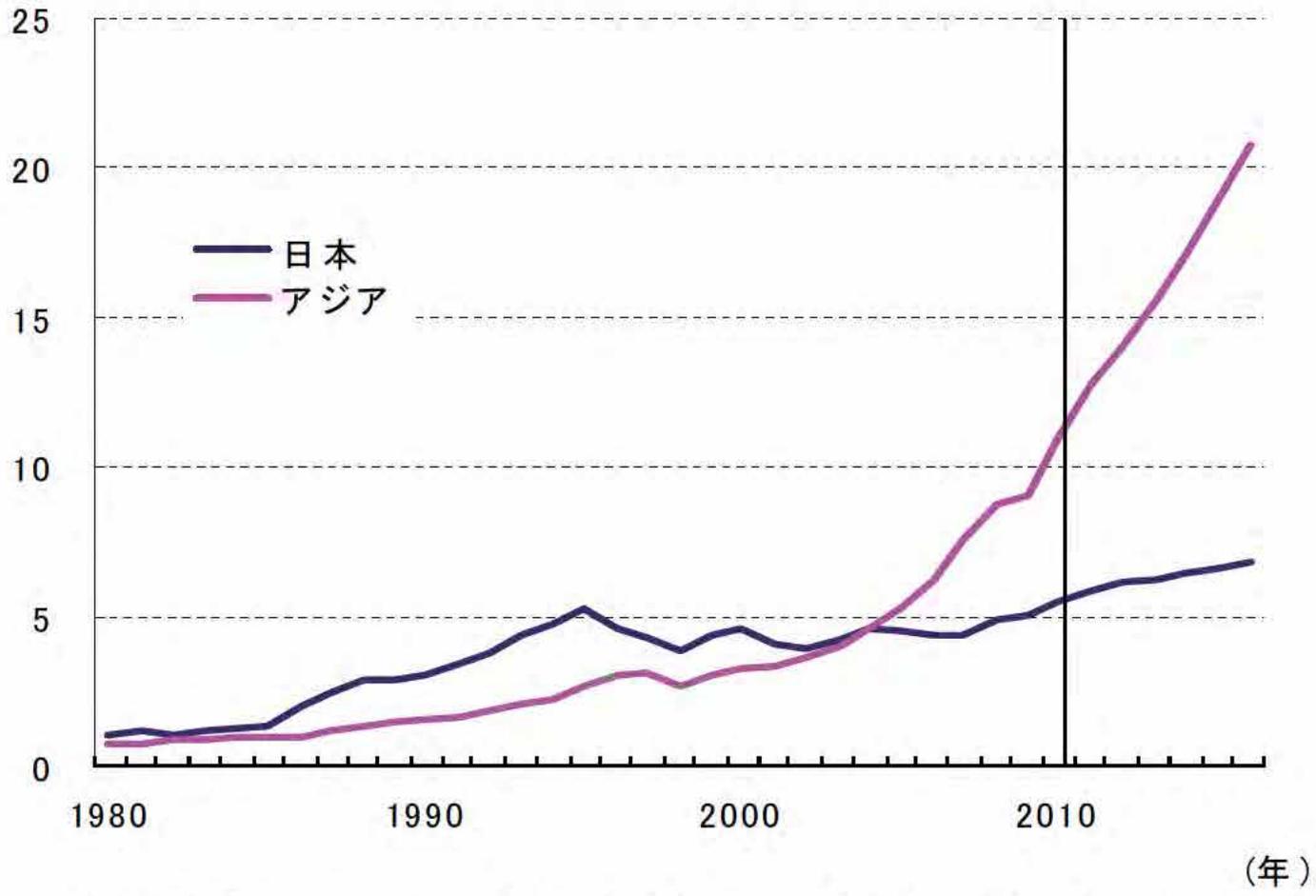
(ロコモーティブシンドロームやメタボリックシンドロームなど)



これをどう防ぐか？

(兆ドル)

図表 名目GDPの推移



(注) アジアは中国、NIES(韓国、台湾、香港、シンガポール)、ASEAN5(タイ、マレーシア、インドネシア、フィリピン、ベトナム)、インド

(資料) IMF, *World Economic Outlook Database September 2011*