

アンコールチュムプロジェクト開始記念号

晩秋の頃、皆様方におかれましては益々ご健勝の事と存じ上げます。残暑も急に終わりを告げ秋がいきなり到来いたしました、寒暖の差が激しい中体調管理にお気をつけ下さい

今号は6月2日から6月4日にかけて行われたアンコールチュムプロジェクト開始セレモニーにSUMHを代表して参加された錦糸町クボタクリニック橋崎さんの寄稿とSUMH10周年寄稿文を併せてお届けいたします。

I 理事長挨拶

SUMH理事長 青木 勉

Ⅱアンコールチュムプロジェクト式典訪問報告

SUMH監事 橋崎 由起子

ⅢカンポジアでのSUMH活動案内 1シェムリアップODでの活動案内

SUMH理事長 青木 勉

2アンコール・チュム病院に精神科外来開設

SUMH理事 窪田 彰

皿特別寄稿 SUMH10 周年に寄せて 1SUMH10 周年に寄せて

多文化間精神医学会理事長 野田 文隆

2モニタリング調査と、もう一つ別の支援的な介入を 創りたいという夢想 SUMH理事 手林 佳正

* * * * * * * * * * * * * * * * * *

I理事長挨拶に替えて

「SUMHで私がやりたいこと」

SUMH 理事長

総合病院国保旭中央病院神経精神科主任部長 青木 勉

私が、医師を志した原点として、国際医療協力があります。なぜ、国際医療協力なのか。恵まれない人々のために役に立ちたい。そのような気持ちが原点にあったと思います。ここでいう"恵まれない"とは、どういう意味なのか。医師を目指した中学3年生の時点では、経済的なことを中心に考えていました。それが、開発途上国への関心につながったと思います。しかし、齢を重ねた今、恵まれていないとは、経済性よりむしろ人との関係性のあり方や、生き甲斐といった、より心理社会霊的な希薄さであると考えるようになりました。ですから、私が現在やりた

3カンボジア精神保健活動の自立を目指して

SUMH理事 青木 利江子

4SUMH10 周年に寄せて SUMH監事 橋崎 由起子

5『活動を知ってもらう~支援の輪を広げるために~ 』

篠原慶朗

6カンボジアとの出会い SUMH理事 窪田 彰

編集後記

岡 一朗

発行:途上国の精神保健を支えるネットワーク Supporters for Mental Health; SUMH

* * * * * * * * * * * * * *

いことは、社会的に孤立している人々への協力です。 精神障害、とくに統合失調症や、双極性障害といっ た重度の精神障害を患っている人々の存在を知って いただき、国の垣根を越えた、社会的支援の輪を作 りたいと思います。開発途上国で大多数の方が住ん でいる農村で地域精神医療を行い、そのモデルを啓 蒙することで、精神障害で心理社会的に孤立しがち の人々の頸木を少しでも軽くしてあげたいと思いま す。

具体的には、この10年間、SUMH がカンボジアで行ってきた様々な活動を再評価して、次のステップであるカンボジア国内で地域精神医療モデルの普及に努めたい。そのために、現地にもっと長く、もっと多く関わって行きたいと思っています。今後も、会員の皆様方の温かい御支援をいただき、次の10年をより素晴らしいものにして行きたいと思っています。宜しく御願い致します。

2010年(平成22年)10月1日(原則的に季刊)

Ⅱアンコールチュムプロジェクト式典訪問報告

たった一人でカンボジアに・・・? 不安だったカンボジア3日間の旅 ーアンコールチュムプロジェクト開始セレモニーに参加してー

SUMH監事 クボタクリニック看護師 橋崎 由起子



◆シェムリアップ保健局、現地スタッフとともに

シェムリアップ空港の暑く湿った空気の中に降り立ったときの「とりあえず無事に到着したなあ。」という安堵感を今でも覚えています。でも肝心なのはその後の入国審査でした。カンボジア政府からの許可証は空港にピサル(SUMH カンボジア代表者)が持ってきてくれているはずなのですが、「ピサルに会える前に何かあったらどうしよう」「英語で対処できるかしら・・・?」と、まだ日本にいるときから不安が募っていました。しかしそんな心配はまったく無用だったようで、呼りと入国できていまい、書類を手にして迎えに来てくれたピサルも「えーっ、これ必要なかったのー?!」と力が抜けている様子でした。

私のカンボジア滞在は6月2日・3日・4日の実質3日間でした。私にとって6年ぶり2回めのシェムリアップはすっかり様変わりして見えました。町には近代的なビルが増え、舗装されていなかった道路もきれいに舗装されていました。私が泊まったホテルはプリンス・ド・アンコールといって昨年11月に環太平洋精神科医会議が行われたホテルで、きれいで部屋も広いし日本語を上手に話す親切で感じの良いスタッフがおり、とてもリラックスして過ごせました。(朝食のバイキングもおいしかったです。)

カンボジアでの初日は州病院内にある SUMH のオフィスを訪れたり、ピサルやバナック(SUMH カンボジアスタッフ) といっしょにシェムリアッ

SUMH ニュースレター第34号

プに住む患者さん宅に訪問に行ったりしましたが、この時期特有の豪雨に何度も遭遇してびしょぬれになりました。翌日にアンコール・チュムに行く道は大丈夫かとピサルたちが心配していましたが、それは翌日ピサルが借りた4駆のレンタカーでアンコール・チュムに向かってみてわかりました。

途中まではふつうに舗装された道路だったので すが、町を出たあたりからまったく舗装されてい ないうえ、その日も何度もあったスコールのせい でぬかるんだ道路が続いていました。日本では考 えられないくらいに弾む車体に不安を覚えながら 車内の取っ手に必死でつかまっていましたが、と うとう車がスリップしてぬかるみにはまりこんで しまいました。道路の溝に転がり落ちる寸前でし た。「こんなんで無事にたどり着けるのかし ら・・・?」と不安になっているのは私だけで、 皆は冷静にロープで車体を引っ張り上げ、「ノープ ロブレム!」と涼しい顔でまた車を発車させ、私 が泥だらけになってしまったスニーカーを気にし ながら「次にはいったい何が起こるんだろう・・・」 と考えているうちにアンコール・チュム病院に到 着したようでした。

アンコール・チュム病院ではすでに皆がほぼ集まっている様子でした。これからこのプロジェクトの拠点となる建物の中でセレモニーは行われました。緊張しながら席に着くと、周囲には州保健局長のディブンチェン氏をはじめ、アンコール・チュム病院長、アンコール・チュム副地区長、(あとから地区長も到着しました)このプロジェクトで診療をしてくれるソバンナラ医師、看護師、他にも病院のスタッフと思われる人たちが10数人参加していました。

まずは病院長のあいさつから始まり、その次にピサルがスピーチをしました。ピサルは SUMH の歴史や活動内容、そしてこのプロシェクトについて話しているようでした。(セレモニーで話されるクメール語をすべてバナックが私に英語で通訳してくれたのですが、私はそもそもそんな早い英語は理解できず、しかも次に控えている自分のスピーチで頭がいっぱいでそれどころではありませんでした・・・。)

そして3番めが私のスピーチです。私のスピーチとはいっても原稿は青木理事長に書いていただいていましたのでそれを読むだけなのですが、15分ほどの長い英文をこの面々のなかで読み上げるのは私にとっては大仕事でした。しかしなんとか最後までそそうなく読み終わりました。その瞬間に、「これで私の任務は終わった!!」という安

2010年(平成22年)10月1日(原則的に季刊) 堵感と達成感ですっかり肩の荷がおりた感じでした。(私の英語はバナックが皆にクメール語で通訳 してくれていました。)

その次にディブンチェン氏がスピーチをし、最後にソバンナラ医師も短く何か述べていました。これでセレモニーは終了となり、最後に皆で写真を撮りました。ディブンチェン氏は私に「ありがとう。」と言って握手をしてくれました。ディブンチェン氏は今回日本から精神薬をカンボジアに持ち込むための許可証を得るために奔走してくださったかたで、この日は体調がよくなかったせいもあるのかあまり笑顔は見せませんでしたが、とてもいい人のように思われました。

しかし全体的には私が思い描いていたような歓迎ムードはあまりなく、皆淡々とセレモニーをこなして終わったという印象もあり、カンボジアの人々は他国から援助を受けることにもう慣れ切ってしまって、当たり前のことのように受け取るのかなぁ、とも思われました。

日本からカンボジアに精神薬を届けること、セレモニーに参加してスピーチをすること、という2つの任務を無事こなして、私は朝からの緊張と暑さと、恐怖のドライブ″の疲れが出たせいか、セレモニーの後に行った病院近くの食堂でのランチと村の患者宅訪問ではふらふらになってしまい、帰りの車では行きと同じひどい道を走ったはずなのにぐっすりと寝込み、シェムリアップのホテル近くに来るまでほとんど目を覚ましませんでした。

カンボジア滞在最後の日は、ピサルがシェムリアップ内をあちらこちらと連れて行ってくれました。おみやげを買ったりマッサージに行ったりゆっくりランチを楽しんだり・・・。今回の滞在ではピサルがたいへん私に気を使い、つきっきりで面倒をみてくれました。彼にはとても感謝しています。

一度行ったことがあるとはいえ、一回目は日本人駐在員もいるなかでの気楽なスタディツアーでした。だから今回は日本人たった一人でカンボジアに行き、2つの大事な役割を果たしてくるということで最初はとても迷いましたが、終わってみると、行かせていただいて本当によかったと思います。自分がカンボジアでの活動に少しでも役に立てたこと、新しいプロジェクトの開始に立ち会えたことを光栄に思いますし、ピサルをはじめカンボジアの人々に会うことができ、一緒に過ごせたことをうれしく思っています。このプロジェクトがうまく軌道に乗り、村の患者さんたちの助けになることを願っています

SUMH ニュースレター第34号

◆セレモニーの様子



◆セレモニーでスピーチする橋崎さん



(編集より)

こちらは橋崎さんが参加された式典の施設と 訪問された村落の方々です

◆ セレモニーが開催された病院内の建物



2010年(平成22年)10月1日(原則的に季刊)

◆ アンコールチュム病院内の敷地



◆ アンコールチュム地区村Pさん宅訪問



ⅢカンボジアでのSUMH活動案内1シェムリアップODでの活動案内SUMH理事長

青木 勉

代表のピサル氏、事務担当のバナック氏らが、シェムリアップリフェラル病院内にあり、精神科外来に隣接したメンタルヘルスリハビリテーションセンターを中心に、活動をしている。

I. メンタルヘルスセンターにおけるリハビリテーション活動

1. デイケア

服薬教育や、疾患教育、家族教育等の心理教育、 日常生活への援助、芸術活動、ガーデニングやクッキング等の作業療法、読み聞かせ、スポーツ、 ゲーム、買い物等の社会的交流を行っている。

2. 集団療法

以下のグループに分かれて、集団療法を行っている。

- 1) うつ病
- 2) Domestic Violence
- 3) アルコール
- 3. 臨床動作法

SUMH ニュースレター第34号

- Ⅱ. 地域における精神保健活動 スヴェイダンコン村の患者の家庭を訪問して支援 活動を行っている。
- Ⅲ. 他団体との協力や会議への参加 他の NPO 団体と連携をとりながら、活動をして いる。

表1 各種活動に参加した症例数(2009年)

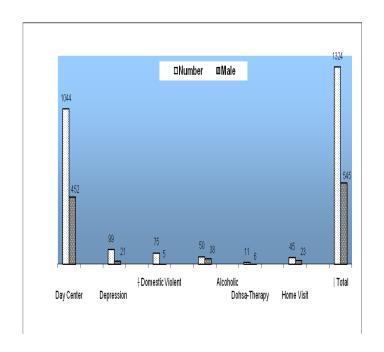
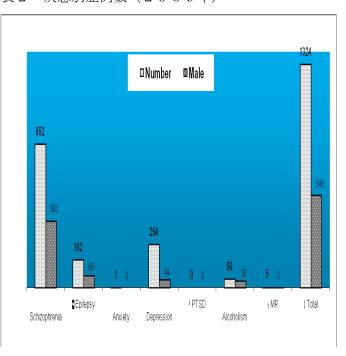


表2 疾患別症例数(2009年)



2010年(平成22年)10月1日(原則的に季刊) 2アンコール・チュム病院に精神科外来開設 一カンボジアにおけるコミュニティケアの発展の 為に—

SUMH理事

精神科医錦糸町クボタクリニック 理事長 窪田彰 アンコールワット遺跡のあるシェムリアップ市か ら北東へ約70キロ行った、平原のかなたにある街の アンコール・チュム保健区病院に、平成22年6月よ り精神科外来診療がスタートしました。これは、私 たちSUMHがカンボジアでの活動の発展として、 新たに取り組み始めた事業です。この企画は、シェ ムリアップ州を4つの保健区に分けて4ヶ所に総合 病院が建設されているが、その内の一つのアンコー ル・チュム病院には精神科が無いと聞き、私たちが 約1年前よりその支援を話し合ってきたものです。 支援の方法としては、SUMH の現地職員を軸に、 シェムリアップリファラル病院の精神科に勤務する 精神科医1名と看護師1名を隔週で1日雇用し、3 名で現地に出張していただき、村の保健師さん達を 教育しながら精神科診療や訪問支援やデイケア等を

その為、平成 21 年 11 月にシェムリアップで開かれた「環太平洋精神科医会議主催の精神保健セミナー」にSUMHとして協力参加した翌日に、高橋監事と古川理事と手林理事と職員のバナック氏と理事の私との5人で、アンコール・チュム病院に、4駆で悪路に揺られながら赴きました。田舎の病院ですから小さな所を想像していましたら、150m 四方程もあるずいぶんと広い敷地の両端に、5~6戸の病棟が建っていました。右端の救急病棟と左端の産科病棟と100m程も離れて向かい合っているのには驚きました。とに角その病院の一角で、隔週に1日の頻度で精神科外来診療を始めさせていただくことを、病院の事務長らにお会いして了解していただいたのでした。もちろんこれは事前に州保健局長の理解を得ていたのです。

少しづつ実現していこうという企画です。

こうして、これまで精神疾患に罹患しても現代医療の恩恵に浴することが出来なかった方たちに、僅かながらにでも支援の手を差し伸べることが出来る様になったのです。特に統合失調症やてんかん等の病気には、現代の薬物療法の有効性は明確であります。そこで、理事の古川さんよりWHOが認める薬剤購入資金の御寄附を受けて、6月の初旬に監事の橋崎さんが現地の開所式に参加し、事業のスタートとなったものです。私たちは、単に医療を直接的に届けるだけではなく、この活動を通じて地域の方々が精神科医療・保健・福祉に理解を持ち、より多くの精神科の専門家が育つことを望んでいます。

SUMH ニュースレター第34号

様々な困難を乗り越えてようやく、事業の開始に 至りました。これからは、定期的に日本からも支援 に赴き、事例検討などを現地職員や精神科医と共に 行い、協力関係を深めて行かなければなりません。 日本とは違って、精神科病院は全くありません。カ ンボジアスタイルの新しいコミュニティケアが誕生 することを、心より願っています。

多くの方々からの経済的支援ばかりではなく、 様々な専門家にボランティアとして現地に赴いてい ただき、共に事例検討や技術指導にご協力していた だけることを期待しています。

皆様のご支援ご協力をよろしくお願いいたします。

Ⅲ 特別寄稿SUMH10周年に寄せて

1 Only one であり Number one であること 多文化間精神医学会理事長 野田 文隆

SUMH のシェムリアップでの活動が 10 年を迎えるとのこと。本当にご苦労さまです。

「Sustainable (持続可能な)」という言葉が大流行であるが、なにかのプロジェクトを行うとき本当に大変なのはこのことであろうと思う。例えば、島田伸介の『カンボジアに小学校を』というようなキャンペーンを見ていると、彼が言うのは「やらないよりやったほうがいいだろう」という言葉である。これは素人受けはするだろうが、続かないなら実は「やらないほうがいい」のである。

人材の持続、インフラの持続、そして財政の持続がなければ本当のプロジェクトは根付かない。むしろ 無用の長物となってしまう。

その点、SUMH の歩みは実に堅実である。報われることも大きくはないメンタルヘルス支援を粘り強くやってきた。私も 2 回訪れているが外来やデイケアがきちんと続いていることは人々のライフラインのようなものであろう。シェムリアップでの SUMH のNGO 活動はメンタルヘルスの分野で Only one であるが、その質において Number one であると思う。これは稀有なことである。今後も大変だろうが、Sustainable な活動を続けていただきたい。

2モニタリング調査と、もう一つ別の支援的な 介入を創りたいという夢想

SUMH理事

八王子カウンセリングルーム所長 手林 佳正 SUMHのカンボジア・シュムリアップ州での地 域精神保健プロジェクトが10年を迎えたことは感 慨深い。それを遡る3年間は事前調査を3つ行った。そうしてカンボジアの精神保健に関係する人々との繋がりは今も続いている。

プロジェクトの立ち上げの4年間を現地で過ごして、プロジェクト運営は順調と言えても、活動資金

2010年(平成22年)10月1日(原則的に季刊) 獲得に窮してその財政は悲惨な状態になっていった。 そこで、プロジェクトの現地化(=日本人駐在員の 引き上げ)と製薬資本を中心に資金獲得という現在 の路線に移って、何とか持ちこたえている。現地へ 行って技術支援をする体制が作れないでいるのが現 在の問題。

半年間かけて実施しているプロジェクト開始前のベースライン調査資料があるのだから、10年間を経過した時点でのプロジェクトのモニタリングないし効果測定の比較調査をしたい、またシュムリアップ州はピサルらのSUMHカンボジアに任せて、そこ以外の地域で腰を落ち着けてカンボジア精神保健に、そしてすこし間口を広げて障害児者や自然の保全などにも関わる活動を創りたい、とは今のぼくの夢想です。

会員の皆さまにはこれからも日本で唯一の国際精神保健NGOであるSUMHへの、あたたかくて末永い支援を重ねてお願いします。

3カンボジア精神保健活動の自立を目指して

SUMH理事

千葉敬愛短期大学看護師助産師保健師 青木利江子

1993年にカンボジア内戦が終了し、新政権が 発足し17年。10年前SUMHは、調査の後、地域 精神保健専門家を養成し、モデル地区、現地活動の 拠点となるメンタルヘルスセンターを作り、現在地 域に根ざした活動を現地のスタッフのみで実践する に至った。カンボジアはかつて途上国といわれたべ トナム、インド等アジアの他の諸国とともに、資本 主義化が進み、国は経済や資本を拡大しつつある。 地域、貧富の格差はある中でも、国自体は SUMH が 関わり始めた頃とは大きな変貌を遂げつつある。変 化しつつあるカンボジアという国や人々に関わる姿 勢も、変化して行く必要がある。「カンボジアの事は、 カンボジアの人が考え、カンボジアの人が実践して 行く。これが私たちの理想です。」これは、SUMH が初期に養成した専門家の言葉であり、「カンボジア 精神保健活動の自立」は今改めて目指す視点と考え

4 S UMH10 周年に寄せて

SUMH監事 矮崎 由起子

クボタクリニック看護師 橋崎 由起子

私が SUMH に関わり始めてから約 6 年になります。きっかけは 1 週間のスタディツアーでした。 その時はお腹をこわして点滴を受けるなど大変な思いもしたのに、帰国後この活動にぜひ今後も関わっていきたいと思いました。 つい先日、新しいプロジェクトの開始セレモニーに参加するため再びカンボジアを訪れる機会に恵まれました。 久しぶりにカンボジアの方々にお会いできてとても感

SUMH ニュースレター第34号

慨深い滞在になりました。

ずっと以前から、国や文化の違う人々への援助に関わりたいという思いを持っていました。途上国の支援をしていくうえでは日本のほうが優れているからとただ日本のやり方や知識を教育したり、いっときだけの自己満足的な支援をするのではなく、まずは現地の文化や人々の暮らしを理解すること、それに合った本当に人々のためになる支援をしていくということが大切ではないかと思っています。難しいことですけど

5 『活動を知ってもらう~支援の輪を広げるために~ 』

千葉県障害者発達支援センター精神保健福祉士 篠原 慶朗

私はSUMHスタディ・ツアー(2009年11月) に参加し、このプロジェクトの大切さと必要性を強 く感じました。この冊子からもそれを感じていただ けたのではないでしょうか。素晴らしいプロジェク トであるにも関わらずまだまだ知られていないこの 活動。私は多くの日本の方にSUMHの活動を知っ ていただきたいと思っています。より多くの人に知 ってもらうことで活動の継続と更なる貢献が期待で きるだろうと思われるからです。10年間の中で、 資金繰りに苦労することも多々あったそうです。そ れを乗り越えてここまで継続してきたことにプロジ ェクト継続に対する強い意志を感じずにはいられま せん。活動に参加して早1年。現在、岡さんと私は 国内活動を中心とする SUMH 支援グループの立ち 上げを任されることになりました。これは現地に行 って実質的な技術支援や援助を継続していくための サポートグループ(応援団)です。これから皆さん と共に支援の輪を広げ、継続を支えていきたいと思 っています!

6カンボジアとの出会い

SUMH理事

精神科医 錦糸町クボタクリニック 理事長 窪田彰

私がカンボジアに興味を持ったのは、ポルポト政権による大量虐殺に強烈な衝撃を受けた時からでした。良い社会を作りたいという人々の理想が、あのような結末を迎えたことはショックでした。同じ時代を生きた人間として、いたみの様なものを感じずにはいられませんでした。その後、関わりもなく過ぎていましたが、実際の出会いは2002年の横浜で開かれた世界精神医学会において、私が座長を務めた「アジアの地域精神医療」のシンポジウムに、台湾とカンボジアから精神科医を呼びたいと思った時でした。つてを求めて、手林さんに御相談しDr.ソファ

2010年(平成22年)10月1日(原則的に季刊) ールとDr. ソティアラに出会うことが出来ました。お かげさまでシンポジウムは成功裏に終えることが出 来ました。終わってから、手林さんよりSUMHに 協力しないかと求められ、私自身の興味もあって参 加することになりました。こうして理事になったも のの、SUMHの経済的困窮には困ったものでした。 様々な課題を乗り越えて、何とか今日に至っていま す。今後の課題は、日本国内での支持者の拡大と、 定期的に現地に行く人材の確保です。欧米の物まね ではないアジア流のコミュニティケアを、国境を越 えて一緒に作ることが出来るならば嬉しいと思って います。皆様のご協力をお願いいたします。

ニュースレターを始めてご覧になられた皆様へ 編集後記の前に

皆様がカンボジアをイメージされるのは、観光地としての美しいアンコールワット。政治に関心のある方はポルポト政権でしょうか?しかしなによりも!鮮烈に感動を残してくれるのは現地の方々の笑顔です!!!SUMHへの参加によりカンボジアの精神保健に貢献する事が可能なのです、皆様の少しの手助けでカンボジアの人々の笑顔を更に素晴らしく、沢山のものにできます、是非私達と活動について話してみませんか?気軽にご連絡下さいお待ちしています。

- * 昨年開催されましたスタディツアーの写真を掲載させていただきます、現地の雰囲気医をご覧下さい
- ◆シェムリアップでの国際学会に参加された皆様と の記念撮影



◆シェムリアップ近郊の患者さん宅にて

SUMH ニュースレター第34号



◆最高の笑顔ですね



◆ カンボジアの子供たち、少しシャイです



◆子供たちに軽く引かれています

2010年(平成22年)10月1日(原則的に季刊)

SUMH ニュースレター第34号



◆スタディツアー最終日アンコールワットの美しい 夜明けに感動!



◆ツアータ食後の記念撮影です



SUMH Cambodia

Actual Address,

Mental Health Rehabilitation Center, in Siem Reap Provincial Hospital, Mundol Moi, Siem Reap, Cambodia

Postal Address:

P.O.Box 93102 G P O Siem Reap Angkor, Cambodia

SUMH の会員として、また募金によって 一緒に途上国の精神保健を支えてください。 【年会費】一般 10,000 円 賛助・学生 5,000 円 【会費・募金の振込先】

銀行振り込みの場合

銀行名:千葉興業銀行 旭支店

口座名;途上国の精神保健を支えるネットワーク 理事 青木 勉

口座番号;普通 1031181

郵便振替の場合

加入者名;途上国の精神保健を支えるネットワー

口座番号;00170-2-535294

郵便振替は振替用紙に、住所・氏名・Tel & Fax・E-mail・会費と募金のいずれか・SUMH へ一言を明記の上、お振り込み下さい。

SUMH日本事務局

〒130-0013 東京都墨田区錦糸2-6-10エクセル錦糸 ビル B1

TEL 03-3812-0736

HP; http://sumh.org

編集後記

この度は皆様方に速やかな原稿執筆頂き、心より感謝 申し上げます。SUMH10 周年を迎え、活動内容がより 一般の方々の心に届く事を願いつつ、何よりも皆様のご 健康とお幸せを祈願してご挨拶とさせて頂きます。

岡 一朗

ご寄付のお願いです

「年賀状等の、書き損じはがきを寄付して下さい」 皆様が年末作成した際の、年賀状等の書き損じはが きを寄付お願いします。支援活動に有効活用させて いただきます