

フィリピン・セブ ニュースレター VOL.2

マーヨンハポン！（セブアノ語で、こんにちは）

フィリピンはセブ北部へ派遣中の0-4病棟の加藤です。このニュースレターでは、私が携わる事業や活動について報告しています。

今回は、事業の活動の一つである救急法講習についてレポートします。

なぜ救急法を学ぶの？

想像してみてください。もし、病院がなく医療者もない島に住んでいて台風が起きたら・・・対岸へはボートで片道40分。海は荒れすぐに支援は届きません。自分や家族を守るのは誰でしょう？それは、そこにいる自分達自身です。

フィリピンは7000個以上の島から成る国で、医療サービスが十分行き届かない場所が沢山あります。そのような場所では、そこに住む住民自らが、自分で自分の身を守る術(すべ)を身につける必要があります。本事業の活動の中心となるのは、約200名の地域保健ボランティアです。このボランティア達が「自分で自分を守る」ための救急法の知識を身につけることを目指しています。

救急法の様子

この救急法講習は、地域保健ボランティアを対象に2日間かけて行われます。講義を受けてから、包帯法、心肺蘇生法、患者の搬送方法について実技を交えて学びます。最後には、屋外で被災者を救助するシミュレーションも行いました。



講義内容を真剣にメモするボランティア



包帯法を学ぶ様子 手先が器用な方が多くすぐにマスターする方もいました



搬送時の注意点を説明する指導員



お手製の血のりを使うことで臨場感UP！



私はパニックに陥る患者になりきり参戦

加藤はどんなことをしたの？

フィリピン赤十字社の緊急医療チームのメンバーが指導員となり講習を行います。基本的にはセブアノ語で行われますが、フィリピンでは英語が公用語なので、英語を理解できるボランティアも多くいます。私は看護師目線でのアドバイスをボランティアへ行いました。援助する時のプライバシーへの配慮、正しい心肺蘇生法、安心できる声掛け、についてお伝えしました。



参加したボランティアの声

とある年配の女性のボランティアが参加していました。彼女は膝がわるく、心肺蘇生のセッションは彼女には辛いのでは？と心配だった私は「次のセッションは無理しないで下さいね。」と声をかけました。すると、「私は若くないから、正しく圧迫できないかもしれないし、だれかを助けられないかもしれない。でも今日学んだ知識を誰かに教えてあげることが、私にもできる。だからやってみたい。」と彼女は笑顔で答えました。実際やってみると、膝

のせいでうまく胸部圧迫をすることができませんでしたが、知識を得ることが彼女の自信に繋がっているように感じました。

講習終了後、疲れているはずなのに、みんな晴れ晴れとした表情で握手を交わしてくれました。達成感と自信に溢れた様子でした。

加藤、まさかの入院！？

ところかわってセブ市のホテルに滞在中のとある日、私に悲劇が起こりました。夜間突然経験したことのない激しい腹痛に襲われたのです。意識が朦朧とする中、救急車で搬送されそのまま入院。原因は、レストランで出された氷による食中毒でした。食べ物には十分注意していたつもりでしたが、うっかりが招いた結末でした。



ある日の朝食 南国らしく全品フルーツ

この緊急事態で役に立ったのが、緊急連絡網。派遣後一番に取りかかったのはこの連絡網の作成でした。緊急時、どのように誰に案件を

報告するのかを細かく記載したもので、派遣者は必ずこの連絡網を作成します。この連絡網のおかげで各方面に入院までの相談や報告をスムーズにできました。まさかこのような形で連絡網を活用するとは思っていませんでしたが・・・「備えなれば憂いなし」！

皆様も海外へお出かけの際は、緊急時の連絡先を事前に確認し、記載した紙を財布やバックに潜ませて下さいね。そして、海外での氷にはどうぞご注意を！涙

ともあれ、3日間の入院生活は、フィリピンの医療を患者目線でリアルに体感できた貴重な経験でした。「自己管理こそ援助者の基本的な心構え」と言われています。残りの期間、健康管理には十分注意していきます。



元気になってナースステーションで過ごす私