

啓発活動とエンパワメント



村人が最も恐れる病気、癌や糖尿病を避けるために、今日からできることは？



本事業の活動は二種類の住民グループの形成から開始した。一つは、社会支援グループ(SSG)で、住民リーダー、保健ワーカー、村医者、議員、学生らから構成され、地域の健康課題を考え、計画を立てそれに取り組む(写真左)。もう一つは、患者、家族、関心を持つ人で構成されるコミュニティグループ。本事業の介入の結果、適切な効果が生まれているかフィードバックをもらい、効果が出ていない場合は原因と改善策を共に考えていく(写真右)。

村での健康診断キャンペーン



社会支援グループ(SSG)が地域レベルでの健康診断キャンペーンを提案。

2013 年 11 月に開始され 2014 年 12 月までに 91 回開催、8 千人以上が健康診断と健康指導を受けた。

政府の保健ワーカーに協力依頼し(写真上左)、学生ボランティア(写真上右)を募って実施。

住民は家から近い場所で、安価に(血糖値測定のみ有料)、健康診断と健康指導の機会を得ることができた。

運動指導

バングラデシュの女の子は思春期を迎えると行動を制限されるようになる。運動不足はNCDの原因の一つだ。成人した女性に働きかけても浸透は簡単ではない。本事業は小中学校の生徒に体操を教え、生徒自身の健康増進に役立ててもらうとともに、家庭や地域で普及してもらい取り組みを開始した。



ラジオ体操校で指導する日本人専門家(上)

村の女性に家の中でできるベンチステップを指導する本事業スタッフ(下左)、足の体操を教える日本人専門家(下右)



写真で伝えるバランスの良い食事

朝はルティ(薄焼きパン)とジャガイモ、昼はご飯とジャガイモ、夜はご飯とバナナ(野菜用)?!

炭水化物中心の食事をやめてもらうために!

バングラデシュの食習慣に合わせた食品単位表を地元大学とともに作成



手ばかりで適正摂取量の目安示す



バングラデシュ版食品単位表で栄養指導をする本事業のスタッフ

水質検査と改良かまど

非感染性疾患(NCD)は生活習慣だけでなく、環境汚染からかかることがある。

バングラデシュ農村部にある、NCD の原因となる環境汚染として、飲料水のヒ素汚染(発がん物質)と、旧式かまどによる室内大気汚染(慢性呼吸疾患の原因)があげられる。

本事業では、水設備や改良かまどの設置はしないが、情報提供や技術支援を通じて、住民自身が安全な生活環境を整えることを支援する。



(写真左)村警察による水質検査
フィールドキットを使ったヒ素検査プログラム。
このプログラムのおかげで、住民は、近くで、
安く、確実に検査を受けられるようになる。
対象地域ではこれまでに 922 基の水質検査を
し、そのうち 2 割からヒ素が出た。ひどい地域
では、基準値の 10 倍のヒ素が検出され、患者
も見つかった。コミュニティグループが中心に
なって、新規設置や不稼働水源の修理によっ
て、安全な水を確保する努力が続いている。



プロジェクト開始後設置された改良かまど(写真右)
毎日の調理で使うかまどの煙を吸い込むことで慢性
肺疾患になり、命を落とす人は年間 4 万人を超すと
言われる。

その被害者はほとんど女性と、女性と行動を共にす
る子ども。

改良かまどが家族の健康のために必要なことを伝
えるとともに、安価な適正技術を紹介した結果、200
基以上の改良かまどが新たに設置された。

[illegible]

(特活) アジア砒素ネットワーク