

# マラウイ・エヌクウェニ通信その 1 2017年12月1日

## マラウイ・エヌクウェニ通信について

私は、青年海外協力隊 2017 年度 2 次隊公衆衛生の猪狩尚史です。アフリカ、マラウイで 2017 年 10 月から 2 年間活動していきます。配属先は、エヌクウェニヘルスセンターです。マラウイやボランティア活動について発信していきますので、よろしくお願いします。

## マラウイについて

(日本との比較)

正式名称	マラウイ共和国	日本国
首都	リロングウェ	東京
面積	118,000 km <sup>2</sup>	約 378,000 km <sup>2</sup>
人口	1,721 万人	1 億 2,806 万人
言語	チェワ語・英語	日本語
気候	熱帯サバンナ気候に属する。 ・ 涼しい乾季 (4~8 月) 最低 10°C 以下 ・ 暑い乾季 (9~11 月) 最高 30°C 以上 ・ 雨季 (12~4 月)	北は亜寒帯から 南は亜熱帯まで、 さまざまな気候区分に属する。 最高気温高知県 41.0°C 最低気温北海道 -41.0°C 四季 (春夏秋冬)
出典	外務省ホームページ	気象庁・総務省統計局ホームページ



世界最貧国の一つと言われるマラウイは、アフリカ大陸の南東部に位置しています。主な農産物は、葉タバコ・茶・砂糖です。(日本との時差 -7 時間)

## 日本からマラウイまで利用した交通手段

飛行機を利用しました。日本 (成田国際空港) を出発し、中国 (香港国際空港) と南アフリカ (ヨハネスブルク国際空港) を経由して、マラウイ (カムズ国際空港) に到着しました。約 24 時間のフライトです。

## マラウイの物価

マラウイの通貨は MK (クワチャ) です。MK1,000 が約 150 円です。

商品名	MK (クワチャ)	日本にする と . . .
シマ&チキン	MK1,000-	約 150 円
バナナ 1 本	MK20-	約 3 円
たまご 1 個	MK100-	約 15 円
ロングライフ・ミルク 250ml	MK150-	約 23 円
チテンジ (マラウイの伝統布) 1m x 2m	MK1,500-から	約 230 円から



チテンジマーケット  
この布は、正装の一つです。



屋台のランチ「シマ&チキン」マラウイのローカルフードです。シマは、マラウイの主食です。メイズ (甘くないトウモロコシ) の粉をお湯で練って作ります。



ロングライフ・ミルク。袋入りもあります。

## マラウイの医療

マラウイでは、医師や看護師不足が深刻です。医師1人が、人口5万人（2013年）に対応する世界最低水準です。看護師の定員充足率は、25%しかありません。医療スタッフを補うために、Clinical Officer（准医師）やMedical Assistant（医療助手）などの医師免許を持たない有資格者が実際の医療を支えています。11月から私が活動しているエヌクウェニヘルスセンターでも、Medical Assistant（1名）が外来診療を担当しています。

マラウイの医療施設は、保健省が管轄する中央病院、各県に県立病院、各地のヘルスセンターがありますが、医師は県立病院以上にしかいません。医療機関でも、停電で医療機器が動かない、断水や水道管のトラブルで水が出ない、医薬品の不足など、深刻な問題も多々あります。ちなみにエヌクウェニヘルスセンターでも電気や水のトラブルを抱えながら、地域の最低限の初期医療を支えています。



【エヌクウェニヘルスセンター（左が外来、右が産科）】

## マラウイでかかりやすい病気・怪我

マラウイでかかりやすい病気の一つとしてマラリアがあります。雨季の1~3月が最も多いそうです。毎年300万人以上の患者が発生するといわれています。マラリア原虫を保有するハマダラ蚊に吸血されると潜伏期間（約7~28日間）を経て、高熱、頭痛、悪心嘔吐、下痢、関節痛などの症状が現れます。治療が遅れると重症化して死亡するため、早期診断、早期治療が必要です。エヌクウェニヘルスセンターでは、毎日のように患者さんのマラリア検査が実施されています。

青年海外協力隊は、マラリア予防のためにメフロキンというマラリア予防薬を1週間に1回内服することと蚊帳や防虫剤を使用し、蚊に刺されないように注意しています。私は毎週月曜日にメフロキンを内服し、ベッドにはテント型の蚊帳を利用して防蚊対策をして寝ています。ベッドの下からの虫等の侵入も防いでくれます。マラウイでは、病気や怪我を予防し、安全対策をとり、自分自身で健康に生きる力が必要です。



【防蚊対策】蚊帳はマラウイで購入できます

	マラウイでかかりやすい病気・怪我	説明
1	マラリア	マラウイ全土で一年を通して発生している。
2	経口感染症	コレラ、細菌性赤痢、腸チフス、アメーバ赤痢、A型肝炎、寄生虫
3	蠅蛆症（ようそしょう）	湿っている洗濯物にハエが卵を産み、そのウジが皮膚の中で育ってしまう。
4	アフリカトリパノゾーマ症	寄生虫を持ったツェツェバエに刺されて感染する。命にかかわる。
5	経皮感染症	河川や湖のビルハルツ住血吸虫が皮膚から侵入して感染する。
6	性（血液）感染症	15~49歳のHIV感染率は10.0%（2014年）と高い。B型肝炎。
7	狂犬病	狂犬病ウイルスに侵された動物に咬まれて感染し、発症すると100%死亡する。
8	毒蛇・サソリ・毒虫・アフリカダニ熱	刺されたり、咬まれないように注意が必要です。
9	交通事故	交通ルール無視、車両不備、定員外乗車、速度超過、不注意運転、道路の陥凹等が原因。移動手段としてミニバスやタクシーを利用するので注意が必要です。

※参考・引用資料 外務省、気象庁、総務省統計局、JICA ホームページ ※マラウイエヌクウェニ通信に書かれている見解は、著者個人のものです。