第３号　　平成18年9月15日発行

Myanmar-Japan Collaboration Project for Fostering Medical Human Resources

ミンガラバー
こんにちは

NPO法人
日本・ミャンマー
医療人材育成支援協会
〒700－0811 岡山県岡山市
番町二丁目６番７号
Tel 086－224－0102

今回のNPOとしてのミャンマー行きに至るまで

NPO法人 日本・ミャンマー医療人育成支援協会 理事
脳神経外科センター大田記念病院治験センター長 武田 和久

肝癌発生率が高い

私がミャンマーに最初に出向いたのは、私が未だ岡山大学医学部公衆衛生学教室の教授を現役でやっていた頃のことですから、既に十数年前になります。従って、今回のこのNPOの現地見学研修ツアーの皆様との同行で、ミャンマーの地を踏むのは10回を越えていると思います。

この様に長いミャンマーとのお付き合いになりました最初は、現在此のNPOの岡田理事長が、岡山大学医学部病理学教室の現役教授で鉄と発癌の関係について研究をしておられた頃、ミャンマーには肝癌が多くサラセミヤという溶血による肝臓の鉄過剰を来す病気があるのでそれとの関係を明らかにしたいと言うことで、当時肝癌の疫学研究を行っていた私に一緒に行ってみないかとのお誘いがあり、もしかしてB型或いはC型肝炎と関係があるかも知れないと思い、一緒に研究をさせていただくことになりました。

医療の中核を担うヤンゴンの国立医学研究局

現地ヤンゴンのロワー・ミャンマーDMR（国立医学研究局）およびヤンゴン総合病院等との共同研究で、予測通り、肝癌との関連が深いB型およびC型肺炎患者の多いことが明らかになりました。この原因は、サラセミヤなどの疾患で貧血を来した場合に行う輸血の際のウィルス検査の不備によることが分かり、岡田教授は、これに対して献血車の配備、献血時のC型肝炎ウィルスのチェックを多方面からの協力を得て実現され、肝炎の治療に関しても、ご自身の専門領域の鉄代謝に関する知見から、肝炎患者に除鉄療法を導入され、その後岡山大学医師薬学総合研究科、総合診療部の小出教授らと共にミャンマーに出掛けての経過観察でその有効性を確認しています。

古い医療支援の歴史

私もこの間、現地での医療人育成の必要性を感じ、肝癌の早期診断の血液検査法、ヘモグロビンの電気泳動によるタラセミヤの検出、肝炎の除鉄療法の実地、瀉血を行う際に必要なフェリチン測定用キットの開発、B型肝炎ウィルスの迅速測定キットなどに関して、講演或いは実地指導を行い、現地の医療レベルの向上に力を注いで参りました。

この様なヤンゴンのDMRを中心とした医学研究・医療の支援はそれ以前からも行われており、長崎大学医学部および関連の諸先生方のご尽力にも歴史の古いものがあります。

私が最初にミャンマーに出向いた頃お聞きした話では、それ以前にはわれわれの口に合うような食用の油脂製品がなく、日本からのインスタントラーメンを持ち込み、それで殆どを過ごしたり、もっと以前にはパパイヤのみ食べて何日もの共同研究を続けたと言うことでした。現時点では、われわれが泊めていただいたような立派なホテルが沢山出来ており、日本食は勿論、各国の料理が食べられます。以前はバスもミニバスと言って、後ろにぶら下がって乗って行くものが殆どでしたが、最近は中に乗れるバスも多くなり、乗用車の数も増えていて、90%以上が日本の車だそうですが、多くは右ハンドルのままで右のレーンを走っています。

現体制下で役立つ支援を

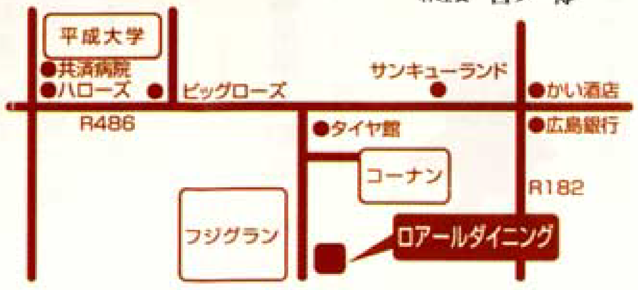
もっと現地の病気についても書くべきですが、大多数の現地の人について言えば、一生に一度医師に診て貰えれば、それで死んでも本望だと言ったところもあります。一方、DMRを中心とした国としての医療に責任を持つ方々は、先進国並の医療を、その経費の何十分の一かで達成することを望んでおり、われわれも中古品或いはスケールダウンしたような形の診断機器・試薬の持ち込みに対する努力を惜しみませんが、やはりインフラ・ストラクチャーの整備が進まない限り、有能な医師を幾ら育てても、実力が発揮できないのが現状のようです。

この度、われわれのNPOのメンバーとして現状を見られた方々に、果たして何をしてあげるのが、現在の体制下で現地の医療レベルを上げるのに少しでも役立つのかを考えていただきたいと思います。これが此のNPOの重要な課題であり、現地研修見学ツアーに参加された方を始め皆様から、この解決に繋がるご意見をお聞かせ頂ければ幸いです。

福山北部に南欧の風…。味を極め、居心地を極めた、上質のひとときをお楽しみ下さい。

料理長　西ノ　博

Loire Dining
ロアールダイニング
福山市神辺町道上街区2-3（フジグラン神辺店前）
TEL 084・963・1905
●LUNCH 11:00〜14:00
●SWEETS&TEA 14:00〜174:00
●DINNER 17:00〜22:00



ミャンマーはどんな国？こんな国！③

ミャンマー（正式名称ミャンマー連邦＝Union of Myanmar、旧国名ビルマ）のご紹介。第3回はビルマ料理の巻です。

国名はミャンマーになっても、食文化の世界では「ビルマ料理」の方が通りがよく、今回は、そのビルマ料理とお酒についてすこしご紹介します。

ビルマ料理の「エースで四番」的存在は「ヒン」と呼ばれる「カレー風煮込み」でしょう。タマネギをベースに、ブタや牛、羊などの肉や内臓、エビ、魚、卵などと各種の野菜を水と油の中に入れ、魚醤（魚を塩漬けにして発酵させた調味料）や塩、ニンニク、唐辛子、ターメリック（ウコン）で味を調えながら煮込んだ料理です。

食用油を使うのは、煮込む間に溶け出した魚や肉の脂肪分野菜などの風味を取り込んでなじませるためで、さまざまな食材のエキスが詰まった油も「おかず」として珍重されます。「カレー風」と表現されますが、実際はそんなに辛くないのも特徴です。

この「ヒン」には二種類があり、水分をある程度残したものが「スィーレーイエーレー」、水分がほとんど蒸発するまで煮込んだものは「スィービャン」といい、通常はこちらが好まれているようです。また、メインの素材によって、豚肉（ウェター）ならウェターヒン、鶏肉（チェター）ならチェターヒンと言います。トロトロに煮込んだ肉から滲み出た旨みを凝縮した油の照りが、人々の舌を虜にするのです。あのパサパサのご飯と混ぜて食べますと、適度な粘りけがでて、旨みが引き出されます。見た目の良さはありませんが、日本人にも合う味です。現地の人が右手の指先を器用に使って食べている姿を思い出します。

もう一つ、ヒンとともに愛好されているのが「アトウッ」というサラダ風の和えもの。タマネギやトマトなどの刻み野菜に、エビや鶏肉、麺類などを手でこねて作ります。味は、魚醤、トウガラシ、ライムなどで整えます。

ミャンマーには酒は焼酎も含めて、色々ありますが、自家製が多く一般には手に入り難いようです。その中でも「ヤシ酒」は適度に甘みもあり、さっぱりしています。ただ、衛生状態のこともあるので、道ばたでは買い飲みをしないほうがよいでしょう。ウイスキー、ラム、ジンなどはどれも同じ味がします。お勧めはしません。最近、本格的なワインが作られるようになりましたが、評価は今後というところです。

レストランではビールがよく飲まれています。「マンダレービール」は昔からの銘柄で最近味も良くなっています。お勧めは、すっきりさっぱりタイプの「ミャンマービール」です。その他に「ダゴンビール」、現地生産のタイビール「タイガービール」、オランダ「ハイネケン」なども容易に手に入ります。ミャンマー女性は、少なくとも人前では、お酒を飲みませんので、そのあたり礼を失することのないよう気をつける必要があります。

小出副理事長、NTT・OB会で健康講座、支援も呼びかけ

8月27日、総社市の「総社サンピア」で、NTT西日本岡山OB会主催の「健康講座」が開かれ、50人が参加。当NPO副理事長の小出典男・岡山大医学部教授が専門の肝臓病について講演、活発な質疑応答も行われました。

会場では当NPOの活動を紹介する映像も流され、参加者に支援を呼びかけました。

広報室から

空は青く高く澄み渡り、頬を撫でる風が心地よい季節となりました。皆さまにはご清祥のこととお慶び申し上げます。

8月20日から27日まで、理事長・副理事長をはじめ諸先生方と一般の方々23人でミャンマーに行って参りました。その詳細は次号の「参加者の声」特集でお届けしますが、帰りの機内では、皆さんから私たちがやろうとしていることの大切さが実感できたとの言葉を頂戴しました。意義深い研修旅行ができたことに、改めて感謝いたします。

お蔭さまで最近、私たちの活動も認知されてきたようで、ロータリークラブや労働組合など、各地の団体から講演の依頼が相次いでいます。福山地区では、月例の健康講座がスタートすることになりました。会員各位のアピールの賜物と感謝しております。

これからも一人でも多くの人が賛同し、ミャンマーの医療向上にご協力くださるよう願ってやみません。

気温差の大きい季節を迎えます。皆さまにはバランスのよい食事で「医食同源」を心がけていただき、お元気で過ごされますよう祈念いたします。（西山）

編集協力　和田　伸二
090・8711・7551

ミャンマーの倖のふくろう

本物とは身体のためによいものです。
基本は医食同源。

百歳麺（ひゃっぱめん）
ギフト用あります。

• よもぎ麺
• 黒豆麺
• あずき麺
• 青きな粉麺
4種入パック 1,500円
2種入ケース　800円

ご注文・お問い合わせは
☎084-955-0505
http://www.sky-net.or.jp/akane/
akane1@muse.ocn.ne.jp