

World Uchinanchu Nurse's day

第1回 世界のウチナンチュ・ナースデイ

(第6回 世界のウチナンチュ大会 連携イベント)

大会報告書

世界のウチナンチュ・ナースデイ実行委員会

平成29年2月

目 次

I 主催者代表あいさつ

- 沖縄と世界のウチナーンチュナースの交流の発展を願って 1
沖縄県立看護大学学長 嘉手苺 英子
- 未来への道標～国際交流 2
一般社団法人 沖縄県看護学術振興財団理事長 平良 健康
- 「世界のウチナーンチュ・ナースデイ」からみた 3
ーウチナーンチュ・ナーススピリッツー
沖縄県立看護大学同窓会会長 吉川 千恵子
- 県立看護大学から広がれ！波紋のように 4
公益社団法人 沖縄県看護協会会長 仲座 明美

II 大会の概要 5

III 講演会

1. 講演 1 7
沖縄独特の文化にみる健康長寿の秘訣 ～受け継ぎ育てよう“ちむぐくる”～
講師：下地 のり子 (Noriko Shimoji Cuaron)
2. 講演 2 17
世界で働く ー他人の中に埋没しない私ー
講師：玉城 英彦 (たましろ ひでひこ)

IV 食事交流会 41

V ゆんたくテーブル

1. 講義室におけるテーマ 43
2. ゆんたくテーブル参加者の役割 44
3. 参加者ネットワークの登録 45

目 次

4. ゆんたくテーブルに参加して	46
1) 講義室3 産科病棟における看護師・助産師の働き ゲストスピーカー Keiko Corcoran	
2) 講義室4 アメリカと日本の病院システム －看護師の役割の違いと自主性について－ ゲストスピーカー 平 裕子	
3) 講義室5 アメリカ郊外の街にある －地域病院での勤務経験からみた癌看護 ゲストスピーカー 大川内 和恵	
4) 講義室6 アメリカにおける生活と医療事情 ゲストスピーカー 城間 初美	
5) 講義室7 ボリビアにおける プライマリーヘルスケア体制づくりに関する活動経験 ゲストスピーカー 山城 昌子	
VI 世界のウチナーンチュ・ナースデイに参加して	53
VII 大会宣言	55
VIII その他	
1. メッセージボード	57
2. アンケート集計結果	59
3. 第1回世界のウチナーンチュ・ナースデイ グッズ販売	60
IX 資料	
1. 実行委員会の会議開催状況	61
2. 参加申込書(ちらし)	62
3. 新聞掲載記事：沖縄タイムス社、琉球新報社	64

I 主催者代表あいさつ

- 沖縄と世界のウチナンチュ・ナースの交流の発展を願って
沖縄県立看護大学学長 嘉手苺 英子
- 未来への道標～国際交流
一般社団法人 沖縄県看護学術振興財団理事長 平良 健康
- 「世界のウチナンチュ・ナースデイ」からみた
—ウチナンチュ・スピリッツ—
沖縄県立看護大学同窓会会長 吉川 千恵子
- 県立看護大学から広がれ！波紋のように
公益社団法人 沖縄県看護協会会長 仲座 明美

沖縄と世界のウチナーンチュ・ナースの 交流の発展を願って

沖縄県立看護大学学長 嘉手苺英子

この度、海外で活躍されているウチナーンチュ・ナースとの交流の場を企画しましたところ、多くの方々のご参加をいただき、当初の目的を達成することができました。世界のウチナーンチュ・ナースデイ(WUN)と名付けたこの企画は、5年毎に開催されます沖縄県主催の第6回世界のウチナーンチュ大会(The 6th Worldwide Uchinanchu Festival : WUF)の関連イベントとして行ったものです。



海に囲まれた沖縄の自然とその社会環境は、これまでウチナーンチュの目を広い世界に向け、海外への旅立ちを後押ししてきました。また、異文化と触れ合い、多様性を受け入れることで独自の文化を形成してきた沖縄の歴史は、ウチナーンチュとしてのアイデンティティと異文化の中に溶け込んでいく力を育んできました。

志を抱いて海外に渡った方々の中には、看護という世界共通の仕事を通して夢の実現に挑戦した若者がいます。沖縄県内で看護職の資格を取得した後に、外国でさらに勉学に励みその国の看護職の資格をとった方々だけでなく、沖縄県や JICA からの派遣として、医療に恵まれない国に看護職として赴き、その地域社会の中に入り保健看護活動を行った方も多数います。

今回の WUN で講師やゲストスピーカーの方々は、'これまでの経験を通して得たこと'や'海外に出て見えた沖縄や日本'を、次の世代に伝えたいとの強い思いを持って、参加されました。

WUN には会場となった沖縄県立看護大学をはじめ、県内の看護学校の学生たちが、100名近く参加しました。グローバル化が進む社会を生きる私たちには、国際的な視野を持ち、異なる文化の中で生活する人々について想像する力が求められています。それは地球市民としての自覚へつながるもので、これからの看護を担っていく若者には特に必要な能力だといえます。

多くの方のご理解とご協力により実現した今回の WUN をきっかけとして、沖縄と世界のナースの交流をより発展させていきたいと考えています。

未来への道標～国際交流

沖縄県看護学術振興財団理事長 平良健康

世界のウチナーンチュ・ナースデイ大会が成功裏に開催され慶祝に堪えません。大会の共催団体の一つに看護学術振興財団が名前を連ねていました。ひと言、財団の紹介を。県立看護大学開学にあわせて沖縄県が基金を拠出しこの財団を設立しました。島嶼県として保健看護教育を支援する、また国際交流による教育を推進し、あるいは図書館の書籍の充実を図り、加えて保健看護教育研究など普及啓発に努めることなどが、社団法人としての事業の柱です。国際的な視野をもった保健看護の人材を育成することは建学の精神にうたわれていることなのです。



すでに世界各地で保健看護活動に従事されている人々は、沖縄県をどのような視点で見て、若い世代に何を語りかけているのでしょうか。海外に出てはじめて体験した事柄は貴重な精神的遺産として未来に生かされるべき価値を有しています。我々に地球人として生きる普遍的視野を与えてもくれます。

ところで世界のウチナーンチュ大会を機会に故郷の地を踏む人々のことを考えてみます。かつて歴史の荒波のなかで沖縄の苦境、例えば普天間基地造成のため故地を追われて、海外移民に向かわざるをえなかった人々、また今はその末裔の方々がおられます。沖縄文化を心の支えに現地に適応しつつ新たな生活の地平を開いてきた。そして移住地の国を豊かにし、その地の生活向上に寄与してきた。そしていまや世界にウチナーンチュ・ネットワークを築いて、人々の絆が大きな価値を創成するまでになっている。負の遺産を正の遺産に変えた地球規模の歴史的なスペクタクルを観ているようです。

さて琉球王国の尚泰久王^{しょうたいきゅう}は1458年、「万国津梁の鐘」を首里城正殿に掲げました。東アジア、東南アジアの諸国と交易し、仏教（禅宗）を広めた。当時、禅宗の僧侶は学問や文化の伝道者でもあった。国際交流が琉球の繁栄に至る道標となっていたのです。

「世界のウチナンチュ・ナースデイ」からみた ーウチナンチュナース・スピリッツー

沖縄県立看護大学同窓会会長 吉川千恵子

沖縄県主催「第6回世界のウチナンチュ大会」の関連事業として「世界のウチナンチュ・ナースデイ」を大会期間中の10月29日に4団体共催（沖縄県立看護大学、沖縄県看護科学振興財団、沖縄県立看護大学同窓会、沖縄県看護協会）で開催できましたことを大変うれしく思います。



本会は、1946年に設立した宜野座、名護、沖縄中央病院付属看護学校の卒業生をはじめ、延べ16の県立看護学校を含む同窓会と沖縄県立看護大学同窓会が2009年7月に統合して8年目を迎えており、同窓会事務所は大学内にあります。また、各看護学校の永久保存すべき書類は看護大学に保存されており、卒業生の皆様の母校はここ大学に移ったこととなります。県立看護学校の歴史を刻む記念碑を看護大学校庭内に建立してあります。

さて、本会が把握した世界のウチナンチュナースは62名を数え、米本国をはじめ、ハワイ、ブラジル、アルゼンチン、イギリス、オーストラリア、イタリアなどで活躍していることがわかりました。今回参加された方々は約12名でしたが、海外では県人会組織の中で看護部会を組織してお互いに連携しながら看護師、保健師、助産師としてそれぞれの地域や病院で活躍していることや、ウチナンチュ魂（心）を大切にしながら、沖縄の食文化や相互扶助社会を紹介し切磋琢磨していることもわかりました。しかし、沖縄県が誇りにしてきた世界一長寿県からの後退を憂慮し、「長寿を取り戻してほしい、沖縄の相互扶助社会の良さを残してほしい」と述べる一幕もあり、故郷に深い関心と思いを寄せていることもわかりました。

今回の「世界のウチナンチュ・ナースデイ」では、参加したナースと沖縄のナースが1日ではあったが、「おかえりなさい」「ただいま」という温かい雰囲気の中で先輩・後輩、同級生、恩師・教え子という関係を双方で再確認する場、絆を深める場となりました。また、情報交換し交流する中で、家族、友人、知人を頼りに海を渡りそれぞれの国で看護系大学や大学院へ入学したプロセス、卒業後に就職先を求めたプロセス、そして就職を通して地域や職場の方々と友好関係を構築し国際社会に適応していること等、身近に知ることができました。そして、海外での経験をこれから海外を目指す後輩たちへ伝え、サポートできるネットワークをつくり支援していきたい。と心強いメッセージを残してくれました。幸いに、「世界のウチナンチュ・ナースデイ」大会宣言として3つの宣言「1 沖縄と世界のナースをつなぐネットワークの構築、2 国際的視野を持った看護人材の育成、3 継続的な国際交流を通して看護の発展を目指す」をしましたので、共催団体と連携を図りながら今後の活動につなげていきたいと思っております。

県立看護大学から広がれ！ 波紋のように

公益社団法人 沖縄県看護協会会長 仲座明美

初めてのナースディの開催に向けて漕ぎ出した船は、濃い霧の中目的地に到着するまでに少し時間がかかってしまいましたが、何はともあれ、盛会裏に終えることができ大変うれしく思います。今、まだその余韻が残っています。

ご講演いただきました講師の先生方、ゲストスピーカーの皆様、そして、実行委員会の皆様へ心より感謝申し上げます。

先生方の講演に、ゲストスピーカーを囲んでのディスカッションに、改めて看護は地球規模で行われていることを実感しました。異文化の中で、日本語とは異なる言語で看護の仕事をし、その地でしっかり根を張って暮らしておられるにも関わらず、皆様方のウチナンチュ・スピリッツに、何十年も会えなかった友人に会えたような懐かしさを感じたのは私だけではなかったと思います。同じ看護の道にある者として海外で活躍する皆様方を誇らしく思います。

「ゆんたくテーブル」では、看護を学ぶ若き学生たちが海外に関心を寄せていることも手に取るようにわかりました。学生たちの関心が、具体的な形に進化していくことを期待しています。

水面に石を投じると波紋が幾重にも広がります。県立看護大学でその一石が投げられました。一点から広がる波紋のようにこのネットワークが世界へ向けて大きく大きく広がることを願っています。

5年後の第2回ナースディでは、もっと多くの世界のウチナンチュ・ナースにお会いできることを楽しみにしています。



Ⅱ 大会概要

1. 開催の趣旨・目的ほか
2. プログラム
3. 参加者（278名）の所属団体

I 大会概要

1. 開催の趣旨・目的

世界で活躍するウチナンチュ・ナースと県内看護職者、看護学生、保健医療看護に関心のある方との交流、人材ネットワークの構築を図る。

開催日： 平成 28 年 10 月 29 日（土曜日）10:00～16:30

場 所： 沖縄県立看護大学

主催者・共催者

主催：世界のウチナンチュ・ナースデイ実行委員会

共催： 沖縄県立看護大学、（一財）沖縄県看護学術振興財団
沖縄県立看護大学同窓会、沖縄県看護協会

2. プログラム

【午前の部】		
10:00～10:15	オープニング・セレモニー	教育管理棟 4 階
10:15～11:15	講演 1	
11:15～11:20	休憩	
11:25～12:25	講演 2	
【昼 食】		
12:40～14:00	昼食・交流会	研究・福利棟 1 階
【午後の部】		
14:10～16:00	ゆんたくテーブル	教育管理棟 2 階
16:10～16:30	閉会～ウチナンチュ・ナースデイ宣言～	教育管理棟 4 階

3. 参加者（278 名）の所属団体

沖縄県、名桜大学、琉球大学、浦添看護学校、那覇看護学校、沖縄看護専門学校、沖縄県立看護大学、県立南部医療センター・こども医療センター、那覇市立病院、沖縄赤十字病院、かみや母と子のクリニック、沖縄リハビリテーションセンター病院ほか

Ⅲ 講演会

【講演1】

沖縄独特の文化にみる健康長寿の秘訣
～受け継ぎ育てよう“ちむぐる”～

講師：下地 のり子 (Noriko Shimoji Cuaron)

講演1

講師：下地 のり子 (Noriko Shimoji Cuaron)



プロフィール：沖縄県宮古島市に生まれる

宮古高校卒業

沖縄県立コザ看護学校卒業

1987年 米国留学

1991年 カリフォルニア州の正看護師の免許取得

2002年 ロマリンド大学看護学部卒業

リバサイド郡保健所結核予防課で保健師として働き今に至る

2010年 ロマリンド大学研究科において修士の学位取得

「パブリックヘルス・ヘルスプロモーションと教育」専攻

(講演の概要)

☆ブルーゾーンと呼ばれる長寿の島「沖縄」

☆ 沖縄の長寿の秘訣：先祖から引き継いでいるバランスのとれた野菜中心の食生活と独特の文化
(ぬちぐすい、先祖崇拜)や「ゆいまーる」「いちやりばちよーでー」の精神文化

☆アメリカの流行雑誌やテレビの人気番組で紹介される「沖縄の健康な高齢者」

☆修論で実施した北米沖縄県人会の健康な高齢者へのインタビューで得た結論

修論で取り組んだ北米沖縄県人会の高齢者の長寿の秘訣は、活動範囲は限られているが裏庭で小さいけれども野菜畑をもっているとか、盆栽を趣味にしているなど生活の中に動き(活動)があった。また、プラス思考で明るく「ラッキーな人生だった」とか、「友達がたくさんいる」とか、人生を退屈にせず楽しみ、朗らかな生活を送る工夫がなされていた。インタビューを通して得た結論は、アメリカのカリフォルニア州と日本の沖縄県と地理上の距離には遥かに隔たりがあり、生活環境は違っても、両国に住む高齢者の祖先のルーツは一緒であるということである。アメリカの流行雑誌やテレビの人気番組で紹介されている「沖縄の健康な高齢者」と同様に、北米沖縄県人会の高齢者も幸せで心身ともに健康な生活を送っている方々が多くとも不思議ではない。アメリカに住んでいても、やはり健康長寿の秘訣になっている、このことに思い至った。特に「いちやりばちよーでー」や「ゆいまーる」にみられる相手を思いやる心、誰にでも優しく温かく人のために役立ち、互いに助け合いボランティア活動などを行っている、そのような沖縄の「ちむぐる」は移住した一世の両親から次の世代に受け継がれ、沖縄の先祖をルーツにもつ人々の精神文化としての土台となっている。とはいえ残念なことに、食文化のアメリカ化やその他の多様な影響で、沖縄は世界一の長寿の座から滑り降りた。

わたくしは保健師、看護師、そしてその他の医療従事者、健康促進や推進に頑張っている地域の方々「あきらめないで下さい」と伝えたい。今、多くの沖縄を愛する人々が、沖縄の先祖から受け継いできた素晴らしい文化を保持し、次の世代へと伝えて育てようとする動きを始動させている。この機会に、世界のウチナンチュ・ナースと共に私たちの輪の中からの沖縄独特の文化にみる長寿の秘訣をさらに見直し、育て続けることを提案する。

沖縄独特の文化にみる健康長寿の秘訣 ～受け継ぎ伝えて育てよう“ちむぐくる”～

「ブルーゾーン」 “BlueZone” という言葉を聞いたことがありますでしょうか。



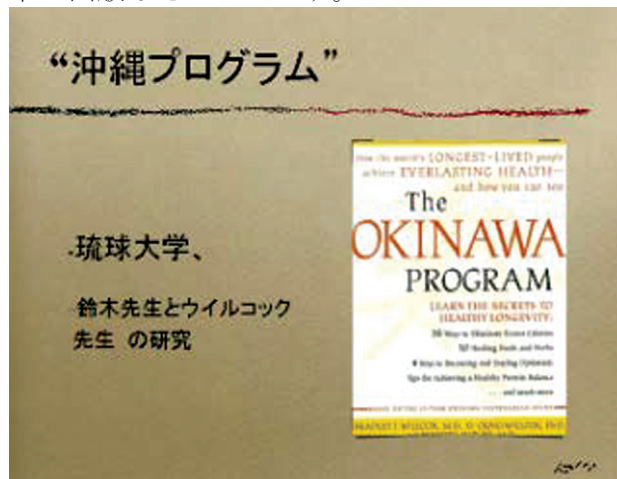
健康教育者 “CHES: Certified Health Education Specialist” の間で最近よく耳にされる言葉で、直訳すると「青い区域」になるのですが、「ブルーゾーン」は百歳以上の高齢者が多い区域に使われています。

なぜ「ブルーゾーン」なのかといいますと、ある人口統計学者たちが世界地図の上に長寿者の分布と密集度を青いマーカーで円を描いて表示したとき、世界地図の上である地域に集結して青色のマーカーが浮き出た、つまり、その青く浮き出た区域を「ブルーゾーン」と呼んだのが始まりらしいです。ブルーに浮き出た区域はアメリカのカリフォルニア州ロマリンド (Loma Linda)、コスタリカのニコヤ (Nicoya)、イタリアのサードニア (Sardinia)、ギリシャのイカリヤ (Ikaria)、そして日本の沖縄だったということです。それ以来これらの地域は「ブルーゾーン」と呼ばれて、健康な長寿者の人口密度が高い地域として知られるようになったそうです。沖縄はこの誉れ高い「ブルーゾーン」の一つなのです。

「長寿の島: 沖縄」が世界的に有名になった時、ちょうど私は看護師として大学病院で働きながらロマリンド大学看護学部で学んでいました。アメリカに、1987年に留学してから10年以上も経ち、私の生活習慣がややアメリカ化し、アメリカ人と一緒に働き学んでいた私にとって、「長寿の島: 沖縄」のニュースはとても衝撃的で(我に返るとでもいいでしょうか)、同時に誇りにも思えました。私はそのころ長い間続けた臨床看護から地域看護に視点を移し、病気の予防と健康促進に興味を持ち始めたときで、大きな希望と勇気

を得て、「ウチナーンチュは健康な人々の模範である」という自覚と確信をもったことを覚えています。

「あなたの出身はどこですか」 “Where are you from?” と聞かれたときに躊躇なく「沖縄です」 “I am from Okinawa” と誇らしげに応えるようになったのもこの頃からだったと記憶しています。私が最初に沖縄についての長寿のニュースを知ったのは2001年に出版された「沖縄プログラム」 “The Okinawa Program” という本を通してでした。琉球大学で沖縄の長寿の研究をされていた鈴木信^{まこと}先生、ブラッドリー・ウイルコックス先生、クレイグ・ウイルコックス先生が健康な沖縄の高齢者の生活習慣、食生活について執筆し出版なさったのです。



この本には沖縄の健康長寿について、科学的な研究を基にした証明の記述がなされています。例としては、身体の血管の状態がよい: 動脈硬化が少ないということ、ホルモンに関連するガン(乳がんや前立腺がん等)が少ない、骨が強い、老人の認知力が高い、筋肉質でスリムな体、ストレス解消がよい(ストレスレベルが低い)、温和で適度に楽天的で順応性がある、地域とのつながりが強い等を沖縄の高齢者の特徴としてあげています。この本に記述されている内容の半分程は沖縄の食生活をもとにした西洋人向けの調理法です。例えば、大豆のスムージー “Soy Smoothie”、手軽に作れる沖縄野菜のチャンプルー “Easy Okinawan Vegetable Chample”、ゴーヤチャンプルー “Goya Chample”、そして沖縄茄子の味噌煮 “Okinawan Eggplants with Miso”、ワカメと豆腐の味噌汁 “Wakame and Tofu Miso Soup” 等です。その頃、アメリカでは肥満の問題が急上昇し食生活の見直し等に力を注いでいるときで、私はこの本を手にしたときに「沖縄の健康な生活習慣はぜひ守っ

ていかなければいけない」という使命感のようなものを感じました。

しかし、毎年帰郷のたびに感じていた沖縄におけるマクドナルドのハンバーガーやピザが多く摂られるようになるなどの急激な食生活のアメリカ化で健康な食生活が廃れてゆくことに、私は危機感を抱かざるを得ませんでした。沖縄におけるアメリカのファーストフードの流入を見て、焦り、そして沖縄の人々は沖縄の文化に根付いてきた健康な生活習慣の良さを再認識する必要がある・・・と常に考えていました。そこでロマリダ大学看護学部を卒業した2002年、私は当時宮古保健所の所長であった高江洲均先生に宮古島の婦人を対象に「健康についての話をしたい」という依頼の手紙を出しました。高江洲先生は快く依頼に応じてくださり、宮古保健所の保健師たちの協力を得て「健康促進: 沖縄の健康な食生活と生活習慣文化を守ろう」という題目で約30人の婦人を対象に講演致しました。

「長寿の島: 沖縄」のニュースはその後ますます多く聞かれるようになり、2003年にはアメリカの流行雑誌「タイム」の表紙にも載りました。



2005年には「ナショナルジオグラフィック」誌の表紙にも紹介されました。また、アメリカのニュースチャンネル、CNN (The Cable News Network) やアメリカン ブロードキャスティング カンパニー、ABC (American Broadcasting Company) の「グッドモーニング アメリカ」 “GoodMorningAmerica” という人気のあるテレビ番組にも沖縄の高齢者が紹介されました。そして2012年には「ハッピー」というドキュメンタリー映画に大宜味村の高齢者(おばあちゃんたち)が出演しました(スライド4、5、&6)。地球儀の上では米粒大くらいに描かれている沖縄ですが、今アメリカでは大多数の人々が沖縄を知っているようになっています。その後も私の「ブルーゾーン」

あるいは「長寿の島: 沖縄」への興味はつづき、2010年に卒業したロマリダ大学の大学院公衆衛生学の修士論文では、沖縄の長寿をトピックにとりあげました。地理的環境はアメリカという「大陸」と沖縄という「島」とずいぶん異なりますが、アメリカに住む沖縄出身の高齢者にも長寿の秘訣については同じような事が言えるのではないかと考え、北米沖縄県人会の健康な高齢者を中心に健康の秘訣や生活習慣などについてインタビューを実施して論文を完成させました。

私の今日の目標は、修士論文の一部を紹介しながら、世界のウチナーンチュナースの皆様そして沖縄の皆様と一緒に、沖縄独特の文化にみられるという「健康長寿の秘訣」をさらに見直し、その維持、促進、普及につなげる糸口にしたいということです。修士論文への取りかかりとして、まず沖縄の長寿の秘訣について文献を調べました。沖縄の長寿はいろいろな方面から研究され、数えられないほどの資料があります。それらの中で、主に琉球大学の名誉教授「尚弘子」先生、琉球大学の「鈴木信」先生たちの長寿の研究、ナショナルジオグラフィックに沖縄の長寿の記事を書いたダン・ビュトナー (Dan Buettner 2005, 2008) の著書を主に参考にしています。これらの文献によりますと沖縄の長寿の秘訣はまず、遺伝、健康なよい生活習慣、バランスのとれた野菜中心の食生活、活動的である、家族との強いつながり、地域のサポート、精神的に活発、生き甲斐を持って生きている、そして先祖崇拝にみられる毎日のお祈り等のスピリチュアルな活動等であると報告されています。ダン・ビュトナーは「ブルーゾーン」の中で、大宜味村の高齢者の生活習慣から学ぶ9つの健康長寿の生き方を紹介しています。



それらは 1) 生きがいを持って生きている(例えば家族を大切に使う)、2) 野菜中心の食生活、3) 野菜畑をもちそこで毎日働いている、4) 大豆食

品(例えばトーフ)をよく食べる、5) モアイを続けている、6) 日常生活の中に日光浴をしてビタミンDを定期的に補給する習慣がある、7) 活動的である、8) 薬草が豊富でちゃんと摂っている、そして 9) 誰にも好かれるいい性格をしている、であると記載されています。

今一度大宜味村の高齢者の生活習慣 1) - 9) を読んでみますと、皆さんだれにでも「心当たりがあるのではないのでしょうか」。私たち沖縄の出身者にとっては「特別なことではない」はずです。私にとっては、これらの生活習慣は母の日々の生活そのもの(生き方)です。母は今年 93 歳になりました。子供のために、家族のためにと一生懸命に生きています。保良部落婦人会の友人たちとのモアイを続け、宮古方言で屋敷内にある庭を意味する「カフツ」には、いつもヨモギ「フーチバー」、ニラなどの野菜類が植わっていて食卓から新鮮な野菜を欠かすことはありません。そしてまた、面倒みがよく、心が優しく、知恵深いとの意味で母の兄弟姉妹からは、「うふあんが」*1 私のことである姪や甥たちからは「うふあんな」*2、孫やひ孫たちからは「マツ子おばー」と呼ばれ、親しまれています。宮古島の毎日新聞に「がんずううやき」*3 という健康な高齢者を紹介するコラムがあります。ここに紹介する新聞に5年前の母の姿が掲載されています。



みなさんも身近に大宜味村の高齢者と同じような生活習慣を維持している祖母や叔母、あるいは隣近所の高齢者の中等に同じような高齢者を「どなたか」見つけることができるのではないのでしょうか。

沖縄の食生活における良い習慣としては、「バランスのとれた野菜中心の食事」そして「ぬちぐすい」の教えをあげることができます。昔から「食をおろそかにしてはいけない」、「食は命の糧

だ」と教えられてきました。「ぬちぐすい」は中国の漢方薬から発展した教えだそうです。食べ物を単にカロリー源として考えるのではなく「命の糧」、「命を支える薬」として考え、感謝の気持ちでいただくということだそうです。沖縄の高齢者は、さつまいもを主食にワカメ、豆腐、温暖な気候でとれる新鮮な野菜や薬草を毎日の食卓に欠かしません。また、豚肉や魚は「祝祭日の祝い膳」と考えられていたので毎日は食べない、そのようなバランスのよい食文化をつくってきました。また、先祖崇拝の精神は健康をつくる秘訣の1つともいわれます。沖縄の高齢者は毎日のご先祖様へのお祈り、それをする事により養われる穏やかで平和な精神をもち、色々な祭事におけるリーダーとして活躍し、沖縄の社会では助言者として尊敬されています。私の母は、私がアメリカから帰省すると「神棚のオジー、オーバーたちに手ヲカミってからビズイ」と言います。それで私は家に着くと最初に、神棚の先祖に線香をたて「トウトメ」して(手を合わせて拜んで)からビズイ(座り)ます。私たちはそういう先祖崇拝という行為をすることにより家族を大切にする、高齢者を尊敬するということを自然に学んできたと思います。さらに沖縄の高齢者は家族や友達、隣近所との強いつながりをもち地域ぐるみで支えられています。モアイが社会的、金銭的、そして精神的な支えを得ることのできる場所となっています。色々な研究によると、「社会や地域とつながりをもち活動している人は健康で長生きする」そうです。また、ボランティア活動や人を助ける行為はプラス思考の感情を高め、健康に繋がると言われています。

琉球大学名誉教授「尚弘子」先生によると沖縄の人々が信ずる祖先崇拝と中国の漢方薬から発展した「ぬちぐすい」精神が沖縄の人々の身体、意識や感情、そして精神をつなぐバランスのよいライフスタイルをつくりだしており、これらはずっと昔から沖縄の人々の健康を保ち、今まで伝統的な沖縄の健康な食生活習慣として受け継がれてきたとのべています。それはまさに WHO(世界保健機構)が掲げる健康そのものだと私は思います。WHOの定義によると「健康とはただ単に病気でないとか虚弱でないということだけではなく健康とは肉体的側面、精神的側面、社会的側面、そしてさらにスピリチュアルな側面もみたらされていて幸せであるという状態」だということになります。私たちの先人たちは、なんと賢かったのでしょうか、ウチナーンチュの健康の土台を築き上

げた知恵深い先人たちに感謝の念で一杯です。

それでは北米沖縄県人会を紹介致します。



北米沖縄県人会はアメリカの特定非営利活動法人(NPO: Non Profit Organization)で、南カリフォルニア、ロスアンジェルス近郊に事務所を持つアメリカ大陸では一番規模の大きい100年以上の歴史をもつ活発に活動をしている県人会です。会員制で、ボランティア、寄付金、そして基金集めの事業などで運営をまかっています。80歳以上は会員費が免除されます。現在のメンバーは約2,000人、1,028世帯、80歳以上の高齢者は8月現在で361人、85歳以上が230人、(男性95人、女性135人)、112歳が最年長者、100歳が2人です。

北米沖縄県人会の会員

- 。2016年10月現在
- 。1028世帯、およそ2,000人の会員
- 。85歳以上:230人(男95人、女135人)
- 。最年長者:112歳
- 。100歳以上が2人

スライド10

最も活動的な芸能部をはじめ文化部、婦人部、歴史部、かじまやークラブ、カラオケクラブ、うちなーぐちクラブ等、15の委員会と15人の役員を中心に沖縄文化の継承と普及に頑張っています。一年を通して毎月、それぞれの委員会主催の催し物があります。先月9月には恒例の「敬老感謝の日」が開催されました。約100人の参加者が色々な催し物を楽しんでいました。100歳の方も息子と一緒に参加していました。新年宴会が一番規模が大きく皆にとっても人気のある催し物で、

サンディエゴや隣の州のアリゾナ州等の遠方からも参加します。



スライド11

友達や家族と一緒に新年を祝うことのできる場所の提供になっている正式な新年の宴会です。それぞれが正装で参加しますので、余談ですが、私も一年に一回の訪問着を着るチャンスとなっています。



スライド12

一年に一回のピクニックも私の大好きな催し物の一つです。



スライド13

運動会と似たような行事です。野外で行われ、弁当をつくってきて老いも若きも一緒に集い、民謡

あり、琉舞あり、空手の演舞あり、綱引きあり、子供たちのゲームありと沖縄の文化にどっぷりと触れることのできる一日です。車椅子に乗った高齢者とともに参加する家族の姿に心が和みます。



2010年の終わり頃、私が県人会の高齢者をインタビューしたとき、北米沖縄県人会のメンバーの中には合計145人(男性66人、女性79人)の85歳以上の方がいました。これらの方々のうち25人を抽出し、インタビューで応えてくださったのは12人(男性6人、女性6人)でした。

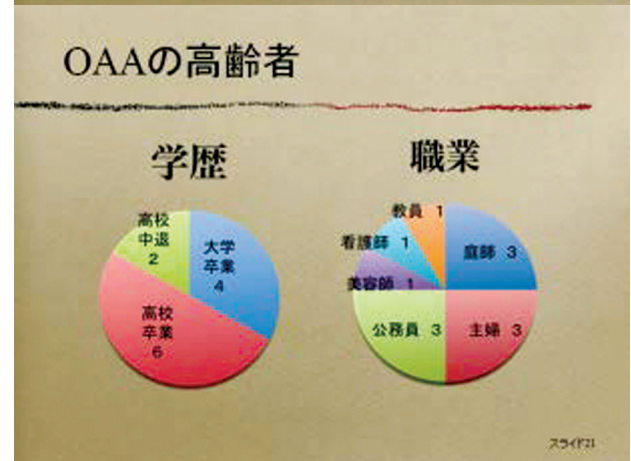
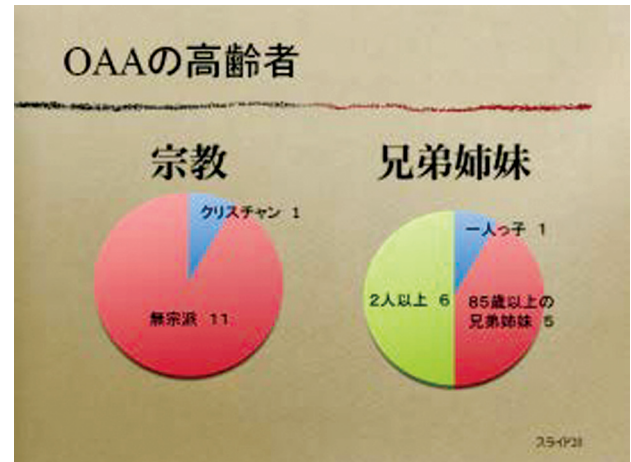
OAA : Okinawa Association of Amerika
高齢者にインタビュー

2010年10月、85歳以上—145人

- ・ 男66人
- ・ 女79人
- ・ 12人(男6人、女6人)にインタビュー

インタビューに応じてくださった12人の方たちのうち10人は2世の方々でした。英語が第一言語(母国語)で、日本語はあまり上手ではない方が多かったように記憶しています。アメリカで生まれ育ち、ご両親は移民としてアメリカに来た1世と呼ばれる人々でした。10人の2世の中には2~3人の帰米2世も含まれています。帰米2世というのは、私もアメリカに来て知ったのですが、アメリカで教育された2世とは異なり戦争や教育などの理由である期間沖縄に戻され沖縄で育ち又アメリカに戻って来たという方々です。2世の方々に比べると日本語を好んで使い、英語力にハンディがありアメリカの社会に馴染むのに困難を伴ったようです。12人の内1人はクリス

チャン、一人っ子が1人、5人は85歳以上の兄弟姉妹がいて、半数以上は高校卒でした。職業は庭師3人、公務員3人、主婦3人、看護師、美容師、そして教員となっています。



住居は、2人は老人ホーム、1人はアパート、9人はロスアンジェルス近郊の自宅に長年住んで居る方々でした。12人とも結婚して、11人は子供がいました。12人のうち2人は日本本土出身の伴侶がいて、10人は沖縄県人同士のカップルでした。全員が戦争経験者で、収容所での経験もあり、戦争後はジャップと呼ばれ偏見を受けたという厳しい時代を生き抜いた方たちです。

インタビューはそれぞれの家を訪問して行いました。テープレコーダーに録音したものを一字一句変えずに書き写し、共通点をまとめました。それらは1) 遺伝 2) 健康的な生活習慣:例えば煙草を吸わない、お酒を飲まない、ちゃんと睡眠をとっている等 3) 野菜中心の食生活 4) 活動的で地域社会とのつながりがある 5) 明るくほがらかなで、親切で幸せな性格という5つの共通点がみられました。

まず、長寿には遺伝が無視できない要因の一つであるといわれています“a genetic factor of longevity is inevitable factors”。11人のうち5人は85歳以上の兄弟姉妹がそれぞれ健在で

した。ある高齢者は95歳、86歳、そして80歳の兄弟姉妹と一年に一回は会うと言っていました。その方の母親は101歳まで生き たということでした。またある高齢者は102歳、103歳まで生きた叔母の話、96歳の兄の話しをしてくださいました。しかし、遺伝は四分の一、あるいは五分の一の影響力であり、健康に高齢を向かえる秘訣は色々な面における影響の結果だと報告されています。琉球大学の鈴木信先生は、遺伝ももちろん無視出来ない、しかし環境の中で生じる「振る舞い」や「態度」は更に大切であると述べておられます。

二番目に、生活習慣です。北米沖縄県人会の高齢者は、タバコを吸わず酒を飲まない、早起き、朝ご飯を摂り、毎日の歩行、のんびりした生活、そしてそれぞれが自分の好きな趣味をもっていました。趣味の例はゴルフ、ボランティア活動、盆栽、クッキング、読書、書く事などで、「する事が多くあり、退屈した事がない」等と言っていました。それから盆栽グループ、退役軍人のクラブ、教会、県人会とのつながりがあり、地域社会と繋がっていて、ボランティア活動などをしていました。

3番目に、野菜中心の食生活で75%が野菜中心の食生活でした。一人の高齢者は「私は野菜を食べなければ行けない」「I must eat vegetable」と答えられました。そして規模は小さいのですが、それぞれに野菜畑をもっていました。またある高齢者は「好き嫌いが無い」、「体に良いというのを食べる」、「食べ過ぎない」とおっしゃっていました。食に対する感謝の気持ちと「ぬちぐすい」の観念がみられました。

最後に、皆さんはとても朗らかで優しい人柄、話していて楽しく、プラス思考で(幸運(lucky)な人生だったとか、たくさんの友達がいる等)、沖縄独特の高齢者の特徴がみだされました。現在の沖縄県に住んでいる高齢者と北米県人会の高齢者を比較してみますと、まず、共通しているのは1) 遺伝、やはり影響しているように思います。2) 食生活では野菜中心で「ぬちぐすい」の影響を感じます、3) 活動的です(北米県人会の高齢者の場合は活動範囲が限られていましたが、裏庭で小さいけれども野菜畑をもっているとか盆栽をしているなど、それなりに生活の中に動き(活動)がありました。そしてまた4) 沖縄出身者独特の人柄、親切で優しい、思いやりの心をもっている、プラス思考で誰にも好かれる、人生を退屈にせず朗らかである、がみられました。しかしながら、先祖崇拝や沖縄の祭事などで活躍しているような高齢者の姿は、私の研究においてはみ

られませんでした。しかし老人を尊敬するとか、高齢者を助言者として敬う見方は、芸能部の活躍やカジマヤー部の敬老感謝の日など、北米沖縄県人会の文化の中で育まれていると私は思いました。

今年5月に、私が5年前にインタビューした方たちに再度会う機会がありました。北米沖縄県人会の健康な高齢者を代表する3人です。元気で何よりで、ご紹介します。

山城さん、今年100歳です。



5年前、私がインタビューしたときは、「子豚を飼い」というタイトルで羅府新報(南カリフォルニアの日本語新聞)に随筆を書いていました。このとき、山城さんの随筆が本になり出身地のうるま市の図書館に置かれているということで、「世界のウチナーンチュ大会に参加し、図書館へも行ってみたい」と言っていたのですが、95歳で足腰が弱っているので無理だと諦めていました。そこで、わたくしが山城さんの願いを叶えるべく、2011年の世界のウチナーンチュ大会に参加して、うるま市の図書館を訪ねました。琉球新報ロスアンジェルス通信員の「当銘貞夫」氏が、その話を聞いて大会直後に記事にしました。その新聞記事

と世界のウチナーンチュ大会に参加したときに訪ねたるま市図書館の書架です。



山城さんは健康の秘訣を「食生活から」と答えていました。「食べ物は肉一切れに対して野菜は倍以上、魚も一切れに対して同じように野菜を倍以上」いわゆるバランスフードを長年とり続けています。

山川さん、93歳です。活動的で、地域の子供たちのスポーツのコーチを引き受けてきた方です。北米沖縄県人会ではピクニックや運動会で子供たちのゲーム等の担当を引き受け、現在は歴史部で資料の提供等に関わっています。山川さんは、「ウチナーンチュだから長生きするんですよ」“**you have to be uchinan-chu to live long**”と断言し、長寿の遺伝子の影響に感謝しているのだと述べていました。



島袋さん、98歳です。とても朗らかでお話していて楽しい方です。島袋さんとお話してすぐわかるように、島袋さんは健康の秘訣を「私はプラス思考というのはとても大切だと思う、そして家族や友だちへの感謝の気持ちをいつも忘れないこと」“I feel a positive attitude is important, living with gratitude for everyone and everything that is in my life, family and

friends.”と答えられました。料理する事や野菜畑に水をやったりする事が楽しい、そして食事は感謝の気持ちで摂り、お祈りを欠かさないと云います。島袋さんは笑顔で「私の家はいつも孫やひ孫、そして娘や息子が出入りする賑やかな毎日です」と話してくれました。



写真は今年(2016)の5月に島袋さんを訪ねたときに撮ったものです。私が写真を撮りましようというとき島袋さんは側にいた娘に何かしら合図をしました。鏡と口紅とブラシが必要だったのです。写真の前に自分の容姿を整えるという98歳の島袋さんの姿勢に、私はまた感動しました。そして帰る前に私を抱擁(hug)しました。そのときの心のもった抱擁は忘れられません。島袋さんは「わたしは人々が好きです」“I love people.”、「人はみんな愛情と友好を必要としています」“everyone needs love and friendship”と云いました。島袋さんが言っている事、行っている事一つ一つが健康長寿につながっていることを感じました。

高齢の方々とのこれらの経験を通して、地理的に遥かに隔たり環境は違っても、やはりルーツは一緒だとの思いを強くしました。実は、北米県人会の高齢者とお話して、私はほっとしました。アメリカに住んでいる沖縄系の高齢者たちが果たして私のインタビューに快く答えてくれるだろうかとインタビュー前に抱いた少し怖いような緊張した気持ちは、直ぐに和らぎました。ある方は、得意のケーキを作って私を迎えてくれ、あたたかも沖縄で「おじい」「おばあ」と話しているような錯覚をさえ覚えて、とても楽しみました。同時に ああやっぱりウチナーンチュだと安心しました。特に「いちやりばちよーでー」(出会う人は皆きょうだい)や「ゆいまーる」(助け合い、相互扶助)にみられる相手を思いやる心、誰にでも優しく温かく思いやりがあり、何か人の為に役立っている、お互いに助け合うことやボラン

ティアなどをやっている、そういう沖縄の「肝心：ちむぐくる」を、これら方々は一世であった彼らの両親から確かに受け継いでいて、それらはアメリカに住んでいても健康長寿の秘訣になっていると思われました。琉球大学の鈴木信先生は伝統的な沖縄の文化にある「思いやりの心」は健康長寿にとって欠く事のできない大切なポイントであると言われていました。去年、ハワイからいらして北米沖縄県人会で健康の話をしてくださった沖縄系の末広(Dr. Myles Suehiro)先生は、「沖縄の人は心が広くて新しいものにもすぐに順応しやすいし、地域とのつながりが良く健康の秘訣となっている」と話されていました。

残念なことに、沖縄は今、色々な影響で世界一の長寿の座を保持できていません。本当に残念です。しかし保健師、看護師、そしてその他多くの医療従事者、地域で健康促進、推進に頑張っておられる方々に「諦めないで下さい」とお願い致します。なぜなら、私たちウチナーンチュには健康長寿へむけ

注1~3:宮古島出身者からの知識

「うぷあなが」*1:大きいお姉さん、年上のお姉さん

「うぷあんな」*2:長男の嫁 大叔母、親の実家のおばさん

「がんずうやき」*3:「がんずう」=「元気、健康」、「うやき」=「金持ち、繁盛、一番」

「がんずうやき」=「健康が一番の宝」

参考文献

Brown, S.L., Nesse, R.M., Vinokur, A.D., and Smith, D.M. (2003). Providing Social

Support May be more Beneficial than Receiving it: Results From a Prospective

Study of Mortality. *Psychological Science*. 14 (4):320-327.

Buettner, D. (2008). *The Blue Zone*. Washington, D.C., National Geographic.

Buettner, D. (2005). "The Secrets of Living Longer." *National Geographic*, November 2005, 2-27.

Kerr, G.H., (2000). *Okinawa: The History of an Island People*. Revised Edition. Boston,

た食習慣、生活習慣などの土台が備わっています。だから諦めないでください!沖縄の先人たちが そうであったように、私たちの課題は「良いものは良い」と認めて受け入れる、心が広いと言われる 沖縄の人々やわたしたちそれぞれが持っている「良いものに気がついて、大事に育てていくこと」だと思います。今多くの沖縄を愛する人たちが、私たちが培っているこの素晴らしい文化を維持する活動を始めています。諦めないで、私たちのこの独特な文化の中にある長寿の秘訣を家庭の中から、そして私たちの輪の中から育て続けようではありませんか!

最後に、私たちの宝である沖縄の伝統文化を創りあげ維持してきた沖縄の先人たち、そして現在これらの伝統文化を継承して伝えてくださっている高齢者に心より感謝します。

ご清聴ありがとうございました。

Tuttle Publishing

Okinawa Association of America Retrieved May 1, 2010 from

<http://www.ooamensore.org/index.htm>

Okinawa Prefecture 2004: This is Okinawa. Retrieved April 25, 2010 from

http://www.pref.okinawa.jp/english/thisis/images/this_is_okinawa.pdf

Pugliese, J (Photographer) 2003. *Time*, New York (Photograph) February 28, 2013

from:

<http://content.time.com/time/magazine/asia/0,9263,501030721,00.html>

The Okinawa Club of America translated by Kobashigawa, B. (1988). *History of the*

Okinawans in North America. The United States of America, Asian American

Studies Center University of California, Los Angeles

Sho, H. 2001. "History and characteristics of Okinawan Longevity Food." *Asia Pacific J Clin Nutr*. 10(2):159-164.

Suzuki, M., Willcox, B., and Willcox, C., 2004.

“Successful aging: Secrets of Okinawan Longevity.” *Geriatrics and Gerontology International*. 4:S180-S181.

Willcox, B., Willcox, C., and Suzuki, M., 2001. *The Okinawan Program*. New York, Three Rivers Press.

【参加者の感想】

- ・アメリカの県人会の話について
- ・講演 1, 2 共にとても印象的でした。世界に出

るということは自分が思っているより、現実可能なことだと感じる良いキッカケとなりました。

- ・うちな〜んちゅの心を持つこと。看護職の心にも繋がると思った。
- ・教科書に縛られない考え方も大事ということを学んだ。
- ・楽しい講演でした。
- ・海外での活躍素晴らしいと思います。海外の話、大変興味深かった。沖縄の長寿を戻す努力を改めて考えねばならなくてはと思いました。



Ⅲ 講 演 会

【講演2】

世界で働く ー他人の中に埋没しない私ー

講師：玉城 英彦（たましろ ひでひこ）

講演 2

講師：玉城 英彦（たましろ ひでひこ）

プロフィール：沖縄県古宇利島に生まれる。

名護高等学校卒業

北里大学卒業

1978年 テキサス大学卒業

1985年 国立水俣病研究センターを経て、85年から世界保健機関（WHO）ジュネーブ本部に勤務

2000年 北海道大学大学院医学研究科教授

2013年（現在） Taipei Medical University, Taipei, Taiwan
(Visiting Professor)

2014年（現在） 北海道大学国際本部特任教授・シニアアドバイザー

2015年（現在） De La Salle University, Manila, Philippines,
(Visiting Professor)

（講演の概要）

- ◇ Health Transition
- ◇ 健康とは？
- ◇ 疫学と公衆衛生の心
- ◇ カルチャーショック
- ◇ ターザンの門出
- ◇ 国連職員への道
- ◇ 国際社会に生きるー多様性の涵養
- ◇ 他人の中に埋没しない「私」



わが故郷古宇利島は、台風の風と大きな爆発の音がないときは、いつも静かだった。時間は平等にゆっくり流れていた。その中でのおんびり育った私はふとしたことから留学生として上京することになり、新鮮な喜びに似た、さまざまなカルチャーショックに遭遇した。しばらくしてさらにテキサス・ヒューストンに飛び、ジャングルから出たばかりのターザンのように驚き瞠目した。

また国連機関という「人間のつぼ」の社会で否応なしに、習慣・文化・言語・宗教などの多様性に触れる機会を得た。ミニマムな語学力とマキシマムな想像力を働かせ、そして他者との関係の中に自己を埋没させないことで、国際社会に生きることを学んだ。

人を評価する物差しは決して世界共通ではない。ということは、自分の適正にあった仕事や職場はいろいろな所に多種多様な形で存在するということである。急がず撓まず、自分を鍛え、そ

してグローバルに考え確実にローカルに行動することが世界への大きな第一歩となる、と私は確信する。

海の底は、天の空は世界とつながっているのだから、地球規模で考えるとき、古里の大小や都会・田舎などの区別は問題でない。ヨーロッパから見た日本は東洋にある極東、中国や韓国の虫垂でしかない。国際社会では、ものごとを自分の視点で相対的に眺めることが重要であると思う。

海洋民族としてのナンクルナイサ的な大らかさを持つウチナンチュは、世界で働く特性を自然に身につけているといっても過言ではない。講演では、自分のこれらの些細な体験・経験を、これからグローバルに挑戦したいと思っている、とくに若い人たちと共有できればと願っている。

世界で働く－他人の中に埋没しない私

北海道大学国際連携機構特任教授・

シニアアドバイザー

玉城 英彦（たましろ ひでひこ）



北海道大学の玉城です。過分なご紹介をありがとうございました。また、ご招待いただきました関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。1時間という短い時間ですが、そしてちょっとおおげさなタイトルですが、私くしが経験した少ない国際社会の中での話しを、特に、若い人たちに伝えられたらと思います。

1. 健康概念の転換：Health Transition

今日の話はいくつかのセクションに分かれています。前半の方では介護や保健などの基本的な概念について、後半に今日のメインのタイトルの話をもっていきたいと思います。

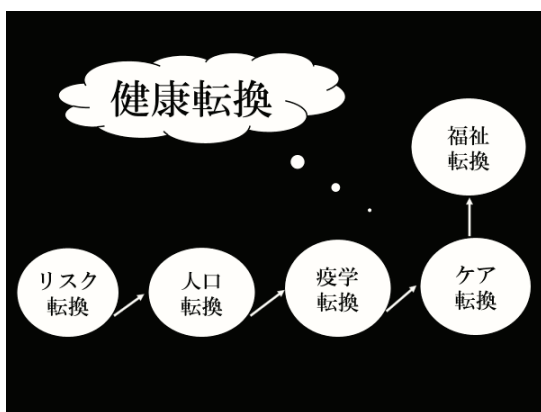
皆さんもご存じのとおり、今、少子高齢化社会のなかでの健康、その概念の転換と申しますか、リスク転換から人口転換、疫学転換、ケア転換、福祉転換と、いろいろな転換期にきています。リスクの転換“Risk Transition”と言うのは、「病気になるリスク、例えば、昔は感染症だったのですが、今は生活習慣病だとか、それから交通事故などのリスクそのものが変化している」ということです。

人口転換“Population Transition”とは、皆さんご存知のように、「少子高齢化、人口が急速に高齢化している」ということです。疫学転換“Epidemiological Transition”とは、特に病気のプロファイルのことですが、今では「がん」を含めた三大疾患で全死因の60パーセントぐらいを占めているというように、昔は感染症がほとんどだったのですが、疫学的に病気のプロファイルそのものが時代とともに変わってきたということです。

もう一つは「ケアの転換」“Care Transition”、ケアも皆さんご存じのように介護保険が出来たのは2000年です。もともと介護は、家族とか内部の人で世話をしていましたが、それでは負担が大き過ぎるのでそれを外部化しようということで、ケアというか介護の転換がなされたわけです。でも、それだけをやっても介護される人は減らない。というわけで「予防介護」などの概念が出てきて、なるべくケアを必要とする人の数（Population）を減らそうという概念になってくる訳ですね。

それから、むしろ今重要なのは、「福祉の転換」“Welfare Transition”をどうするかということです。おそらく今の政治家は、税金を上げるとか消費税を上げるとかということには積極的ではありません。政治家は、日本全体の将来を考えているのではなくて、もしかしたら明日の自分の選挙のことを考えているのかもしれない。今、実際、日本は金がないんです。ですから、これは日本の公衆衛生、看護を含めて大きな問題だと思うのです。何とかして福祉転換をしなくてはならないのです。私たちの健康を、私たちの未来を保障するという意味で、その投資としてけっして悪くないというこ

とです。日本とスウェーデンでは税金の納め方に違いがある、と言われていました。例えば、スウェーデンは国に税金を預けるという概念で、日本は逆に国に税金を取られると思っています。それで、日本人は税金をなるべく出さないということにつながります。そういう発想の転換も含めて、おそらく福祉の転換も、これからすぐにも考えなければならない問題だと思います。



2. WHOの健康定義と健康権

先ほど下地先生もおっしゃっていましたが、WHOの健康の定義は非常に重要なことです。下地さんの話を聞いて思い出したのですが、私も15年以上、スイス・ジュネーブにいて、そこから直接、札幌の北海道大学にきました。当然ですが、日本語での事務作業に大変苦労した自分の経験を思い出しながら、下地さんの片言の日本語を聞いておりました(笑)。

WHOの健康の定義は基本的に身体面(Physical)と精神面(Mental)と社会面(Social)の安寧(Well-being)の概念です。「健康：ヘルス(Health)」というのは全体という意味があります。ですから、全体を見るということ、それが健康の概念の意味することです。時々教科書に、WHOの健康の定義は1948年に制定されたと書いてありますがそれは間違いで、1948年は憲章に基づいてWHOが設立さ

れた年です。一方、WHOの憲章が制定されたのは1946年で、その中(憲章の前文の第一項)にWHOの健康の定義が明記されています。

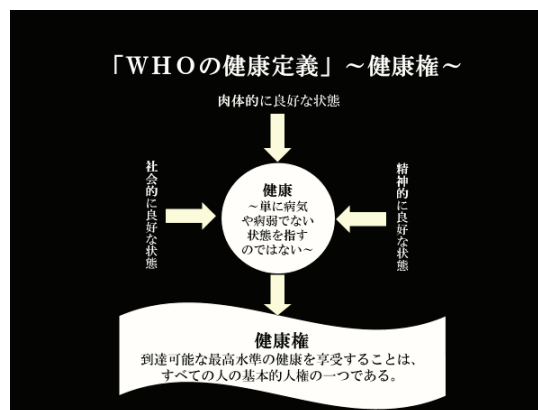
WHOの健康定義

Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

健康とは、完全な肉体的、精神的及び社会的福祉の状態であり、単に疾病または病弱の存在しないことではない。【1951年官報訳】

その前文の第二項に書いてあるのが「健康権」という概念です。WHOでは、「到達可能な最高の」と、日本では日本国憲法第25条に「最低限度」という言葉を使って謳われています。それぞれの国によってその解釈に違いはありますが、いずれにせよ、「健康権」の概念は、健康の定義以上に重要なことかもしれないということです。

「健康権は」は基本的な権利の一つで



すから、誰でも治療を受ける、看護を受ける権利を持っているわけです。これが基本的な人権の一つである「健康権」の概念です。

3. 健康および平和と人間の安全

もう一つ肝要なことは、これは特に国際保健(Global Health)をやっている感じ

ることは、健康というのは、あるいは保健活動というのは、ただ真空状態・孤立状態 (Vacuum) の中では出来ないというこ

WHOの健康定義- Revisited

Health is a dynamic state of complete physical, mental and social well-being (and not merely the absence of disease or infirmity).

健康とは、身体的にも、精神的にも、そして社会的にも調和のとれた良い状態である。【玉城訳】

となのです。今のシリアとかパキスタンだとかにおける状態で、「健康問題を生活の第1番目に考えられるか」というと、そうではないのです。健康問題を考える基礎的な概念として、民主主義 (Democracy) とか、やはり人間の安全保障とか、公平性とか、そういう概念がしっかりしていないところでは健康問題をなかなか展開できないということなのです。

例えば、アフリカなどの途上国においてエイズの予防活動において、 Condom とか薬を配られた人がそれらを使うという保証はまったくありません。何故かという、健康問題よりも、まずは自分の子供とか明日の食事の方に、あるいはお金を稼ぐことに興味があるのです。日本では当たり前なのですが、多くの途上国では必ずしも、安全が保証されていないと言う意味で、そういう環境という概念も重要なのです。

健康および平和と人間の安全

The health of all peoples is fundamental to the attainment of **peace and security** and is dependent upon the fullest co-operation of individuals and States.

健康は**平和と人間の安全**を成就する基本である。そのためには一人ひとりと国家の協働作業が不可欠である。

4. 健康の前提条件

安定した環境 (Stable ecosystem) といえますか、健康のための基本的な条件や資源 (resource) である 1) 平和 (Peace)、2) 住居 (Shelter)、3) 教育 (Education)、4) 食料 (Food)、5) 収入 (Income)、安定した環境 (Stable ecosystem)、6) 持続可能なリソース (Sustainable resources) などは重要な概念です。さらに、私が社会の風と言っている 7) 社会正義と公平性 (Social justice and equity) をいかに吹かせるかということも、健康問題を取り組むにあたって重要なことです。

健康の前提条件

～健康のための基本的な条件やリソース～

- 平和 peace
- 住居 shelter
- 教育 education
- 食糧 food
- 収入 income
- 安定した環境 stable ecosystem
- 持続可能なリソース sustainable resources
- 社会正義と公平性 social justice and equity

5. WHOの健康の定義

日本では健康の定義というのは、「健康とは、安全な肉体的、精神的及び社会的福祉の状態であり、単に疾病または病弱の存在しないことではない。」(1951年官報訳) となっています。しかし、それは非常に分かりにくい。ここに示している玉城の訳の方がずーっと良い。皆さん、今後教科書を買う時や勉強する場合は、必ず玉城訳を使ってください (笑)。

「健康とは、単に病気や病弱でない状態を指すのではなく、身体的にも、精神的にも、そして社会的にも調和のとれた良い状態である。(玉城訳)」

これならすんなりいきます。必ずしも、役人が言うことがいつでも良いことでは

ないかもしれないということでしょうか(笑)。

WHOの健康定義- Revisited

Health is a dynamic state of complete physical, mental and social well-being.

健康とは、身体的にも、精神的にも、そして社会的にも調和のとれた動的な良い状態である。
【玉城の提案】

6. WHOの健康の定義を変更しようとした動き

1990年代にWHOにおいて健康の定義を変更しようといった、このスライドにあるように、ダイナミック(Dynamic)とスピリチュアル(Spiritual)を追加しようという動きがありました。しかし、多くの議論を経て、1946年に作成された、従来の定義を変更することなく、今後も踏襲することになりました。

Health is a dynamic state of complete physical, mental, social and spiritual well-being, and not merely the absence of disease or infirmity.

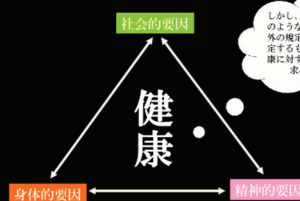
WHOの健康定義- 変更?

Health is a (dynamic) state of complete physical, mental and social (& spiritual) well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

7. 健康の三つの規定要因とこれらの関係

健康を維持する上で、スピリチュアリティというのは非常に重要な概念だと思いますので、これを頭から除外するというのではなく、将来メンタルとスピリチュアルの関係とかが十分に解明されれば、「スピリチュアリティ」という概念がその定義に組み込まれるかもしれません。ということで、私たちはある程度オープンマインドでフレキシブルに考えた方が良いと思います。また、個人的には、「ダイナミック」の形容詞を追加しても良いと思っています。健康は経時的に変化しやすい性質のものだからです。

健康の三つの規定要因の関係



また私は、健康の現在の定義の中の、“and not merely the absence of disease or infirmity”は、今では、健康という概念がある程度定着しているので、もう要らないのではないかと考えています。というのは、この定義ができる第二次世界大戦前には、「病気じゃないから、あるいは虚弱じゃないから」健康であると言われてきたので、わざわざ強調しこれを否定しました。つまり、“Health is a dynamic state of complete physical, mental and social well-being.” 「健康とは、身体的にも、精神的にも、そして社会的にも調和のとれた動的な良い状態である」と定義しても良いと個人的には考えています。

8. ヘルスプロモーション (Health Promotion)

ヘルスプロモーションは、WHOの中でも健康に対するパラダイムシフトが起こり、プライマリーヘルスケアに加え、健康をより積極的に増進させる意味で、1987年に最初のヘルスプロモーション会議がオタワで開催されました。第9回の世界会議が上海で間もなく開催されます。新しいパラダイムとして、もう少し地域社会の参加 (Community participation) などを推進するという、「プロセス

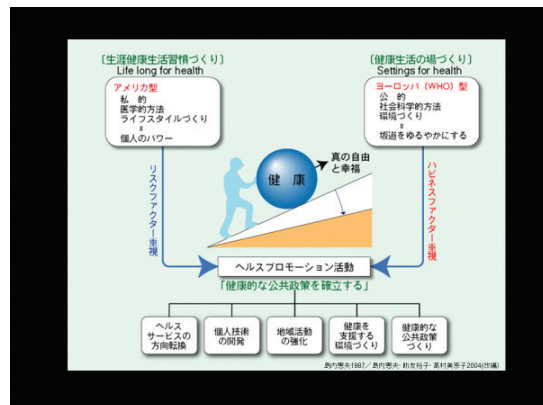
(Process)」という概念を持ってきました。単に個人だけではなく、社会全体も取り組む、またその環境を整備するというプロセスなのです。今、特に役所などは予算が少ないので、健康問題も生活習慣病なども自己責任という概念でいろいろ展開させようとしています。個人の努力だけでは健康問題は解決できません。例えば、皆さん塩分を控えるとか、コレステロールを減らすとかいうことは、自分たちだけではほとんど不可能なのです。ラーメン一杯食べただけで、「健康日本21」で目標とされる8グラム以上の塩分を摂取することになります。個人の努力だけではできません。もちろん個人の努力は重要ですが、広い意味で、社会全体での介入が肝要だということをヘルスプロモーション会議では言っています。

Health Promotion

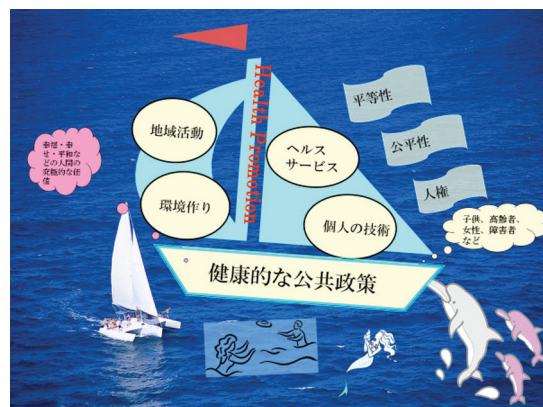
- 人びとの健康増進能力を高めるプロセス
- 個人の行動だけでなく、社会・環境に亘る、広い範囲の介入を目指す

9. 健康的な公共政策—南国からのメッセージ

ヘルスプロモーションの概念を説明す



る時に、私は自分のオリジナルな図を使います。教科書 (島内憲夫他, 2004 改編) では、健康という大きな岩を押しながら坂を必死に登る図が良く用いられますが、それでは健康を作ることだけで押し流され、息切れしそうです。だから、私は自分が「ウチナーンチュ (沖縄人)」の「ウミンチュ (海人)」だから、ヨットに例えたヘルスプロモーションの概念図を良く用います。4つのエンジン (環境作り、地域活動、個人の技術、およびヘルスサービス) の他に、社会の風 (人権や公平性、平等性など) を吹かすと、「ヘルスプロモーション」の船がスイスイ、スイスイと沖に向かって走り出します。船の進む方向に順風が吹きます。それを



追い風にして、ヘルスプロモーション活動を継続的に持続させることができます。

その概念を私は、南国からのメッセージと言っています。

10. ヘルスプロモーション (Health Promotion) – 運命を決めるか？

健康は「知識」だけでは維持増進できません。ですから、教科書にはさらに「行動」が必要だと書いています。しかし皆さんよく分かっているように、例えば新年の誓いなどで今年はいずれもこれでもやろうと始めるものの、せいぜい続くのは一週間です(笑)。日本では「三日坊主」ということわざもあるくらいですから、実行期間は通常もっと短い。だから行動を3日や1週間で終わらせるのではなく、自分の行動を継続してこれを「習慣化」するレベルまでもっていくことが重要なのです。そして、習慣化した行動が私たちの「個性」となります。私たちの持続的な行動パターンが個性なのです。その個性が、もしかしたら私たちの「運命」を決めるかもしれません！

教科書にはだいたい、「知識 (Knowledge)」と「行動 (Action)」くらいまでしか書いていません。それに続く一番難しいことはほとんどスキップしています。だいたい教科書ってそういうものです。だから、若い学生は(教科書を)あまり信用しちゃ駄目なのです(笑)。



11. 健康に投資を (Invest in Health)

「健康への投資 (Invest in Health)」は、非常に大切な概念です。要するに健康はただでは得られない。私たちは健康に投資しなければなりません “We have to invest in health”。インベスト・イン・ヘルス “Invest in Health ” というのは、とても重要です。みんな経済に投資することは学校で学びますが、健康にいかにか投資するかということは教えてもらえない。学校ではもっとも重要なものが教えられていないということです。根本的には、健康に投資することは、素晴らしい「個性 (Personality)」を築くのに投資するということです。

“Invest in Health!”
「健康に投資を」

12. 健康は決して人生の最終目標ではない

「健康への投資」の概念は非常に大切なのですが、しかし、健康そのものは人生の最終目的ではありません。それが最終目標であるなら、1日1万メートル1万歩を歩き続けるだけで良い。それ自体は人生の目的ではなく、それを成就するための手段と捉えることもできます。すなわち、健康自体は大切ですが、社会の最終的な目的ではありません。それは社会に尽くすという自分の目的や社会的な目的、あるいはグローバルな目的を達成するためのエネルギー、あるいは資源 (Resource) であるという概念なのです。

Health is NOT the final goal of your life!
(健康は人生の最終目標では決してない)

However, health is energy or resource to
achieve your life goal!
(それを達成するためのエネルギーある
いはリソース(資源)である。)

13. 疫学とは

ちょっと話が飛びますが、皆さん「疫学」という言葉をよく聞きますね。疫学では、専門用語では次の三つのDs「分布(Distribution)」「要因(Determinant)」「予防(Deterrent)」の意義について勉強するという、いわゆる病気の分布を調べ、どのような要因があって、どのような対策につなげるかなのです。教科書には、難しいことをいっぱい書いてありますが、これら三つの関係を良く知ればいいのです。基本的に疫学というのは、比較の学問なのです。沖縄と北海道の健康度の違いだとか、介護者と被介護者の生活習慣の違いだとか、いわゆる二つのグループ、三つのグループを、基本的には比較する。理想的なのは、二つのグループが「1つを除いて他は全部同じ」という条件です。研究目的の要因以外ではすべて同じというのが一番理想的なのですが、現実にはなかなかそのような状況にはならないので、方法(Methodology)や統計(Statistics)でいろいろと調整するわけです。

まあ、それはそれとして、本来の疫学の命題、「帰無仮説」というのは、「病気というか健康状態というのは社会の中でランダムに分布している」ということです。それが帰無仮説なのです。

さて、病気は地域の中でランダムに分布していますか。” Yes or No?” 基本的には“No “なのです。よって、疫学の課題は、「なぜランダムに分布していないのか」「Why not」ということです。ですから病気というのは、どこかに、どこかで病気を作る個人的、環境的、社会的要因で規定されるのです。様々な要因の中でも、約10年前からWHOなどが言っている“Social determinant”(社会的要因)が健康の分布を大きく左右します。実際、教育水準、職業(Occupation)、収入(Income)の水準、その他いろいろ社会資本(Social capital)などは地域(集団)の中でランダムには分布していませんので、病気もその結果としてランダムに分布していません。

疫学とは：

- A study of 3 Ds
- 1. Distribution (分布)
- 2. Determinant (要因)
- 3. Deterrent (予防)

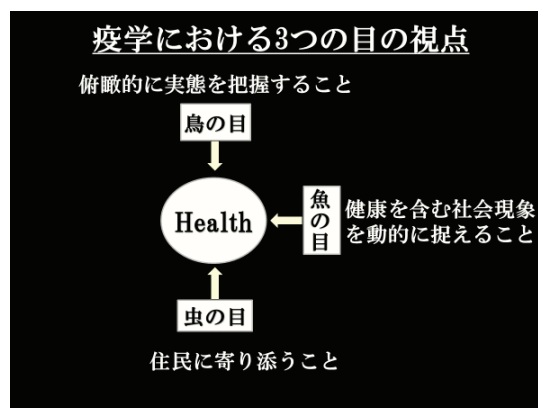
疫学は比較の学問：

- 研究目的の要因以外は、比較する集団と対照集団が同じであることが理想！

疫学の命題(帰無仮説)：

- 病気は地域の中でランダムに分布している？
- Why Not?

疫学には「三つの目」が重要なのです。一つは「虫の目」という概念です。特に



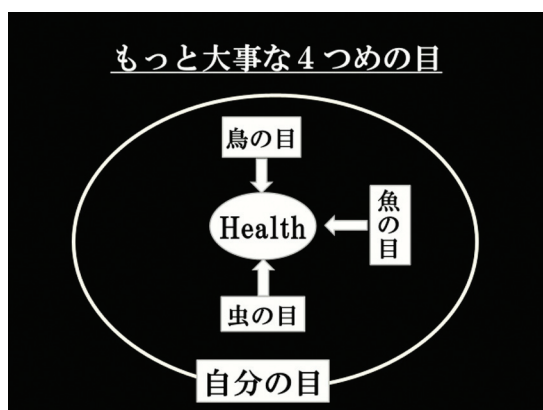
公衆衛生とか疫学、あるいは地域看護などは「集団」をみていますから、病気(あ

るいは健康)をいわゆる客観的(また俯瞰的)に見て、全体の流れや分布を正確に把握することです。一方で、実際の行動を起こす時は、それだけではダメなのです。公衆衛生を実際に展開する時には、俯瞰的な視点に加えて、「地域に寄り添う、住民に寄り添う」という「虫の目」の概念が必要なのです。さらに、物事というのは地域の中で固定の(Static)状態ではなく動的に(Dynamic)展開していますので、もう一つ肝心な「魚の目」の概念が必要なのです。ビジネスの世界でも同じことがよく言われています。

ただ私にはもう一つ追加するものがあります。それがもっと大事なもので、皆さんもおそらく共感なさると思います。

14. もっとも大事な四つめの目

私が提案したい「四つめの目」はこの目、「自分の目」なんです。魚とか虫とか鳥とかにばかりに頼ってはダメなのです(笑い)。もっとも重要な眼は「自分の目」なのです。そのために若い皆さんも看護の勉強をしているわけです。「いかに自分の目を使うか」という、そのことが非常に大事なことです。



15. 虫の目：住民に寄り添うこと

それで、虫の目で住民に寄り添うとはどういうことだろうか。そこで質問です。

「誕生日とは、あなたにとってどういう意味でしょうか」。「あなたの誕生日」とは、「自分が生まれた日」。良いことを言いますね(笑い)。しかしそれだけでは駄目です。誕生日というのは、それはお母さんがお腹を痛めた日なのです。それを自分の日だからと言って、自分だけでチョコレートを食べる、それでは駄目です。住民に寄り添うとは、チョコレートを食べる時にもお母さんのあの日のことにも思いを巡らし、ケーキをお母さんのためにも準備するということです(笑い)。

それでは二つ目の質問です。「バリアフリーとはどういうことでしょうか」。バリアフリーのための専用の道路に莫大な公共資金を投入して、と文句を言う住民も少なくありません。ところで、ここまで、4階まで何を使ってきましたか。階段ですか、エレベーターですか。いずれにせよ、今応えた4人は全員が階段を使ってここまで上がってきました。良いことですね、健康にも環境にも。ふつうの人はここ4階に上がってくる場合でも、例えば3つもの選択肢(Option)があるわけです。階段、エレベーター、エスカレーターを使うという選択肢があります。しかし障害者には選択は一つしかありません。4階まで上がるにはエレベーターしかないのです。

よって、社会に、住民に寄り添うという概念の中で、基本的にバリアフリーの大部分を使っている人は、いわゆるふつうの人、私たちだということです。階段もふつうの人のバリアフリーの一つなのです。皆さんにはすでに存分に与えられ、かつ当然のように使っています。自分が足を骨折した場合のことを想像してみてください。バリアフリーが必要な人たち

は、骨折した自分も含め、選択肢が非常に限られています。バリアフリーの施設の大部分は、ふつうの人たち、皆さんが、私たちが使っているということです。この視点からすると、バリアフリーの概念も少し違ったものに見えます。

この会場に若い人がたくさんいらっしゃいます。若い人も高齢者の予備軍 (Candidate or reserve) です。一般的に高齢者になると、障害を抱えるリスクが増えます。ということは、若い人は高齢者の予備軍だけではなく、いわゆる障害者の予備軍ということにもなります。今、社会問題化している障害者の差別の動きは、基本的には誰かの存在を抹殺しようとするようなものです。政治的なものも含めてです。結局、私が言いたいのは、そのような概念を持つということは、それ自体がブーメランとして将来、自分の方に戻ってくるということなのです。公衆衛生から、また看護からとしても地域に寄り添う概念は非常に重要であると思います。

虫の目：住民に寄り添うことは？
✓ 貴方の誕生日とは？
✓ バリアフリーとは？

- ◆ 若者は高齢者予備軍
- ◆ 大方の年齢は何らかの障害を抱える
➢ 若者は障害者予備軍！
- 弱者排除の考え方
- 誰かの存在を抹殺しないために
➢ 未来の自分を殺すこと？

16. ナイチンゲール (Florence Nightingale)

昨日ですね、嘉手苧学長と話した後に、看護の定義を調べてみました。その中に「地域」という言葉が入っています。もちろん「地域看護」というのはあります。

「地域」という言葉も入っているという意味では、非常に包括的 (Comprehensive) な定義になっているということです。

そこでナイチンゲールですが、彼女は1820年に生まれましたからクリミア戦争の起きる30年ほど前ですね。彼女が言う“Nursing the sick”、要するにもともとナーシング (nursing) という言葉は、誰かを養育するとかそういう意味なのです。ですから、誰かを育てるという概念も含まれています。したがって「病気を治す」や「看護をするだけではない」ということがナーシング (nursing) につながると思うのです。

彼女は看護を2年半くらいしか実践していないのですが、著述業とかいろんな顔を持っています。生涯、独身だったのですね。しかし、私は知っています。彼女にボーイフレンドいたことを(笑)。その彼女のボーイフレンドは私たちの間で非常に有名な、かのウィリアム・ファー (William Farr) です。だから彼女が統計に詳しくあったことが最近わかったのです(笑い)。

ウィリアム・ファーは、イギリスの人口動態統計 (Vital statistic)、つまり死亡だとか出生だとかの統計のシステムを世界で最初に創った人です。ナイチンゲールが統計に造詣が深かったのは、上述の通り、ウィリアム・ファーが彼氏だったことと関係があるのかもしれませんが(笑)。

私はスイス・ジュネーブで15年以上働いていました。私の職場 WHO の隣には国際赤十字がありました。赤十字の博物館は有名ですし、ジュネーブを訪れる機会があれば、その活動をよく知る上でもそこを訪問していただきたいと思います。

国際赤十字の創設者はスイス・ジュネーブ生まれのアンリ・デュナン(Jean Henri Dunant)で、彼の銅像は、ジュネーブ大学そして彼の生家の近くに建っています。ほとんどの人がそれに気づかず通り過ぎるぐらい、非常にひっそりとしたものです。

彼は1828年生まれですから、ナイチンゲールより8歳くらい若いのですが、クリミア戦争の後にイタリアのソルフェリーノの戦争で負傷兵たちが何の治療も看護も受けられずに、哀れに死んでいくのを見て、彼に、あの博愛の精神っていうか赤十字を設立するというアイデアが生まれました。



アンリ・デュナンはもともとビジネスマンですが、「ソルフェリーノの思い出」を3年間かけて書いた後に、ビジネスに失敗してどこかへ雲隠れし20年以上も行方不明であったのですが、偶然スイス人にパリで発見され、スイスの北東部の小さな町ハイデンの養老院に移り住みました。貧困で不良なパリでの生活の中でも、彼はスイスに戻りたい希望がありました。それが偶然にかなえられたのです。彼が64歳の時でした。

そして、スイスの新聞記者がその養老院で彼を偶然に発見し、彼の存在が世界的に知られるようになりました。それが契機となって、1901年のノーベル平和賞

の最初の受賞者になったのです。彼はもう72歳になっていました。

話はいろいろありますが、ナイチンゲールは、アンリ・デュナンの赤十字の考え方に必ずしも賛成しなかったそうです。ボランティア活動を組織的にやるということに対して、彼女はあまり積極的でなかったという。その原因は、戦争に対する二人の接点が大きく異なることに起因するのかもしれませんが。ナイチンゲールはクリミア戦争において、英国軍隊所属の医療隊として活躍したのに対して、デュナンはまったくの素人として戦争の悲惨さを体験しています。後者はフランス軍、イタリア軍、そしてオーストリア軍の負傷兵を隔たりなく、「人間はみな兄弟」として世話しています。この違いが二人の意見・考え方、そしてその後の人生行路の違いになったのかもしれませんが。

また横道にそれますが、高木兼寛(たかき かねひろ)という海軍軍医のことが、嘉手苺学長との話で出てきました。高木兼寛と森林太郎(森鷗外)の脚気論争は非常に有名な話です。高木は鹿児島県の出身で、イギリスのセント・トーマス(St. Thomas)病院で5年くらい勉強しました。そこで彼は、ランセット(The Lancet)に何十ページもの論文を出しています。セント・トーマス病院は、ナイチンゲールが初めてナイチンゲール看護学校を設立したところでした。そういう環境で研究した高木兼寛は看護に対しても非常に造詣が深かった。だから彼は帰国して、医師と看護師は医学の両輪だとして、現在の東京慈恵会医科大学(東京都港区西新橋)だけでなく、日本で最初の看護学校(有志共立東京病院看護婦教育所)を創設しました。高木兼寛はわが国の医学教育だけでなく、看護教育ならびにその普及な

ども大きく貢献をしています。また、彼は日本の「疫学の父」とも呼ばれています。皆さん、ナイチンゲールは知っているけど、高木兼寛を知らないではちょっと消化不良ですので（笑）、紹介しました。彼の壮大な脚気の疫学（介入）研究については、吉村昭（よしむらあきら）の「白き航跡 上・下」という小説を薦めます。

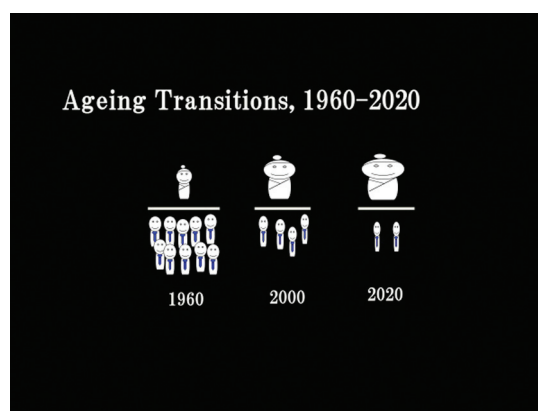
そこには日本の海軍を強くし、食生活を変えて陸軍とは違うその軍隊(Army)という軍事力(Power)を作ったか、ということの源になる話がかかれています。また余談ですが、ハーバード大学なんかへ留学する必要はないのです（笑）。皆さん、ハーバード大学とかケンブリッジ大学へ、もう有名な大学にだけ行きたがりますね。私には、分かっているのですが、厚生省からハーバードに行って、大成した人はいない（笑）。何故ならば向こうに行くと自信を失って帰国した者はもう使い手にならないのです。周りがあまりにも優秀なので、いくら頭脳明晰なわが国の厚生省の役人でも太刀打ちできないのです。だから、私ぐらいに、テキサス大学に行った者の方が将来全然伸びちゃう（笑い）。よって、有名大学に行けば良いってものでもない。

高木兼寛もそうなのです。別に東大ではない。彼は薩摩藩の医学校を出て、イギリス人に教えられた。ドイツに派遣された森林太郎、後の森鷗外は、「病気というものはすべて細菌によって起こる、それ以外はありえない」という考えでもうブレインウォッシング（洗脳、Brainwashing）されていたのに対して、高木兼寛はもっと自由な考えでその課題に挑戦していった。それが、（海軍と陸軍の）脚気論争の始まりです。軍隊の食

事がいかに重要かということをやったということ。ビタミンの概念が出る前の話です。今では高木兼寛が正しかったことは明白です。彼はまた「病気を診ずして病人を診よ」と言っています。これはナイチンゲールが言った「病気を看護するのではなく、病人を看護する」“nursing the sick, not nursing sickness”なのです。

17. 豊齢時代への推移：“Ageing Transitions, 1960–2020”

例えば皆さん、2020年には、二人の若い人に高齢者が一人肩車される。もう大変、大変。しかし、ここで要注意です。この分子（高齢者）がいかに元気になり、（分母の）若者がどれだけスリム化し、弱体化してきたか（笑）。分子と分母をひっくり返すとどうなるか。高齢者はますます元気になってきているので、高齢者が若者を支える社会に変わる！現状の社会のシステムを改革することによって、若者に負担を掛けず、逆に若者が高齢者に支えられる社会に変えることができる。これが良いかどうかということではなく、時には、発想の転換をしなければなりません。



18. 豊齢社会に向けて: “Toward a buxom & beautiful society”

そうです、発想の転換です。もしかしたらこっちの方が安定している。ものは考え次第なのです。日本はこれだけの高齢者社会ですから80歳まで元気に働ける環境があれば、現在、抱えているのが問題ではなくなるかもしれない(笑)。今の制度(System)で考えるから問題なのであって、その制度を取り払って更地にして考え直すと、まったく不可能ではないかもしれない、そのような考え方なのです。だから若い学生なんかは、そういう古いパラダイムの中だけで物事を考えないということなんです。「古いパラダイムの中だけで物事を考えない」ということは、非常に肝心なことなのです。古いパラダイムの中にいる人たちは、そのパラダイムの中でそれを背負って、それで威張っている。だから若い人は、そのパラダイムを打ち破って、新しいパラダイムを作るという意味で、やっぱり発想の転換が必要だと、私は思うのです。



19. 日本における65歳以上の介護保険制度を利用している高齢者の割合

介護保険を利用している高齢者の割合はA) <20%、B) 20-39%、C) >40%、さてA, B, Cのどれでしょうか。介護保険制度は、2000年4月に施行後2005年に改訂され、今も改訂続きで、現場は混乱して

います。介護保険制度を利用している高齢者の割合は年々少しずつ増えてきています。今、この制度、いわゆる保険を利用している人の割合は18%未満です。このうち65歳以上75歳未満の前期高齢者の利用率は、全国平均で5%未満です。先ほど話したように、いかに高齢者が元気か少しは分かりますでしょうか。

日本で65歳以上の高齢者の何割(%)が介護保険制度を利用しているか(被検者に対する認定者数の割合)?

- A) <20%
- B) 20-39%
- C) >40%

20. 世界の三大差別(Three Types of Discrimination and Stigma)

上の高齢者問題の事例で述べたようなこと、高齢者は病気がちだ、たくさんの人が介護保険を利用し社会のお荷物だなど、高齢者に対する差別も甚だしいのです。世界三大差別というのがあります。

Three Types of Discrimination and Stigma
世界の三大差別

1. Racism
2. Sexism
3. Ageism

一つは人種差別(Racism)、二つ目は性差別(Sexism)、三つ目は年齢差別(Ageism)です。この中でもっとも重要なのは年齢差別なのです。そういう概念がどこかにはびこっているから65歳以上の介護保険

使用者の利用率は40%以上と思われている。実際は18%未満で、前期高齢者だと5%しか利用していない。

21. 死生観

「ピン・ピン・コロリ(PPK)」で逝きましょうと、よく言われています。さて、それで良いのでしょうか。これから日本の公衆衛生、看護にも肝心なことは、やはり日本人全体からみる、世界からみる「死生観」です。いかに死をみつめるか、死を迎えるかということが政策(Policy)として、おそらくいろいろな面に関係してくると思われまます。そこで公衆衛生のスター先生らは「ピン・ピン・コロリ」で死ぬのが良いと言っています。それは公衆衛生学的に理想的な良い死に方であると。皆さん「PPK」で逝きたいですか、本当に？

「ピン・ピン・コロリ」の死生観は、死というのをお金だけで計算しているのではないのでしょうか。お金がかからないから「PPK」と。でも私たちは生物ですから、人間ですから、その考え方はその掟に抗ってしまいます。

「死生観」

「PPK」

”ピン・ピン・コロリ”

「PNK」

”ピン・**ネン**・コロリ”
(介護される権利)

私は、「ピン・ネン(寝ん)・コロリ(PNK)」を提唱します(笑)。何故かという、この「寝る」という、つまり介護される権利を主張するからです。寝る時間は、絶対「0:ゼロ」では駄目ですよと言いたいのです。その寝る時間は、1

週間でも1カ月でも1年でも10年でも良いのです。その期間は人それぞれの価値観で異なっても良いのですが、絶対に「ゼロ」ではいけないというのが私の考えです。

22. はしり(走り)から「さかり(盛り)」、そして「なごり(名残り)」

人間にはこういう風に「はしり(走り)」から「さかり(盛り)」、そして「なごり(名残り)」があります。「PNK」が「PPK」と大きく違うのは、その「名残り」にあります。すなわち後者は、人生最大の楽しみ、名残りをなくしましょうということなのです。それを人生から取り去って、人から取り去って「ピン・ピン・コロリと逝きましょう」というのは少し浅はかな考え方だと思いませんか。やはり人生で貴重なことは「あの頃はー！」という思い出を持ちながら、天に召される方が素晴らしいことだと思います。それを忘れてコロリと逝っちゃうのですか(笑い)。次の喩え話、冗談(joke)はアメリカでも通用しました。「犬を連れて歩いていたら、犬が道端でウンチをした。そこで私は、ウンチを取ろうとした時、途端にコロリと逝っちゃった」。そして、私の人生で最後に見たのは犬の糞だった、“Oh my God!”(笑)。

また看取る方からでも、「お父さん(お

「はしり(走り)」

「さかり(盛り)」

「なごり(名残り)」

「あの頃は！」

母さん)、これまでの私のわがまを認

めてくれてありがとう」、と最後の感謝の一言を言いたいものです。そして言葉ではなく「微笑み返す、お父さん」の最期の、無言の許しを得たい。私はそこに親子の絶対的な関係の完結を見るような気がします。

やはり人生というのは「あの頃はー！」という介護される権利を、私たちは主張してもおかしくはない。やはり主張すべきなのです。だいたい今の30代、あるいは40代、若い人は、アラフォーになっても要支援というのが多いのです。そちらのアラフォーについては文句を言わず、高齢者だけの要支援に文句を言うというのは社会の不条理みたいなものです。

「なごり（名残り）」

若者の美しさ！

高齢者の美しさ！

3つのタイプの高齢者！

「なごり（名残り）」と言いますが、簡単には名残れないのです。それはそれなりの名残りを持たないと駄目なのです。何でも名残れば良いというものではない。腹立たしい名残りばかり残してもね、良いとは言えない（笑い）。名残りの種類にもいろいろあります。例えば、若い人が美しいのは当然のことで自然の産物なのです。英語で言うと“Beautiful young people are accidents of nature.”しかし、美しい高齢者というのは芸術作品だ。“Beautiful senior citizens are works of art.”という表現があります。ですから皆さんも、これから高齢者になってい

くわけですから、いかに自分を芸術作品にしていくか、非常に肝心なことです。

23. 3つのタイプの高齢者

とは言え、3つのタイプの高齢者がおります。一人目は、あー「昔は若かった人！」、二人目はもっとすごい「昔も若くなかった人！」（笑い）、そして三人目は「今も若い人！」。いろいろなタイプの人がいます（笑い）。

3つのタイプの高齢者！

1. 昔は若かった人！

2. 昔も若くなかった人！

3. 今も若い人！

24. 古宇利島と古宇利大橋

この写真は、私が生まれた古宇利島です。コイ（恋）の島と言います。沖縄の



古宇利島と古宇利大橋

言語には母音が3つしかないこと皆さん知っていますね。母音が3つ「あ・い・う」しかない。「え・お」がない。だから「オキナワ」を「ウチナー」と言う。「オガム（拝む）」と言わないで「ウガム」と言う。それで古宇利島をクワイ島と言い、コイ（恋）の島と言います。今は、大橋ができて有名になっています。今は

その袂で、全然関係ない人がヘソ（臍）ばかりを出しています（笑い）。



25. 古宇利大橋の玄関口と私の少年時代の古宇利島の風景

昔はこの写真のようだったのです。井戸が一つしかなかったのです。塩分を含



む井戸が島の東側に一つしかない。島の人が競争して水を汲むので、夏は水が枯渇して取れない。一方で、雨水に頼るのです。雨水の水って健康的なのです。しばらく置いておくとボウフラがわく。ボウフラがわくというのは水が安全だということ、それを皆さん分かっていないのですね。ですからボウフラも一緒に飲む（笑）。井戸水は約8%の塩分を含んでいて、すごいしょっぱかった（塩辛かった）。私の小学校・中学校時代は、放課後になると全員が「一斗缶で水を汲みに通った」。私たちはその途中で喧嘩したり、ふざけたりして、水をひっくり返してしまうことも多々あった。もうこの世

の終り、“End of the world”（笑い）。戻って水を汲んで坂道を再び上ることを考えるだけで辛かった。このように、水も電気もない小さい島で生活していたのです。中学2年生くらいの時にテレビが島に入ってきました。島に1台しかないで、島の人が、ほぼ全員がその家に来る。金曜日のプロレスは特に人気が高かった。その家の中も庭もサーカス場みたいになぎやかであった。その時の電気は自家発電で出力していました。多くの人が使い始める7-8時ごろの電力はろうそくの灯ぐらいのものでした。

また、警察もいませんでした。今の人は、警察がいるから安心・安全だと思っていますね。でもそうとは限りません。警察がないから安心なのです。例えば、夜這いしてもよかった。何しても良かった（笑い）。警察がいるから安心だと思ったら大間違いです。警察がないから（いなくても）安全な社会が望ましいのです。換言すると、軍隊のない国ほど幸せな国はない、と。

島にはサトウキビやスイカがありました。特にスイカは有名でした。ウニを取るために潜ること、1日に5~6時間、毎日潜っていました。今での潜り専門家です、私は！

26. ”A small island” NOT “A closed world”

小さい島とはいえ閉ざされた島“A closed island”ではありません。世界につながっているのです。海の底も空も！皆さん良く、「あのよう小さな島で、、、」というのですが、そのようなことはありません。北海道に行くと「北海道の大地で」と言う。でも何を言っているのですか、北海道の大地は世界地図で見れば、中国の虫垂(Appendix)の大きさ程度でし

かない（笑い）。物事は相対的なものでしかないのです。想像(Imagination)とか希望は限りなく無限で自由です。島であろうが大地であろうが、それらを思う存分に満喫したいものです。

A Small Island

But Not A Closed World!

27. カルチャーショック

私は留学生として、泊港から船で西鹿兒島へ行き、そこから夜行列車で東京に行った時に本当にカルチャーショックを受けました。10人で汽車に乗りました。汽車に乗って数時間したら男子学生が、「デージナタン（大変だ）、デージナタン」とズボンのチャックを下げたまま、叫んで部屋に戻ってきた。何が大変なのか、誰も様子が分からない。全員トイレへ連れて行かれました。前にぶら下がっている紐を引っ張ったら「水がジャー」流れてきて、それがもう止らないのだと言う。だから、電車はすぐに水浸しになると彼曰く。「デージナタン！」。おそるおそる化粧室の扉を開けてみると、水は止っていた！それは「水洗トイレ」というものであることを、後で教わった。

そしてまた、東京でもっと強烈なカルチャーショックを受けました。渋谷の道玄坂でデートしていたのです。夜の9時ごろ頃でした。そしたら、「もう、9時なのでママに電話をしなければ」というのです。これには3つの意味でカルチャ

ーショックを受けました。なぜって、夜の9時は沖縄ではまだ序の口、そして「ママ」。沖縄では「おっかあ」と言っていたのに、同級生の女子生徒が「おっかあ」を「ママ」と言う（笑い）。帰宅が遅れるという連絡のためだけに「電話をする」と言う。古宇利島には島全体で電話は3台しかなかった、3つの共同商店に！「ママに電話をしなければ」（笑い）。島では、「じいちゃん、ばあちゃんが危篤だから帰れという時くらいにしか電話を掛けないし、受けない。“Oh, my God”（笑い）。今までの最高のカルチャーショックが彼女のこの一言でした。

カルチャーショック！

「デージナタン！」（大変だ！）

「カルチャーショック in Tokyo」

「9時だからママに電話する」

“ターザン（海人）の冒険”

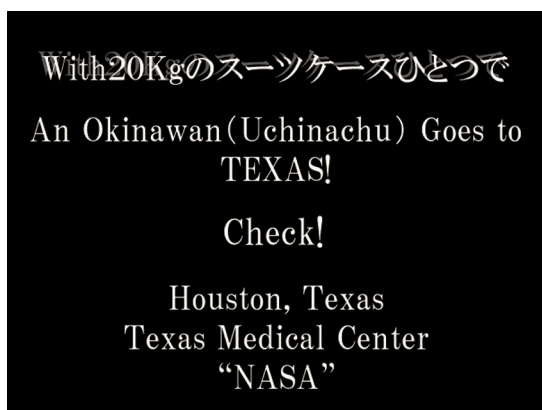
28. 20 kgのスーツケースひとつで(An Okinawan “Uchinanchu” Goes to TEXAS!)

20 kgのスーツケース一つで、1972年8月にアメリカのテキサス大学に留学しました。留学準備の時、沖縄はまだ日本復帰していませんでしたので、テキサス大学では、米国統治下で生れ高校まで卒業した私は英語を話せるものだと思っていたのです（笑い）。よって、入学のための特別な試験を受けた記憶がありません。実際は、英語が全く喋れませんでした（笑い）。

入学手続きの光景を今でも鮮明に覚えています。入学費133ドルを支払う時の様子を！当時米国では、少なくともテキ

サス・ヒューストン(Texas, Houston)では、支払いは現金ではなく、チェック(小切手: Check)でした。チェック、チェック、チェック: “Check, Check, Check”。全然意味が分からない。そしてね、今でも覚えているのですが、一枚の「紙」を見せられました。それがチェック(小切手)だと言う。でも、紙がどうしてお金になるかがさっぱり分からない。また、チェック(笑い)。そういうことで始まったのがテキサス大学留学だったのです。

学期末の学生評価委員会で、英語を上手く話せないので、スキャンロン教授(Prof. John Scanlon)に「Hikoは英語が下手なので、早くガールフレンドを探さない」と、「それもテキサスの彼女でなければダメ」と言われました。教授の言うことには逆らえない(笑い)。直ぐ実行に移しました。次の学期の評価委員会時には、「Hikoの英語すごく上手になったね」と言われました。「先生の忠告通りに実践しました」と伝えました(笑い)。



ところで、アメリカにはNASAが二箇所あります。テキサス・ヒューストンとフロリダ・ケープ・カナベル(Cape Canaveral)です。テキサス州は第二次世界大戦後、大統領を三人(リンドンB. ジョンソンとジョージH. ブッシュ、その息子ジョージW. ブッシュ Jr)を出していますが、その中でも息子のブッシュ Jr. はあ

まり人気がありませんでした。しかし彼でさえ、人工衛星の打ち上げはケープ・カナベルで、「ヒューストン」からは絶対に打ち上げませんでした。なぜかと言うと、語呂が悪い「ヒュー(打ち上げ音)、ストーン(落ちる音)」と、打ち上げても直ぐに落ちる(笑い)。

29. “Houston Texas” to “WHO: Switzerland, Geneva”

私は、現在北海道大学において、新渡戸カレッジの運営の一部を担当しています。新渡戸カレッジの名前は、北海道大学の前身である札幌農学校の2期生、新渡戸稲造に由来します。彼は1920年から7年間、国際連盟の事務次長としてそこに勤めていました。それで、北海道大学新渡戸カレッジの学生にとっては、スイスのジュネーブはメッカのようなところで



す。新渡戸カレッジの学生は原則として1学期以上の留学が義務づけられています。またフェロー(同窓生: fellow)がカレッジの教育やその他の運営に大きく関わっております。基本的には、グローバルリーダーを育てるというプログラムで、毎年、北大1年生約2800人の学生から200人を選抜しています。

30. スイス・スリランカ・インドなど
 これまでにスイス、スリランカ、インド、タイ、フィリピン、台湾、米国、フィンランドなどでいろいろなプログラムを作って学生を派遣しております。そこで英語の授業を受け、文化や宗教などの多様性を学んで国際的なリーダーとしての素養を身につける試みをしています。



スイス、スリランカ、インド、タイ、フィリピン、台湾、米国、フィンランドなど

31. 「新渡戸カレッジ、フェロー」と「国連職員への道」時間の関係で、国連職員への道については詳細に述べることができませんので、興味のある方は、外務省国際機関人事センターのサイト (<http://www.mofa-irc.go.jp/>) を参照してください。若い皆さんに該当するのはジュニア・プロフェッショナル・オフィサー (JPO: Junior Professional Officer) という34歳以下の方を対象としたプログラムです。それに是非応募 (Apply) してみてください。2年間くらい、

新渡戸稲造 (1862-1933)

I want to be a bridge across the Pacific! 「太平洋のかけ橋になりたい」
 Haste not; Rest not. 「急ぐなかれ 憚むなかれ」

新渡戸カレッジ (2013年～)

- ◆ グローバルに活躍できる人財育成
 - 半年以上の海外留学
 - フェロー制度 (同窓生の活用)

日本政府のお金で、その人の専門にそつ

国連職員への道

- ジュニア・プロフェッショナル・オフィサー (JPO: Junior Professional Officer): 日本の外務省採用
- Young Professional Program (YPP): 国連職員になるための競争試験 (国連職員採用競争試験)
- 空席ポスト (Vacancy post)
- 日本人採用のための特別ミッション (Special Mission)
- 出向 (Secondment)
- コンサルタントなど

- 大学 (院) 卒業後、少なくとも数年の経験が必要!
- 外務省国際機関人事センター <http://www.mofa-irc.go.jp/>

た国連機関で研修を受けることができます。

32. 評価と適正 at United Nation

国によって、人を評価する「ものさし」が違います。私は学生に「自分がこの国では駄目だと思ったらどどん外に出なさい」と言っています。「ものさし」が違うので、自分の特徴的な性質が外国では上手く評価されるかもしれませんから。適応力や国際性を良く吟味した上で、どどん外へとチャレンジして欲しいと思います。

評価と適正 at UN

- 評価の「ものさし」の違い
- 国内で出来の悪い人をどどん外へ (適応力・国際性を考慮して)

33. 国際社会に生きる

国際社会に生きる

- ミニマムな語学力とマキシマムな想像力
- しっかりした価値体系に支えられた自己主張と日本の美徳としての自己抑制の両立は可能
- 他者との関係の中に自己を埋没させない

語学力というのもミニマムな語学力で十分ですから、重要なのは創造性あるいは専門性ということ、そして他者の中に自分を埋没させないということです。

34. 世界中でもっとも広く使われている言語

例えば国連では、6ヶ国語が公用語ですが、世界でもっともたくさん使われている言語はブロックイングリッシュ (Broken English あるいはグロービッシュ (Globish) です。ですから、あまり英語が出来ないからと心配する必要はないですね。要は話す内容と話す勇気ということです

世界中で最も広く使われている言語？

6つの国連公用語
(英語、仏語、スペイン語、ロシア語、アラビア語、中国語)

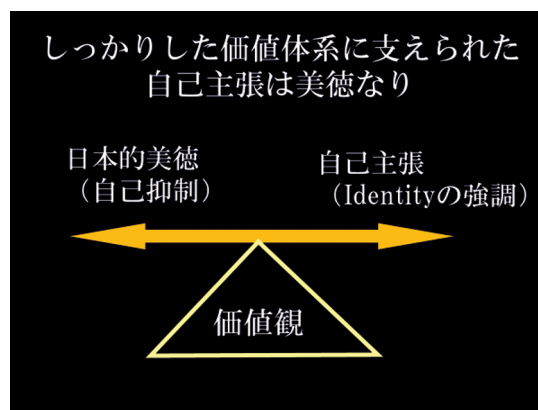


Broken English!
 Globish!
(Jean-Paul Nerriere, French)

35. 日本的美德 (Japanese Virtue) vs. 自己主張 (Self-assertiveness)

日本的な美德と西洋式の自己主張は相反するものではなくて、自分の価値観にしっかり支えられていれば、両方は共存可能です。アメリカナイズされなきゃいけない、ヨーロッパナイズされないとダメ、そんなことは全然、関係ないです。ですから自分の価値観をしっかりと持って、その状況に応じてどっちを使うかということ。逆に私たちには強み (Advantage) があるわけです。「ウチナーンチュ (沖縄人)」であるし、「ヤマトウンチュ (大和人)」でもあるし、状況の中でバランスの中で生きることが重要だと思います。

「しっかり価値体系に支えられた自己主張は美德なり」なのです。



私は「あんぱん」の思想を唱えています。「あんぱん」になりなさいと。「あんぱん」は、外はパンで西洋から来たものですが、「あんぱん」で一番おいしいのは実は中の「あんこ」です (笑い)。ですから、中まで「パン」になったら困るよと。外は多少、西洋的でも良いのですが、中の芯になるものは日本的な美德というものを、持っていてこそインターナショナルに、国際人になれますよと。バナナのように外は黄色ですが、開けてみると中は白だったではいけません。まあ、とにかく「あんぱん」のように、自分の確固たる価値観の核となる日本的な「あんこ」をかちっと保有することが国際舞台への第一歩となります。



36. 国際社会に生きる

私は異文化という言葉はあまり好きではなくて、他（多）文化という言葉を使っています。なぜ、異文化がいけないかといいますと、「異」を唱えるということによって一つの壁が出来て、両側に必ず二つの敵ができます。ですから、個人的に、「他文化理解」という言葉が好きです。

それから自分の土俵で相撲を取ることが貴重だと思います。例えばですが、ジュネーブでは、金曜日の夜には良くパーティがありました。その時パーティで、美しい婦人が「私たちはどの言語で話しましょうか：“What language shall we use?”」と聞いてきます。大方、英語かフランス語です。その時英語を話さず、フランス語で行きましょうと即答したらもう大変です。相手はプロの外交官婦人、流暢な英語で、フランス語でマシンガンのように畳みかけてきます。それでは勝負になりません。そこで、「私は英語が喋れません、日本語なら大丈夫です」と返事することにしていました。すると相手は大方、“I’ m sorry, I can’ t speak Japanese.” となります。そうなれば、しめたものです。少しできる英語を、たどたどしいフランス語を使う。” Oh, my Buddha!”

国際競争でも外国でも、いろんな意味で「自分の土俵で相撲を取らないと負けますよ」ということです。

もう一つ重要なことは、^{いちごいちえき}一期一会的な感触、それを私は「ウチナー的」に「イチャリバチョーデー」と言っていますが、これは非常に大切です。要するに一期一会は“Treasure every meeting, for it will never recur.” この貴重なこと(Treasure)がもう1回起こると信じ

ちゃだめなのです。ここ、今しかない、そこでお互い胸襟を開いて、ということが非常に大事なのです。

私は、「イチャリバチョーデー」とか「ナンクルナイサ」とか「ニヘーデービル」とか、結構、使います。沖縄で「ニヘーデービル」ってありがたいという意味ですよ。もともとの意味は、「頭を2回下げるからありがとう」ということです。ですから、1回くらい頭を下げて「こんにちは」という人は、私は「信用しないよ」と。沖縄では「ニエーデービル」と2回頭を下げるんだよと。また、「イチャレバムルチョウデー」もよく使います。

また、「仕事では首から下を使う」、要するに汗をかくということである、と学生によく言っています。だけど、首から上はどう使いますか。皆さん、勉強や知識の吸収などに、首から上を使ってはいけません！人生で肝心なことは、いいですか、仕事は首から下を使う、首から上の使い方は一つしかない。ただ下げるだけなのです（笑い）。

他人の中に埋没しない「私」

- 自分の価値観の確立
- 他文化理解 (No single story!)
- 自分の土俵で相撲を取る
- ウチナンチュ的で行け！ナンクルナイサ、イチャレバムルチョウデー（一期一会）、ニヘーデービルなど

” Treasure every meeting, for it will never recur.”

そこでもう一つ貴重なことがあります。いくら深く下げたからといって、その人を信用しては駄目です。もっとも重要な瞬間というのは、その人が頭を上げた瞬間なのです。そこまで皆さん、見ないと駄目ですよ。深く下げますが、その間、舌を出している人がいるかもしれないの

です（笑い）。重要なのは頭を上げた瞬間なのです。また「こんにちは」は、「チュウ（人あるいは今日）ウガマーピラ」で、人（また今日という日）をウガン（拝ん）で「こんにちは」です。これは、沖縄チックですが、国際的（International）にも通用するという事です。

37. 他文化理解（国際社会に生きるために）

もちろん、そういう意味でいろいろなことをしなくてはなりません、私たちは自分の立ち位置、あるいは環境に非常に繊細（Sensitive）でなければなりません。それは多様性の問題だと思うのですが、特に宗教などには配慮する必要があります。

私は自己主張のために、また本当に怒っている時に、「Oh my Buddha!」を使うことがあります。グローバルでは愛嬌の他に、襟を正すとか言うことも同時に必要なのです。

他文化理解(国際社会に生きるために)

Sensitive to:

- Custom習慣: 魚 対 チーズ
- Culture文化: 肩 対 足
- Genderジェンダー: history
- Religion宗教, etc.

Oh, My Buddha!

変えられないものと変えられるものがあります。過去に基づいた未来しかないのです。つまり、未来は過去の連続の上に成立すると！

私は「温故知新」ではなくて「温故創新」という言葉を使っています。故（ふるき）を知るだけではなくて新しいもの

変えられないものと変えられるもの！

変えられないもの:

過去

変えられるもの:

未来

「温故創新」「協働協創」

を創るということ、協働して協創するという事です。未来に向けて何かものごとを創造しようという時に、「協働」の考え方は非常に重要であると私は思います。

でも皆さんは若いのですから、あまり急ぎ過ぎる必要はありません。例えばですが、新幹線「ひかり」に乗り遅れたからといって心配することはないですね。というのは、後から必ず「のぞみ」がついてくるのですから（笑い）。

一方で、バスに乗り遅れたら、飛行機もあります。人生、あるいはものごと、これしかないと言って、自分を窮地に追い込むことは避けた方がよさそうです。

新幹線「ひかり」



「のぞみ」

38. 結び (Conclusions)

いろいろありますが、一つだけ “Think Globally Act Globally” と偉い人は良く言いますが、私はそのフレーズがあまり好きではありません。と言うのは、最初から Globally に行動することは難しいし、

またあまり意味ありません。まずは
“Act locally”で、つまり地元にしっ
かり腰を下ろしそこで頑張り抜くこと
ではないでしょうか。その結果がグロー
バルになれば良いのです。

皆さん、「チャンスは準備された者に
ほほ笑む」“Chance favors the
prepared mind”というフランスの化学
者ルイ・パスツールの言葉があります。
私はその言葉が好きです。日頃から準備
していくことが次に繋がるということ
でしょうか。

Conclusions

1. Minimum language skills but the maximum imagination
2. Never give-up
3. Never too late
4. No stereo-type view (Culture, Ethnicity, Region, etc.: “Dewa no Kami”)
5. Treasure every meeting which will never recur.
6. Think globally act locally
7. Chance favors the prepared mind!

39. 本当に最後”Fast Alone, Far Together”

最後に、私のアフリカの友人から「急
いで行きたければ一人で行きなさい。で
も遠くまで行きたいなら一緒に行こう」

“If you want to go fast, go alone, but
if you want to go far, let’s go
together”という言葉を教わりました。

本当に最後に！

“Fast Alone Far Together”

“If you want to go fast, go alone, but
if you want to go far, let’s go together”

「急いで行きたければ独りで
行きなさい。でも遠くまで行きた
いなら、一緒に行こう」

これから、おそらく「ウチナーンチュ・
ナーシングネットワーク」も、そのよう
なことに繋がるのではないかと思います。
あまり急ぎ過ぎるのではなく、“let’s
go together”という概念でやっていた
だきたいと思います。

ご清聴ありがとうございました。

【参加者の感想】

・玉城先生のユーモアのあるお話、大変良
かったです。PNP、ピン、ネン、コリンいい
ですね。

・玉城先生の講演は、発想の転換で楽し
い、おもしろい講演会でした。

・講演1, 2共にとても印象的でした。世界
に出るということは自分が思っているより、現
実可能なことだと感じる良いキッカケとなりま
した。

・楽しい講演でした。

・玉城訳などが分かりやすく面白かったの
で印象に残りました。

・玉城先生の講演・うちなーんちゅの基盤
をもって、グローバルに活躍する視点

IV 食 事 交 流 会

(学食エンジェルにて)

IV 食事交流会（学食エンジェルにて）

沖縄で共に看護を学び、世界で活躍するウチナーンチュ・ナース達の帰郷を心から歓迎する場とした。昼食時間のひと時を沖縄の看護職者、看護学生、保健医療看護に関心のある方々と共に沖縄の家庭料理を味わい、伝統芸能を楽しみながら交流を深め締めくくりは、参加者全員によるカチャーシーで、一体感を深め再会を誓った。



ウチナー料理を中心にした
お食事メニュー（バイキング形式）

主食	ジュウシー、巻きずし、沖縄そば
副菜	モズクときゅうりの酢の物、野菜サラダ、沖縄おでん、ゴーヤーチャンプルー、ブーチャンプルー、パパイヤーシリシリー、そうめんチャンプルー、ラフテー、チキン唐揚げ、へちまと豆腐の味噌煮、天ぷら盛り合わせ、ワカメと豆腐の清汁
デザート	サーターアンダギー、ぜんざい、ゼリー（シークァーサー）
飲み物	コーヒー、日本茶、冷麦茶、水



演舞



沖縄県立芸術大大学院生（大城貴幸さん他 4 名）による演舞が披露されました。

演目

- 1.めでたい節(舞踊) 2.ふるさとの唄(三線) 3.汀間当(舞踊) 4.黒島口説(舞踊) 5.島々の唄(三線)

V ゆんたくテーブルに参加して

1. 講義室におけるテーマ
2. ゆんたくテーブル参加者の役割
3. 参加者ネットワークの登録
4. ゆんたくテーブルに参加して
 - 1) 講義室3 産科病棟における看護師・助産師の働き
ゲストスピーカー Keiko Corcoran
 - 2) 講義室4 アメリカと日本の病院システム
—看護師の役割の違いと自主性について—
ゲストスピーカー 平 裕子
 - 3) 講義室5 アメリカ郊外の街にある
—地域病院での勤務経験からみた癌看護
ゲストスピーカー 大川内 和恵
 - 4) 講義室6 アメリカにおける生活と医療事情
ゲストスピーカー 城間 初美
 - 5) 講義室7 ボリビアにおける
プライマリーヘルスケア体制づくりに関する活動経験
ゲストスピーカー 山城 昌子

1. 講義室におけるテーマ

【講義室3】 【テーマ】 産科病棟における看護師・助産師の働き

産科病棟や分娩室に於ける看護師や助産師の働きなどについて情報を提供すると同時に、できれば日本・沖縄の産科病棟や分娩室における業務内容や救急処置、環境の現状や教育についての情報交換をざっくばらんにできたらと考えている。

ゲストスピーカー： Keiko Corcoran（カリフォルニア州在住）

本部町出身、北山高校・コザ看護学校卒業。カリフォルニア州における正看護師の資格とACLS（Advanced cardiovascular Life Support）の資格を持ち心肺蘇生（CPR: Cardio-Pulmonary Resuscitation）を実施できる。さらに、新生児の蘇生プログラム（NRP: Neonatal Resuscitation Program）教育を受けているので胎児のモニタリング（advanced fetal monitoring）を行いながら新生児の蘇生を実施する資格も持っている。この資格は、2年ごとの更新である。また、出産準備クラスのインストラクターとして活躍した経験がある。

【講義室4】 【テーマ】 アメリカと日本の病院システムー看護師の役割の違いと自主性についてー

一般的な病院の様子、在院日数短縮に伴う医療従事者間、他の医療機関との連携、看護師の勤務体制や看護師と患者の比率、MA、CNA、LPN、RN、CNS、NPの役割の違いやRNに求められる役割について話題を提供し、今後の沖縄の看護の教育と発展のためにどのように支援を行うことができるかについて情報の交換を望む。

ゲストスピーカー： 平 裕子（ジョージア州在住）

宜野湾市普天間出身、普天間高校・沖縄看護学校卒業。2011年に Western Governor University においてBSN（看護学士）取得、現在はWalden UniversityにおいてMSN（看護学修士）/ NP（ナースプラクティショナー）コース受講中取得した認定証BLS（Basic Life Support）、ACLS（Advanced Cardiac Life Support）、PCCN（Progressive Care Certified Nurse）がある。

【講義室5】 【テーマ】 アメリカ郊外の街にある一地域病院での勤務経験からみた癌看護

1日のシフトにおける仕事の流れ、癌治療と看護、癌治療と保険、緩和ケアなどに焦点をあてて話題を提供する。沖縄において活躍している方々との情報を交換し、ネットワークを構築し、今後の活動の参考や足掛かりにしたいと考えている。

ゲストスピーカー： 大川内 和恵（ジョージア州在住）

愛知県西尾市出身、西尾高校卒業。East Carolina UniversityにおいてBSN（看護学士）、呼吸器内科に7年勤務、癌の方々が入院している病棟に8年間勤務した経験があり、アトランタ沖縄県人会員として活躍中である。取得した認定証は、Board Certification in Medical-Surgical Nursing、OCN（Oncology Certified Nurse）である。

【講義室6】 【テーマ】 アメリカにおける生活と医療事情

アメリカにおける看護師免許の取得方法、アメリカにおける入院環境、外来通院環境、看護師の役割と勤務条件、アメリカの保険制度などを中心にゆんたくしたいと考えている。

ゲストスピーカー： 城間 初美（カリフォルニア州）

うるま市出身、前原高校卒業、コザ看護学校卒業。カリフォルニア州Palomar Collegeにおいて学ぶ。1999年カリフォルニア州の正看護師免許取得。9年間に渡る沖縄の病院における外科・精神科領域での勤務経験、カリフォルニア州における外来看護、日系クリニック設立、医療保険に関する業務経験がある。

【講義室7】 【テーマ】 ポリビアにおけるプライマリーヘルスケア体制づくりに関する活動経験

公衆衛生プロジェクトでポリビアに1年間滞在し、2か所のモデル地区で地域の基礎調査を実施した。このときにはクリスチャン大学医学部4年次の学生50名あまりの協力を得て、モデル地区での問題提起の場が「健康について考える場」「気づきの場」となった。異文化での活動では、「あせるな」、「あきらめるな」、「あなどるな」の「3あ」主義が大切である。

ゲストスピーカー： 山城 昌子

うるま市出身、石川高校卒業、那覇看護学校卒業。琉球大学やハワイ大学マノア校“East-West Center”、英国に於ける学びを得て保健師活動を続けてきた。今回は、50代になってからのJICAにおけるプライマリーヘルスの基盤整備に焦点をあてた「ゆんたく」としたい。

2. ゆんたくテーブル参加者の役割

- ゆんたくテーブルのグラドルール
 - ・話題提供の主役は「講師」である
 - ・意見交換の主役は「講師とテーブル参加者」である
 - ・参加者間での交流を楽しむ

- 講師（ゲストスピーカー）
 - ・話題提供（各 15 分）と参加者との意見交換（10 分）
 - 各ターンの構成内容は学生コーディネーターと打ち合わせで決定
 - （構成例） 1 ターン：キャリアの足跡－専門性の選択と資格取得の道のり
 - 2 ターン：語学の壁の克服法
 - 3 ターン：看護専門職として大切にしてきたこと（学生へのメッセージ）

- 学生コーディネーター（学生運営スタッフ）
 - ・進行役（時間管理）
 - ・自己紹介、講師紹介
 - ・講師との意見交換を楽しむ

- ファシリテーター（学内外の教員等）
 - ・意見交換の支援（学生参加者が答え難い質問に対する代理発言）
 - ・聴衆から託された用紙（質問、コメント）のフィードバック
 - ・休憩時間における講師との歓談

- テーブル参加者（事前ならびに当日の登録受付者）
 - ・自己紹介
 - ・講師への質問
 - ・講師との意見交換を楽しむ

- ゆんたくテーブル聴衆（登録受付をしていない一般参加者）
 - ・空いているテーブル席への参加
 - ・質問やコメントは備え付けの用紙に記し、ファシリテーターに託す
 - ・いつでも出入りが自由

3. 参加者ネットワークの登録

ウチナーンチュ・ナースデイ参加者ネットワークへの登録をご希望の方は、下記メールあてお名前、所属を送信してください。

看護大学及び共催団体で実施されるイベントや国際交流の情報を提供いたします。

【個人情報の使用目的について】

ご記入された個人情報等は参加者ネットワークの交流にのみ使用し、共催団体以外の第三者には提供いたしません。

- ・国際交流関係イベント等の情報提供
- ・ネットワーク参加者からの情報提供、連絡等
- ・その他、共催団体からの連絡等



QRコード: okikangozaidan@gmail.com

4. ゆんたくテーブルに参加して

ゲストスピーカー Keiko Corcoran 氏

11月8日にロスアンゼルスへ戻ってまいりました。追い風で成田とロスアンゼルス間は、8時間30分でした。このように短時間で来ることができるのですから、沖縄の皆さんがいらしてくださいと思えば、「ゲストルームと洋裁ルームを整理掃除して皆さんを迎えられるようにしましょう」と主人と話したところです。医療者レベルの二次救命処置：Advanced Cardiovascular Life Support (ACLS)、心肺蘇生：Cardio-Pulmonary Resuscitation (CPR)、新生児の蘇生プログラム：Neonatal Resuscitation Program(NRP)に必ずしも合格せずともいいのではないのでしょうか。「先ず・・・行って学んでみよう」という気持ちが大切だと思います。既述の講義は、日本においても受講できるようになっているかもしれないのですが、ロスアンゼルスで学ぶのは観光する等、他の楽しみもあります。臨床看護に真剣に取り組みながらもストレスの緩和をはかるために楽しみや趣味を見つけることは、とても大事です。わたくしも宿泊、交通費、食事でしたら4人くらいまででしたら同時にお手伝いできるかもしれません。



さてユンタクテーブルの感想ですが、良かった点は前もって打ち合わせの機会を与えてくださったことです。ローテーションして別のゲストスピーカーの部屋へ行き話を聞くことのできる機会を設定していた点は、非常に素晴らしい方式で“genius”だと思いました。さすがに大学です。もしこのような機会を得ることができたら、更に多くの映像を持参していきたいと考えています。看護(Nursing)は、その人次第でとても楽しい仕事になる事を伝えたいと臨んでいました。また、2016年3月に日本を旅行した時には、とても外国からの人が多い事を感じましたし、2020年には日本の東京で夏季オリンピックも開催されます。看護もグローバルな視点を必要とするようになるのではないのでしょうか。

人前で講演するのは、ある意味において素人(an amateur)に近く、一時的な感情に流されやすい(impulsive)傾向にある私に、今回の機会を与えてくださいましたこと、ありがとうございます。2月には毎年帰省致しますのでボランティア(a volunteer)で十分ですので、お声をかけてくだされば嬉しく思います。



ファシリテーター 下中壽美

私はアメリカカリフォルニア州で分娩担当ナースとして働いていたケイコーコランさんを囲む「ゆんたくテーブル」へ参加しました。彼女がどのようにアメリカで働く資格を得たか、最初の戸惑い、現在のキャリアをどのように築いてきたか等、ご自身の経験をそのまま語ってくださいました。日本との違いに戸惑いや疑問を持ち、時折きょとんとしながらも、興味津々に聞き入る学生たち、聞くことすべてが新鮮で一気に視野が広がったようでした。もちろん私も沢山刺激を

受けつつ、様々なシステムの違いはあっても、どこで働くにしても大切なことは勇気をだして行動すること、失敗を恐れず努力し続けることなのだと改めて感じました。さらに、コーコランさんはアメリカでの働き方や、資格を得る際に学生たちを応援したいという熱意を語ってくださいました。このようにウチナーンチュというつながりで世界に飛び出していった時に応援してもらえるということは本当に嬉しく幸せなことです。ここからまた世界へ飛び出していく学生が続いていくことを楽しみにしています。



ファシリテーター 當間紀子

ゲストスピーカーの Keiko Corcoran さんは、コザ看護学校を卒業後、県内で2年ほど臨床現場を経験し、ご主人と出会い海外に渡ったということでした。看護師の資格は独学で勉強し取得したのだということです。資格取得はしたものの、臨床に出てからは、技術を修得するまでは同僚から何を言われても気にすることなく努力し続けたということでした。Corcoran さんは、苦勞したことなどをさらりと語ってくれましたが、実際には、想像もつかない苦勞だったのではないのでしょうか。勤務したての頃は、意地悪な事を言われたりもしたようですが、最後には「病棟の秘密兵器」と呼ばれるようになったのだそうです。「病棟の秘密兵器」といわれるくらい病院のスタッフや医師から信頼され活躍していたことがうかがえました。

その他の話題では、日本の産科病棟での勤務といえば助産師ですが、海外では、分娩の一連の経過観察から帝王切開の介助につく業務を行える資格があるということでした。産科病棟に勤務する際は ACLS (Advanced Cardiovascular Life Support)、CPR (Cardio-Pulmonary Resuscitation)、NRP (Neonatal Resuscitation Program) も必須条件でこの資格がなければ勤務することができず、資格の期限が1日でも切れてしまうと勤務できない現状やプロトコルに沿ったケアが遵守されているのかを抜き打ちで監査する事など、厳しい規定があることを知ることができました。

学生からの質問は、語学での苦勞はなかったのか？資格はどのように取得すれば良いのかなどでしたが、Corcoran さんの「大丈夫、なんとかなる。」「私も上手ではなかった」という言葉に勇気づけられたのではないかと思います。「ゆんたくテーブル」に参加し、海外で活躍さて先輩と身近に話すことができ、学生もよい刺激になったと思います。



ファシリテーター 泉川りつ子氏

ゲストスピーカーの「アメリカで暮らしたい」という好奇心で沖縄を離れ、住めば都となった地で看護者として広げた歩みを淡々と語る姿に感動しました。

日本と米国、看護師の呼称は同じでも仕事の責任の大きさ、研鑽しなければ続けられない知識と技術に驚きます。産科で働く看護師は分娩介助技術を持ち N C P R、周生期救急法、胎児モニター管理法等の専門認定を2年毎に受け、エキスパートとしての高い技術を要求されます。

生まれ育った地を離れたことで、試行錯誤し広がってゆく可能性や不安、虚しさ、面白さを得る機会になった事を語られました。交通も通信もすばらしく発達した現在“沖縄で看護を”実践する土台づくりのために一度、外の世界の看護を経験する機会を得ることは以前に比べ難しくな

りました。

他国で暮らす機会や今回の世界に住むウチナンチュナースとの交流を重ねるということは、沖縄で育った礎の上にもいろいろな体験が人間への尊厳や異なる倫理感の違いの中から、自分の「理想の看護」の道をゆっくりと確認できる時間になると思います。世界に羽ばたけるナース、学生達のこれからを見た気がします。



ゲストスピーカー 平裕子氏

先月（10月29日土曜日）、第6回世界のウチナンチュ大会連携イベントとしておこなわれた世界のウチナンチュ・ナースディ「ゆんたくテーブル」にゲストスピーカーとして参加させていただく機会を得ました。参加するにあたり私が準備したトピックは「アメリカと日本の病院システムの違い」

で、アメリカの細分化されている職種についての説明やそれに伴う看護師の役割、また入院日数短縮のために行われているクリニックや訪問医療機関との連携について大まかに話させていただきました。参加者はほとんどが看護学生で、海外に視野を広げている学生からは私の日本での看護経験から渡米してアメリカにおける資格取得までの事について質問がありました。また後半では、社会人として働かれている先輩の方々から勤務や給与システム、人材確保等、実際の医療現場で看護師が直面している問題に関連した質問等について尋ねられました。

参加して感じたことは、参加者が意欲的であるということでした。海外を視野に入れている学生は将来に夢を抱いており、若い頃のわたくし自身の姿と重なり、応援したいとの思いを強く抱きました。また社会人として働いている先輩方も、私から得る情報から現在の沖縄の看護職が直面している問題を改善するヒントを見出そうとしている様子が伺われ、沖縄の看護職の発展、改善のために私がこれからどのように協力していけるかを考えるきっかけになりました。

今回の参加がこれからの日本、沖縄の看護とアメリカの看護の橋渡しの手がかりになりましたら幸いです。貴重な体験をさせていただき、本当にありがとうございました。



ファシリテーター 高橋幸子氏

講義室4では、平裕子さんをゲストスピーカーに迎え、「アメリカと日本の病院システムー看護師の役割の違いと自主性についてー」をテーマにゆんたくが展開されました。テーブルを囲んだ学生達からは、アメリカの看護師の役割、就労形態、看護師国家試験(National Council of Licensure Examination: NCLEX)についてなどシステム的な質問から、語学の壁をどのように乗り越えたか、移住してどれくらいでNCLEXにチャレンジしたか、といった、平さんご自身の経験に関するものまで、様々な質問がありました。平さんは、次々と投げかけられる質問に対しひとつひとつ丁寧に返答され、学生達は平さんのリアルな体験談を交えたお話に聞き入っていました。「沖縄の看護の教育・発展のためにお手伝いしたい」と話されていた平さんの思いと将来海外での活躍に胸をふくらませている沖縄の学生達の思いとが相まって、熱気ある「ゆんたくテーブル」となりました。

ゲストスピーカー 大川内和恵氏

今回の世界のウチナンチュ・ナースディに参加させて頂きありがとうございました。海外にも目を向け新しい知識を吸収しようとする学生さんの姿勢、地域の強い繋がりや沖縄の皆さんの郷土愛を目の当たりにしてとても感心しました。講演を聞いたりネットワークが広がったりと貴重な経験をさせてもらったことに感謝しています。ただ私の準備不足から希望に応えたアメリカのガン看護の話が出来なかったことは申し訳ない気持ちでいっぱいです。これからの看護を担う学生さん達の活躍を期待しています。



ファシリテーター 大城真理子氏

私は、今回のウチナンチュ・ナースディにおいて、ゲストスピーカーとの交流会でのファシリテーター役を務めさせていただきました。ゲストスピーカーは、高校卒業後にアメリカの大学を卒業され、16年間、がん病棟で勤務されている正看護師の方「大川内和恵」氏でした。交流会には、本学の学部生、他学の専門学生、本学の卒業生、一般参加者と多様なメンバーが参加され、非常に有意義な時間となりました。特に、参加者からはアメリカと日本との看護の違いについての質問がなされ、アメリカの保険医療制度から看護師の1日の業務の流れまで、幅広いテーマでのディスカッションとなりました。在院日数の短さや、完全に業務内容が分業化されている点は日米で大きく異なる点でした。しかし、治療環境を整えたり、意思決定のサポートをしたりと、看護の内容は文化が違っても同じなのだという点にも気づくことが出来ました。

このような機会を通して、異なる文化的背景の場で活躍されている方とディスカッションをする時間が持てたことで、自分達の行っている看護活動について、再度、見つめる良いきっかけになったと感じています。



ゲストスピーカー 城間初美氏



今回参加して感じたことは、沖縄の看護師や看護学生が日本以外で働いている看護師に対し多かれ少なかれ関心を持っているという事でした。午前に行われた講演、また「ゆんたくテーブル」においても参加者から多くの質問があり、関心の高さを知りました。

働く場所が日本であれ、それ以外の国であれ、私達看護師は共感できるビジョンがあり、住む場所の違いがあっても看護師という事で繋がり共有出来る情報があるのだと思いました。

学生の中には将来、外国（アメリカ）で働きたいと考えている人もいて色々な質問をしていました。今回の企画が外国で働きたいと考えている学生の夢を少しでも後押しすることに役立つといいのではと考えます。あるいはこの企画に参加したことをきっかけに、外国に興味を持ち世界に目を向けるきっかけになればと思いました。



ファシリテーター 八田早恵子氏

私が参加しました「ゆんたくテーブル」は、アメリカにおいて正看護師の資格を取り臨床で働き、日系クリニックの立ち上げもされた城間初美さんのお話を伺い、学生や一般参加者の方々とディスカッションを行いました。前半は外国の看護学校卒の看護師対象テストのことや資格取得のための大学での必修単位について、専門用語の習得方法、アメリカと日本の看護師役割の違いなどを伺い、一般参加の方々から沖縄での看護学校時代に取得された単位との振替について、また学生からはアメリカの看護師資格取得方法やグリーンカードについてなど活発な質問がありました。後半はオバマケアやメディケードなどリアルタイムな保険医療の話、日本人駐在員対象の新たなクリニックの立ち上げ時には保険の種類で診療が変わることなど、具体的に大変だったことを伺え、学生も一般参加者も興味深く聞き入りました。言葉のハンディに負けず、正看護師資格を取得され新しいことにも果敢にチャレンジされていて、大変感銘を受けました。貴重な機会をいただき、どうも有難うございました。



ゲストスピーカー 山城昌子氏

「ゆんたくテーブル」の進め方は「学生中心」ということでした。一般参加者も加わり実に和やかな空気に包まれて意見の交流が行われました。参加者は価値観も多種多様で、単に事実関係を中心に進めるよりも、一人でも多くの方に積極的に発言してもらうことで、より「ゆんたく」の面白さが湧き出します。とはいえ「話し合う場」の設定、工夫や配慮などはスタッフ全員のチームワークのおかげです。私もその熱意に押し出されてしまいました。

今回の貴重な体験を通して国際色豊かな文化の香りに触れたことは、学生にとって沖縄のアイデンティティを考える良い機会になったと言えるかと思います。私は対話を重ねていく中で「やる気」がそーっと内面で静かに眠っている学生たちの感性の豊かさを感じました。看護大が、人々の幸せになることを追及してやまない学生の「成長の場」として発展することを祈ります。



ファシリテーター 片桐君佳氏



「聞きたいことがたくさんありましたが、ゲストスピーカーの方の話をさえぎることになりそうで困りました。」「もっと積極的に参加したかったのですが、ゲストスピーカーや同席者の話すがままになってしまいました。」との声を「ゆんたくテーブル」実施後の学生から聞きました。確かに、ゲストスピーカーの方は話す内容をまとめてきており、^{とうとう}滔々と話すことが多くありました。加えて同じプロジェクトにかかわった方からの補足説明があったりと、学生が主体的に聞きたいことを聞いていくという展開ではなかったように感じました。次回も同じように展開する計画にするのでしたら、交代をするまでの各時間の残り数分間は学生からの質問の時間というように設けてもいいかと思います。

とはいえますものの、学生はゲストスピーカーが言わんとすることをまとめ、来場者に分かり易く紹介できており、進行の役割を果たせていました。学生たち自身よりもはるかに経験の豊富なゲストスピーカーや来場者を前に堂々としており、素晴らしいと思いました。このような体験を学生のうちにできることは、自信にもつながるでしょうし、学生自身の将来を考えた時に、他では得難い経験になったことと思います。

さて、私の役割であるファシリテーターですが、休憩時間に学生に多少のアドバイスをしたことと、ゲストスピーカーと休憩時間に話をした程度の貢献しかできず、ファシリテーターの役割を果たせなかったのではないかと案じております。



ファシリテーター 長堀智香子氏（沖縄県立看護大学）



第6回世界のウチナーンチュ大会連携イベントとして行われた「ゆんたくテーブル」のファシリテーターとして参加しました。私のテーブルの講師はボリビアで「プライマリー・ヘルスケア体制づくり」に貢献した山城昌子先生でした。私はこれまでに、何度かJICAプロジェクトで派遣された専門家の活動報告を聞く機会があり、今回は沖縄県の専門家による同様の報告だと思っていました。しかし、平良健康先生にも加わって頂いてプロジェクトの経緯を聞くにあたり、沖縄の移民計画の歴史と先人の苦労の日々を思い知ることができました。北海道出身の私は沖縄に来るまで、「移民計画」について聞く機会がありませんでした。そんな長い歴史の中で、今、みんなが集まり語り合っている。多くのウチナーンチュ・ナースが世界で活躍している。ゆんたくテーブルの席上で平良先生から紹介のあった「南米・ボリビアの青空に舞う」（南米・ボリビアの青空に舞う編集委員会・悠光堂）を読みました。とても引き込まれる一冊です。是非、機会があれば読んでもらいたいと思います。



VI 第1回 世界のウチナーンチュ・ナースデーに
参加して

VI 世界のウチナンチュ・ナースデイに参加して



宮城一乃

世界のウチナンチュナースデイに参加して、海外の現場で働いている看護職者の方達から話を聴くことができました。慣れない異国の地で自分の信念を持ち、その土地の人達と一緒に長い時間をかけて看護を提供していった志の強さに感銘を受けました。

私は、今年の夏に海外研修の一環でハワイに行き、アメリカの医療の現状について学びました。研修では実際に高齢者のための施設に行き、利用者の方達と交流したり、救急医療を担っている総合病院の見学をしたりと、貴重な体験がたくさんできました。

そして、今回の世界のウチナンチュナースデイでは、アメリカだけではなく、東南アジア、南米など様々な地域の話を知ることができました。世界から見たら小さな「沖縄」という限られた地域の中で生活してきた私にとって、とても刺激的な経験となりました。

今後、様々な地域に出て看護の提供者となっていく私たちですが、「様々な人々とふれあい、その人がもっている価値観を尊重していくことで相手にとって、よりよい看護を提供することができる」と学ぶことができました。



神谷春奈

私は夏に、大学の研修でハワイに行き、アメリカの看護について学びました。しかし、今回は制度のことだけではなく、臨床での実際の出来事や事例を通して話をより詳しく聞くことができました。また、日本人の視点からみたアメリカの医療、看護を聞くと、また異なる話も聞くことができ、学びを深めることができました。今回、このような貴重な機会をいただけて、感謝します。

ゆんたくテーブルで聞いた話の中で印象的だったのは、看護技術の項目の認定(certification)がそれぞれ細かく分かれており、その認定を取らないと、できない技術があることです。また、日本とは違い助産師の免許を持っていなくても、助産師に近い仕事をすることができるということを初めて知り驚きました。

そして、一番感銘を受けたのが、自分と同じ「うちなんちゅ」がこのように世界で活躍しているということです。

この人達の背中をみて、将来、自分もウチナンチュ・ナースとして誇りをもち、働きたいです。

沖縄県立看護大学軽音楽サークル長 川崎ゆり氏



ウチナンチュ・ナースディの演奏の場をもうけていただき、ありがとうございました。

急な要請であったこともあり、本番に間に合うかという心配はありました。しかし、私たち軽音楽サークルにとって、出番というものは年に数回と数少ないものとなっています。その中でいただいた大切な機会、さらにウチナンチュ・ナースディという特別な催しでの演奏だったので喜んで引き受けました。開会直前のオープニングで20分、閉会後に10分という少ない割当て時間ではありましたが、3年次メンバーが中心となり、一生懸命本番に向けて挑みました。



今回は「第6回世界のウチナンチュ大会」との連携イベントということもあり、普段演奏しているアップテンポのロックミュージックではなく、沖縄らしい曲を中心に選曲しました。初めてのアコースティックな演奏でしたので、優しい音を奏でられるように練習しました。本番当日、うまく演奏できるか心配していましたが、あたたかい拍手もいただき、成功のうちに役目を果たすことができ、参加メンバー共々うれしく思っています。



今回の貴重な経験を活かし、今後さらに活動の場を広げていきたいと思えます。どうもありがとうございました。



演奏曲：①花～すべての人の心に花を～、②イパネマの娘、③コンドルは飛んで行く、④童神、⑤涙そうそう、⑥ていんさぐぬ花
バンドメンバー：喜友名菜（ボーカル）、川崎ゆり（キーボード）、安藤胡桃・内間咲良（ベース）、喜舎場ゆか・田場ありか（カホン・パーカッション）、青木大志・小野健太郎（ギター）、渡久山朝裕（サックス・三線）でした。



Ⅶ 大会宣言

世界のウチナンチュ・ナースデー

(Word Uchinanchu Nurse' day : WUN)

Ⅶ 大会宣言

世界ウチナンチュ・ナースデイ

(World Uchinanchu Nurse' day : WUN)

海に囲まれた沖縄の自然とその社会環境は、ウチナンチュの目を広い世界に向け、海外への旅立ちを後押ししてきました。また、異文化とふれあい、多様性を受け入れることで独自の文化を形成してきた沖縄の歴史は、ウチナンチュとしてのアイデンティティと異文化の中に溶け込んでいく力を育んできました。

志を抱いて海外に渡った方々の中で、多くの若者が言葉や環境の異なる社会の中で看護職として夢の実現に挑戦してきました。看護という世界共通の仕事を通して国際社会に根付き、地域に貢献しています。また、医療に恵まれない国に看護職として赴き、その地域社会の中に入り保健看護活動を行った方も多数います。

本日、演者やゲストスピーカーの皆様は、これまでの経験を通して得たことや海外に出て見えた沖縄や日本を、次の世代に伝えたいとの強い想いを持って、参加してくださいました。私たちは、講演や交流会を通して、多くのメッセージを受け取りました。それは、未知の世界にとびたつ勇気や環境の異なる社会の中で生きる柔軟で大らかな心、そして決めたことに取り組み続けることなどです。

グローバル化が進む社会を生きる私たちには、国際的な視野をもち、異なる文化の中で生活する人々について想像する力が求められています。それは地球市民としての自覚へつながるもので、これからの看護を担っていく若者には特に必要な能力だと言えます。今回のWUNが沖縄と世界のナースをつなぐきっかけになることを願っています。

平成 28 年 10 月 29 日

沖縄県立看護大学
沖縄県立看護大学同窓会
沖縄県看護学術振興財団
沖縄県看護協会

世界ウチナンチュ・ナースデイ (World Uchinanchu Nurse' day, WUN)
大会宣言

グローバル化が進む社会の中で、私たちはウチナンチュのちむぐくるを
継承し、看護の仕事を通して心豊かな世界の実現を目指します。

そのために、

1. 私たちは、沖縄と世界のナースをつなぐネットワークを構築します。
1. 私たちは、国際的視野をもった看護人材を育成します。
1. 私たちは、継続的な国際交流を通して看護の発展を目指します。

平成 28 年 10 月 29 日

沖縄県立看護大学
沖縄県立看護大学同窓会
沖縄県看護学術振興財団
沖縄県看護協会

WUN (World Uchinanchu Nurse' day) Announcement

In societies in which globalization has been rapidly progressing, we will succeed
with the gift of our Uchinanchu spirit and through the work of nursing professionals to
build and realize the dream of a peaceful world.

For this cause

1. We will construct networks which unite nurses in Okinawa and throughout the world.
1. We will foster and train nurses who have international vision.
1. We will aim for the future development of nursing through continuous international
exchange.

29th October, 2016

Okinawa Prefectural College of Nursing
Okinawa Prefectural College of Nursing Alumni Association
Okinawa Nursing Science Foundation
Okinawa Nursing Association

VIII そ の 他

1. メッセージボード
2. アンケート集計結果
3. 第1回世界のウチナーンチュ・ナースデイ グッズ販売

1. メッセージボード



○ゲストスピーカーから学生や日本の看護師へ

- ✚ 今どのくらいの日本人が海外で働いていますか。また、多くなっているのでしょうか、減っているのでしょうか。
- ✚ 日本では看護師が減っているそうですが、海外でも減っていますか。
- ✚ ……どのくらいの人が、どのくらいのペースで利用しているの？
- ✚ ウチナンチュ大会！！ 楽しみます（オーストラリアから） 😊
- ✚ 皆で盛り上げていきましょ〜う！！（ガーナ）

○学生や一般参加者からゲストスピーカーへ

- ✚ 日本の看護師へ伝えたいことはありますか。
- ✚ Why 日本国内ではなく、海外に行くとしたのですか。そのときの動機は何ですか。（2名）
- ✚ 海外で働こうと思ったきっかけは何ですか。
- ✚ 日本へ帰って看護師をやりますか。
- ✚ 海外の医療ってどうなっているの。気になるウー？
- ✚ 日本の看護師と USA の看護師との大きな違いはありますか。（2名）
- ✚ 海外での看護師免許を取るには、どのような方法がありますか。
- ✚ どうやって職場を決めたのですか。

- ✚ 「ウチナーのチムグクル」について具体的に教えて欲しいです。
- ✚ 世界で活躍する皆さんの「これだけは譲れないもの」気持ち、物事の見かたって何でしょう。
- ✚ 海外で働いて楽しいこと、大変なことは何ですか。
- ✚ 世界で活躍する看護師さん！ステキだなーと思います。自分もそうなりたいです。

○イベントへの標語・その他

- ✚ 夢は寛大（看大）“Love”
- ✚ うちなーから広がる平和の輪！
- ✚ 世界に広がるおおきな輪！
- ✚ OKINAWA でつながる「大きな輪」
- ✚ Enjoy、ルンルン
- ✚ ワクワク、ドキドキ、楽しみです
- ✚ 楽しみ～
- ✚ Good! ◇◇◇
- ✚ 海外留学を考えているので今回が楽しみです！
- ✚ たくさんの先生たちの話を参考に、自分の視野を広げたい！
- ✚ 世界の果てまでイッテーな！
- ✚ 世界のウチナーンチュ・ナースディ「**最高**」
- ✚ 5年に一度の開催で、今年参加できるのがうれしいです！！！！
- ✚ いちやりばちよーでー！
- ✚ ようこそ沖縄へ  Welcome to Okinawa! (2名)
- ✚ World Uchinanchu Nurse's day Go 
- ✚ たくさんの話を聞いてキャリアにつなげたい
- ✚ 未来の Nurse たくさんの情報を得て Think Globally, Act Locally.
- ✚ 海外で働く看護師と交流しよう！
- ✚ 北大ではどういうことを教えますか。
- ✚ 古宇利島のターザン、楽しみ
- ✚ 世界一受けたい授業に出演された古宇利島出身の玉城英彦先生の「世界で働く～他人の中に埋没しない私～」楽しみにしています 

2. アンケート集計結果

回収数 43名 (回収率 16.1%)

問1. あなたの所属について、お聞かせください。

1. 社会人： 30名 看護職者11名、保健医療福祉関係者2名、看護教育関係者9名
その他 8名(海外看護師、救急救命士、通訳、会社員、その他)
2. 学生： 13名 高校生0名、専門学校生 8名、大学生 5名、大学院生 0名
別科助産専攻生 0名、その他 0名

問2. 本イベントへの参加の動機について、お聞かせください。

1. テーマに興味があった(13名) 2. 国外における活動の話を聞きたかった(14名)
3. 周りの人に誘われた(11名) 4. 自分の将来の参考にしたかった(8名)
5. その他
 - ・日本国内における活動とスピーカーの講演を聴きたかった。
 - ・看護学校の先輩にて、活躍を知る機会にしたい。
 - ・沖縄とアメリカ(外国)を行き来できる仕事をしたいのでいろいろな経験をされている方々と交流したかった。
 - ・知人の講演、ボランティア通訳、学校での案内、仕事

問3. 本イベントの全体的な感想をお聞かせください。

1. 講演1

- ①とても良かった(25名) ②良かった(11名) ③普通(2名) ④あまり良くなかった(0名)
(コメント)

- ・アメリカにいて沖縄のことを思い続け「あきらめないでください」との言葉に感動しました。
- ・北米における県人会の活動の様子がわかった
- ・食事を大切にしようと思いました。

2. 講演2

- ①とても良かった(34名) ②良かった(3名) ③普通(0名) ④あまり良くなかった(0名)
(コメント)

- ・もっと、もっと聴きたいと思いました。「PNK」もちかえります！
- ・面白くてためになる話が聞けた。 ・発想
- ・笑いもたくさんあり、型にあてはまらない思考が大切！という気づきももらえました。

3. 食事交流会

- ①とても良かった(15名) ②良かった(3名) ③普通(0名) ④あまり良くなかった(0名)
(コメント)

- ・個人的な質問を気軽な環境で聞くことができとても良かったです。
- ・聞きたいブースが沢山あるが、時間が重なっていることが残念だった。

4. ゆんたくテーブル

- ①とても良かった(13名) ②良かった(4名) ③普通(1名) ④あまり良くなかった(0名)
(コメント)

- ・個人的な質問を気軽な環境で聞くことができとても良かったです。
- ・聞きたいブースが沢山あるが、時間が重なっていることが残念だった。

3. 第1回世界のウチナンチュ・ナースデイ グッズ販売

第1回世界のウチナンチュ・ナースデイの開催にあたり、自主財源確保のため、そして当イベントをより多くの皆様に周知するためにロゴ入りポロシャツ、Tシャツ、ステッカーを制作しグッズ販売を行いました。

【主な販売の展開】

日にち	場 所
6月18日	看護協会(看護協会総会にて)
8月6日	沖縄県立看護大学(看護大学同窓会総会にて)
9月10日	沖縄県立看護大学(看大祭)
9月11日	〃
10月29日	第1回世界のウチナンチュ・ナースデイ会場にて



ナースデイ会場での販売

【販売枚数】

ポロシャツ	406枚
Tシャツ	231枚
ステッカー	54枚



第6回世界のウチナンチュ大会マスコット
笠丸(かさまる)

【Tシャツ】



【ポロシャツ】



【ステッカー】



IX 資 料

1. 実行委員会の会議開催状況
2. 参加申込書（ちらし）
3. 新聞掲載記事：沖縄タイムス社、琉球新報社

1. 実行委員会の会議開催状況

開催日	内 容
第 1 回実行委員会 平成 28 年 1 月 27 日	実行委員会立ち上げ 第 6 回世界のウチナンチュ大会実行委員会への後援 依頼準備
第 2 回実行委員会 平成 28 年 2 月 24 日	大会までのスケジュール調整
第 3 回実行委員会 平成 28 年 3 月 23 日	プログラム詳細検討
第 4 回実行委員会 平成 28 年 4 月 27 日	プログラム詳細確定、第 6 回世界のウチナンチュ大会 本部「連携イベント」に応募
第 5 回実行委員会 平成 28 年 5 月 25 日	大会グッズ作成から販売 講演会講師 2 名への講演依頼
第 6 回実行委員会 平成 28 年 6 月 22 日	海外からの参加者確認 食事交流会の詳細検討
第 7 回実行委員会 平成 28 年 7 月 28 日	海外からのゆんたくテーブル参加者確認
第 8 回実行委員会 平成 28 年 8 月 24 日	国内参加者募集開始 ゆんたくテーブルの運営検討
第 9 回実行委員会 平成 28 年 9 月 14 日	学生ボランティア、ナーシングカフェの確認
第 10 回実行委員会 平成 28 年 10 月 5 日	大会の役割分担、プログラムの確認
第 11 回実行委員会 平成 28 年 10 月 12 日	応援スタッフスケジュールの確認
臨時実行委員会 平成 28 年 10 月 26 日	会場設営他最終確認
第 12 回実行委員会（最終） 平成 28 年 11 月 30 日（水）	大会実施報告、実行委員会解散

第6回世界のウチナンチュ大会連携イベント

世界のウチナンチュ・ナースデイ

World Uchinanchu Nurse's day

ウチナンチュ・ナースからのメッセージ



世界をつなぐナースング・スピリッツ

日時：2016年10月29日(土)
10:00~16:00

場所：沖縄県立看護大学

参加費：無料

参加者：看護職者、看護学生、
保健医療看護に関心のある方

主催：世界のウチナンチュ・ナースデイ実行委員会

沖縄県立看護大学、沖縄県看護学術振興財団、

沖縄県立看護大学同窓会、沖縄県看護協会



お問い合わせ窓口：沖縄県立看護大学

担当：杉田

TEL：098-833-8800

E-mail：w-un@okinawa-nurs.ac.jp-

<プログラム>

・講演会

講演1

カリフォルニア州在住
保健師

下地 のり子 氏

講演2

北海道大学国際本部
特任教授

玉城 英彦 氏

・交流会

ゆんたくテーブル

プログラム

時間	内容	講師プロフィール
10:00～10:15	オープニング・セレモニー (大講義室)	◇下地のり子 1975 沖縄県宮古島において生まれ、育つ 沖縄県立コザ看護学校卒業、看護師の免許取得 沖縄県立那覇病院、宮古病院勤務
10:15～11:15	講演1:下地のり子 氏 (大講義室)	1987 米国留学 1991 カリフォルニア州の正看護師免許取得 2002 ロマリダ大学メディカルセンター勤務 ロマリダ大学看護学部卒業 保健師資格取得 リバサイド郡保健所/結核予防課で保健師として勤務 (現在に至る)
11:20～12:20	講演2:玉城英彦 氏 (大講義室)	2010 ロマリダ大学大学院公衆衛生、健康促進&健康教育専攻 修了
12:30～14:00	食事・交流会 (学内食堂 エンジェル)	◇玉城 英彦 沖縄県古宇利島に生まれる 名護高等学校卒業
14:10～16:00	ゆんたくテーブル(各教室)	1971 北里大学 卒業 1978 テキサス大学 卒業 1983 国立公衆衛生院(現在の国立保健医療科学院)卒業 1985 国立水俣病研究センターを経て、85年から世界保健機関(WHO)ジュネーブ本部に勤務。世界エイズ戦略に初期からかかわる
16:00	世界のウチナンチュ・ ナースディ宣言 閉会 (大講義室)	2000 北海道大学大学院医学研究科 教授 Portland State University, Portland Oregon, USA (International Visiting Professor) 2013 Taipei Medical University, Taipei, Taiwan (Visiting Professor) (現在に至る) 2014 北海道大学国際本部特任教授・シニアアドバイザー (現在に至る) 2015 De La Salle University, Manila, Philippines (Visiting Professor) (現在に至る)

申込・問合せ先

HP : http://www.okinawanurs.ac.jp/c1/kyouin/r_tamaki/world-uchinanchu-nursesday.htm

申込締め切り: 9月30日(金)

沖縄県立看護大学 内 世界のウチナンチュ・ナースディ実行委員会

事務担当 : 杉田 TEL : 098-833-8800 FAX: 098-833-5133 E-mail: w-un@okinawa-nurs.ac.jp

所属

参加者氏名

連絡先

FAX: 098-833-5133

さんが、日本軍32軍司令部壕内に連れてこられたことから「沖縄戦時、日本軍の

将校らが女性を連れて逃げたのでは」と推測している。

世界の医療に触れる

ウチナンチュ・ナースデイ
看護大生、海外県人と交流

第6回 世界のウチナンチュ大会



海外の保健医療の現場で看護師や保健師として働く県人らと交流する世界のウチナンチュ・ナースデイ（主催・同実行委員会）が29日、那覇市の県立看護大



大会宣言を拍手で承認する世界のウチナンチュ・ナースデイの参加者=29日、那覇市の県立看護大学

学で開かれた。「うちなーんちゅのちむぐくる」を継承し、グローバルな人材育成、国際交流を目指す大会宣言を確認した。

（1面参照）

第6回世界のウチナンチュ大会の連携イベントとして初めて開催。海外から約20人、県内から同大学生ら約200人が参加し、海外の事例などを巡って意見

を交わした。閉会式では①沖縄と世界のナースをつなぐネットワークの構築②国際的視野を持った看護人材の育成③継続的な国際交流―を目指す大会宣言を確認した。

同大3年の宮城一乃さんは「世界の保健医療をもっと知りたくなった。グローバルな視点で頑張りたい」と刺激を受けた様子。米カリフォルニア州で保健師として働く宮古島出身の下地のり子さん(63)は「現役学生から海外へ羽ばたく意欲を感じ取れて心強かった」と喜んだ。

2016年11月1日掲載
「沖縄タイムス社提供」

県系看護師も交流深化

那覇でナースデイ 関係強化誓う

海外で活躍する県系の看護師との交流・連携を活発にしようと「世界のウチナンチュ・ナースデイ」が20日、那覇市与儀の県立看護大で開催された。

（1面に関連）

ウチナンチュ大会の連携から、大会に合わせて来沖携イベント。前身の県立学する看護師らに声を掛けて初開催となった。看護大の生約100人ほどが海外にいることが分かっていたこと。生徒や県内の看護師ら約200人が参加した。

米国で働く県出身の看護師らが分科会講師を務め、日本との病院システムの違いや米国の産科、がん看護の実践などについて説明。言葉や生活習慣の異なる



米ジョージア州在住の平裕子さん(右)から日本の病院での看護師の役割の違いについて話を聞く参加者ら=29日、那覇市の県立看護大

る国で働く苦勞や喜び、夢をあきらめずに挑戦することの大事さを話した。最後に「沖縄と世界のナースをつなぐネットワークを構築し、国際的視野を持った看護人材を育成すること」と継続して連携することを誓う大会宣言を採択。看護大3年の宮城一乃さんは「ハワイでの研修を受けたが、今回はより細かい点を知ることができた」と講

師に礼を述べた。カリフォルニアの保健所で保健師として働く宮古島市出身の下地のりさんは講師を務め「米国でも沖縄を誇りにして働いてきた。他人を思いやる沖縄の心は看護の原点。こうして集まることで改めて確認できる。ほかの国にもまだまだいるはずだ。5年ごとと言わず、ぜひまた開催してもらいたい」と述べた。

2016年10月31日掲載
「琉球新報社提供」

編集後記

「第6回世界のウチナーンチュ大会連携事業」として、「第1回世界のウチナーンチュ・ナースデイ」実行委員会を立ち上げたのは平成28年1月27日でした。立ち上げ当初は、予算も無く、私はどのような構想にするのか皆目見当もつかずにトンネルの中にいました。しかし、学長や同窓会の理事の方々は、国外で看護職の資格を得て活躍されている沖縄県立コザ看護学校と沖縄県立沖縄看護学校（両校は1999年4月に本大学へ統合）の卒業生との繋がりを手がかりに大会の開催を見据えていたようでした。そして、国外で活躍する沖縄県出身の看護職者の里帰りを歓迎し、おもてなしをするという気持ちで企画することに意思統一され、県内で看護・保健・介護に従事している方々や、それを学ぶ学生が参加する取組みにすることを決定しました。その後は、沖縄県立看護大学、沖縄県看護学術振興財団、沖縄県立看護大学同窓会、沖縄県看護協会の4団体の共催ということで、実行委員会が始動しました。第6回世界のウチナーンチュ大会本部からの補助金、同窓会と学術振興財団からの助成金、そしてポロシャツ・Tシャツの販売収入を得て、大会が盛況のうちに閉会することが出来、この報告書を作成する費用の捻出まで漕ぎつけることができました。この報告書をご覧下さり、今後の「世界のウチナーンチュ・ナースデイ」開催の発展をイメージしてくださいます方々の多くの声が聞こえてきますことを祈念して、編集後記とさせていただきます。

平成29年2月 世界のウチナーンチュ・ナースデイ実行委員会委員長
永島すえみ

世界のウチナーンチュ・ナースデイ実行委員会

委員長 沖縄県立看護大学：永島すえみ

委員 沖縄県立看護大学：嘉手苺英子、金城芳秀、金城健、金城里奈、大城馨、
溜陽子、玉城綾子

沖縄県立看護大学同窓会：吉川千恵子、久場常子

沖縄県看護協会：島袋富美子、與儀とも子

沖縄県看護学術振興財団：杉田園、古瀬正美

発行者：世界のウチナーンチュ・ナースデイ実行委員会（沖縄県立看護大学内）

〒902-0076 沖縄県那覇市与儀1-24-1

Tel：098-833-8800 Fax：098-833-5133