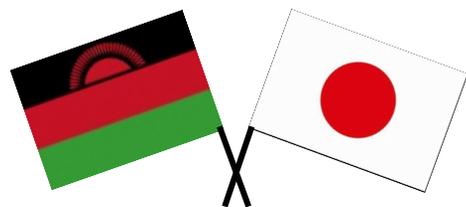


Malawi 通信 Vol.5 2022/June

2021年度3次隊 新田唯奈 (理学療法士)



●**南半球、マラウイの冬** マラウイは5月から徐々に気温が下がり、6月と7月が年間で一番寒い“冬”となります。私の地域では、昼間は25度程度で太陽の光があれば暖かいです。日陰は長袖で丁度良い気温です。朝晩は8度前後まで冷え込むため、毛布とジャケットが手放せません。

●**様々な行事** 今月は村のお葬式に参列したり、同僚の誕生日をお祝いしたりとイベントがたくさんありました。その様子を写真と共に。女性の正装はアフリカ布のチテンジです。お葬式は2日に渡り行われ、村人全員が参列。家族だけでなく、村全体の繋がりの強さを知ることができました。

同僚の誕生日には、みんなで外食へ。誕生日の定番は“full chicken”のようです。また、写真屋さん写真撮りに行くのも定番のよう。本当に主役が輝いている1日でした！ちなみに友人のプレゼントには...モノの他に、食事分としてお金を送ることも多いのだとか!!



●**配属先での活動** 少しずつ仕事にも慣れ、患者さんと1対1でのリハビリを行うようになりました。今回は、リハビリでのちょっとした工夫を紹介したいと思います。配属先には、リハビリに使用する器具がほとんどありません。そのため、あるものでいかに工夫できるかがとても大切な視点です。私自身、同僚の工夫に度々驚かされています。これは、外の砂を1kg分集めたものです。患者の足に包帯で固定し、おもりとして使用しています。他にも、チテンジを使用して小児患者の立位練習を実施したり。今後も皆でたくさん考え、試して、より良いリハビリが提供できると良いと思います・・・！



●**今が収穫時期！メイズがシマ(マラウイの主食)になるまで**



①メイズ (トウモロコシ) の実を全てバラす



②実を機械で粉々にしたものをウファという



③ウファと水を火にかけて混ぜる



④みんな大好きシマの完成！

次回は配属先での活動中心に1週間の流れやリハビリテーションの様子を紹介したいと思います!!