

低中所得国における高齢化フロントランナーの タイで学ぶ公衆衛生：チュラロンコン大学院より



清水 ちとせ (しみず ちとせ)

2024年3月に順天堂大学国際教養学部を卒業。
同年8月よりタイ・バンコクのチュラロンコン
大学公衆衛生学修士課程に在籍。

2024年8月よりタイ・バンコクにあるチュラロンコン大学大学院公衆衛生学修士課程に留学しています。クラスメイトの約半数はミャンマー出身で、そのほかにインド、タイ、台湾、中国、パキスタン出身の学生、そして私を含め日本人が3名在籍しています。クラスメイトのほとんどは医師や看護師の資格を持つ中で、大学卒業後すぐに修士課程に進学した私はついていくのに必死です。毎日振り落とされそうになりながらも必死にしがみつくような思いで勉強しています。

タイの大学院への進学を決めた理由

私が大学院進学を決めた理由は、大学生のときに教授にタイに連れてきて頂いた際や、JICA海外協力隊としてタイで活動させて頂いた際、実際にグローバルヘルスの現場で活躍されている方々の姿を見出し、自分も世界が必要としているグローバルヘルスの専門性を培い働きたいと思ったからです。学部時代に学際的に様々な学問を学んだので、今度は大学

院で公衆衛生の専門性を高めたいと思い大学院進学を決めました。

そして、タイを選んだ理由は、低中所得国の中で最も高齢化が進んでいるタイで高齢者の健康について研究したいと考えたからです。タイでは60歳以上の人口割合が1994年の6.8%から2024年には20.0%へと急増しており、これは日本の高齢化のスピードを上回るペースです¹⁾。しかし、現在のタイの一人当たりのGDPは約7,000ドルで、日本が高齢化を迎えた時(約2万ドル後半)に比べて経済的にはまだ発展途上にあります。つまり、タイは「豊かになる前に高齢化が進む」という課題に直面しています²⁾。さらに、2034年には高齢者が全人口の28%を占めると予測されており、タイの動向に世界中が注目しています³⁾。こうした背景を持つタイで、持続可能かつ効果的な高齢化対策モデルの構築を学ぶことは、今後高齢化社会に突入する多くの低中所得国にとっても大きなヒントになるはずです。私は将来そうした国々で高齢者の健康向上させる人

材として働きたいため、タイへの留学を決めました。

タイ大学院生のリアルライフ

チュラロンコン大学大学院の公衆衛生学修士課程は1年コースで、8月スタートと12月スタートの2つの入学時期があります。私は8月スタートのコースに在籍しています。1学期目は必修科目が5科目です。2学期目は必修科目1科目、選択必修科目と選択科目が2科目ずつに加え修士論文企画審査があります。3学期目は倫理審査、修士論文審査、そして学会発表があります。授業は1コマ3時間で、午前は9時から12時、午後は13時から16時に行われます。授業ではランダムに指名されて意見を求められることも多く、個人発表やグループ発表の機会も沢山ありました。授業後は自習室、授業が無い日には図書館に通い、予習・復習・課題・論文執筆に取り組みました。とにかく勉強・勉強・勉強の毎日。1分1秒も無駄にできないほ



写真1 教室から見えるバンコクの景色

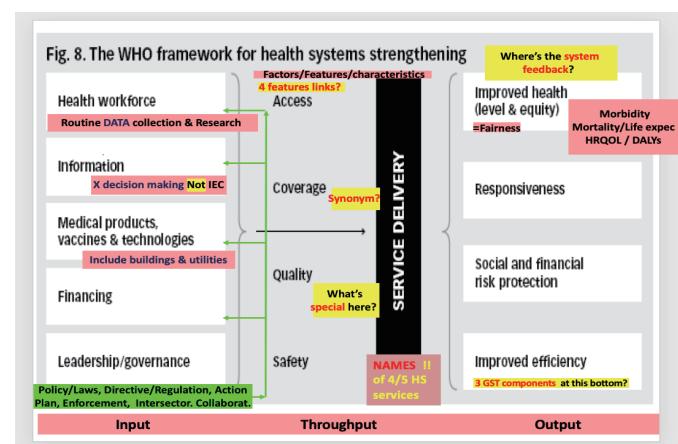


写真2 WHOのヘルスシステムコンセプチュアル・フレームワーク 5)



写真3 村で唯一の伝統医療を担う高齢男性にお話を伺った時の様子

ど必死でした（写真1）。

一番難しかった科目

「ヘルスシステム」という科目が一番難しかったです。教授はアジアやアフリカの複数の国で実際にヘルスシステムづくりに携わってきたイタリア人の小児科医の先生でした。この科目では、WHOのヘルスシステムコンセプチュアル・フレームワークを、全15回の全ての時間を使って学びました（写真2）。初めは「これだけで1科目が終わってしまうのか」と驚きました。しかし、フレームワークの理解を深め自分のものにできれば、どんな国のヘルスシステムでも「何が機能していて、何が足りないのか」を論理的に分析できる力が身につきます。この知識は将来公衆衛生の世界で活動するにあたって必ず習得しなければならないものだと実感しました。このフレームワークはヘルスに限らず教育システムなど他のシステムにも応用可能であり、その普遍的な力にも気づかされました。

フィールドワーク

2月、バンコクから車で約2時間の Saraburi県で、4泊5日のフィールドワークを行いました。タイでは、地域の健康を支える存在として「ビレッジ・ヘルス・ボランティア（VHV）」の活動が

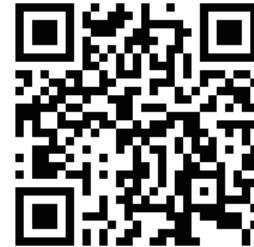


写真4 クラスマイト達

長年にわたり重要な役割を果たしています。私は今回、村で唯一の伝統医療を担う高齢男性にお話を伺い、そのご家族の構成をもとにファミリーマッピングを作成しました（写真3）。驚いたことに、彼自身よりもビレッジ・ヘルス・ボランティアの方が彼の家族に詳しく、彼らの地域住民との深い繋がりを感じました。タイは経済発展に先行して高齢化が急速に進んだため高齢者を支える社会保障制度の整備が追いついておらず労働力不足も課題となっています。こうした状況の中で地域に根ざした彼らの活動は、高齢者の身体的・精神的・社会的健康を支える大きな力になっており、まさにタイ社会の強みだと感じました。

研究内容

高齢者の健康には、身体的・精神的・社会的側面に加えて、スピリチュアルヘルスも深く関係しています。「スピリチュアル」と聞くと、怪しげに感じる方もいるかもしれません、スピリチュアルヘルスは世界保健機関（WHO）でも科学的な立場から議論された「第4の健康概念」です。明確な定義はまだ確立されていないものの「生き方を自己選択できる健康」と捉えることもできます⁴⁾。タイでは国家戦略の中でもこの重要性が掲げられていますが、研究の少なさや結



QRコード チュラロンコン大学大学院
公衆衛生学部紹介動画

果の一貫性の欠如ゆえ、高齢者のスピリチュアルヘルスを維持・向上させるための具体的な政策は現時点では十分に確立されていません。そこで私は、タイの高齢者のスピリチュアルヘルスのレベルと、それに関連する要因を1年間かけて研究しました。

留学を振り返って

入学前の7月、オリエンテーションで「1年で卒業できるのは全体の約60%」と聞き、2年分の準備をしてタイにやってきました。しかし、仲間の支えのおかげで無事に1年で卒業できそうです。わからないことがあればつきっきりで教えてくれたり、いつも気にかけてくれたり、テスト前には「大丈夫、大丈夫」と励ましの言葉をかけてくれる、そんな仲間の存在に、何度も救われました。観光する余裕もなく、毎日が勉強漬けの日々でしたが、孤独を感じることは一度もありませんでした。本当に仲間に感謝の気持ちでいっぱいです（写真4）。また、1年で卒業にたどり着けたことは、私にとって大きな自信になりました。この経験を力に、卒業後は高齢者の健康課題に取り組むプロフェッショナルとして国際機関で働くことを目指します。

参考文献

- 1) National Statistical Office Ministry of Digital Economy and Society. The 2024 Survey of the Older Person in Thailand. 2024; Available from: https://www.nso.go.th/nsoweb/storage/survey_detail/2025/20241209145003_88327.pdf.
- 2) World Bank Group. Labor Markets and Social Policy in a Rapidly Transforming and Aging Thailand. Caring for Thailand's Aging Population. 2021; Available from: <https://documents1.worldbank.org/curated/en/249641622725700707/pdf/Labor-Markets-and-Social-Policy-in-a-Rapidly-Transforming-Caring-for-Thailand-s-Aging-Population.pdf>.
- 3) World Health Organization. Thailand's leadership and innovations towards healthy ageing. 2023; Available from: <https://www.who.int/southeastasia/news/feature-stories/detail/thailands-leadership-and-innovation-towards-healthy-ageing>.
- 4) Yuasa, M. ヘルスプロモーションの原点回帰. 2021: ライフ出版社.
- 5) World Health Organization. Monitoring the Building Blocks of Health Systems. 2010; Available from: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/258734/9789241564052-eng.pdf>