



年次報告書 2014

2014.1.1→
2014.12.31

(認定) 特定非営利活動法人 シェア＝国際保健協力市民の会

タイ 当事者が健康を守る、地道な歩み

カンボジア 予防可能な病気から子どもたちを守り、栄養状態を改善する

東ティモール 学校保健の浸透へ、他校に波及する活発な保健活動

日本 対象国籍やニーズの多様化と在日タイ人と歩んだ成果を実感

東日本大震災 お互いに助け合う力が、復興支援とつながっていく

 SHARE

すべての人に健康を! [NGOシェア] share.or.jp

厳しい試練の中で NGOスピリットを鍛え、 変革の地歩を得る



創立 32 年目を迎えたシェアは、今年かつてない危機の海へと漕ぎ出しています。

これまで皆さまに支えられて、地道に途上国と日本国内での国際協力および草の根地域保健活動に努力を重ねてきましたが、昨 2014 年については大幅な赤字決算報告、また本 2015 年も赤字予算を組まざるを得なくなりました。2 年連続となる厳しい財務の現実について、3 月の会員総会の場でご報告させていただき、この未曾有の危機を乗り切るための、方策や組織改革について提案し、皆さまのご意見やご助言もいただきながら、新年度計画をご承認いただきました。

このような事態を招いたことについて、代表理事として、責任を痛感し、会員の皆さま方に衷心よりお詫び申し上げます。ことここに至った背景には、さまざまな要因が働いており、それらへの冷静な分析や抜本的な組織改革が必要なことはもちろんです。

一方では、カンボジアの乳幼児健診活動や東ティモールの学校保健教育活動、在日外国人保健支援活動などが、着々と成果を上げ、地域の人びとの信頼を得、自立的な動きにつながっていることも事実です。

今後、自主財源を増やし、市民社会により広い基盤を置いた組織作りをしていく努力が必須となります。

危機も好機もある。2016年以降は、財務を女子転地、皆さまから
ご負担に込め、シェアの活動に必要なことについて、途上国や国内の皆さま
とパートナー国や個人との連携や信頼に誠実に応じて参ります。
この重大な試練を乗り越え、会員・支援者である皆さまや活動地の
住民に一層信頼されるシェアを目指していく所存です。
なにとぞよろしくお導き、御支援のほど、お願い申し上げます。

2015 年 3 月 代表理事 本田 徹

シェアが目指していること

Health for ALL

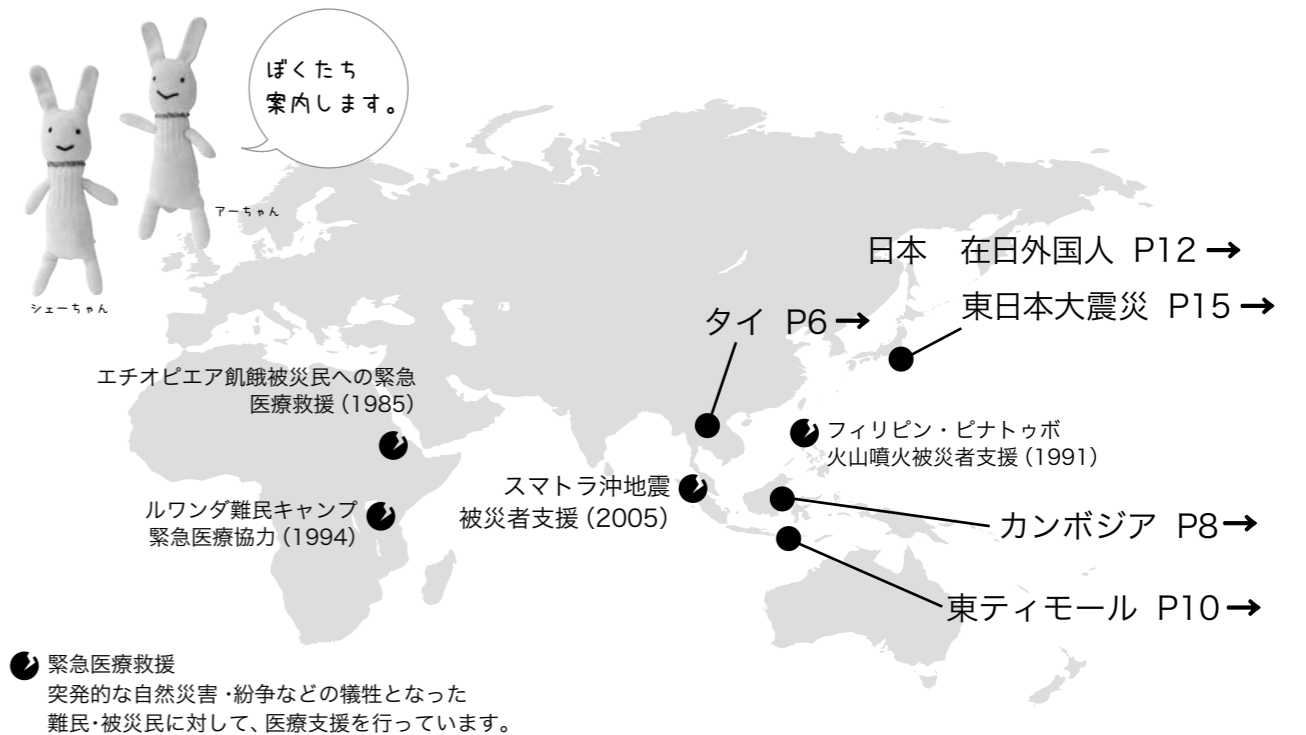
シェアは、すべての人々が心身共に健康に暮らせる社会が実現することを目指しています。

シェアが取り組んでいること

シェアは、厳しい境遇にある住民が自ら健康を改善することを、側面から支援します。

また、シェアは、貧富の差や不公正を解消するために私たちに何が出来るかを、

日本社会に問いかけていきます。



	タイ	カンボジア	東ティモール	日本
出生時平均余命	74 歳	72 歳	68 歳	84 歳
5 歳未満児死亡率 (出生 1,000)	13 人	38 人	55 人	3 人
栄養不良の 5 歳未満児の比率 (低体重)	9 %	29 %	45 %	-
妊産婦死亡率 (出生 10 万)	26 人	170 人	270 人	6 人
成人 HIV 感染率	1.1 %	0.7 %	-	-
世帯の豊かさ 5 歳未満児低体重	3.6 倍	2.2 倍	1.4 倍	-
世帯の豊かさ 専門技能者が付き添う出産	1 倍	2 倍	6.9 倍	-

出典：ユニセフ世界子供白書 2015
世帯の豊かさ：最下位 20%、最上位 20% の 5 歳未満児の低体重率 / 専門技能者が付き添う出産の割合の比 (2009 ~ 2013)

世帯の豊かさから、健康格差が見えてくるね。



2014年の活動ハイライト

2014年の活動の一部をご紹介します。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
 タイ	子どもの日にエイズキャンペーン実施 	カラオケ・バー雇 用者、医療従事者、県 保健局職員、郡保健 局職員、村行政役場 職員、MSMリーダー と共にエイズ対策に 関する関係者会議	カラオケ・バーで働く 性産業従事者に対し て、病院と連携して 移動クリニック実施 	HSF 組織運営強化会 議実施 約86%の陽性者 メンバーが参加する ようになりました!	HIV 陽性者リーダー が中心に HIV 陽性 者の月例会を実施 (98名参加/月3回)	HSF スタッフおよび HIV 陽性者リーダー 対象に事業運営能 力強化研修実施	6月の研修で作成し た家庭訪問マニュアル、 HIV 陽性者の健 康手帳の導入開始	シェア主催スタディツ アー開催	12名のMSMリー ダーに対してファシリ テーター研修実施	年次振り返り・計画 会議実施、組織運営 強化のためのワーク ショップ実施	カラオケ・バーで働 く性産業従事者に対 して、HIV/AIDS 予 防啓発活動実施(カ ラオケ・バー4カ所、 30名)	世界エイズデーキャ ンペーンを実施 
 カンボジア	NPO カムカムクメ ールの協力により、2 保健センターでの歯 科教育研修を実施	アンコールトレック保 健センターの離乳食教 室開催支援	カンボジア母子保健 シンポジウムにて、郡 保健局長が乳幼児健 診の成果を発表 	保健センター、保健 ボランティアと、昨 年度のまとめと今年 度の計画(～6月)	保健センタース タッフ対象診療技 術強化研修フォ ローアップ会議	郡保健局、保健セン ター、保健ボラン ティアと、活動評価ワ ークショップを開催	スタディツアー(21 名参加)。郡保健局 による活動への視察 が初めて行われた	吉森(栄養士)によ るシェア・スタッフ 対象取り分け離乳食 レシピ本作成への指 導	年次振り返り・計画 会議を実施	乳幼児健診に年3回 以上参加した子ども へうさぎのぬいぐる みの配布を開始	離乳食レシピ本完成! 保健ボランティア研 修プロジェクト評価調 査の体重測定を開始 	
 東ティモール	校長先生対象の学校 保健ワークショップに 参加 約90%の 高い参加率!	学校保健トレーナー への研修を2県7か 所で開催。いずれも 約90%の高い参加率	2県7カ所で、170 名の保健担当教師へ 保健教育の研修を実 施	ティモール県の小中 学校で、初の身体測 定を実施	ティモール県で、第2 回学校保健トレー ナー対象研修を実施	第2回保健担当教 師研修や、学校保 健情報共有のため の県レベル会議開催	小中学校での保健教 育コンテストを開催	エルメラ県で、栄 養や病気の知識を学 ぶ、第2回学校保健 トレーナー対象研修 を実施	9年ぶりのスタディ ツアーに8名が参加。 エルメラ県で保健 教育担当教師対象研 修実施し、164名が 参加	年次振り返り・計画 会議実施。活動地2 県の学校長と学校保 健関係者で、互いの 学校を訪問し合う 経験交流会を実施	生徒達の保健知識の 理解度や保健行動を はかるため、パイロ ット学校で小テスト を実施	学校保健の活動状況 を共有する、国レ ベルワークショップを 開催
 日本 在日外国人	新宿区で健康相談 会を開催し22名が受 診 練馬区でタウンとア ウトリーチ活動を実施	千葉県市川市で健康 相談会を開催し28 名が受診	健康相談会を開催し 千葉県市原市で47 名、神奈川県川崎 市で43名が受診 埼玉県川越市、新 宿区でタウンと協 働で結核・エイズ のアウトリーチ活 動を実施	東京都八王子市、葛 飾区、神奈川県相 模原市でエイズ啓 発などを実施	神奈川県川崎市で 健康相談会を開催 し、50名が受診	次世代を育 っています	神奈川県大和市で 32名、東京都板橋 区で33名が健康 相談会を受診 学生向け勉強会に 21名が参加	結核の通訳(支援員) を追加し43名に タイ人通訳ボラン ティア研修に11名 参加	タウンクイ イベントに42名 参加、横浜市 の健康相談会 へ31名受診	埼玉県川越市、東 京都八王子市 でタウンと協 働でエイズの アウトリーチ 活動を実施 神奈川県藤 沢市で無料 健康相談会 を開催し、 22名が受診	結核に関する通訳(支 援員)のフォロー アップ研修を 実施(10月、 12月)	
 日本 東日本大震災	2カ所の仮設住宅 で引き続き「いき いき体操」を実施。 血圧・体重測定を してから体操をし 、その後はいつも のお茶っこ	シェアとの業務引 き継ぎを開始 仮設住宅集会所に て生活不活発病に ついての健康講話。 歌と三線の演奏、 保健劇、お茶っこ 体操などの楽しい 内容	シェア西山とプロ ジェクトK西城さ んで、台東区内小 学校にて震災に 関する授業を実 施	生活支援プロ ジェクトKの阿部 代表と気仙沼市の 村岡医師とパネ ルディスカッション	プロジェクトK会 員総会。総会後、 シェア本田代表理 事の講演会が 開催	シェア・生活支援 プロジェクトK共 催の震災活動報 告会を東京にて 実施	2011年3月 からの東日本 大震災支援を 終了しました	ご支援 ありがとう ございました				
 事務局	事務局で新年会を 開催 ぬいぐるみワー クショップを開催 タイのエイズプロ ジェクトをテーマ としたチャリティ ミュージカル公演	スタッフ向け広報 勉強会を開催(4 月まで) HAATAS エイズ勉強会を 開催	会員総会 筑波大付属エイ ズ授業実施 上野マルイで東 ティモールコー ヒー販売	学会参加者 360名と大盛況、 44名のボラン ティアが まえました	第29回日本国 際保健医療学会 東日本地方会 を開催 デビッド・ワー ナーDVD発売 タイフェスティ バル出展	エイズ対策を担 うJICAの青年 海外協力隊対象 に6日間に亘る エイズ研修を 実施しました(年 3回)	JAMMINのチャ リティTシャツ 販売に参加	東ティモールの トイレ事情につ いて、日本科学 未来館のシンポ ジウムで講演 ボランティア 向けのデビッド ・ワーナーDVD 上映会実施	広報ボラン ティア交流会 を実施	20人以上の ボランティア さんとグロー バルフェスタ 出展 江戸側バザ ー出店	お馴染みの 劇でアース を盛り上げ ました	年次計画 会議事務局 ボランティア ランチ忘年 会を実施 

当事者が健康を守る 地道な歩み

タイ Thailand



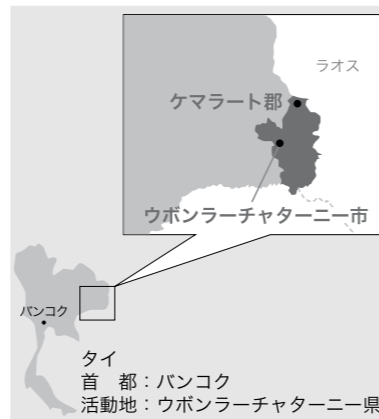
タイの完全
独り立ちまで
あと少し



活動の背景・課題

持続可能なエイズ事業と HSF の組織運営強化を目指します

シェアタイ事務所は 2012 年に現地財団法人「HEALTH AND SHARE FOUNDATION」(以下 HSF) となりました。HSF は、HIV 陽性者自身が主体的に健康を守っていけるような活動や、HIV 感染リスクが高い男性同性愛者や性産業従事者を対象とした参加型の HIV/AIDS 予防啓発活動に地道に取り組んできました。シェアは当事者主体で持続可能なエイズ事業を展開できるように、HSF が行っているエイズ事業の運営を支援しています。2012 年から 2015 年 12 月までを現地化移行期間として、シェアは HSF の組織運営をサポートしています。



プロジェクト概要

HSF/ シェア共同エイズ事業、HSF 組織運営強化支援事業

活動目的

エイズ事業：活動対象者の健康が改善される。
HSF 組織運営強化：HSF の組織基盤が強化され、自立して組織運営できるようになる。

活動地

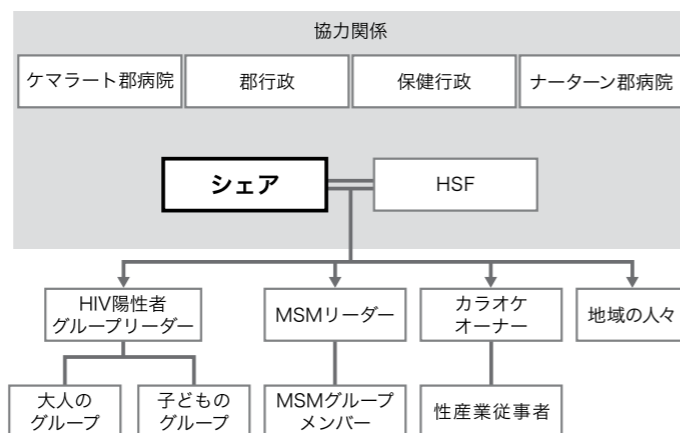
ウボンラーチャターニー県 3 郡

対象者

HIV 陽性者、MSM¹、性産業従事者、地域住民、HSF

¹ Men who have Sex with Men の略。男性同性愛者のこと

活動概要図



活動報告・成果

当事者の主体性を育み、エイズ事業の運営強化に取り組みました

エイズ事業：保健専門家による HIV 陽性者リーダーの能力強化研修を実施し、リーダーと HSF スタッフが共に HIV 陽性者への家庭訪問マニュアル、訪問記録フォーマット、HIV 陽性者用のヘルスハンドブックを作成しました。活動準備段階から活動実施、振り返りまでリーダーが主体となって、HIV 陽性者自助グループの定例会、家庭訪問を実施しました。



HIV 陽性者リーダーの能力強化研修を行う工藤専門家

HSF 組織運営強化：HSF スタッフを対象に、組織運営研修を行いました。9 月に国際ドナーによる大きな支援事業が急遽終了したことを受けて、2015 年以降の新規事業を HSF スタッフ・理事と共に策定しました。

成果

当事者リーダーが活動を実施し、活動参加者のエイズの知識が向上

エイズ事業：HIV 陽性者自助グループの定例会では、参加型の小グループ活動を実施したことで、グループメンバーへきめ細かい対応ができるようになりました。HIV 陽性者自助グループメンバー 119 名の内 103 名が活動に参加するようになり、HIV/AIDS、服薬に関する知識が向上しました。そしてヘルスハンドブックを活用し、HIV 陽性者は自らの免疫指数を認識し、健康に関心がもてるようになりました。また HIV 陽性者リーダーが家庭訪問マニュアル作成に加わったことで、家庭訪問をする目的が明確になり、リーダー自身の家庭訪問に対するモチベーションが高まりました。さらに、共通の方法でデータ収集も可能となり、定期的に成果を振り返ることができました。



性産業従事者対象の HIV 予防啓発活動で、講師として活躍する MSM リーダー

HSF 組織運営強化：HSF の組織運営における課題を見直し、対策を立てました。2015 年以降の新規プロジェクトを具体化し、HSF スタッフと理事の役割を明確にしました。

活動計画

地域の持続可能な活動を目指して

エイズ事業：現活動地で活動を始めて 8 年目になります。当事者グループの主体性を尊重し、地域医療関係者と連携して、持続可能な活動を目指します。

HSF 組織運営強化：2015 年は、HSF への組織運営強化支援の最終年です。HSF が自ら組織運営できるように、シェアは HSF へ組織運営強化研修を行います。

挑戦 タイの NGO 界が直面している財政危機をどう乗り越えるか



タイの農村地域は、病院までの距離が遠く専門医がないため、自ら病気を予防するための予防啓発活動が重要になります。一方で、タイが中進国入りしたことを受けて、2014 年はエイズ対策を支援する国際ドナーの助成金が急遽打ち切れ、タイ国内の多くの草の根団体が解散を余儀なくされました。HSF もその打撃を受け、現在財政難の危機に直面しています。資金獲得が HSF にとって大きな課題であり、大きな挑戦となりました。

予防可能な病気から
子どもたちを守り
栄養状態を改善する

カンボジア Cambodia



活動の背景・課題

行政・村のボランティアたちのつながりが子どもの健康を変える

プレイベン州はカンボジア国内でも子どもの健康指標が悪く、特に栄養不良の子どもの割合が高い州の一つです。経済状況が厳しく、インフラも十分に整っていない農村地域で子どもを健康に育てるためには、子どものケアについて住民自身の保健知識・行動が改善され、住民に最も近い医療機関である保健センターのスタッフが、栄養不良の子どもを早期に発見し、適切に対応できる仕組みが必須です。シェアは2歳未満の子どもの健康増進を目的とした①予防、②診断、③治療の3本柱からなる保健活動が、地域の人々の協力で行えるよう支援しています。



プロジェクト概要

スバイアントー郡保健行政区における子どもの健康増進プロジェクト

活動目的

コミュニティをベースとした2歳未満児の健康増進活動（包括的乳幼児健康診断、保健教育、乳幼児の適切な栄養についての啓蒙活動）が定着する。

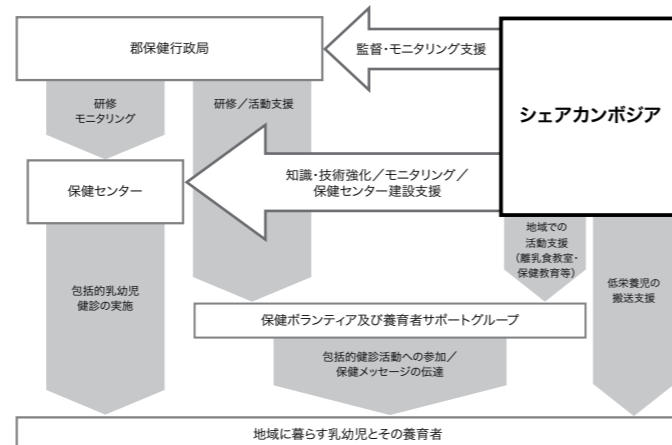
活動地

プレイベン州スバイアントー郡保健行政区内(79カ村)

対象者

2歳未満の乳幼児 約2,100名とその養育者

活動概要図



活動報告

保健行政、保健センター、保健ボランティアの連携強化

2014年度は郡保健局、保健センター、保健ボランティアとこれまで取り組んできた子どもの健康増進活動の前進が見られた年でした。栄養ある離乳食普及のための教材として、村で入手しやすい食材を用い、家庭での調理形態に沿った「取り分け離乳食レシピ集」を郡保健局と開発し、保健ボランティアへの研修を行いました。乳幼児健診活動のサポートをしながら、健診に必要な技術の研修を実地で行ったことで、多くの保健センター・スタッフや保健ボランティアの技術の向上が見られています。また、郡保健局長がこれまでの健診活動結果のデータを用いて、国の母子保健シンポジウムで乳幼児健診活動の成果や地域の連携強化について発表を行い、対象地域で起こった変化について全国に共有しました。



年次計画作成会議に参加するスタッフ尾崎（右から3人目）

成果

プロジェクト目標の達成へ、乳幼児健診活動の定着と栄養不良児の着実な減少

郡保健局や各保健センターでは、会議が定期的に行われ問題解決に取り組むことができるようになったことで、担当の業務や役割分担などチームワークが向上し、地域での健診活動や保健教育が積極的に行われるようになってきました。昨年に続き、プロジェクトで目標としている65%を超える77%の村で乳幼児健診活動が行われています。栄養不良児の家庭訪問や体重測定を行う保健センター・スタッフや保健ボランティアが増え、栄養不良児率はプロジェクト開始時の32.3%から9.1%減少（目標10%減少）を達成しました。



フォローアップのため栄養不良児の家を地図上でマークする

活動計画

プロジェクト終了、地域の課題解決のための新プロジェクトの開始へ

9月に終了する現在のプロジェクトでは、残されている課題解決に向けて3つの活動に重点的に取り組みます。①栄養不良児の支援体制づくり、②保健センターと保健ボランティアによる包括的乳幼児健診活動の実施と運営支援、③保健センターにおける離乳食レシピを用いた、乳幼児の適切な栄養に関する普及です。そして、プロジェクト評価調査を行い、活動の成果をまとめます。また、年内に開始予定の次の事業では、地域の人々との連携をさらに強めながら、より困難な状況にある子どもたちの健康の向上をめざして事業形成を行います。

学び 保健局母子保健担当官 ムン氏が語る保健教育の大切さ



最近、「子どもの健康」に関する保健ボランティアや母親たちの知識や行動が少しずつ改善されており、改めて保健教育の大切さを実感しています。シェアと共に活動する中で、ただ情報を伝えるのではなく、村の人々がより理解を深め、生活に取り入れられるにはどうしたら良いかという工夫が必要だと学びました。これからもこの学びを活かし、より良い保健教育が行われるよう母子保健担当官としてサポートしていきたいと思います。

学校保健の浸透へ、 他校に波及する 活発な保健活動 東ティモール

TIMOR-LESTE



学校菜園で
トマトを収穫！
栄養アップ！



活動の背景・課題

学校での保健教育が、健康で豊かな未来を育む

人口115万人の半数が19歳以下という、東ティモール。独立後12年が経った今なお、子どもたちを取り巻く環境は厳しく、下痢や肺炎などの予防可能な病気が原因で亡くなる子どもも少なくありません。健康で豊かな未来のためには、学童期に病気を予防するための正しい知識や習慣を身につけることが大切です。

シェアは2007年から、エルメラ県で保健及び教育行政と共に、学校保健を担う人材の育成や仕組みづくりに取り組んできました。2013年からは首都のあるティリ県でも、学校保健活動を行っています。



プロジェクト概要

初等教育課程における保健教育推進プロジェクト

活動目的

学校での保健教育を通じて、児童及びコミュニティが適切な保健行動をとることができるようになる。

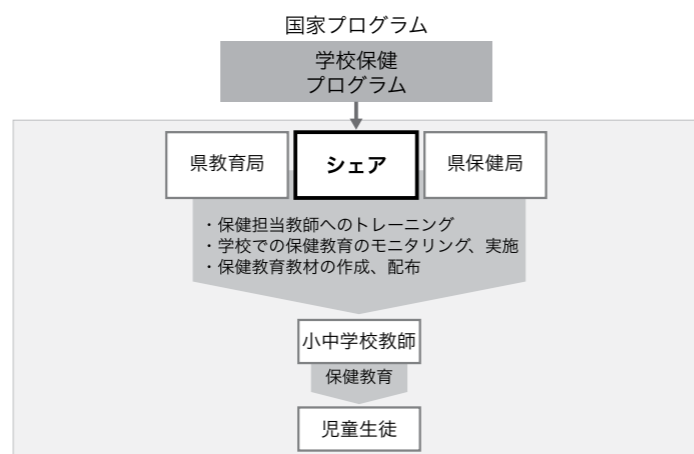
活動地

エルメラ県5郡(人口12万5千人)、ティリ県2郡(全人口26万6千人)

対象者

エルメラ県127校、ティリ県97校、教師189名、校長224名、学校保健トレーナー84名、児童生徒

活動概要図



活動報告

各学校の保健教育実施状況の把握に、重点的に取り組みました

2県での学校保健活動は2年目となりました。昨年度は各学校の保健教育の実施状況が十分に把握できていないことが課題でした。そこで2014年は学校保健トレーナーや教師への研修で、保健教育実施報告書作成や学校訪問モニタリング活動の強化を呼びかけました。重点支援校では児童生徒の保健知識の理解度を測るテストなども行いました。また、活発な保健活動を行っている学校から成功の秘訣を学ぶため、2県の重点支援校7校の校長先生が、学校を訪問し合い意見を交わす経験交流会なども開催しました。



教育省職員と研修日程や内容の調整を行うスタッフ中山(写真左上)

成果

保健活動実態の可視化、重点支援校以外へ波及する活発な保健活動

今年、力を入れて取り組んだ学校での保健教育実施状況の結果からは、毎年各地で実施している校長や教師、学校保健トレーナーへの研修後、教師たちが自分の学校で保健教育を行い、学校保健委員会を中心に活発な保健活動をしていることが分かりました。特に長年学校保健活動を行っているエルメラ県や重点支援校では、学校での保健活動を討議する保護者会や校内保健コンテストといった行事の他、「火曜日は爪切りの日」「土曜日は学校清掃の日」といった定期的なプログラムを学校の年間計画に組み込み、計画的に実施していました。こうした活動の様子を教師が報告する保健活動実施報告書の提出率は、昨年はモニタリング対象校約140校で15%であったのが61%に増加しました。さらに、学校保健トレーナーが自分たちだけで学校を訪問しモニタリングした回数も昨年に比べて40%増加するなど、重点支援校以外にも学校保健活動の重要性に対する認識が高まっています。



山道を歩いて学校モニタリングに向かう学校保健トレーナー(先頭)

活動計画

国や県の行政主導で、学校保健プログラムを発展させるために

現在の学校保健プロジェクトは、2015年12月で終了します。これまでシェアが国や県と共に実施してきた学校保健活動が、東ティモール政府によって今後も継続・発展していくよう、行政へのさらなる働きかけを強化してきます。また、全国13県のうち、シェアの活動地でしか行われていない学校保健活動を全国に広めるため、2007年から実施してきた学校での保健教育普及活動で得た学びや教訓などを実践例として冊子にまとめ、全13県に配布します。こうした成果を基に、学校保健支援のゴールを見据えた次期プロジェクトづくりに取り組みます。

喜び マンレウアナ小中学校 マリア・ロザ先生より



ティリ県のマンレウアナ校は2,000名弱の小中学生が在籍する、マンモス校です。以前は校庭にいつもごみが散らばり、子どもたちは学校で手洗いをしていませんでした。「シェアと活動を始めてから、多くの生徒達が手洗いの習慣を身につけました。今では石けんが不足すると『先生、手を洗えないので困ります』と、家から石けんを持ってくる生徒さえいます』そんな生徒達の変化が喜びとなっているそうです。

対象国籍やニーズの多様化と 在日タイ人と歩んだ 成果を実感

日本

Japan



活動の背景・課題

最低限の健康すら守れない環境を生み出さないために
200万人を超える在留外国人数は、2010年を境に減少していましたが2013年再び増加に転じました。入管法改訂なども影響し、超過滞在者の健康がこれまで以上に脅かされる状況に進む懸念がある中、住民登録がない状況でも最低限受けられていた行政サービスが受けられなくなるような事態も生まれています。言葉の問題や健康保険未加入のため、医療サービスを受けることが困難な外国人は未だ存在します。いかなる状況でも、人権として全ての人々の健康が守られることを目指し、事業部内の課題である組織強化・健全化も意識しながら様々な活動に取り組みました。



プロジェクト概要

在日外国人の健康支援プロジェクト

活動目的

医療サービスを受けることが困難な在日外国人が、健康を維持・増進できる支援体制を整備する。

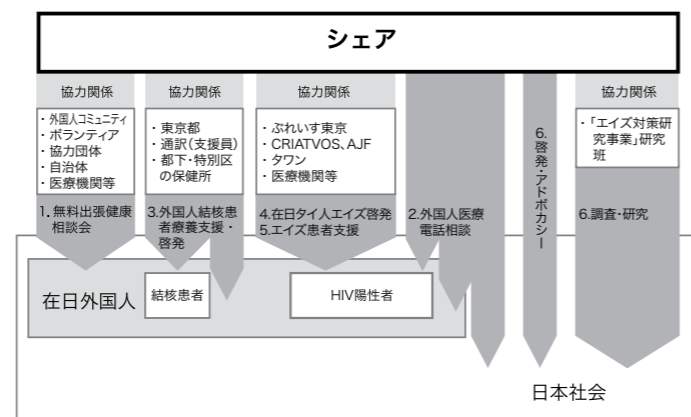
活動地

関東甲信越エリア。電話相談対応は全国エリア。

対象者

保健医療に関する問題を抱える在日外国人とその支援者

活動概要図



活動報告・成果

相談件数は減少しても、ケースの重み・困難さは変わらない

1. 外国人の健康・医療に関する相談

1) 外国人医療に関する電話相談

保健・医療従事者から多くの相談を受け、外国人医療対応のアドバイス、通訳派遣調整、出身地域の医療情報提供などを通じて、相談者とともに問題を明確にし、解決策につながる過程を支えました。

ケース数：94件（昨年より37件減）、相談対応数：203回（120回減）、通訳派遣（結核・エイズ以外）：4件（フィリピン、ミャンマー）

2) 無料出張健康相談会

保健医療サービスを受けることが困難な外国人のために、健康相談や医療機関への紹介を行ないました。本年から相談会を外国人医療を担う若者の人材育成も目的の1つと位置づけました。

開催数：9回 開催地：東京都、神奈川県（港町診療所主催の会に協力）、千葉県、

受診者数：308人（前年比119人減） 国籍：36カ国 ボランティア総数：250名以上

共催・協力機関：教会や信徒会、外国人コミュニティ、NGO、地方自治体、組合、医院、等

学生向け勉強会：1回開催 21人（学生15人、一般6人）参加

外国人医療電話相談件数（2014）

	相談分類	ケース数	対応数
タイ人の相談	エイズ	13	33
	一般医療・健康	9	11
	その他	1	1
外国人の相談（タイ人以外）	エイズ	18	36
	一般医療・健康	44	107
	その他	1	1
日本人の相談	エイズ	6	11
	一般医療・健康	2	3
	その他	0	0
合計		94	203

※回数は、相談に対するシェアからの調整連絡やe-mailでの相談、対面相談も含む
※タイ語相談はタウン'担当

2. 外国人患者への療養支援

1) 外国人結核患者療養支援

① 東京都外国人結核患者治療服薬支援員養成・派遣事業

東京都の委託事業として、保健所からの依頼を受けて、外国人結核患者へ通訳（支援員）を171件派遣しました。9月の新規通訳研修・審査会で2名追加し14言語43名体制となりました。本年度はネパール語の派遣が一番多く、ベトナム語は前年比約3倍に増えました。例年通り保健師から外国人結核療養支援に関連する様々な相談が寄せられました。フォローアップ研修を2回実施しました。

② 都外結核患者療養支援

東京都周辺自治体（神奈川、埼玉、千葉）の依頼で結核の通訳を5件派遣しました（フィリピン、ネパール、ヒンディー）。

2) エイズ患者療養支援事業

（特活）ぶれいす東京が実施しているエイズ患者等に対する社会的支援事業（厚生労働省の委託事業）の中で、外国人支援にシェア、CRIATIVOS²が協力しています。エイズ相談対応（上記参照）とエイズ医療通訳派遣（4件、昨年より11件減）、適宜出身国の情報収集等を行いました。

各年度言語別派遣実績

対象言語	派遣数					総計*
	2010	2011	2012	2013	2014	
中国語	27	31	63	41	37	278
ネパール語	23	35	33	39	43	208
フィリピン語	50	26	29	15	11	168
英語	19	10	14	17	12	134
ベトナム語	4	10	6	11	32	64
ヒンディー語	0	21	14	10	11	56
ミャンマー語	13	11	5	5	5	52
ハンガール	4	0	7	8	1	49
タイ語	6	2	0	2	13	35
インドネシア語	3	0	4	2	3	13
モンゴル語	-	0	0	6	2	8
スペイン語	0	0	0	2	0	7
フランス語	2	1	2	0	1	6
ポルトガル語	1	0	0	2	0	3
合計	152	147	177	160	171	1081

※総計：2006年～2014年の総計

3. 外国人コミュニティへの啓発

1) 在日タイ人へのエイズ啓発

タイ人 HIV 陽性者が早期に受検・受診できるよう、タウン¹が企画運営、シェアが側面サポートを担い、関東甲信越のタイ人コミュニティでエイズ啓発（2回、東京・神奈川）やアウトリーチ（2回、東京・埼玉）を行いました。また、タイ人通訳ボランティア育成合宿研修を実施し11人が参加しました。

2) 外国人への結核啓発（3月末までの年賀寄附金配分助成事業）

外国人自身が結核を理解し早期に受診できるよう、タイ、フィリピン、ネパール語で結核パンフレットを作成し、タウンの活動や無料出張健康相談会の場で啓発を行いました。長期に亘るタウンの活動成果については、28ページをご覧ください。



タウンが寸劇で HIV 感染について説明している様子

4. 調査研究・アドボカシー、その他の活動

1) 厚生労働科学研究費補助金エイズ対策研究事業

「外国人におけるエイズ予防指針の実効性を高めるための方策に関する研究」班に参加し（2年目）、医療通訳体制整備や医療アクセス促進のため、エイズ診療拠点病院や自治体を対象とした調査を進めています。

2) NGO 等とのネットワーキング構築、講義、学会発表、イベント等

移住連³全国ワークショップ参加、移住連外国人医療と生活ネットワーク会議参加、講義（杏林大学・東京慈恵会医科大学・城西国際大学等）、発表（日本国際保健医療学会、日本エイズ学会）。タウントークイベント開催（42名参加）では、参加者からの良い感想が得られたこと以上に、8年間の活動の成果やタウンの魅力・パワーを、タウンやシェア・スタッフが改めて認識できたことが大きな成果でした。

活動計画

ニーズに合わせた新たな活動展開を可能にするための準備の年

在日外国人への健康支援のために2014年同様、次の活動を実施します。

ー外国人の健康・医療に関する相談（電話相談、無料出張健康相談会）、外国人コミュニティへの啓発（タイ人へのエイズ啓発、外国人への結核啓発、外国人患者への療養支援（東京都を中心とした外国人結核患者への通訳派遣・育成、エイズ患者に対する社会的支援事業、等）、調査研究・アドボカシー、等ー

2015年は、REI Foundation Limited の支援で外国人母子を対象とした新規事業開始を目指して事前調査を行います。併せて、事業部内の業務の効率化、ボランティアアンケート実施によるニーズ把握と業務内容やゴールの見直し、等を行います。

1 日本に住むタイ人の健康をサポートするボランティアグループタウン（TAWAN）
2 NGO CRIATIVOS（クリアチーボス）
3 特定非営利活動法人 移住労働者と連帯するネットワーク

活動のやりがい 通訳達の姿勢が、スタッフのやる気に 横川



「結核治療の必要性をわかって、一人でも多くの方が治ってほしい」「患者さんが理解しやすいように努力したい」、通訳完了報告と同時に通訳さんから寄せられるコメントです。医師や保健師が対応に慣れておらずもどかしいケース、悲しい場面に立ち会うケース、外国文化や日本の制度への理解不足から生じる複雑なケースなど、それぞれの場面で通訳さんが患者のためにベストを尽くそうと頑張る姿は、私たちスタッフの原動力となっています。

お互いに助け合う力が、
復興支援とつながっていく
日本 東日本大震災

Japan



活動の背景・課題

3年間の復興支援活動が終了しました

東日本大震災発生後、2011年3月下旬より宮城県気仙沼市で復興支援活動を開始しました。同年8月より地元のNPOである生活支援プロジェクトK（以下プロジェクトK）と共に、被害の大きかった階上地区において応急仮設住宅住民及びコミュニティへの支援を始めました。2014年は最終年となり、シェアとして3月末で直接的な活動がすべて終了し、プロジェクトKへ引き継ぐこととなりました。気仙沼では、災害公営住宅の建設準備が進められてはいるものの、完成には至らず、2014年中はまだ仮設住宅での生活が続くこととなりました。



成果

気仙沼地元NPO独自の復興支援のスタートに向けて

シェアは、気仙沼での生活支援とコミュニティ形成のための直接的な活動を3月まで実施し、同時並行で、プロジェクトKが自立した組織運営ができるように、シェアがもっているノウハウを伝えたり、業務の引き継ぎを行いました。その後は、定期的なフォローアップと東京・気仙沼での報告会の実施、報告書のまとめなどを行いました。3月までは地域住民への生活支援として、生活不活発病予防を目的にしている「いきいき体操」（22回）を実施。毎回10名程度の参加があり、体調の変化に気づくことができている。また劇や



いきいき体操、チューブを使って体を効果的に動かします

歌を取り入れた健康講話（1回）では楽しく健康について学ぶ場となっています。コミュニティ形成促進のために、仮設住宅自治会とも良い関係を築いており、総会資料作成のお手伝いなど相談・依頼（19件）に対応しました。その他、毎週の編み物講座なども引き続き行い、女性たちの生きがいの一つとなっています。3月のシェアの活動終了後、仮設住宅の住民の中からプロジェクトKを支えたいという思いから募金箱が置かれ、支援者・支援される側の垣根を越えてお互いに助け合おうという動きが出ています。

専門性を活かして伝える

普及啓発 / 市民活動 / 広報

●講演会、活動報告会、講師派遣、研修

[活動報告会]

2014年8月1日までのシェア設立30周年期間と位置づけ、活動報告会、交流会、国際保健医療学会東日本地方会の運営を担いました。

- ・「カンボジアの子どもたちに贈るシェーちゃん&アーちゃんぬいぐるみワークショップ（1月25日）
- ・東ティモール駐在員山本の帰国報告会（4月17日）
- ・カンボジア前現地代表の此原による活動報告会（5月28日）
- ・東日本大震災復興支援事業の最終活動報告会（7月19日）
- ・タイ人の健康を支えるボランティアグループ『タウン』によるトークイベント（10月18日）他（全6回）

[講師派遣]

- ・台東区柏葉中学校、筑波大学付属高校の講義、セミナー他（全32回）

[研修]

- ・JICA 青年海外協力隊エイズ対策集合研修（全3回）

●調査研究（学会参加）

- ・国際保健医療学会東日本地方会 / 西日本地方会 他（全3回）

教材ピックアップ！

教材 DVD

国際保健の第一人者 デビッド・ワーナー氏 来日講演 DVD

90カ国の言語に翻訳されている『医者はいないところで』の著者、デビッド・ワーナー氏の来日講演DVDを制作・発売しました。2枚組みのDVDには、障害者や途上国の医療をテーマとした3本の講演とインタビュー、佐久総合病院（長野県）の巡回診療視察映像が収録されています。デビッド・ワーナー『公正さが創るくすべての人の健康>

一途上国の医療、障害児の健康と人権を考える一

DVD 2枚組、価格：3,000円（税抜） *日本語版、英語版があります

オンラインショップ：<http://share.or.jp/shop/>



日本語版

英語版



カンボジア市民フォーラム / 上智大学アジア文化研究所 / シェア共催のカンボジア活動報告会には約80名が参加しました。（4月）



5つのマイノリティグループの健康をテーマにした国際保健医療学会東日本地方会を運営し、402名が参加しました。（5月）

●イベント参加

築地本願寺花まつり、タイフェスティバル、グローバルフェスタ 他（全5回）

●スタディツアー、現地訪問受け入れ

タイ：シェア主催スタディツアー、名城大学看護学科 他（全4回）

カンボジア：シェア主催スタディツアー、豊田日赤看護大学 他（全4回）

東ティモール：シェア主催スタディツアー、ENESYS 他（全3回）

●ボランティア

発送作業、イベント、広報など、事務局運営をお手伝いいただきました。

[火曜（通う）ボランティアデー]

10名のコアボランティアが毎週火曜日に事務局に訪れ、事務局運営や発送作業にご協力いただきました。年間通しては、35名の方が参加されました。

[イベントボランティア]

恒例のグローバルフェスタや江戸川バザー、報告会に加え、シェアが事務局を担った日本国際保健医療学会第29回東日本地方会の当日運営にもたくさんの方のボランティアに参加していただき、成功裏に終えることができました。

[広報ボランティア]

遠方も含む32名の広報ボランティアの協力で、広報誌『シェアライフ』発行・配架、メールマガジン制作、WEB情報掲載、英文ブログの配信を行いました。

●情報発信

既存の広報媒体の配信先拡大に注力しました。「シェアライフ」の配架先が133カ所から252カ所に拡大、facebookファン数は目標の1,000を達成しました。

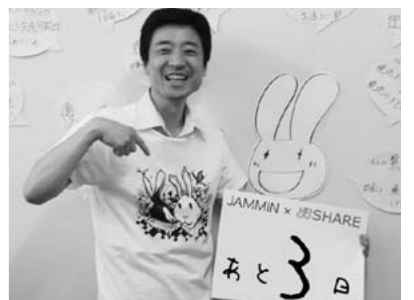
- ・機関誌「ボン・パルタージュ」（年2回）
- ・広報紙「シェアライフ」発行（年2回）
- ・年次報告書発行
- ・メールマガジン発行（26回）、ブログ記事（113件）、Facebook投稿（133件）、メディア掲載（24件）等



タイのスタディツアーでは、人と人のつながりを感じさせられ、涙あふれるツアーとなりました。（8月）



江戸川バザー。15名の元気な売り子ボランティアさんがバザー品をほぼ完売。2年連続で売上30万円を達成しました！



JAMMINとチャリティTシャツ販売。facebookを中心とした広報活動で110枚の売り上げを達成！



facebookファンの皆さん、ご協力ありがとうございました！

パナソニック株式会社さんからの応援メッセージ



シェアとはカンボジアでのソーラーランタン寄贈から、プレイベン州の保健センター現場を動画制作のために撮影させていただいたり社員向けワークショップに講師を派遣いただいたりと協働が拡大、ソーラーランタン寄贈も3回目になりました。子どもたちの健康のために人づくり・仕組みづくりの大切な働きに地道に取り組むシェアを応援しています。

パナソニック株式会社 ブランドコミュニケーション本部 星 亮

支えてくださり、ありがとうございます。 シェアの支援者

10万円以上の補助金、助成金、寄付金をいただいた団体・企業及び、事業連携先（2014年1月～12月末日までのご入金に基づきます。50音順）

- タイ
 - ・（公財）生協総合研究所 アジア生協協力基金
 - ・武田薬品労働組合
 - ・日蓮宗あんのん基金
 - ・（公財）毎日新聞社東京社会事業団
 - ・立正佼成会一食平和基金
 - ・UA ゼンセン「小さなお宝キャンペーン」
 - ・（特活）WE21 ジャパンあさお
 - ・（特活）WE21 ジャパンかなざわ
 - ・（特活）WE21 ジャパンざま
 - ・（特活）WE21 ジャパンたかつ
 - ・（特活）WE21 ジャパンほどがや
- カンボジア
 - ・（独）国際協力機構（JICA）
 - ・日本労働組合総連合会（連合「愛のカンパ」）
 - ・ヒューマンサポートネットワーク厚木
 - ・ホットジェネレーション
 - ・（特活）ワーカーズコレクティブきりん
 - ・UA ゼンセン「小さなお宝キャンペーン」
 - ・（特活）WE21 ジャパン厚木
- 東ティモール
 - ・公益信託アドラ国際援助基金
 - ・外務省（日本 NGO 連携無償資金協力）
 - ・（公財）ベルマーク教育助成財団
 - ・（一財）まちづくり地球市民財団
 - ・三井住友銀行ボランティア基金
- 在日外国人支援
 - ・東京都福祉保健局（事業委託）
 - ・（特活）ぶれいす東京（事業協力）
- その他
 - ・（特活）国際協力 NGO センター（JANIC）NGO サポート募金
 - ・六花亭株式会社 六花亭共済会
 - ・株式会社アイオイ・システム
 - ・港町診療所
 - ・（医）いこいの森
 - ・（医）三軒茶屋リハビリテーションクリニック
 - ・（医）すくすく会 木村小児科

いのちのパートナー参加企業・団体

- ・株式会社 コンジュートレードジャパン

誰もが健康で暮らせるように、
いろんな団体・企業様と一緒に活動しています

一緒にがんばろう！



組織

- 海外駐在スタッフ
 - ・カンボジア：尾崎里恵（1月着任）、此原麻希子（5月離任）、山瀬直子（6月着任）
 - ・東ティモール：中山中、山本聖子
- 国内スタッフ
 - ・東京事務局フルタイム：佐藤真美、西山美希、青木美由紀、飯沢幸世、広本充恵、山瀬直子（5月離任）、山本裕子、吉森悠
 - ・東京事務局パートタイム：永塩朋美（12月離任）、廣野富美子、堀江恵子、山脇克子、横川峰子（2月着任）
 - ・東京事務局ボランティア：渡辺功（5月離任）、中野隆則（4月着任）
 - ・気仙沼事務所（3月まで）：大森美和、西城宗子
 - ・東京事務局インターン：
 - <第13期>奥修平、鎌田絵理、辻本幸子、長澤理絵
 - <第14期>岩井静香、落合薫、冨澤真紀
- 理事
 - 本田徹（代表理事、浅草病院 医師）、澤田貴志（副代表理事、港町診療所所長・医師）、磯田厚子（女子栄養大学 教授）、金澤俊弘（（公財）公益法人協会 専務理事・事務局長）、佐藤真美（シェア事務局長）、鈴木直喜（清泉女子大学 教授）、中久木康一（東京医科歯科大学大学院 医歯学総合研究所 顎顔面外科学助教）、仲佐保（（独法）国立国際医療研究センター 医師）、仁科晴弘（江東病院 医師）、本橋栄（（社福）至誠学舎立川 社会福祉士）、山下真実子（（特活）訪問看護ステーションコスモス所長、看護師）、李節子（長崎県立大学教授、助産師・保健師）
- 監事
 - 高塚直子（公認会計士・税理士）、蓮尾慶治（元日本国際交流センター事務局長）
- 顧問
 - 石川信克（（公財）結核予防会結核研究所 所長）、鎌田實（諏訪中央病院 名誉院長）、天明佳臣（神奈川県勤労者医療生活協同組合 理事長）
- 専門委員
 - 池上千寿子（（特活）ぶれいす東京 理事）、熊岡路矢（（特活）日本国際ボランティアセンター 顧問）、工藤芙美子（保健アドバイザー）

エイズの医療環境、改善に向かった8年 数字で知るシェア

母国タイに遅れた、異国（日本）でのエイズ治療

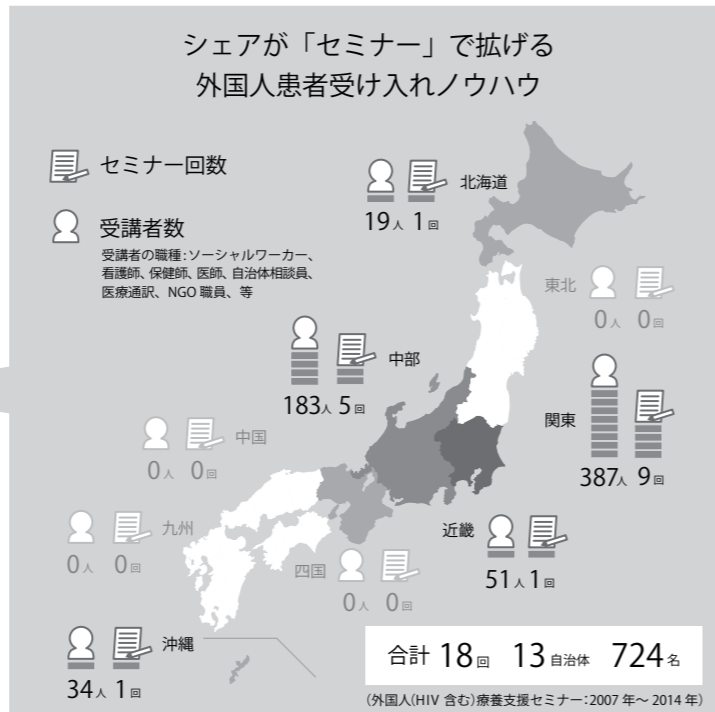
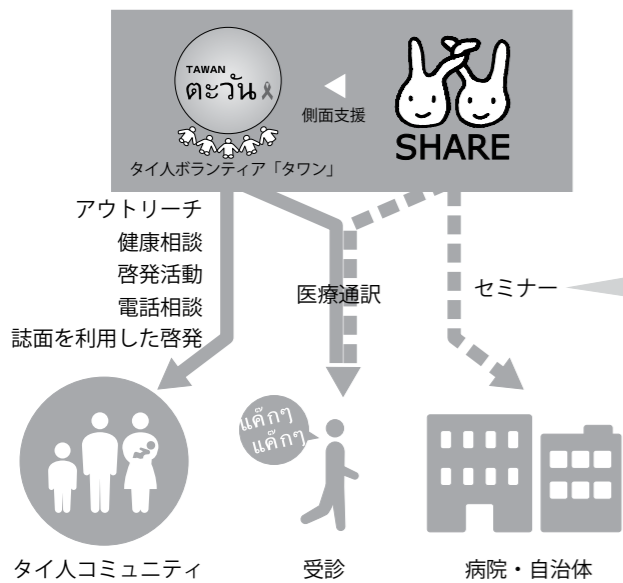
在日タイ人のエイズ治療 1990年初めのタイはHIV新規感染者が増加していた時期で、高額なHIV治療薬に手が届く人も少なく、HIV/AIDS¹は「死の病気」として恐れられていました。その後、タイではHIV医療や啓発活動が進み、無料でHIV治療薬を得ることができ、偏見も改善されました。しかし、日本で暮らしていたタイ人には、2000年になってもこのような変化や正しい情報が届きにくい状況でした。HIV/AIDSへの恐怖や偏見からエイズを発症しても病院に行かず、命に関わるような状態まで重症化してようやく病院に運ばれるようなケースもありました。

タウンの結成 そのような状況を目の当たりにしたタイ人たちの中で、「日本に住むタイ人の健康を守りたい」「HIVに感染して苦しむ人をなくしたい」という想いが強くなり、タイ人ボランティアによって2006年に『タウン』が結成されました。それから、東京とその周辺地域においてエイズを中心とした健康支援活動が始まり、8年目を迎えました。

課題解決のアプローチ タウンは結成時より、外国人医療支援を行っているシェアのサポートを受け、協働してきました。現在は、タイ人女性5人を中心に、エイズを中心とする健康情報の提供やゲームを交えたエイズ啓発、健康・エイズ電話相談、健康相談会などをシェアと協働で行っています。活動開始から8年が経過し、タイ人コミュニティの中で様々な変化が起き、日本に住む外国人のHIVに関連する動向に変化が訪れています。

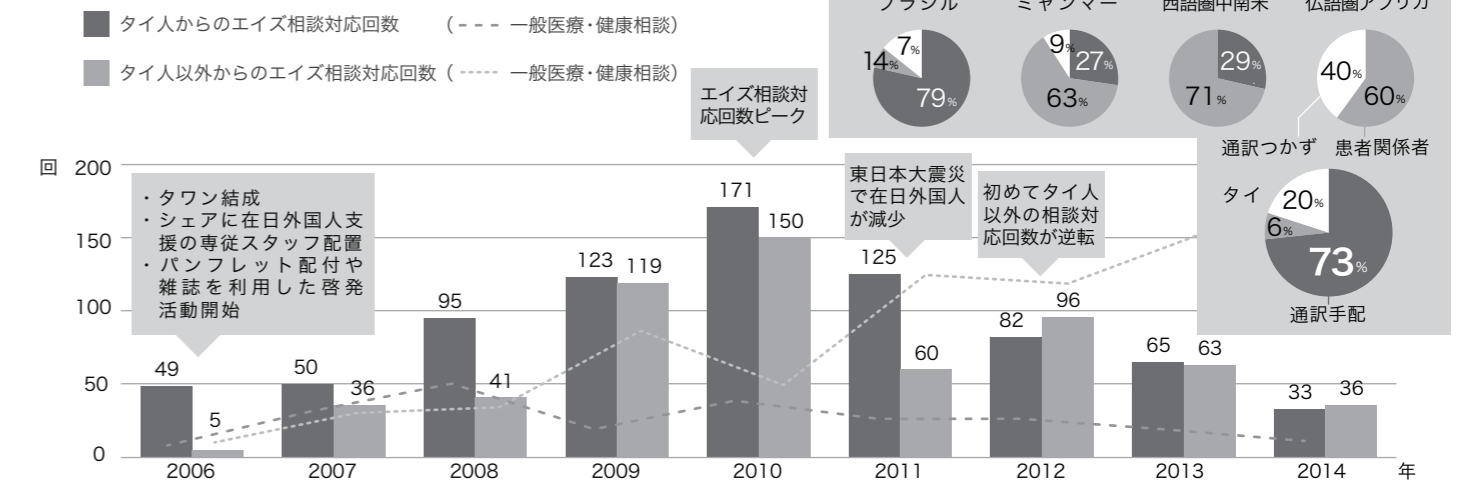
1 HIV：ヒト免疫不全ウイルス AIDS（エイズ）：HIV感染により免疫機能が低下し普段なら発症しない感染症を発症した状態

タイ人コミュニティへの健康改善アプローチ



8年で変わったタイ人コミュニティ

シェアの外国人向けエイズ電話相談から見える変化

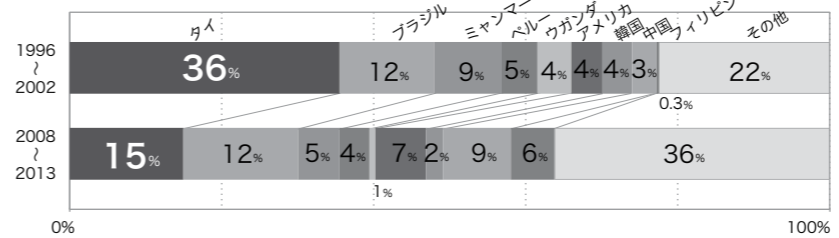


2 エイズ拠点10病院を対象にした調査（2008～2013）、ブラジル人集住地域病院含む。出典 研究班 H26 報告書

タウンが実感したタイ人コミュニティの変化

2006年	2014年
<ul style="list-style-type: none"> タイ料理屋、ボクシングジム、タイカラオケ店、タイ式のお寺等での、配布や設置を拒否された。 「この店にHIV感染者はいない、感染する人はいない、関係ない」と断られた。 	<ul style="list-style-type: none"> タイ料理屋などタイ人の集まる場所で、配布や設置をしてもらえるようになった。 タイ式のお寺で平気でコンドームを配れるようになった。
<ul style="list-style-type: none"> エイズ啓発ワークショップの際に、コンドームに触りたくないと言って否定的だった。 	<ul style="list-style-type: none"> エイズについて、他の病気と同じように普通に話せるようになった。
<ul style="list-style-type: none"> エイズに対するイメージが悪い、汚い、と言われ、タウンの活動に非協力的だった。 タイ人の子どもが保育園に入園しようとしたら、「HIV検査を受けてきてください」と言われた。 	<ul style="list-style-type: none"> 活動に協力的になり、会場の無料提供や若者によるコンドーム配布が行われるようになった。 タイ人＝HIV陽性者という偏見に基づく行動を示す人がいなくなった。

年間推定国籍別外国人 HIV 陽性者受診数



エイズ動向委員会報告数より推計。1996～2002年：エイズ拠点病院15施設を受診した383例の国籍分布。2008～2013年：エイズ拠点病院629施設を受診した629例の国籍分布。出典 研究班 H25 報告書

数字から分かる変化

- 医療通訳環境** 関東のエイズ拠点病院では、タイ語のほとんどは院外の医療通訳を利用しています。2000年頃と比較して多数のタイ人が優秀な医療通訳者として育成されてきているからです。
- HIV 陽性受診者** タイ人は外国人 HIV 陽性者の4割を占めていましたが、大きく減少しました。減少の背景には、人身取引被害や在留資格のないタイ人の来日が減少したことも考えられますが、タウンの活動も大きな力になっています。

エイズに限定するのではなく、今、包括的なサポートが求められている

ここ数年で、エイズに関する相談自体が減少しており、それ以上にエイズ以外の様々なジャンルの健康や医療に関する相談がたくさん寄せられています。数年～数十年前に HIV 陽性が判明し治療環境もすでに整っている外国人たちが、長期療養生活を送る中で抱える生活の課題です。例えば、日本人配偶者の介護の問題、子どもの育児や就学など成長過程で抱える問題等であり、暮らしの面から HIV 陽性者を支える環境づくりが求められています。また、外国人の国籍も多様化しており、幅広い相談ニーズと国籍の多様化にどう対応していくのが今後の在日外国人支援の課題の一つです。

“いのち”を守る人を育てる、マンスリー募金

2,000円以上のご寄付は
寄付金控除の対象
となります。



シェアは認定NPO法人です

「いのちのリレー募金」にご参加ください



シェアのプロジェクトは、支援者一人ひとりに支えられています。
いのちのリレー募金へのご参加をお願いいたします。

病気になる前に、予防できればいい。

例えば4,500円で、保健教育トレーニングに教師が参加して
病気の予防について子どもに伝えることができます。

「私たちは、母親や赤ちゃんを出産で失い、悲しい思いをする人を増やしたくない。シェアでの
仕事を通して、そういう国（東ティモール）をつくってきたい。」

11人の兄弟のうち、5人を幼くして亡くしたアグスティノさんの言葉です。写真は、手洗いの
指導法を学ぶ小中学校の教師たち。人口の約半分が19歳以下の東ティモールでは、学校での
教育はとても重要です。一人でも多くの教師が学ぶことで、子どもたちの健康を守る活動が
東ティモールに広がっていきます。



あなたの寄付で、誰かが医療にアクセスできる。

例えば10,000円があれば、外国人医療の相談業務を1日行えます。

結核を発症した日本語が全くできないBさん。担当保健師はBさんの友達の通訳で治療を開始。
友達の通訳では薬を飲み続けるの必要性が理解できず、服薬を途中で中断し悪化してしまう。保
健師はやっと通訳を依頼。Bさんは初めて病気のこと、薬を飲み続けることの必要性が理解でき、
その後はスムーズに治療完了できました。

病院や保健所などからの相談を受け、ソーシャルワーカーや保健師、医師などが外国人対応で
困っている内容にアドバイスをし、通訳派遣を調整するなどの相談業務を1年を通して継続で
きるようご支援をお願いします。



皆さまからの募金でできること

- 4,500円で 3日間の保健教育トレーニングに2人の教師が参加できます。トレーニングを受けた
教師は、小学校で保健教育を推進する担い手となります。（東ティモール）
- 50,000円で 一つの村での健診活動を1年間サポートすることができます。（カンボジア）
- 40万円で エイズ啓発や健康支援に関わるタイ人ボランティア育成研修を行うことができます。
研修により、各地域の健康を守るコミュニティリーダー候補を30名育成できます。

シェアは認定NPO法人です。皆さまからいただくご寄付は「寄付金控除」の対象となります。

郵便振替

口座番号：00100-1-132730

口座名：特定非営利活動法人 シェア国際保健協力市民の会

銀行振込

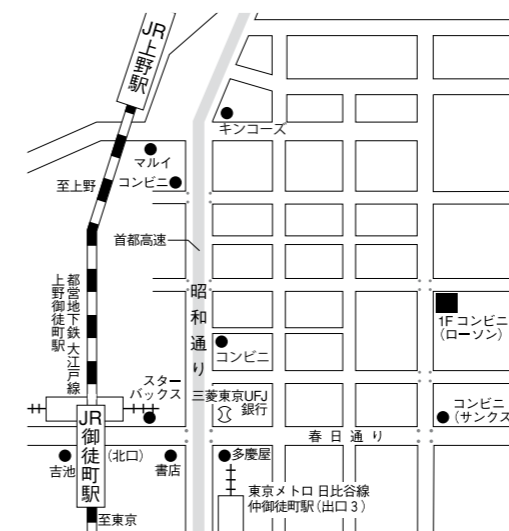
三菱東京UFJ銀行 春日町支店 店番号062

口座番号：普通預金0866524

口座名：特定非営利活動法人シェア国際保健協力市民の会 代表理事 本田 徹

クレジット決済

下記URLよりお手続きください
<http://share.or.jp/share/donate/>



ボクたち、
ぬいぐるみの監修は
金森美世子さん



SHARE

2015年5月1日発行

発行（認定）特定非営利活動法人 シェア＝国際保健協力市民の会

〒110-0015 東京都台東区東上野1-20-6 丸幸ビル5F

TEL 03-5807-7581 FAX 03-3837-2151

<http://share.or.jp> E-mail info@share.or.jp

[f share.or.jp](https://www.facebook.com/share.or.jp) [NGO_SHARE](https://twitter.com/NGO_SHARE)

※本書の一部または全文を無断で複製、転載引用することを堅く禁じます。

ご参加方法

① HPからクレジットカード決済

右記URLよりお手続きください。<http://share.or.jp/share/donate/relay/>

② 申込用紙を取り寄せて郵送

シェア東京事務局までご連絡ください。申し込み書をお送りします。

申込書はHPからダウンロードすることもできます。



すべての人に健康を！
Health for ALL!

身体が健やかである
だから私たちは元気に働けるのです

心が健やかである
だから私たちは家族に溢れる愛を注ぐことができるのです

地域が健やかである
だから私たちは異なる価値を持つ隣人と歩めるのです

世界が健やかである
だからこそ、人は未来へと生きることができるのです

その健やかな世界を全ての人とわかちあいたい

その熱い思いが行動となり、シェアが生まれました

シェアは今、アジア・アフリカの人々とともに活動しています

健康改善、エイズへの取り組み

健康で平和な世界を
すべての人とわかちあう(シェア)ために