



## 日墨戦略的グローバル・パートナーシップ研修計画

2026 年 5 月 岩田望来

### □はじめに

こんにちは、岩田です。今月も無事に生きています。

先日 53 期生の面子が決まったと風の噂で聞きました。次はどのような人たちが来るのだろうとわくわくしています。

他方で私はがっつり体調を崩してしまいました。今回は体調不良の話とメキシコでの医療事情についてお話していきます。

### □きっかけは突然に

私は5月末から6月頭にかけてとあるボランティアに参加していました。ここまで伸ばしたスペイン語を実践したいという思いが強くあったからです。しかしボランティア中に熱中症と脱水とストレスと頑張りすぎとその他諸々により一瞬ですが失神してしまい、結果的にほぼベッドから起き上がれないような、慢性的な不調を感じるようになりました。

元々じわじわと体調不良を抱えていましたが寝れば 80%までは充電できていました。それなのにここまで回復しないのは異常だと思い、病院に行くことにしました。

### □メキシコの医療制度

メキシコには公的な社会保障制度が存在します。民間部門の労働者を対象とするメキシコ社会保障庁（IMSS）と連邦政府職員を対象とする公務員社会保障サービス機構

（ISSSTE）によって運営されており、医療保険、労働災害保険、障害・遺族年金、老齢年金などの給付を行っています。大体日本の国民皆保険と同じような感じだと思います。これらに加入することで公立病院を無料で利用できるなどのサービスを受けられます。外国人労働者であっても IMSS への加入は義務づけられているそうです。我々日墨生はメキシコ政府の負担で ISSSTE に加入しています。

しかし公立病院はいつも混雑しています。私の下宿先の近くに公立病院がありますが、いつも患者が溢れかえっているように見えます。医療水準にも不安があるそうで、収入が一定以上確保できる労働者は民間保険に加入し私立病院を利用することが一般的だそうです。日墨生も日本を出る前に海外旅行保険に加入することを推奨されます。私も東京海上日動さんの海外旅行保険に加入してからメキシコに来ました。

### □予約、診察、血液検査、保険、超音波

慢性的な倦怠感や動悸など気になる症状はあるものの何科を受診すればいいかわからなかった私はまず日本人の先生のもとにかかることにしました。Hospital español の多富先生です。友だちがすでにお世話になっていて、紹介してもらいました。

私の母から甲状腺の血液検査を受けるようにと私に指示を出していました。実際症状は甲状腺機能亢進症と重なるところがあったからです。



多富先生にそのことを話し、血液検査を受けました。しかし海外の病院の仕組みを1ミリも知らない私はいろいろと混乱することになります。

まず驚いたのが、診察を受ける場所と検査を受ける場所が違うことです。診察を受けるのはもちろん病院ですが、検査を受けるのは診察を受けた病院内ではなく、Laboratorio という検査を受けるための別の場所。お察しのとおり Hospital Español 内で軽く迷子になりました。

そんなこんなでやっと手に入れた血液検査結果は、甲状腺のホルモンが基準より少し多めに出ていることを示していました。甲状腺機能疾患の疑いがあるため、内分泌科への受診が必要になったのです。しかしメキシコには日本語で受診できる内分泌科が存在しません。何なら東京海上日動さんの提携病院にも内分泌科はありません。1 から自分で予約をとる必要性が出てきました。

何も分からず予約もうまく取れない私は、広島県人会の会長さんを頼ることにしました。すると会長さん、自分の従妹の旦那さんが医者だからまずは彼に相談してみてほしいと言って、Hospital Español の消化器・内視鏡医の宗田先生を紹介してくださいました。宗田先生に相談したところ、超音波検査を受けてから内分泌科に行くほうがいいとアドバイスをくださいました。

ここでふと私は保険のことが頭によぎりました。そういえば保険どうなるんだ？と思い、東京海上日動さんのサポートデスクに電話をかけました。東京海上日動さんは保険の手続きから病院・Laboratorio の予約、通訳の手配までしてくださる現地のエージェントさんにつなげてくださいました。そのあとはエージェントさんとメールでやり取りし、なんとか Laboratorio での超音波検査までたどり着きました。

□おわりに

とにかく岩田は無事です。生きています。ただ、前までは90%まで充電できていたのに今はどれだけ待っても50%までしか充電できない、しかも充電の減りが早い、中古のスマートフォンのような状況になっているだけです。

今は少しずつリハビリをして整えていっています。今日は9:00までにキッチンに行って10:00までに朝ごはんを食べることを目標にしました。起動は10分遅れてしまいましたが、朝ごはんは10:00までに食べきれました。ほんの少し動いただけで50m走ったあと並みに息切れをする体になっていますが、そうやって少しずつ慣らしていくしか方法はないと思っています。

帰国までもう少し、頑張っていきたいと思います。