



国際協力

2022.10
NO.73

JICA 駒ヶ根

～世界もあなたも、可能性に満ちている～

2022年JICA海外協力隊 秋募集 始まります!

新型コロナウイルスの世界的な感染拡大を受けて、2020年3月中旬からJICA海外協力隊全隊員は日本へ一時帰国しましたが、帰国した隊員は置かれた環境で貢献できる活動に挑戦を続けてきました。各国の任地の状況などを踏まえて、派遣国への渡航再開が進み、今年度からJICA海外協力隊の募集も再開しています。そして、この度今年2回目となる募集が始まります!

■2022年秋募集期間

2022年11月1日(火)～12月12日(月)
日本時間 正午締切

長野県内で応募を検討している方、協力隊の取り組みに興味のある方を対象に、以下の日程で募集説明会を開催します!

■応募資格

生年月日が1952年12月14日から2003年7月2日
までの日本国籍を持つ方
詳細はJICA海外協力隊HPをご確認ください。

■募集説明会

11月13日(日) 長野市 長野県立図書館3階
信州・創造ラボ 14時00分～16時00分
11月26日(土) 松本市 信毎メディアガーデン
1階ホール 14時00分～16時00分



皆様からの疑問にお答えします!

協力隊経験者と応募に関する疑問や、開発途上国での活動についてお話ができる機会となっています。JICA長野デスクと駒ヶ根訓練所では、個別相談も随時受け付けていますので、お気軽にお問合せください!

詳細につきましては、JICA駒ヶ根HPやFacebookからご確認ください!

2022年度2次隊45名が訓練修了!世界19か国へ!

2022年度2次隊の派遣前訓練が9月8日に終了し、45名が隊員として順次各国へ出発します! 今回の派遣国はブータン、インド、スリランカ、パラオ、ベリーズ、ドミニカ共和国、グアテマラ、ホンジュラス、セントルシア、ポリビア、チリ、パラグアイ、ペルー、ベナン、カメルーン、ガボン、セネガル、キルギス、ウズベキスタンの計19か国となります。

訓練所で過ごした時間、出会った同期の仲間、駒ヶ根での経験がこれからの協力隊活動の原動力になることを心から願っています!



修了式後、こまかつぱ(駒ヶ根市)、なかはマン(中川村)と一緒に

『お産を通して世界を見て、世界を知りたい』

様々な国で助産師として活躍し、再び国境なき医師団としてパキスタンへ渡航される直前の下野さんに、各国での経験、国際協力への思いをお聞きしました！

JICA 海外協力隊 職種：助産師 / 2014 年度 2 次隊 ボリビア / 2017 年度 9 次隊 パプアニューギニア (短期) 国境なき医師団 / 2020 年 10 月～2021 年 6 月・イエメン / 2022 年 8 月末～・パキスタン / 長野県伊那市出身

これまでのキャリアや、協力隊時代の活動について教えてください。

看護学校を卒業後、病院の産科で仕事をしていたが、6年経ってひと通りこなせる様になったところで新しい道にチャレンジしたいと思い、青年海外協力隊に応募しました。お産がとても好きなので、とにかくお産が多い場所を希望し、ボリビアに派遣されました。ボリビアは本当にお産が多かったのですが、医療技術の遅れに加え、妊産婦の権利が尊重されていないという問題があり、命と心の両方を守るお産のケアに取り組んだ2年間でした。

二度目の協力隊派遣となったパプアニューギニアでは、私が30年ぶりの女性隊員！安全対策の為、規制が厳しい中でも、同僚たちに現地料理の作り方を教えてもらうなど良い経験・活動ができ、無事半年の任期を終える事が出来ました。

帰国後はクリニックに勤務し、ネパールの母子保健に関する研修生受け入れを行うなど、協力隊経験を活かす機会もあり、同僚にも国際協力を身近に感じてもらったり、ネパールと長野を繋ぐ架け橋になればという思いで取り組んでいました。

日本での仕事も楽しかったのですが、やはりまた海外に出たくなってしまい(笑)。次は国境なき医師団にチャレンジし、イエメンに派遣されました。宗教や地域特性が産科医療にも強く影響を及ぼしていましたが、宗教や風習を変えることは出来ないのです、すごくジレンマを感じました。産科医療を良くするために、宗教と向き合うことの必要性を感じていましたが、答えを出せないまま帰国となったので、今回8月末から国境なき医師団として派遣されるパキスタンでも、宗教と産科医療の両方を尊重できる道を探していきたいと思います。

ボリビア派遣前に受けた駒ヶ根訓練所での訓練の思い出などはありますか？

スペイン語を学ぶのは初めてでしたが、これまで受けたことがないくらい楽しい授業でしたね。クラスメイトは年齢層も様々で、1日中顔を突き合わせていたのですが、全く苦ではなく、授業後も皆でクラスに残り勉強したことが印象に残っています。

現地で活動するうえで大切にしていることは何ですか？

「現地の人とどう向き合うか」は常に考えているのですが、例えばパプアニューギニアでは公用語(英語)以外に現地語があり、皆さんその言葉に愛着を持っていて、片言でも現地語で話すと喜んでくれるので、頑張って勉強しコミュニケーションをとっていました。帰る頃には逆に英語が出てこなくなりましたが(笑)。あとは、一緒にご飯を食べること！協力隊は、現地の方たちと近い暮らしをし、同じ言葉を話し、同じ物を食べますが、現地の方と向き合う姿勢を教えてくださいました。

今後の目標やチャレンジしたいことを教えてください。

今は「お産を通して世界を見る・知る」が目標です。お産は女性の体に起きる共通の生理的現象のほずですが、国や文化、社会医療のシステムによって、在り方が全く違うことを目の当たりにしました。違いを大切にしながらも、その国にとって最適な方法を現地の方たちと考えるのが、今はとても楽しいです！

下野さん、ありがとうございました！



生まれたばかりの赤ちゃんのケア (ボリビア)



タピオカ餅とココナッツミルクのお汁粉 (パプアニューギニア)



現地助産師と新生児蘇生法のトレーニング (イエメン)

訓練生インタビュー

小さな一歩を踏み出せば、次の一歩が見えてくる

にし むら ゆ き こ

2022年度2次隊 **西村優樹子** さん

職種：統計／ドミニカ共和国派遣予定／東京都出身
2009年度3次隊 プルキナファソ→ジブチ共和国



統計の職種で2度目の協力隊にチャレンジする西村さん。これまでのストーリーや今回の派遣への思いをお聞きしました！

前回の協力隊活動内容や、印象に残っていることを教えてください。

▶プルキナファソでは地方保健局配属で、診療所に足を運び、計算やチェック方法改善、マニュアル作成、広報紙発行などを行いました。活動も軌道に乗り1年3か月経った頃東日本大震災が起き、連日ニュースで日本のことが流れましたが、知人だけでなく面識のない方まで、私の家を訪れ、少額だけど日本のためにとお金を寄付しようとしてくれたり、心配し励ましてくれたことは忘れられません。実はその直後プルキナファソも政情不安で、任期途中に一時帰国となりました。その待機中に被災地ボランティアへ行き、プルキナファソの皆さんの思いや、経験をお伝え出来て良かったです。

その後ジブチ共和国へ振替となり、3か月の短い期間でしたが、統計局で国の統計年鑑作成に関わりました。最後に上司から統計年鑑内の謝辞に名前を追加いただき、嬉しかったですね。2年間色々ありましたが、どれも貴重な経験でした。

2度目の訓練になります。当時と比べてどんな印象ですか？

▶1度目の訓練言語はフランス語で苦戦しましたが、当時の経験も活かしスペイン語や訓練全体も楽しみながら挑めています。前回は、農作業体験やみなこいワールドフェスタなど地元の方との交流がとても楽しかったですね。今回コロナ禍でその

ような機会がなく残念ですが、その分時間をかけて語学学習ができています。

今回協力隊へ再チャレンジされる理由を聞かせてください。

▶帰国後、NGOや外資系IT企業で働きながら、もう一度自分がやりたいことや必要なスキルについて考えました。プルキナファソにいた頃、通勤中に助けを求められたことがありましたが、医療知識がなく助けることが出来ませんでした。それが悔しく、日本で働きながら医療系学校へ通い、東洋・西洋医学の知識と技術を学び、鍼灸あん摩マッサージ指圧師の資格を取得しました。当初は協力隊以外で再度海外へと考えていましたが、身に付けた技術だけでなく、統計知識も活かせるものだと考えたとき、協力隊が再度選択肢として出てきました。ちょうど募集に医療系の統計職種要請があり、自分が今まで10年間思い続けてきたことが出来ると感じ応募しました。

JICA海外協力隊への参加を考えている方へ、メッセージをお願いします！

▶人生の中で迷うことは様々ありますが、どんなに小さくても一歩を踏み出すことが大事だと思います。踏み出せば次の一歩が必ず見えてきます。是非一歩を踏み出してみてください！

シリーズ



食欲の秋！ みんなで作ろう！ 協力隊派遣国 世界のごはんレシピ

Vol.3

ガパオライス (タイ料理)

材料(4人分)

鶏ひき肉…320g
バジルの葉…12~16枚(ザク切り)
赤ピーマン…60g(1cm幅千切り)
ピーマン…60g(1cm幅千切り)
玉ねぎ…120g(1cm幅くし切り)
にんにく…4かけ(みじん切り)
赤唐辛子(乾燥)…小さじ2~4 お好みで
(小口切り)

水…大さじ4
ナンプラー…小さじ4
オイスター…小さじ8
砂糖…小さじ2~4
しょうゆ…小さじ2~4
卵…4個
サラダ油…大さじ12
ご飯…茶碗4杯分
(バジルの葉(仕上げ用)…適量)

作り方

- ①バジルはザク切り、ピーマンは1cm幅の縦のスライス。玉ねぎは1cm厚さのくし切りに。にんにくはみじんにする。
- ②Aの調味料は混ぜておく。
- ③フライパンにサラダ油大さじ4を弱火で熱しニンニクと唐辛子を炒め香りを出す。ひき肉と水を加えて中火で肉の色が変わるまでほぐし炒める。
- ④③に②の調味料を加えからめ、2色のピーマンと玉ねぎを加え炒め合わせる。バジルを加えてさっと混ぜ火を止める。
- ⑤別のフライパンに残りのサラダ油をよく熱し、卵を割り入れ目玉焼きを作る。
- ⑥器にご飯、④を盛り、目玉焼きをのせる。あれば飾り用のバジルをのせる。



食堂スタッフワンポイントアドバイス!

- タイではバジル=ホーリーバジルですが、イタリアンバジルでもOK。
- 野菜の切り方は1cm角カットでもOK。
- 鶏ひき肉を鶏小間肉に替えてもGood!

～第29回協力隊週間 みなこいワールドフェスタ開催のお知らせ～

日時:2022年10月22日(土)～10月30日(日)
 実施場所:国際広場 駒ヶ根銀座通り・その他伊南地域各所
 テーマ:「海がなくても、空港がなくても、ここで見られる世界がある」
 ～青年海外協力隊訓練所のある地域～

みなこい*地域には、青年海外協力隊訓練所を通じて得られた人づくりやまちづくりがあります。今年度は協力隊週間中、駒ヶ根銀座通り商店街を飾り付けし、以下の日程で世界を「見る、知る、食べる、遊ぶ、買う」各種イベントを開催します!

- ・10月22日(土) ドライブ in シアター「ブータン 山の教室」
 <中川村文化センター駐車場>
- ・10月23日(日) 地球の料理教室「アナさんのペルー料理」
 <宮田村市民会館調理室>
- ・10月26日(水)29日(土)
 民族衣装フォトブース「旅の写真館～外国の衣装で記念写真～」
 <こまがね市民活動支援センターぱとな>
- ・10月28日(金) パネルトーク&グループディスカッション
 「Think Globally, Act Locally～私達の未来をデザインする!」
 <市民交流活性化センターアルパ(駒ヶ根市)>
- ・10月30日(日) 国際広場 <駒ヶ根市銀座通り>
 (新型コロナウイルス感染状況により、一部変更の可能性がございます)

最終日の国際広場では、パレードやスタンブラリー、ワールドレストラン、世界の遊びコーナー、SDGsワークショップ、協力隊経験者によるブースなども出展予定!

ぜひお立ち寄りくださいませ。

詳細は、HPにて随時更新しています。

各種イベント申込受付もこちらのQRコードからご確認ください!



みなこい HP



*「みなこい」とは宮田村・中川村・駒ヶ根市・飯島町の伊南4市町村の頭文字をとったものです。

2022年度2次隊(5名) 長野県出身JICA海外協力隊員

行ってきます!!

青年海外協力隊



かしかざわ こうへい 派遣国:ルワンダ
鯨澤耕平 さん(駒ヶ根市) 職種:サッカー

東アフリカに位置するルワンダ共和国に派遣されます。首都にあるサッカークラブで、技術指導と同僚コーチの指導力向上のために活動してきます!ルワンダのサッカー界に少しでも貢献できるよう頑張ります!



すきがら ひろし 派遣国:インド
鋤柄仁志 さん(飯田市) 職種:ラグビー

インドではラグビー競技の学生、州代表選手への指導、普及に携わってきます。将来、現地の選手が指導者になることも見通し、2年間の任期の後も現地の人々の心に残る活動が出来ればと思います。



たかせ ちさと (上田市・派遣国:パラオ
高瀬智理 さん 富山県出身) 職種:体育

Alii!(アリー!)私は、パラオのコロール州にある、全校約700名の小学校に配属される予定です。先生方と共に体育の授業や運動習慣形成に向けた活動を考え、実践します。私が大好きな体育を通して、パラオの人々に運動の楽しさを伝えたいです!

青年海外協力隊



はなざと さくら 派遣国:ブータン
花里 さくら さん(佐久市) 職種:マーケティング

パロ県の農業機械公社に派遣され、農作物のマーケティングに携わります。ブータンの習慣や文化を取り入れた売り方提案を行う事で、農作物の販路拡大につながる活動がしたいです。



まつお さえ 派遣国:グアテマラ
松尾 紗英 さん(松本市) 職種:PCインストラクター

現地の女子中等学校にて、IT科目の授業の実施や学習環境の改善に取り組みます。いつも明るく笑顔を大切に、様々なことにチャレンジして、現地の人の役に立てるよう精一杯尽力いたします!

スタッフ紹介



おとも ひとし
 講座班 **大友 仁**

昭和61年の隊員活動に始まり、ボランティア調整員7年、緊急援助隊17年間JICA業務に携わってきました。訓練所は、今は無き広尾訓練所と二本松訓練所の勤務経験もありすべての訓練所を経験することになりました。単身赴任で寂しくもありますが、訓練生から元気を貰いつつ、訓練生がより良い経験を得られるよう努めてまいります。

発行 独立行政法人 国際協力機構
 駒ヶ根青年海外協力隊訓練所

〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂15
 TEL.0265-82-6151(代) FAX.0265-82-5336
 E-mail jicakjv@jica.go.jp
<https://www.jica.go.jp/komagane/index.html>

JICA駒ヶ根 facebook ページ

<https://www.facebook.com/jicakomagane>

JICA駒ヶ根 メールマガジン

配信希望の方は jicakjv@jica.go.jp までメールでご連絡ください!