

ボツワナ事務所からひとこと

ボツワナはアフリカの中では比較的裕福な国ですが、都市部と地方の経済格差が大きく、地方には十分な仕事がありません。そのためボツワナ政府は、地域住民の雇用創出と所得向上を目的とした個人起業家の育成に取り組んでいます。金田さんは、地元の人たちの目線に立って、誰でも使いやすい家計簿を導入するために熱心に活動していました。



企画調査員* (ボランティア事業)
高木 哲也 (たかき・つや)

* 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を担う。

+one information

野生動物の町、カサネ

私が活動期間中に住んでいたカサネはボツワナの最北端に位置し、ナミビア、ザンビア、ジンバブエの3国との国境に近い大自然に囲まれた小さな町です。ボツワナではさまざまな場所で野生動物の観察を行うサファリを楽しむことができますが、そのなかでも最大級の規模を誇るチョベ国立公園は、カサネが玄関口となっています。

人が暮らす地域とサファリアリアを隔てるものが何もないので、町なかだけでなく、家の敷地にもイボイノシシやヒヒ、マングースなどが入ってくることもあり、その様子はまるで多種多様な動物が集まる庭のようでした。そうした環境だったため、わざわざお金を払ってサファリを体験しに行くことはなく、無料のサファリを日常的に楽しむことができました。

しかし、間近に野生動物を見られるのはよい面ばかりではなく、脅威になることもあります。カサネを含む周辺のいくつかの村では、滞在した約半年間でゾウ、ワニ、バッファロー、ライオンによって人命が失われ、早朝と夜間の外出を控える必要がありました。

また、カサネの町はサファリアリアとチョベ川（個人的に“チョベリバ=Chobe river”と呼んでいます）の間に位置し、夜になると水を求めてアフリカゾウが町を横切って川に向かうため、日本では考えられない、信号待ちならぬ“ゾウ待ち”という状況に何度も遭いました。チョベ地区に生息するカラハリゾウは、地球上で最も大きなゾウといわれています。夕暮れのかなか、眼前をゆっくりと通り過ぎるカラハリゾウの姿はあまりにも圧巻——今目に焼きついています。



イラスト ● さかがわ成美



お金の管理が
しやすい!

起業家の住民に家計簿の書き方を教える金田さん。定期的にモニタリングを行い、家計簿自体も使いやすい形に改良していった。



ケータリング事業を新たに始める女性のためにチョベ県庁が開いた料理のワークショップにも参加して交流を深めた。



事業で困っている
ところはありますか?

最初の活動として起業家の住民に直近1か月の売り上げや、一日の来客数などをヒアリングして具体的な課題と解決策を探っていた。



JICA海外協力隊 がゆく Vol. 29

家計簿を広めることで
個人起業家のお金の管理に関する
課題解決を目指した隊員を紹介します。

構成 ● 坪根育美

in ボツワナ 金田 裕介

かねだ・ゆうすけ
出身地: 愛知県 職種: コミュニティ開発
任期: 2019年7月~2021年3月



現地の方たちとの
コミュニケーションを
大切にして活動しました!



ボツワナの
民族衣装を
着た金田さん。

小学生の頃に観たテレビ番組で、フィリピンのある地域に住む同年代の少女の存在を知り、国際協力に関心を持つようになりました。ごみ山のような劣悪な環境で生活している人や、貧困が理由で学校へ通えない子どもが世界のどこかにいる事実を衝撃を受けたのです。大学では開発学を専攻し、JICA

海外協力隊を事例とした「国際協力ボランティアの自己成長」をテーマに卒業論文を書きました。その際に当時の現役隊員の方たちなどから直接話を聞き、自分も活動してみたいと思いました。配属先となったボツワナのチョベ県庁の地域社会開発課では、美容室・パン屋・大工などの10以上もあるさまざまな業種の小規模ビジネスを行う個人起業家の支援をしています。私にはそうした個人起業家に対する収益の向上や、マネジメントとマーケティングに関する支援が期待されていました。

まず実際の生活環境や状況を知るために、チョベ県庁があるカサネの町やその周辺の村に住む起業家の家を訪ねて話を聞きました。その結果、多くの個人起業家が、日々の収入と支出について十分に把握できておらず、つねに資金難に悩んでいるということがわかりました。そこで配属先のスタッフとともに、職種に関係なくすべての人が共通して無理なく取り組める家計簿の普及活動を行うことにしました。家計簿でお金を管理することで無駄な支出を減らし、貯金ができるようにしようと考えたのです。私はモデルケースづくりのために協力的な起業家の住民に自作の家計簿を配布し、1週間ごとにモニタリングを実施しました。

すると、買い物のレシートを捨てずに取っておく習慣が付き、出費を抑える意識が芽生え始めるといった変化を短期間で感じることができました。新型コロナウイルスの影響で約半年ほどしか滞在できず、成果が出るどころまで見届けられなかったのですが、日本に帰国した今は、ボツワナの人々が自分にしてきたように、日本にいる海外の人たちを温かく迎え入れることも自分ができる国際協力のひとつではないかと感じています。

東ティモール事務所からひとこと

東ティモール国内の観光地や伝統工芸、文化的イベントを紹介する冊子や映像は少なく、また技術を持つスタッフも限られています。写真の撮影方法や、カメラ操作に関する指導を通じてスタッフの能力向上を図りたいとの声があり、今回の要請につながりました。前さんは、その熱心さから配属先のみなさんにたいへん頼りにされていました。



企画調査員* (ボランティア事業)
高久 将一 (たかくま かずかず)

* 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を担う。

+one information

とりこになったアイマナス

東ティモールの大衆食堂はどこもメニューがだいたい同じで、味つけもほとんど差がありません。そんななか、店でいちばん個性を發揮するのが唐辛子を使った調味料「アイマナス」です。もともと辛い物が好きな私は、赴任してからすぐとりこになりました。アイマナスは「唐辛子」という意味を持つ現地の言葉ですが、この調味料のことを東ティモールの人はアイマナスと呼んでいます。

食堂では主食となるご飯、ボリューム満点の肉か魚のメイン、濃いめの味つけがされた野菜の副菜が一皿に盛られた料理を食べることが多く、これにアイマナスをつけて食べます。ほかにも蒸かしたサツマイモやバナナの天ぷらといった甘いものをはじめ、現地の人は本当に何にでもつけて食べるのです。

最大の魅力は、店ごとに味つけが違うところです。甘いケチャップのようなもの、塩辛い小魚入りのもの、唐辛子だけの激辛のもの、ほぼレモン汁のような酸っぱくて辛いものなど驚くほど違いがあります。私はこれらをひとくくりにしてアイマナスと呼ぶティモール人のおおらかさが好きです。

知れば知るほど奥が深いアイマナス。私は好みのアイマナスを置く食堂探しが趣味になり、現地の人のように食べ物には何でもつけるようになりました。なかでもおいしかったのは、野菜がたっぷり入った同僚の手作りアイマナスです。「あなたのアイマナスがいちばん好きだ」と伝えてからは「まだ家にあるか? 新しいものを持ってこようか?」と気にかけてくれ、つねに家にストックされる状態に。今ではあの味が懐かしいです。



イラスト ● さかがわ 成美



ワークショップは週に1度開催された。カメラの台数に限りがあるため人数を絞って行われた。

カメラの
構え方は
ばっちり!



アタウロ島の伝統工芸品である木彫り人形の展示会の様子。実際に島へ行き、制作過程を撮影した動画を同時に上映した。

見応えが
あります

てしまい集中力が切れてしまう人もいます。そのため、積極的にこちらから話しかけ、冗談などを交えながら楽しく学べるように心がけました。言葉では伝えきれない「伝えたいこと」を、写真を通じて表現するすばらしさが、現地で日々をともした人たちの心に少しでも届いていたらうれしいです。活動を通じて、私自身も東ティモールの伝統や工芸品の魅力を知りました。ゆくゆくは日本で販売するなど多くの人へ伝えたいと考えています。



全国13県から県代表のダンサーを呼んだ4日間にわたるイベントを、前さんたちが企画・運営したことも。

もうひとつ大事な活動として、芸術局のスタッフに対してデジタル一眼レフカメラについてのワークショップを週に1度開催しました。まず基本的な使い方から教え、次にイベント時の写真、集合写真、三脚を使つての物撮り写真など、できるかぎり同局の仕事で必要性の高い撮影方法を伝えるようにしました。参加者のなかには、初めは興味を持っていてもすぐに飽き



JICA海外協力隊
がゆく Vol. 28

フォトグラファーとしての経験を生かし
写真を通して表現することの
すばらしさを伝えた隊員を紹介します。

構成 ● 坪根育美

東ティモール
前 美友己

まえ・みゆき
出身地:和歌山県 職種:写真
任期:2018年10月~2020年8月(特別任期短縮)



首都:デリ
東ティモール

写真だからこそ
伝えられることがあります!



前職では、卒業アルバムを制作する会社でフォトグラファーとして働き、写真撮影と編集のスキルを培いました。このときの社長がJICA海外協力隊の応募経験があり、「興味があるなら受けてみてはどうか」と勧めてくれました。さらに話を聞くうちに、写真を通じて国際協力に自分も貢献したいと思ひ応募しました。私は東ティモールの首都デリ

にある教育省の芸術文化総局(以下、芸術局)に配属されました。芸術局は、同国の芸術・文化の発展を目的とした事業を行う国の機関です。同国では冊子や映像制作の技術を持つスタッフが限られていることから養成したいとの希望があり、私はここで芸術局が企画・運営する展示会などのイベントの写真撮影を行うとともに、撮影方法を教える活動に取り組みしました。なかでも、定期開催している東ティモールの伝統的な踊りや伝統工芸品に関するイベントでは、配属先の同僚を指導しながら撮影をする当日だけでなく、開催前の準備にも力を入れました。たとえば展示用のパネルや配布用のリーフレットなどに使用するための写真撮影をはじめ、イベント会場で上映する動画撮影も行いました。この動画は、教育教材として現地の小学校と中学校にも提供しました。

キルギス事務所からひとこと

従来行ってきた模写・視写に重点を置いた指導ではなく、美術(図画工作)を通して子どもたちの想像力を養いたいという学校の意向があり、派遣要請につながりました。山本さんは、日々の授業で使う資料作成や絵画制作の実演を行うだけでなく、授業中に声をかけることを大切に、子どもたちに寄り添いながら活動に励んでいました。



企画調査員(ボランティア事業)
乗松一久(のりまつかずひさ)

+one information

「肉好き」な民族の国で

キルギスの人たちは、顔立ちが似ている私たち日本人に対して親しみを込めて「われわれは昔兄弟だった。魚好きが日本人、肉好きがキルギス人になったんだよ」と、よく言います。この言葉のとおり多くのキルギス人はお肉が好きです。そんなキルギスでのお肉にまつわる思い出を。

まずキルギスの伝統的な料理は、遊牧民族ということもあってシンプルな調理法で素材の味を生かしたものが多くの特徴です。市場に行けば、羊肉、牛肉などが部位を余すことなくワイルドに並べられています。ちなみにキルギス人は大多数がムスリムのため、ほとんどの人が豚肉を食しません(豚肉はほかの民族の人たちが市場の隅の方でこぢんまりと販売しています)。

忘れられないのは、先輩隊員のホームステイ先で年始を祝う食事会に参加した際、庭で生きた羊をさばく場面に立ち会ったことです。まず神への祈りから始まり、その後家の男性がほふります。何といても最初の一突きからその後の手際よさに驚きました。皮を剥ぎ、肉と内臓に分けたら女性の仕事。肉と内臓についた汚れを取ってきれいにし、調理へと進みます。今までそこに生きていた羊の、そのお肉で作られた数々の料理には、おいしいということ以外に何とも言えない切なさ、そして大きな感謝がありました。

私はまさしく「命をいただく」という現場を体験し、これまで何気なく口にしてきた多くの命のありがたみにあらためて気づきました。肉好きの多い国、キルギスならではの思い出深い出来事です。



イラスト ● さかがわ成美



わからないことが
あったら
なんでも聞いてね

授業中に教室を歩き回って子どもたちに声をかけることを大切にしていた。



新年を祝う絵を描く授業では、日本の年賀状を紹介。楽しくにぎやかな黑板になった。

しました。こうした活動を続けていくなかで、少しずつですが子どもたちが図画工作の楽しさを実感している様子を見たり、隠れた才能を発見したりしたときは本当にうれしかったです。

現在は帰国して児童絵画教室や美術・工芸に関わるワークショップの講師をしています。ゆくゆくは仕事を通じて任地の先生や生徒たちと芸術で交流していけるようになったらいいなと思っています。

* 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業」支援の窓口。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を担う。



協力して
作りましょう!

カラコル市の街の広場に飾る雪だるまの像を先生たちと作る山本さん(左)。材料は発泡スチロールを使用。

そのため私は授業の間、つねに教室を歩き回りながら子どもたちに声をかけ、できるかぎり生徒一人ひとりの習熟度に合わせた指導を心掛けました。授業では複数の例を提示したり、いろいろな表現のパターンを実際に目の前で描いて見せたりすることで想像力が広がるようにしました。さらに、絵を描いたりものを作ったりすることが好きな子どもを対象とした放課後のクラブ活動の指導も大切に



JICA海外協力隊 がゆく Vol. 27

子どもたちに寄り添いながら
絵を描くことやものを作る楽しさを伝えた
隊員の活動を紹介します。

構成 ● 坪根育美

in キルギス

山本果奈

やまもと・かな
出身地:兵庫県 職種:美術
任期:2018年10月~2020年8月(特別任期短縮)



子どもたちの
想像力を
伸ばしたい!

いまから6年ほど前に旅先のコスタリカで知り合った企画調査員*の方からJICAボランティアの事業について話を聞き、協力隊の活動に興味を持ちました。大学では美術のなかでも染色を専門に学び、高校の工芸と美術の教員免許を取得。卒業後は伝統的な技法を用いて着物や帯を染める会社勤務していましたが、こうした大学時代の学びや社会人経験などで得た

スキルを幅広く生かせると思いい応募しました。

私はキルギスのカラコル市にあるカラコル第4番学校に赴任しました。キルギスの公立学校は通常1年生から11年生(日本の高校2年生)まであります。私はおもに5年生から7年生に日本の「美術」や「図画工作」に相当する科目を教える活動に携わりました。キルギスの図画工作の授業は、お手本どおりに忠実に描くこと、作ることが重要視されてきました。その影響もあって、お手本どおりにできないことが原因で絵を描くことやものを作ることを自体を嫌いになってしまったりも少なくありません。またうまくできない子どもたちに対する学校側のフォローが少なくこともあり、子どもたちの習熟度や理解度に差があることも課題でした。

ザンビア事務所からひとこと

大倉さんが活動していた学校の児童は6割以上が難民でしたが、それ以外は近郊に住んでいるザンビア人の子どもたちです。大倉さんは、さまざまなバックグラウンドを持つ子どもたちとしっかり向き合って活動を続けていました。そして、ともに笑ったり学んだりする日々のなかで子どもたちは学ぶ喜びを知っていったように感じました。



企画調査員(ボランティア事業)*2
桑園いつみ(くわそのいつみ)

*2 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を担う。

今日も楽しく勉強しましょう



図工の授業の中で折り紙の折り方を教えたこともあった。

+one information

生活のなかにいつもある音楽

私の初めてのひとり暮らし——その場所はザンビアでした。電気、水、ガスといったインフラは整っておらず、トイレや水浴び場も屋外。ソーラーパネルで発電した電気は夜間になると使えないときもあり、ヘッドライトの明かりでしのぐこともありました。覚悟はしていましたが、実際に暮らしてみると想像以上に大変でした。

こうしたカルチャーショックから抜け出すきっかけを与えてくれたのが村の教会で見た光景です。ある日、聞こえてきたゴスペルソングにつられて教会の中に入ってみると、地元の人々が歌ったり踊ったりしていました。みんな心から楽しんでいる様子で、いつもよりおしゃべりをしています。教会は村の人たちにとって音楽を楽しむ場でもあるのです。そのときに、「ここにはこの生き方と楽しみ方があるんだ。彼らは幸せなものに見える。私もその幸せを同じ温度で感じたい」と強く思いました。

ザンビアの人にとって音楽は欠かせません。冠婚葬祭はもちろん、教会のときと同じように日常的にみんなで歌ったり踊ったりするのです。商店街を歩けば、どこからともなく音楽が耳に入ってきます。学校では音楽が聞こえると、子どもたちがリズムに合わせて体を動かし、机やバケツを太鼓にしてビートを刻み出します。特徴的なアップテンポのリズムをくり返す、癖になる魅力があるザンビアの音楽。この国の人たちが陽気でプラス思考なのは音楽に秘密があるのかもしれませんが。元気を出したいときは、ぜひザンビアの音楽を聴いてみてください!



イラスト●さかがわ成美

先生と一緒に写真を撮りたい!



体育の授業で大倉さんが写真を撮ろうとすると、子どもたちが集まってきた。



JICA海外協力隊がゆく Vol. 26

難民居住区にある学校で子どもたちに勉強の意義と学ぶ楽しさを伝えてきた隊員の活動をご紹介します。

構成●坪根育美

in ザンビア 大倉優枝

おくら・まさえ
出身地:東京都 職種:小学校教育
任期:2018年1月~2020年1月



学ぶ楽しさを伝えたい!



協力隊の活動に興味を持ったきっかけは、大学生のころにボランティアのために行ったバンングラデシュで、貧しい環境のなかでも生き生きと暮らす子どもたちと出会ったことでした。そのときに、途上国で暮らす人のことをもつとよく知り、役に立ちたいという思いが湧き上がったのです。今回の活動では、中学校の社会科の非常

勤講師として勤めていた経験も役立てることができると思い応募しました。

私はアンゴラ、ブルンジ、ルワンダ、コンゴからの難民が多く住む難民居住区があるザンビアのメヘバという村に赴任しました。ここでは難民とザンビア人が、まるでひとつのコミュニティのように協力し合っていました。同地区にあるメヘバA初等教育学校が私の活動拠点です。ザンビアの教育方法は、教科書を丸写しさせるなどひたすら覚えさせるものが多く、子どもたちは勉強の楽しさやその意義を知りません。そのため実践を通した質の高い双方向の教育が求められていました。

私は、小学5年生から7年生の児童に家庭科、音楽、図工、体育といった実技科目と、読み書き計算を教えました。授業を進めるうえで大切にしていたのは、子どもたちが興味を持つ内容にすること。そのために実験や実技を多く取り入れ、読み書き計算は歌のリズムに合わせて掛け算九九を楽しく覚えられるように工夫しました。

子どもたちから「日本のことを知りたい」というリクエストがあり、ソーラン節や日本の歌、日本語を教える機会もありました。難民居住区に暮らす人々は区域の外へ出ることが容易ではなく、そこ

で生まれ育った子どもは外の世界をほとんど知りません。世界は広く、さまざまな文化や生き方があることを子どもたちに知ってほしいと強く思いました。帰国した現在、中学校の特別支援学級で支援員をしています。2021年4月からは、中学校の社会科教員になる予定です。これからは日本の子どもたちに多様な国や価値観があることを伝えていきたいです。

*1 ザンビアの義務教育は初等教育(小学校が7年、中等教育(中学校)が5年の計12年ある。

音楽学院で自身の経験を生かしながら活動していた新藤さんですが、新型コロナウイルス感染拡大の影響により現在は日本に帰国しています。しかしこの状況のなかでも現地スタッフや同僚に積極的にコンタクトを取りながら、リモートレッスンや同僚教師とのセッションを実施するなど熱心かつ意欲的に活動を継続し、前向きに歩んでいます。



企画調査員(ボランティア事業)*
藤松理子(ふじまつりこ)

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を担う。

+one information

さまざまな言語を操る若者

チュニジアに赴任してまず私が体験したのが10日間のホームステイです。一般家庭で暮らしながら日常で広く使用されているチュニジアのアンミーヤ(チュニジア方言が入ったアラビア語)と、同じく国民の間で広く使われているフランス語に慣れることが目的のひとつでした。私がホームステイでお世話になったのは4人家族の家庭で、中学1年生の息子さんと高校3年生の娘さんがいました。そこでまず驚いたのが娘さんの流暢な英語です。チュニジアでは英語があまり通じないと赴任前に聞いていたからです。彼女はすでにチュニジアの公用語とされるアラビア語と広く使われているフランス語に加えて英語の3か国語を操り、現在は高校でイタリア語を学んでいます。

チュニジアの小学生は1年生で標準アラビア語を習います。これはチュニジアの公式な言語ですが、日常の話し言葉としては使用されていません。そして3年生でフランス語を、5年生で英語を勉強します。高校の上級生になるとさらにドイツ語、イタリア語、スペイン語、中国語から1言語を選んで学ぶことができ、大学の授業はフランス語で行われるのが一般的です。歴史的に使用されている言語が幅広いため、こうしたしっかりとした語学教育が行われているだけでなく、暮らしのなかにも外国語はあふれています。

ホストファミリーとドライブしたときに流れていた音楽のプレイリストには、娘さんがアラブとヨーロッパを中心にセレクトした少なくとも7か国の歌が入っていました。また彼女は家でフランス語のテレビチャンネルを観て、英語の小説を読むなど頻りに外国語に触れていました。こうした生活習慣も若者の語学力の高さの理由なのでしょう。(新藤真理)



イラスト ● さかがわ成美



しっかり練習していきましょうね!

週に1度の個人レッスンの様子。楽譜をドレミで歌いながら弾いていく。



ダンス音楽学院モナスティール支部の前に立つコントラバスを持った銅像。

音楽にひたむきに
向き合う子どもたちが
通っています

のバイオリン発表会でピアノ伴奏する機会があり親しくなったバイオリン専攻科の教師とは、多重録音によるアンサンブル演奏をオンラインで実施しました。チュニジアは日本と比べて西洋音楽を学ぶ機会と場所が限られます。ですが私が出会った生徒たちは、自ら進んで夢を実現しようとする行動力と志を持っています。若い世代の彼らとともに、情熱を持って夢に向かっていくことの大切さをこれからも分かち合っていきたいです。



音楽学院のホールで行われた発表会。グランドピアノは2014年にJICAの協力で供与された。

生徒との信頼関係も大切です。私が引き継いだ約2週間後に開催されたピアノの発表会ではうれしい出来事がありました。発表会での演奏が初めての生徒がいたので、リハーサル中に「私のそばから離れないで、演奏を見てほしい」と言ってくれたのです。まだ出会って1か月程度でしたが、彼女が私を信頼し始めてくれたことを実感しました。いまは新型コロナウイルスの影響で一時帰国して日本にいますが、その生徒とは現在もオンラインレッスンを週1回行っています。また、現地



JICA海外協力隊
がゆく Vol. 25

チュニジアでのピアノの指導を通じて子どもたちに音楽の素晴らしさを伝えている隊員をご紹介します。

構成 ● 坪根育美

in チュニジア
新藤真理

しんどう・まり
出身地:東京都 職種:音楽
任期:2019年12月~2021年12月



生徒たちの音楽への
情熱にこたえて
いきたいです!

アメリカ留学でピアノ教育を専攻し、子どもたちにピアノを教えていた経験と、日本で児童英会話講師を7年間勤めた経験を生かして途上国で活動したいと思い、協力隊の応募に踏み切りました。中学校の卒業アルバムには将来の夢を「青年海外協力隊」と書くほど、隊員になりたいという思いを



長年持っていたのです。私が配属されたダンス音楽学院モナスティール支部は、約650名の児童・生徒が通う大きな学校で、首都のチュニスから車で2時間ほどのモナスティール市にあります。ここでピアノ専攻科に所属する6歳から18歳までの生徒22名に個人レッスンをしながら、中間試験の採点と発表会の開催をピアノ専攻科の教師たちと協力して行いました。活動を円滑に進めるには、まず同僚の教師たちと信頼関係を築くことが重要です。私は指導を行う生徒を引き継ぐ前の2週間、レッスンを見学して一緒に生徒を指導したり、意見を交換したりしながら教師たちと絆を深めていきました。

カメルーン事務所から ひとこと

カメルーン保健省は母親・新生児・小児の健康維持を優先課題とし、家族の健康増進と疾病予防の啓発などを行っています。この国では妊娠・出産での妊産婦死亡率が高く、母子の健康を守るために役立つ母子手帳の普及が急務とされています。自分の使命を感じながら野地さんは母子手帳の定着を目指して活動に尽力していました。



企画調査員(ボランティア事業)*
狩野貴子(かの・たかこ)

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を担う。

+one information 暮らしを彩るパーニュ

カメルーンの人びとはおしゃれが好き。老若男女が着ている色とりどりの衣服について目を奪われてしまいます。彼らがまとう明るく派手な模様がプリントされた布は「パーニュ」と呼ばれ、この国の人びとの生活と密接に結びついています。

現地の人はパーニュを使った服を新調するとき、まず生地屋に向かいます。大きな町には生地屋街があり、カラフルな布を大量に並べた店が軒を連ねています。どの布も素敵で目移りしてしまいそうです。その中からお気に入りのものを選んで購入したら、布を持って仕立て屋に向かいます。サイズを計測してもらい、必要であれば装飾や特別なデザインもお願いして自分にぴったりの一着を作ってもらいます。こうして仕上がった衣服は、普段着や仕事着として人びとの暮らしを彩ります。

パーニュは日常以外にも着ることがあります。たとえば結婚式やお葬式などの大きな行事の際、参加者たちは同じ布を使った衣装でそろえます。うれしいことや悲しいことを同じ衣装を着て体験することで、「みんなで体験を共有した」という思いを深めているのかもしれない。着るたびにそのときの体験がよみがえる特別な衣装には、思い出をいつまでも心にとどめておきたいという願いも込められているように感じます。

カメルーンに行く機会があれば、生地屋でお気に入りの布探しをしてみたいはいかがでしょうか。そして仕立て屋で好きなデザインの衣服を作り、カメルーン流のおしゃれをぜひ楽しんでください! (野地祐輔)



イラスト ● さかがわ成美

母子手帳の普及状況は
どうですか?



病院の医師から母子手帳の普及状況をヒアリングする野地さん(左)。

地域の人たちと
一緒に描きました!



診療所の建物に壁画を制作。住民に親しみや安心感をもってもらうことができた。

人以上増えるといううれしい変化がありました。こうした活動を続けた結果、母子手帳においては約2700部を地域の母親に配付することができました。母子手帳を手にしたお母さんを病院で見ると、協力隊としてカメルーンに来た意義を実感。コロナ禍下で予定よりも帰国が早まりましたが、いままも現地の人たちの力だけで母子手帳の普及活動が継続されています。地域の人たちのために一生懸命取り組んできたことが、彼らの心に伝わったのだと感じています。



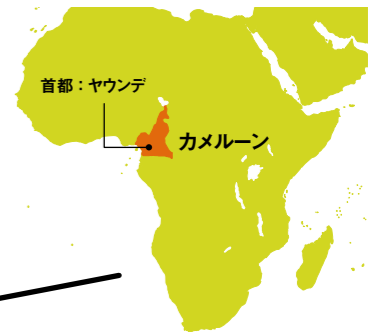
JICA海外協力隊 がゆく Vol. 24

妊産婦や5歳未満児の死亡率が高いカメルーンで、母子手帳の普及に関する活動に従事した隊員を紹介します。

構成 ● 坪根育美

in カメルーン 野地祐輔

のち・ゆうすけ
出身地:千葉県 職種:コミュニティ開発
任期:2018年6月~2020年6月



母子手帳の普及は
地域全体の健康増進に
つながります



日本から遠く離れたアフリカの姿を自分の目で確かめたいと思、協力隊に応募しました。赴任先であるカメルーンのエデア市では母子手帳の普及を目指し、母子の病気の予防や健康増進に関する活動を行いました。現地ではマラリアなどの感染症や不衛生な環境下での下痢をはじめ、子どもの死因とな



病院に来たお母さんを対象に、母子手帳を活用した健康に関する啓発を行った。

る病気が蔓延しています。私はまず地域の病院・診療所と家庭を定期的に訪問して医療環境や生活環境を調査し、人々の健康のためにどんな活動ができるかを考えました。そして母子手帳の普及のために母子手帳を活用した母親向けの健康に関するセミナーを開いたり、乳幼児の予防接種を呼びかけたりする啓発活動を始めました。母子手帳は日本発祥のものですが、妊娠時から母親と子どもの健康を維持・管理できると現地の医療従事者たちからも高く評価されていました。ほかにも「世界手洗いの日」(10月15日)と「世界エイズデー」(12月1日)に合わせて小学校では手洗い方法の指導を、中学・高校ではエイズ予防の啓発キャンペーンを実施しました。また地域の医療サービス改善にも取り組み、地域の診療所の認知度向上を目的とした壁画制作を行いました。話を聞いた約70世帯のうち多くの住民が地域の診療所の存在を知らず、都市部の大病院を利用していることがわかったからです。基本的な医療サービスに大差がないにもかかわらず一部の病院に人が集中すると、病院と患者に負担がかかり十分な医療サービスを提供できなくなります。この壁画によって、これまで月に20人程度だった診療所の受診者が10

グアテマラでは30年ほど前まで内戦が続いていて、なかでもネバフ市を含む周辺地域はもっとも被害があった場所といわれています。市川さんは「過去の悲劇を乗り越えて地域を復興させたい」という市の教育事務所からの強い要請を受けて赴任し、活動を通じて知り合った現地の教員たちからとても信頼されていました。



企画調査員(ボランティア事業)*
丸田隆弘(また・たかひろ)

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

+one information

土地の特色が織り込まれた民族衣装

みなさんは「グアテマラの民族衣装」と聞いて、どういうものを想像しますか？ マヤ文明の痕跡が色濃く残るグアテマラでは、マヤ人(マヤ系先住民)が多く住んでいます。彼らが長い間守り、引き継いできた民族衣装がすごいのです！

マヤ人の日常着である民族衣装は、マヤ文化において重要な意味を持つ赤、黄色、黒、白、緑(青)の5色を基本とした色使いと独特なデザインが特徴的です。地域ごとにオリジナルのデザインがあり、民族衣装を見ればその人が住んでいる地域がわかるほどです。土地の特色を表わす色が使われていたり、自然や宇宙のモチーフが取り入れられたりと実にさまざま。生地素材も各地域の気候に合わせて工夫されています。町中で堂々と民族衣装を着こなす女性たちを目にするたびに、民族と故郷に対する誇りを感じました。

美しいデザインは、おもにウィピル(貫頭衣)に施されます。かなり繊細な部分も含めてすべて手織りで作られているのだから驚きです。手が込んでいるものほど価値は上がり、ウィピルは高価なものだとされています。グアテマラの平均月収は日本円で3~4万円といわれているのですが、私が住んでいたネバフ市のものは色鮮やかでデザインも細かいため1着約1万5,000円もの値段がついていました。マヤ人にとって民族衣装は財産でもあるのです。

さまざまな土地の特色が織り込まれたグアテマラの民族衣装——いつかこの国を訪れた際は、ぜひ注目してみてください！ (市川あかね)



イラスト ● さかがわ成美



みんな、
わかりましたか？

模擬授業を行う市川さん。教員はこの様子を見て授業の進め方を学ぶ。



こうして書くと
わかりやすい！

教員に板書の仕方を教えてよりよい授業にしていこうと目指す。



実際のグアテマティカの教科書(右)とグアテマティカを使って算数の授業を受ける子どもたち。



JICA海外協力隊
がゆく Vol. 23

算数教材「グアテマティカ」を普及させるため教員指導に力を注いだ隊員をご紹介します。

構成 ● 坪根育美

in グアテマラ

市川あかね

いちかわ・あかね
出身地:愛知県 職種:小学校教育
任期:2018年6月~2020年6月



首都:グアテマラシティ
グアテマラ

毎日が挑戦でしたが、
現地の方の優しさに
助けられました



昔から抱いていた「海外で活動する」という夢をかなえるために、大学で取得した教員免許を生かせる海外協力隊に応募しました。私が赴任したのは、グアテマラのネバフ市。約7時間かけて首都から長距離バスを乗り継ぎ、いくつもの谷を越えてたどり着きます。そ

こで地域の小学校で使われる算数教材「グアテマティカ」の普及と教員指導に関する活動をしました。グアテマティカは同国で初となる算数の国定教科書で、日本も技術協力で貢献しています。

通常は一定の質を確保した授業が行えるように、授業の手順などが載る教員に向けた指導書を使用します。ですが指導書自体は作られていたものの赴任したばかりの頃、学校には一冊もない状態。そこでまず、配属先のキチエ県教育事務所の職員と市役所に行って指導書を印刷するための費用援助をお願いしました。その結果市内のモデル校5校の教員全員に指導書を配付することができました。

その後、指導書に沿った教員がグアテマティカを使った授業を行えるようにするための活動を始めました。そのひとつがモデル校の巡回です。各学校で算数の授業を観察し、進め方に関するアドバイスをしたり、授業で出された問題を子どもたちと一緒に解いて、つまづく部分を把握したりしました。私が先生になって授業を行い、その様子を教員に見てもらおうと模擬授業をするのも、また教員に向けた研修会を月に1度実施し、授業内容に差がないよう指導書の活用方法や知恵も共有しました。教育に関する相談や質問を受け

ることも次第に増え、教員一人ひとりの変化を実感。最終的にほとんどの教員がグアテマティカを使って授業を進められるようになりました。「この方法を続けていきたい。教えてくれてありがとう」と言ってもらえたときはうれしくて涙が出そうになりました。現地で初となる小学校教育隊員だったためおたがいに戸惑うことも多かったのですが、彼らの優しさについて私が支えてもらっていました。今回の隊員活動の経験を生かして、これからも新しいことに挑戦していきたいです。

日本の無償資金協力*2で建設された水道会社の浄水施設から、水道配管地図の作成を通して無収水の削減に取り組みたいとJICAに要請があったことから高津さんの派遣につながりました。高津さんはGPSを片手に同僚と町を歩き、時には土に埋もれたメーターを発掘したり、破裂した水道配管の調査をしたりと根気強く活動していました。



企画調査員(ボランティア事業)*3
森田 瞳子(もりた・とうこ)

*2 途上国に資金を贈与し、その国が経済社会開発のために必要な施設を整備したり、資機材を調達したりすることを支援する形態の資金協力。
*3 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

+one information

ケニアのキャッシュレス事情

昨今よく耳にする“キャッシュレス化”という言葉。実はケニアでは、すでに多くの人がキャッシュレス決済を利用しています。私もケニアに赴任してから知ったのですが、一番有名なのが携帯電話のショートメッセージを使って送金や支払いなどのお金のやり取りができる「M-PESA」と呼ばれるサービスです。Mは“モバイル”を、PESAはスワヒリ語で“お金”を意味しています。スマートフォンだけでなくガラケーでも利用可能でとても便利なんです。

M-PESAは、ケニアにあるたいいの店で使うことができます。店以外にも使える場所は広がっていて、タクシーの支払いを運転手の携帯電話に直接送金して行うこともあるとか。ちなみに、私が所属していた水道会社も窓口での支払いがM-PESAのみとなり、当たり前のようにキャッシュレス決済が使われていることに驚きました。

現金の入金や出金は町のいたるところにあるM-PESAの代理店で行うことができ、銀行やATMがないような小さな町でもM-PESAの代理店は必ずあるといわれています。それだけ人々の生活にこのサービスが根づいているということなのですね。

ケニアではいまだに銀行口座を持っていない人も多くいるのですが、M-PESAは銀行口座を持っていなくても電話番号さえあれば手続きできるのが大きな特徴です。また、国民の携帯電話保持率も高く、こうしたケニアの社会的な背景とうまくマッチしてM-PESAの利用を後押ししたといえます。日本のキャッシュレス化はこの先どのように進んでいくのでしょうか。私も楽しみです。

(高津早由里)



イラスト ● さかがわ成美



チームワークが
大切!

GPSから水道メーターの位置情報を取得している高津さん(右)。同僚が持つリストと照らし合わせながら作業を進める。



パソコンの
作業もばっちり

事務所に戻ってからは、取得したデータをパソコンに取り込み水道配管地図を作っていました。



時にはメーターが地面に埋まってしまっていることも。こういう場合は見つけるのが容易ではない。



JICA海外協力隊
がゆく Vol. 22

ケニアの水道局で
IT技術を用いて活動した
隊員をご紹介します。

構成 ● 坪根育美

in ケニア
高津 早由里

たかつ・さゆり
出身地:千葉県 職種:コンピューター技術
任期:2017年10月~2019年10月



コンピューターを使って
地域の水道配管地図を
作りました

これまでにシステムエンジニアやITサポート業務の仕事を通して、IT技術を習得してきた。海外協力隊では、ケニアのカプサベットという町にある水道会社に所属して、GIS (Geographic Information System) を使った地域の水道配管地図の作成と、それを分析して無収水率を下げるための活動に携

わりました。GISとは地理情報システムのことで、この技術を使うとコンピューターで地図が作成でき、さらにその地図にさまざまな情報を追加することが可能です。このシステムを使用するのは初めてで、活動内容を知ったときは驚いたのですが「きっと私にできることがあるはずだ」と思い、挑戦することにしました。

地図を作成するために、まずは顧客情報の整理から始めました。そこで、水道会社の情報システムを担当しているスタッフ数人と一緒に、会計システムに入っている顧客データの精査作業を行いました。なかにはエクセルの操作もままならないスタッフもいたので一から教えることもありました。

赴任して1年が過ぎた頃から、精査した顧客情報をもとに、スタッフと調査に向きました。GPSを持ち歩き、水道メーターや水道配管の場所のデータを取得するのが目的です。事務所に戻ってはデータをパソコンに取り込んで地図を作成していきます。メーター番号や設置年、顧客名などの情報も追加します。顧客情報にあった住所の場所がわからず探し回ることも多く、かなりの時間がかかりましたが、任期中にカプサベット地域の水道配管地図を完成させることができました。最初

はどこか他人事(ひとごと)のようだったスタッフが徐々に率先して地図作りに取り組みようになっていき、私の離任間近になって「もう一人で地図を作るよ」と言ってくれたときはとてもうれしかったです。日本では当然のように使われている地図の貴重さを含め、多くのことを体感しながら学んだ2年間でした。今後は海外はもちろん、新たな場所で挑戦したいと考えている人たちに私の体験談を伝えていきたいです。

*1 水道配管からの漏水、盗水、水道メーター故障などにより料金を徴収できていない水の割合。

派遣元企業の人事担当から
ひとこと

JICAの民間連携事業への参加はCSR(企業の社会的責任)活動としての意義以上に、社員のチャレンジ精神の醸成や、語学力、企画・調整力、異文化適応力などの向上が期待できます。守能さんも帰国後、これまでよりも広い視野で物事を分析できるようになり、対応力の成長を感じています。今後ますます当社事業の発展に貢献してくれることでしょう。



オリエンコーポレーション
二宮 哲次(にのみや・てつじ)さん

+one information

いつでも、どこでも写真撮影

タイで暮らす人々と写真撮影は切っても切れません。観光地、イベント、祭りだけでなく、会社の会議中にも撮影をします。葬式の際、友人や関係者と必ず記念写真を撮ることを知ったときは驚きました。タイらしいといえば、托鉢中の僧もよく被写体になっています。

自撮りが大好きな国民でもあり、仕事中に携帯を見ているかと思えば自撮りにいそんでいた、なんてことはよくある光景のひとつです。ある日、たまたま乗ったタクシーの運転手が、信号待ちのたびに自撮りをするので質問してみました。「なぜ、タイの人はそんなに自撮りをするのですか?」「タイ人はつねにどうしたら自分を格好よく、かわいらしく見せられるかを研究しているのさ」。運転手の答えを聞いて、自撮りを心の底から愛する文化を少し理解できたような気がしました。

タイの国民の約95パーセントは仏教徒です。その多くが週末になると近所の寺やご利益があることで有名な寺へ参拝します。もちろんここでも写真撮影は行われます。参拝中・参拝後とさまざまな角度から、幾度もポーズを変えて「写真撮影会」が繰り広げられるのです。寺には「インスタ映えスポット」がいたるところに用意されています。金や銀の装飾を施された本堂や、巨大だったり、電飾で囲まれていたりする仏像など多種多様です。「これは、参拝客の増加を願う寺側の「インスタ映えスポット」を利用した戦略だな」と、マーケティングの観点から分析して学ぶこともありました。(守能俊治)



イラスト●さかがわ成美



OTOP商品が一堂に会するタイの展示会の様子。

JICA海外協力隊の民間連携とは?

以下の三つを目的に日本国登記法人が社員をJICA海外協力隊として推薦する制度。

- ① 企業の持つ人材と支援体制を活用
- ② 企業の海外展開支援
- ③ 企業の人材育成支援

詳しくはこちらから



さらに魅力的な商品に
していきましょう!



右：ノンタブリー県のクレット島に伝わる伝統的な文様などが彫刻された陶芸品。
左：OTOP新規生産者向けにマーケティング講習を行う守能さん(左)。



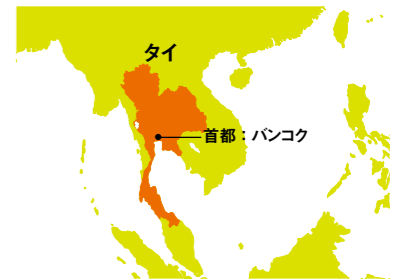
JICA海外協力隊
がゆく Vol. 21

会社に所属しながら協力隊に参加し、マーケティング支援に携わった隊員を紹介します。

構成●坪根育美

in タイ
守能俊治

もりのう・としはる
出身地：茨城県 職種：マーケティング
任期：2018年9月～2019年9月



これまでに培ってきた
マーケティングの知見を
生かして活動しました

私が勤めるオリエンコーポレーションは、クレジットカードや融資事業をはじめ幅広い金融商品・サービスを提供している信販会社です。今回、タイのノンタブリー県でOne Tambon One Product*(一村一品運動。以下、OTOP)に取り組み生産者グループへのマーケティング支援の要請があり、会社に所属しながら参加できる民間連携の社内公募に応募しました。マーケティング支

援とは、販路拡大、品質改善、パッケージング、広報宣伝などを行い、お客さまが商品を自然に買いたくなるような状態をつくることです。会社で法人営業を5年以上経験し、そこで得た相手のニーズをとらえて適切な商品を提供していくスキルを生かしたいと思いました。

派遣されてから私はまず、タイでのOTOPの全体像をつかむために、その歴史や、ノンタブリー県庁が実施しているマーケティング施策、商品ができるまでの流れを学ぶことにしました。併せて県庁の職員や生産者とコミュニケーションを取り、展示会にも足を運びました。そのなかで見えてきたのは、多すぎる商品数や低い価格設定などの課題です。そこで生産者向けのマーケティング講習の実施や、新たなパッケージング提案をはじめとするアドバイスを行い自分の意見を伝えていきました。

さらに、4万人以上いるといわれるタイ在住邦人に向けた広報宣伝活動にも力を入れました。調べてみると、タイ在住の邦人の方たちは現地情報を邦人向けフリーペーパー、ブログ、ユーチューブなどから得る傾向が高いことがわかりました。そこで、それらの会社や運営者にアプローチを行い、OTOP商品の宣伝協力をお願いし続けました。その結果、県内

で開催された大規模な展示会でOTOP商品の宣伝に協力を得て広報効果を上げることができたのです。

任期中は、現地でのコミュニケーションの壁やOTOP商品に対する自分のアドバイスの限界などを感じて、悩む時期もありました。しかし、さまざまな挑戦を通して連携の経験値を積み重ねることで、社の一員として、さらに人として成長できたと感じています。

*タイで行われている地域経済活性化のための運動(村ごと)の特産品を育てていく。日本の大分県で始まった一村一品運動をモデルにしている。

タンザニア事務所から ひとこと

タンザニアは新生児、乳児および妊産婦の死亡率が高い国です。そのため専門家の母子保健技術の向上や、母親への母子保健に関する指導、思春期の子どもたちへのリプロダクティブ・ヘルスの啓発が必要とされています。由利さんは母子保健の関係者と信頼関係を築きながら活動を続け、地域のお母さんや子どもたちから愛された存在でした。



企画調査員(ボランティア事業)*
辻本 誠(つじもと・まこと)

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

+one information
活気があふれる魚市場

私が赴任していたバガモヨはインド洋に面した地域です。地元の人たちは、朝は海から昇る朝日を浴びて波の音を聞きながら散歩し、夜は月明かりの下でのんびり過ごします。海辺では祝日になると何かしらのイベントが開催され、とくに音楽や踊りのイベントであるバガモヨ・フェスティバルは多くの人でにぎわいます。海上に浮かぶたくさんのダウ船*や街に残る奴隷貿易時代の痕跡など興味は尽きません。

そんなバガモヨの生活で欠かせないのが魚市場です。漁業が盛んなこの地域では、水揚げされた新鮮な魚介類は港の市場に並び、そこで競りが始まります。商人だけでなく地元の人たちも参加するため、私の同僚も競りの時間に合わせてよく仕事を早退して参加しました。魚市場にはアフリカのカラフルな布をまとった多くの女性が集まり、鮮やかな光景が広がります。

待ちに待った漁船が港に着くと魚市場は一気に活気があふれます。タイやマグロ、くちばしの長い魚、深海魚のような顔の魚、タコやイカをはじめさまざまな海産物が市場にずらりと並びます。魚をさばくことを業としている人もいて、お客が魚を買った後「俺がさばく」「いや、俺の客だ。俺がさばく」と客の取り合いになるので気が抜けません。

そんなやりとりを横目に少し歩けば、砂浜が広がっています。そこにはやかんに入ったコーヒーやピーナッツでできた「きなこ棒」のようなお菓子、ゆで卵を売っている男の子たちの姿も。そのへんに座って海を眺めながら友人と過ごした穏やかな時間が懐かしく思い出されます。(由利紗織)

*古代から現在までアラビア海・インド洋で活躍している伝統的な木造帆船で、大きな三角帆が特徴。



イラスト●さかがわ成美



初めて知ることが
たくさんあるね

若年妊娠についてスワヒリ語で書かれた絵本を使った授業の様子。

JICA海外協力隊の大学連携とは？

現地での活動支援を充実させるために特定の大学の専門性・知見を活用し、大学側の組織的バックアップ(教員、委員会からの指導など)のもと、大学生や大学院生らを派遣する制度。

- 覚書を交わした大学数: 28大学
- 派遣者数累計(長期・短期含む): 960名
- *2020年3月末時点

詳しくは
こちらから



最近の体調は
どうですか？

右: 中学校で行った命をテーマにした授業内で妊婦体験を実施。
左: 巡回がない日は、保健局に併設された県立病院で妊婦健診を行う。



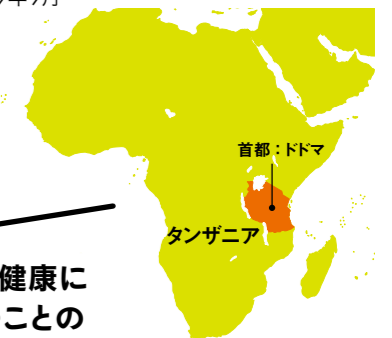
JICA海外協力隊
がゆく Vol. 20

助産師の経験を生かし、
タンザニアで母子保健に関する活動に
従事した隊員を紹介します。

構成●坪根育美

in タンザニア
由利紗織

ゆり・さおり
出身地: 秋田県 職種: 看護師
任期: 2018年1月~2019年9月



自分自身の健康に
興味を持つことの
大切さを伝えました

総合病院で12年ほど助産師として勤務した後、聖路加国際大学大学院看護学研究科に入学しました。大学院への進学を検討しているときに、タンザニアの母子保健分野の医療サービス向上を目的とした聖路加国際大学とJICAによる大学連携の派遣隊員制度を知り応募しました。病院勤務で母子に寄り添ってきた経験を生かせると思ったからです。

私は漁師町のバガモヨに赴任し、保健施設と小・中学校を巡回して保健衛生や環境に関する調査や指導を行ったり、ワクチン接種に同行したりしました。そこで気がついたのは、ものが「ない」のではなく、ものの「使い方」に問題があるということでした。たとえば、冷蔵庫に薬剤が保管してあっても適切な温度管理ができていないところは限られます。薬剤を提供するだけでなく、管理方法をしっかり伝えていくことも必要だと感じました。

さらに今回の活動で重要だったのが、小・中学校で行うリプロダクティブ・ヘルス教育の改善です。タンザニアの妊産婦死亡率は日本の約100倍と高く、その要因には危険な中絶や10代の若年妊娠が含まれます。また日本の場合、生徒が妊娠を理由に退学しても復学できる可能性がありますが、現在の国では二度と学校に戻れません。バガモヨの小学校だけでも年間3~5人の女の子が妊娠を理由に退学し、学ぶ機会を奪われています。そこで学校の教員や、県庁保健課と教育課の職員たちと話し合い、生徒が体験から学べる教育を実施しました。なかでも水のボトルとアフリカの布で作った妊婦体験ジャケットの授業や、若年妊娠がテーマの絵本を題材とした劇を取り入れた授業は好評でした。

活動を続けていくうちに、街中でも、子どもたちから学校で受けたワクチンについて聞かれたり、妊婦さんやお母さんから出産と避妊に関する質問をされたりすることが増えました。地域の人たちが健康に興味を持つようになり、学校と病院の橋渡しができたと感じうれしかったです。

現在、私は日本の看護大学で教員をしています。これからは未来の看護師や助産師たちに私の経験を伝えていきたいと思っています。

*性生殖に関する健康と権利について学ぶ教育のこと。



JICA海外協力隊 がゆく Vol. 19

今回は高校生の頃からの思いがエチオピアでの活動につながった隊員を紹介します。

in エチオピア 佐賀千紘

さが・ちひろ 31歳
出身地:兵庫県 職種:コミュニティ開発
任期:2017年10月~2019年10月



楽しく覚えられる
手洗いソングを
作りました♪



みんなで
歌いましょう!

現地の参加者とともに手洗いソングを歌う佐賀さん(右の帽子の人物)。



ロープポンプを設置している村の住民にヒアリングを実施。



幼稚園での指導の様子。シールを使ったゲームで手のどこに雑菌がいるかを伝えた。

私が JICA 海外協力隊に興味を持ったのは、高校生のとき。通学路の途中に貼ってあった JICA 海外協力隊のポスターを見たことがきっかけです。ポスターに写ったアフリカの子どもたちのきらきらした目を見て「なぜアフリカは貧しくて大変な環境なのかなのに、子どもたちの目はこんなに輝いているのだろう」と思ったのです。その後、大学生となりフィリピンで何度かボランティア活動

をして就職しましたが、アフリカで活動したいという思いが消えず勤めていた会社を退職。アフリカで自分の経験を生かせそうな募集に応募し、派遣が決まりました。エチオピアでは配属先や村の人々とともに、JICA の技術協力プロジェクトによって普及したロープポンプの利用状況調査や保守管理の支援を行いました。また、子どもたちの衛生問題の改善を目的とした手洗い指導にも取り組みました。ロープポンプとはロープで作られた簡易ポンプのことで、ハンドルを回すだけで簡単に水をくみ上げることが出来ます。村の家庭にある浅井戸に設置するものなのですが、私はおもに設置された村に赴いてメンテナンスと普及状況の調査をしていました。手洗い指導は、幼稚園や小学校の現場で活動する隊員たちと一緒に行いました。手洗いの方法だけでなく、なぜそれが必要なかを伝えることも大切です。紙芝居ミニゲーム、手洗いソングを用いて楽しく覚えられるようにしました。なかでも手洗いソングは、音楽の先生を目指す現地の方に作曲を依頼し、エチオピアのダンスも加えました。子どもたちになじみやすく、歌いながら自然に正しい手洗い方法が身につくと、とても好評でした。

幼稚園や小学校だけでなく、孤児院や難民キャンプなどさまざまな場所でも手洗いの大切さを伝え続けた結果、町を歩いてみると子どもたちから「手洗いしてるよ」と声をかけられることも。現地のお母さんたちから、子どもがおなかをこわすことが減ったという話を聞いたこともうれしかったです。隊員の活動を終えた現在、私は途上国の人たちが来日して日本の知見を学ぶ研修に関わる仕事をしています。エチオピアでの経験を生かして、彼らに寄り添っていきたいと思っています。

+one information

コーヒーとともにある 人々の暮らし

憧れのアフリカに行くことが決まったばかりの頃は、メディアで見たカラフルな洋服やお尻を振るダンスといったアフリカ文化に触れることを楽しみにしていました。しかし、いざエチオピアに行ってみると想像とは違っていたのです。カラフルな服ではなく真っ白な伝統衣装、お尻ではなく肩を揺らすダンス—すべてにおいて独自性がありました。エチオピアは、サハラ砂漠より南にある地域の中で唯一植民地化されることがなく、独自の文化が色濃く残る国なのです。

なかでも「コーヒーセレモニー」は特徴的です。エチオピアは「コーヒー発祥の地」ともいわれ、エチオピアコーヒーは世界的にも有名です。もちろん国民にとってもコーヒーは生活の一部。アフリカの他国でも生産していますが、それはほぼ輸出用です。この国では生産量の半分が国内で消費されるというから驚きです。

コーヒーセレモニーは日本でいう茶道のようなもの。客人をもてなすときの伝統的習慣で、淹れ方に独特のルールがあります。なんと、まずは焙煎していない生のコーヒー豆を水で洗うのです。そのあと、きれいになったコーヒー豆を火で煎ってから粉状にし、コーヒーを淹れます。生の豆を使うこと、コーヒーは3杯淹れることが作法であるコーヒーセレモニーは2~3時間かかるのが当たり前。時間をかけてゆっくりと、コーヒーのおいしさと客人との会話を楽しむのです。また客人をもてなすときだけではなく、食事の後にすることもあります。

エチオピアでは、「ブナバット(コーヒー屋)」がいたるところにあります。私の同僚は毎朝出勤するとすぐに「コーヒー屋に行くぞ!」と誘ってくれて、店に着くと必ず何人ものほかの同僚に会いました。飲み方も多種多様です。おちょこのような小さいカップを使い、ブラックか砂糖を入れるのが定番ですが、田舎に行くと塩を入れて飲む人々も。香り高いエチオピアコーヒーにはほんのひとつまみ塩を加えると、香りが引き立ってよりおいしくなるのだそうです。日本では当たり前の食文化も、実は世界では多様だということを実感した経験でした。

(佐賀千紘)



イラスト●さががわ成美

in モルディブ 吉川志乃

よしかわ・しの
出身地：大阪府 職種：水泳
派遣期間：2004年4月～2006年4月

水泳指導が
受け継がれて
いました！



今のチームの同僚、子どもたちと。前列右から2人目が吉川さん。

私は2004年から2年間、モルディブ共和国の水泳協会で水泳隊員として活動しました。6歳の初心者から22歳の国際大会に出場する選手まで、200名以上に水泳指導を行いました。モルディブにはプールがないため、活動場所は海。宗教上の理由から、多くの子どもたちは練習も試合も服を着たままでした。そんな状況でも、子どもたちはいつも水泳を楽しみに来てくれました。しかし、一部のコーチは時間通りに来なかったり、海に入らないことがあったりと、すべてが順風満帆とは言えない中で奮闘の日々でした。

任期が終了して帰国後もしばらく関係は続きましたが、次第に連絡も途絶えがちに。5年ぶりにモルディブの水泳場をひょっこりと訪れたとき、協力隊時代の同僚たちが水泳協会から独立し、自分たちでスイミングクラブをいくつも立ち上げていました。それには本当に驚きました。かつては時間通りに来なかったコーチが、新しく雇われたコーチに泳ぎ方の補助の仕方や時間の大切さを教えていたのです。また、コーチの中には私が隊員時代に指導していた子どもたちがいて、とてもうれしく思いました。クラブの設立により飛躍的に水泳人口が増加し、大人のクラスも開設されて、幅広い年代に水泳が広がっていました。

そして活動を終えて12年後に、なんと私が現地の水泳クラブから誘いを受け、現在はコーチとして所属しています。私の活動が引き継がれていたことに、隊員時代の同僚と今の同僚、水泳協会関係者、保護者そして子どもたちに感謝の気持ちでいっぱいです。これからもどのような形になろうとも絆は続いていくと信じています。



上左：海につくられたマレ水泳場。
上右：2015年にマレの水泳場を訪れ、コーチたちと再会した吉川さん（前列右から2人目）。
左：協力隊時代の吉川さん（右）。



ブータン事務所から ひとこと

旧型から最新の車まで、多様な自動車が走るブータン。職業訓練校の講師たちも修理の経験が少ないため、講師と生徒、両方の人材育成のためには、坂本さんのような実務経験の豊富な人が欠かせません。坂本さんは教え方が「ていねいでわかりやすい」と人気で、とくに「失敗から学ばせる」やり方は生徒たちにとって新鮮だったようです。



企画調査員（ボランティア事業）*
並木 亮（なみき・りょう）

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。



電気の流れは
わかったかな？

同僚の講師に向けて行った電子制御故障探求法のトレーニング。電気の流れや制御の仕組みなどを伝えながら、故障の原因を探していく。



屋外でも
授業は続く

気温が下がったある日。教室に暖房がないので、日の当たる屋外で授業。



教材車から取り外したトランスミッション（変速機）を生徒に見せて構造を説明する坂本さん（左から2人目）。



JICA海外協力隊 がゆく Vol. 18

南アジア地域のブータン、モルディブで活動する二人の隊員を紹介します。



新旧のどんな自動車でも
的確に整備できる
人材を育てたい！

in ブータン 坂本達也

さかもと・たつや 32歳
出身地：群馬県 職種：自動車整備士
任期：2018年1月～2020年7月

私が派遣されたのは首都にあるティンプー職業訓練校。自動車整備に特化した学校で、今後、自動車電装コース、ハイブリッドと電気自動車コースが開講予定です。現在、10代後半から20代後半の生徒が約50名在籍しています。

ブータンでは、環境への悪影響や急峻な山道での故障による事故を避けるため中古車の輸入が禁止されていることもあり、新車の購入が一般的です。一方、自動車は高価なので、多くの人は買い替えずに修理して長く乗っています。つまり、旧型の車から最新の車までが混在していて、自動車整備には多様な技術が必要とされます。

その人材育成を担っているのが配属先の職業訓練校です。しかし、自動車や部品の製造を外国に頼っているブータンでは、最新の電子制御式の自動車整備技術を教えることが難しいため、JICA 海外協力隊に講師としての自動車整備士派遣の要請がありました。私は自動車整備士として国内外で働いてきました。さまざまな国籍の人たちと意思疎通をはかりながら働いたニュージーランドでの経験も生きるのではと考えて応募し、派遣が決まりました。

派遣先でまず行ったのは、授業を通して生徒に安全確認の手順を習得させること。そのうえで、ときには日本の自動車整備士の教科書を参考にしながら、自動車整備の基本作業である部品の構造や着脱と分解、点検方法を座学と実習で指導しています。

課題は、電子制御式自動車の整備技術の向上でした。学校には、エンジン不調の原因がわからず同僚の講師たちが2年以上修理できなかった電子制御式エンジンの教材車がありました。現地の技術者と一緒に修理したときに実感したのは、電気の基礎と電子制御の知識が足りないということ。同僚たちに向けた講義と、あえて電気回路を故障させた自動車を故障診断させる電子制御故障探求法のトレーニングを実施しました。自動車の中の電気の流れや電子制御式エンジンの構造の理解が進みました。

まだまだ適切に整備されている車が少ないブータンですが、この学校で学んだ生徒たちが、自信をもって自動車整備の仕事をしてくれることを期待しています。



JICA海外協力隊 がゆく Vol. 17

野球を通じて、メキシコの子どもたちの心身の成長を手助けする隊員の活動を紹介します。

in メキシコ

金澤達記

かなざわ・たつき 24歳
出身地：兵庫県 職種：野球
任期：2018年10月～2020年10月



コミュニティの人たちと一緒に
野球の楽しさを
伝えています

6歳から野球を始め、教育実習などで野球指導の経験も積んできました。大学在学中に世界野球機構が主催するマレーシアでの野球ボランティア活動に参加。そのとき世界には野球の指導を受けたい子どもがたくさんいるのに、正しい指導スキルを持つ指導者が少ないことを実感しました。

州オメアルカ市から、子どもたちの健全な心身の成長をサポートする野球指導者がJICA海外協力隊として要請されていることを知って応募。派遣が決まりました。2018年から同市市役所のスポーツ振興課に配属され、現在は地域の野球チームと小学校への巡回指導、障害のある子どもに向けた親子運動教室などを行っています。

オメアルカ市では野球が大人たちに人気で、草野球のチームもあります。大人の娯楽にとらえられていません。体育の授業に球技がないので子どもたちが野球をする機会はありません。そこで学校の訪問授業では、野球やさまざまな球技を経験してもらいました。ある小学校の校長先生からは「子どもたちは体育の授業をとっても楽しみにしていて、学校に来るモチベーションになっていきます」とうれしい言葉をいただきました。

体は
ボールの正面に



コミュニティの野球チームで子どもたちにボールの取り方を教える金澤さん(右端)。

しっかり
構えよう!



小学校での野球指導の様子。体育の授業として、男子も女子も一緒にプレイする。

メキシコ事務所からひとこと

近隣地域に派遣されていたJICA海外協力隊の活動を聞いたオメアルカ市の副市長が、子どもたちの成長に日本の若者の力を貸してほしいとJICAに要請したことが、金澤さんの派遣につながりました。金澤さんは野球に対する地元の考え方や技術を取り入れながら、子どもたちに合った指導を行っています。地元のほとんどの人に知られていて、家族のように愛される存在です。



企画調査員(ボランティア事業)*
小島聡成(こじま・としあき)

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

+one information

多彩な具材が癖になるタコス

メキシコでの生活が決まったとき、食べることが大好きな僕の頭に浮かんだのは、日本のおいしいお米や新鮮な野菜、和食が食べられなくなる、という食事への不安でした。しかしメキシコで暮らしてはや1年3か月。苦手だと思ふメキシコ料理に出合ったことはなく、すべてがおいしいんです!

メキシコ料理は、アステカ族やマヤ族などの先住民の料理がスペイン料理の影響を受けて成立したといわれています。多くのメキシコ人がよく食べるのが、つぶしたウモロコシで作った生地を薄く焼いたトルティーヤです。トルティーヤ料理はたくさんありますが、私が一番好きなのは、肉や野菜を挟み、好みでライムを搾って食べるタコス。具材は牛・豚・鶏・羊の肉や野菜・卵など多彩です。なかには牛の脳みそ、頭、内臓など、日本ではあまり食べない部位が具材になっているものもあり、最初は驚き、少し戸惑いましたが、いざ食べてみるとこれがまた癖になる味でとてもおいしいんです。

そんなタコスに欠かせないのが、サルサと呼ばれる辛いソースです。どこのお店にもサルサバルデ(緑色のトマトを使ったサルサ)とサルサロハ(赤いトマトを使ったサルサ)が置いてあります。店ごとに材料が異なり、ハバネロをふんだんに使ったサルサは辛さのレベルが違うので要注意です。初めてハバネロのサルサをかけたときには、本当に口から火が出そうでした。サルサは一度少し手にのせて味見してからタコスにかけるのがいいようです。

タコスもサルサも家庭やお店、地域によって味が違います。メキシコにいらしたら、ぜひ本場のおいしいタコスを食べ比べてみてください。(金澤達記)



イラスト●さかがわ成美



障害のある子どもたちとの運動教室で、日本の幼児番組で人気のダンス「エビカニクス」を一緒に楽しんだ。

になりました。私の任期が終わっても、野球チームの活動が継続できると感じています。現在市内に子ども野球チームは10あり、約150人が野球を楽しんでいます。これまでに2度、オメアルカ市少年野球大会を開催。さらに市内で選抜チームを作り、ほかの市のチームと試合も行いました。

チームワークや協調性などを育むことができる球技の楽しさ、達成感などを、残りの任期いっぱい、子どもたちに伝えていきます。

ウズベキスタン事務所から ひとこと

サッカー隊員として派遣された相馬さんの目的は、スポーツを通じて青少年の健全な育成を図り、選手の能力を向上させること。個人プレーに走りがちな子どもたちにとって、相馬さんが指導する連携プレーの練習は地道なものが多いのですが、「考えるサッカー」「チームでプレーすること」を目標に、子どもたちと一緒に楽しく活動しています。帰国後は、この経験をぜひ日本の学校で生かしてください。



企画調査員(総務・ボランティア事業)*
水野茂博(みずの・しげひろ)

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。



ともにプレーをしながら、ボールだけでなく周囲を見ることの重要性を教える相馬さん(左)。



JICA海外協力隊 がゆく Vol. 16

今回紹介する隊員は、
中央アジアのウズベキスタンで
子どもたちにサッカーを教えています。

in ウズベキスタン 相馬 芳紀

そうま・よしき 33歳
出身地:東京都 職種:サッカー
任期:2018年7月~2020年3月



+one information “青の都”サマルカンド

ウズベキスタンの古都サマルカンドはユネスコ世界遺産にも登録されている観光都市で、“青の都”と呼ばれています。その名の由来は晴れて青空が広がる日が多く、また少しでも空に近づけるようにと壮大な青いモザイク模様を描かれたイスラムの建築物が多いからと聞きました。この街にいと、ティムール朝やチンギス・ハーン、シルクロードなど高校生の頃に世界史で習った言葉が頭に浮かんできます。

サマルカンドは観光立国を目指すウズベキスタン最大の観光地で、日本からも多くの観光客が訪れています。イスラム建築群の多くが集中するレギスタン広場は、サマルカンドの中心地でとてもエキゾチック。日本とはまったく違う品々が並ぶバザール(市場)も魅力的です。もちろん、羊肉や牛肉が中心の料理やチャイ(お茶)などもおいしいです。

サマルカンドでは、多くの人がウズベク語、ロシア語、タジク語を日常的に話しますが、英語は話せない人が多いようです。近年は外国語教育に力を入れており、観光名所で座っていると日本語や英語を学んでいる学生に声をかけられることもしばしばあります。専攻する言語の習得のために話しかけているのだそうです。日本では恥ずかしさが先行して躊躇するようなことでも積極的に、真っ直ぐなところがウズベキスタン人らしいな、と感じています。

そんなウズベキスタン、ぜひ訪れてみてください。(相馬芳紀)



イラスト ● さががわ成美



雪が降った日、練習に集まった子どもたちと。



おたがい真剣勝負!

指導しているチームと日本のJリーグユースチーム(高校生年代)との交流試合。

チームプレーを大切にしたサッカーを教えています

チームで、実質的にはプロの下部

組織です。そのほかに、スポーツセンターのサッカースクールで定期的に教え、さらにいくつかの小中学校を巡回しています。

サッカーはウズベキスタンで一番人気のあるスポーツで、ワールドカップとオリンピックへの出場が国民の悲願です。選手たちはドリブルで突破するなどの個人プレーが好きですし、また得意ですが、周囲を見て行う連携プレーはすこし苦手。そこで、苦手を克服してもっとサッカーが上達するように協調性を養い、チームプレーにつながる練習を取り入れました。しかし、今まで反復して技術を身につける練習が中心だった選手たちにとって、攻撃と守備に分かれて実践的に行う練習は経験がありません。その意図や目的がなかなか伝わらず、サッカーの原理・原則を教えることがこんなに難しいのかと落ち込んだこともありましたが、いっばいで同僚のコーチからは「毎日専属で来てほしい」と言われ、こうした指導が必要とされていることも感じました。

どうしたら子どもたちに練習の意味を伝えられるのだろうかと考えていたときに気づいたのは、日本とは文化や環境の違う国だからこそ、人への伝え方も変えなければならぬということ。ただ言葉で教えるのではなく、体を動かし

実際にプレーを見せて、周りを見てプレーすることの大切さに彼ら自身で気づくような指導を心がけました。そのうえで、練習や試合で多くの状況を考え、適切な判断ができるようになってほしいと考えています。

こうした経験は私自身にとっても刺激になりましたし、日本のスポーツで大切にされる協調性の素晴らしさを再確認しました。派遣が終了した後も、指導をするときにはそのつど現場で求められることを理解し、実践できる力をつけていきたいと思います。

モロッコ事務所から ひとこと

若年層の高い失業率の改善、教育の質・アクセスの向上を目的に、職業訓練プログラムの情報コースへの支援が要請されていました。現場では、モロッコ人職員と協力して生徒の意欲向上や教材・設備の充実に取り組むことが求められており、進藤さんはさまざまなアイデアを提案し、同僚からの信頼を得ています。



企画調査員(ボランティア事業)*
望月拓馬(もちづきたくま)

* 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査して要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。



ここは大事だから覚えよう

情報コースで授業を行う進藤さん。

JICA海外協力隊
がゆく Vol. 15

情報通信技術教育の
質の向上を目指して
活動している隊員を紹介します。

in モロッコ

進藤 堅督

しんどうけんすけ 27歳
出身地:群馬県 職種:PCインストラクター
任期:2018年7月~2020年7月

PCスキルを身につけ、
将来につなげてほしい



+one information
飲んで、コミュニケーション!

“飲みニケーション”と聞くと、居酒屋に集まってお酒を飲みながら、おたがいに腹を割って語り合う——そんなイメージが浮かび、お酒を飲む国ならではの文化だと思いませんか?

モロッコはイスラム教国家で、ほとんどの人はお酒を飲みません。しかし、彼らも大切にしている飲みニケーションがあります。それが“お茶”飲みニケーションです。居酒屋ではなくカフェに集まり、お酒ではなくお砂糖たっぷりの伝統的なミントティーを飲みながら、おしゃべりに興じます。昔から続くモロッコの文化です。

会社の同僚とのコミュニケーションをとるにも、お茶は欠かせません。仕事が終わるとみんなでカフェへ行き、仕事の話、家族の話、政治の話などをして過ごします。時には話すことがなくてもカフェへ行き、一緒にお茶を飲みながらゆっくりと時間を過ごします。

そんな彼らですから、街にはそこら中にミントティーを出すカフェがあります。カフェだけでなく、普通の雑貨屋さんなどに入っても、仲良くなるとお茶を入れてくれたり、タクシーの運転手さんも車の中でグラスにお茶を入れて飲んでいたりするのでびっくりします。

お酒の代わりにお茶なのか、それともそもそもモロッコ人がお茶を好きなのか、確かなことはわかりませんが、お酒のないモロッコだから広がった“飲みニケーション”なのかなと思っています。(進藤堅督)



イラスト ● さかがわ成美



こうすればもっと
使いやすいよ

ソフトウェアの操作方法を説明する。



2019年度から開始された現地の情報教師向けネットワーク講座にて。

海外協力隊に興味を持ったのは大学時代でした。協力隊OBだったゼミの先生の体験談がとても興味深く、「いつかは自分も」と思っていました。卒業後は就職。仕事がいそがしくなるなかで協力隊への応募には迷いもありましたが、会社の同僚が協力隊に参加したのをきっかけに自分も挑戦してみようと思った。

協力隊で生かそうと考えたのはPCスキルです。エクセルとデータベースを連携させた業務の効率化や、オフィスソフト活用方法などを社内でも指導した経験があったので、協力隊も職業訓練校での活動要請を中心に応募しました。赴任先に決まったのは、モロッコ。国民共済事業団が運営する職業訓練校の情報コースで、私が授業を行うこともありましたが、現地の先生たちと協力して授業を行い、よりよい授業にするためにアドバイスしています。

なかでも、Moodleという教育用ソフトで自動採点機能付きのテスト教材を作って活用したことで、生徒たちはコンピュータを使ううえで必要な知識を確認でき、彼らの意欲も引き出せたと実感しています。そもそも職業訓練校には、経済的・社会的に困難な状況に置かれていて、中学や高校を中退している生徒も多く、勉強への意欲は一概ではありません。そんな生徒たちが、このテスト教材で満点を狙おうと何度も活用し、「学校外でも教材が使えないか」と聞いてきたときは、やる気を喚起できたと、同僚の先生たちと喜び合いました。

コースの内容には課題も多く日々手探りの状態ですが、試験の内容や授業の進め方、教材の作り方などを同僚と一緒に考えています。ただ、その取り組みが仕事を増やし、負担になる可能性もあります。そこで先生たちにも受け入れられるように仕事の分担も一緒に提案するなどの配慮をして、私が帰国しても授業が継続できるような工夫をしています。小さなことでもくり返し、時間をかけて、あきらめずに働きかけていけば道は開けると感じるようになり、多くの生徒がPCスキルを身につけ、就職など将来への希望につながってほしいと願っています。



JICA海外協力隊 がゆく Vol. 14

栄養改善に つなげています

今回は、栄養改善につながる取り組みを行っている
3人の隊員を紹介します。

野菜をとりやすい
料理のレシピも
教えます



in モンゴル 河原礼佳

かわはら・あやか 29歳
出身地：長野県 職種：料理
任期：2018年1月～2020年1月



初めての
挑戦



上：モンゴルの伝統的な食事。右：他県の保健局で開催されたセミナーで野菜のケーキの作り方を紹介した。

モンゴル中央部のドンドゴビ県にある職業訓練学校の料理コースで、料理人の経験を生かし講師として活動しています。目的は観光産業振興とそれに伴う外食産業の充実です。

授業に日本食や洋食のレシピを加え、教える料理のレパートリーを増やすことから始めています。モンゴルの伝統的な食事では、肉（牛、羊、山羊、馬、ラクダ）、乳製品、小麦粉を用い、調理法や味つけも、塩茹で、とシンプル。レストランのメニューもあまり多くありません。日本食や洋食の慣れない味つけや野菜に抵抗感を示す人も多く、なかには野菜は体に悪いと考えている人もいます。

そこで日本食や洋食をアレンジし、モンゴルの人も食べたくなるような羊肉や馬肉のカツ丼や生姜焼き、メンチカツ、手に入りやすい小麦を使ったパン、ケーキなどに挑戦しています。メンチカツにはみじん切りにしたキャベツを多めに入れる、野菜のカップケーキにはハムを入れるなどして食べやすくし、野菜を取り入れたレシピを伝えています。



キャベツの千切りをたっぷり使ったコロケバーガーの調理実習。

また、モンゴルで唯一栄養コースがある大学から栄養学の先生を招き、モンゴル人に合った栄養知識のセミナーを開催しました。生徒や地域住民だけでなく、100キロも先の村から参加した人もいて、栄養への意識や関心が高いことを実感しました。

最近ではウランバートルの若い世代を中心に、食に対する好みや考え方が変わってきています。私の活動が、モンゴルの人たちが栄養について考えるきっかけになってくれればうれしいです。

ここでの
水汲みは
大変



井戸が壊れたときは、こうした湧き水を汲む。



in ウガンダ 川島綾香

かわしま・あやか 26歳
出身地：高知県 職種：コミュニティ開発
任期：2018年1月～2020年1月

井戸の稼働率を上げ、
安全な水が
当たり前の環境に



私が活動しているのは、ウガンダ南部のブタンバラ県のゴンベ村です。ここには手押しポンプ付きの井戸があり、地域の人たちに安全な水を提供しています。それにより下痢などの疾患が減り、食べものがきちんと体の栄養になります。

り、湧き水やためた雨水の利用を余儀なくされます。こうした水は泥などが入りやすく、感染症のリスクも高まります。

しかしウガンダの井戸施設の80パーセントが適切に維持・管理されていないともいわれています。部品の劣化などで一度壊れると、修理するお金を集めるために1、2か月かかってしまう状況も。なかには、故障したまま放置されている井戸も見受けられました。そうすると遠くの井戸まで出向いた

そこでウガンダ人のエンジニアと同僚の隊員が協力して開発したのが井戸料金管理システム。これは、お金をチャージしたカードを井戸に取り付けた機器に差し込むと、払った分だけ水が汲めるという仕組みです。20リットルの水の価格は、25〜100シル（0.75〜3円）。料金回収の手間を減らすことができ、徴収した使用料金をためておくことで、井戸の修理がすぐにできるようになりました。その結果、井戸の稼働率が上がり、多くの人が安全な水を利用できるようになったコミュニティもあります。

この地域での、井戸の故障と下痢などの疾患との明確な関係はデータ化されていませんが、安全な水を日常的に使える暮らしは多くの人が望んでいること。この新しいシステムを広めるとともに、安全な水の利用や手洗いを奨励する環境づくりにすこしでも役に立ちたいと思います。



井戸料金管理システムの付いた井戸で水を汲む村の子どもたち。

柔道を通して、
バランスのよい食事の
大切さを伝えます



in サモア 上林航平

かみばやし・こうへい 25歳
出身地：大阪府 職種：柔道
任期：2018年1月～2020年1月



上：屋外でマットを敷いて柔道の練習を行う。右：サモア人の典型的な食事。イモ類と肉類、揚げ物が多め。



私は「試合前にうまく体重が落ちない」と相談に来たときでした。柔道は体重別の階級があり、試合前には減量が必要です。しかしサモアの人たちの食事は、主食がタロイモ（炭水化物）、副食は揚げ物が多く、イモ以外の野菜は高価なこともあって、あまり食べません。清涼飲料水や砂糖を大量に入れたコーヒもよく飲まれています。高カロリーで栄養のバランスが悪く、スポーツ選手には向いていません。

そこで生徒には、筋力、競技力を落とさずに減量するために、たとえば揚げていたチキン茹でるなどしたバランスのよい食事を、無理のない範囲で取り入れることを提案しました。サモアの家庭ではみんなが同じものを食べる習慣があり、生徒にやる気があっても実践できないこともあります。そういうときには、最低限、砂糖の多い飲み物は選ばないように伝えました。

私が行っている栄養指導は、柔道のクラスに通っている生徒に限ったものですが、砂糖や油脂のとりすぎは生活習慣病などの疾病につながることを、バランスよく食べるのが大切なこと、それが体づくりや健康づくりに役立つことを少しでも多くの人に伝えたいと考えています。

体づくりも
大切

セルビアでは障害児・者への公的支援が十分でなく、当事者や家族の多くが困難な状況にあります。宮城さんの配属先はセルビアで唯一、障害児・者を対象に年間を通じてスポーツ指導を行っている団体です。国外からのボランティアを受け入れるのは初めてですが、宮城さんのフレンドリーな性格もあり、あっという間に人気者になっています。



所員(総務・ボランティア事業)
野村 留美子(のむら・るみこ)



その調子で泳ごう

障害のある人たちがスポーツを楽しめるようサポートをしています



JICA海外協力隊がゆく Vol. 13

今回紹介するのは、セルビア初の海外協力隊員。障害児・者のスポーツ活動を支援しています。

in セルビア 宮城勇也

みやぎ・ゆうや 24歳
出身地: 沖縄県 職種: 障害児・者支援
任期: 2019年1月~2021年1月



+one information

誰もがスポーツを楽しめる国に

日本人にはあまりなじみのないセルビアですが、実はスポーツの分野では世界トップレベルの選手が多います。誰もが知っている人といえば、テニスプレイヤーのノバク・ジョコビッチでしょうか。バレーボールもバスケットボールも世界トップレベルです。首都ベオグラードのきれいに整備された公園の広場では、子どもたちがバスケットボールやサッカー、ランニングなどに励んでいて、選手育成のための子ども向けクラブから大人が趣味として参加できる場まで、街のいたるところにスポーツのできる環境があります。

しかし、障害のある人たちがこのような施設でスポーツをしている姿を見ることはあまりありません。街がバリアフリーでないこと、彼らにスポーツを教える指導者がいないこと、またそもそも外出する機会が少ないことなど多くの課題があります。どんなに重い障害があっても環境と少しのサポートがあれば、彼らも同じようにスポーツを楽しむことができます。地域の人たちに彼らの存在を知ってもらうことで、彼らの可能性やバリアフリーなどの必要な支援に目を向けてもらえると思います。

セルビアの人たちはとても優しく、バスではどんなに混み合っている子どもやお年寄りに席を譲り、街で困っている人がいると「何かできることはない?」と声をかけます。障害があっても社会参加できる場があれば、きっと周りの理解も得られ、より安心して充実した生活を送ることができると思います。(宮城勇也)



イラスト ● さかがわ成美

子どもの水泳指導を行う宮城さん。



みんなで完走しました!

車いす利用者のサポートとしてベオグラード・マラソンに参加。



教え子たちが参加した柔道の大会で。

スポーツが大好きで幼い頃からテニスや空手、水泳をやっていた。特別支援学校教諭だった両親の影響で、大学では特別支援教育を専攻。学生の頃は障害者スポーツの大会ボランティアや地域のスポーツ指導を行っていました。高校時代、部活で取り組んでいたテニスの監督が青年海外協力隊のOBでした。ケニアでの活動の話を聞き、彼の生き方に憧れ、協力隊に参加したいと考えていました。そして、協力隊の募集で真っ先に目に入ってきたのは、セルビ

アでの障害児・者へのスポーツを通じた余暇支援、選手育成でした。回国には障害児・者への理解や社会参加の機会が少ないなどの課題がありました。それに対して、私が大学やスポーツで学んだことが役立つと同時に、彼らとの関わりで自分も成長できるのではと考えて応募しました。

今年1月から、ベオグラード障害者スポーツ協会で隊員としての活動が始まりました。協会の同僚と複数のスポーツ施設を巡回し、スポーツトレーナーとして水泳や空手、テニス、子ども向けの運動などの指導を行っています。水泳や空手はセルビア人の指導者がいますが、テニスの指導ができるのは私だけ。協会では新しいスポーツの支援活動に取り組めたと喜んでもらえました。最近では、指導内容がマンネリ化しないように同僚と話し合いながら、新しい練習プログラムを取り入れています。

施設の利用者には、後天的な(たとえば病気や交通事故などによる)障害のある人も多く、私には新しい試みとなる場面もありますが、指導や支援について本人やご家族、同僚と一緒に考えていくよう意識しています。

先日行われたベオグラード・マラソンのハーフマラソンには、車いすの利用者と一緒に参加し、完

走りました! 多くの大会参加者や観客、メディアなどにも、日本から来た協力隊員による障害者サポートについて興味を持ってもらえ、セルビアの障害児・者を取り巻く環境に少しではありますが新しい風を吹かせることができました。のではと感じています。

スポーツは障害の有無にかかわらず多くの人が楽しむことができます。協会での活動やスポーツ大会への出場などを通して、多くの人に障害児・者の存在をアピールし、おたがいの理解を深めていきたいと思っています。

コスタリカ支所から ひとこと

娯楽が少なく、地域への関心も低い地方の若者たちに、映像制作を通して自分や自分の周囲、地域に関心を持ってもらい、健全な育成を促すことがこのプロジェクトの目的です。コスタリカ側のスタッフ2名にトランさんが加わり、企画段階からの細やかな配慮や講座実績の取りまとめに力を発揮しています。



企画調査員(ボランティア事業)*
梅林志帆(うめばやし・しほ)

* 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

+one information
週末は、朝市へ

週末、各地の公園や駐車場が、色とりどりの野菜や果物で埋め尽くされます。コスタリカの週末名物、朝市です。

所狭しと並べられるカラフルな野菜や果物に、いつもワクワクします。早朝5時ごろからスタートし、お昼前には山盛りだった食材のほとんどが売り切れてしまいます。物価が比較的高いコスタリカでは、多くの家族が値段も手頃な朝市で大量に食材を仕入れるのが習慣になっています。ニンジンにタマネギ、レタス、卵……。大きなカートにこれでもか! と、どんどん食材を入れていく様子はとても爽快です。

南国のコスタリカはとくにフルーツの種類が豊富で、しかも安い! バナナにマンゴー、メロン、パイナップル、加えて日本では見たことがないフルーツもたくさん。当地では、フルーツと水、砂糖をミキサーにかけたフレッシュジュースは食事に欠かせない飲み物です。私のお気に入り、カス(グアバの仲間のフルーツ)のジュース。そのままでは酸っぱくて食べられないのですが、砂糖と混ぜると甘酸っぱく、後味すっきりしたジュースになります。

週末になるとフラッと朝市に出かけて、見たことないフルーツの名前を覚えてもらったり、味見をしてみたり……。コスタリカの人たちの日々の暮らしや食材の豊富さに触れることができる朝市は、私のちょっとした楽しみです。

(トランティ 美佳)



イラスト ● さがわ成美



いいカンジ!
そのまま続けて!

スマホ動画で、
自分たちの思いを
表現してほしい

台本に従って撮影。子どもたちは撮影だけでなく、ときには役者としてカメラの前に立つ。

これからも
映像を
作りたい!



講座に参加した子どもたちと。



台本について、子どもたちの相談にのるトランさん(右)。

JICA海外協力隊
がゆく Vol. 12

中米コスタリカでスマートフォン(スマホ)を使った映像制作により中高生の自己表現をサポートしている隊員を紹介します。

in コスタリカ
トランティ 美佳

トランティ・みか 33歳
出身地: 兵庫県 職種: 映像
任期: 2018年6月~2020年6月



配属先である「コスタリカ映画制作センター」が行っている「自分の町を撮影しよう」プロジェクト。地方に住む中学生や高校生に、自己表現力向上のトレーニングとしてスマホでの映像制作を教える講座です。そのサポートが先方からの要請でした。

日本でのテレビ局ディレクターの経験から得た映像撮影の技術や、番組企画から実行までのスキルを生かすことができると考えて協力

隊に応募、派遣が決まりました。ふだんは首都サンホセのオフィスにいますが、月に一度、同僚と一緒に地方の学校へ1週間の出張講座に出かけ、台本作りから撮影、編集も教えています。グループに分かれた子どもたちは、地域の魅力発掘、環境保全やいじめ、ドラッグの問題など多様なテーマで映像を作ります。

コスタリカは教育に力を入れていて、学校の設備も整っているのですが、当初はこの活動への支援が本当に必要なのかと疑問を感じたこともありました。しかし、家庭内暴力やドラッグなどで苦しむ子どもたちも少なくないことがわかりました。そういう子どもたちが、自分の考えや言葉にできない思いを映像で表現するともに、映像制作を通して新たなつながりや可能性を広げられるお手伝いができると今では思っています。

講座に参加する子どもたちはとても楽しそうで、映像は魅力的。そこで講座の質をより高めるために、的確な事前準備のための資料作り、講座に対する評価を可視化するためのアンケートと報告書の作成、他部署への広報、他機関とのコラボレーションによる講座の知名度アップなどに取り組みました。続けるうちに同僚たちとの間に「次はここをこう改善したらど

うだろう」「こんなことをやってみたいんだけど、どう思う?」など活発な会話が生まれています。自分たちの活動がなかなか評価されないという悩んでいた同僚たちのモチベーションも上がりました。

中高生向け講座のほかにも、指導者育成講座、映像と環境教育とのコラボ、日本とコスタリカの映像交流、日本映画祭の開催を行っています。活動はまだまだ発展途上ですが、子どもたちは自分の作った映像を見て目をキラキラとさせています。そんな表情をもっと増やしていきたいと思っています。

モンゴルでは十数年前から理学療法士や作業療法士の養成が始まり、首都を中心にリハビリの認知度が高まっています。しかし現場の知識や技術は十分ではなく、特に地方ではリハビリの指導ができる人材が求められています。落合さんはそんな地方都市で、同僚の知識や技術の向上のために熱心に活動しています。



企画調査員(ボランティア事業)*
亀田春雄(かめだ・はるお)

* 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。



ここが当てる場所ですね

リハビリの必要性を
モンゴルの人に
伝えたい

物理療法機器を用いたリハビリテーション。
同様に赤外線をどこに照射するかなどを伝える。



医学的なリハビリテーションを行う理学療法士。その資格を持つ隊員が、モンゴルで活動しています。

in モンゴル 落合理

おちあいさとし 28歳
出身地:大阪府 職種:理学療法士
任期:2018年1月~2020年1月

首都:ウランバートル



+one information モンゴルの食事情

モンゴルの食事は家族団欒、みんなで食卓を囲むことが一般的です。そんなとき、食卓を彩るのは肉(羊肉が多い)と小麦粉を使った料理です。ボーズ(小麦粉の生地でひき肉と玉ネギを包み蒸した料理)、ホーショール(小麦粉の生地でひき肉と玉ネギ、ニラなどを包み油で揚げた料理)、ソイワン(小麦粉で作った麺を蒸し、肉や野菜と炒めたモンゴル風焼きそば)、パンシテーシュル(餃子入りスープ)は代表的な家庭料理で、ほかにも肉と小麦粉を使った料理は数多くあります。

また、モンゴルの草原で暮らす遊牧民は、ウシ、ウマ、ヒツジ、ヤギ(モンゴルの南の方ではラクダも)などの家畜を放牧し生活しています。そのため、家畜の乳やその加工品であるヨーグルト、バターなどもよく食卓にのびります。そうした家畜の乳を使ったミルクティーのようなお茶、スーテーツェーは、モンゴルの人にとってのソウル・ドリンク。日々の食事でいただくだけでなく、おもてなしには欠かせません。家庭ごとに味わいが違うので、飲みくらべるのが楽しみなのだそうです。

外食の文化があまりないモンゴルですが、首都ウランバートルでは外食する人も少しずつ増えてきているのか、韓国料理や中国料理、洋食レストランなどをずいぶん見かけます。日本食レストランも、数はまだ少ないですが少しずつ増えています。そうした外国の食文化が、モンゴルの伝統的な食事に新しい変化をもたらすかもしれません。(落合理)



イラスト●さかがわ成美



リハビリって
大切なんだ

現地の高校で、「理学療法士ってどんな仕事?」というテーマで勉強会を実施した。

けど、君のおかげで日本人を知ることができ、日本人が好きになりました。仕事をがんばって」と書かれた手紙をいただき、とてもうれしかったことを覚えています。もうじき任期が終わります。モンゴルではリハビリを取り巻く環境にはまだまだ課題があります。深刻な大気汚染で呼吸器に疾患を抱えている人々には、呼吸のリハビリを伝えたいとも考えています。協力隊の活動後も個人としてモンゴルのリハビリの現場で活動したいと思っています。



地域でのリハビリ啓発も活動のひとつ。村を巡回し、看護師にリハビリ方法について指導する。

患者さんの中には、リハビリの運動をするというだけで嫌がる人も多いため、しんどくなく、楽しみながらできるストレッチのような運動を「やってみましょうか」と声をかけながら指導しています。いっぽう、初めから一生懸命リハビリに励む患者さんもいます。印象に残っているのは、脳梗塞後遺症で言葉が出なくなっていた患者さん。手を抜かず10日間のリハビリをがんばって、その努力には頭が下がりました。「今までテレビでしか見たことがなかった



中学生のときに肘を骨折。「大丈夫。もと通りに動かせるように、できるだけことをやるので信じて」という理学療法士の先生の言葉でリハビリをがんばり、後遺症もなく完全に動かせるようになりました。その経験をきっかけに理学療法士の道へ進みました。モンゴルでは患者は安静にさせておくべきという考え方をしている医師もまだ多いのですが、リハビリの技術を広めたいというモンゴル

政府の希望があり応募しました。理学療法士としての技術と知識が生かせるだけでなく、自分のコミュニケーションスキルや問題解決力を向上させ、成長できることも感じたからです。今はモンゴル第2の都市エルデネットのオルホン県総合病院のリハビリテーション科で活動しています。ふだん、午前中は外来や入院の患者さんの診療、午後からは病棟でリハビリを行っています。活動のなかで感じたのは、他科の医師たちにリハビリの知識が少なく、連携できないことがしばしば課題だということ。そこで、同僚の理学療法士と協力しながら、他科の医師に向けたリハビリの勉強会を開いたり、リハビリの効果伝える掲示物を作ったりしています。

サモア事務所から ひとこと

サモアにいる常勤の獣医師は1名。獣医療に携わる人材が極端に不足しています。そんななかサモア動物愛護協会は動物病院を運営し、診察・診療のほか、獣医療に携わる人材の育成と住民への啓発活動に取り組んでいます。JICAでは1997年から同協会に隊員を派遣しています。サモアはコミュニティが密でSNSが盛んなことを知った柏山さんは、病気予防などの情報を病院のSNSに載せて効果を上げています。



企画調整員(ボランティア事業)*
加藤 亮(かとう・まこと)

* 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

+one information
サモアのバス

サモアの公共交通手段はバス。首都アピアのバスターミナルとそれぞれの村を往復している。

毎日、バスは通勤や通学の人でにぎわっている。バスターミナルに5軒ほど並ぶ露店はすべて「ケケ・プアア」の店だ。サモア語でケケはケーキ、プアアは豚で、豚まんのこと。1個1タラ(43円)で油で揚げられて、小腹を満たすには十分だ。バスを待つ間に食べたり、家族へのお土産にたくさん買う人も。飲みものやバナナチップスの売り子たちもいて、停車しているバスを回りながら汗だくで働いている。

サモアの車のほとんどは日本車で、TOYOTA製のエンジンを積み、バスの車内には木材が使われていて、運転手の好みでラグビーやキリストの絵などでカラフルにデコレーションされている。外側に〇〇市とか〇〇観光協会と日本語で書かれているバスもある。ノリノリのサモアンミュージックを大音量で流しながら、時刻表なしに黒煙を出しながら走る。

途中にバス停はなし。乗るときは運転手に目で合図を送ってバスを止める。降りるときは手作りのプザーを鳴らすか、窓にコインを当てて、カンカンと音を出す。大音量の音楽が流れていても運転手はしっかり聞き取ってくれる。混み合ってくれば、知人でなくても座っている人のひざに座ってしまう。またお年寄りや子ども連れの乗客には、当たり前のように席を譲る。木の椅子は長時間座っていると少々しびれてくるが、私にとってバスは、サモアの美しい景色や食べ物、人柄を感じられる場所だ。(柏山 麗)



イラスト ● さかがわ成美



元気になって
きましたよ

動物愛護の
考え方を
広めていきます!

子犬の診察をしながら飼い方の指導をする柏山さん(右)。



村落地域に赴き、村の人たちに去勢避妊プログラムを説明する。



おたがい
勉強になります

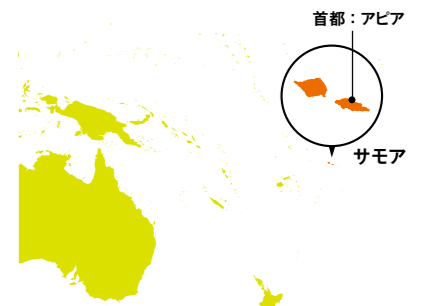
サモア人スタッフ(左)とボランティアで働いているオーストラリア人獣医師(右)。

JICA海外協力隊
がゆく Vol. 10

南太平洋の島国、サモアで
犬や猫など小動物の獣医として
活動する隊員を紹介します。

in サモア
柏山 麗

かしま・れい 32歳
出身地:東京都 職種:獣医衛生
任期:2018年1月~2020年1月



首都:アピア
サモア



サモアでは、犬や猫は多くの人
が飼っている身近な存在ですが、
放し飼いが多く自然に繁殖してし
まいます。犬や猫を介しての寄生
虫や細菌などの人獣感染症の発生
率も高く、避妊や去勢手術、病氣
を予防するワクチン接種や駆虫な
どが必要です。しかし犬猫の数に
比べて獣医師の数はまったく足り
ず、啓発活動も進んでいません。
そんなサモアで、私はサモア動

物愛護協会に配属され、首都アピ
アから車で20分ほどの山の中にあ
る唯一の動物病院で獣医師として
活動しています。
活動はおもに二つ。ひとつは犬
や猫の診察や治療です。日本のよ
うな検査機器がないので、聴診や
触診を最大限に生かして診察して
います。交通事故や犬同士の喧嘩
で手術をすることもあります。

もうひとつの活動は、適切な飼
い方の指導です。子犬のときはか
わいがかつても、大きくなると飼育
を放棄する人が多く、野良犬化し
た犬によるトラブルも頻発してい
ます。ペットへの暴力もあり、飼
い主への指導だけでなく社会に対
して動物愛護の考え方を普及させ
ることが必要であるとサモア動物
愛護協会の方々から学び、ラジオ
やテレビ、イベントを通して伝え
ています。動物愛護協会の獣医と
して活動しているからこそできる
ことだと感じています。

サモアに来たばかりの頃、交通
事故でけがをした犬をお父さんと
女の子が連れてきたのですが、検
査機器がなく困ったことがありま
した。1年後その女の子は、手作
りのお菓子をバザーなどで売って
貯めたお金を検査機器購入のため
に寄附してくれ、「将来は獣医に
なりたい」と夢を語ってくれまし
た。サモアで獣医になるには国外

の大学に行かなくてはならないの
ですが、私の活動で獣医を目指す
子どもたちが増えてくれたらうれ
しいです。
サモア人は外国人に優しく、と
てもフレンドリーなので、身近な
生き物にも同じような気持ちで接
してくれることを願っています。
サモアでの活動を通して、私自身
も動物の福祉や愛護について考え
を深めることができました。日本
でも避妊去勢活動や保護動物飼育
の推奨などが必要な状況があるの
で、帰国後はサモアの経験を生か
したいと思っています。

ブラジル事務所から ひとこと

世界一の柔道人口を擁し、オリンピックでのメダルも多いブラジルで、講道館創始者の嘉納治五郎師範が掲げた“人格の完成を図り、社会への貢献を目的とした柔道”を学校教育に取り入れる試みが始まっています。バストス柔道協会とともに竹谷隊員が行っている活動は、そのモデルケース。ブラジル全土の学校に浸透してることが期待されています。



企画調整員(ボランティア事業)*
永浦裕太(ながうら・ゆうた)

* 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。



その動き、いいぞ!

バストス柔道協会の道場で指導する竹谷さん。



JICA海外協力隊
がゆく Vol. 9

今回は、ブラジル初の柔道隊員として活動している
日系社会青年海外協力隊員を紹介します。

in ブラジル
竹谷元太

たけたに・げんた 24歳
出身地: 神奈川県 職種: 柔道
任期: 2018年1月~2020年1月



首都: ブラジリア

柔道を通して
子どもたちに規律や
礼儀を伝えています



祖父に勧められて始めた柔道を13年間続けてきました。大学時代には、企業の柔道チームの練習のお手伝いとしてオリンピックや世界選手権に同行し、試合や練習をサポートしました。海外協力隊員の帰国報告会で、自分の経験を途上国で生かせる道があることを知って応募し、昨年ブラジルに赴

任しました。

私が活動しているバストス市は、サンパウロから車で約8時間。日系人が多いことで知られています。この街のバストス柔道協会に所属され、国内トップクラスの同協会の道場で、試合に勝つために技をくり返しかける打ち込みや試合形式の乱取り、筋力トレーニングなどを行っています。10歳から18歳までの子どもたちを毎日指導しています。なかには市内に下宿して柔道に打ち込んでいる子もいます。

さらに毎週月曜日と木曜日は小学生たちに「学校柔道」の指導を行い、簡単な技や自分の身を守る受け身などを教えています。学校柔道とは、ブラジルの学校教育に最近、取り入れられた柔道のこと。柔道を通して礼儀や規律を学び、社会に貢献できる人材を育成することを目的としています。そのため、柔道の技術だけではなく、挨拶をしつかりする、脱いだ靴はそろえるなど、当たり前のことを当たり前にできるように徹底して指導しています。

素直な子どもたちが多く、前向きに元気いっぱいに参加しています。近くのスーパーで買い物をしていったとき、ひとりの教え子が私を見つけて、大きな声で「せんせい、こんにちは!」と言ってくれたときは、周囲から注目されて恥



バストス柔道協会の建物には、竹谷さんを歓迎する横断幕が掲げられている。

JUDO大好き!



学校柔道を習う市内の小学生。

ずかしさもありましたが、きちんと挨拶ができていることをとてもうれしく思いました。柔道で大切なのは強くなること、そして人として成長すること。競い合う相手への敬意や感謝の気持ちを忘れてはいけません。柔道には「精力善用」「自他共栄」という言葉があります。自分の持つ力をよい方向へ全力で使い、他者を信頼し、協力し合い、ともに栄えある世の中にするということ。勝敗だけにとらわれない柔道の精神をブラジルの子どもたちに伝えていきたいと思っています。

+one information
集まればシュラスコ

ブラジルは日系人がとても多く、スーパーに行けば日本のお菓子やカップラーメン、醤油、わさび、さらにお弁当やおにぎりなどたくさんのもが売られています。また、少し値段は高いですが、お刺身やラーメン、焼きそばなども日本食のレストランで食べることができます。特別な日には友人や仕事の仲間たちと出掛け、少し贅沢をします。

しかし、なんといってもおいしいのはブラジル料理です。有名なのはシュラスコ(バーベキュー)。シュラスカリア(シュラスコを出すレストラン)で食べられますが、ブラジル人は、子どもから大人まで集まって家で食べるシュラスコが大好きです。ブラジルではほぼ一家に1台、シュラスコ用のバーベキューセットがあります。焼くのは牛や豚、鶏、ソーセージなどいろいろな肉で、私が一番好きなのはピッカーニャという牛のお尻のお肉。とても柔らかくおいしいです。シュラスカリアに行った際には、ぜひピッカーニャを頼んでみてください。

週末や休日、たくさんの友達を呼んで昼からビールを飲み、ワイワイと楽しくやるシュラスコは最高です。シュラスコを食べながら音楽をかけてみんなで踊り、私にも本当の家族のように接してくれるブラジルの人たち。その優しさ、温かさはほんとうに心に染みます。アットホームな環境で生活ができるおかげで、毎日楽しく活動できています。残りの活動期間も一日一日楽しく、自分らしく活動していきます。(竹谷元太)



イラスト ● さかがわ成美

ルワンダ事務所から ひとこと

ルワンダでは稲作が盛んですが、収量アップや品質改善のために多様なレベルでの稲作技術の紹介が期待されています。積極的に農家を訪れている藤橋さんは、いねいに技術を伝えるとともに、日本では廃れてしまった技術もここでは応用できると、脱穀のための千歯扱きの試作にも取り組み、農家の方々からの信頼を得て活動しています。



企画調整員(ボランティア事業)*
藤橋 靖 (ふじはし・おさむ)

* 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

たくさん
実っているね



農家の人たちと
一緒に米作りを
しています!

農家の人たちと一緒に収穫作業をする藤橋さん(左)。



JICA海外協力隊
がゆく Vol. 8

米作りが盛んなルワンダで
日本の稲作の技術を
伝える隊員を紹介します。

in ルワンダ
藤橋光明

ふじはし・みつあき 26歳
出身地:東京都 職種:食用作物・稲作栽培
任期:2017年10月~2019年9月



+one information
千の丘が連なる国

アフリカと聞いて、みなさんはどんな風景を想像するでしょうか。きっと、真っすぐで平坦な道があり、その両側に荒野が広がり、それがずっと続いている、そんな景色を思い浮かべるのではないのでしょうか。

ところがルワンダは違います。ルワンダは「千の丘の国」と呼ばれるようにいくつもの丘が連なっていて、逆に「THE アフリカ」の真っすぐで平坦な道はありません。バスで移動する際には丘を上ったり下ったりを繰り返します。丘を下り、谷に沿った道を走るときにはいくつものカーブを曲がりますし、丘を上って、その稜線を走ることもあります。ルワンダの旅は、高低差とカーブを「楽しむ」旅でもあります。

そして、そんないくつもの丘があるルワンダでしか見られない風景があります。それは、ある開けた丘の頂上に立ったとき、目の前に広がるのは、幾重にも重なる丘と谷間に広がる広大な水田地帯。丘の連なりは遠くまで続き、息を呑むほどきれいで、いつまでも見続けることができます。雄大な自然を感じることができる私の大好きな風景です。ルワンダに来てもうすぐ2年になります。そこからの眺めは何度も目にしてきましたが、いまだに飽きることのない風景です。(藤橋光明)



イラスト ● さかがわ 成美

これは便利!



手押し除草機を使って田んぼの雑草を取り除く。

はきっちりとした正条植えされた稲。彼の誇らしげな顔を見たときは、ルワンダで活動してよかったと思いました。

ルワンダでは、こちらの意見や思いを一方的に伝えるだけではうまくいかないことを学びました。立場や価値観が違うからこそ、相手の立場になって考えることが大事だということにあらためて気づきました。これは協力隊に参加したからこそ得られた視点。任期終了後も途上国の農家と関わってみたいので、この視点を忘れずに活動していきます。



整然と等間隔に苗を植える正条植えを伝える。

収穫時期、「さあ、収穫量を比べるぞ」と作付けの比較実験をしていた水田に意気揚々と出かけたが、稲がすっかり刈り取られていて泣きそうになったこともありました。一方で、田植えの時期に農家の人から「きれいに田植えができたから見に来てよ」と声をかけられたので行ってみると、水田に



東アフリカの国、ルワンダに来て1年9か月。稲作が盛んな東部のガツイボ郡で稲作農家に技術指導を行い、収穫向上に貢献することが私の仕事です。これまで農家の人たちと一緒に米作りに取り組んできました。

私が今、協力隊員としてルワンダにいるのは、大学時代の経験が大きく影響しています。東京農業大学国際食料情報学部では稲作を

専攻。アフリカ農業に関する講義がおもしろく、その現場を見たいと強く思いました。大学の先生や先輩には海外協力隊出身者が多く、興味深い話をいろいろ聞くことができました。そこで、「アフリカ稲作」の条件で協力隊員を募集している国を探して応募。ルワンダへの派遣となりました。

配属先はガツイボ郡の農業組合。当初、組合員に農業技術を伝えようと思いましたが、言葉や思いだけではその必要性をわかってもらえませんでした。そこで、農家の水田を借りて実験圃場とし、稲の苗を縦と横の筋をそろえて植える正条植えとこまめな除草、肥料の播き方などの技術を実践しました。また、田植え前の元肥の量の株間の距離など条件を変え、収量の差を見る比較実験も行っています。比較することで、こうした技術を使えば収穫量が増えたり、作業がしやすいことをわかってもらえようと思っています。

エジプト事務所から ひとこと

観光客が多いエジプトで、外国人に向けたお土産物の開発は隊員に期待されるところ。外国人ならではの視点で、外国人が好みそうなデザインの提案や商品の魅力の発信などができるからです。田原さんは、配属先と相談しながら新商品の開発、販路開拓を行い、商品の売り上げ向上に貢献しています。赴任から2年がたち、これからは引き継ぎの時期。現地の人をうまく巻き込み、活動を進めてください。



企画調整員(ボランティア事業)*1
永山淳子(ながやま・あつこ)

*1 隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

+one information

エジプトの伝統工芸「ハーヤメーヤ」

「ハーヤメーヤ」とは、たくさんの布を折り重ねて模様を作るアップリケの刺繍。エジプト独自の工芸品です。もともとは砂漠で暮らす遊牧民がテントの装飾として使っていたもので、モチーフはイスラミック柄(幾何学模様)、アラビア文字、動植物、古代エジプトのファラオなどがあります。現在ハーヤメーヤを作っているのは、世界遺産のカイロ歴史地区にあるハーン・ハリリー*2の職人たち。タペストリーやクッションカバーを一針一針いねいに手作りしています。

職人たちはまず、下地となる厚めの布に下絵を描きます。次にさまざまな色のコットン布の中から必要な布を選んで、下絵に合わせて折り込みながら縫い付けます。職人たちは頭の中にある出来上がりのイメージに沿って多様な色の布を重ねてとどろんアップリケを作っていきます。タペストリーのように3メートルを超える大きいものは、完成までに3か月以上かかることもあるそうです。

そんなハーヤメーヤの柄がプリントされた「ハーヤメーヤ柄の布」は、イスラム教のラマダン(断食月)が近づくと街中のあちこちで目にします。市場やスーパーの売り場がこの布でカラフルに彩られ、ラマダンの雰囲気を感じさせます。ラマダン中のエジプトは、たくさんのハーヤメーヤ柄の布で彩られます。(田原 彩)

*2 14世紀末ブルジー・マムルーク朝の初代スルタン時代に開かれたスーク(市)が、当時の姿のまま保存されている地域。迷路のような道の両側には、金属細工やアンティーク、民族衣装、工芸品などの店がいまも多数並んでいる。



イラスト ● さかがわ 成美



この仕上がりはどう?

完成したシャツへの意見を求められている田原さん(左)。

ブランドを立ち上げて、商品の品質の向上に協力しています



エジプトの女性が作っています

バザーで販売。商品にはタグ(右の写真)とカード(アラビア語、英語、日本語)を付けて、ブランドや製作しているNGOを紹介している。OSRMONTEJA Facebook: <https://www.facebook.com/osrmonteja/>



職業訓練でミンシンの技術を学んだ仲間たち。



エジプトには、雑貨やアクセサリーなどを手作りし、女性たちが働く場を提供しているNGOが多くあります。しかし売り上げが伸び悩み、品質向上のアドバイスや販路拡大に役立つ人を求めています。私は大学の被服科で学び、社会人になってからは営業や、商品カタログやウェブの企画・デザインなど携わって来ました。その経験が生かせると思っ

り手ぶりで、「このポーチやバッグ、エジプト人の女性がつけているの。かわいいでしょう?」と商品を猛アピールし、「じゃあ、置いてみようか」と言われた時には思わず「やったー!」と日本語で叫んでいました。今は、これからのに向けてエジプト人同士のつながりを強化しています。

日本に戻ってからもエジプト人女性が手作りした商品の販売先を増やすとともに、エジプト親善大使*として料理、文化などエジプトの良いところをたくさんの人に広げていきたいと思っています。

さらに販路開拓のために、バスで7時間かけてカイロまで行き、飛び込み営業。アラビア語と身ぶ

力隊に応募。今は社会連帯省の地方支局に配属され、洋服のお直しや手工芸品の製作を行っている複数のNGOで活動しています。

NGOの商品を見て、作り手の女性たちと話して感じたのは、縫製をいねいにし、外国人の好みに縫製技術を教え、新しい形や縫い方、デザイン性の高いさまざまな商品提案しました。

また、商品の差別化を図るために「OSRMONTEJA(オサルモンテガ)」というブランドを立ち上げました。現地の言葉でオサルは家族、モンテガは商品。家族のあたたかみを感じられる商品をイメージして名づけました。とくに力を入れているのは先輩隊員とNGOメンバーで考案した、ハーヤメーヤ(エジプトの伝統的な工芸品)柄の布の商品。既存のトートバッグを改良し、ピラミッド型のポーチやエコバッグ、クラッチバッグなど新商品も加えました。エジプトのYKK社からはCSR(企業の社会的責任活動)の一環としてファスナーをご提供いただき、さらに商品の質を高めることができたと思っています。

JICA海外協力隊
がゆく Vol. 7

今回の隊員は、服のお直しをしたり手工芸品を作るエジプトの女性たちの活動に協力しています。

in エジプト
田原 彩

たはら・あや 34歳
出身地:山梨県 職種:手工芸
任期:2017年7月~2019年11月

音楽といえば教会の賛美歌と学校のブラスバンド、というトンガの若者たちに、音楽の豊かさと深さを伝え、情操教育を促進しているのが音楽隊員です。尾上さんの支援で実現したクラシックコンサートは、トンガの人たちに音楽の多様性を示し、大きな喜びと夢を与えました。尾上さんのもとで若手弦楽器奏者や指導者が育ち、トンガの音楽がさらなる進化を遂げるのが楽しみです。



企画調整員(ボランティア事業)*
羽野友和(はのともかず)

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

+one information

ココナッツの可能性

トンガと聞いてなにを想像するだろうか。実は、地元の人たちにとってトンガといえばココナッツなのだ。見渡すかぎりココヤシが生えていて、国土面積の大半をココヤシの木が占めているといっても過言ではない。

そんなに身近なココナッツ、いちばん活用されているのは料理で、その代表ともいえるのがオタイカだ。トンガ語でオタは生、イカは魚で、その名の通り生魚料理。下ろした魚を大きめのサイコロ状に切り、塩とレモン汁でしめ、そこにトマト、玉ねぎなどの生野菜をみじん切りにして加え、搾りたてのココナッツミルクで和えたもの。家庭ごとに味は異なり、ほどよく唐辛子を効かせてあるとよりおいしい。これが冷蔵庫でキンキンに冷やされていると、暑い夏場はなお食欲をそそる一品となる。

トンガ料理に欠かせないココナッツだが、時にはラグビーのボールに早変わりする。ラグビー大国であるトンガの子どもたちは、日本の子どもたちがキャッチボールをする感覚でラグビーのパスをしている。でもラグビーボールがどこにでもあるかというそうではない。そんなときに活躍するのが、そう、ココナッツ。そういわれると、形も重さもちょうどラグビーボールに見えてくる。ものがなくても、身近にあるものを最大限に生かして楽しむのがトンガ人。トンガのココナッツは、まだまだ可能性を秘めているようだ。(尾上香織)

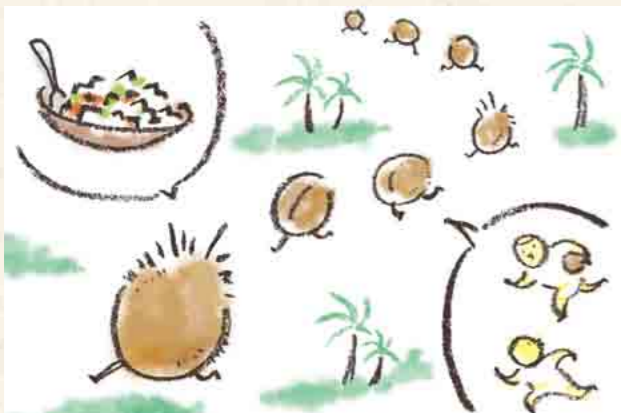


イラスト ● さかがわ成美



みんな、テンポを合わせてー



JICA海外協力隊
がゆく Vol. 6

今回の海外協力隊員は、南太平洋の島国トンガで、音楽を学ぶ学生たちを指導しています。

in トンガ
尾上香織

おのうえ・かおり 31歳
出身地: 熊本県
職種: 音楽
任期: 2017年7月~2019年7月

トンガの人たちに弦楽器をもっと身近に感じてもらいたい



TTIでのオーケストラの授業。プロを目指す若者たちが集い、日々研鑽を積む。



そうそう、その調子

尾上さんは週2回、市民向けのコミュニティクラスでも教えている。TTIの学生も指導にあたり経験を積んでいる。

トンガでは、同僚のトンガ人講師がすでに弦楽器の普及に取り組み、トンガ初のオーケストラを2015年7月に創立。教会音楽の伴奏にもっと弦楽器を取り入れたいと熱い思いで活動しています。学校側の音楽教育への熱意もあります。そうした周囲の方々の力を得て、今の私の活動もあると思っています。音楽を楽しむ術を知っているトンガの人たちの姿勢から学び、トンガの伝統的な音楽のよさを生かしつつ、これからの弦楽器やクラシック音楽のすばらしさを伝えていきます。



昨年行ったコンサートと一緒に演奏をする尾上さん(左)。

音楽が生活の一部になっているトンガ。国民の大多数がキリスト教徒で、いつも教会で賛美歌を合唱するからか誰でも歌が得意です。その伴奏で使われる金管楽器の演奏も、みんな達者です。ギターやウクレレもお手のもので、学校でのブラスバンド活動も盛んです。ところが、いわゆるオーケストラで使用される弦楽器はあまり身近ではありません。ヴァイオリンは知っていても、その音色を知っている人は少ないのです。そんなトンガで、私が取り組んでいるのが「弦楽器をトンガの人にとってより身近なものにすること」です。活動の拠点は、首都ヌクアロファにあるトゥポウ高等専門学校(TTI)。大学の教育学部音楽科でヴァイオリンを専攻し、自身も所属していた熊本のアマチュアオーケストラをボランティアで指導してきた経験を生かして、4年前、TTIにできた音楽コースでオーケストラの授業やヴァイオリン専攻の学生の指導をしています。長期間練習してみんなで音楽をつくり上げることが少し苦手な学生が多いのですが、こつこつ練習を積み重ねることで得られる達成感や、音を合わせる楽しさを学んでほしいと思っています。

昨年11月末には、トンガ初のクラシックコンサートを開催しました。演奏のメインはTTIの学生たち。約3か月の練習を経て、オーケストラや声楽、合唱などバラエティ豊かな曲を披露しました。生音での演奏を静かな環境で聴いてもらえるよう聴衆は招待客だけに静寂に包まれ、演奏者も適度な緊張感で臨み、とても好評でした。ちよつと大きですが、トンガ音楽史上に新たな1ページを開けたのではないかと思います。

企画調整員(ボランティア事業)*からひとこと

2016年の大地震での被害が大きかったマナビ県ですが、自分たちも県も元気になるためにがんばるセプロカフェのような小規模起業家がたくさんいます。「新しい視点とそれに基づいた活動が刺激になる」と彼らが言うように、マナビ県に誇りを持つ起業家たちが小澤隊員とともに活動することで、さらにマナビ製品が広く知られるようになることを期待しています。



エクアドル事務所
石濱由実子

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。



おいしいから飲んでみて!

フェア(物産展)でセプロカフェのコーヒー豆を販売する小澤さん(左)。

JICA海外協力隊
がゆく Vol. 5

今回の協力隊員は、
コーヒー生産国、南米・エクアドルで
地域のコーヒー生産者と
ともに働いています。

in エクアドル
小澤健太

32歳
出身地: 愛知県
職種: コミュニティ開発
任期: 2017年7月~2019年7月



コーヒー生産者の
生活向上に
協力しています

+one information
バイレの輪に飛び込む

エクアドル人は内気な人が多く、思い描いていた陽気な南米人のイメージとは異なっていた。それでも、やはり南米なんだと思わせてくれる時があった。それがバイレ(ダンス)のフィエスタ(お祭り)だ。
配属されて3日後、ホストファミリーに連れられバイレに行った。会場となっていたのは、教会前の広場。たくさんの男女が音楽に合わせて揺れる光景は圧巻だった。しかし、踊り方のわからない僕は、実はあまり楽しくなかった。

音楽の種類によってステップが変わるのだが、どのステップがどの音楽に合っているのかわからない。同僚や近所の人に聞いても「よく聴いて」というアドバイスしか得られなかった。「クンビア・メレンゲ(なんじゃ、それ)?」とお手上げた。
それでも、何度も参加するうちにコツがつかめるようになった。ステップは簡単なので、音楽の種類を聴き分けてしまえば、あとはリズムに合わせるだけ。エクアドル人と一緒に踊っているうちに、彼らも実はそれほどリズム感がないこともわかった。恥ずかしがらずに楽しめばいい——それだけのことだった。

今では、音楽が鳴れば勝手に体が動いてしまうほどに。同僚たちとバイレを楽しむことで、親睦を深めることができた。恥ずかしさをふり切りバイレの輪に飛び込んでよかったと思っている。(小澤健太)



イラスト ● さかがわ成美



赤い実を収穫します

手作業で行われるコーヒー豆の収穫を体験。



コーヒー豆栽培について教えてもらっています

セプロカフェの同僚と。

訪ねてきたことがありました。自分の活動でセプロカフェの魅力がアメリカまで伝わったことがうれしく、エクアドル人の同僚と変わらずハイタッチしてしまいました。
日々の活動はともゆつたりしていて、活動というより生産者たちと一緒に生活していると言ったほうがしっくりきます。エクアドルではみんな、家族のために働き、幸せになるために働いています。彼らを見ていると、日本で考えていた「何のために働いているんだろう?」という問いの答えに近づいている気がします。

赤道直下、標高5000メートルを超えるアンデス山脈の麓で栽培されるコーヒーはエクアドルの主要な輸出品です。国内にはいくつかがコーヒーの産地があり、そのひとつであるマナビ県のコーヒー生産農家の組合「セプロカフェ」が僕の活動現場です。
セプロカフェでは、これまで組合の農家から皮むきまで終わった

コーヒー豆を買い取り、ほかの会社で販売していました。しかしそれは価格が安く、生産者の生活が向上しないため、組合は生豆の精製、包装、輸出まで行うことを希望。それが軌道にのるようお手伝いをしています。
エクアドルに来て1年9か月が過ぎ、自分の取り組みが少しずつ形になってきたと感じています。これまでに行ってきたのは、組合ブランドコーヒーの最終製品(焙煎まで行ったもの)に向けた準備パッケージデザイン、製品紹介ホームページの作成・管理、中国での展示会やアメリカでの販売に向けての準備など。コーヒー豆の生産や輸出の知識はエクアドルに来てから学んで得たものばかりですが、日々の仕事には会社員時代に培ったプロジェクト管理能力や調整力、そして対人交渉力が役に立っています。実はエクアドル人は新しく知り合いをつくるのが苦手なようです。そんなときは僕が間に入り、他地域のコーヒー豆生産者と経験を共有してもらいます。それによって農家の人たちがより広い視野を持ち、仕事へのモチベーションを高めることができているのではないかと思います。
またある日、セプロカフェのウェブサイトをみたというアメリカからの旅行者が、生産加工場を

企画調整員(ボランティア事業)*からひとこと



JICAボリビア
渡邊 宏和

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

ボリビアでは、基礎看護技術や知識、看護倫理などの基本がまだまだ足りていません。山本さんの活動は、現地医療従事者を対象とした草の根レベルでの勉強会や研修会を積み重ねていき、内部から改善を促していくよい流れを病院内に作っています。

+one information
高山病の洗礼

ボリビアへの派遣が決まり、まず思い浮かんだのは「天空の水鏡」といわれるウユニ塩湖だった。天空と呼ばれるのは標高3,700mにあるから。調べてみると、実質的な首都機能があるラパスは標高3,640m、私の任地のポトシはさらに高い4,067mと富士山より高いところに街がある。それを知った私は、高山病の予防のためにいろいろな文献を読んで備えた。

着任すると初日から軽い頭痛を感じ、鏡を見たら顔色がドス黒い。「太陽が近いからもう日焼けしたんだ」と思い込んでいた。しかし、3日ほどで頭痛が消えると顔色が普通に戻った。そこで初めて、高山病の酸素欠乏状態で顔色が悪くなっていたことに気づいたのだった。

ラパスもポトシも歩けば坂道ばかり。最初はしゃべりながら歩けないし、ご飯は沸点が低いからうまく炊けないし、酸素不足で胃腸の機能が低下して下痢になるし……。標高が高いから、日中は暑く朝晩は寒い。赴任後3~4か月は標高による弊害ばかりを感じていた。

それが今ではおいしいご飯が炊けるようになり、ジムでトレーニングまで行っている。ボリビアには高山地帯だけではなく、アマゾンの熱帯雨林地帯や渓谷地帯などがあり、地域によって住民の生活スタイルや気質も変わる。知れば知るほどたくさん見所や魅力があると感じている。

(山本貴子)



イラスト ● さかがわ成美



この人の
看護の
ポイントは?

看護学生に指導をする山本さん(左)。



日本の味を
食べてほしい!

日本文化紹介のイベントでは、「たい焼き」をみんなに振る舞った。



患者さんのために
がんばっています

いつも一緒に働いているICUのスタッフたちと。



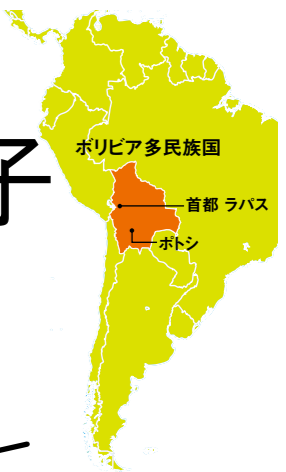
JICA海外協力隊
がゆく Vol. 4

今回登場する協力隊員は、標高4,000メートルを超える高地で、地域の中核病院の看護師たちとともに奮闘しています。

in ボリビア

山本貴子

35歳
出身地: 奈良県
職種: 看護師
任期: 2017年4月~2019年4月



病院全体の
看護レベルの向上に
取り組んでいます



日本で看護師として働いていたとき、外国人の患者さんへの対応ではコミュニケーションの方法や文化の違いにとまどうことがありました。私も日本以外の社会や文化を知らなければと強く感じていたときに見つけたのが、JICA海外協力隊の募集。ボリビアからの「患者に対する看護サービス」の

ればなりません。そのため患者さんのなかには、治療費が払えずに治療を断念して病院を去ってしまう人もめずらしくありません。日本では助けられても、国の制度や考え方の違いで助けられない命があることを知ったのは大きな衝撃でした。しかし、そんな中でも私の活動が少しでも現地の看護師たちの技術の向上に役立ち、仕事がやりやすくなっていくればよいと思っています。帰国後は、この貴重な経験を少しでも多くの人に伝えていきたいと思っています。

赴任当初、私の活動の場はICUに限られていました。赴任して1年ほどたった頃、ICUで行ってきた活動や今後の目標を話す機会がありました。活動する中で、病院の看護師はそれぞれにスキルを持っている一方で、病棟ごとに能力の差があり、統一された教育体制や看護マニュアルがほしいのではと感じていました。そこで、病院内に教育委員会を設立して教育体制を整え、看護スキルをみんなでき共有できるようにしたいと発表しました。それをきっかけに、他の病棟の看護師たちと話をすることが増えました。教育委員会の設立がかない、看護マニュアルの作成に励んでいます。

ボリビアでは保険制度が整っていないため国民の多くが保険に未加入で、医療費を全額負担しなければなりません。そのため患者さんのなかには、治療費が払えずに治療を断念して病院を去ってしまう人もめずらしくありません。日本では助けられても、国の制度や考え方の違いで助けられない命があることを知ったのは大きな衝撃でした。しかし、そんな中でも私の活動が少しでも現地の看護師たちの技術の向上に役立ち、仕事がやりやすくなっていくればよいと思っています。帰国後は、この貴重な経験を少しでも多くの人に伝えていきたいと思っています。

向上」という要請内容は、9年間の看護師経験が活かせると思いましたが、赴任したのはボリビア南部にあるポトシ市。ポトシ銀山の麓として栄え、世界遺産にも登録されている街です。そこにある市立ダニエルプラカモンテ病院の集中治療室(ICU)が私の職場です。日々、現地スタッフとともに日常の看護業務を行いながら、1次救命や心電図モニターの見方、床ずれの管理方法などの勉強会も行っています。

企画調整員(ボランティア事業)*からひとこと



経済発展が進むラオスで、エコヘルスの考え方はこれから必要になってきます。教員を目指す学生たちにその概念を教えることができるようにしているのが、鈴木さんの活動です。ラオスで活動できてよかったと思えるよう、残りの任期を大切に過ごしてください。

JICAラオス事務所
中原二郎さん

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。



もっと
わかりやすいほうが
いいね

他の教員養成校と、エコヘルス教育の合同研修会も開催。



JICA海外協力隊
がゆく Vol. 3

ゆったりと流れる時間に、訪れた人の多くが魅了されるラオスで、エコヘルス教育の普及に取り組む協力隊員がいます。

in ラオス
鈴木春花

すずき・はるか
25歳
出身地: 埼玉県
職種: 公衆衛生



+one information

ラオスの布に一目惚れ

「ラオスにいったい何があるというんですか?」

これは村上春樹さんの紀行エッセイのタイトル。私がこの質問を受けたとすれば、迷わずに「布!」と答えるだろう。

ラオスには49の民族が暮らす。細かく分けるともっと多いともいわれている。それぞれが独特の文化を持つが、最も特徴が出るのがファッションだと思う。同じラオスという国で生きているのに、こんなにも違うのか!? と驚く。

民族衣装もとても魅力的なのだが、私はラオスの布にハマっている。民族(地域)ごとに模様や色合いに特徴がある。素材はラオシルクもあればラオコットンもある。そしてなにより手織りで生み出される布は、すべてが一点もの。休暇のときにラオスのいろいろな街を訪れ、その地域、そこに暮らす民族が作り出す布に出合ってしまったら、一目惚れして買ってしまおうのである。

任地に戻り、買った布でさっそくシン(ラオスの巻きスカート)を作る。職場に着ていくと、すぐさま女性の同僚たちから「きれい! この布はどこで買ったの?」と聞かれる。「ありがとう、いいでしょう」と自慢しながら、女の子たちの話題は世界共通、「おしゃれ」なんだなあと思ってしまう。

(鈴木春花)



イラスト ● さかがわ成美



やっと教科書が
完成しました

上: エコヘルス教育の教科書ができ、贈呈のセレモニーを行った。右: 教科書は日本の大学の先生、ラオスの教授陣が中心になって執筆した。

の認識が低く、教科書もない状況でしたが、研修会を開き、18年には教科書もできあがり、少しずつ私のやるべきことが見えてきました。今では、私が授業研究会に出席できないときは「動画で記録しておくから、春花が帰ってきたら一緒に見て意見交換をしよう」と言ってくれるまでになり、「もっと授業を良くしたい!」という同僚の思いが伝わってきます。

エコヘルスの考え方による、目の利益だけにとらわれない社会づくりが教員養成校から始まり、将来ラオスをつくる子どもたちまで届いてほしいと思っています。

ここが
ポイントです!



教員養成校で行ったエコヘルスの授業の様子。グループワークで出た意見をクラスメイトに発表する生徒。

私がラオスと出会ったのは、養護教諭の養成課程で学んでいた大学時代に参加した大学の教員主催のスタディツアーでした。ラオスのスタッフと一緒に小学校での健康診断や健康教育に関わるうちに、ゆったりと時間が流れる居心地のよいこの国で、ラオスの人たちと一緒に働きたいと思うようになりました。大学卒業後の進路を考えていたときに、東京学芸大学にはJICAとの連携プログラムがあり、大学院に所属しながら協力隊員として活動できることを知り、「これは応募するしかない!」と運命を感じました。

念願がなつて派遣されたラオスでの活動地は街全体が世界遺産の古都ルアンパバーン。中心地は外国人観光客が多くにぎやかですが、車で10分も行けば、雄大なメコン川が流れ、緑豊かな山々に囲まれたいつも通りのラオスです。私の職場は、そこにあるルアンパバーン教員養成校で、同僚とともにエコヘルス教育の授業づくりと実践を行っています。

エコヘルス教育とは健康教育と環境教育を合わせた教科で、「人間の健康」「生態系」「人間の生活・行動」「社会経済発展」の相互関係を知り、それぞれのバランスを考え、国づくりや社会づくりを教えます。2019年9月から教員養成校の正式カリキュラムになる予定ですが、養成校には指導できる教員が一人しかいません。そこでこの教科を担当予定の教員全員が参加する研究会を行い、効果的な質問や内容理解のためのアイデアを考えて授業を組み立てています。また、ラオス人同士で意見交換ができるように、ほかの教員養成校との合同研修会も定期的に開催しています。

当初はエコヘルス教育について

エコヘルス教育で
ラオスの国づくりに
協力しています



企画調整員(ボランティア事業)*からひとこと

内戦や自然災害で、赴任地の子どもたちはスポーツをする余裕がなかったのですが、彼の活動で身体を動かすことの楽しさを知り、心身ともによい影響があると感じています。



JICAスリランカ事務所
片山典子

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。

+one information

バスの中の小さなスリランカ

北海道を一回り小さくしたくらいの大さなスリランカ。飛行機や列車もあるが、国内の移動はもっぱらバスになる。バスはカラフルなデザインが多く、車内に大きなスピーカーがあり、音楽が大音量で流れている。明るくにぎやかな性格の人が多いスリランカらしい。「えっ」と思うかもしれないが、どのバスもドアを開けたまま走る。なぜか!? いちばんの理由は、「閉めないほうが便利だから」だろうか……。

運転席付近には、仏陀、ガネーシャ(ヒンドゥー教の神様)、キリストなどが仲良く並び、お供え物が置かれ、線香が焚かれる。旅の安全を願い、たくさんの神様に祈る姿に、世界四大宗教(仏教、ヒンドゥー教、イスラム教、キリスト教)が集まっているスリランカの宗教に対する寛容さを感じる。車内では、お坊さんが乗ってきたらいちばん前の席を譲る、座っている人は立っている人の荷物を持ってあげるなど暗黙のルールがあって面白い。

長時間の移動に疲れてきたら、ワデー*を食べて一息。日本のバスに比べるとけして快適とは言えないが、スリランカの文化や習慣が凝縮されているこの空間が大好きだ。(高里 樹)

*水で戻したヒヨコ豆を挽き、きざみ玉ネギ、青トウガラシなどと混ぜて丸めた揚げ物。手軽なスナックとしてスリランカではポピュラーな料理。



イラスト ● さかがわ成美



僕の動きを
まねてみよう

高里さんの動きに合わせて一緒にダンス。子どもたちの動きがだんだんよくなってきた。



もう、サーブは
まかせて!

最後まであきらめずに練習し、サーブができるようになった女の子(右)。



さあ、いくよー

競技普及のために立ち上げたバレーボールクラブ。ルールや練習方法、運動の基礎知識を伝えている。

JICA海外協力隊
がゆく Vol.2

インド洋に浮かぶ島国スリランカ。そこで体育協力に取り組んでいるJICA海外協力隊員から声が届きました。

in スリランカ
高里 樹



たかざと・いつき
38歳
出身地: 沖縄県
職種: 体育(現職教員特別参加制度)



子どもたちに
運動の楽しさを
伝えています

中学校での10年間の保健体育教諭としての経験を活かしたい——その思いを胸に2017年7月、スリランカのトリノコマリリーにやってきました。スリランカの体育は座学が中心で、子どもたちは運動に親しむ機会が少なく、運動不足が深刻です。現地の教員と協力しながら、運動の楽しさを伝え

ることが私の活動の目的です。当初は、授業での体育実技指導を目指しましたが、体育の知識をつけることのほうが重要視され、実技の授業は理解を得られませんでした。そこで、学校にすでにあるクラブ(サッカー、バレーボール、陸上、卓球)の技術力向上、地方の学校ではクラブ新設による競技の普及、運動習慣の定着や体力増進に取り組むことにしました。ある卓球クラブでは、子どもたちは全員ボールもラケットも触れたことがなく、ラケットでボールを打つだけで楽しい様子。私が訪れると満面の笑顔で迎えてくれました。サーブの練習には苦勞していましたが、練習を繰り返してコツを掴みどんどん上達。最後のひとりができるようになったとき、その子はもちろん、周りの子どもたちみんな成功を喜びました。ただ、言葉の壁には苦勞しました。民族混在地域なので、語学研修を受けなかったシンハラ語で先生たちにダンスの振り付けを説明しなければならぬことがありました。はじめはホワイトボードで説明し、英語のできる保護者に通訳してもらっても半分も伝わりませんでした。不思議なことに2週間もするとおたがいになんとか意思の疎通ができるようになりました。「子どもたちに元気いっ

ぱいダンスを踊ってほしい」という共通の目標があったから、言語を超えたコミュニケーションが図れたのだと思っています。今年5月から砲丸投げを始めた女生徒が、10月に行われた全国大会で7位に入賞しました。一所懸命に練習に取り組む姿はカッコよく、入賞は私自身にも大きな喜びでした。来年2月には、新設したサッカーなどのクラブ初の公式戦となる地区大会があります。これまでの練習の成果を発揮し、目標を達成する喜びや仲間と協力することの大切さを学んでほしいと思います。

企画調査員(ボランティア事業)*からひとこと



田丸さんの任地は都市部から遠く離れ、不便なことも多いのですが、“あるもの”で創意工夫し、子どもたちだけでなく、同僚や地域住民にも環境教育の大切さを忍耐強く伝えていきます。タンザニアにとても馴染んでいて、友人も多く、子どもたちにも慕われている田丸さんなので、任期満了に向けて、地域の人たちの理解と協力を得ながら活動に取り組んでくれることを期待しています。

JICAタンザニア事務所
赤堀育美

*隊員の活動全般を支援する「ボランティア事業支援のプロ」。また相手国の要望を調査し要請開拓を行うなど、隊員活動全体の運営を行う。



今日のサンゴの状態はどうか?

環境を考える
ポスターを作ったよ

海に潜ってサンゴなど海中生物を調査するのも田丸さんの活動だ。潜っているのは海洋公園で働く同僚たち。



海岸はきれいに
しないとね

地域の人たちと小学生が参加したビーチクリーンのイベントも企画。自分たちの活動で海岸がきれいになることを体験してもらった。



小学校では、環境を守る気持ちを育てるためにみんなでポスターを作った。前列左端が田丸さん。

+one information
世界的にもレベルが高い
Bongo Flavor

近年、アフリカの音楽が欧米で少しずつ注目され始めている。なかでもタンザニアは音楽産業が盛んだ。

タンザニアの人たちは音楽が大好き。町を歩いていると、いたるところから大音量で音楽が聞こえてくる。地方都市でも大規模な野外ライブが開催され、たくさんの人であふれかえる。

こちらに来る前は、タンザニアでは民族音楽が主流なのではと思っていたが、実際はそうではない。多くの人が聴いているのはタンザニアのポピュラー音楽「Bongo Flavor (ボンゴ・フレーバー)」で、日本でいうJポップに近い雰囲気。欧米の曲と遜色のないノリのよさで、世界的にみてレベルが高い。ここ数年は、世界的に有名な欧米の歌手がタンザニアの歌手とコラボすることも増えている。自分が昔から知っている欧米の歌手がスワヒリ語で歌っているミュージックビデオを見た時には驚いた。最近ではタンザニアの音楽にどっぷりハマっていて、「なんでそんなに詳しいんだ」とタンザニア人に驚かれるほどだ。

もしかしら近い将来、日本でもスワヒリ語の曲を耳にするようになるかもしれない。(田丸拓弥)



イラスト ● さがわ成美

「任地は2019年1月まで。海の近くで暮らしていても、海に潜ったり海洋公園に来たりしたことのない子どもも多いので、海での実習や社会科見学を実現させたいと思っています。」

「任地は2019年1月まで。海の近くで暮らしていても、海に潜ったり海洋公園に来たりしたことのない子どもも多いので、海での実習や社会科見学を実現させたいと思っています。」

「任地は2019年1月まで。海の近くで暮らしていても、海に潜ったり海洋公園に来たりしたことのない子どもも多いので、海での実習や社会科見学を実現させたいと思っています。」



JICA海外協力隊
がゆく Vol.1

JICA海外協力隊員の世界各地での活動を紹介する新連載。
今回は、タンザニアで環境教育に取り組む隊員の声が届きました。



in タンザニア
田丸拓弥

たまる・たくや 27歳
出身地:東京都
職種:環境教育



海洋環境保護の
意識を
育んでいます

私が活動しているムシンバティ村は、タンザニア南東部に位置するムトワラ州の小さな漁村です。主要都市のダルエスサラームからムトワラまで飛行機で1時間、そこからさらにバスで1時間半かけてようやく到着します。

JICA海外協力隊に応募したのは、途上国の人たちのためになにかやりたいと考えていたところ、日本で小・中学生を対象にした自然体験キャンプでの引率の経験が活かせる職種があることを知ったから。趣味でスキューバダイビングをやっていたので、海を

対象とした環境教育に取り組みたいと思っていました。タンザニアからの要請は、開発が進んでいない海洋公園での海洋調査と学校での環境教育だったので、これだ!と思いました。

今は、海洋公園の敷地内にある四つの小学校と一つの中学校を巡回し、毎週、環境の授業を行っています。村の子どもたちは漁師になることが多く、幼い頃から海洋保護の意識を育めば持続可能な漁業に取り組むこともできますし、また海洋公園の保護をしたいという気持ちも生まれると思います。日々、授業に取り組んでいます。

授業の内容は、海洋公園の同僚たちにアドバイスを受けながら、村の子どもたちの身近な問題を探して組み立てます。そこで見つけたテーマの一つがウミガメです。海洋公園にはウミガメが棲息していますが、年々数を減らしています。原因の一つが人々の食用になっています。ウミガメの捕獲も食用も法律的に禁止されていますが、地元の人にとっては、馳走で高く売れるため、密漁がなくなりません。そこで授業では、棲息数の減少などウミガメを食べるはいけない理由を教えました。先日、同僚がパトロールをしていると「向こうでウミガメを食べ