

クロスロード

6



特集1

農林水産分野の活動ポイント

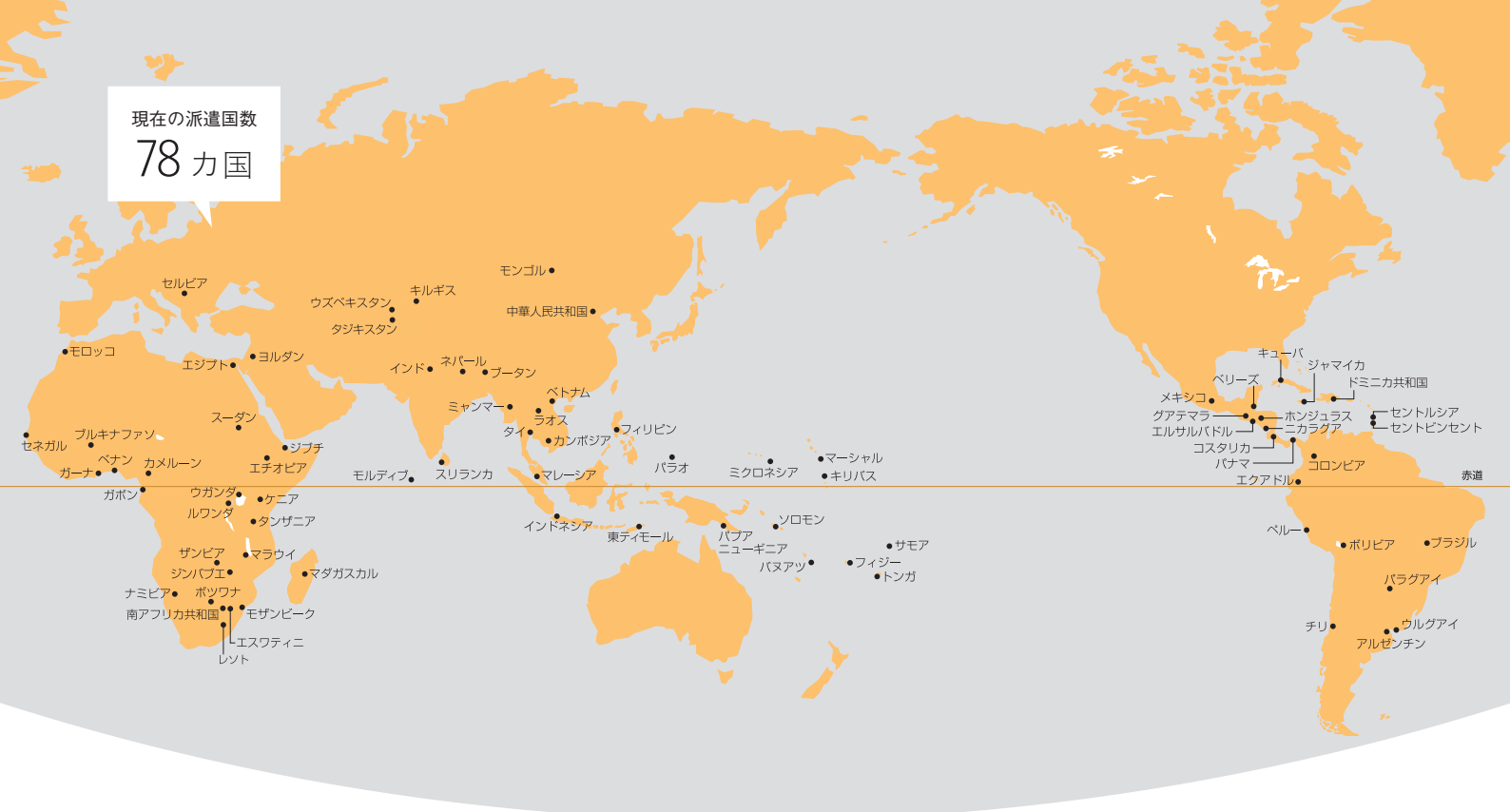
特集2

余暇の過ごし方



現在の派遣国数

78カ国



JICA海外協力隊 派遣現況

(2019年4月末現在)

■ アフリカ地域

国名	JV	SV
ウガンダ	41	2
エスワティニ	4	1
エチオピア	30	
ガーナ	51	2
ガボン	18	9
カメルーン	22	1
ケニア	42	6
ザンビア	78	12
ジブチ	11	
ジンバブエ	5	
スーダン	20	
セネガル	42	3
タンザニア	59	3
ナミビア	13	
ブルキナファソ	17	
ベナン	47	
ボツワナ	12	
マダガスカル	34	
マラウイ	56	
南アフリカ共和国	5	6
モザンビーク	37	3
ルワンダ	41	
レソト	1	1

■ アジア地域

国名	JV	SV
インド	13	
インドネシア	12	2
ウズベキスタン	25	7
カンボジア	26	10
キルギス	26	
スリランカ	39	1
タイ	33	5
タジキスタン		3
中華人民共和国	10	
ネパール	50	4
東ティモール	31	
フィリピン	28	2
ブータン	18	6
ベトナム	39	16
マレーシア	19	7
ミャンマー	9	4
モルディブ	13	
モンゴル	38	
ラオス	38	3

■ 大洋州地域

国名	JV	SV
キリバス	7	
サモア	22	1
ソロモン	33	5
トンガ	14	2
バヌアツ	20	4
バブアニューギニア	30	5
パラオ	10	5
フィジー	24	3
マーシャル	8	1
ミクロネシア	7	9

■ 欧州地域

国名	JV	SV
セルビア	1	2

■ 中東地域

国名	JV	SV
エジプト	14	3
モロッコ	21	6
ヨルダン	28	

■ 中南米地域

国名	JV	SV	日系JV	日系SV
アルゼンチン		18	6	8
ウルグアイ		7		
エクアドル	51	6		
エルサルバドル	8			
キューバ		1		
グアテマラ	27	3		
コスタリカ	23	10		
コロンビア	15	14		
ジャマイカ	22	12		
セントビンセント	4			
セントルシア	8			
チリ	6	4		
ドミニカ共和国	37	7	4	1
ニカラグア	1			
パナマ	14	1		
パラグアイ	40	2	9	3
ブラジル			69	20
ペルー	15			
ペルー	44	5		
ボリビア	41	2	2	
ホンジュラス	27			
メキシコ	2	9		

■ 合計

	JV	SV	日系JV	日系SV	小計
派遣中 (男性/女性)	1,777 (773/1,004)	266 (189/77)	90 (29/61)	32 (11/21)	2,165 (1,002/1,163)
累計 (男性/女性)	44,913 (23,919/20,994)	6,496 (5,255/1,241)	1,476 (563/913)	542 (252/290)	53,427 (29,989/23,438)

JV = 青年海外協力隊

SV = シニア海外ボランティア

日系JV = 日系社会青年ボランティア

日系SV = 日系社会シニア・ボランティア (単位:人)

■職種別索引	掲載ページ
コミュニティ開発	8
野菜栽培	1、10、28
養殖	6、12
林業・森林保全	28
青少年活動	22
環境教育	36
水泳	14
バレーボール	26
ラグビー	24
体育	20
小学校教育	4
電子工学	25
料理	18
公衆衛生	16
感染症・エイズ対策	4

■国別索引	掲載ページ
ガーナ	25
ザンビア	8
スリランカ	24
タイ	22
パラグアイ	10
東ティモール	1、18、36
フィリピン	6
ブータン	20
ペルー	36
ボリビア	14
マラウイ	4
モンゴル	26
ラオス	4
ルワンダ	16

■出身都道府県別索引	掲載ページ
北海道	14
埼玉県	8
千葉県	6
東京都	18、36
新潟県	24
静岡県	10
愛知県	25
大阪府	20
兵庫県	16、26
福岡県	22

【凡例】

- ① JICA海外協力隊の方々（経験者を含む）については、次のように表記しています。

国際協子さん（ウガンダ・青少年活動・2018年度4次隊）

氏名	派遣国	職種	隊次

※「青年海外協力隊」以外のJICA海外協力隊（「シニア海外ボランティア」「日系社会青年ボランティア」「日系社会シニアボランティア」）の方々は、括弧内の冒頭に「SV」「日系JV」「日系SV」と記しています。

- ② JICAの「企画調査員（ボランティア事業）」については、「VC」と表記しています。

本誌は、JICA海外協力隊が現地での活動・生活を円滑に行うための実践的な情報、および帰国後の進路開拓や社会還元に関する有益な情報を提供し、対象者に配布しています。

ロゴタイプデザイン：S+M DESIGN FACTORY

レイアウト：S+M DESIGN FACTORY

印刷・製本：弘報印刷（株）

4

JICA Volunteers' NEWS

- ▶「予防は治療に勝る」をテーマに地域住民に向けた健康促進イベントを実施（マラウイ）
- ▶日本とラオスの子どもたちをつなぎたい。テレビ電話を使った国際交流（ラオス）

特集1

農林水産分野の活動ポイント

6

CASE 1 養殖

山口 燿さん（フィリピン・養殖・2016年度2次隊）

8

CASE 2 稲作・キノコ栽培

坂本知之さん（ザンビア・コミュニティ開発・2016年度2次隊）

10

CASE 3 野菜栽培

太田 至さん（パラグアイ・野菜栽培・2016年度2次隊）

12

活動Q&A集

特集2

余暇の過ごし方

14

CASE 1 任国外旅行

田村絵果さん（ボリビア・水泳・2016年度3次隊）

16

CASE 2 同僚との交流

井垣智志さん（ルワンダ・公衆衛生・2016年度3次隊）

18

CASE 3 プラスαの活動

佐藤信希さん（東ティモール・料理・2016年度3次隊）

20

CASE 4 他隊員との協働

小里 晋さん（ブータン・体育・2016年度3次隊）

22

“失敗”から学ぶ

小川結実さん（旧姓：橋本／タイ・青少年活動・2016年度1次隊）

24

希少職種図鑑

▶ラグビー 伊藤悠理さん（スリランカ・2016年度2次隊）

▶電子工学 宮崎貴芳さん（ガーナ・2014年度2次隊）

26

JICA Volunteer's Before ▶ After ～人生を変えた2年間～

高等学校 保健体育教諭 谷野 駿さん（モンゴル・バレーボール・2014年度1次隊）

28

OB・OG匿名座談会

農林水産分野篇

30

JICA海外協力隊のプチテクガイド

法被の作り方／アンガーマネジメント／あるもので思い出の味

32

INFORMATION

34

JICA海外協力隊のつぶやき

お題：「パーティ」

35

JICA進路相談カウンセラー／青年海外協力隊相談役の紹介



CBOメンバーによる演劇。実際の経験に基づいたリアルな演技を披露し、住民の集客アップにつながった。イベント終了後、参加住民からは「HIV／エイズについて改めて考えるいい機会になった。HIV検査を受けたい」という声をもらい、また協力してくれたCBOメンバーからは「またこんなイベントを開催したい、そのときは協力してほしい」と伝えられた。

開催の流れ	
〈3カ月前〉 企画・会議	隊員でイベントの内容の決定、企画書の作成。県の保健事務所への企画書持参、企画の承認。
〈2カ月前〉 会議	協力者であるCBO、HSAなどへの協力の要請、趣旨の説明。
〈1カ月前〉 開催準備	各参加者が必要な備品、資材を準備。
〈2週間前〉 打ち合わせ	地域のリーダーへのイベントの説明。地域住民へのイベントの呼びかけ、ポスターづくり。
〈当日〉 開催	午前、改めて地域住民へのイベントの呼びかけ。午後、イベントを実施。
〈2週間後〉 振り返り	保健事務所へのイベントレポートの提出。
〈1カ月後〉 検査実施	当日できなかったHIV検査の実施。

「予防は治療に勝る」をテーマに 地域住民に向けた健康促進イベントを実施

Malawi

文 = 矢谷優季さん（マラウイ・感染症・エイズ対策・2017年度2次隊）



HIVについてのヘルストーク（健康講話）の実施。
矢谷さん（右から2人目）と松本さん（右から3人目）

私は、マラウイ北部の都市、ムズスのムズ・アーバンヘルスセンターにて、HIV／エイズの予防啓発活動や市内さまざまな活動をする住民団体（CBO）へのサポートをしています。

今回活動の一環として、2018年10月に同配属先の松本茜さん（公衆衛生・2016年度3次隊）と共に地域住民に向けた健康促進イベントを実施しました。これを実施する背景となったのは、マラウイの人々が病気の予防よりも治療に重きを置いていることがひとつの問題となっていたことです。そこでイベントでは、地域住民がより健康に関心を持ち、医療施設を訪れる機会が増えること、またHIVやSTIs（性感染症）などの検査を定期的な受ける住民が増えるように、テーマを「Prevention is better than cure」（予防は治療に勝る）として企画しました。

イベント当日、日程は約半日と短いながら、200人以上の地域住民が参加する大きなイベントとなりました。CBOメンバー

や栄養士、HSA（ヘルスワーカー）に協力を仰ぎ、共にイベントを盛り上げることができました。身長、体重、血圧をチェックする簡単な健康診断、マラリア予防啓発や栄養改善などのほかに、HIV／エイズの健康講話や演劇など、住民を飽きさせない工夫を凝らしたプログラムを作成。私達隊員は健康講話を通して、改めて予防の重要性の強調、予防の仕方を話し、質問形式にすることで観客を巻き込みながら楽しんでもらえるイベントになりました。

現地の人と何かをやるということはこれまでにも経験はしていましたが、イベントという大きな企画を運営する上で、多くの苦労がありました。特に大変だったことは、HIV検査を実施するHSAにはほかの仕事が入り、イベント当日に、急に来られなくなってしまうことです。こちらが事前に予定を確認し、参加できるという返事を受け取っていても最後まで油断できないのがマラウイ。検査は後日改めて実施することで住民に理解してもらいました。

このイベントを通して、特に人をまとめることの難しさ、計画通りにいかない場合の対処の仕方など初めての経験をすることができました。この経験は現在の活動にも生きており、現在ムズス内のCBOでネットワークをつくり、お互いに交流を持ち、協力して活動ができるように促しています。彼らをまとめるのはまだまだ難しいですが、経験を踏まえ、今度は現地主体のイベントを実施し、サポートをしていけたらと考えています。

開催の流れ	
〈9カ月前〉 （日本にて） 提案	日本の勤務先の先生に「スカイプを使った国際交流」を提案。
〈2カ月前〉 内容提案	大まかな内容を提案。
〈2カ月前〉 日程確定	国際交流の日程確定。
〈1カ月前〉 接続テスト、 打ち合わせ	スカイプの接続テスト。日本の勤務先の先生と内容の打ち合わせ。
〈1カ月前〉 事前授業	ラオスの小学生へ「日本について」の事前授業を実施。
〈1週間前〉 最終確認	両国の先生と内容の最終確認。
〈当日〉 実施	日本とラオスの子どもたちの国際交流。



日本語で自己紹介をしているラオスの子どもたち

日本とラオスの子どもたちをつなぎたい。 テレビ電話を使った国際交流

Laos

文 = 北野有紀さん（ラオス・小学校教育・2018年度1次隊）

日本の6年生（約100人）が「サバイディー（こんにちは）！」、ラオスの5年生（約25人）が「こんにちは！」とお互いの言語であいさつ。テレビ電話（スカイプ）を使って、日本とラオスの子どもたちが国際交流を行いました。

私は、ラオスの古都ルアンパバンの教員養成校に所属しています。普段は教員養成校で算数の授業の仕方を伝え、また近くの小学校を巡回し、授業の方法と一緒に考えています。

日本では、奈良県の小学校の教員として勤務しています。そのため「日本とラオスの子どもたちをつなぎたい」と思い、日本を出発する前に勤務先の先生たちにスカイプ交流を提案させていただきました。勤務先の先生たちは快諾してくださり、実施に至り、地元のテレビ局による取材も行われました。目的は、「ラオスと日本の子どもたちをテレビ電話でつなぎ、国際交流を持つ」「お互いの国を紹介することで異文化を知る」「日本が行う国際協力を知る」とし、両国の先生と共に準備をしました。



ラオスの説明を聞く日本の子どもたち

初めての実施ということで、場所・時期・Wi-Fiの状況・語学などさまざまな問題がありました。しかし、ひとつひとつの問題を先生たちと相談して解決していきました。

そして迎えた当日（3月4日）、まず教員養成校で「日本が行う国際協力」「ラオス」「青年海外協力隊としての活動」について説明し、その後小学校へ移動しました。「サバイディー」と日本の子どもたちの呼びかけから日本とラオスの子どもたちの国際交流が始まりました。お互いの言語で自己紹介をした後、お互いの文化紹介を行いました。日本の小学生は世界遺産である「富士山」や「金閣寺」など写真を使って紹介したり、日本の武道である「剣道」や「合気道」を実演したりしました。ラオスの子どもたちは、初めて見る日本の写真に興味を示し、さらに武道の実演には「わあ」と声を上げて喜んでいました。ラオスの子どもたちも伝統舞踊を紹介しました。日本の子どもたちは、「大人になったら小学校の先生になって、青年海外協力隊になりたい」と作文に書いたり、「ラオスと日本の違いを学べて良い経験になった」とテレビの取材で答えたりしていました。

日本の子どもたちにとってのラオス！ラオスの子どもたちにとっての日本！今回の国際交流がなければかわることのなかった子どもたち！今回の交流をきっかけに、少しでも海外に目を向け、異文化に興味を持ってくれればと願っています。

農林水産分野の活動ポイント

農林水産物の生産は、長い時間がかかる場合もある。そのため、農家の収入向上につながる産物を見つけ出したり、その生産技術を指導・普及する活動は、「時間との戦い」となる。そんな農林水産分野の協力隊活動をより有益なものにするためには、どのような点に留意すればいいのか？ 各種の活動事例を通してポイントを整理する。



山口 耀さん (フィリピン・養殖・2016年度2次隊員) の事例

棚田を利用した養殖の技術改良や新たな養殖魚の導入を支援

稲作農家の副収入源の創出を目指して、水田養殖の支援に取り組んだ山口さん。すでに行われていたドジョウ養殖の技術改良を図る一方、コイを新たな養殖魚とする支援も行った。

*1 水田養殖…水田で稲とともに水産動物を育てる養殖方法。

*2 種苗…魚の養殖の場合、養殖のために生産/採捕した稚魚(骨格などが成魚と同じ状態になった子どもの魚)を指す。

山口さんが配属されたのは、イフガオ州マヨヤオ町の町役場農業事務所。山岳部に位置する同町の主産業は、急斜面に設けた棚田で行う稲作だ。しかし、1枚の面積が小さい棚田での稲作は、生産性が低い。

そうしたなか、山口さんの前任隊員の提案により、配属先では棚田を利用したドジョウの水田養殖を普及する事業が始められていた。町が位置するフィリピン北部ではドジョウが高値で売れるため、農家の良い副収入源になると見込んだ取り組みだ。山口さんの着任当時、町にはすでに実践を始めている農家もいた。山口さんが最初に着手した活動は、現地のドジョウ養殖に関する課題を探り、その解決を図ることだった。

試験圃場で課題の解決策を模索

ドジョウの養殖に使う種苗は、配属先が管理する町営の養殖場で生産し、農家に販売していた。課題のひとつだったのは、種苗生産にかかるコストだ。卵から孵化したばかりの段階(仔

魚)から稚魚へと育つ間は、限られた種類の餌しか使えない。当時、配属先ではアルテミアという高価な生物餌料を使っていたため、稚魚の販売価格も農家には負担の大きい水準になっていたのだ。

もうひとつの課題は、水田に稚魚を放つてから出荷サイズの成魚にまで育てるプロセスを、いずれの同僚も経験していなかったことだ。そのため、彼らが農家に対してできる技術指導には限界があった。

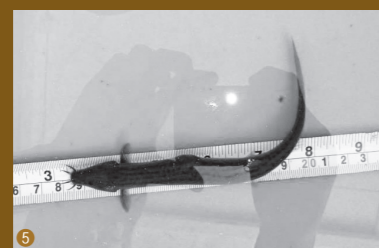
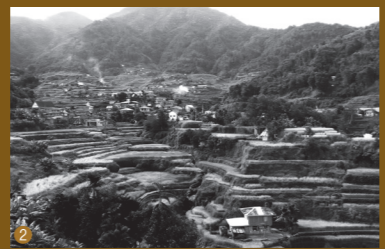
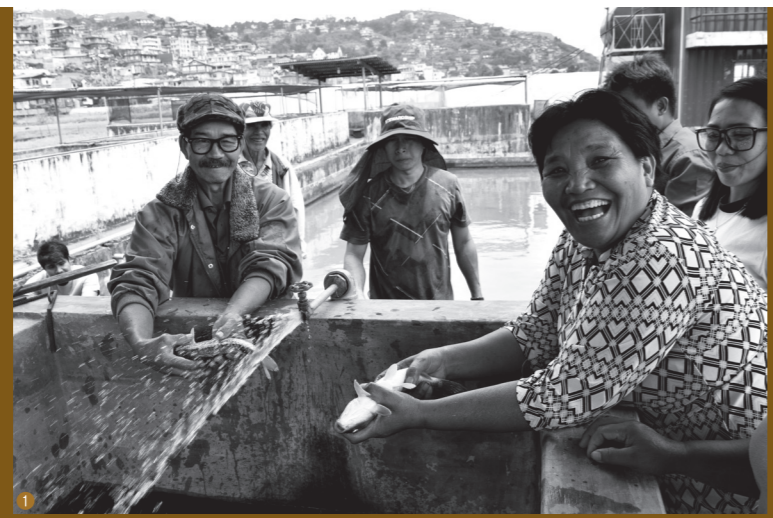
以上のような課題を解決するために山口さんがとった策は、試験圃場を設置すること。現地の農家に水田を借り、そこでアルテミアに替わる安価な餌を見つかるための試験を重ねたり、出荷サイズの成魚にまで育てる作業を同僚たちに体験してもらったりした。

種苗生産にかかる期間は2、3カ月。試験を始めてからほどなくして、市販の安価なティラピア用粉餌でも仔魚を飼育できることが判明し、町営養殖場での給餌法の変更につながることでできた。さらに、ドジョウの養殖の実践を始めていた農家のうち、特に熱意があった3軒の農家には、地域の「モデル農家」となってもらおうと、自力で種苗生産を行うための技術指導も行った。

一方、水田に放ったドジョウの稚魚は、早ければ半年ほどで出荷サイズの成魚にまで育つ。ところが、山口さんの着任の約4カ月後に試験圃場に放った稚魚は、1年経っても目標としている魚が獲れると、町の農家に販売。とりわけ強い興味を示した8軒の農家に対しては、水産資源庁のスタッフから養殖技術の研修も行ってもらった。

コイが出荷サイズの成魚に育つには、やはり1年はかかる。そのため、山口さんは収穫・販売を見届けることはできなかったが、予想外の成果を確認することができた。マヨヤオ町の農家と水産資源庁の間に協力関係が生まれたことだ。水産資源庁ではドジョウの養殖の普及も試みられていたが、ノウハウの蓄積が不足していた。そんななか、コイの養殖に関する支援をしてくれる「お礼」として、マヨヤオ町の農家が水産資源庁のスタッフにドジョウの養殖に関する知識を提供するようになったのだ。

- 1 フィリピン水産資源庁の養殖場で農家を対象に行った、コイの養殖に関する研修の様子。3泊4日の研修を2回実現させた
- 2 マヨヤオ町の棚田。世界遺産(文化遺産)に登録されている棚田群の一部を構成する
- 3 試験圃場とした水田で苗植えを行う山口さん(右)と同僚たち
- 4 ドジョウの種苗を生産するための水槽。自前で生産できるようになった農家が自作したもの
- 5 試験圃場で養殖したドジョウの成魚。定期的に大きさを計測し、数値をグラフ化した



山口 耀さん(写真左)

Profile

1992年生まれ、千葉県出身。2016年に北海道大学水産学部を卒業後、同年10月、協力隊員としてフィリピンに赴任。18年10月に帰国。現在は同大大学院水産科学院に進学し、魚類繁殖生理学の研究を行っている。

活動の概要

イフガオ州マヨヤオ町の町役場農業事務所配属され、水田養殖の活性化に向けた主に以下の活動に従事。
 ●新設した配属先の試験圃場における、ドジョウの養殖に関する試験(種苗生産技術改善のための試験や成長試験)
 ●ドジョウの養殖マニュアルの作成
 ●ドジョウやコイの養殖に関する農家への指導

コイの養殖にも挑戦

出荷サイズの半分程度にまでしか育たなかった。試験圃場で行った飼育の方法は、水田で自然発生する動物プランクトンを餌とする「無給餌養殖」。山口さんは、「水田に撒く肥料を増やし、餌となる動物プランクトンを増やす」といった改善策を考えてはみたものの、それを実際に試す時間の余裕はなかった。

単純な無給餌養殖ではドジョウの育つスピードが遅いことがわかってくると、山口さんはより効率的に育てることができると新たな養殖の対象として提案しようと考えた。選んだのは「コイ」だ。その理由は以下のとおり。

- 種苗生産については、やり方がドジョウと似ているため、配属先が容易に実践することが可能。
- 生命力が強い魚であるため、任地の自然環境でも養殖が可能で、かつ初心者にも養殖が容易。
- 国内でよく消費されている。
- 山口さん自身が、派遣前に受けた技術補完研修の中で、コイの類似種である「フナ」の養殖方法について学んでいた。

コイの養殖を行っていたフィリピン水産資源庁の養殖場を同僚とともに訪ねたのは、任期の残りが半年ほどとなった時期だ。そこで譲ってもらったコイの成魚で人工授精を行い、配属先の試験圃場で種苗生産を開始した。稚

うして、ときに夜通し交わす「養殖談義」は、山口さんにとってかけがえのない楽しみとなっていく。現地の人たちと対等の立場に立ち、学び合う姿勢——。これこそ、協力隊員にとってもっとも大切なものと実感した2年間だった。

坂本さんの任地、北部州ムブルング郡が位置するのは、琵琶湖の5倍の面積を持つ淡水湖・タンザニーカ湖の南端。豊かな水の恩恵を受け、稲作や果樹栽培などが盛んに営まれていた。配属されたのは、郡の農業事務所だ。着任時、配属先からは活動に関する明確な指示がなかったことから、可能な支援を探るため、地域で行われる農業関連のイベントや集会に当初から積極的に参加。農家とのつながりを深めたり、現地の農業に関する情報を集めたりしていった。

「種は播けば播くだけ収量が上がる」。従来、ほとんどの農家がこう誤解しており、スパミの苗代に過度な密度で播種していた。それが誤りであることを口頭で説明しても納得してもらえないだろうと考えた坂本さんは、農家に土地を借りて「試験圃場」を設置。「現地の農家が行ってきた播種の密度」と「適切な播種の密度」の2種類の苗代を並べてつくり、苗の育ち方の違いを農家たちに見てもらった。苗列をまっすぐにしたほうが草取りや稲刈りが楽になることを伝えるため、紐を張って播種する方法もこの試験圃場で紹介。そうして改善すべき点を「見える化」したことにより、その意味を納得し、実践する農家が増えていった。

*3 菌床栽培…人工の培地に種菌を植え付け、育てる栽培方法。

任地の気候条件でウスヒラタケの菌床栽培をする場合、種菌の植え付けから収穫までにかかる期間は1ヵ月ほど。刻々と成長するため、農家を頻繁に訪ね、マンツーマンに近い形で栽培の支援を行うことが必要だと考えた坂本さんは、対象を「本気度」の高い農家に絞ることにした。絞り込みの手段は「井戸端会議」だ。村々を回り、「キノコの栽培方法に関する話をする」とアナウンスしたうえで、農家の集会を開催。その際、キノコの話は出さずに、農業全般に関する話や世間話に終始する。それを同じ村で5回ほど繰り返すと、初回は各村で40人ほどいた参加者が、それぞれ5人ほどに減少。そうして残った農家こそ、真剣にキノコ栽培に取り組みたいと考える者だと判断し、彼らを指導対象としたのだ。

収穫できるようになると、坂本さんは販路開拓の支援にも着手。学生寮の食堂やレストランが狙い目だと踏み、商談を持ちかけたところ、ウスヒラタケには競争相手がいなかったため、継続して購入してもらえらることとなった。レストランでは、ウスヒラタケを使ったピザをメニューに加えてもらうことができた。

「家計簿付け」の習慣を促す

コメにしろ、キノコにしろ、栽培を継続・拡大するためには、道具をより良いものを買うに換えていくなどの「投資」が必要だ。農家が投資をするためには、農業の収支や子どもの学費など家計の支出を把握し、投資に回せる金額を弾き出すことができればならない。ところが、任地の農家の大半は当初、お金の出入りについては一切把握しておらず、「その日暮らし」の状態だった。また、支出の「見える化」は、農家のやる気の刺激にもなる。そこで坂本さんは、コメやキノコの栽培方法の指導と並行して、家計簿を付ける習慣を持ってもらうための働きかけにも注力した。

- ① スパミの収穫を行う農家たち
- ② 播種の密度による苗の育ち方の違いを実証するために設けた2種の苗代。手前が、現地の農家が従来行っていた密度で、奥が適切な密度
- ③ 坂本さんの呼びかけで始まった、農家グループによるキノコ栽培の勉強会
- ④ 菌床栽培されているウスヒラタケ。培地には、グランナツの栽培で出る木屑を茹でたものを使用。種菌を混ぜてビニール袋に入れ、陽が当たらず、適度な湿度が保たれる小屋の中に吊るしておく

事例のポイント

「本気」の農家を見極める！
任期中に農作物の栽培・販売にチャレンジできる機会は限られている。そのため、技術習得に「本気」な農家を見極め、そこに的を絞って指導するというのもひとつの手だろう。



*1 ネリカ米…アフリカの食糧事情の改善を目的に開発された稲の総称。「干ばつに強い」「生育期間が短い」「収量性が高い」といった特徴を持つ。

品種の中心は畑で育つ陸稲(おかぼ)。

*2 水稲…田で育つ稲。

坂本さんは着任するまで、任地でコメの収量を上げる力ギは、干ばつに強い陸稲のネリカ米を普及させることだと考えていた。着任前には、ネリカ米について学ぶJICA主催の研修も受けていた。しかし、実際は前述のとおり水が豊富な地域であり、スパミと呼ばれる水稲が盛んに栽培されていた。そこで坂本さんは軌道修正を図る。ネ

任地の気候は、雨期と乾期に分かれる。農作物が育ちにくい5〜9月の乾期の仕事をつくらなければならない。農家の課題だったが、乾期にも育つネリカ米の栽培は、その対策となるものでもあった。坂本さんの活動のもうひとつの柱だった「キノコ栽培の普及」は、乾期に栽培できる点に着目して他のザ

栽培方法の妥当さを「見える化」

坂本さんは着任するまで、任地でコメの収量を上げる力ギは、干ばつに強い陸稲のネリカ米を普及させることだと考えていた。着任前には、ネリカ米について学ぶJICA主催の研修も受けていた。しかし、実際は前述のとおり水が豊富な地域であり、スパミと呼ばれる水稲が盛んに栽培されていた。そこで坂本さんは軌道修正を図る。ネ

乾期の収入源としてのキノコ栽培

任地の気候は、雨期と乾期に分かれる。農作物が育ちにくい5〜9月の乾期の仕事をつくらなければならない。農家の課題だったが、乾期にも育つネリカ米の栽培は、その対策となるものでもあった。坂本さんの活動のもうひとつの柱だった「キノコ栽培の普及」は、乾期に栽培できる点に着目して他のザ



CASE 2.

稲作・キノコ栽培

坂本知之さん (ザンビア・コミュニティ開発・2016年度2次隊) の事例

坂本知之さん

Profile

1989年生まれ、埼玉県出身。2012年に大学を卒業し、化学メーカーに就職。グローバル人事、人材開発等の人事業務に従事。16年9月、協力隊員としてザンビアに赴任。18年9月に帰国。19年4月から北海道の地方自治体に一般行政職として勤務。

活動の概要

- 北部州ムブルング郡の農業事務所に配属され、主に以下の活動に従事。
- コメの収量増支援
- キノコ栽培の普及
- 家計簿に関する啓発活動

農家の収入向上を目指し、
コメの収量増やキノコ栽培の導入を支援

郡農業事務所に配属され、「農家の収入向上」を目標に活動した坂本さん。
「本気度」の高い農家を見極めたうえで、
従来の栽培方法の改善や新たな栽培品目の導入などを支援していった。

- 1 バラグアイ農牧省農業普及局による講習会で、小型耕運機の使い方について学ぶ野菜クラブの部員たち
- 2 野菜を収穫し、販売用に仕分けを行う野菜クラブの部員たち
- 3 部員や同僚とともにクラブの畑に設置した灌水設備。白く長いホースから水が出る仕組みだ
- 4 クラブの運営方法について自主的に話し合いを行う部員たち

事例のポイント

配属先外の人脈づくりは前広に！

農林水産分野の活動では、配属先の予算不足などで必要な道具や材料が整わないという例も多いだろう。そんなときの頼みの綱は、「外部機関」による協力。前々から配属先外での人脈づくりを進めておけば、助っ人が必要となったときに、タイムラグなくしてそれを見つけて出すことが可能になるはずだ。



太田 至さん

Profile

1992年生まれ、静岡県出身。2015年に東京農業大学を卒業した後、16年9月、協力隊員としてバラグアイに赴任。18年9月に帰国。現在は静岡県内の総合高等学校に食品園芸系列の講師として勤務。

活動の概要

カアグアス市職業訓練高校（カアグアス県）の農牧科に配属され、主に以下の活動に従事。
 ●農業基礎の授業の実施
 ●野菜クラブの設立・運営の支援
 ●保健科の学校菜園授業の支援
 ●地域の祭りなどにおける野菜の調理方法の紹介



野菜栽培

おたいたる 太田 至さん（バラグアイ・野菜栽培・2016年度2次隊員）の事例

高校に設立した「野菜クラブ」の活動を、外部機関の協力を得ながら充実化

職業訓練高校の農牧科で野菜栽培の指導に取り組んだ太田さん。生徒の実践経験を増やすことを目的に設立した野菜クラブの運営支援では、外部機関の協力を取り付けながら、活動の充実化を図っていった。

太田さんが配属されたのは、カアグアス県カアグアス市にある職業訓練高校の農牧科。3年制の学校で、農牧科は生徒数が1学年30人程度、教員数が4人という規模だった。

着任するとすぐに配属先は年度末の長期休暇に入ってしまったため、太田さんは同市の市役所の農牧課で手伝いをさせてもらうことにした。任地の農業事情を知ったり、人脈を広げたりする好機と捉えたのだ。

新年度が始まると、配属先からの要望により、1年生の農業基礎の授業を担当することに。そのかわり、配属先のニーズを探っていった。

「実践経験」を積み場を創設

農牧科の教員たちの授業を見学させてもらうと、「座学」に偏り、「実習」の時間が少なかった。その背景にあったのは「予算不足」。実習に必要な道具などをそろえるのが難しかったのだ。生徒の実践経験を増やす手段として太田さんが考えたのは、農牧科の有志生徒で野菜の栽培から販売までを行う「クラブ」を創設することだった。野菜の売り上げで道具や種、肥料などを購入できれば、配属先の予算が不足していても継続できる。「販売」は授業の範囲を超えた事柄であるため、「クラブ」という形態が適当だと思われた。カウンターパート（以下、CP）にあたる農牧科の教員も、このアイデア

に賛同。そうして、2人で協力して「野菜クラブ」を立ち上げるようになったのは、着任して10カ月ほど経ったころだ。最初の部員は30人ほど。始動に必要な費用だけは配属先に負担してもらえらることとなり、校内で露地栽培をスタートさせた。授業で行われていた実習は、技術的に容易なレタスの栽培ばかりとなっていたことから、クラブではレタスのほかに、トマトやピーマン、ズッキーニなどさまざまな野菜を栽培することとした。

すぐさま部員たちから「もっと畑を広げたい」という要望が上がったことから、農業を営む保護者に土地を借りて、第2の畑にした。そうして滑り出しは順調だったが、スタートして2カ月後に迎えた年度末の長期休暇にピンチが訪れる。「周年栽培」を経験させる目的で休暇中も栽培を続けることにしたところ、家の用事などを理由に活動を休む部員が続出。負担が集中した一部の部員から反発が出て、クラブが解散の危機に陥ってしまったのだ。

半ば存続を諦めかけた太田さんだったが、休暇が終わると、再開を求める声が部員たちから上がる。そうして、「活動計画を部員自身に考えさせるなど、彼らに主体となってもらう」「CP以外の農牧科教員にも指導に入ってもらい、栽培のフォローを厚くする」といった運営方法の改善を図ったうえで、再スタートを切ることとなったのだ。

ズッキーニが好評に

クラブで栽培し始めた野菜の生育期間は2〜4カ月。収穫できるようになると、直売所を設けて販売し、その売り上げを次の栽培のための種や肥料の購入費用に回すようになった。

好評だったのは、任地では珍しかったズッキーニだ。適切な調理方法がわからない住民がほとんどだろうと考えた太田さんは、パスタなどお勧め料理のレシピをチラシにまとめ、客に配布すると、「おいしかった」との評判が広がり、良い売れ行きが続いた。

ズッキーニには任地に競合相手となる農家がいなかったことから、「利益率」の面でもうまみがあった。任地で普及しているレタスやトマトなどの価格は、地元のスーパーと市場の間程程度に設定。一方、ズッキーニの場合は、地元のスーパーで売られている他の野菜よりも高い水準の価格にしても、買ってもらえることができたのだ。

学外の協力で栽培規模が拡大

自分たちでつくった野菜が売れる喜びは、部員たちの意欲を刺激。自発的に会議を開いて「当番制」の導入を決めるなど、活動への主体性が高まっていった。そうして、栽培規模をさらに拡大しても彼らは管理していけるだろうと思われたが、ネックになったのは、設備や道具を拡充する資金がなかった

ことだ。この問題への対策として太田さんが試みたのは、クラブを学外の機関につなぎ、その協力を取り付けること。休暇を利用して広げた人脈を頼りに、引き受けてくれる機関を探した。そうして協力を快諾してくれた機関のひとつは、カアグアス市にあった、バラグアイ農牧省農業普及局の出先機関。その職員がときどきクラブで講習会を開いてくれることとなり、国内の野菜栽培の現状など、配属先の教員には入手が難しい情報を提供してくれた。なかでも効果が大きかったのは、「小型耕運機」に関する講習会だ。実物を持ち込んでくれたため、部員たちはその操作を体験することができただけでなく、新たに6アールの畑をつくることも叶った。

太田さんの任期の残りが半年ほどとなったころには、カアグアス市役所の支援により、灌水設備を設置することもできた。穴を開けたホースを畑に配置し、タンクに貯めた水をポンプで流すという手動式のものだが、一日がかりだった水やりが、15分で完了するようになった。そうして生まれた余力で、ナガナスなど新たな品目の栽培へと手を広げられるようになったのだ。

太田さんがかわった1年間にクラブが稼いだお金は、合計すると170ドルほど。その間に栽培規模の拡大が進んだことから、帰国後は、さらに売り上げを伸ばすことができるだろうと見込まれている。

* 周年栽培…価格が高騰する時期の販売を狙って、技術の工夫をしながら季節にかかわらず行う栽培。

A2

任地では、多くの家庭に冷蔵庫がありません。そのため保存ができず、多くの野菜や果物が廃棄されています。冷蔵庫がなくてもできる簡単な貯蔵方法などはありませんでしょうか。

農村部で活動する隊員より

野菜を長持ちさせるには、乾燥させないこと。野菜の多くは90パーセント以上の水分を含み、収穫直後より水分が蒸発していきます。水分を失うことでエチレンという植物ホルモンが出てきます。エチレンは呼吸を増大させるので、養分も消費されてしまいます。また、呼吸により水分も失われ、ついには老化、腐敗に至ります。おばあちゃんの知恵袋ではありませんが、濡れた新聞紙で野菜を包み、水分の蒸発を防ぐのも鮮度保持の方法のひとつです。ただし、新聞紙も乾燥するということを忘れずに。最近では色んなフィルムを利用して乾燥防止をしています。

水分や養分の消費が増加するので25℃以上は野菜にとって赤信号。派遣国において冷蔵庫があれば、そこに貯蔵するのがポピュラーです。冷蔵庫の中でも果菜類、葉菜類、根菜類と分けて貯蔵する方がポピュラーな方法です。例えばリンゴとレタスを一緒に入れるとリンゴから発散されるエチレンガスでレタスは傷んでしまいます。多くの人は野菜や果実は何でも冷蔵庫に入れれば良いと考えているようですが、低温を嫌う青果物もあります。バナナはその代表選手です。バナナはその代表選手です。バナナは低温を嫌う青果物もありません。バナナは低温を嫌う青果物もありません。バナナは低温を嫌う青果物もありません。

らいはもちます。ショウガ、タマネギ、ニンニクなどは網袋に入れて物置などに吊るしておくといでしょう。ニンジン、イモ類などは畑に穴を掘って軽く土をかけておくのも鮮度保持の方法です。さらに野菜の鮮度保持に関する深いものとして「貯蔵姿勢」があります。シュンギクを立てた時と横にした時の貯蔵実験では、立てた時の方が鮮度が良いという結果が出ています。なぜなら立てた時の方がエチレンの生成量が少ないから。実はネギやトウモロコシなどは、輸送中は立てて運んでいます。野菜や果物を貯蔵する前にその作物が栽培されている姿勢を思い出し、収納してください。より長く新鮮で美味しい青果物を食べるカンタンな裏技です。

Q2

野菜の鮮度を保持する簡単な方法とは？

協力隊技術顧問が回答
活動Q&A集



回答者
たかはしひさみつ
高橋久光さん
●JICA海外協力隊技術顧問
(担当分野: 農業開発)
●東京農業大学名誉教授

JICA海外協力隊への技術支援を目的に、分野ごとに配置されている技術顧問。派遣隊員から寄せられた活動に関する相談と、それに対する技術顧問による回答の例をご紹介します。

Q1

ヒレナマズの幼生の餌について

ヒレナマズの養殖に取り組み 養殖隊員より

ヒレナマズは任地の環境でも生存できるため、その養殖を普及させる活動に取り組みと考えています。ヒレナマズの初期餌料(幼生の餌)には、アルテミアを使うことが一般的かと思いますが、任地の経済状況ではそのコストをまかなうのは難しいです。そこで、アルテミアほどコストがかからない代わりの餌があるならば、教えてください。

*アルテミア…成体の体長が1センチ程度である小型の甲殻類

A1

昨年、世界中に散らばっている養殖隊員によるスカイプ会議が開かれました。そのなかで上記のような質問が出され、技術的に興味深い議論がなされたので、ここでその話題を取り上げたいと思います。

ヒレナマズという魚は東南アジアやアフリカで養殖されており、劣悪な環境下でも生存できるため、養殖そのものはそんなに難しくありません。しかし、人工種苗生産は結構大変で、いかに健康な種苗を大量に効率よく生産するかが問題となります。その鍵となるのは卵の質、ひいては親魚の質ですが、加えて大切なことは、生まれたばかりの仔魚への餌の供給です。孵化したばかりの仔魚は腹部に卵黄をもっており、それを栄養にしますが、卵黄

を吸収した後は自力で餌を摂らなければなりません。口が開いた直後に良い餌があるかどうか、初回の栄養摂取がうまくいくかどうか、その後の生き残りに大きな影響を与えます。

ヒレナマズの初期餌料には、アルテミアのノープリウス幼生(最初の幼生)がよく使われます。アルテミアは乾燥耐久卵が市販されており、米ユタ州のグレートソルト湖産が有名ですが、今では安価な中国産も出回っています。とはいっても、やはり種苗生産では結構なコストになるので、代替となる餌はないでしょうかというのが、上記の質問でした。時間が限られているスカイプ会議の席上では、ミジンコがアルテミアに替わる餌料生物であるという情報が共有されましたが、私は

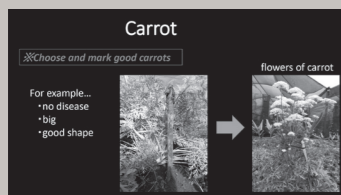
その後、JICAの技術協力プロジェクトとしてヒレナマズの種苗生産技術の指導に携わっている専門家に問い合わせをしました。すると、やはりタマミジンコという種がアルテミアに替わる最良の初期餌料であろうとのことでしたので、その旨をスカイプ会議に参加した隊員たちにメールで共有しました。

隊員はそれぞれ活動現場で一人悩みながら、日々、挑戦していると思います。技術に関する情報の入手方法が限られているなか、隊員間の情報交換やJICA専門家への相談で、抱えている問題の解決の糸口が見え、目の前が明るくなることもあるかもしれません。スカイプ会議はその一助になるものだと考えます。



回答者
ちかみ さとし
千頭 聡 さん
●JICA国際協力専門員
(担当分野: 農漁村開発、水産開発)

ボランティア成果品 Pick Up
～農林水産分野～



『ニンジン・レタス・ピーマン・オクラの採種』

作者 トンガの野菜栽培隊員
内容 ニンジン、レタス、ピーマン、オクラの採種方法を解説。任地で野菜の種の入手が困難であったことから、農家の自家採種を後押しする目的で作成。
形態 カラー・20ページ・英語
構成 ①種の保存方法
②採種に適した株の見分け方
③採種の方法

JICA 海外協力隊が作成する成果品(教材・資料・映像など)については、その共有・活用の促進を目的に、JICA 青年海外協力隊事務局が「ボランティア成果品」として登録・保管する制度を設けています。詳しくは「JICA海外協力隊ハンドブック」をご参照ください。

【農林水産分野の登録例】

- 『バナアツの魚たち』
バナアツで獲れる魚介類の図鑑(作・バナアツの養殖隊員)
- 『野菜栽培マニュアル』
15種類の野菜の栽培マニュアル(作・セネガルの野菜栽培隊員)
- 『ため池改修モデル事業』
ため池改修の設計書や積算資料など(作・モザンビークの農業土木隊員)

余暇の過ごし方

CASE 1 「任国外旅行」

たむらえか
田村絵果さんの事例
(ボリビア・水泳・2016年度3次隊)



田村さん基礎情報

PROFILE

1990年生まれ、北海道出身。3歳で水泳を始め、大学まで選手として活躍する。大学卒業後、スイミングスクールにコーチとして勤務。2017年1月、協力隊員としてボリビアに赴任。19年1月に帰国。

活動概要

- ボリビア水泳連盟に配属され、主に以下の活動に従事。
- 任地(3市)の水泳クラブにおける選手への指導やコーチへの技術伝達、保護者への食事指導
 - 任地以外の地域における水泳の講習会の開催

隣国を旅行したこと、派遣国をより客観的に見る視点を獲得

国内各地の多様性

田村さんが配属されたのは、ボリビア水泳連盟。水泳の普及やレベルアップなどに取り組み各県の水泳協会を取りまとめる機関だ。配属先からの要望により、実際の活動拠点となったのは3市。その都度住まいを移しながら、その県の水泳

「根気のなさ」がコチャバンバ市の選手たちをはるかに上回っていた。

田村さんは、選手たちのこうした気質の違いに応じて、指導の方法も変えていった。コチャバンバ市では、一定の短い休憩を挟みながら同じ距離を繰り返し泳ぐ「インターバルトレーニング」を導入。「負荷」によって泳力アップを図るきつい練習方法だが、選手たちは次第に慣れていき、ベストタイムも上がっていった。しかし、次のトリニダ市では、途中で投げ出す選手が続出。代わりに、泳法の技術指導に重きを置くことにしたのだ。

トリニダ市には別の困難が存在した。平均気温が10度を下回る月があるにもかかわらず、指導対象のクラブが練習に使用しているプールが、前2市のクラブの場合と異なり、「屋外プール」だったのだ。そのため、寒い時期になると、練習に来る選手がほとんどいないという状態になっ

協会に所属するコーチとともに、選手への指導に取り組んだ。3カ所での活動の概要は以下のとおり。

- ① コチャバンバ県コチャバンバ市 現地語学訓練を終えてから約半年間、2つの水泳クラブでジュニア部門(12歳以下)の選手への指導を担当。
- ② ベニ県トリニダ市 コチャバンバ市の

てしまうのだった。

「腰を据えた活動姿勢」に転換

田村さんが余暇を利用し、任国外旅行としてボリビアの隣国パラグアイを訪れたのは、トリニダ市で活動を始めてから半年ほど経った時期。気温が下がって練習に来る選手が減り、田村さんの苛立ちが募っていたタイミングだった。ボリビア国内の多様性を知り、「ボリビア人についてはある程度理解できた」と感じていた田村さんだったが、パラグアイ旅行により、「ボリビア人」をより客観的に見る視点を獲得することができた。

旅行の日程は4泊5日。パラグアイに足を踏み入れて最初に驚いたのは、首都アスンシオンの発展の様子だ。一人当たりGDPはボリビアとともに南米の最下位を争うレベルであり、「ドングリの背

ボリビアで水泳クラブの選手たちへの指導に携わった田村さん。選手たちの根気のなさに苛立つことも多かったが、任国外旅行での経験により、それまでとは違った目で選手たちを見ることができるようになった。

任地に限りがあるJICA海外協力隊。活動をより充実したものとするためには、週末や長期休暇などの「余暇」を無駄にしない姿勢も重要だろう。本特集では、余暇に行ったことが、その後の活動の活性化につながった事例をピックアップ。余暇の有意義な過ごし方について整理する。

次に約半年間、1つの水泳クラブでジュニア部門の選手への指導を担当。

- ③ トリニダ市 トリニダ市の次に約1年間、4つのクラブの選手を指導。在籍していたのはいずれのクラブも13歳以上の選手のみ。

3カ所は環境が異なっていた。最大の違いは「標高」だ。標高の差は気候の差

比べ「だろ」と高を括っていたが、高級ブランドが入ったショッピングモールなどに発展している印象だった。イグアスにある日系移住地の民宿にも泊まったが、日系人である宿の主人によると、「パラグアイはここ数年の発展と物価上昇が著しい」とのことだった。ボリビアと同じく、通商上不利な「内陸国」でありながら、同国より勢いが感じられることに、「国の発展は、国民のやる気次第ではないのか」との思いが強くなった。

しかし、その「やる気」こそが問題だった。パラグアイでは、現地の人からこんな言葉を聞いたのだ。「ボリビア人は怠け者なのよね」

この言葉は、田村さんの活動方針に影響を与えた。「怠け者」という評価が「国民」という大きな単位に当てはまる特徴だとすれば、それは国の長い歴史の中でつくられてきたものだろう。それを、外国人ボランティアが一朝一夕に変えることなどできないはず。田村さんはそう考えた一方で、それまでボリビア人の多様性を見てきた経験から、「ボリビア人の中にも勤勉な人はいる」という反発も感じた。そうして以後の指導では、「多くの選手の上達」という「大きな変化」をいたずらに追い求めるのではなく、意欲の高い一部の選手の上達を後押しすることにもためらわずに注力するようになったのだ。「一部の選手の上達」は「小さな変化」に過ぎないかもしれないが、そうした変化が時間をかけて積み重なることで、「国の水泳界全体」の変化につながっていく可能性もあるだろうと考えたからだ。

つながり、気候の差は人の気質の差につながっているようだった。最初に赴任したコチャバンバ市の標高は約2600メートルで、年の平均気温は二十数度。日本人と比べ、同市の選手たちは根気がないと感じた田村さんだったが、年の平均気温が10度近く高い標高1300メートルのトリニダ市に行くと、選手たちの

「一部の選手」のひとりとなったのは、三十代半ばの選手(以下、Aさん)。十代には国内の大会で優勝するほどの実力を誇っていたが、二十歳前にいったん水泳を辞め、三十代になってふたたび選手として水泳を始めたという男性だった。彼は、トリニダ市が寒い時期も休まずに練習に来るほぼ唯一の選手だった。

以前は、寒い時期に多くの選手に練習に来させるにはどうすればいいかに苦心していた田村さんだったが、パラグアイから帰国した後は、Aさんの指導に集中するようになる。前の2市では、田村さん自身が通常の時計を加工してインターバルトレーニングに不可欠なペースクロックをつくっていたが、トリニダ市ではそのつくり方をAさんに伝授。彼は自作のペースクロックでインターバルトレーニングを重ねていき、十代で出した自己ベストを三十代にして更新するに至った。

Aさんは田村さんの帰国後も自作のペースクロックを使い続けており、いずれ彼の影響でインターバルトレーニングが若い世代の選手へと受け継がれていく可能性も高くなっている。

田村さんからの Message

活動相手の比較対象を持つ

自分の活動相手より客観的に見るためには、国内のほかの地域、あるいは隣国などを訪れて、その人々と接し、「比較対象」を獲得することが必要でしょう。余暇は、そうやって視野を広げるチャンスだと思います。

* ペースクロック…泳ぎや休憩の時間を確認するためにプールサイドに置く時計。泳いでいる人自身が読み取れるよう、文字や秒針が目立つようになっている。



任期終了の直前にボリビアで開かれたジュニア部門の南米大会でメダルを獲得したトリニダ市の教え子たちと



任期後半に休暇を使ってパラグアイを訪問。写真は、滞在したイグアス日系移住地から2時間ほどで行ける「イグアスの滝」を訪れたときのもの

ON
OFF

CASE 2

「同僚との交流」

井垣智志さんの事例
(ルワンダ・公衆衛生・2016年度3次隊)



井垣さん基礎情報

PROFILE

1990年生まれ、兵庫県出身。大学卒業後、中小企業のメーカーに勤務。退職し、カナダでのワーキングホリデーを経験した後、長崎大学大学院の熱帯医学・グローバルヘルス研究科に進学。大学院を休学し、2017年1月、協力隊員としてルワンダに赴任。19年1月に帰国。

活動概要

- 東部県ンゴマ郡の郡庁に配属され、主に以下の活動に従事。
- 学校での衛生啓発
- 井戸管理の支援
- 同僚が行う地域の衛生チェックへの同行

休日の地域活動に参加し、 現地の人々への感情が変化

郡役所に配属され、水と衛生に関する啓発や環境改善に取り組んだ井垣さん。毎月1回、休日に行われる住民の地域活動に参加したことで、活動に有益な情報などを得ることができた。

東部県ンゴマ郡の郡庁保健課に配属された井垣さん。求められていた役目は、水と衛生に関する啓発や環境改善だった。実際に取り組んだ活動は次のとおり。

■ 小学校での衛生啓発 着任の約半年後から、小学校2校を月に1、2回のペースで回り、感染症や栄養、環境などをテーマとする衛生啓発の授業を行った。

■ 学校の「衛生クラブ」の支援 着任して半年あまり経ったころから、全寮制の中・高等学校で環境や衛生に関する活動を行う「衛生クラブ」の活動を支援。クラブを取り組んだのは、学校周辺の美化を目的にした活動(ポイ捨てやトイレの使い方に関する生徒への啓発、トイレの蓋の設置、簡易手洗い設備の設置など)や、任地の市場を会場にした衛生啓発イベントでの「手洗い」をテーマにした自

主制作劇の上演など。

■ 井戸修理の支援 郡内の十数カ所の井戸について故障の有無や使用状況を確認。その後、故障している井戸の修理を住民や後輩隊員らとともに進めていった。任期の半ば過ぎからはこの活動がメインとなった。

カウンターパート(以下、CP)は多忙で、井垣さんは単独で活動を進めざるを得ない状況だった。彼女からは最初に「自由に動いてかまわない」と言われたものの、地域の衛生に関する課題を把握したり、その解決策を見つけたりするのには容易でなく、すぐには思い描いていたような活動が始められなかった。そうして日増しに「罪悪感」や「疎外感」が募るなか、「わずかでも現地の役に立っている」という安心感を得たいという思いで

参加したのは、住民が行う地域奉仕活動だ。毎月、最終土曜日の午前中にルワンダ全土で行われている「ウムガンダ」という催しである。

ウムガンダには2種類ある。ひとつは、コミュニティ単位で住民が集まって実施するもの。校舎の建設や植樹など、公共設備の設置や管理がメインだ。朝8時から2時間ほど作業を行った後、参加者によってコミュニティの問題について話し合う1時間ほどのミーティングが行われるのが通例である。

もうひとつのウムガンダは、複数のコミュニティの住民が参加する規模の大きなもので、主催は各郡庁。コミュニティ単位のもの異なる点は、ミーティングの際に郡庁の職員から郡庁の事業に関する報告などが行われる点だ。ンゴマ郡で

現地のペースに合わせた活動に

ウムガンダへの参加は、やがて井垣さんの活動に財産をもたらすようになる。そのひとつは、郡庁の他部署の職員とのつながりだ。ンゴマ郡庁主催のウムガンダには、各部署の職員が持ち回りで参加。井垣さんにとって、郡庁内のネットワークを広げる格好の機会でもあった。

小学校での衛生啓発の授業を始める際に、「郡庁の中で誰と誰の了承を取り付けなければならぬか」を教えてくれたのも、ウムガンダで知り合った他部署の職員だった。井垣さんが派遣前訓練で学んだ言語はフランス語。しかし、同僚と会話ができるレベルではなかったため、英語で会話しようとするが、CPは英語が苦手であり、当初は活動について配属部署の同僚たちに相談するのがためらわれてしまった。そうしたなか、ウムガンダで知り合った他部署の職員のなかには英語が話せる人もおり、彼らに相談相手になってもらうことができたのだ。

一方、ウムガンダで住民たちと触れ合う経験は、井垣さんの活動の「基本姿勢」に影響を与えた。学校での衛生啓発を始めた当初、井垣さんは「ルワンダ人はどうしてこんなにルーズなのか」と苛立つことも多かった。事前に日時の約束をしていたにもかかわらず、当日になって受け入れ先の教員から「忘れていた。今日は無理だ」と言われることもしばしばあったのだ。しかし、ウムガンダで地域のために汗を流すルワンダ人を目にする、ルワンダ人にもすばらしい面はあるのだ」と思い直し、苛立ちも収まる。そんなことを繰り返すうちに、やがて

「彼らのゆったりとしたペースに合わせてやってみよう」と、どっしり構えることができるようになったのだ。

井垣さんが「歩み寄り」の姿勢を持つようになると、ルワンダ人も井垣さんに歩み寄るようになる。任期後半、井戸修理の活動を開始すると、案の定、一緒に活動するメンバーが約束の集合時間に遅れることが頻発。しかし、井垣さんは苛立つことなく、別の活動の準備をしたり、近くにいるお母さんたちと世間話をしたり、子どもたちと遊んだりして、メンバーが来るのを待った。そして、彼らが到着すると、「来てくれてありがとう」と声をかけた。そうした対応をしばらく続けた後、少しずつ「9時に集合」という話ではなかったかな?」などと、遅刻をやわらかく指摘するようになる。すると、メンバーが集まる時間が少しずつ早まっていく。そうして任期の終了間際には、井戸修理の際、必要な道具をそろえたいうえで約10分後にはメンバー全員が集まり、すぐに作業を開始できるまでに変化。「彼らだけで井戸の管理を続けていける」と期待を持ったうえで、帰国の途につくことができたのだ。

「彼らのゆったりとしたペースに合わせてやってみよう」と、どっしり構えることができるようになったのだ。

井垣さんが「歩み寄り」の姿勢を持つようになると、ルワンダ人も井垣さんに歩み寄るようになる。任期後半、井戸修理の活動を開始すると、案の定、一緒に活動するメンバーが約束の集合時間に遅れることが頻発。しかし、井垣さんは苛立つことなく、別の活動の準備をしたり、近くにいるお母さんたちと世間話をしたり、子どもたちと遊んだりして、メンバーが来るのを待った。そして、彼らが到着すると、「来てくれてありがとう」と声をかけた。そうした対応をしばらく続けた後、少しずつ「9時に集合」という話ではなかったかな?」などと、遅刻をやわらかく指摘するようになる。すると、メンバーが集まる時間が少しずつ早まっていく。そうして任期の終了間際には、井戸修理の際、必要な道具をそろえたいうえで約10分後にはメンバー全員が集まり、すぐに作業を開始できるまでに変化。「彼らだけで井戸の管理を続けていける」と期待を持ったうえで、帰国の途につくことができたのだ。



1 2 住民による井戸修理の様子。ンゴマ郡ではアフリディブという種類の手押しポンプが付いた深井戸が一般的だった。2は給水立上り管を取り出す作業
3 井垣さんが支援した中・高等学校の衛生クラブが設置した簡易手洗い設備



1 サツマイモ畑をつくるためにウムガンダで原野を開墾する様子
2 ウムガンダで作業後に行われる参加者のミーティング。手前に立っているのは郡長
3 井垣さんは毎週末、リフレッシュのために任地でジョギングを行っていたことから、首都キガリで行われたマラソン大会にも参加した

ON OFF

井垣さんからの Message

ルーチンワークで自己管理

私は毎週末のルーチンワークにジョギングを取り入れたのですが、余暇にルーチンワークを設けるのは効果的でした。運動によってリフレッシュされ、「日々の活動のエネルギー」を蓄えられている気がしたからです。



帰国

CASE 3

「プラスαの活動」

さとうのぶき
佐藤信希さんの事例
(東ティモール・料理・
2016年度3次隊)



佐藤さん基礎情報

PROFILE

1984年生まれ、東京都出身。大学卒業後、服部栄養専門学校に通って調理師免許を取得。病院で治療食の調理に携わった後、2017年1月、協力隊員として東ティモールに赴任。19年1月に帰国。

活動概要

国立職業訓練・雇用センター(リキサ県)に配属され、主に以下の活動に従事。

- 英会話授業の実施
- 調理実習の授業の実施
- 配属先の食堂の改善支援

国際自転車レースの料理班で配属先外の「料理好き」と遭遇

国立の職業訓練施設に派遣された佐藤さん。配属部署は、ホテルやレストランで働くために必要な技術を教える「ホスピタリティ・コース」だ。1年制のコースで、4〜9月の第1学期にベッドメーキングやテーブルセッティング、接客などを学び、10〜3月の第2学期に調理を学ぶプログラムとなっていた。配置された2人の教員はいずれも調理の専門性がなく、第2学期の授業は従来、食品衛生などに関する座学の授業ばかりになっていた。そうしたなかで佐藤さんに求められていたのは、第2学期に調理実習の授業を行うことだった。

い、同コースは新入生を受け入れることができなかった。そんななか、佐藤さんの活動は次のように推移した。

【2017年度】

①第1学期 「調理」の授業がない学期だったため、当初は同僚が行う授業をサポート。後に、レストランサービスで必要な英語を教える授業を担当するようになった。この英会話の授業は、「接客」の授業で「生徒たちに客とコミュニケーションをとるという意識が足りない」と感じられたため、それを同僚教員に指摘したところ、立ち上げを依頼された授業だった。

②第2学期 急遽、ホテルなどで実務経験を積む「学外実習」が学期の初めから実施されることとなり、配属先での授業は18年の2〜3月のみとなってしまった。この2カ月間に、佐藤さんは調理実

習の授業を担当した。

【2018年度】

5コースを、1日1コースずつ走るもの。前日のゴール地点が翌日のスタート地点になるが、それら中継地点には、ライダーや運営スタッフが寝泊まりできるキャンプが設営される。そこで出される食事をキャンプ内の厨房でつくるのが、佐藤さんがその一員となった「料理班」のボランティアたちだ。

レースの料理班の仕切り役に

予定していた調理の授業が学外実習のためにできなくなり、途方にくれていた時期、配属先外のイベントにボランティアとして参加するチャンスが訪れた。東ティモールで年に一度開催されているマウンテンバイクの国際レース「ツール・ド・ティモール」(以下、「レース」)だ。「レース」は、計400キロあまりになる

参加のきっかけは、料理班のリーダーからの誘い。東ティモールで小さなレストランを経営する男性(以下、Aさん)で、佐藤さんの以前からの友人だった。配属先に休暇をもらい、初日のスタート地点に設けられたキャンプに入ったのは、スタートの3日前。集まった料理班のボランティアは約20人で、大半はAさんのレストランでアルバイトをしている学生やその友人たちだった。Aさん以外

に料理のたしなみがある人はいなかったため、佐藤さんはAさんとともにメニューの考案や味付けを担当。「皮を剥く」「切る」「炒める」など料理の個々の作業は、ほかのメンバーたちに割り振った。

食材は運営スタッフによりキャンプに持ち込まれており、メニューはそれを見て決定。サラダや炒め物、和え物など、毎日バラエティに富むよう努めた。「レース」にライダーとして参加する先輩隊員から、「レース期間中、ライダーは量をとりたい」とのアドバイスを受けていたことから、佐藤さんは味付けを薄味にするなどの工夫もした。

「料理への興味」を引き出す授業

「レース」には思わぬ収穫があった。同僚たちの佐藤さんを見る目が変わったのだ。料理班の様子については、「レース」の期間中からAさんがSNSで発信。そのなかで、佐藤さんが写っている写真とともに「日本人のシェフがいるんだぞ!」ともアピールしていた。それが同僚たちの目にとまったのだ。着任以来、配属先で料理の腕前を披露するチャンスがなく、「存在感」が薄いままになっていたなか、ようやく「技」を持っている人物なのだ」と知ってもらったことができたのだ。同僚には、「調理実習を楽しみにしている」と声をかけてもらった。

「レース」のもうひとつの収穫は、料理に興味を持つ若者の存在を知ったことだ。料理班のメンバーのなかには、手が空いたときに「野菜の切り方を教えてほしい」と佐藤さんをお願いしてくる人もいた。「レース」の後、佐藤さんは休日にA

さんのレストランで料理の手伝いをすることもあったが、そこでアルバイトをしていたのは、前述のとおり料理班のメンバーたち。なかには、佐藤さんが料理をするのを横目で見ながら、技を盗もうとする逸材もいた。レシピを教えたわけでもないのに、佐藤さんがつくった「揚げ出し豆腐」を自宅で作くり、「お母さんに『おいしい』と喜んでもらった」と報告してくれた男子学生などが、その筆頭だ。

そうした若者を見ていただけに、配属先で調理実習の授業を始めた際の落胆は大きかった。料理に興味のある生徒がほとんどいなかったのだ。興味がありさえすれば、技術はいくらでも自分で身に付けていくことができる。そこで佐藤さんは、「料理することの楽しさ」を生徒に伝えることを第一に考えて授業をするようにした。たとえば、「トマト」について知ってもらおう授業。トマトは、火が入れば入るほど、味が濃くなっていく。それを実感してもらうため、トマトを煮込みながら、生徒たちに5分ごとに味見させるという授業を行った。そうした「理科実験」のような授業では、生徒たちの目も輝くのだった。

佐藤さんからの Message

配属先外の出会いは財産

配属先で出会えるのは、派遣国の中のごく一部の人たちです。配属先で多くの人と出会い、その国の人材の多様性を理解することは、配属先での活動をより良いものにするうえでも不可欠ではないかと思えます。



1 調理実習の授業でオレンジの飾り切りを教える佐藤さん
2 調理実習でつくった「ナスと豚のショウガ和え」。生徒たちはナスを蒸す作業を煩わしかったため、「茹でる」に替えて指導した
3 配属先の食堂。調理実習はこの厨房を使って行った



1〜4 いずれも、佐藤さんが前年に引き続き料理班に加わった2018年のツール・ド・ティモールの写真。1は中継地点に設営されたキャンプの食堂。ライダーのほか、運営スタッフもここで食事をとる。2はケータリング用につくったハンバーガーをスタート前に取りに来たライダー。3は、キャンプの厨房で佐藤さんが教えたリンゴの飾り切り挑戦する料理班のメンバー。4は料理班の仕切り役を務めた3人。左からAさん、Aさんの友人のポルトガル人シェフ、佐藤さん

ON OFF

CASE 4

他隊員 との協働

こざと 小里 晋さんの事例
(ブータン・体育・2016年度3次隊)



小里さん基礎情報

- PROFILE
 - 1993年生まれ、大阪府出身。大学で保健体育科教育を学んだ後、2017年1月、協力隊員としてブータンに赴任。19年1月に帰国。
- 活動概要
 - ゴントウン小中学校(タンガン県)に配属され、主に以下の活動に従事。
 - 体育授業の実施
 - 運動会の企画・運営
 - 現地教員を対象とした保健体育の講習の実施
 - 体力測定の実施

休暇中の会合から生まれた 体育隊員と中央省庁の連携

専門性のない同僚との共同授業

小里さんが配属されたゴントウン小中学校は、幼稚園の年長に当たる学年までの11学年がある学校。児童・生徒が約450人という規模だった。求められていた役目は、保健体育の質を高めるための支援だ。ブータンの初等・中等教育では教科担任制がとられている。保健体育は正規教科とされているものの、その専門性を持つ教員がまだほとんどおらず、各校では他教科を専門とする教員が担当せざるを得ない状況となっている。小里さんの配属も同様で、保健体育の授業を担当していたのは、スクール・スポーツ・インストラクター(SS-I)と呼ばれる立場の女性だった。SS-Iは教員免許を持った

ず、球技などを行う「ゲーム&スポーツ」と呼ばれる授業を担当するために配置されているスタッフだ。一方、配属校は道具や設備の面でも体育授業の環境が整っておらず、あったのはクリケットの道具、バレーボールのネット、バスケットボール、サッカーのゴールくらい。そうした状況のなか、小里さんは主に以下のような活動に取り組んだ。

- 体育授業の実施 SS-Iとのチームティーチングで体育授業を実施。授業をとおして、「ケンケンバ」や「大縄跳び」など、手に入る道具で実践が可能な体育授業の方法をSS-Iに伝えた。
- 運動会の実施 任期の2年目に、隣県の学校と配属校で1回ずつ、運動会を実施した。前者は、同校の校長から依頼を受け、プラスチック製の活動として関与

することになった学校。運動会の種目には、「玉入れ」や「台風の目」、「綱引き」など、みんなで協力して取り組めるものを中心に選んだ。いずれの学校でも、開催には運動会の種目の練習をする体育授業を数回にわたって実施した。

- 教員を対象とした保健体育に関する講習の実施 他教科の教員が「保健体育を担当する可能性も高いことから、配属校の全教員を対象に、日本の保健体育の概要を伝える講習を実施した。
- 体力測定の実施 児童・生徒の体力向上を促すという保健体育の目的を達成するために、「体力測定」が欠かせないが、配属校では行われていなかった。そこで、任期の1年目と2年目に1回ずつ実施し、SS-Iにやり方を知ってもらった。測定した項目は、「短距離走」や「反復横

跳び」など、日本で行われているのと同じものを選択した。

休暇を利用した体育部会の活動

ブータンでは、全隊員が参加するJICAブータン事務所主催の隊員総会が、年2回、6月と12月に開催されている。隊員たちは、これに参加するために配属先から休暇をもらう。小里さんが派遣されていた当時、国内各地で活動する体育隊員たちで「体育部会」が結成されていたが、部会のミーティングは、総会でメンバーが首都に集まったチャンスを利用して開かれていた。

小里さんが初めて部会のミーティングに参加したのは、赴任して半年ほど経った2017年6月だった。部会としての



The Objective of Undokai in Bhutan

Undokai is a school event on the extension line of HPE.

- ① Spread HPE in Bhutan
- ② Involving all people (Teachers / Students/ Parents/ Local people)

1 2 3 小里さんの任期終盤、体育部会の活動として保健体育に関するシンポジウムを教育大学で開催。関係省庁の職員を相手に、部会メンバーがそれぞれの活動について発表した。1は挨拶をするブータン教育省の職員。2は発表を行う小里さん。3は小里さんのプレゼンテーション資料のページ例。小里さんは「体力測定」と「運動会」の実践について発表した



1 配属校で運動会を開催した際の集合写真
2 3 体育授業を行う小里さん

ON OFF

活動の年間目標、運動会やワークショップの開催など具体的な活動内容の計画などが話し合われたが、その際、「体育授業を広く国内に普及させるためには、部会としてブータン政府と協働することが必要だろう」とメンバーの意見が一致。すると、すぐさまJICAブータン事務所が間を取り持ち、翌7月には、保健体育を所管する中央省庁の担当者で部会メンバーによる会合が首都で実現した。7月は学校が長期休暇となり、部会メンバーの自由が利く月だった。

この会合にブータン政府から出席したのは、教育省やその外局である青年スポーツ局(以下、関係省庁)の担当者。ブータンの保健体育の現状や、保健体育に関して協力隊員に期待する役割などを話しもらった。部会はこの会合を皮切りに、以下のようにさまざまな形で関係省庁と連携することができるようになった。

が講師として招かれるようになった。

- 運動会の視察 関係省庁との会合で、担当者から「体育授業の普及に向け、最低でも年に計3回は国内のどこかで運動会が開催されるようにしたい」との発言があった。それを受け、部会メンバーはそれぞれの配属校での開催に努めるようになり、実際に開催する際は、関係省庁の職員が足を運んでくれるようになった。小里さんが実施したときもしかり。小里さんは近隣の学校の校長や県知事も運動会に招いたが、彼らに運動会の重要性を感じてもらえなくても、関係省庁の職員の出席は効果があったようだった。
- シンポジウムの開催 小里さんの任期終盤に開催された隊員総会のタイミングに、関係省庁の職員を相手に部会メンバーがそれぞれの活動を発表するシンポジウムが開かれた。

以上のように、小里さんの任期中にわかにか生まれ、強まった体育隊員と関係省庁との協働関係。それぞれの隊員は2年で帰国するが、部会がある限りこの関係は消えることがないため、ブータンにおける保健体育の充実化を今後も後押しするものと期待される。

小里さんからの Message

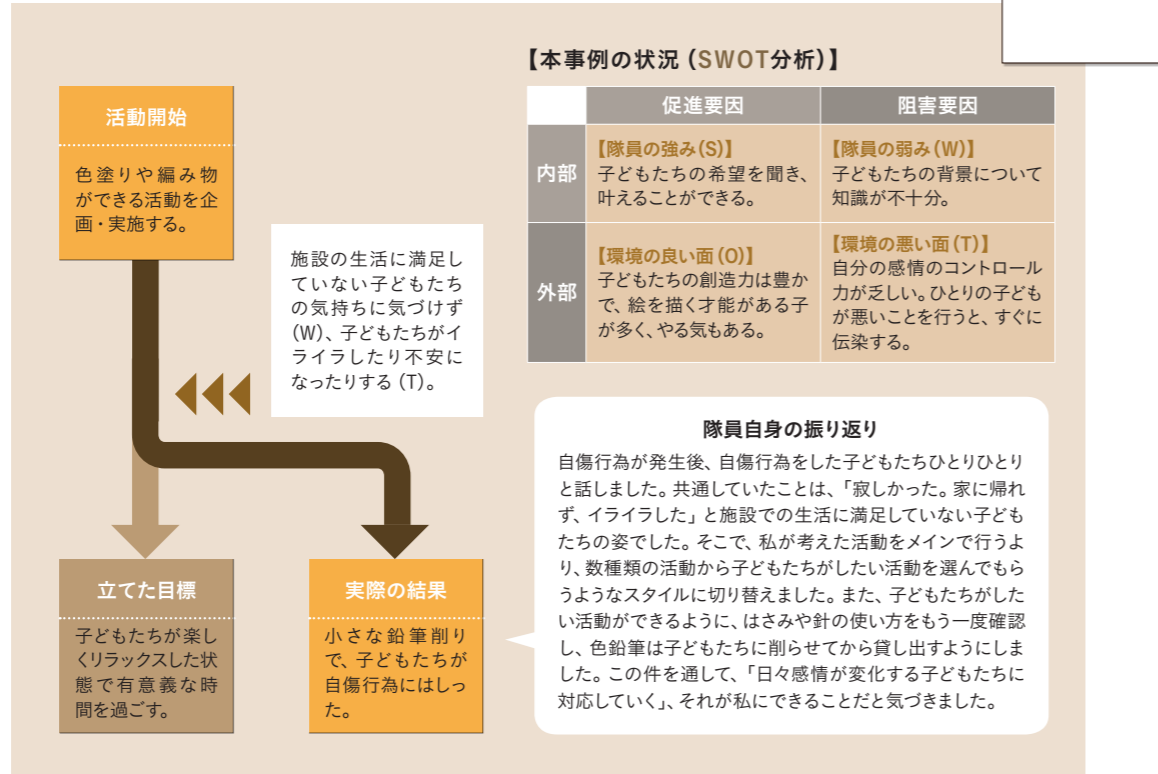
休暇は部会活動のチャンス

学校で活動する隊員の場合、学期間の長期休暇をいかに有意義に過ごすかは、重要な課題です。同職種の隊員ならば、配属先の休暇の時期が同じことも多いため、それを部会活動に充てるというのも、選択のひとつだと思います。

“失敗”から 学ぶ #171



事例整理



他隊員の分析

子どもの周りにある事象を多角的に捉える

私は、子どもと向き合うということは、その子たちの歩んできた道のりを知り、今どんな気持ちで過ごしているのか耳を傾け、これからどんな道を歩んでいきたいと願っているのかを想像することだと考えています。そして、自分自身の感情を自覚し、過度な感情移入をしないで、多角的に子どもたちの周りにある事象を捉えることが重要だと思います。現地で新しい活動を始めるとき、「始める時期は適切か」「誰のための活動か」「誰が必要とする活動か」を考えることができれば、個別化したアプローチにより、望ましい結果が出るのではないのでしょうか。

文＝協力隊経験者

- アフリカ・青少年活動・2015年度派遣
- 取り組んだ活動

学校現場以外での情操教育実践を目指し、公立幼稚園1校と孤児院での園工・音楽・運動の時間の支援や、路上で生活する子どもたちを対象にしたアトリエ開催、遠足の実施、衛生指導を行った。

相手の視点への接近

施設での更生教育は集団性と個性が混在し、しばしばさまざまなトラブルが同時に発生します。施設の職員やそこで活動する隊員はひとつのことに専念して対応するのが困難となり、職員の即断と強行が優先され、子どもたちの視点が見過されがちです。そのため、こちらからの指示に対して子どもたちはかなり強い口調で「なんで?」と言い、拒否・抵抗することも多かったです。子どもたちが新しい社会性を身につける前提条件として、まずは時間をかけて彼(女)らの視点や疑問と向き合うことが大切で、そこに精力を注ぐ必要があったと考えます。

文＝協力隊経験者

- 中南米・青少年活動・2012年度派遣
- 取り組んだ活動

ストリートチルドレンの保護と支援を目的に活動する国際NGOで、施設内における子どもたちの生活を充実させるために、レクリエーションやスポーツ、情操教育、各種イベントなどを行った。

子どもたちのためになると思った行動が 彼女たちの心身を傷つけてしまった

文＝小川結実さん(旧姓：橋本 / タイ・青少年活動・2016年度1次隊)

私が活動していた、人身取引被害者保護福祉センターに在籍する子どもたちは、寮で生活をし、平日の日は職業訓練などを行う施設で過ごします。週末は寮で1日を過ごさなければならず、暇を持て余しており、さらに急に100人ほどの女子と衣食住を共にしなければならなかったため、ストレスを感じている子どもたちが数多くいました。

活動中期、子どもたちが寮でも有意義な時間を過ごせるように、平日の活動を企画しました。好きなキャラクターのポスター・筆箱の編み方や、家族へ手紙を書く子どものためにポップアップカード・折り紙など、すぐに子どもたちが使えて喜ぶ物を活動に取り入れていました。それらの活動のひとつに、キャラクターの塗り絵や絵を描くというものがあり、「週末も寮で絵を描いたり、家族に手紙を書いたりするときに色を使いたい」という子どもたちがいました。そこで私は、外出も持ち物も制限されている子どもたちのために、「色鉛筆を貸して、子どもたちが充実した週末を過ごせるなら」と思い、金曜日の夕方に色鉛筆のセットを貸しました。

土曜日の夜、色鉛筆セットについていた小さな鉛筆削りを分解し、刃の部分で自傷行為をした子どもたちが出ました。以前から自傷行為をしている子どもたちはいて、今回も発覚してから1〜2週間ほど続きました。その理由は、子どもたちの生きてきた背景にあります。大人に騙されて人身取引(売春)をさせられていたことや、大人の気を引くため、大人に自分のことを心配してもらうために悪いとわかっていのに悪いことをあえてしてしまう。そのような怒りや悲しみを自分を傷つけるという方法でしか消化できなかったからです。

私は「子どもたちが充実した週末を過ごせるように」という思いが先走り、子どもたちの生きてきた背景まで深く考えられていませんでした。また普段は刃物を渡すことはありませんが、そのときは、鉛筆削りが自傷行為の道具になるということまで考えが及びませんでした。さらに、センターでは子どもたちが間違えを犯したら、「叱る→罰」という流れが普通で、「どうして、ダメなのか」を聞いてくれる人がいなかったというのも自傷行為が発生した要因のひとつではないかと考えます。



全入所者に、「2年後の自分に向けて手紙を書く」という活動を実施し、その説明を行う小川さん。2年間の活動の最後に、この活動を行った



PROFILE

1990年生まれ、福岡県出身。大学在学中の海外でのボランティア活動や留学で、国際協力及び外国語に興味を持つ。卒業後、福岡県の公立中学校で4年間担任を務め、2016年に現職教員特別参加制度を利用して、協力隊に参加。18年3月に帰国し、以前在籍していた中学校で今も担任を務めている。

活動概要

人身取引被害者保護福祉センターに保護されたばかりの女子(12〜18歳)に対して、ライフスキルトレーニングと基礎学力定着のために以下の活動を計画・実施。
● 自尊感情を高めるため、フォト日記作成や構成的グループエンカウンターを実施
● 学習ワークシートの作成 など

*人身取引被害者保護福祉センター…暴力や脅迫、誘拐、詐欺などの手段で、弱い立場にある人を別の国や場所に移動させ、売春や強制労働などの目的で搾取する「人身取引」。その被害者を保護し、社会復帰を支援する場所。

派遣人数は少ないもの
いぶし銀の活躍をする
職種の事例をピックアップ

#G202

電子工学

派遣中 ▶ 0人 (SVで1人派遣中)

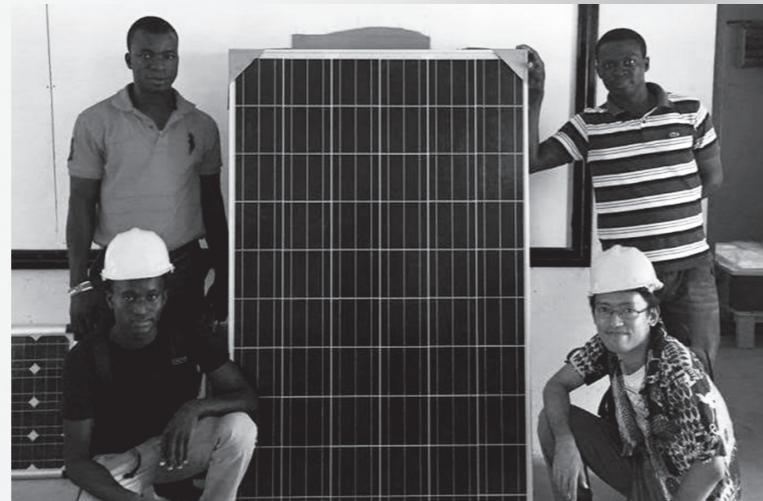
累計 ▶ 49人

分類 ▶ 人的資源

活動例 ▶ 工学系の学校での授業補助や、同僚への技術移転など

類似職種 ▶ 電気・電子機器

※人数は、青年海外協力隊派遣実績、2019年4月30日現在。



「ソーラークラブ」を共に立ち上げた教員（後列右と前列左）、新人の教員（後列左）と宮崎さん（前列右）。写真のソーラーパネルを使用して、太陽光発電システム構築を行った

#G137

ラグビー

派遣中 ▶ 3人

累計 ▶ 34人

分類 ▶ 人的資源

活動例 ▶ ラグビーの普及や技術の向上を目指した指導 など

類似職種 ▶ —

※人数は、青年海外協力隊派遣実績、2019年4月30日現在。



任地のキャンディで学校の16歳以下のチームの子どもたちに対して味方が倒されたときのサポートの方法について教えている伊藤さん

PROFILE

1981年生まれ、愛知県出身。2005年に名古屋大学大学院工学研究科を卒業し、07年より株式会社カネカに入社。主に太陽電池の出力向上のための技術開発に従事。退職し、14年9月に協力隊に参加。17年3月に帰国後、JICA本部に特別嘱託員として技術協力事業の管理を担当。19年5月よりJICA関西センターに専門嘱託員として民間連携事業を担当。

活動概要

ガーナの工業高校にて、現地の生徒に太陽光発電技術を教える基盤をつくることを目的に、現地教員に太陽光発電の技術指導を行う。主な活動は以下のとおり。

- 放課後に教員への太陽電池技術の授業の実施
- 教員と共にソーラークラブの立ち上げ
- 太陽光発電システム構築のための業務管理（見積り、発注、組み立て） など



みやざき たかよし
宮崎貴芳さん
(ガーナ・2014年度2次隊)

PROFILE

1992年生まれ、新潟県出身。小学1年生からラグビーを始める。2016年に早稲田大学文化構想学部卒業後、同年10月に協力隊に参加。18年10月に帰国し、19年1月より日本ラグビーフットボール協会国際協力部担当として後輩隊員のサポート、国際交流イベントの企画に携わる。並行してNPO法人ワセダクラブでラグビー指導を行う。

活動概要

スリランカの中央州ラグビー協会に所属し、同地域を中心にラグビー普及、競技力向上を行う。

- 近隣地域の学校のラグビーチームへ巡回指導
- 出張でのラグビー教室指導
- ラグビーイベントの企画、実行 など



いとう ゆうり
伊藤悠理さん
(スリランカ・2016年度2次隊)

Q 活動の最大の困難は？

教員たちに教える際、最後に理解度テストを毎回課していたのですが、電力の基礎（オームの法則）の理解度が低いことから、彼らの実力を測るため、抜き打ちテストを実施。すると「太陽電池のことを聞きに来たのになぜこんな試験を受けないといけないんだ。しかも授業後で疲れているのに！」と所属長や一部の教員が怒り、帰ってしまいました。特に所属長が怒ったため、教員たちの信頼関係が崩れ、今後もう教員たちは授業に来ないのではないか

Q メインの活動は？

工業高校の電気科の教員が生徒に太陽光発電技術を教えるための環境構築でした。赴任当時、教員たちは太陽光発電に興味があるものの、どのようなものか何とも知らない状態でした。まず校長に実験の重要性を理解してもらい、倉庫にあった古いソーラーパネルと自動車科の廃バッテリー、現地の部品で自作したバッテリー充電器を使い、放課後に教員たちに太陽光発電技術を教えることから始めました。3ヵ月後、教員たちと「ソーラークラブ」を立ち上げ、私の教えた内容を取り込んで生徒に授業を実施。私も都度フィードバックや生徒からの質問に答えるなどのフォローを行い、教員たちに太陽光発電授業の経験を積ませることで、授業の質を徐々に上げていきました。

Q 活動の最大の困難は？

着任して1年が経ったころ、指導するチームの練習の出席率の低さや練習中の態度の悪さ、成績が上がらない現状にいら立ちを感じ、自分自身のモチベーションが低下していました。「このチームに自分が必要とされていない」と思い、現状が変わらなければ指導対象を変更しようと考えていました。

Q メインの活動は？

スリランカ第2の都市キャンディにある中央州ラグビー協会に所属し、同地域を中心にラグビー普及、競技力向上を行いました。現地の小・中・高校生世代の基礎競技力向上が日常的な活動でした。

ラグビーの基本的な技術をはじめ、ケガや反則につながる危険なプレーが多いことが問題となっていました。具体的な解決策がない状態だったので、指導者や選手への指導を通して安全面の改善を目指しました。また、いかにラグビーを楽しめるかを目標にしました。

配属先の同僚や、活動をしていく中で知り合った現地の指導者と一緒に、巡回して活動を行いました。モデル校として重点的に指導するチームのほかに、指導者のいないチームや、新たにラグビーチームをつくる学校を訪問し、ラグビーを教えました。

Q どう解決しましたか？

同職種の隊員や日本でラグビーを指導されている方に相談し、多くのアイデアをもらいました。特に「日本からわざわざ来てラグビーを教えるやっついているんだ」という思いでいたら、絶対にうまくいかない」という言葉に刺激を受けました。

「〜があつたら〜」「〜のせいで〜」という言い訳をする前に、現状を踏まえてできる限りの対策を考え、何よりも自分が楽しめるような練習を行うように心がけることで、チームとのずれがなくなっていきました。

Q どう乗り越えましたか？

若手教員に「抜き打ちのやり方は間違っていない」と慰められたこと、また怒った教員たちは試験の結果が特に悪く、これを校長に相談したところ、「やる気のない先生には教える必要はない」との話で、だいぶ気が楽になりました。最終的に私の授業に残った教員は8人中2人だけでしたが、非常にやる気があり、「まだ完全な理解ではないと思うけど、とにかくクラブをやってみよう」という私の無理な提案（クラブの時間は無給）にも応えてくれ、生徒への太陽光発電教育の基盤を一緒につくれたのではないかと思います。

と、その日は酷く苦しみました。

Q 同職種の後輩隊員にメッセージをお願いします。

派遣人数が少ないということは、前例に採れない活動ができるということだと思いつながら、自分にできることを考えて2年間を過ごしました。ラグビーだけに採れず、何事にも挑戦することが大事だと思います。活動内容や職場の環境は思い描いていたものとは全く異なるかもしれませんが、それでもラグビーを楽しんでいる現地の人々、子どもたちの笑顔が頑張る原動力になります。自身にとっても学びと成長の多い2年間になります。ぜひ楽しんでほしいと思います。

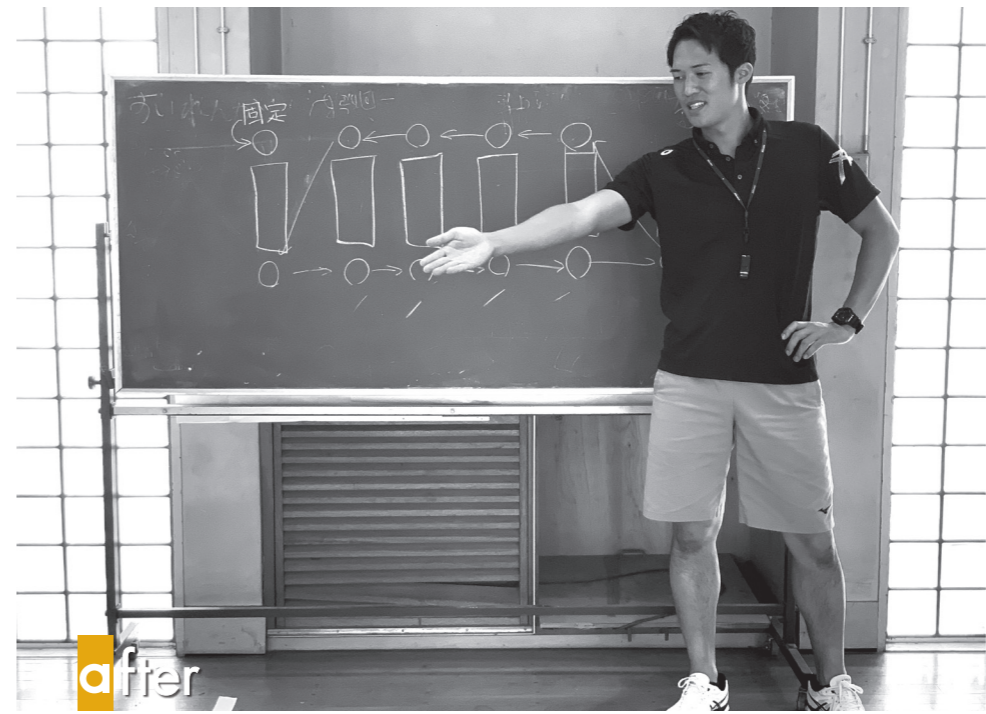
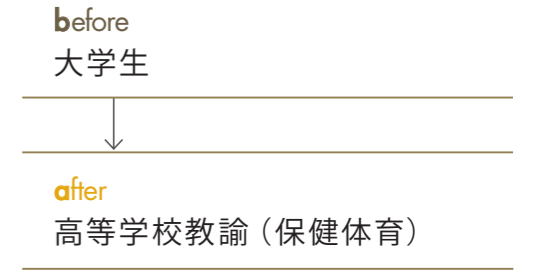
ラグビーワールドカップ日本大会も開催目前です。世界中でラグビーを盛り上げましょう！

Q 派遣予定の同職種の隊員にメッセージをお願いします。

電気系職種では、まず簡単な部品と一緒に実験することが大事かと思っています。私の赴任校は、大学入学のための詰め込み教育で実験もできない状況でした。しかし、カリキュラムの多さと限られた授業時間では仕方のないことでした。そんななかで教員や生徒たちとソーラークラブで簡単な電気の実験（例えば電池と抵抗をつないだ際の電圧、電流の計算をし、実際に組み立ててテストで測定）でも、生徒たちは日が暮れるまで楽しんで実験をしていました。「楽しい」は人を巻き込みます。



before ▶ after 人生を変えた2年間



after
東京都の高校で体育の授業を行う谷野さん。保健体育の授業で、環境問題を取り上げるときなどに、モンゴルの写真を見せることもあり、「少しだけ話の引き出しが多い」と感じている。「生徒と対等ではないけれど、生徒と同じ目線に立っていきたい。協力隊の経験や講師の経験があるので、自分の立場について距離を置いた場所から見られていると思います」と谷野さんは話す

1991 兵庫県出身。

2014 3月、東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ卒業。

2016 7月、青年海外協力隊に参加①
モンゴルのチョイルスポーツ委員会にて、子どもたちへのバレーボール技術指導や指導者への技術移転を行う。その後、ウランバートルに任地変更となり、モンゴルバレーボール協会にて、国際大会に向けた代表チームのアシスタントや、市内の小中高校で、技術指導などを行う。

2017 7月、帰国。

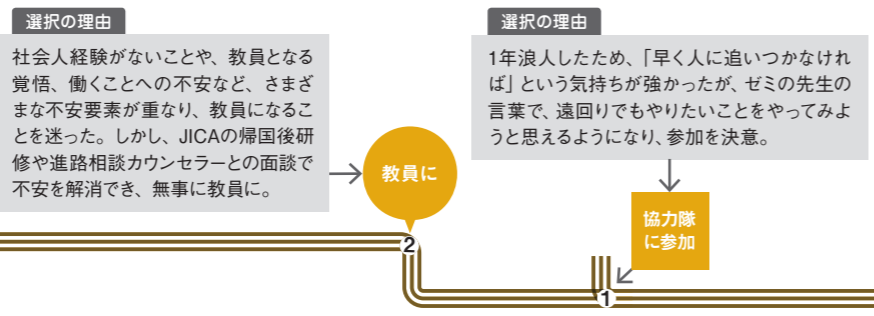
8月、通信制高校にて非常勤講師を務める。

9月、臨時的任用講師として、特別支援学校に勤務。

10月、東京都教員採用試験に合格。

2018 4月、東京都内の公立高等学校に保健体育教諭として勤務②

【バレーボール指導教本】
バレーボールの指導力向上のための指導教本。現地のバレーボール協会と協働し、現地語で作成された。内容は、「基本的な技術の解説」「練習方法の紹介」「応急手当の紹介」「練習計画の策定」「現地で購入可能な材料と廃材を用いてつくることができる練習補助具の作成方法」などが掲載されている (A5版サイズ、約90ページ)。下画像は、JICAモンゴル事務所にある教本の表紙。現在、体育隊員が任地で使用中。



派遣前の谷野さんには「あの国の人だからこうだ」と決めつけてしまうところがあった。モンゴルで出会った人の中には、時間や約束を守らない人もいた。一方で家族のように気にかけてくれる人たちや、指導書作成に尽力してくれた同僚にも出会えた。「ひとりひとりを見ずに決めつけていたら、大事な人と出会う機会も失う。その考え方は、損しかないのだと実感しました」

考え方が変わった出来事がもうひとつある。谷野さんのメインの活動は小学生へ高校生への技術指導で、皆、素直に練習に励み、大会でも勝った。しかし、谷野さんの印象に残ったのは勝利の場面ではなかった。

「私が教えたことを高校生が小学生に教えているのを見て、小さな出来事ですが、ああ、ここで活動して良かったなあと思いました」



before
モンゴルの小学生に「トス」を教える谷野さん

2年の活動を終え、帰国した谷野さんは焦っていた。友人は社会人としてバリバリ働いているが、自分がこれから教員採用試験を受験すると、正式採用は1年以上先。焦りから目標がブレ始め、協力隊の経験が何の役に立つのか疑問に思えた。そんなとき、帰国後研修を受講し、活動の棚卸（なげかり）などにより「やりたいたいことが明確になった」と谷野さんは振り返る。教員を目指すため、非常勤講師として学校に勤務しながら、進路相談カウンセラーと教員採用試験に向けて週1回対策を練った。

2017年、教員採用試験に合格し、18年より東京都の公立高校で勤務を開始。現在は、1年生の担任と、バレーボール部の顧問を務めている。授業や学級運営で理想と現実のギャップに悩むこともあり、部活でも部員数が少なく、自分が求めるような活動はできていない。それでも根底にある「学校が好き」という思いが谷野さんを支えている。

「自分が生徒だったときと立場は違いますが、生徒たちと交わす何気ない会話、彼らの小さな変化、それを感じられる空間にいられる仕事ができ良かったと思っています」

そして、協力隊という「遠回りした経験」があるからこそ生徒に伝えたいことがある。「生徒たちは学校での人間関係など、見ている世界がすべてだと思ってしまうがちです。でも私がモンゴルで感じたように、実際には世界は広く、知らないことがたくさんある。もし、今の場所が合わずに苦しんでいるときは、生徒に別の世界を探してほしい。その世界を探す手伝いをしていきたいと思っています」

遠回りしてこそ、見える世界

モンゴル・バレーボール・2014年度1次隊
たにの しゅん
谷野 駿さん

生徒の視野を広げる手伝いを

※ 詳細はJICA海外協力隊ウェブサイト「帰国後研修」(https://www.jica.go.jp/volunteer/obog/career_support/training/) をご覧ください。
* 棚卸…経験やスキルを書き出し、整理すること。



理想 現実

帰国後のとを語り合う

OB・OG 匿名 座談会

第⑥回 農林水産分野 篇

帰国後のあゆみ

A 派遣前は、団体職員として森林や山道の整備に関するコンサルティングに携わっていました。そのときに仕事で知り合った高齢の苗木生産者から、「後継者を探している。帰国したら苗木生産をやらないか」とお声がけいただいたこともあり、帰国後はカラマツやスギの苗木をつくる事業を個人事業主として営むようになりました。日本では現在、戦後もない時期にいっせいに植林された木が伐採に適した状態となっており、新たな植林のための苗木の需要が高まっています。私生活では、同じ時期に同じ国に派遣されていた野菜栽培隊員OBと、帰国してすぐに結婚しています。

だ結果、やはりまずは社会人の経験を積んだほうがいいだろうと考え、就職することになりました。海外営業に携わるチャンスもあるということで選んだ企業だったのですが、配属されたのは国内営業の部署でした。日本で仕事をするのが初めてで不慣れだったうえ、同僚たちがするギャンブルやアイドルについての会話にも興味が持てない。そのうえ、海外営業への異動希望が一向に叶わない先輩社員もいたことから、「限界だ」と感じて退職することにしたのです。

B 私は市役所の農業技官として農家の相談に応じる仕事などに携わった後、協力隊に現職参加しました。帰国後は市役所に復職し、現在は地元の特産野菜のブランド化を進める仕事などを担当しています。

A この座談会に向け、夫とも協力隊員の帰国後について話をしたのですが、2人が一致して感じているのは、かならずしも「早道を決めなければ」と焦る必要はないだろうということ。浦島太郎的なシヨックが強いならば、心を守るためにも、いったんは自分の「殻」に閉じこもって協力隊経験を振り返り、将来の方向性をじっくり考えるという選択もありではないかと思うわけです。夫には農業の経験があるので、当初は2人で苗木生産の事業を行いたいと考えていました。しかし、先々事業を広げていくための資金を貯める必要があったので、夫は一時的な仕事として工場勤めをすることにしましたが、それから2、3年は、今後について2人で考えを深める時間でした。そうして、私たちの派遣国でよく見られた「複合農業」へと発展させていく、といった事業の将来の方向性が明確に見えるようになってきたのは、ごく最近のことなのです。

「協力隊の意味」を探る時間

C 大学院に進むことは派遣前から頭にあったのですが、帰国して2、3カ月悩んだので、

B 私は帰国後、考える間もなく復職したのですが、「2年間、職場にお休みをいただき、迷惑をかけた」という気持ちがあるので、協力隊経験がマイナスのイメージを持たれないよう、とにかく必死に仕事をしました。そのため、協力隊経験を仕事にどう生かしていく

かといったことについては、いまだに考えが整理できていません。たとえば、協力隊に参加したことで、野菜栽培について派遣国と日本の間には大きなギャップがあることがわかりました。日本では、形の整った野菜ばかりが、季節に関係なく売られているけれども、派遣国ではそんなことはない。農業は「自然」と隣り合わせで歩むものなのに、日本では農産物が「工業製品」と同じような捉えられ方をされるようになってしまっていると感じるようになったわけです。しかし、協力隊経験によって持つようになった「違和感」を、自分の仕事にどうつなげていけばいいかについては、まだ見えていないのです。

日本の農業への問題意識

C 私も帰国後に就職した企業で、たとえば外営業以外の仕事であっても、その中で協力隊経験を生かしたいという希望はあったのですが、その方法を見つけ出せないまま退職することになってしまいました。結局、協力隊経験が直接生きるような国際協力の道を志すことにしたわけですが、私は実家が農家です。帰国後の進路として就農するという選択も検討したことがありました。しかし、「いつになつたら稼げるようになるのか」という不安があり、挑戦するまでには到りませんでした。というのも、数年前に親が体を壊して廃業していたため、所有する田畑の土地はすでに荒地になってしまっており、私が継ぐ場合、土壌をつくることから始めなければならなかったのです。実家の周囲にも、やはり親が農業を続けられなくなったものの、継ぐ人がいないという家が多く、耕作放棄地がどんどん広がっている印象です。「もったいない」とは思うのですが、自

分にできるかという点、二の足を踏んでしまう。

B 一から農業を始めるとなると、やはり生活費がしっかりと稼げるようになるまでには5年、10年とかかかってしまうのが一般的なようです。

A 私が就農に興味を持ったきっかけは、派遣国で「食料自給率」の問題を実感したからでした。現地ですべての穀物や野菜は輸入品の割合が大きいのですが、私の派遣中にインフレが進んで輸入全般が停滞してしまい、食料品すら手に入りづらい状態になってしまいました。その経験から、日本の食料自給率低下の問題に目が向くようになり、「せめて自分たちで食べる分くらいは、自力でつくれるようになりたい」と思うようになったのです。

B 私が大学で農業を学ぶことにしたきっかけも、高校時代、ある先生から「いざ日本も食糧難の時代が来る。そのときに強いのは、自分で食べ物をつくることできる人だ」という話を聞いたのがきっかけでした。さきほど、「農業が工業と同じように捉えられている」というお話をしましたが、実はそれが農家の負担を増やし、若い世代の農業離れにつながってしまっているのではないかと考えています。たとえば、日本では台風などによって計画どおりの収穫ができないこともあり、そのたびに農家は頭を抱えています。しかし、農業が自然と隣り合わせのものであることを消費者が理解し、再生産の持続が可能な価格で農産物を購入したり、なるべく季節の作物を使って料理するよくな食生活に変えていったりするようになったら、農家も無理なく仕事が続けられるのではないかと。協力隊経験によって持つようになったそんな考えを、自分の仕事にどう結びつけていこうか。答えを模索しているところ。

今後のビジョン

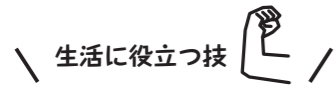
C 私は現在、修士2年です。就職活動の真っ最中であり、どうにか開発コンサルタントなどの仕事に就ければいいと思っています。「海外にかかわる仕事」へのこだわりが捨てられず、大学院に進む道を選んだわけですが、日本国内での仕事をされているおふたりには、「海外にかかわる仕事をしたい」という葛藤などはないのでしょうか。

A 私は苗木生産の事業を始めるときから、「いずれは途上国の方々を技能実習生として受け入れられるような農場にしたい」という夢を持っており、そのような形で「海外」とはずつつながっていきけるかと期待しています。今後は、さきほど申し上げたように、複合農業の実現を目指して事業を広げていこうと、せっかくな自由がきく自営業です。と、ときどき協力隊の企画調査員（ボランティア事業）として後輩の協力隊員の方々に支援する仕事などでもできたらいいな、なども考えています。

B 私は正直なところ、「海外にかかわる仕事」ではありません。私が住む市には、留学生など派遣国の人何人か住んでいるので、彼らと交流する機会を持つなど、プライベートでなんとか「海外欲」を消化しているような状況です。また、市役所には海外にかかわりのある業務を担当する部署もありますので、そこに異動するチャンスもつかうことも考えています。他方、現在の仕事は続けつつも、Aさんのお話にあったように、「自分が食べる分」はつくられるくらいの規模で農業をやっていききたいとも考えています。協力隊経験で実感した「自然と隣り合わせのもの」という農業の特徴が、結局、私自身が大好きなのだろうと思います。

*2 技能実習生…開発途上国等の人材育成への寄与を目的とした技能実習法（2017年施行）に基づき、日本に滞在して就労する開発途上国等の人。

*1 複合農業…野菜栽培と家畜飼育など、複数種の生産部門を同時に営む農業形態。



あるもので思い出の味

ナビゲーター = 織田千恵さん
(サモア・歯科衛生士・2016年度1次隊)

塩キャラメル風味のココナッツジャム

サモアでは、ほとんどの家庭の庭にココナッツの木が生えており、ココナッツが豊富に採れます。ココナッツは、ココナッツジュースやココナッツミルク、ココナッツオイル、また器や燃料になり、捨てる場所がないと言われています。そのため、サモアの家庭料理ではココナッツをよく使います。

今回は簡単に作れるココナッツジャム「siamu popo (シアムポポ、サモア語)」を、日本人の口に合うように塩キャラメル風にアレンジして現地でよくつくっていたので、現地のスタッフが教えてくれたレシピを一部アレンジしてお伝えします。

- 【材料】
- ブラウンシュガー…1カップ(210g)
 - ココナッツミルク…1缶(400ml)
 - レモンの皮…少々
 - 塩…少々



③約5分でブラウンシュガーが溶け、キャラメル色になる。そこに、ココナッツミルクを少量ずつ数回にわけて、混ぜる。香り付けにレモンの皮を入れ、少し煮込む。レモンの皮を取り除けば、ココナッツジャムの出来上がり。

仕上げに、塩を適量入れることで、ココナッツジャム塩キャラメル風味の完成。



①現地では写真のようにココナッツを削り、削ったココナッツを搾ってココナッツミルクを作成する。日本では、輸入品のココナッツミルク缶で代用。



④パンやホットケーキ、バニラアイスにのせて食べると最高においしいです。甘いものが食べなくなったら、簡単にできるココナッツジャム塩キャラメル風味をつくってみてください。



②鍋にブラウンシュガーを入れ、弱火で焦がさないように溶かす。水は足さないこと。甘党の方は、ブラウンシュガーの量を増やす。



アンガーマネジメント③

ナビゲーター = 北澤彩子さん
(旧姓・大和田/ケニア・理科教師・1997年度2次隊)、
一般社団法人日本アンガーマネジメント協会ファシリテーター

怒りを6秒待った後は

前号では怒りの対処方法として「暗号① 6秒待つ」をお伝えしました。今回はその次にすることを紹介します。

暗号②「三重丸」

6秒乗り切った次にすることは、心の中で右図のような三重丸を思い浮かべることです。三重丸の一番内側は、**自分と同じ価値観**。その外側のエリアは、**自分とは少し違うが許容範囲**。さらにその外側は、**自分とは違って許容できない範囲**です。感じた怒りの感情が三重丸のどこに位置するか、仕分けてみましょう。①と②の境界線を意識し、怒る必要のある事と必要のない事を区別します。①ならば、怒る必要のないこととして受け入れます。逆に②ならば、怒ります。この仕分けをすることで、怒るべきことで怒らず後悔したり、怒らなくてもよいことで怒って後悔したりする失敗がなくなるのです。最初にお伝えしましたが、アンガーマネジメントは、怒らなくなることではありません。怒るべきときには、相手にきちんと気持ちを伝えます。



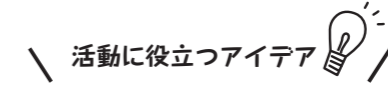
私の当時の経験(20年前のケニア、電気水道なし)では、例えば「待ち合わせ」について「②来る、①30分以内の遅刻、②30分超の遅刻もしくは来ない」でした。それが、しばらくすると「来ない」も、①に入ってくることもありました。連絡手段もなく移動距離が長いなど、やむを得ないことがあるのだと、次第に私の方が現地に順応していったのです。

ちなみに、三重丸は人によって異なります。①のエリアが広い人は心の器が大きな人。②を広げる努力をしていくことで、簡単に怒らない人になりたいですね。

①を広げる努力をしていくことで、簡単に怒らない人になりたいですね。

怒りの連鎖を断ち切ろう!

今まで3回にわたって怒りの感情との付き合い方を考えてきました。怒りには、「高い(強い)所から低い(弱い)所へ」、「身近な対象ほど強くなる」、「矛先を固定できない(八つ当たり)」、「伝染する」という性質があります。すべての人が自分の感情に責任を持ち、不必要に怒らないようにすることで、怒りの連鎖を断ち切り、お互いに気持ちの良い人間関係を目指しましょう。現地地のご活躍をお祈りしています。



法被の作り方

ナビゲーター = 石塚美咲さん(東ティモール・服飾・2017年度1次隊)

①布の表側を合わせて、裏側から出来上がり線で縫う。上半身の前面の布(前身頃)と背中側の布(後身頃)を合わせ、肩のラインを縫う(型紙の▲)。

②縫った肩の部分を開き、袖と本体がつながる部分(★と☆)を縫う。

③肩の部分を元に戻し、袖の下側(▽)と、本体の脇(▼)を縫う。

④裾と、両袖を始末する。裾は、裏側に2回折り上げて、1回目の折り目に近い部分で縫う。両袖は、裏側に2回折り込み、1回目の折り目に近い部分を縫う。

⑤裏側にした様に縦5cm間隔で折り目をつける。右前身頃の襟の線と、襟の右端の折り目を(□)で合わせ、裾から1cmを残して、縫う。本体、左前身頃も同様に縫う。

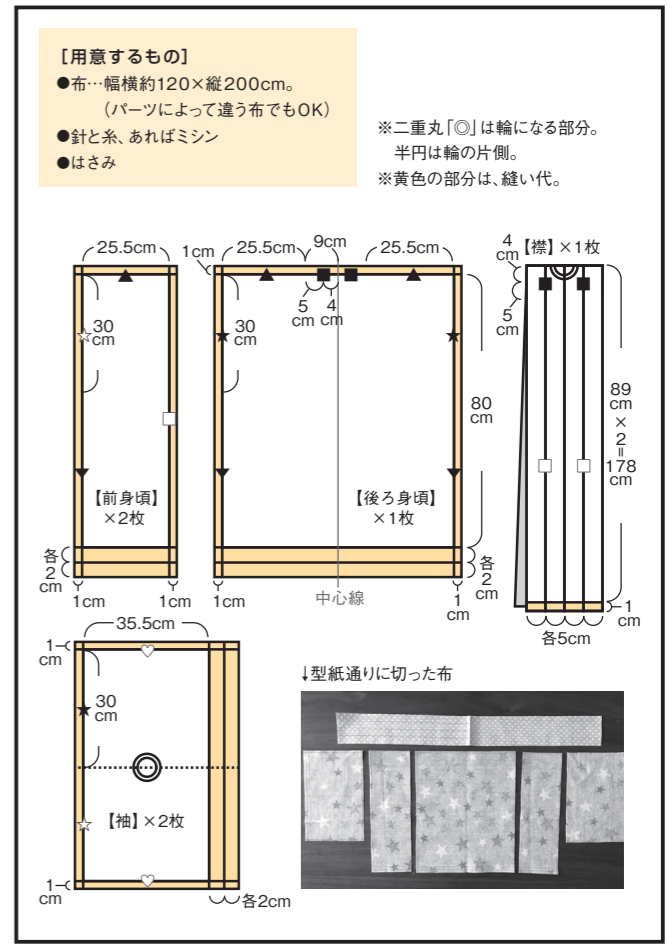
⑥襟を5cm幅でジャバラに折って4枚の布を重ねた状態にし、裾から1cmの部分で縫う。両裾を縫う。

⑦⑧の襟の中心の折り目を反対にするようにひっくり返すと裾の縫い目が隠れる。襟で前身頃を挟み、前身頃の裏側から襟を縫い閉じる。

⑧後ろ身頃、左前身頃も縫い閉じたら、完成。今回は4分の1スケールで、目立つ色の糸でつくったが、作成の際は目立たない色の糸でつくると良い。

直線縫いだけでつくれる法被(ハッピー)

日本の服の特徴は、生地を無駄にしない直線だけのデザインです。「途上国あるある」かもしれませんが、すごいスピードでなんとなく物を完成させる力はあるけど、真っ直ぐ縫うべきところが曲がってしまっていたり、しっかり端まで縫えていなかったり。ハッピーは、そういった品質の部分を伸ばすためのトレーニングがたくさんできる教材です。以前働いていたブランドに不要になった生地を寄付して頂き、その生地を使ってハッピーのデザインコンテストをし、投票で選ばれたデザインをみんなで製作。体育隊員が彼女の生徒にソーラン節を教え、ハッピーを着てもらい、日本大使館で披露しました。自分のつくった服を誰かが着てくれて、何かを披露するという喜びを知ってもらうのが目的でした。



常に公用旅券管理に対する意識をもとう!



派遣中の隊員の皆さん、ご自身の公用旅券に関して、しっかり適正管理ができていますか? 公用旅券は、鍵の掛かる場所に保管し、定期的に「所在確認」を行っていますか? 旅行中の取り扱いにも留意していますか?

着任後間もない隊員の方は、派遣国での生活や活動に慣れるまでは、なかなか公用旅券の管理にまで細心の注意を払う余裕がないことも多いと思います。また、生活や活動に少しずつ慣れてくると、油断から管理の意識が希薄になってくることも……。

しかし、そんなときは、今一度、派遣前に訓練所や研修中に受けた説明や、派遣中に事務所から発信される注意事項を思い出し、「自分自身に気の緩みがないか」を確認するようにしてください。

【旅券紛失事故防止5か条】

- ①肌身離さず! (パスポートホルダー使用)
- ②ほかの貴重品とは一緒にしない!
- ③使用後は、鍵の掛かる場所にしまったことを確認!

- ④不要時には携行しない!
- ⑤旅行中は特に気が緩みがち!

また、特に公用旅券の事故が発生しやすいのは、「旅行前・中・後」のタイミングということも覚えておいてください。

【旅行前・中・後の事故事例】

～こんな事故が発生! 皆さんも気を付けてください～

- 飲み物をこぼしてしまった…
- ポケットに入れてICチップの頁が折れ曲がってしまった…
- 鞆の中に入れて移動中の乗り物やレストランで置き忘れた・置き引きされた…
- 観光地でスタンプを押されてしまった…
- 帰宅後にうっかり洗濯機に入れてしまった…

公用旅券事故が発生してしまうと、ご自身の活動や生活に大きな支障が生じるだけでなく、周囲にも迷惑を掛けてしまうことになります。日頃から旅券を大切に扱い、派遣国での日々をさらに有意義で充実したものとしてください。

いつ? どこ?

隊員関連イベント情報

JICAやその関連団体が主催・共催・後援などをするJICA海外協力隊関連のイベントをご紹介します。

6月14日 TICAD7パートナー事業 まるかじり! アフリカ入門

兵庫

アフリカの「今」やJICAがアフリカで実施する事業などを知ることができるこのセミナーに、アフリカでビジネスを展開中の相川香菜さん(ガーナ・村落開発普及員・2010年度1次隊)が登場します。

- いつ? 6月14日(金) 13:00~16:00 (12:30受付開始)
どこ? TKP神戸三宮カンファレンスセンター(兵庫県神戸市)
詳細 JICA関西にお問い合わせください。申し込み締め切りは6月13日。

締切 6月17日 駒ヶ根訓練所が特製ゼッケンを提供! 駒ヶ根ハーフマラソン

長野

9月29日に駒ヶ根ハーフマラソンが開催されます。今年から協力隊の特別枠はなくなりましたが、JICA駒ヶ根訓練所が特製のゼッケンを提供!(駒ヶ根訓練所に申し込みが必要、締め切りは6月30日)

- いつ? マラソンエントリー期間:5月20日~6月17日(定員に達し次第締め切り)
どこ? メイン会場:駒ヶ根総合文化センター(長野県駒ヶ根市)
詳細 <http://koma-marathon.com/>

7月7日 十勝管内最大級の国際交流イベント 世界のともだち2019

北海道

JICA北海道(帯広)では毎年7月に地元の関係団体と協力して国際交流イベント「世界のともだち」を開催。世界各国のグルメを楽しめる屋台コーナーでは、青年海外協力隊北海道道東OB会も出展します。

- いつ? 7月7日(日) 10:30~15:00
どこ? JICA北海道(帯広)、森の交流館・十勝(北海道帯広市)
詳細 JICA北海道(帯広)のウェブサイトをご覧ください。

開催中~ 7月28日 ふる 奮え、奮ええ!フレー!!! ~スポーツで応援しよう!世界の平和(企画展示)

神奈川

スポーツ分野での協力隊の活動をはじめとする国際協力の取り組みを写真や映像で紹介。ラグビー W杯2019、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会の紹介も交えて、スポーツで世界をつなぎます!

- いつ? 3月29日(金)~7月28日(日) 10:00~18:00(最終入館は17:30)
どこ? JICA横浜(神奈川県横浜市)
連絡先 045-222-7161

「青年海外協力隊の日を祝う会」を実施

1965年4月20日に発足した青年海外協力隊事業。この日を「青年海外協力隊の日」として、青年海外協力協会(JOCA)が毎年4月20日に「青年海外協力隊の日を祝う会」を実施しています。



「友よやすらかに」と刻まれた慰霊碑に手を合わせる山本事務局長

今年も4月20日に東京都千代田区のJICA広尾センター跡地にある物故隊員の慰霊碑に協力隊関係者が集まりました。協力隊OB・OG、ご遺族、協力隊関係団体、またJICA青年海外協力隊事務局の山本美香事務局長をはじめとするJICA関係者など約60人が追悼しました。

山本事務局長は「亡くなられた隊員の方々の思いを受け継ぎ、開発途上国での業務に伴う多くの困難にひるむことなく、現地での責務を果たしていくことが、亡くなられた方々の鎮魂になると信じております」とあいさつし、協力隊事業関係者の安全確保とともに、国際協力の歩みをより一層進めていくことを誓いました。

帰国後の進路開拓支援のご案内 「進路開拓セミナー」

JICAでは、帰国後の円滑な進路開拓を支援するため、各種支援(帰国後研修やキャリアセミナー・勉強会の開催、進路相談カウンセラー/青年海外協力隊相談役の設置、教育訓練手当支給など)を実施しています。そのひとつである「進路開拓セミナー」は、幅広い視野に立ったキャリアプランの検討を目的として、以下のとおり開催予定です。各セミナーの詳細や参加申し込みは、以下のウェブサイトをご覧ください。

▶JICA海外協力隊ウェブサイト「キャリアセミナー・勉強会」
https://www.jica.go.jp/volunteer/obog/career_support/seminar/index.html

回	日程	テーマ
第1、2回は終了		
第3回	6月28日(金)	地方公共団体
第4回	8月25日(日)	就活基礎講座
第5回	8月26日(月)	国際協力(JICA内部ポストの紹介)
第6回	8月27日(火)	様々な分野で活躍するOV
第7回	9月中に開催予定	国際協力(保健・医療分野)

*スケジュール・内容は変更になる場合がございますので、予めご了承ください。
*開催場所はすべてJICA市ヶ谷ビル(東京都新宿区)です。

JICA海外協力隊の派遣を年3回に変更

JICA海外協力隊は、これまで年に4回の派遣でしたが、2019年度より年に3回の派遣となります。訓練期間・派遣時期は以下の通りです。

隊次	訓練期間	派遣時期
1次隊	4月下旬~7月上旬	7月中旬~下旬
2次隊	9月中旬~11月中旬	12月上旬~中旬
3次隊	翌年1月中旬~3月中旬	翌年3月下旬~4月上旬

「協力隊まつり2019」を開催! 協力隊OB・OG会など39団体が参加

青年海外協力隊発足の日の4月20日に合わせ、毎年開催されているイベント「協力隊まつり」。今年も、4月20、21日に東京・新宿区のJICA市ヶ谷ビルで開催されました。JICA海外協力隊経験者が立ち上げた団体や国際協力に関連する団体など39団体が参加し、2日間で約2400人が来場しました。



協力隊参加に興味を持つ来場者に制度の説明をするJICA職員

イベントでは、各団体の活動紹介やワークショップのほか、パラリンピック支援事業に携わった協力隊OGによる講演、元海上保安庁長官であるOBによるキャリアセミナー、協力隊の映画『アサンテサーナ(1975年公開)』や『クロスロード(2015年公開)』の特別上映などが行われました。

JICA青年海外協力隊事務局では、来場者への応募に関する相談会を実施。参加に関心のある応募希望者ひとりひとりの相談に応じ、自身の経験を踏まえた現地での活動・生活の様子やJICAのサポート体制などを伝えました。

「アースデイ2019」で協力隊OB・OGの派遣国トークイベントを開催

4月20、21日に東京・新宿区の代々木公園イベント広場・けやき並木で「アースデイ2019」が開催され、JICA青年海外協力隊事務局は「JICA海外協力隊ブース」を出展しました。当日は、



トークイベントで参加者の質問に答える斎藤晴美さん

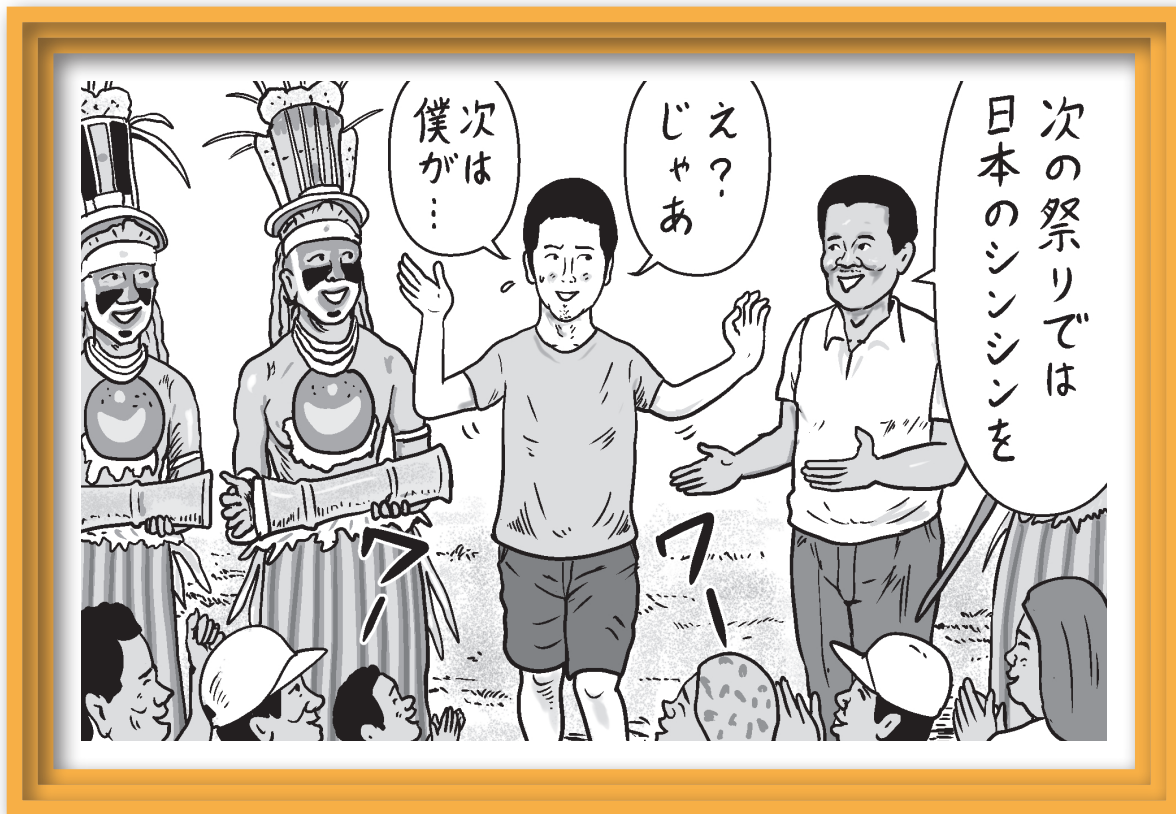
JICA海外協力隊の活動を紹介するパネル展示や、先日放送された斎藤工さんが協力隊の現場を紹介するTV番組「いつか世界を変える力になる」を一挙放映したほか、OB・OGによる派遣国トークイベント「協力隊の歩き方」を実施。斎藤晴美さん(ケニア・コミュニティ開発・2015年度2次隊)、角雄介さん(セネガル・野菜栽培・2015年度2次隊)、かのうたつやさん(東ティモール・野菜栽培・2016年度3次隊)、古川祐子さん(ソロモン・環境教育・2016年度3次隊)が、それぞれの派遣国で見つけた課題と、取り組んだ活動について来場者に語りました。トークイベントには毎回40人以上の参加者があり、ブースには約2600人が訪れました。

2019年度春募集の応募者数

JICA海外協力隊の2019年度春募集が終了しました。今回の春募集における青年海外協力隊・海外協力隊と日系社会青年海外協力隊・日系社会海外協力隊への応募者数は986人で、シニア海外協力隊と日系社会シニア海外協力隊への応募者数は98人でした。5月22日に一次選考結果が発表され、6月中に二次選考、7月16日に最終的な合否決定が行われます。

つぶやき

お題 ▶ パーティ



イラスト=牧野良幸



今月の1枚

「シンシン」

派遣国の祭りには「シンシン」と呼ばれる民族の伝統的な歌と踊りがつきもの。数百を超える民族もこのときはひとつになり、どの民族も華やかな衣装と化粧に身を包む。先日参加した祭りにて主催者から僕にひと言。「次の祭りで日本のシンシンを見せてくれ」一斉に湧く観客。笑顔でたたく僕。どうやら僕のシンシンデビューが決まったようだ。

ペンネーム：ペクペクマロロさん（男性） 協力隊員（大洋州・感染症・エイズ対策・2018年度派遣）

★パーティはいつも女神と

パーティと言ったらお酒がつきもの。誘われると心躍る。でもこの国では、最初に杯を飲むのはいつも大地の母神パチャママ。ビール缶を開けたらまずは地面に半分くらい中身をこぼして捧げる。最初はもったいないと少し思ったけど、仕事終わりのパーティでパチャママと飲むお酒は格別においしい。さあ、第二ラウンド。

ペンネーム：エンパナーダさん（男性）
協力隊員（中南米・環境教育・2018年度派遣）

★★ みんなでハッピー

赤ちゃんが生まれたよ、新車を買ったよ、昇進したよ。日常生活での嬉しい出来事を、職員総出のパーティで歌って踊ってお祝いする。遠出するときのバスでは音楽なしで歌が始まり、どんどん歌い手が増え、バス内はカラオケルームに。人の幸せを祝い、ちょっとした空間も楽しくしようとする気持ち。これがあれば、人生前向きに生きていける気がする。

ペンネーム：田舎暮らしさん（女性）
協力隊員（アジア・小学校教育・2018年度派遣）

★★★ パーティの合図

お隣さんとのあいさつの決まり文句は、「今日は電気ある?」。そんな会話が当たり前。停電の夜は暗く静かですが、電気が付いた途端、歓声とともに陽気な音楽が流れてきます。各家庭でパーティが始まったようです。私は今日もパーティを心待ちにしています。

ペンネーム：犬派さん（男性）
協力隊員（アフリカ・小学校教育・2018年度派遣）

募集中のお題
「最新技術」「知恵袋」

投稿は『クロスロード』編集室まで
(P35をご覧ください)

あなたのつぶやきが
イラストになるかも!?

就職・進学を始め各種情報の提供など帰国隊員の進路決定までをサポート



JICA進路相談カウンセラー／ 青年海外協力隊相談役の紹介



今月の相談 (就活編)

よくある相談に進路相談カウンセラー／
青年海外協力隊相談役がお答えします。

Q1. 時間がないので提出書類を
すぐに直してもらえますか。

A1. すぐには直せませんが、
以下の2点に注意を。

応募書類の書き方についてアドバイスします。応募書類は履歴書、職務経歴書、そして添え状などがありますが注意点は2つ。ひとつは添え状です。応募書類が、履歴書のみ、または履歴書と職務経歴書となっても、添え状は用意してください。もうひとつの注意点は、「企業に見てもらおう」「相手が見てどう思うか」という意識があるかどうかです。

Q2. 今すぐに転職するつもりは
ないのですが……。

A2. 相談ウエルカムですよ。
遠慮せずに訪ねてきてください。

Q3. 在職中なのですが、転職活動は
できますか。相談も可能ですか。

A3. 転職やキャリア形成についても
相談を受け付けています。

進路相談カウンセラー／青年海外協力隊相談役
に、進路・就活の悩みなど、いつでもご相談ください。



こざわゆうじ
小沢祐司さん(青年海外協力隊相談役)

担当地域: 愛知・岐阜・三重・静岡

✉ Kozawa-Yuji@jica.go.jp

●経歴: 名古屋の自動車関連企業で長年海外営業に携わり、国内外の企業との交流で得た人脈を豊富に有する。その後、鹿児島県の企業誘致事業で中小企業の経営者との交流を深め、現在はJICA中部以外でも名古屋外国人センター、日本語教師として外国人留学生との多文化共生活動に注力。2012年より現職。

ここ東海地方は外国人の居住者が多いところですが、特に愛知県は東京に次いで全国第2位の数の外国籍住民が住んでいます。そんな外国人・留学生を受け入れる日本語学校も多く目にします。帰国後は、皆さんの協力隊としての経験と実績で、外国籍住民の生活を理解し、日本での活動を支援するなど、多文化共生活動に力を注いでください。

協力隊事業は途上国に対する単なる技術協力ではなく、相互理解の促進やボランティア経験の社会還元といった側面を有する点に特徴があると思いますが、そのような観点からの取り組みとしては、国際理解教育、地域活性化、在日外国人支援といった活動が求められていると思います。

ふじおかたつ お
藤岡龍生さん(青年海外協力隊相談役)

担当地域: 香川・徳島

✉ jicaskic-cs1@jica.go.jp



私は「香川県青年海外協力隊を育てる会」事務局に在籍中、二本松訓練所を見学しました。厳しい研修を経験して、任地でたくさんの貴重な経験をしてきた隊員は「日本の宝」だと思いました。

帰国後、皆さんが協力隊で得た知識と経験を生かしながら、幸せに働ける場所・キャリアアップできることをアドバイスすることが一番大切だと考えています。

出発前から派遣中・帰国後までトータルサポートいたします。希望する進路がある方も未定の方もお気軽にご相談ください。

●経歴: 金融関係で四国、東京、大阪、神戸地区の営業店勤務経験あり。「香川県青年海外協力隊を育てる会」の事務局を5年勤務。2016年より現職。

クロスロード

令和元年6月号 [第55巻第5号 通巻647号]
発行日 令和元年6月1日

編集・発行:
独立行政法人国際協力機構青年海外協力隊事務局
〒102-8012 東京都千代田区二番町5-25
二番町センタービル

『クロスロード』ウェブ版は
以下のアドレスからアクセスできます。
<https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/pamphlet/crossroad/index.html>



ご意見・ご感想をお聞かせください。 アイデアも大募集!

今号をお読みになり、どのようにお感じになりましたか。ご感想・ご意見をお寄せください。また、今後取り上げてほしい企画や特集のテーマ、ご紹介いただけるアイデアがございましたら、下記のメールアドレスにお送りください。

以下のようなアイデア・
投稿を募集中です

- 派遣国での活動・生活での“失敗”談、お聞かせください。
- 活動や日常でちょっと役立つ、そんな技をお伝えください。もしくはこんな技を紹介してほしいというご要望もお待ちしています。
- P34の下に記載されている「お題」で派遣国での活動・生活のことをつぶやいてみませんか。
- 帰国後の就活・進路の悩みをお寄せください。



一般社団法人協力隊を育てる会『クロスロード』編集室
crossroads@sojocv.or.jp





CROSS YELL!!

—先輩隊員からの置き土産—



当初は「カメラマンではないのに……」 と落ち込んでいました

せきね だいじゅ
文=関根大樹さん

- ▶ペルー
- ▶環境教育
- ▶2017年度1次隊

PROFILE

1989年生まれ、東京都出身。大学卒業後、人材関連のベンチャー企業で新卒採用に関する企画営業や学生向けのキャリア教育に従事。2017年7月、協力隊員としてペルーに赴任。19年7月に帰国予定。

活動概要

イカ州イカ郡イカ市の市役所衛生環境課に配属され、主に以下の活動に従事。

- 環境意識の向上やゴミ問題の解決に向けた学校や地域での啓発活動
- 環境問題に関する啓発と日本文化の紹介を目的とした展示会の開催

私の配属先は市役所の環境課。学校や地域で環境教育を行うことが要請内容でしたが、環境課は人員が少なく、他にも多くの業務を抱えているという状況。学校での環境教育授業は大学生ボランティアに任せっきりで、同僚たちが行うのは稀でした。

そこで、大学生たちとともに授業を行い、彼らにアドバイスしようと試みるも、立ち足はだかるのは語学の壁。結局、当時の私にできることと言えば、彼らの授業を撮影することくらい。「カメラマンをやりに来たのか」と落ち込み、自分に憤りを感じました。追い討ちをかけたのは、学校が長期休みに入ってしまったことです。自由になる時間が増えると、オフィスで座っているだけという日も。「自分は何をやり、わざわざ地球の反対側まで来たのだから……」と悩む日々が続きました。

そこから救ってくれたのは、同じく奮闘している同期隊員たちです。ペルーの他隊員に会うにも距離があった私は、同期たちとよく、ネットの通話アプリを使って連絡を取っていました。真面目なことからくだらないことまで、時には何時間も話を聞いてくれる同期たち。「オンライン中間報告会」と題して、それぞれの活動やその悩みを共有することもありました。彼らと話しているうちに、「自分はなぜ協力隊に応募したのか」「ペルーに来て何をしたかったのか」を振り返り、「初心に立ち返り、あらためて活動を一からやり直そう」と思えるようになりました。

そうして取り組むことにしたのは、「体系的で、連続

性のある環境教育授業」の実現です。それまで任地の学校で行われていたのは、場当たりのなものとなっていたからです。同僚たちは相変わらず多忙で、授業は私ひとりで行うことが大半でしたが、それでも地道に継続。すると、やがて担任の先生が生徒たちに私の授業の振り返りをさせる時間をつくってくれるようになりました。最後の授業では、「もっと一緒に勉強したかった」などと言ってくれる生徒もいました。

私の活動は自己満足なのかもしれません。ですが、私の活動を見て、何か心に残った人がひとりでもいてくれれば、ここに来た意味があると感じています。

＼YELL!!／

「^{おき}熾」となることを信じ、
やりたかったことをやってみる!

せっかくの2年間。配属先との活動が上手いかわからないなら、自分がやりたいことをやる。それがきっと、小さくても消えることのない「熾」を誰かの心に残してくれるはずです。



連続授業を持たせてもらったクラスの生徒と関根さん(前列中央)



今月号の表紙
東ティモール



文・撮影=加納達也さん
(東ティモール・野菜栽培・2016年度3次隊)

写真は、私の配属先である職業訓練機関の職員、ネルソン・フレイトス・ダ・コスタさん(右)とともに、農家に研修を行ったときのものです。左の農家の方が手にしているのは、自身が栽培・収穫したレタス。(公財)ケア・インターナショナル ジャパンが日本NGO 連携無償資金協力で実施する「農村地域の生計向上事業」と連携した取り組みでした。農業が放牧型の畜産に偏ったものから脱却しつつある東ティモール。野菜や果樹の栽培普及が、農家の収入向上や国民の栄養改善につながることを期待しています。