

クロスロード

2024

別冊



JICA海外協力隊員ってどんな人？

Q&Aで不安や疑問を払拭！ JICA海外協力隊ガイド

現地からの要請が多い職種6選

応募から合格までの流れ

募集説明会体験記

協力隊派遣前の「JICA海外協力隊グローバルプログラム（派遣前型）」

青年海外協力隊訓練所に行ってきました！



JICA海外協力隊派遣実績国一覧 (2023年11月末現在)

99カ国で累計56,000人以上の協力隊員が活動しています。

●は現在、隊員が活動中の国 (73カ国) ●は隊員が派遣されていた国



派遣国別 隊員数 (派遣中)

■ 中東地域

国名	一般	シニア
エジプト	28	
チュニジア	17	1
モロッコ	21	1
ヨルダン	28	1

■ アフリカ地域

国名	一般	シニア
ウガンダ	24	3
エチオピア	1	
ガーナ	45	
ガボン	9	1
カメルーン	20	
ケニア	31	
ザンビア	17	1
ジブチ	11	
ジンバブエ	12	
セネガル	26	
タンザニア	9	
ナミビア	13	
ベナン	17	
ボツワナ	26	2
マダガスカル	29	
マラウイ	25	
南アフリカ共和国	8	1
モザンビーク	31	1
ルワンダ	35	

■ 欧州地域

国名	一般	シニア
セルビア	6	

■ 合計

	一般	シニア	日系一般	日系シニア	小計
派遣中 (男性/女性)	1,137 (465/672)	96 (79/17)	49 (19/30)	5 (3/2)	1,287 (566/721)
累計 (男性/女性)	47,245 (24,910/22,335)	6,672 (5,387/1,285)	1,598 (617/981)	553 (256/297)	56,068 (31,170/24,898)

■ アジア地域

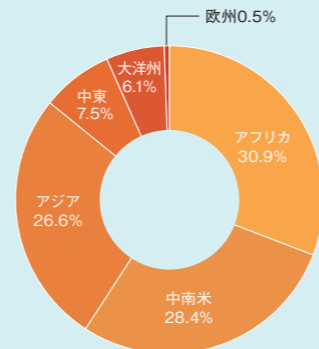
国名	一般	シニア
インド	16	
インドネシア	19	1
ウズベキスタン	15	2
カンボジア	34	
キルギス	24	
ジョージア	6	2
スリランカ	21	
タイ	20	4
タジキスタン		1
ネパール	1	
バングラデシュ	2	
東ティモール	15	
フィリピン	5	
ブータン	25	6
ベトナム	46	
マレーシア	17	7
モルディブ	1	
モンゴル	30	3
ラオス	16	3

■ 大洋州地域

国名	一般	シニア
サモア	1	1
ソロモン	14	
トンガ	3	1
バヌアツ	6	1
バプアニューギニア	5	
パラオ	24	5
フィジー	12	
マーシャル	1	3
ミクロネシア		2

■ 中南米地域

国名	一般	シニア	日系一般	日系シニア
アルゼンチン	4		1	3
ウルグアイ	7			
エクアドル	19	2		
エルサルバドル	18			
キューバ	3			
グアテマラ	26	1		
コスタリカ	16			
コロンビア	12	4		
ジャマイカ	5			
セントルシア	11			
チリ	13	2		
ドミニカ共和国	16		6	
ニカラグア	10	2		
パナマ	4	1		
パラグアイ	22	3	3	
ブラジル			38	2
ペルー	9			
ペルー	35	2		
ボリビア	24	2	1	
ホンジュラス	19			
メキシコ	10	9		

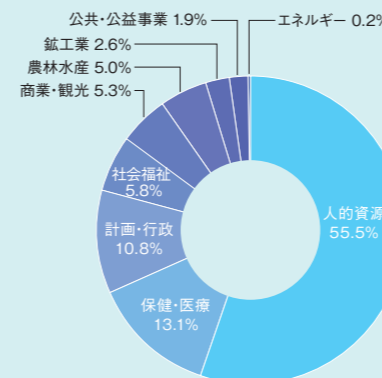


地域別派遣人数の割合

※割合は小数点以下第2位を四捨五入しているため、合計は必ずしも100となりません。

分野別 隊員数 (派遣中)

分野名	一般	シニア	日系一般	日系シニア	合計
計画・行政	132	6	1	0	139
公共・公益事業	15	9	0	0	24
農林水産	53	11	0	0	64
鉱工業	22	12	0	0	34
エネルギー	1	1	0	0	2
商業・観光	46	19	2	1	68
人的資源	642	29	39	4	714
保健・医療	158	6	4	0	168
社会福祉	68	3	3	0	74



分野別派遣人数の割合

クロスロード

Contents

- 02-03 派遣実績国一覧/Contents
- 04-15 JICA海外協力隊員ってどんな人?
▶Case1, 2, 3, 4, 5, 6
- 16-19 Q&Aで不安や疑問を払拭!
JICA海外協力隊ガイド
- 20-21 職種選びの参考に!
現地からの要請が多い職種6選
- 22-23 選考の流れ&選考担当者から皆さんへ
24 JICA海外協力隊に求められる力とは?
選考試験ではここを見る!
- 25 応募までしておきたいことをチェック!
To-Doリスト
- 26 健康審査に関する注意事項
- 27 JICA海外協力隊募集説明会体験記
- 28-29 自信につながる! 協力隊派遣前の
「JICA海外協力隊グローバルプログラム
(派遣前型)」
- 30-33 青年海外協力隊訓練所に行ってきました!
- 34-35 公開! 私の派遣国生活<拡大版>
36 JICA海外協力隊に関するお問い合わせ先



表紙によせて

ザンビア中部、コッパーベルト州のムフリラ教員養成校で、水泳など体育全般の授業に携わりました。写真は1年生の生徒たちと撮った一枚。内陸国なうえ川にはワニがいるので、みんな泳ぐ経験が少なく、初めは腰までの水に浸かるのにも顔を引きつけていました。しかし、何回か指導するとすぐに慣れ、多くの生徒は20メートル幅のプールを泳ぎ切れるまでになりました。竹谷郷一さん(ミクロネシア/体育/2012年度3次隊、ザンビア/体育/2017年度1次隊・神奈川県出身)

【凡例】

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

国際協力さん(ブータン/体育/2023年度1次隊)
氏名 派遣国 職種 隊次

「JICA海外協力隊」には「青年海外協力隊」「海外協力隊」「日系社会青年海外協力隊」「日系社会海外協力隊」「シニア海外協力隊」「日系社会シニア海外協力隊」があります。

『クロスロード』(通常号)は、JICA海外協力隊が活動・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をする際の情報を提供する雑誌で、年に10回発行しています。



<https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/pamphlet/crossroad/index.html>

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

CASE 1 社会科教員として自分が知らない世界について教えることに疑問 協力隊経験を経て自信を持って復職

現職教員特別参加制度で参加した奈良あすかさんの場合 ▶ 小学校教育隊員としてベナンへ
▶ 帰国後：復職し、中学校で外国籍や外国ルーツの生徒の日本語教育にも携わる



①奈良さんが勤務していた日本の中学校から寄付された文房具を手にするベナンの子どもたち ②贈られたクレヨンで絵を描く生徒たち ③奈良さんが日本の勤務校に設置したベナンコーナー。文房具類の寄付、輸送代の募金などに生徒たちが協力してくれた

「社会科で世界について教えるうちに、自分が体験したことがないのに生徒に教えるのはどうなのかという疑問が膨らんできたのです」と話すのは、小学校教育の職種でベナンに派遣された奈良あすかさん。中学校で4年間の臨時教員期間を経て正規採用となって3年がたつ頃だった。

もともと海外の日本人学校で働きたい夢があり、管理職である教頭に相談すると、まずは開発途上国の視察を含むJICAの教師海外研修(※1)への参加を勧められた。

2016年夏、奈良さんは教師海外研修でタイを訪問。中でもバンコクのスラムの生活やそこで暮らす子どもたちのハングリ精神に衝撃を受け、「開発途上国にもっと滞在してみたい」と協力隊への応募を決意。「翌年度に異動するタイミングだったので、同じ学校に籍を置いたまま、現職教員特別参加制度を利用して協力隊に参加したいと相談しました」。

同制度で参加するには、学校長からの推薦や教育委員会の理解が必要となるが、「異動予定を考慮して早めに相談したことで、幸い管理職がJICAや同制度について知っていたことで快く後押ししてもらえました」。自身の経験と、持っていた小学校教諭免許を生かして17年の春募集に応募し、10月末に合格になった。

奈良さんは小学校教師の経験がない分、協力隊参加までに情報収集をし、準備を重ねた。「全国OV教員・教育研究会(※2)に参加して多くの先輩隊員に話を聞き、ベナンの前任隊員とも連絡を取りました」。

18年4月から派遣前訓練に入り、7月に派遣となった。配属先のロコサ視学官事務所は、幼児・初等教育省の地方出先機関で、最大都市コトヌーから約100キロ離れたロコサ市内の小学校118校と幼稚園20園を管轄している。求められた役割は、管轄校を巡回し、図工・体育・音楽といった情

操教育科目や算数の補佐をし、教育の質向上を支援すること。配属先や巡回先校は奈良さんを温かく迎えてくれ、最終的に主に小学校2校で図工の授業を担当することになった。

同国では奈良さんの先輩に当たる小学校教育隊員たちが、現地で調達可能な材料でできる図工授業の方法をまとめた『CHIEBUKURO』という教員用指導書を作成していた。奈良さんもそれを活用し、材料を変えたり、飾りつけに使う切り紙のデザインを増やしたりする応用方法を教員に提案し、一緒に生徒たちに教えた。

ベナンの小学校には日本とは大きく異なる光景があった。家庭の事情なども影響し入学年齢はバラバラで留年も多く、同じ教室で年上の生徒が年下の生徒を手助けしながら一緒に学んでいた。子連れで出勤し、年長の生徒に子どもの面倒を見てもらいながら教える教員の姿もあった。奈良さ

応募者への Message

日本とベナンで違うところと似ているところを体験することで、日本の教育の良いところと改善すべきところを学ぶことができました。現地の人々と交流する中で、アフリカをより身近に感じ、アフリカは貧困であるという自分の中にあった偏見がなくなりました。



奈良あすかさん
ベナン/小学校教育/2018年度1次隊・埼玉県出身
大学で中学校社会科と小学校の教員免許を取得。埼玉県の臨時的任用教員として4年勤めた後、正規採用となって5年間、中学校で社会科を教え、協力隊に参加。帰国後は復職し、中学校で社会科を教えるほか、外国籍や外国ルーツの生徒のために同校が設置している日本語教室にも携わる。2023年夏にはベナンを再訪した。

んは驚いたが、だんだんと人々が助け合う温かさを感じるようになった。

一方、授業では紙やのりなどの材料の調達に悩まされた。不足する材料を奈良さんに頼る教員が多かった。「自分たちで工面するよう『私は紙を持って来るから、あなたはのりを用意してね』と交渉しました」。

そんな奈良さんを応援してくれたのが、埼玉の勤務校の先生や生徒たちだ。文房具や不要になった教材を送ってくれた。休職前、校内の一角に「ベナンコーナー」を設置し、派遣直後から毎週のようにベナン生活の様子を伝える『ベナンだより』を送り続けたことが実を結んだ。「教え子たちが生徒会役員になり、ベナンの子どもたちに贈る作品作りや送料の募金も呼びかけてくれて、嬉しかったですね」。

110号も発行した『ベナンだより』は奈良さんが地域コミュニティに溶け込むのにも役立った。着任当初は言葉がうまく通じず消極的だったが、「ネタ探しに街に出かけて、人々に話しかけることで自分の居場所が少しずつ増えていきました」。街の人は奈良さんが数日顔を見せないと心配して声をかけてくれるようになった。「ベナンを助けるイメージで来ましたが、



図工の授業で作成した折り紙の作品を手にする子どもたち



地域の子どもたちにも大人気の奈良さん

いろいろな人に支えられて活動できているんだと感謝するようになりました」

ベナンの教育現場の多様な在り方を体験し、また、自身がマイノリティとして外国で暮らす感覚を知った奈良さん。復職した中学校に外国籍の生徒が多く、日本語教室にも携わった。生徒にわかりやすく簡単に伝える、複数案を用意するといった配慮をするようになるなどコミュニケーション方法が変わったと話す。そして、「生徒には視野を広く持ち、公正公平な目で調べ、考え、発信してほしいと自信を持って伝えられるようになりました」。

現職教員特別参加制度とは？

公立・国・公立大学附属、私立および学校設置会社が設置する学校の20～45歳の教員が、身分を保持したまま、業務として有給でJICA海外協力隊へ参加できる制度。参加期間は、4月1日から翌年度の3月末日となり、派遣期間と訓練を合わせた2年間。日本での事前学習と派遣前訓練を経て、任地で1年9カ月の協力隊活動を行い、翌々年の3月下旬に帰国、2年後の年度の開始と同時に職務復帰できるスケジュールになっている。

職種ガイド 小学校教育

小学校で現地の先生と共に、「算数、理科、音楽、体育、図工」などの授業を行ったり、授業手法や教材の改善に取り組んだりすることで、児童がよりよい教育を受けられる環境づくりを行う。奈良さんの場合は、ロコサ視学官事務所に配属され、小学校で図工の授業と日本文化紹介を、幼稚園で子どもたちの給食やトイレ指導、先生を対象とした工作教室などを行った。

持って行ってよかったモノ

水性マーカー

太字と細字の両方で書いて、色も豊富な水性マーカーです。現地にあるのは細いボールペンがほとんどで、太字でしっかり書けるマーカーはなかなか売っていません。掲示物を作る時にとても便利でした。

ハサミ

現地のハサミは、見た目は日本のものと同じでも切れ味が良くなって、紙をきれいに切ることができません。日本製は高品質と改めて感じました。

機能性の高い衣類

すぐ乾く生地の上着、小さく畳めるパーカー、薄いダウンジャケットなど機能性の高

い服は便利です。古着が安く買えますし、服は現地の仕屋さんでも作れるため、普通の服は持っていかなくていいと思います。



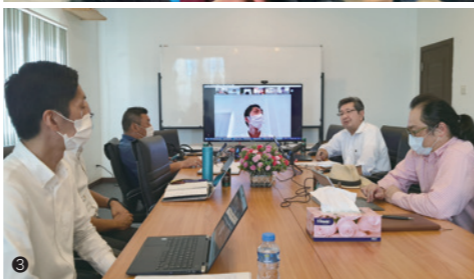
※1 開発途上国が置かれている現状や国際協力の現場、日本との関係に対する理解を深め、帰国後は学校現場での授業実践などを通じて、児童・生徒の教育に役立ててもらうことを目的に、約10日間の開発途上国訪問をはじめ国内外で研修を行うJICAの事業。

※2 全国OV教員・教育研究会…教育関係の職種のOB・OGを中心に構成される会。教育現場で協力隊経験を生かすための活動を行っている。

CASE 2

思い切って仕事を辞めて参加 任地では社会人経験を生かし、生産者を支援 帰国後は国際協力の道を突き進む

30代で派遣された西岡大介さんの場合 ▶ 企業を退職し、協力隊へ参加
▶ 帰国後：大学院留学を前に、JICAの民間連携事業部に勤務



①Lao Handicraft Festivalで。商工省、ラオス国立商工会議所、ドイツ国際協力公社の方々と ②ウドムサイ県で行った金融リテラシーのセミナー ③ラオス日本人商工会議所との意見交換の様子

「いずれは海外業務に関わりたい」という思いで、企業の海外展開を支援する部署のある地元の信用金庫で働いていた西岡大介さんは、30歳を前に、「このままでいいのか。より社会に役立つことをしたい」と感じていた。

そんな時、協力隊に参加した幼なじみから話を聞いた。協力隊といえば、教育や医療に関する活動のイメージが強かったが、それ以外の職種があることも知った。コミュニティ開発の職種なら、自分の専門や経験も生かせると思い、応募を決めた。

当初は、勤務先を休職して参加することを考えた。勤務先にはもともと休職制度があったが、ボランティア活動で長期、休職した例はなく、社内でも議論になったという。結局、休職は認められず、西岡さんは退職の道を選んだ。

「不安よりは楽しみな気持ちのほうが大

きかったです。行ってみたら何とかなると思えました」。母や2人の姉も応援してくれました。高校時代に父を亡くした西岡さんには「人生は一度きり。悔いのないように生きよう」といった気持ちも強かったという。

合格後、2019年12月に会社を退職し、派遣前の訓練を受けていた20年2月、新型コロナウイルス感染症の流行のため、派遣中の協力隊員全員の一時帰国と新規派遣の延期が決まった。

1年余り待った21年8月に着任したのは、ラオスの首都・ビエンチャンにあるラオス国立商工会議所の中小企業支援センター。半年かけて同僚と調査を行った結果、北部のウドムサイ県を重点に活動する方針を決めた。同県を通過して、ビエンチャンと中国雲南省昆明とを結ぶラオス・中国高速鉄道が開通した直後で、地域経済成長の期待が高まっていたからだ。観光客の

増加を見込んで、地元の葛や綿を活用した手工芸品の開発やマーケティングを強化しようと、西岡さんの前にも5人の協力隊員が活動していた。住民や商工業者のやる気も高かった。

しかしここで西岡さんが注目したのは、住民の金融リテラシー、つまりお金に関する知識や判断力を高めることだった。

「商品をいくらで売るか決める時も、経費や利益のことはあまり考えられていませんでした。首都の手工芸品の展示会で販売する時も、輸送コストを考えず、地元と同じ値段にしようとしていました」

金融リテラシーのセミナーを始めることを決めた西岡さんは、日本の民間金融機関が子ども向けに作成した著作権フリーの金融教育教材をラオ語に翻訳した。それを用い、西岡さんが英語で専門知識も踏まえて説明し、それを同僚がラオ語で住民に

応募者への Message

人生は一度きりです。行動を起こさなければ、何も変わらず、悔いが残るかもしれません。一步踏み出すことが大事で、協力隊がその一步になるといいと思います。でも協力隊はあくまで途中の段階。それを踏まえて自分がどうなりたいか考えておくことも大事だと思います。



にしおかだいすけ 西岡大介さん

ラオス/コミュニティ開発/2019年度3次隊・大阪府出身

高校時代から海外に興味を持ち、大学では国際金融のゼミに所属。ベトナムやカンボジアを旅行し、「先進国よりも開発途上国のほうが面白い」と感じた。金融機関に7年間勤務した後、退職して協力隊に参加。帰国後、JICAで民間企業の海外展開支援業務に従事している。

説明することで、理解を深めた。

「無駄遣いをやめるにはどうしたらいいか」といったテーマを決め、グループで話してもらおうと、「iPhoneは高いので、格安のスマートフォンにする」「ノーブランドの安価な衣服を買う」など、話し好きのラオス人の議論は盛り上がったという。

活動以外に西岡さんにはもう一つ、尽力したことがある。県内で発生した洪水被災者の支援だ。

洪水は22年8月、西岡さんがウドムサイ県を重点地域に決めてまもなく発生した。大雨で川の氾濫や土砂崩れが発生し、人の胸の高さまで浸水した。コロナ禍で生活基盤が揺らいでいた中、多くの家畜が流され、育てていた農作物もだめになった。「何とかできないか」と西岡さんは、ラオス派遣中の他の隊員と共に立ち上がった。



2022年にウドムサイ県で豪雨災害が起きた。寄付された古着は他の隊員らと仕分け、赤十字社の方々と配布作業も行った

JICAラオス事務所にも協力してもらい、ラオスで試合をする予定のあったサッカーのU20（20歳以下）日本代表チームに応援メッセージを依頼した。激励のメッセージとユニフォームが届き、試合後の11月にビエンチャンで開催された手工芸イベントのブースで展示し、募金を呼びかけた。

「ユニクロ」を展開する株式会社ファーストリテイリングには、隊員の発案により、店舗で客から回収している使用済みフリースの提供などを頼んだ。「被害地域は冬には気温が一桁になります。絶対に冬服が必要になると考えました」。

年末、88,400着の衣類が届き、延べ11人の隊員で、3郡の子どもや大人の人数に合わせて、仕分け作業を行った。ラオス赤十字社と一緒に被災地を回り、約13,500人の住民へ配布した。

「ラオスの人の優しさに助けられ、人に恵まれました」と西岡さん。特に深く信頼し合うことができたのが、ウドムサイ県商工会議所の中小企業センター長だ。「家に招

いてくれたり、ご飯を食べに誘ってくれたりして、『おまえは俺の息子だ』とまで言ってくれました。言葉も文化も違う人とそういう関係を築くことができたのは、自分の財産です。

退職を決断した時点で、西岡さんは協力隊活動後は、大学院に進んで開発経済学について学び、国際協力の道へ進もうと決めていた。イギリス留学を前に、現在はちょうど任期付きの募集のあったJICAの民間連携事業部に入構し、途上国で社会課題の解決につながるビジネスを展開しようとする企業を支援する仕事に関わっている。

職種ガイド コミュニティ開発

地域住民が望む生活改善や収入向上、地域活性化への寄与などを目的に、住民とともに地域の開発課題解決のために活動する。活動分野は、農業普及、保健医療、水・衛生、地場産業振興、村落開発事業など多岐にわたる。ラオス国立商工会議所の中小企業支援センターに配属された西岡さんは、地域小規模事業者や郡行政機関職員に対して金融教育と地域観光開発分野で、人材強化支援に取り組んだ。

持って行ってよかったモノ

スーツ、ワイシャツ、カーディガン

スーツは既製品で上質のものは手に入らず、仕立てようとする日本と同じくらいの金額になってしまいます。公的機関はスーツが基本ですし、表敬訪問の機会もあります。ラオスは暑い国ですが、クーラーが効いていることも多いので、カーディガンは重宝しました。



CASE 3 社内の休職制度を利用して 入社4年目で現職参加 派遣国での経験が公私両面の糧に

現職参加した日比野ともみさんの場合 ▶ 楽器メーカー勤務 ▶ JICA海外協力隊に参加
▶ 帰国後：復職から約10年を経て、隊員経験を生かして活躍中



①配属先の先生や生徒たち。音楽教育に反対する親もいた一方、子どもたちからは授業に出たいと泣かれることもあった
②難民キャンプ内の学校で活動していた時期には、CPの家族の自宅にホームステイしていた

大学時代のドイツへの留学経験などを経て「日本の良い製品を海外に広めたい！」と2008年にヤマハ株式会社に入社した日比野さん。グローバル企業とはいえ、経験の浅い若手では海外に出る機会がなかった中、協力隊応募を考えたのが入社3年目の頃だった。

「当時、20代のうちに海外の人々と一緒に働く経験をし、社会人として成長したいという思いが強くなりました。そこで社内制度の隅々まで目を通したところ、海外協力隊休職制度を利用すれば籍を残したまま協力隊に参加できることがわかりました。親戚にJICA関係者がいたりして、海外ボランティアという選択肢が意識の中で身近だったことも決め手だったと思います」

部署の先輩に相談しつつ、同制度で協力隊に参加した社員の情報を集めたところ、復職後は海外に強い人材として活躍しているとわかった。「帰国後に社内での居場

所がなくなることはなさそう」と感じて応募を決めた日比野さん。休職申請では上司も念入りにJICAへの推薦状を書いてくれ、11年にめでたく協力隊に合格した。

「合格が決まった時、社内で新規プロジェクトを立ち上げる業務に携わっていたので、それを完了させてからと必死で働いたことを覚えています。所属部署は年配の方が多くて、『若者が海外で頑張るらしい、行ってこい』といった雰囲気でした」

日比野さんの派遣前訓練は二本松青年海外協力隊訓練所で12年4月から始まりました。直前まで仕事に励んでいただけに、アラビア語学習の本格開始は入所してからとなったが、「大学で留学を経験した際の肌感覚として1年間住めばしゃべれるようになる」と思っており、不安はありませんでした。

訓練を経て同年6月から赴任したヨルダ

ンでは、国連パレスチナ難民救済事業機関（UNRWA）が運営する難民キャンプの女子小・中学校に配属された日比野さん。カウンターパート（以下、CP）である音楽の先生の授業は音符の書き写しや音楽史の勉強などの板書型が中心だった。日比野さんは手作り楽器などで、音楽を体感して学ぶアイデアを提案したり、リコーダー部を立ち上げて奏法を教えたりもした。

イスラム圏では音楽がハラーム（禁忌）とされることから、時には子どもたちの親からの反対にも直面したが、現地の宗教専門家から音楽禁止の背景を学んだりもして、現地の文化で受け入れられる範囲を探りつつ取り組んだ。

「成績重視のヨルダンの学校では学力の低い子は冷遇されがちですが、音楽の授業では成績に関係なく全員に目をかけていたので、みんな生き生きとして参加してくれたのが印象に残っています」

応募者への Message

派遣を通じて異文化理解が深まったのはもちろん、キャリアや人生観を見直す時間を得られました。特に現職の方は、復職後に社内で自分のキャリアをどう積んでいきたいか活動期間中に考え続けるといいます。
私の場合、一度外に出ていろいろな人の働き方を目にする中で、自社の良さを再認識できたのもよかったです。



日比野ともみさん

ヨルダン／音楽／2012年度1次隊・東京都出身

幼い頃から音楽を学び、2008年に新卒でヤマハ株式会社に入社。入社4年目の12年6月、社内の休職制度で協力隊員としてヨルダンに赴任。約2年間の活動を経て復職し、プロオーディオ部門などを経て22年からは新興国で楽器演奏人口の拡大を推進するプロジェクトに就き、エジプトなどを担当している。23年の「第1回JICA海外協力隊 帰国隊員社会還元表彰」で現職参加発展賞に選ばれた。



ベトナムでのスクールプロジェクトの研修の様子。人材育成の一環として、現地講師への指導などを行っている

音楽教育の経験はなかった日比野さんだが、教員資格のある音楽隊員に相談して知見を得よう努めた。逆に、企業で培った資料作成やプレゼンの能力は他の音楽隊員にはないスキルで、国連職員への報告などで役立つ場面があったという。

さらに活動外には、復職後の業務に役立つのではと現地の大学院に通ってMBAを取得するなど、約2年間をフル稼働して過ごした。「同世代が日本でバリバリ働いている中、漫然と任地での日々を送っているのは取り残されるとの意識もあって、とにかく時間を無駄にしないように考えていました」。

14年7月、日比野さんは活動を終えて復職。海外に強い人材として、海外売上げが大半を占めるプロ向け機器の部門に配属された。「派遣前とは異なる部署ということもあって一からスタートする感覚で、転職したような気分でした。製品の顧客調査を担当したので、MBAの知見も早速役立ちました」。

その後、マーケティング部門を経て、現在は新興国の公教育において楽器を使った音楽教育を普及・推進する「スクールプロジェクト」という事業に携わっている。担当するエジプトなどにもしばしば出張して業務に当たっており、「音楽がタブーとされる社会で音楽教育に従事した経験が直接生きている」という。現地の一般教員は英語がわからないのが普通で、アラビア語能力も役立つ場面が多い。

「留学したドイツでキリスト教圏につき、イスラム教圏や途上国での暮らしも経験したことで、宗教感覚や現地事情を想

像しながら仕事できています。さらにMBAでマーケティング感覚も身につけたことで、独特のキャリアを形成できたと感じています」

協力隊経験を経て、人生観も変わったという日比野さん。家族を最優先に考える現地の人々や、仕事第一で働く企業の駐在員たちそれぞれの姿を、客観的に見比べられたのがよかったと振り返る。

「派遣前に結婚していたのですが、当時はすぐキャリア中心志向でした。それが、ヨルダンでホームステイ先の家族の姿に触れる中で、帰国したら『まずは子どもをもうけてから海外キャリアなどを目指そ

う』『家族をもっと大事にしよう』と思うようになりましたね。そうした意味でも学びが多い2年間で、今の人生にとっての影響は本当に大きかったと思います」

職種ガイド

音楽

人的資源分野の職種の一つで、教育機関での直接指導や授業改善への助言、教育系省庁でのシラバス・教材提案、地域コミュニティでの文化活動の支援など要請によりさまざまな活動形態がある。日比野さんの場合、難民キャンプ内の学校で教員の技術向上や子どもたちの音楽会の実施に取り組んだほか、任期後半には首都の国立音楽学校でトロンボーン講師などとしても活動した。

持って行ってよかったモノ

スマートフォンとBluetoothスピーカー

スマホは現地のSIMが使えず、SDカードに保存した音楽を再生していたのですが、授業ですぐ曲をかけられて便利でした。今は小型・低価格でも大音量な充電式スピーカーが多く、10年前とは比較できないほど選択肢が増えたと思います。



CASE 4 鍼灸指圧師として盲学校で教えた後 第二の人生を妻と二人三脚で挑戦中 障害当事者として、視覚障害者へ指圧指導

定年退職後、手に職を武器に協力隊に応募した綱川 章さんの場合

▶ シニア海外ボランティアとしてニカラグアに2回派遣 ▶ 現在：海外協力隊としてセントルシアに派遣中



①1期生の卒業式の様子 ②指圧指導をする綱川さん ③指圧の認知度を上げるため、卒業生と指圧のデモンストレーションを行うことも

盲学校で鍼灸マッサージや点字などを長く教えてきた全盲の綱川 章さんは定年後、協力隊に参加し、ニカラグアで計4年間、指圧やあん摩を指導した。2022年8月からはセントルシアで指圧を教えている。「障害があるからできないということはなく、障害者が指導することで、現地の人に希望を感じてもらうこともできる」と話す。

綱川さんは「定年退職したらイギリスに留学して英語を勉強したい」と考えていたが、留学を受け入れてくれる先がなかなか見つからなかった。そんなある日、妻の幸子さんが電車で協力隊の広告を見つけた。取り寄せた募集要項には、シニア海外ボランティア（※以下、SV）として、ニカラグアの大学で鍼灸や指圧などの講師をする要請が載っていた。

東洋医学も、学生を長く指導してきた経験も応募条件に合っている。「行けと言われていた」と感じた幸子さんは、綱川さんに応募を勧めた。気になったのは、全盲でも応募できるのかどうかだったが、「対象外とは書いていないし、JICAの判断に任せよう、と応募しました。面接試験では、目の障害のことは聞かれませんでした」（綱川さん）。

当時の制度では、SVは妻や夫の帯同が許されていたため、幸子さんもニカラグアに同行することはできたが、綱川さんの介助者として幸子さんも派遣前訓練から一緒に行った。「駒ヶ根訓練所には障害者用の居室もありますが、『全盲者の受け入れが初めてなので、必要なことを教えてほしい』と連絡を頂き、事前に見学に行けたので、あらかじめ訓練所生活が

イメージできてよかったです」

訓練が一番苦労したのはスペイン語だったという。あらかじめ教材を受け取り、点訳された資料を持参して授業を受けるようにした。しかし、板書されたすべての単語のスペルを確認するのは気が引けて、推測しながら点字で記録していくうちに、遅れを取った。宿題は点訳した上で取り組むため、時間がかかり、休日を勉強に充てたという。

10年にニカラグアへ派遣され、日本ニカラグア東洋医学大学での鍼灸マッサージ教育と、大学が社会福祉貢献に設けた視覚障害者対象の指圧講座の指導をした。それは江戸時代から続く指導法で、まさに「手から手へ」伝えるものだった。模範となる技術を学生自身の体に伝え、学生同士で練習してもらい、最後は指導

応募者への Message

面接の際、自分が何をしたいか、何ができるか、障害の状況などを説明すれば、障害の有無は関係なく、きっと活躍の場が見つかります。JICA ボランティア事業に関わる人は、前向きに考えてくれる人が多く、頭ごなしに断られることはありません。

夫の盲学校勤務時代、私はオーストラリアで半年間ボランティアをさせてもらいました。今度は夫の夢をかなえたいと応募を勧めました。



介助者として同行中の妻・幸子さん

つなかわ あきら 綱川 章さん

SV/ニカラグア/鍼灸マッサージ師/2010年度1次隊、2013年度2次隊、セントルシア/鍼灸マッサージ師/2022年度7次隊・東京都出身

映像関連機器の設計をしていた25歳の時、難病、パーチェット病を発症。徐々に視力が失われ、30歳の時に失明し、仕事ができなくなりました。盲学校で鍼灸マッサージや東洋医学を習得。盲学校の教員となり、60歳で定年を迎えるまで、点字やコンピュータ、鍼灸マッサージを教えた。

する綱川さんが学生の手技を受けて、改善のためのアドバイスをします。この方法でニカラグアの学生にも指圧の技術が伝わった。帰国から1年余りに再びSVとしてニカラグアへ。あん摩実技のカリキュラムを改編し、指導者を養成した。指導を受けた学生の1人は治療院を開業する時、綱川さんの名前を冠して「アキラ治療院」と命名した。

一方、セントルシアでは数年後に視覚障害者協会で指圧講座を立ち上げる話が進められていた。この活動に関わった元隊員から講師の要請について聞いたことが、セントルシア派遣の応募の決め手になった。現在、家族の帯同は不可なため、青年海外協力隊事務局と個別相談の結果、幸子さんの介助者としての同行が許可された。

セントルシアでの指圧の認知は、ニカラグアと比べてもかなり低い。23年7月、セントルシア初の指圧師3人に修了証書が渡されたが、開業しない限り、指圧師として就職するところがない。そこで同協会と綱川さんたちは、協会の施設を活用して指圧のクリニックを開業している。

患者が払う料金を同協会と指圧師が分配する。患者が少ない時間帯には、頭痛・腰痛・肩凝りなど症状別の応用講座「アドバンスコース」を開設した。公園やスーパーで指圧のデモンストレーションを行い、チラシを配って、指圧の普及に努めた。来院者は少しずつ増え、継続して通院する人も出てきたという。「収入も徐々に増え、修了者の励みになっています」（幸子さん）。

幸子さんのサポートは、異文化の中で活動を続ける綱川さんの大きな支えになっている。「活動中はもちろん、移動や家事、資料の作成まで、多岐にわたり協力してくれています」と綱川さん。最初の派遣の前は、「目が見えない人が来た」と非難されないか不安だったが、現在の心境を尋ねると、「『目が見えない先生が来てくれた』と驚き、歓迎されました。障害者が行くことに意味がある、行ってみたいわかりました」と断言する。専門的な技術を持ち、自立している障害者の姿は、派

遣国の障害のある人々に、「自分もこの先生のようにになれるのかも」という希望を与えることができる。

2回目にニカラグアに派遣された際、綱川さんたちは指圧講座履修者の就業状況を調べた。1日2ドル以下で生活する人が半数以上という国で、履修者は月に100ドル前後の収入を上げていたようだ。

※障害のある方の派遣時、JICAは個別に相談を行い、合理的配慮の提供を行っています。そのため、対応はその方の障害や派遣国、配属先の状況などにより異なります。

綱川さんの記事は、クロスロード2023年4月号P4でもご覧いただけます。
https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/pamphlet/crossroad/202304/pdf/crossroads_2023_04.pdf



セントルシアはクルーズ船寄港地としても有名。公園の庭師で友人のベントンさんと

職種ガイド 鍼灸マッサージ師

視覚障害者の経済的な自立や社会参加を目的とし、学校や障害者団体が運営する要請コースなどで、指圧やあん摩、マッサージなどの技術を教える。実務経験や指導経験が求められることが多い。綱川さんの場合は、現在、セントルシア視覚障害者協会の指圧講座で、視覚障害者に向け技術指導を行っている。

持って行ってよかったモノ

包丁、まな板

切れ味が日本のもののほうがよいです。まな板もプラスチック製なので、木のまな板は重宝します。

梅干し、みそ、のり、緑茶

みそ汁や梅干し、のりなどは疲れている時に食べると安心します。緑茶は派遣国の方々からも喜ばれました。

点字タイプライターと点字用紙

配属先にはありますが、自宅ですぐ使

いたいので。点字を打った紙があればデータが消えませんし、気になった部分をすぐに見直すこともできます。



CASE 5 栄養士としての長年のキャリアを生かして途上国に貢献したいと パラオで学校給食の改善と食育に取り組んだ

定年退職後に参加した細川敦子さんの場合 ▶ シニア海外協力隊員としてパラオへ
▶ 帰国後：仕事に復帰すると共に配属先の人たちとも関わり続ける



① 巡回先の小学校で子どもたちの給食の様子を調査する細川さん ② パラオの小学校の調理員の方々

「栄養士のキャリアを生かし、定年後に協力隊に参加し、その国の食文化を学び、深めたい」と、シニア案件のシニア海外協力隊に参加した細川敦子さん。

細川さんは東京都の栄養士として、病院、保健所、学校と、その時の配属先で栄養業務にあたった。50代で栄養教諭免許を取得してからは、小学校において給食管理と共に食に関する指導に努めた。

「仕事は忙しく責任もあり定年までは辞められないけれど、その後は経験を生かして途上国の役に立ちたいと50代になって応募を考え始め、募集説明会にも行き、活動内容や応募に必要な条件を知りました」

職種による違いはあるものの協力隊に参加するためには語学力は最低でも英検3級、TOEIC330点以上などが必要と知った細川さん。週に1度、仕事帰りに英会話の個人レッスンに通い始めた。

しかし、定年を迎えた後も細川さんは協力隊参加に踏み切れずにいた。郷里の高齢の母親が気がかりだったため。数年後、母親が天寿を全うしたことで、「やりたいことをやったら」と後押しされた気がし、応募することにした。1度目は不合格となったが、2度目は語学のみならず健康管理も万全にして取り組み、合格した。

派遣前訓練を終え、細川さんが配属されたのはパラオ教育・総務局のフードサービスプログラム（以下、FSP）。国内の公立小学校・高等学校、全18校に給食を提供する部署だが、スタッフはわずか4名。全体を管理するマネージャー1名、食材などの発注・管理をするスタッフ1名、そして各学校に食材などを配達する2名のスタッフがいます。日本のように栄養士や調理師を養成する学校がなく、細川さんのカウンターパート（以下、CP）であるマネー

ジャーも栄養学の知識は少なかった。パラオでは偏った食生活や運動不足など、不健康な生活習慣を起因とする疾病が大きな問題となっていて、国を挙げてその対策を重視。小児肥満も増加傾向にあるため、2015年から、ほぼ毎日、給食に野菜を取り入れるようになった。

細川さんへの要請内容は、大きく3つあった。栄養バランスの取れた給食に改善するため、CPをサポートすることと献立案の作成。全校を巡回して調理員への指導と研修会の実施。それと児童・生徒への食に関する指導だった。

学校を巡回して細川さんが驚いたのは給食で野菜の食べ残しが多いことだった。「野菜を家庭できちんと食べる習慣が少なく、野菜の名前も知らない。どの葉物野菜を見せても『ナツパ』(※)と言うのです」そこで、子どもたちに野菜に興味を持っ

応募者への Message

協力隊に参加したいと思い、その時に行ける環境であつたら、悩んでいないで、挑戦してほしい。いくらでもやることはあります。そして、私の場合は語学力不足をカウンターパートが助けてくれましたが、語学の勉強は根気よく続けたほうが良いと思います。



ほそかわあつこ 細川敦子さん

SV/パラオ/栄養士/2018年度2次隊、2021年度9次隊・富山県出身
大学卒業後、専門学校に入り栄養士の資格を取得。東京都職員として病院・保健所・学校に勤務。栄養教諭免許取得後は食育にも携わる。定年退職後も非常勤栄養教諭をしながらシニア海外協力隊に挑戦、64歳でパラオへ。コロナ禍により帰国し、1年8カ月の待機を経て、パラオに再赴任した。



小学校で食育の授業を行う細川さん



現地の調理員にワークショップを行う細川さん

てもらうため、2校で月1回、食に関する指導に取り組んだ。当初はCPから「各学校で1回やれば十分」と言われ、継続して指導することの重要性を伝えるのに苦労した。

調理員への調理技術や衛生管理の指導などでもCPと意見がぶつかった。細川さんが「パラオの給食室でもこれぐらいならできるのでは」と提案すると、「ここは日本じゃない」と言われてしまう。「振り返ると、シニア案件なのだから経験を生かさなければ、と肩に力が入り過ぎていたことと、語学やコミュニケーションの力が不足し、上からものを言っているように受け取られていたのだと思います」。

そんな中、細川さんはコロナ禍によって一時帰国。1年8カ月の待機中は、「CPと良い関係を築けなければ活動は進まない。『まずはパラオの慣習や相手を褒める、その後にやんわりと改善方法を提案する』というパラオ研究歴の長い大学の先生からのアドバイスをもとに、次はこうしようとイメージして再派遣を待ちました」。

パラオへの再赴任では、学校給食で朝食も提供されるようになり、意欲ある調理員が採用されるなどの変化があった。CPは

細川さんが行っていた食育の継続の重要性を認識してくれて、細川さんは小学校で朝食の大切さを伝える指導や、校長が食育に熱心な小学校で各学年に1コマずつの授業を行うことができた。

また、パラオの給食の記録集作りにも取り組み、小学校と高校を訪ねて、毎日の献立の写真を取り、説明を記載した。今後の献立を考える上での資料として始めたものだが、CPがパラオの給食について国内外に紹介する際にも役立った。

「最後にはCPから『アツコの活動は素晴

らしいよ』と評価してもらうことができ、達成感を味わうことができました」

現在、臨時的任用職員として都内の小学校に勤務する細川さん。近くパラオの給食や食文化を児童に紹介する予定でいる。

シニア案件とは？

一定以上の経験・技能などが求められる案件（実務経験を15年程度以上求めるものなど）で、日本国籍を持つ20～69歳までの方が対象。長期派遣は1～2年で、「シニア海外協力隊」と、「日系社会シニア海外協力隊」がある。

職種ガイド

栄養士

専門的な知識と技術で、対象者の栄養指導や栄養管理、食育などを行う。地域住民への栄養教育プログラムの開発、疾病治療における栄養管理・指導、低栄養児とその母親などへの栄養教育、地域の糖尿病患者対象の栄養管理・教育まで幅広い。細川さんはパラオの全公立校の給食を担当する教育省に配属され、献立改善や材料の選定、学校を巡回して調理員への指導、児童・生徒への食育などを行った。

持って行ってよかったモノ

ふりかけ

パラオは日本の食品がかなり手に入る国ですが、値段は日本の倍はします。ふりかけは梅やおかかなどごく普通のものですが、食欲のない時に助かりました。

天然のだし

化学調味料の入った顆粒のものは使いたくなかったので、かつお節や昆布などの天然材料のだしパックを持っていき、なくなったら友人から送ってもらいました。

栄養計算ソフト

日本で買って自分のPCにインストールして持って行きました。食材の重量を入力すれば日本

の食品基準、栄養価を算出してくれます。それを英語に訳して利用していました。日々の給食を記録するのにとても役立ちました。



※1914年～45年、パラオが日本の統治下にあった影響で日本語由来の言葉がたくさん残っている。ナツパは日本の「菜っ葉」と同意。

CASE 6 資格や経験がないながらも新卒参加 活動分野の勉強を重ね 周囲の人にも支えられてやり切った2年間

新卒で参加した林 貫太郎さんの場合 ▶ 国際協力を志し、未経験ながら環境教育隊員に
▶ 帰国後：現地での経験を糧に国際協力機関での仕事をを目指す



① 気候変動と自然災害についてのワークショップでプレゼンする林さん ② 配属先の同僚たちとイベント準備のためゴミ拾いをする (写真提供=JICAチュニジア事務所)

林 貫太郎さんは、大学で人間の安全保障の分野を中心に国際関係を学ぶ中で、国際協力に関わりたいとの思いを持った。「担当講師がパラオでの国際協力に関わりのある人で、海面上昇や自然災害の問題、海の自然環境の保全などのテーマについて、解決策をグループで話し合ったりするうち、自分にもできることがあるのではと思うようになりました」。

ただ、自らにはまだ経験や資格が欠けているとも感じていた林さん。「NGOや開発コンサル系の企業も検討したのですが、やはり自分の状況に一番合っているのは、語学や資金面、活動面のサポートが充実した協力隊だと考えました」。

そうして協力隊への挑戦を始めたが、大学4年生の時の春募集では合格に至らなかった。並行して進めていた就職活動では一般企業の内定を得たが、「企業に入れ

ば、仕事でいっぱいになってしまいう。あくまでも国際協力の道を目指したい」と、秋募集に再度応募。その際、職種にこだわらず、「市民団体に働く経験が将来役に立つのではないかと考えて、チュニジアのNGOで働く環境教育の要請を選んだところ、卒業直前の2020年1月、合格通知を受け取った。

ところが、世界的な新型コロナウイルス感染症の感染拡大で林さんの派遣前訓練は延期になった。語学や環境教育に関する勉強を続け、派遣再開を待ったが、「『さっさと行ける』と思いつつも、やはり就職すべきかと葛藤を抱える時期でした」。

派遣前訓練は合格通知から約1年半後の2021年夏から駒ヶ根青年海外協力隊訓練所で行われることになった。訓練所での訓練は、45日間と短く制約も多いコロナ禍の中の体制だったが、それでも「語学を

重点的に勉強しながら、他の候補生との交流もできて、いい時間を過ごせました」。

満を持して赴任したチュニジアでは、環境問題などに取り組む現地NGOのコルバ自然環境保全協会に配属された。林さんへの要請は、既存プロジェクトの管理と新たなプロジェクトの企画を支援すること。ただ、約30年の歴史がある同協会は、欧州各国から助成金を得て自発的にプロジェクトを管理・運営しており、「自分が必要なくらいプロフェッショナルな取り組みをしている」というのが第一印象だった。

カウンターパート（以下、CP）からは「意見や提案があれば何でも言ってほしい。興味がある活動に自由に参加して」と言われたが、もともと環境分野が専門ではないということもあり、最初から提案するのは難しかった。スタッフは各自の担当プロジェクトで忙しく、全体で企画を考える

応募者への Message

新卒での参加だからといって不安を感じ過ぎなくてもいいと思います。専門的な経験がなくても、日本の基本的な知識・技術を伝えたり、現地へ行ってから調べて身につけた情報を生かすこともできました。いろいろな人と出会うことで、人脈や自身の価値観の幅を広げられるという意味でも、協力隊への参加はおすすめです。



はやし かん たらう
林 貫太郎さん

チュニジア/環境教育/2021年度2次隊・大阪府出身

中学生の頃から海外への興味を持ち、高校・大学では特に国際関係分野を重点的に学ぶ。大学時代の「国際協力論」の授業やオーストラリア現地調査、タイ留学を通じ、「GDPや貧困指数ではなく、各国の特色に価値を見だしながら発展を図ることに携わりたい」との思いから国際協力の道を意識した。協力隊への応募・合格後、コロナ禍での約1年半の待機を経て赴任。2023年10月に任期を満了して帰国した。

ような会議もなかった。

林さんは「教えることよりも勉強すべきことが多い」と感じ、環境問題について自ら情報を集めて学ぶと同時に、「日本から来た自分にしかできないことをやろう」と考えた。そんな折、現地にある別の援助機関で働くチュニジア人の友人から提案されて着目したのが、気候変動に関する取り組みを、日本に多くの知見がある災害対策と絡めて実施することだった。チュニジアでも近年は自然災害が増えているものの、人々の間に気候変動との関係への意識が薄いと感じたことも背景にあった。

友人と共に企画を練りつつ、配属先でも普段の会話の中でアイデアを口にすると、「忙しいCPやスタッフも、どうしたらプロジェクトの中に盛り込めるだろう、と考えてくれました」。企画への協賛者を探した結果、災害対策を含む気候変動への適応に関する地域の取り組みを、映像・音声配信サービス「Podcast」を通じて推進するプロジェクト「Green-Ness (Nessはアラビア語のチュニジア方言で『人々』の意)」が、南アフリカ共和国のNGOによる助成で実現できる運びとなり、林さんの帰国後に正式スタートした。

経験や専門性が足りない中でも、勉強しながらいろいろな提案し、徐々に日本の事例などを教えてほしいと言われるようになったと振り返る林さん。自分にできることを見だして活動した2年間だった。「新卒での参加で、配属先の人たちの役に立てるのか不安を抱えていましたが、みんな私を温かく見守ってくれて、ラマダンの期間に自宅で伝統料理を振る舞ってくれ



6月5日の世界環境デーに首都チュニスで行われた展示会にて。JICAブースで自身の活動やJICA事業についての説明を行った

たり、私が病気の時には病院まで連れて行ってくれたり、単なる同僚ではなく家族のように接してくれました。20代での協力隊参加は、現地の人にかわいがってもらえるという意味でもよかったです」

23年10月の帰国後は、国際協力に関する機関での仕事を探している林さん。「協力隊に参加して、国際機関やJICA、日本大使館の人が現地ですべての活動をしているかを知ることができまして、いろいろな人と出会って価値観の幅も広がったと思います。隊員は金銭面も含めてさまざまなサポートも得られるので、

国際協力の分野に進みたいと考える人は、新卒でも協力隊に参加するというのは選択肢の一つだと思います」

職種ガイド 環境教育

行政機関、自然公園などに配属され、教材・プログラム開発、イベントの企画、指導者層への助言、廃棄物処理の現状調査やゴミ処理・収集ルート分析・モニタリング、エコツーリズムの提案など、多様な活動を行う。林さんは地域開発や環境保全に取り組むNGOに配属され、ESD（持続可能な開発のための教育）の考え方を取り入れたワークショップや、気候変動対策と防災を絡めた広報活動などに注力した。

持って行ってよかったモノ

みそとだし

異国の地で活動している中では、体が弱ることもあり。それで「温かいものが欲しいなあ」と思った時、みそとだしがあれば、すぐにみそ汁が作れます。特に顆粒タイプのだしは重宝します。学生時代、居酒屋でアルバイトをした経験があるので、煮物や親子丼も自分で作って食べていました。



Q&Aで不安や疑問を払拭！ JICA海外協力隊ガイド

JICA海外協力隊に応募するにあたっての疑問や不安、心配事に、協力隊OB・OGでもある青年海外協力隊事務局の豊澤彩乃さん(ウガンダ/体育/2016年度3次隊)と、マダガスカルでの企画調査員(ボランティア事業)経験もある、榊原克利さん(カメルーン/コミュニティ開発/2018年度3次隊)がお答えします。



Q そもそもJICA海外協力隊は何をする人たちですか？

A JICA海外協力隊は、「青年海外協力隊」「海外協力隊」「日系社会青年海外協力隊」「日系社会海外協力隊」「シニア海外協力隊」「日系社会シニア海外協力隊」の総称であり、開発途上国で現地の人々と共に生活し、同じ目線で課題解決に貢献する活動を行っています。独立行政法人国際協力機構(JICA)が派遣国からの要請内容に基づいて、それに合った技術や経験を持つ人を選考し、派遣しています。JICA海外協力隊は、青年海外協力隊事業として1965年に発足し、2023年12月現在までの派遣実績国の累計は99カ国です。

▶派遣実績国はP2へ



昨年1月、99カ国目の派遣国として、ジョージアへのJICA海外協力隊派遣が始まりました。派遣国の人々と共に活動することで視野が広がり、帰国後の生き方が変わる隊員もいます。

Q 語学が上達するかの心配です

A 訓練前には、自宅で受けていただく「語学事前学習」があり、語学教材(eラーニング)などを用意しています。また、二本松・駒ヶ根の両訓練所で行われる派遣前訓練の「語学授業」では、語学講師が現地で活動と生活をスムーズに始めるために必要な語学力を身につけるための授業を実施します。派遣国に赴任してから配属先に着任するまでの間にも、数週間～約1カ月にわたって「現地語学訓練」があります。より実践的な力を養う目的で、派遣前訓練で学んだ言語や現地語を学びます。

▶「語学授業」の詳細はP33へ

語学授業は訓練期間の約6割の時間を充て、実践的な学習をします。私は応募時の語学力目安ギリギリの点数で、文法が苦手でしたが、訓練所の語学授業でグンと伸びました！



Q 途上国で体を壊さないか、安全面も心配です

A 健康、安全、生活面のサポートもあります。派遣前には赴任にあたって必要な健康診断や、予防接種を案内・実施しています。予防接種は自己手配で接種いただくものと、訓練所で接種いただくものがあります(詳細は合格後にご案内します)。また、派遣前訓練中に、現地での活動と生活に必要な健康と安全の管理に関する意識を養うための講座を実施しています。

派遣中は、看護師免許取得者である「在外健康管理員」



体調を崩した時、病院に行ったほうがいいのか相談したりと、健康管理員さんにお世話になりました。何かあった時に日本語で相談できる専門家がいて安心です。

が健康に関する相談、病気や医療に関する情報の提供、疾病発生時の対応などを、現地の医療機関や医師と連携しながら行ってくださる国も多くあります。

加えて各国にあるJICAの在外拠点では、「安全対策の情報提供」を行っています。現地の治安状況、犯罪防止や交通安全対策に資する情報を提供するほか、通信連絡手段の確保、必要に応じて住居の防犯対策強化なども実施しています。

▶クロスロード2022年8月号 特集「JICA健康管理室が監修 派遣国の病気・ケガ対策」もご覧ください
<https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/pamphlet/crossroad/202208/index.html>



▶クロスロード2022年11月号 特集「年末年始は特に注意を！セルフディフェンスの見直しと徹底」もご覧ください
<https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/pamphlet/crossroad/202211/index.html>



Q 職種の専門性があまりないので、派遣国で役に立てるのか心配です

A 派遣前訓練に入る前に「1. 講座事前学習」や「2. 課題別派遣前プログラム」があり、派遣前訓練中も「3. 各種講座」で知識や経験を増やしたり、同じ職種の隊員と情報交換したりす

1. 講座事前学習

JICA海外協力隊員として活動を行うために必要な一般知識をオンラインで学べるよう、教材を用意しています。

2. 課題別派遣前プログラム

派遣前訓練の前に、LMS (Learning Management System) を通じ、課題別オンデマンド動画教材を配信しています。派遣前訓練の後には、対象となる方に対し、オンライン型あるいは対面での集合型の課題別派遣前訓練を実施しています。これらを通じ、協力活動分野において必要とされる、実務的な技術・技能および教授法などの向上、習得を図ります。

3. 各種講座

JICA海外協力隊の基礎、活動管理手法など、現地での活動と生活に必要なさまざまな講座を実施しています。

ることができます。派遣中は技術顧問・技術専門委員への「4. 活動支援依頼」のほか、現役のJICA海外協力隊員に向けた実践ガイド「5. クロスロード」で情報を得ることもできます。

4. 活動支援依頼

JICA青年海外協力隊事務局は、隊員の分野・職種別に技術顧問や技術専門委員を配置しています。派遣中の隊員が活動上の技術的なアドバイスなどを希望する場合には、技術顧問や技術専門委員に支援を依頼することができます。

5. クロスロード

派遣中の隊員に向け、現地での活動と生活の参考となる実践的な情報などをまとめた「クロスロード」を毎月発行しています。JICA海外協力隊のウェブサイトから閲覧やダウンロードができます。また、楽天Koboの電子書籍版もあります。

<https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/pamphlet/crossroad/index.html>



「クロスロード」をPCで読みたい方はJICA海外協力隊ウェブサイト、スマートフォンやタブレットで読みたい方は楽天Koboの電子書籍がおすすめです。どちらもまずは上記ウェブサイト(QRコード)をチェックしてください。

自分に合う職種を見つける2つのポイント

1 自己分析・自分自身の棚卸しをする

これまで経験したことや関心のあることなどを振り返り、整理してみましょう。

例えば…

- 学校で学んだことは？
- 仕事やアルバイトで経験したことは？
- 興味・関心があることは？
- 持っている免許や資格は？
- 打ち込んだ競技や特技は？
- 指導経験は？
- ボランティア経験は？
- JICAに関心を持ったきっかけは？

2 やりたいこと/やれることで探す

「やりたい」気持ちだけでなく、これまで培ってきた経験や技術の裏づけがあって初めてやれることがわかります。両面から探していきましょう。



▶職種選びについては、P20-21も参考にしてください



Q お金のサポートはありますか？

A 訓練所までの往復交通費、派遣国の赴任・帰任にかかる旅費はJICAが負担します。現地での住居は派遣国の政府またはJICAが用意します。国や地域によっては住居に警備員が配置される場合もあります。業務連絡用に携帯電話（SIM）などが貸与されます。「国内手当（※）」や「現地生活費」（派遣国での生活費で、JICAが、派遣国の住民と同等程度の生活を営むに足る金額を、物価、為替変動などを勘案の上、定めています）などの支給もあります。

（※）支給要件に合致する場合のみ



派遣中の住まいは、一人暮らし、住居シェア、ホームステイなど、派遣される国や地域の状況によりさまざまです。すべてJICAの安全管理チェックをクリアした住まいです。

Q 仕事を辞めずに協力隊員になる人もいますと聞きましたが、どんな人たちですか？

A 勤務先の承諾が得られれば、現職のまま参加することが可能です。特別な制度としては、学校の教員がその身分を保持したままでかつ有給で参加できる「現職教員特別参加制度」もあります。また、個人の意向というよりも、所属先の意向が重要となりますが、自治体・大学・企業などの所属先が継続的に人を派遣したい場合、「連携派遣」という仕組みで、組織としてJICAに派遣を提案する場合があります。

▶現職参加はP8、現職教員特別参加制度はP4へ

各企業のボランティア休暇制度などを利用して参加する方もいます。また、勤務先が参加者の雇用を継続することを支援する仕組みとして、勤務先に対して支給する現職参加促進費の制度もあります。

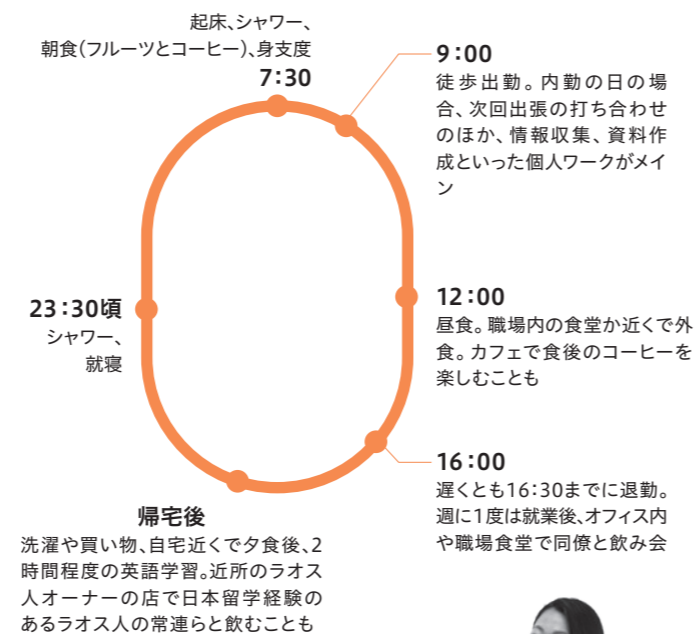


Q 派遣されている2年間に、余暇や休日、長期休暇はありますか？

A あります。活動先により、勤務時間や休日・長期休暇の日数は違い、朝7時から昼過ぎまでで活動が終了する隊員もいれば、夕方くらいまで活動が続く隊員もいます。あらかじめ申請して現地のJICA事務所の承認があれば、私費で任国内旅行や任国外旅行をすることもできます。

■平日のスケジュール例

▶P6 西岡大介さん（ラオス・コミュニティ開発）の場合



事前に申請すれば、長期休みなどを利用して、派遣国内・外を旅行することもできます。その際に日本を行き先にすることもできます。



Q 帰国後の進路に関する支援はありますか？

A 青年海外協力隊事務局では、「1. 進路検討支援」「2. キャリア支援」「3. 進学・研修支援」を通じて帰国した皆さんをサポートしています。

2年間のJICA海外協力隊経験が評価され、教員採用試験の一次試験が免除されるなど、採用で特別枠を設けている自治体もあります。



1. 進路検討支援

帰国隊員を対象に、研修やセミナー、勉強会などを通じて進路開拓や協力隊経験の社会還元に関する検討のサポート、進路開拓に役立つ技術の取得、免許・資格の取得につながる学習に対して必要な経費を支援する「教育訓練手当」制度があります。また、「進路相談カウンセラー」や「JICA海外協力隊相談役」を全国に配置し、進路相談にも対応しています。

2. 就職支援

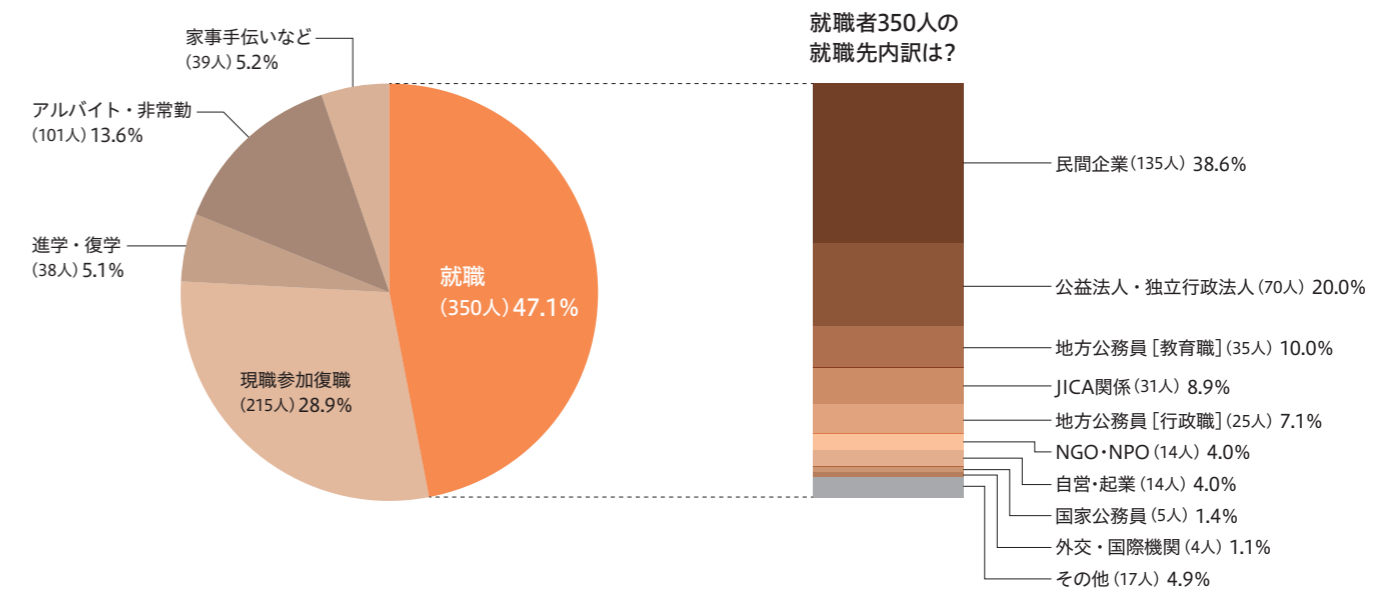
国際協力分野のキャリア情報サイト「PARTNER」による求人情報の提供を行っています。また、教員・自治体職員の特別採用枠の取りまとめや、JOCV枠UNV制度（国際協力分野でキャリアアップを目指している青年層のJICA海外協力隊OB/OGを国連ボランティアとして主に国連機関に派遣する制度）も設けています。

3. 進学支援

JICA海外協力隊OBOG向けの大学・大学院の特別入試制度や、国際協力人材を目指す人向けの研修制度などがあります。また、帰国後2年以内の帰国隊員のうち、JICA海外協力隊への参加で得た知識および経験を、国内外で生かす社会還元を促進するために、国内外の大学院への進学を志望する方および進学している方を対象とした、奨学金給付事業があります。

2019年度帰国隊員の進路状況は？（回答743人）

※新型コロナウイルス感染拡大前の最新の集計結果を記載しています。



※2019年4月1日～20年3月31日までに帰国した青年海外協力隊および日系社会青年海外協力隊（合計919人）に対して、青年海外協力隊事務局が行ったアンケート結果より、19年4月～21年5月までに回答があった743人の進路状況を集計。

現地からの要請が多い職種6選

職種選びの参考に！

JICA海外協力隊の職種は9つの分野に分かれ、180以上の職種があります。さまざまな職種の中から、2023年秋募集の一般案件・長期派遣で要請数が多い職種6つを紹介します※。詳しくは募集要項やJICA海外協力隊のウェブサイトで自分に合った職種を見つけてください。

※2023年11月17日時点での要請数。

JICA海外協力隊の職種の分野

計画・行政／商業・観光／社会福祉／エネルギー／公共・公益事業／農林水産／鉱工業／人的資源／保健・医療

79件

コミュニティ開発

住民のコミュニティに入り込み地域の課題解決に向けて取り組む

分野: 計画・行政

類似職種: 青少年活動、マーケティング、観光、野菜栽培、環境教育など

どんな職種?: 住民と協力して地域の課題に取り組みます。収入向上のために農産物の商品開発を行う、改良かまどを普及させる、井戸の修理や殺菌をする、国連機関に配属されての難民支援や女性の権利向上、子どもの教育支援など、活動分野は多岐にわたります。特別な知識や技術がなくても応募できる要請も多くあります。

先輩の活動の一例: ラオスで伝統的な織物などの販売促進を目指し、販促イベントの実施、品質向上支援などを行った。



271件

小学校教育

小学校教育の質の向上を目指すと同時に子どもたちに学ぶ楽しさを伝える

分野: 人的資源

類似職種: 理科教育、音楽、美術など

どんな職種?: 小学校で授業を行ったり、現地教員に対し教育研修会を企画・実施したり、途上国の子どもたちがよりよい教育を受けられる環境づくりを行います。要請によっては教員経験がなくても塾などでの指導経験があれば応募できるものもあります。

先輩の活動の一例: エチオピアの小学校で音楽、体育の授業を行った。また、現地教員に対し教材作りに関する研修会を実施した。



79件

日本語教育

現地の教師と協働して日本語教育の改善に努める

分野: 人的資源

類似職種: 青少年活動、小学校教育

どんな職種?: 中学校・高校、大学、職業訓練校、日系日本語学校などに派遣され、日本語の授業のほか、日本事情や日本文化の紹介、現地教師の日本語運用能力や指導技術の向上に協力します。

先輩の活動の一例: ブラジルの日系日本語学校で、日系人や日本に関心のある学習者を対象に、日本語の授業、日本文化関連イベント実施への協力などを行った。



79件

障害児・者支援

経験と知識を生かして途上国の障害者支援を行う

分野: 社会福祉

類似職種: ソーシャルワーカー

どんな職種?: 特別支援学校・学級、障害者施設、地域などで、教科・作業・日常生活指導や、就労などの社会参加の促進、住民への啓発活動、当事者団体の育成などの活動を行います。先輩の活動の一例: モロッコの公立小学校の障害児教室で、個々の発達段階や障害の程度に応じた授業を行った。



67件

理科教育

身の回りの物を使った実験を行い生徒の理科への興味を引き出す

分野: 人的資源

類似職種: 数学教育、小学校教育、環境教育

どんな職種?: 主に中学校・高校に派遣され、入手可能な材料や器具を使い、実験を授業に取り入れたり、現地の教員と一緒に、授業研究や教師の研修会を行ったりします。教員養成学校で教員を目指す学生に教える要請もあります。

先輩の活動の一例: ザンビアの中等学校で、ペットボトルを使った顕微鏡や、スマートフォンの光をビーカーの水で屈折させて光線をつくる光源装置などを製作し、授業に実験や観察を取り入れた。



67件

PCインストラクター

基本ソフトの操作などを指導まずはパソコンに親しんでもらう

分野: 人的資源

類似職種: コンピュータ技術、青少年活動、コミュニティ開発など

どんな職種?: ICT技術を担う人材育成や教育現場で基本的なソフトを指導するほか、PCのメンテナンスを行う場合もあります。ITレベル1以上を条件とする要請が多いですが、実務経験のみで応募できるものもあります。

先輩の活動の一例: モンゴルの職業訓練校に赴任、生徒たちへの基本ソフトの指導、同僚へのIT情報の共有などを行った。



自分に合う要請を見つけてみよう！

応募しやすい職種5選

応募しやすい職種については本誌2023年2月号に詳しく掲載されています。(PDFのP20-21) ▶▶▶



コミュニティ開発

地域住民が望む生活改善や収入向上などを目的に取り組む

PCインストラクター

学校、自治体などでITの基本的な事を教える

青少年活動

子どもや若者の健全な育成と自立を支援する

環境教育

ゴミ問題、自然保全活動に取り組む

感染症・エイズ対策

ワクチンの普及、啓発教育などを行う

こんなにある！

JICA海外協力隊の職種

JICA海外協力隊の職種は、9分野・180以上の職種があり、ご自分の専門分野に合った職種が見つかるかもしれません。JICA海外協力隊のウェブサイト詳しい職種の紹介がありますので、ぜひご覧ください。



選考の流れ & 選考担当者から皆さんへ

JICA海外協力隊の募集のうち、「一般案件」は、複数の職種で応募することができます（一部の要請は45歳以下の方が対象）。自分の持っている知識や技術、経験を開発途上国の人々のために生かしてみませんか？ 2024年春募集を例に選考の流れについてご紹介します。

募集期間

▶ 2024年春募集は、2024年5月～6月に実施予定です。

応募方法

- ▶ **まずはプレントリーを。**
応募に先立ち、プレントリー（募集開始の数週間前からできる事前登録）を行います。プレントリーをされた方には個人用のウェブページ「マイページ」が発行されます。
なおプレントリーをしていただくと、応募に役立つ情報、協力隊員の活動事例や帰国後の進路、JICA海外協力隊に関するニュースなどが配信されます。
- ▶ **応募は、ウェブ上の「マイページ」にて必要事項を入力して行います。**
応募や選考に必要な書類の提出もマイページから行います。応募完了すると適性テストも実施いただくようになっています。また健康診断の受診と結果提出も必須です。これらをご提出いただいた後、一次・二次選考を以下のとおり実施します。

応募から選考までのスケジュール

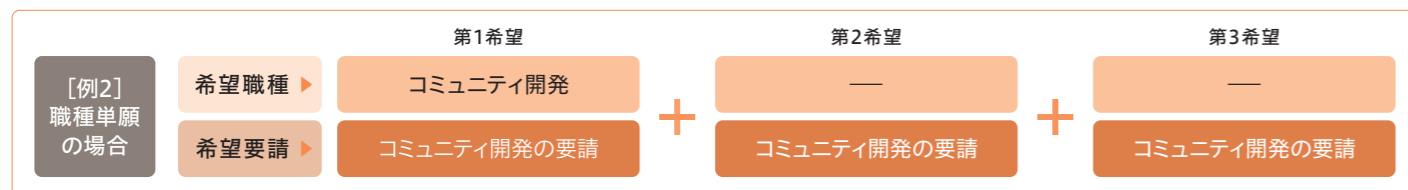
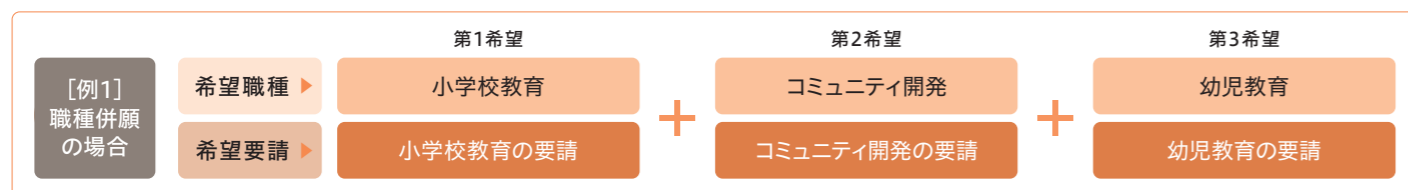
詳しい日程は決まり次第、JICA海外協力隊ウェブサイトでお知らせします。

時期	応募・選考プロセス	内容
5-6月	応募	ウェブ入力 2024年5月下旬～2024年6月下旬 適性テスト ※応募完了者のみ対象。ウェブ受検、全員必須。 郵送（問診票・健康診断書） 2024年6月下旬
7-8月	一次選考	健康、語学力、その他書類審査を行います。 ※健康診断結果については確認や、再検査などの指示もよくあります。応募後も連絡用メールアドレスは小まめに確認を！
//	一次選考可否通知	応募者用マイページにて、可否結果を通知します。
9月	二次選考	ウェブ面接（予定） ※職種によっては面接の他に試験や作品または動画の提出を事前に求める場合があります。
10月	二次選考可否通知	応募者用マイページにて、可否結果を通知します。 各国からの要請と照らし合わせて総合的に判断し、可否を決定します。

選考の詳細内容は23ページの表をご覧ください。

「一般案件」への応募

▶ 「一般案件」への応募では、「希望職種」と「希望要請」をそれぞれ最大3つまで選択できます。各「希望職種」で必ず1つ以上の「希望要請」を選択してください。複数の職種を選択された場合、一次選考合格通知の際に二次選考（面接）の対象となる職種を1つお知らせします。



選考の流れ

選考プロセス	主な項目・内容
一次選考	<p>健康審査:「問診票」および「健康診断書」をもとに応募者の健康状態を審査します。 ※「問診票」および「健康診断書」の申告内容によっては追加指示（再検査など）が出る場合があります。</p> <p>健康診断書・問診票:健康診断を受診し、以下の提出締切日までに問診票と共に郵送してください。</p> <p>提出締切日:2024年6月下旬 ※2024年2月下旬以降に受診したものが有効となります（2024年春募集の場合）。 診断項目はJICAが指定するすべての項目が必要です。JICAが募集期ごとに指定する健康診断書の様式を医療機関に持参の上、受診してください。なお、費用についてはJICAの規定に基づき5,000円を上限とする実費額を支給します。</p> <p>書類審査:応募書類をもとに要請への適合性などを総合的に一次審査します。 （二次選考でも引き続き審査を行います。）</p> <p>適正テスト:ウェブ版となります。受検は必須です。未受検の場合は、選考対象外となります。 詳細はJICA海外協力隊応募者用マイページにてお知らせします。</p> <p>技術審査（シニア案件のみ）:提出された書類をもとに技術について審査します。</p> <p>語学力審査:「語学力証明書」の申告内容を基準として行います。 一部の受検者の方は、二次選考でも引き続き審査を行うことがあります。</p>
一次選考可否通知	<p>発表日:2024年8月中旬～下旬 応募者用マイページにて、可否結果を通知します。合格者には二次選考の詳細も通知します。</p>
二次選考	<p>日程:2024年9月初旬～中旬</p> <p>会場:ウェブ面接（予定） ※状況によっては、変更となる場合があります。</p> <p>人物・技術審査: JICA海外協力隊としての適性について、人物、技術の観点から面接を行います。職種によっては、面接の他に追加の資料提出（書類、写真、動画など）を求める場合があります。</p> <p>健康審査:応募時に提出された「問診票」および「健康診断書」をもとに応募者の健康状態を審査します。</p>
二次選考可否通知	<p>発表日:2024年10月下旬 応募者用マイページにて、可否結果を通知します。</p>

【選考担当者から】
JICA海外協力隊
ウェブサイトを
活用してください



https://www.jica.go.jp/volunteer/application/long/job_info/

▶ 職種選びで迷った時は、ご自身の経験・技術を振り返り、しっかり整理した上で、JICA海外協力隊ウェブサイトの「シゴトを知る/職種選びのヒント/今すぐシゴトを探す」をチェックしてみてください。
また、「現地で自分に何ができるのか、何がしたいのか」を具体的にイメージすることも大切です。応募にあたってご自身が抱く不安や疑問を解決しておくことも大切ですが、ご家族など周りの方が不安や疑問を持っている場合もあります。そうした方々の理解を得るために、JICA海外協力隊ウェブサイトの「ご家族の方へ」のページなどを参考にしてください。
派遣先で力を発揮するためには「健康」であることがとても大切です。応募を決めたら、日頃から健康に留意したり、医師のアドバイスを受けて生活習慣を見直したり、必要な場合は治療するなど、さまざまな国・環境に対応できる健康状態にしておきましょう。

選考試験では ここを見る！



選考を担当しているJICA青年海外協力隊事務局
課題業務・選考課が、ポイントを紹介します。

応募書類の書き方

応募にあたって記入していただく項目が多いので、少し大変かもしれませんが、
重要項目ですのでしっかりと記入してください。

記入するときのポイントは？ ▶ 応募に必要な各項目を漏れなく、誤りなく記入してください。希望する要請の番号を間違えて記入していませんか？ また、選択した職種(複数の方は、それぞれ分けて記入)での経験についても詳しく記載して、隊員としてどんなことができそうか、どんなことをしたいのかを十分にアピールしてください。語学資格については証明書をPDF化したものを提出してください。いざ提出の際、違う書類を添付してしまわないように注意してください。

[選考サイドはここを見る!]

皆さんのこれまでのご経歴、ご経験として書いていただいたことや、希望する要請、希望する派遣時期などを見て、二次選考(面接)で何をお伺いするかの準備をします。上手な文章を求めているわけではありませんので、ご自身の言葉で、何をしてきたのか、何をしたいと考えているのか、教えてください。
なお、健康診断書類の提出、適性テストの受験、どちらも必須です。健康診断では再検査の指示もあり得ますので、連絡先として申告したメールアドレスの受信確認は、数日に一度は行ってください。

面接(二次選考)

面接ではJICA海外協力隊としての派遣に必要な条件を備えているかどうかについて、人物面、技術面から確認します。

面接はどうやって行われる？ ▶ 人物面接と技術面接の2回に分けて行われます。いずれも個人面接です。

人物面接 約15分

意欲・積極性、異文化適応力(柔軟性)、周囲の人との協調性など協力隊員としての適性を判断させていただきます。「応募の動機」「これまでの経歴や経験、それを踏まえて現地できると考えること」「帰国後の進路への考え」など、さまざまな観点から質問をします。

技術面接 約15分

その募集期に集まった各要請の内容に照らして、技術的な側面に関する対応可能性について質問します。要請されている活動内容、特にご自身で希望された要請の内容をベースに、その活動に対応するために必要な知識や経験を有しているかについてお伺いします。事前に資料(書類、写真、動画など)の提出を求める職種もあります。

[選考サイドはここを見る!]

①参加したい、という強い意欲をお持ちかどうか、異文化への適応力や、周囲の人とのコミュニケーション能力など、基本的なJICA海外協力隊員としての資質があるかどうか。
②知識や経験、免許・資格などの技術レベルは、活動に対応しているか。
③語学力や技術レベルの向上の意欲があるか。
④派遣国や地域での活動と生活に支障がない健康状態であるか。
これらのどれか一つに比重が置かれているということではなく、総合的に判断しています。面接は、自然体で臨んでください。質問に対しては、ご自身の言葉でご説明ください。

応募にあたって

事前準備は必要？ ▶ JICA海外協力隊の活動には、コミュニケーションの基礎となる語学力や健康な心身の状態をはじめ、自発性、思考の柔軟性、協調性、臨機応変な対応力、物事を前向きに捉える力、などが求められます。そのような「基礎力」の強化や、情報収集に加え、「なぜJICA海外協力隊に参加したいのか」「JICA海外協力隊としての2年間を、自分の人生設計の中でどのような位置づけとしたいのか」などについて、よく考えておくとい

所属先や家族への相談は必要？ ▶ 応募前に相談していなかったために、合格後、所属先やご家族の理解が得られず辞退せざるを得ない方もおられます。事前に所属先やご家族とよくお話をされ、十分な理解を得て気持ちよく送り出していただけ環境の下で応募されることをお勧めします。その熱意が、現地での活動にも生きてくるものと思います。

応募までにしておきたいことをチェック!

☑ To-Doリスト

JICA海外協力隊への応募に際して、やっておかなければならない基本的な事柄をまとめました。それぞれの項目の詳細はJICAのウェブサイトでご確認ください。
<https://www.jica.go.jp/volunteer/index.html>



健康診断

- ☐ **応募の前には健康診断の予約を!** 健康診断を実施している施設やクリニックはとくに春・秋は混み合っていることが多く、1カ月以上先の日程でしか予約できないことも多くあります。診断結果の提出が間に合わず応募できない例も出ています。予約の変更や取り消しは後でもできますので、まずは日程を押さえてください。

合格後

- ☐ 派遣に必要な予防接種を受けていただく場合があります。合格後、ご案内に従って受けていただきます。

応募資格

- ☐ 年齢条件(募集期の隊次の最初の訓練開始時に20歳以上、応募期間最終日の年齢が70歳未満)をクリアしている応募期であるか確認してください。
- ☐ 以下のいずれかに当てはまる場合は、応募前にJICA海外協力隊募集事務局にご相談ください。
 - ▶ 日本以外の国の国籍を持つ。
 - ▶ 日本以外の国の長期滞在資格を持つ。

職種・案件

- ☐ 応募する区分を決めてください。
 - ▶ 長期/短期
 - ▶ 一般案件/シニア案件
- ☐ 以下に従い、応募する職種/要請を決めます。
 - ▶ 長期・一般案件…「職種」への応募(複数職種可)
 - ▶ 長期・シニア案件…「職種」への応募(複数職種不可)
 - ▶ 短期…「要請」への応募(複数職種不可)

家族・職場

- ☐ 海外在住の場合も、できるだけ日本国内に住むご家族らの住所・電話番号を、家族連絡先に記入してください。
- ☐ 「職場への連絡不可」にチェックすれば、応募に関してこちらから許可なく職場に連絡することは絶対にありませんので、職場への連絡を希望しない方は記入してください。
- ☐ 仕事を辞めずに参加する現職参加を希望する場合は、ご自身で職場に相談し、派遣に向けて利用できる休職制度や研修制度を確認し、所属先ともよく相談して計画してください。また、条件に合致する場合は、所属先が参加者の雇用を継続することを支援するための「現職参加促進費」を所属先にお支払いすることができます。

語学力

- ☐ 希望する案件の選考指定言語(英語/フランス語/スペイン語など)の検定試験を受検しておいてください。英語の場合「英検3級もしくはTOEIC®で330点以上のスコア」などが必要条件です。
- ☐ 検定試験の結果を証明するもの(語学力証明書)を入手してください。
- ☐ 活動に必要な言語は長期派遣者向け訓練で習得する機会があります(語学訓練免除者研修受講者を除く)。
- ☐ 訓練に入る前も語学の勉強は続けましょう。活動言語の独学が難しければ英語の勉強をしましょう。

合格後

その他

合格後

- ☐ パスポートは、原則として選考試験の合格後にJICAが公用旅券の発給手続きを行います。ただし、90日以内の短期派遣の場合は、派遣国によってご自身のパスポート(一般旅券)での渡航となる場合があります。
- ☐ 「年金」「健康保険」「住民票」「税金」の手続きについては、選考試験の合格後にお住まいの市区町村の役場や年金事務所にお問い合わせください。

技術力

- ☐ 希望する要請で求められている技術・免許を習得・取得しておいてください。
- ☐ 希望する要請で求められている経験(実務経験・教員経験・指導経験・競技経験・その他)を積んでおいてください。
- ☐ 応募書類には「経験」の内容を詳しく書いてください。

合格後

- ☐ 取得見込みの資格は、取得され次第、証明書を提出していただきます。

情報

- ☐ JICA海外協力隊事業や、JICAの事業全般について、ウェブサイトなどで情報を入力し、整理しておいてください。

合格後

- ☐ それぞれの派遣先の情報(治安、交通、医療、生活事情などに関する情報)については、派遣前訓練や着任時のオリエンテーションなどで最新の情報をご提供します。

健康審査に関する注意事項

選考で重要な「健康審査」について、注意点をまとめました。

JICA海外協力隊員が派遣される国々は、生活環境（気候、ライフラインなど）や文化的背景、医療事情（タイムリーに医療機関を受診できるかどうかなど）が、日本と大きく異なる場合がほとんどです。そのため、選考でも健康審査を慎重に行った上で、派遣の可否ならびに派遣国を判断しています。以下の事項に注意しつつ、日頃からの健康づくりを心がけてください。

選考時健康審査、入所前（訓練前）・派遣前健康診断

【選考時】

応募時に提出された「問診票」と「健康診断書」をもとに応募者の健康状態を審査します。再検査や、診断書の取り寄せが必要となることもあります。着実にご対応ください。

【合格後、入所前（訓練前）・派遣前】

合格後に新たな傷病が発生した方には随時ご連絡をお願いしています。また隊次ごとの訓練が始まる際にはその前に、必要な健康診断を受けていただきます（対象者は同隊次の全員）。新たな傷病の状況や、健康診断の結果により、訓練への参加、派遣が取り消しとなる場合があります。なお派遣国によっては所定の追加検査が必要となる場合があります。

詳細はJICA海外協力隊ウェブサイト内の右記QRコードのページ「健康診断について」をご参照ください。

<https://www.jica.go.jp/volunteer/application/long/physicalcheck/index.html>



選考時の健康診断書提出に関する注意事項

①健康診断の予約はお早めに **重要!**

健康診断は、医療機関によっては予約がすぐには取れなかったり、結果入手に時間を要することがあります。プレエントリーにより健康診断書式を早め入手いただけますので、応募をお考えの方は、受診予約をお早めにお願います。

②診断書の様式

健康診断書の様式は、各募集期に設定されるものを必ず使用してください。異なる募集期のものや、医療機関独自の書式などは受けつけられず無効となります。

③検査漏れ

医療機関から受け取った診断書が、封をされていた場合も必ずご自身で開封し、検査項目の漏れがないかなどを確認して、漏れがあれば速やかにその医療機関にご相談ください。未記入の項目があると選考対象外となってしまいます。

④血液型

ご提出いただく健康診断書には血液型の記載が必要です。受診前に医療機関にもご説明ください。

⑤診断書提出や再検査についての連絡

健康診断書を受領し、確認を進める上で、主治医からの診断書の取り寄せ・提出や、再検査を受診してその結果を送付いただく必要があるケースがかなりあります。連絡先としてご自身で指定されたメールアドレスは、応募後も小まめにチェックしてください。

〈健康に自信あり! という方も確認ください〉

BMI: 極度の肥満だけでなく、極度の「痩せ」も、抵抗力が弱まって病気にかかりやすかったり、かかった場合の回復が遅れたりという可能性があり、決して見過ごせないものです。

LDL: 悪玉と呼ばれるコレステロールの値です。高すぎる場合は動脈硬化を引き起こす恐れがあります。

※BMI基準範囲=18.5～24.9kg/m² (公益社団法人 日本人間ドック学会ウェブサイトより)

※LDL基準範囲=60～119mg/dL (公益社団法人 日本人間ドック学会ウェブサイトより)

JICA 海外協力隊の春・秋の各募集に合わせて、日本全国で「募集説明会」が開催されます。コロナ禍後はオンラインだけでなく、会場を設置して行う対面型の説明会も増えていますが、参加して何か得られるものがあるのか、「クロスロード」の編集に携わって1年弱、将来はシニア世代で協力隊に参加したいという夢を持つ阿部が体験してきました。

JICA海外協力隊 募集説明会

体験記

現地中継、経験者の座談会など内容盛りだくさん

座談会では10人の異なる職種のOB・OGから体験談を聞くことができた(写真は感染症・エイズ対策のOG)

募集説明会会場



インドとオンライン中継



個別相談・特別企画

座談会と同時に、別室では職種別特別企画の日本語教育編が実施され、技術顧問の坪山由美子さんが、日本語教育職種を目指す人に向けたアドバイスをっていました。

個別相談では、私自身の経験や希望を聞いた上で、アドバイスがもらえます。「編集」職種は今回、要請がないため、資格を必要としない要請が多い「コミュニティ開発」を紹介してもらいました。ただし、そうした応募しやすい職種には多くの応募が集まるため、地域活動などの経験をしておく合格の可能性が高まるだろうとのこと。

説明会では、協力隊の基本的な知識、経験者の声、派遣国の様子に触れることができ、一気に協力隊が身近に感じられるようになりました。興味を持った時点で、ぜひ参加してください。

OB・OGとの座談会

次のプログラムは協力隊経験者との座談会。それぞれ違う職種のOB・OGが10人参加し、自分が選んだ人を囲んで座り、話を聞いたり質問をしたりしました。私はコンピュータ技術の職種でエスワティニで活動した浅井 徹さん(2017年度2次隊)の話が聞きました。浅井さんは5回も協力隊に参加した経験豊富な方で、参加のきっかけ、派遣前訓練、現地での活動と生活、帰国後の就職のことなど、実体験に基づく貴重な話を聞くことができました。



協力隊経験者の個別相談を受ける阿部(左)

主催者挨拶

主催者挨拶で、青年海外協力隊事務局の館山丈太郎・人材育成課課長が、「技術がなくても、好きで打ち込んできたこと、スポーツや地域活動が協力隊参加の原点になることもあります。興味を持った時点で、応募する資格がある」と話し、特技がないと思っていた私も励まされました。

派遣国から生中継

続いて会場では、現在インドで活動している岡本 礼隊員(インド/日本語教育/2022年度1次隊)とオンラインでつなぎ、任

自信につながる!

協力隊派遣前の「JICA海外協力隊グローバルプログラム(派遣前型)」

「JICA海外協力隊グローバルプログラム(派遣前型)」は、JICA海外協力隊合格者のうち、帰国後も日本国内の地域が抱える課題解決に取り組む意思のある希望者が、派遣前訓練に入る前の約3カ月間に、自治体などが実施する地域活性化、地方創生などの取り組みに参加するOJT(On the Job Training)プログラムだ。2023年11月時点で全国19の地域で行われており、22年1月の制度開始からこれまでに約150人が参加している。23年夏から受け入れを開始した、愛媛県伊予市と宇和島市の2自治体で参加した実習生の様子を見てみよう。



1 海を背景に電車と駅が撮れる下灘駅は伊予市の人気観光スポットの一つ
2 伊予市では住民に親近感を持ってもらうため、実習生にニックネームをつけている。木下るさかさん(キルギス派遣予定/青少年活動、写真左)は名前から「るーちゃん」、沖縄出身の中山 慎さん(タイ派遣予定/野球、写真右)は「シーサー」だ。中央は受け入れ先の一般社団法人いよのミライカイギの富田 敏代表理事

伊予市 ▶ JR下灘駅の活性化や市の魅力発信に取り組む

愛媛県伊予市は、将来の人口減少社会への対応として、伊予市と関わりのある関係人口を創出することで「3万人が住み続けられる伊予市」を目指している。

実習生の一人、中山 慎さんは、元高校の社会科教諭だ。「ずっと沖縄で育ったので、他県も経験してみたいと、JICA海外協力隊グローバルプログラム(派遣前型)(以下、GP)へ参加しました。思っていたより生活面のギャップもなく、気候も人もあたたかくて、楽しんで活動しています」。

中山さんが取り組んでいるのは、「JR下灘駅」の活性化だ。「海に近い駅」「夕日がきれいな駅」として多くの観光客が訪れる駅ではあるものの、無人駅ということもあり、地元の老人会などボランティアが花壇の手入れや掃除をしているだけで、飲食や土産物の販売などはなかった。「下灘駅に来て、眼下に海が広がる雄大な景色に感動しました。一方、伊予市在住でも駅の近くに

住んでいない方からは『行ったことがない』という声もあって、ここをもっとPRしたいと思いました」。

駅の待合室で地元の菓子を販売し、自由に談話できるようなカフェスペースをつくらうと、待合室を清掃したり、来場者に土産物などについての聞き取りを行ったりしている。「年齢や性別に合わせながら聞き方や接し方を変えることで、話を引き出せるようになってきました」と、コミュニケーションに自信がついてきたという。各所との調整には時間がかかるため、実習期間中に菓子販売までは難しそうだが、今後も継続して実習生が来ることで、下灘駅の活性化は続いていくようだ。

もう一人の実習生、木下るさかさんは、3年半の社会人経験を経て協力隊に応募した。幼少期を海外で過ごし、ゴミ山でゴミを拾う子どもたちや、栄養失調の子どもたちを目にし、協力隊を目指すようになった。海外に視点を向けてきたが、国内の課題を知ってから派遣国に行きたいと、GP参加を決めた。「伊予市に来て最初の週末に街を散策

する日があったのですが、地元の方々から次々と声をかけてもらえて。コーヒーをごちそうになったりして、一人での時間がほとんどなかったんです」と、早々に伊予市になじんだ木下さん。伊予市はイベントごとも多いため、活動一つに絞らずに、すべてをまとめて「伊予市のPRを行い、SNSのフォロワー数を増やす」ことに決めた。市内のさまざまな施設のPR動画も制作中だ。「何にでも顔を出していると、思わぬところで人を紹介していただけたりするんです。今度、イベントで知り合った方の依頼で、英語を使いながら子どもたちに海外の話をする会を開けるかもしれません」と、活動の幅は広がりを見せる。

伊予市でGPの受け入れを担っている一般社団法人いよのミライカイギの富田 敏代表理事は、実習生を高く評価する。「協力隊の派遣前に3カ月あったら、今のうちに遊びに行こうなどと考えそうなものですが、日本でもスキルを身につけようと思っている。これまで2回受け入れをしましたが、実際、優秀な人が多いと感じます」。

富田さんが大切にしているのは、「楽しみながらも、自分で活動を見つけて行動してもらいたい」ということ。それをあらかじめ伝えても意味がないと伝えずにいるそうだが、「実習生には気づける人が多いですよ。今日も中山さんが下灘駅の自転車置き場の奥にガラクタが積んであるのを見つけて、『ここ整理しましょうか』と提案してくれたんです。木下さんにしても、例えば何か取りに行くとなったら、彼女が最初に動くタイプで、いつも感心させられています」。

伊予市企画振興部地域創生課の城戸敬考係長は、GPはJICAの研修の一環であり、伊予市の環境や人との交流を楽しみつつ、海外派遣前訓練としてしっかり学んでいただきたいと前置きした上でこう話す。「伊予市には下灘駅の花壇を整備したり、市民の愛読書を紹介するプロジェクトを行ったりするなど、積極的に活動する方が多くいらっしゃいます。そうした地域性の中にGPの実習生が加わり主体性を持って活動されることで、市民にも地域おこし協力隊の方々にもいい刺激になり、相乗効果が生まれています」。

宇和島市 ▶ 独居老人宅訪問や買い物支援で住民と交流を図る

愛媛県宇和島市は2016年から「生涯活躍の町として拠点となる場を設け、地域住民や移住者などが生き生きと活躍できるコミュニティをつくる」ことを目指している。実習生の小田嶋誠津季さん(カンボジア派遣予定/看護師)は、旧浦知小学校を地域住民が活動できる拠点にすべく派遣された。

地元では、旧浦知小学校を地元の拠点であり、旅行客なども過ごせる宿泊施設としても活用したいと考えていた。そこで小田嶋さんは、観光客が楽しめるよう、「地域の特産品である真珠養殖の見学および加工体験を通して、

浦知地区の真珠養殖に関する魅力の発信を行う」という活動計画を立てた。

しかし、旧浦知小学校はこれから改装などを始めるところで、実現は数年後だ。そこで受け入れ先の宇和島市社会福祉協議会(以下、社協)や、地元住民で組織する浦知地区活性化協議会(以下、浦知協議会)の方々との今後の展開を話し合いつつ、地域の独居老人宅を訪問して花を配ったり、個人で買い物が難しい地域の高齢者と貸し切りバスで買い物に行くといったイベントの手伝いにも参加し、地元住民との交流を図っている。また真珠養殖のPRについては、動画を制作し、将来施設が完成した際に生かしてもらう予定だという。

もともと都内の病院で看護師として働いていた小田嶋さんは、「相手の意見をくみ取りながら協働するスキルを身につけ、派遣国で生かしたい」とGPへ参加した。「病院も高齢の患者さんが多かったので、話を聞くという点ではこれまでの経験が役立っているかもしれません」。地域の方々から食事に呼ばれたり、小学校まで送ってもらったりと、すっかり地元で溶け込んでいるようだった。

浦知協議会の門脇常博会長は、「旧浦知小学校は2012年度に閉校になって、地域住民は皆、活用したいという気持ちを持っていました。でも、実際何かしようとなると、いいアイデアが出なかった」と困っていたという。今回外から来た小田嶋さんを交えて話をすることで、小学校の活用がやっと実現に向けて動きだしたと、社協の西村有希子さんともども顔をほころばせる。

宇和島市地域包括支援センターの岩村正裕所長も、「1回目の受け入れでも、実習生が地域住民と良い関係性を築いてくださいました。今回も小田嶋さんがハブになって、みんなが協力してやっというムードが生まれて



3 小学校の窓から見える景色。海では真珠の養殖が行われている
4 宇和島市の実習生の小田嶋誠津季さん(カンボジア派遣予定/看護師)。左は宇和島市社会福祉協議会の西村有希子さん、右は浦知地区活性化協議会の門脇常博会長

GP参加時のスケジュール例
(※2024年度1次隊合格者の場合。スケジュールは募集期により異なります)

応募：2023年春募集に応募
※ウェブ応募の際にGPへの参加希望にチェックする

可否決定：2023年10月末合格
※合格者と受け入れ先自治体双方の合意を経てGP実習機関を決定

GP：2024年1月～3月末

派遣前訓練：4月～6月頃

派遣国へ：
訓練終了後1.5～3カ月後

■詳細はJICA海外協力隊のウェブサイトでも公開しています
https://www.jica.go.jp/volunteer/global_program/index.html

■プログラムの様子がわかる動画公開中
グローバルプログラムin島根県海士町
<https://www.youtube.com/watch?v=w7JgBRceRUI>

います」と、受け入れは地域にとっていい効果しかないかと絶賛する。宇和島市、伊予市ともに、「研修修了後に無理に戻って来てほしいとは思っていないが、関係が続くならこんなに嬉しいことはない」「GPの方々の人柄は十分にわかっている。いつでも戻って来られる場所はあると伝えたい」と、短期間ながら大きな絆が生まれていることが伺えた。こうした自治体とのつながりができることは、実習生にとっても派遣国で活動する上で大きな自信となるだろう。



青年海外協力隊訓練所に行ってきました！

派遣国へ赴任する前に合宿形式の派遣前訓練を行う訓練施設は、駒ヶ根青年海外協力隊訓練所と二本松青年海外協力隊訓練所の2カ所。どんな訓練なのか、両施設に行ってきました（2023年11月の情報です）。



in
長野県

駒ヶ根青年海外協力隊訓練所

長野県駒ヶ根市郊外の田園や森林が広がるエリアに位置し、背後には中央アルプスを望む訓練所。近隣の養命酒駒ヶ根工場を見学・散策できたり、ロープウェイで山上の千畳敷カールに登れたり、気分転換のスポットが多い。

主な訓練内容▶
 ■語学授業：1クラス数人の少人数体制で、訓練期間中に百数十コマを受ける。加えて、語学自習の時間として別途60～70時間が割り当てられている。
 ■講座：語学以外の講座では、健康管理・安全管理や異文化理解、活動手法などを学ぶ。職種別に行われる課題別ナレッジシェアリング講座では、2つの訓練所の訓練生や技術顧問などがオンライン上で交流し、活動手法についての理解を深めたり、情報交換を行う機会もある。

訓練スケジュール▶
 訓練時期は1次隊が4～6月、2次隊が8～10月、3次隊が1～3月。2024年度の訓練期間は各73日間の予定。授業や講座は1コマ50分で、午前が3コマ、午後が4コマとなる。
 ※派遣予定の地域により、訓練所が分かれます
 ■駒ヶ根訓練所：主に大洋州／中央アジア・コーカサス／南アジアの一部／南米（中米の英語圏を除く）／アフリカ仏語圏
 ■二本松訓練所：主に東南アジア／東アジア／アフリカ／中東・欧州／中米・カリブ英語圏／南アジアの一部



in
福島県

二本松青年海外協力隊訓練所

福島県二本松市の市街地から車で約30分、安達太良山の山腹にある訓練所。敷地全体が磐梯朝日国立公園内にあるため、周囲はすべて山林という落ち着いた雰囲気。近くの岳温泉の町には歴代訓練生が通ってきたレストラン「恵美寿屋」がある。



体験入隊で訪れた中学生と交流する訓練生
(写真提供=駒ヶ根訓練所)

駒ヶ根訓練所は開所以来、地元の方々からも多くのご支援・ご協力を頂いてきましたが、コロナ禍で地域交流が難しい期間もありました。2023年度3次隊からは、有志の訓練生に市内の国際交流フェスタに参加いただいたり、地元中学生の“体験入隊”やオープンキャンパスで外部の方々を訓練所にお招きしたりと、市民の皆さんと訓練生の交流も徐々に再開しています。

訓練における第一義は語学などを身につけることですが、好奇心を旺盛にして、駒ヶ根にいる間に訓練所の外の人々と接して視野を広げることも、派遣国での活動に通じる経験となるでしょう。皆さんの訓練がより有意義なものとなるよう、訓練所としても、より一層地域とつながるためのサポートを講じていきたいと考えております。



駒ヶ根青年海外協力隊訓練所
木村卓三郎 所長
インドネシア/食作物/
1995年度1次隊・神奈川県出身



二本松青年海外協力隊訓練所
田中宏幸 所長
マレーシア/養殖/1991年度
2次隊・福岡県出身

コロナ禍での訓練再開以来、感染状況を考慮しながら対面型訓練などを徐々に再開していますが、2023年度からはさらに、訓練生が二本松市内で市民の方々と一緒に市の魅力を見つけ出すという、協力隊を疑似体験する訓練も復活しました。訓練では、語学や各種訓練項目をしっかりと学ぶことが基本ですが、同時に、多様な知識や経験を持つ訓練生たちと出会う特別な機会でもあります。この機会を存分に生かしてお互いの知識・経験を共有し、同期の絆を深めていただきたいと思います。

訓練所では、訓練生の皆さんが派遣国で活動するのに必要な訓練メニューをそろえてサポートしています。開発途上国や国際協力に関心があれば、悩まず一歩踏み出して、自身の知識や技術を現地の人々のために役立ててみてはいかがでしょうか。



朝の集いで国旗掲揚



VRルーム
2023年にセイコーエプソンの協力で運用を始めた設備で、見学者向けの映像クイズやGoogleストリートビューの映像を室内3面に投影。訓練生が派遣先の様子を調べたりすることも(写真提供=駒ヶ根訓練所)



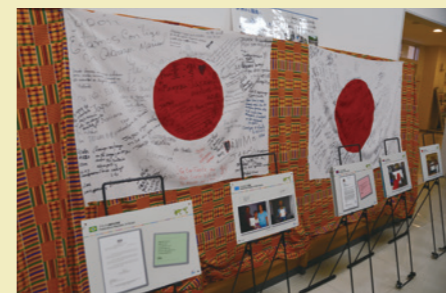
各種共有スペース
所内にはミーティングルームや座敷の談話スペース、プロジェクター(セイコーエプソン提供)のあるサロンなど、さまざまな共有スペースがあり、自習やワークショップが可能



出張売店▶わーく西駒「信州まめ匠」
市内の知的障害者総合支援施設で、定期的に出張してお菓子などを販売している



資料展示コーナー
世界各国の民族衣装や伝統楽器などを展示するスペースが設けられており、一般の見学者も衣装の試着ができる(駒ヶ根訓練所にも民族衣装コーナーあり)



震災時の応援メッセージ
東日本大震災で避難所として利用された二本松訓練所には海外からの応援メッセージや寄せ書きが寄せられ、現在も所内に展示されている



出張売店▶加藤売店
店舗はJR二本松駅前であり、週2回出張している(写真提供=二本松訓練所)

派遣前訓練の1日 in 二本松訓練所

訓練所での共同生活に不安を感じている方もいるでしょう。そこで2023年11月某日、10月16日から2カ月間の訓練に臨んでいる2023年度3次隊の訓練生に密着しました！



たかはし みりのり
高橋 実里さん
ラオス派遣予定 / 青少年活動 / 2023年度3次隊

海外で働く経験をいろいろな人と関わりたいと思い、協力隊への参加を決めました。訓練の中では、自分自身の余裕の有無によってとっても楽しい時期、苦しい時期など気分の高低があるので、できるだけ心にゆとりを持つのが大事だと意識しています。

23:00 消灯
翌朝5:00までは基本的に宿泊棟の居室内で過ごす。しっかり体を休めて翌日に備えよう！



夜 生活班ミーティング

訓練生は、職種・派遣国が混在した10人ほどの「生活班」に分けられる。生活管理や各種の連絡は班ごとに行われることが多く、取材日には夕食後の時間に各班のミーティングがあった。通常は夕食から消灯まで自由時間で、各自で自習や身辺整理、有志のワークショップなどもできる。個人で用意した夜食を取ってもいいが、アルコールは持ち込み禁止！



17:00～ 夕食や入浴など

17:00から入れる共同の大浴場や、個室のシャワー室を男女1つずつ完備。シャワーは朝5:30から使えるので、早朝の運動で汗をかいても爽やか！



ご飯はおいしいです。食べ切れなさそうな時は、希望すればお米の量を減らしてもらえますので助かります

13:00～17:00 語学授業や講堂での全体講義、自習など

午後の授業・講座は4コマ。語学授業以外にも、講堂での健康・安全管理などの講座や各種オリエンテーションがあったり、日によっては予防接種や自習の時間が設けられたりする。



私は自室にヨガマットを敷いて、朝ヨガをルーティンにしています

5:00～8:10 起床・朝食など

朝は5:00から共用スペースでの自習や屋外での運動（体育館などは5:30から）がOKで、訓練所の周囲でランニングをする人もいます。なお、朝食は各自食堂で7:10から8:00の間に取る。

※朝・昼・夕食共に、事前申請なく欠食するのはNG。終了10分前まで食堂に入室できるので、早食いの人はギリギリまで寝られるかも？

8:10 朝の集い

毎朝、訓練生全員が集まって、派遣国の国旗紹介や連絡事項の伝達を行う。通常はエントランスの広場に集まるが、悪天候や隊歌練習などで屋内実施となる場合もある。



最初は文字も知らなかったのに、いつの間にか教科書の文章から意味が読み取れるようになって嬉しそうです



8:45～ 語学授業

午前中は1コマ50分の授業が3コマある。語学は講師1人に対して訓練生数人と少人数体制で、集中的に勉強できる。ラオス派遣の高橋さんが学ぶのはラオ語。

11:35～ 昼食

食堂の食事は栄養バランスを考慮して和食が多いが、週1回は派遣国の料理も出る。



講師の皆さんに伺いました！ 語学上達のコツ



スペイン語
マリア・ヘスス・エスクデロ先生
(駒ヶ根訓練所)

訓練期間は約2カ月と短いので、長文を書いたり多くの単語を暗記したりするのではなく、限られた単語をどう言い換えて意思を伝えるか学ぶのが大切です。特にラテンの人たちはしゃべるのが大好きなので、訓練生の皆さんが現地ですぐ活動できるよう、授業では「話す」ことに力を入れています。いつも生徒たちに伝えているのは、「テレビでサッカーを見るだけではサッカーはうまくならない。実際にボールに触って練習しなければいけない」ということ。お薦める勉強の仕方は各自の能力や進度にもよりますが、一番基本的なことは、黙読ではなく大きな声で発音し、とにかく何度も繰り返し練習することです！

皆さんが十分に話せるように一つのクラスの人数は最大6人になっていますが、訓練を通じて一緒に支え合いながら勉強する仲間ができ、そのつながりはずっと助けとなるはず。また、ラテンの国々の人たちはみんなオープンで親切なので、心配せずに言語を学んで赴任に備えていただければと思います。



ラオ語
マティナー・ブマリンノー先生
(二本松訓練所)

ラオスへ派遣される皆さんが学ぶラオ語には動詞の活用や助詞がなく、文法的にはとても簡単です。一方で、喉を開けたり締めたりする有気音・無気音の違いがあったり、似たような「ウ」の母音でも、口をすぼめる音と横に広げる音の2種類があったりと、初心者には発音が難しいかもしれません。そのため、語学授業の最初の1～2週間は、文字の書かれたカードで読み方を答えたり、私の発音した

青年海外協力隊訓練所に行ってきました！



シンハラ語
シリパーラ・ウィラコーン先生
(駒ヶ根訓練所)

シンハラ語は英語などと違って新たに文字を学ばなければなりません。入所前のeラーニングで文字の読み書きなどの基礎知識を学べるので、その内容をしっかり学んで語学訓練に臨めば大丈夫です。そして訓練の序盤では、改めて文字から再確認し、文字→単語→文章と順を追って勉強していきます。

勉強はインプットとアウトプットの繰り返しで、新しく覚えた文字で単語を書いたり、聞いたり、発音したりして、間違えたらやり直す。言語を習得するには、その積み重ねが唯一の方法です。どの言語もそうですが、語学講師は「調理をしてあげるのではなく、調理の方法を教える」存在です。講師から基本的なやり方を教わって、各自が試行錯誤していくのが、訓練所での語学学習の基本的なスタンスかと思います。人は機械ではないので、誰もが同じペースで上達できるわけではありませんが、自分を信じて頑張るのが何よりも大切です。

言葉を書き取ったりする練習で、母音・子音を正しく覚えることに集中しています。講師と少人数で勉強できる機会でもあるので、口の動きなどをよく見て学ぶことも大切です。また、ラオ語と日本語の辞書はあまり売られていないので、覚えた単語をまとめて整理して“自分だけの辞書”を作ることもクラスの訓練生たちにお薦めています。

語学習得のコツは、難しいことを言おうとせず、自分の知っている範囲の言葉で工夫して話すこと。そして何よりも、わからないことはすぐ講師に聞くことです。周り比べて焦ったりせず、自分のペースで前向きに学んでいけば、必ず語学力は身につきます！

空き時間は何をしているの？

図書資料室などでの自習

図書資料室には、先輩隊員の報告書や各職種の関連書籍など、訓練生に役立つ資料も多くそろえられている。「自分の部屋で自習することが多いのですが、たまには図書資料室や語学教室も気分転換になります」。



① 体育館と② トレーニングルーム

心身の健康維持のため、各種設備の整った体育館とトレーニングルームがある。

③ 洗濯室・乾燥室

日々の洗濯をする場所（男女別）。設備の使用は無料だが、洗剤は各自用意しなければならないので注意！



公開！ 私の派遣国生活〈拡大版〉 From Ghana ガーナ [アフリカ]



うめさきりな
梅木里奈さん

ガーナ/手工芸/2022年度7次隊・岡山県出身

大学卒業後、兵庫県で5年間、中学校の家庭科教諭を務め、退職して協力隊に応募。コロナ禍のため2年間の派遣待機を経て、2022年5月から派遣中。帰国後はアフリカ布を使ったものづくりを始めたいとの希望を持つ。

協力隊参加のきっかけは？

大学の家庭科専修でフェアトレードについて学び、ファストファッションの背景に劣悪な環境で働く途上国の人々がいることを知る。その後、教員として勤める中で、国際教育について教える機会に他人のフィルターを通した情報しか伝えられないことに違和感を覚え、実際に途上国の状況を自分の目で確認したいと思った。



①スニヤニには大きな常設マーケットのほか、週に1回開催されるマーケットデーがあり、各地から集まってきた人が店を出す。古着、布、アクセサリー、靴、食材などなんでも手に入る ②梅木さんが地元のマダムや子どもたちとおしゃべりを楽しむインドミの店。「雑談ができるくらいの現地語は身につきました」 ③スニヤニはゾウ狩猟のための基地として発展した町で、ところどころにゾウのオブジェが見られる

任地	ボノ州スニヤニ
位置	首都から約370キロ
人口	約19万3000人
言語	公用語：英語 現地語：チュイ語
民族	アカン族、その他の民族
産業	農業生産、サービス業など
気候	一年を通じて23～33度くらい

どんな町に暮らしているの？

スニヤニはにぎやかな町で、大きなマーケットには他の地域からもたくさんの方が買い物に来ます。商店もたくさんあり、生活用品や買い物で困ることはありません。日本人は少なく、最初は私をげげんな目で見ている町の人々でしたが、挨拶を続けてきたのがよかったです。今はどこに行っても優しく声をかけてくれます。インドミ(麺料理)を売っているマダムの店に、近所のマダムたちが集まって話していて、配属先からの帰りに私もそこで現地語で雑談しています。それが私にとって大事な癒やされる時間になっています。

どんな活動をしているの？

配属先はスニヤニ職業訓練校で、私は手縫いの技術の指導と、ポーチやバッグなど布小物作りの授業を担当しています。今まで授業で扱ってこなかったいろいろな種類の刺しゅうの縫い方を中心に教えています。授業で布小物は作ってきかなかったようで、完成した制作物を嬉しそうに見ている学生たちの姿に、参加してよかったなという気持ちになります。

平日の1日のスケジュール

- 07:00 ● 起床
- 08:00 ● 配属先で朝食
- 10:00 ● ファッション科の授業開始
- 12:00 ● 昼食(時間はまちまち。学校へ売りにくる屋台で買ったり、同僚のおすそ分けをもらったりも。朝食のボリュームがあるので食べない日もある)
- 15:15 ● 授業終了
- 16:00 ● 帰宅後は掃除や洗濯、夕食、授業で使う教材作り、入浴など
- 23:00 ● 就寝



④学生たちに布小物作りの授業を指導する梅木さん。「授業をしている時間がとても楽しいです」
⑤配属先の先生たちと梅木さん。先生たちと一緒に昼食を食べたり、おしゃべりする時間も楽しいとのこと
⑥授業で制作したポーチ。カラフルなアフリカ布がきれい

おいしい食べ物はありますか？

ガーナではイモ類と調理用バナナを蒸して白に入れきねでついで作るフフが主食です。作り方も食べた感じも日本の餅に似ています。料理も好きで、最近はまっているのが山形の郷土料理の「だし」です。キュウリなど夏野菜と大葉など香味野菜を刻んであえて味つけた料理ですが、ガーナでも安く手に入るオクラやトマト、キュウリを刻んで、持参した麺つゆであえて、ご飯にかけたりして食べます。道端に出ているお店の食べ物では、トウモロコシが原料の主食のケンケーを、スパイシーな調味料と、オクラのスープと一緒に食べるのがおいしくて、朝食によく食べています。

住まいは快適ですか？

職場から歩いて20分くらいの場所に住まいがあります。敷地内に私を含めて2世帯が入居する建物と、管理人家族の建物が建っています。美しい自然があって、田舎の村の雰囲気を感じられる住まいです。オレンジの木とレモンのある大きな庭でリラックスして過ごすのが好きです。管理人家族が隣に住んでいて治安の面でも安心して生活できますし、週に3回くらいは夕食を届けてくれるので助かっています。部屋の間取りは、大きなリビングのほか、シャワーとトイレがついた部屋が2つあります。給湯器はないので水シャワーですが、さすがに冷たいので、ケトルで湯を沸かして洗面器で水と混ぜて温度調節しています。洗濯機もないので、おけで手洗いして干していますが、ついついためてしまうので、休日に2時間くらいかけて洗って、結構大変です。



⑦住まいの近くの学校の子もたちと遊ぶ梅木さん
⑧梅木さんが一番好きな現地食のケンケーとオクラシチュー&揚げた魚 ⑨住まいで気に入っているのが、オレンジの木とレモンのある緑の庭 ⑩梅木さんが暮らすリビング。「エアコンはないけれど、天井のファンを回せば、快適に過ごせます」

これまで掲載した「公開!私の派遣国生活」

『クロスロード』(通常号)のPDFファイルの36ページに掲載しています。

2023年7月号：ヨルダン / 8月号：マレーシア / 9月号：パラオ / 10月号：ドミニカ共和国 / 11月号：セルビア / 2024年1月号：スリランカ

<https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/pamphlet/crossroad/index.html>



JICA 海外協力隊に関するお問い合わせ先

■ 応募・選考に関するお問い合わせ

お問い合わせ内容	窓口名称	TEL	e-mail
応募	JICA海外協力隊募集事務局	TEL : 045 (410) 8922	contact@jocv.info
応募者用マイページ・選考	JICA海外協力隊選考事務局	TEL:03 (6632) 9465	info@jica-saiyo.com
上記以外	ボランティア相談窓口 (協力隊相談ライン)	—	jocv_sodan@jica.go.jp

JICA海外協力隊
ウェブサイト▶▶<https://www.jica.go.jp/volunteer/>

■ JICA国内拠点連絡先

名称	所轄地域	TEL・FAX	e-mail	所在地
JICA 北海道(札幌)	北海道(道央・道北・道南)	TEL : 011 (866) 8421 FAX : 011 (866) 8382	hkictpp@jica.go.jp	〒003-0026 北海道札幌市白石区本通16丁目南4-25
JICA 北海道(帯広)	北海道(道東)	TEL : 0155 (35) 1210 FAX : 0155 (35) 1250	jicaobic@jica.go.jp	〒080-2470 北海道帯広市西20条南6-1-2
JICA 東北	青森県・岩手県・宮城県・ 秋田県・山形県・福島県	TEL : 022 (223) 4772 FAX : 022 (227) 3090	jicathic-jv@jica.go.jp	〒980-0811 宮城県仙台市青葉区一番町4-6-1 仙台第一生命タワービル20階
JICA 筑波	茨城県・栃木県	TEL : 029 (838) 1117 FAX : 029 (838) 1119	jicatbic@jica.go.jp	〒305-0074 茨城県つくば市高野台3-6
JICA 東京	群馬県・埼玉県・千葉県・ 東京都・新潟県・長野県	TEL : 03 (3485) 7461 FAX : 03 (3485) 7025	tictpp1@jica.go.jp	〒151-0066 東京都渋谷区西原2-49-5
JICA 横浜	神奈川県・山梨県	TEL : 045 (663) 3253 FAX : 045 (663) 3265	yictpp@jica.go.jp	〒231-0001 神奈川県横浜市中区新港2-3-1
JICA 北陸	富山県・石川県・福井県	TEL : 076 (233) 5931 FAX : 076 (233) 5959	hrictpr@jica.go.jp	〒920-0853 石川県金沢市本町1-5-2 リファール(オフィス棟)4階
JICA 中部	静岡県・岐阜県・愛知県・ 三重県	TEL : 052 (533) 0220 FAX : 052 (564) 3751	cbictpp@jica.go.jp	〒453-0872 愛知県名古屋市中村区平池町4-60-7
JICA 関西	滋賀県・京都府・大阪府・ 兵庫県・奈良県・和歌山県	TEL : 078 (261) 0352 FAX : 078 (261) 0357	jicaksic-jocv@jica.go.jp	〒651-0073 兵庫県神戸市中央区脇浜海岸通1-5-2
JICA 中国	鳥取県・島根県・岡山県・ 広島県・山口県	TEL : 082 (421) 6305 FAX : 082 (420) 8082	jicacac-jocv@jica.go.jp	〒739-0046 広島県東広島市鏡山3-3-1 (ひろしま国際プラザ内)
JICA 四国	徳島県・香川県・愛媛県・ 高知県	TEL : 087 (821) 8825 FAX : 087 (822) 8870	jicaskic@jica.go.jp	〒760-0028 香川県高松市鍛冶屋町3番地 香川三友ビル1階
JICA 九州	福岡県・佐賀県・長崎県・ 熊本県・大分県・宮崎県・ 鹿児島県	TEL : 093 (671) 6311 FAX : 093 (671) 0979	kictpp@jica.go.jp	〒805-8505 福岡県北九州市八幡東区平野2-2-1
JICA 沖縄	沖縄県	TEL : 098 (876) 6000 FAX : 098 (876) 6014	oictpp@jica.go.jp	〒901-2552 沖縄県浦添市字前田1143-1

■ 青年海外協力隊訓練所

名称	TEL・FAX	e-mail	所在地
二本松青年海外協力隊訓練所	TEL : 0243 (24) 3200 FAX : 0243 (24) 3214	jicanjv-bk@jica.go.jp	〒964-8558 福島県二本松市永田字長坂4-2
駒ヶ根青年海外協力隊訓練所	TEL : 0265 (82) 6151 FAX : 0265 (82) 5336	jicakjv-jocv@jica.go.jp	〒399-4117 長野県駒ヶ根市赤穂15

クロスロード

発行日 2024年2月

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
〒100-0004 東京都千代田区大手町1-4-1 竹橋合同ビル制作協力：一般社団法人協力隊を育てる会「クロスロード」編集室
〒101-0052 東京都千代田区神田小川町3-28-7 昇龍館ビル2階
ロゴタイプデザイン・誌面デザイン：(株)AND
印刷・製本：弘報印刷(株) 校正：佐藤智也見やす・読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。