

# 同じ空の下で生きる仲間 ーわたしたちにできることー

三原市立西小学校

担当教科：全教科

田中 涼子

●実践教科：総合的な学習の時間、道徳、外国語活動 ●時間数：13時間 ●対象学年：小学5年生 ●対象人数：91名

## 実践の目的

- ・発展途上国を含む世界のいろいろな国の事を知り、日本とは違う文化を尊重する気持ちを持たせる。
- ・マラウイと日本の共通点・相違点に目を向け、様々な角度から物事を考える力を育てる。
- ・視野を世界に広げ、同じ地球に生きる一員として自分にできることを考え、実践する力をつける。

## 授業の構成

| 時限     | テーマ・ねらい                                             | 方法・内容                                                                                                       | 使用教材                                                 |
|--------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| 1      | マラウイってどんな国？<br>マラウイに対するイメージを話し合い、国の様子に興味を持つ（総合：5年生） | (1)マラウイに対するイメージを話し合う<br>(2)マラウイについてインターネットや本で調べる<br>(3)調べたことをまとめる<br>(4)調べてきてほしいことをまとめる                     | (2)地図・地球儀・インターネット・本・ワークシート<br>(3)ワークシート<br>(4)ワークシート |
| 2<br>3 | みんなの思いを届けよう！<br>マラウイの子どもたちへのおみやげをつくる（総合・外国語活動：5年生）  | (1)伝えたい漢字一文字を習字で書く<br>(2)自己紹介を英語でメッセージカードに書く                                                                | (1)半紙<br>(2)色画用紙・写真                                  |
| 4      | みんなの思いが届いたよ！<br>マラウイの文化に興味をもつ（総合：5年生）               | (1)マラウイの子どもたちにおみやげが届いたことを知る<br>(2)マラウイからのおみやげや写真を見て感想を話し合う<br>・「The warm heart of Africa」                   | (1)DVD・写真<br>(2)カレンダー・モリンガ・シマ粉・木彫りグッズ・ブブゼラなど         |
| 5      | 自然とともに生きるマラウイの人たちの自然の恵みを大切にしたい生活の仕方を知る（総合：5年生）      | (1)写真を見てクイズをする<br>・川の流れを利用して水浴びと洗濯をする様子<br>・レンガで家を造る様子<br>・キャッサバの縄跳び など<br>(2)水運び体験をする<br>・生活の知恵<br>・バランス感覚 | (1)写真・DVD<br>(2)バケツ・写真                               |

|          |                                                                       |                                                                                                                    |                                                            |
|----------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 6        | シマはどんな味？<br>マラウイの人たちの食事を体験し、マラウイの食文化を知る<br>(総合：5年生)                   | (1)シマを作る<br>・ 温度の確かめ方の工夫<br>・ 混ぜ方の工夫 など<br>(2)食事を体験する<br>・ 手で食べるマラウイの文化                                            | (1)シマ粉・水・鍋・木べら・皿<br>(2)写真・ほうれん草・鶏肉・お茶                      |
| 7        | マラウイの子どもたち幼稚園や学校での子どもたちの様子を知り、マラウイの学校や子どもたちの実態に興味を持つ (総合：5年生)         | (1)幼稚園や学校の様子を知る<br>(2)マラウイと日本の教育環境や状況を比較する<br>・ 進学率の違い<br>・ 言語の違い<br>・ 環境の違い (教科書、義務教育など)<br>・ 子どもたちの思い            | (1)写真<br>(2)マラウイの教科書・写真                                    |
| 8        | マラウイの病院ではマラウイの医療現場の様子や平均寿命を知り、長く生きることが難しい途上国の実態に関心を持つ (総合：5年生)        | (1)マラウイと日本の平均寿命を比べる<br>(2)マラウイの平均寿命が短い理由を探る<br>・ マラリアやHIV/AIDS<br>・ 食糧不足<br>・ 医者不足、薬や注射の不足                         | (1)写真<br>(2)写真                                             |
| 9        | 同じ空の下で<br>同じ空の下で、いろいろな子どもたちがいろいろな思いを持って生活していることを知る<br>(道徳：5年生)        | (1)世界の子どもたちと日本のこどもたちの相違点を見つける<br>(2)世界の子どもたちと日本の子どもたちの共通点を見つける<br>(3)パワーポイントを見て感想を話し合う<br>・ 途上国の実態<br>・ 世界の子どもたちの夢 | (1)パワーポイント<br>(2)写真・アンケート結果 (マラウイ・日本)<br>(3)パワーポイント・ワークシート |
| 10       | みんなに伝えよう！<br>自分たちが知ったことや考えたことを、1・2組に伝え、共通理解を図る (道徳：5年生)               | (1)マラウイはどんな国？<br>(2)マラウイの言葉<br>(3)マラウイの人の生活<br>(4)マラウイの人の食事<br>(5)マラウイの学校<br>(6)マラウイ人の命                            | (1)～(6)<br>パワーポイント・地図・チテンジ・バケツ・シマ粉・教科書・写真など                |
| 11       | 世界では今<br>青年海外協力隊OBの方の話を聞き、途上国の実態と青年海外協力隊員の活動の様子を知り、理解を深める<br>(総合：5年生) | (1)ホンジュラスという国について<br>・ 言葉 (スペイン語)<br>・ 文化 (3つの民族)<br>(2)活動内容について<br>・ 隙間だらけの家の建て替えのこと<br>・ カメムシに刺される病気のこと<br>など    | (1)～(2)<br>パワーポイント                                         |
| 12<br>13 | わたしたちにできること<br>これまでの学習を振り返り、これから自分たちにできることは何か考え、自分の思いを発表する (総合：5年生)   | (1)これまでの振り返りをする<br>・ マラウイのこと<br>・ 青年海外協力隊OB木村さんのお話<br>(2)自分にできることを話し合い、考える<br>(3)みんな前で発表し、思いを共有する                  | (1)写真・DVD<br>(2)～(3)ワークシート<br>など<br>※1月実施予定                |

## 1 限目 マラウイってどんな国？

まず、私がマラウイに行くことをみんなに伝え、「マラウイのことを何も知らないので調べてほしい。」という投げかけをし、児童にマラウイのことを調べようという意欲を持たせた。児童はインターネットや本を使い、入手した情報をワークシートに整理し、発表した。

### 【児童の調査結果】

- ・マラウイにはマラウイ湖という湖がある。
- ・マラウイの女の人はスカートの代わりに布を腰に巻いている。
- ・マラウイ大学には「レンガ積み学科」という学科がある。
- ・マラウイではチェワ語と英語で話す。
- ・「マラウイ」とは、チェワ語で「光」「炎」を意味する。
- ・独立記念日は7月6日である。
- ・マラウイと日本は気候が逆である。

発表の後に、調べても分からなかったこと、先生に調べてきてほしいこと・やってきてほしいことを話し合った。

### 〈児童の反応〉

- ・きっと野生の動物がたくさんいると思うから、触ってきてほしい。写真を撮ってきてほしい。
- ・食事には虫が出るかもしれないから、食べて感想を聞かせてほしい。
- ・日本のようにあまり豊かな国ではなさそうだけど先生は大丈夫だろうか。
- ・どんな食べ物を食べるのか知りたい。買って帰ってきてほしい。

### 〈所 感〉

児童は、アフリカという一番に野生動物を思い浮かべるようだ。多くの児童が、動物とのふれあいを期待していた。中には私も知らなかったことを調べてくる児童もいたが、やはりインターネットや本だけでは、大まかなことしか分からない。児童は、マラウイの人の生活や子どもたちの様子などインターネットや本では分からない一歩踏み込んだ情報を欲しがっていた。

## 2 ・ 3 限目 みんなの思いを届けよう！

マラウイの学校へ訪問することを伝え、おみやげ作りをした。児童の意見から、習字での一文字と、英語でのメッセージカードを贈ることに決まった。外国語活動が始まったばかりでまだ英語が上手くかけないので、ALT（Assistant Language Teacher：外国語指導助手）の先生にも協力していただき、完成させることができた。

### 〈児童の反応〉

- ・チェワ語はわからないけど、英語なら少し分かるし、マラウイの人にも伝わるかもしれない。
- ・日本のことを知ってほしい。
- ・このおみやげが届いて喜んでくれるといいな。友達できるかな。

## 〈所 感〉

「日本ならではのものをおみやげに」という考えから習字の作品にしようという意見が出た。そして、前時にマラウイではチェワ語の他に英語を話すという事を調べていた児童がいたので、「英語で何か伝えたらどうか」という意見も出た。子どもたちなりに、マラウイの子どもたちの姿を思い浮かべ、喜んでくれそうなものをよく考えていた。この児童の思いを確実に届けなければと気が引き締まった。

## 4 回目 みんなの思いが届いたよ！

マラウイの子どもたちにおみやげを渡したときの様子が分かるDVDや写真を見せ、自分たちの作ったものがマラウイの子どもたちの手元に届いたことを実感させた。

次に、私がマラウイから持ち帰ったおみやげを披露し、クイズをした。象の置物を並べるマラウイのカレンダーや牛のうんちが原料のハガキを見せ、話し合い、マラウイのことを簡単に伝えた。

### 〈児童の反応〉

- ・カレンダーの使い方に驚いた。日にちが分からないなんて日本じゃ使い物にならないけど、マラウイのひとは日にちとか細かいことは気にしないんだと思った。わたしもマラウイに行ってみたい。



カレンダーの使い方を考える子どもたち



ハガキの原料を考える子どもたち

- ・牛のうんちでできたはがきは全然くさくなかった。牛のうんちも無駄にしないのはすごい。
- ・自分の作ったおみやげが届いてマラウイの子が喜んでくれたことがうれしかった。
- ・一度も戦争をしてないとはすごい。日本もマラウイを見習ったらいいのに。

## 〈所 感〉

マラウイからのおみやげを見て、児童はとても興味深そうにしていた。中でも、カレンダーにはとても興味を示した。使い方やそこに込められたマラウイの人たちの考え方から、マラウイの人の大らかさや、ゆったりとした時間の流れの中での生活などを感じ取っていた。牛のうんちのハガキに関しては、牛のうんちを原料として使う理由に「お金がないから」ということだけでなく「もったいないから」という理由も挙がった。繊維豊富な牛のうんちをハガキに利用し、にoinもなく加工していることに驚いているようだった。また、マラウイで一度も内戦が起きてないことから「The warm heart of Africa」と呼ばれていることを知らせると、とても感心していた。

## 5 回目 自然とともに生きる

自然を生かしたマラウイの人たちの生活について、「水」を中心に学習した。まずは、川の様子の写真を見せて、「マラウイの人たちは何をしているか」クイズをし、正解はDVDを見せた。そこから水に着目させた。そして、井戸を使う村の様子や、水を入れたバケツを頭に乘せて長い距

離を運ぶことを知らせ、バケツを頭に載せて水を運ぶ体験をした。また、余談として、キャッサバを長縄にして遊ぶ子どもの様子やレンガを作って家を造っている様子を見せ、自然を生かして生活していることのよさを考えさせた。

#### 〈児童の反応〉

- ・洗濯をしているけど、奥で何をしているのだろう。
- ・どうして女の人しかいないの？
- ・上流で水浴びをして、下流で洗濯をしているとは生活の知恵！
- ・バケツが重たくてびっくりした。
- ・イモの蔓が長縄になるとは知らなかった。
- ・マラウイの人はとてもバランス感覚がいいと思う。
- ・自然の恵みを大切にしている。自然の恵みに感謝して生きている。 川の様子（洗濯と水浴び）



キャッサバの縄跳び



レンガ作り用の型



バケツは頭の上へ

#### 〈所 感〉

水の流れや川の石を利用して洗濯や水浴びを行うマラウイの人の生活の知恵に驚き感心していた。また、大切に井戸の水を使ったり、重たいバケツで水を運んだりする人々から、自分たちの水の使い方を見直す良い機会にもなったようだ。

キャッサバを利用した縄跳び、土を固めて作るレンガの家など、自然の恵みを精一杯利用したマラウイの生活に興味を示しており、自然を利用するということは環境によいことだと話し合うことができた。

また、たくさんの薪を自転車に積んで走る男性の写真も見せたところ、マラウイの人は日本人よりもバランス感覚がいいのではないかという意見も出ていた。



3 組作マラウイ料理

## 6 回目 シマはどんな味？

マラウイの人の生活を学習する中で、食べ物に対する興味がわいていたので、マラウイの食事について学習した。まず、マラウイで私が食べた料理の写真をいくつか見せて、お皿に載っているものについて話し合った。それから、みんなでシマを作り、マラウイの人と同じように手で食べ、感想を話し合った。

マラウイの紅茶も一緒にいただいた。

#### 〈児童の反応〉

- ・シマをかき混ぜるのにはすごく力がいる
- ・湯加減を手で確かめるのにびっくりした
- ・味がなかった



シマを混ぜる児童



- ・食感があまり好きではなかった
- ・おいしいので給食に出してほしい

#### 〈所 感〉

メニューが変わっても、赤の食品（タンパク質など）、緑の食品（ビタミンなど）、黄色の食品（炭水化物など）が揃っており、給食と同じようにバランス食になっていることに驚いていた。シマが口に合わない子もたくさんいたが、日本人がご飯を大好きなようにマラウイの人はシマが大好きであることを伝えと、生まれ育った国の食べ物が好きなのはどこの国でも一緒であることに気付くことができた。



手で食べる児童

## 7 眼目 マラウイの子どもたち

マラウイの子どもたちの幼稚園や学校の様子を学習し、日本とは環境が違うことや、制度が違うことを知り、学校に行きたくても行くことができないマラウイの子どもたちがたくさんいることから、教育の重要性を考えた。

例えばある村に100人の6歳児がいたと仮定する

|               |      |
|---------------|------|
| 6歳子ども         | 100人 |
| ↓ 入学率69%      |      |
| 入学            | 69人  |
| ↓ 進級率76%      |      |
| 5年生に進級        | 52人  |
| ↓ 卒業率68%      |      |
| 卒業            | 35人  |
| ↓ 進学率40%      |      |
| セカンダリースクールに入学 | 14人  |



プライマリースクールの生徒たち

#### 〈児童の反応〉

- ・教室に机も椅子もなくてびっくりした。
- ・日本とは違って義務教育がないことに驚いた。
- ・卒業できるのが全員ではないから、かわいそう。
- ・机や椅子を大事に使おうと思った。
- ・2つの言語をしゃべることができるのはすごい。



マラウイの幼稚園



マラウイの教室

#### 〈所 感〉

自分たちが当たり前のように通っている学校に、マラウイの子どもたちは通うことができないことを知り、日常生活や学校のありがたみを感じることができたようだ。自分たちの学年とほぼ同じ100人の子どもがセカンダリースクールに行く頃になればたったの14人に減っているという実態に衝撃を受けていた。この実態の違いをただ「かわいそう」で終わらせるのではなく、日本にいる自分ができることはないか考えさせることができた。

## 8 眼目 マラウイの病院では

マラウイと日本の平均寿命を比べることから、写真や情報を頼りに、どうしてマラウイの平均寿命が短いのかを考えさせた。そして、マラウイの医療現場の様子から日本では助かる命もマラウイでは失われてしまうことを知らせた。マラリアやHIV/AIDSなどにより、早く命を落としてしまうこと、お金が無くて病院に行けないということ、医療道具や薬がないこと、医者が少ないことなど様々な原因からこのような実態になっていることをみんなで考えた。また、食糧不足や親との死別により、5歳以下の子どもの命が多く失われていることを伝え、元気に大きく成長することが難しいマラウイの実態を知らせた。

日本：マラウイ  
82 : 46

〈この数は何でしょう〉



蚊よけの蚊帳



病院の様子

### 〈児童の反応〉

- ・日本ではすぐ病院に行くことができるのに、マラウイではそうではないことが分かって悲しい。
- ・小さな子どもがたくさん死んでしまうのがかわいそう。
- ・好き嫌いをしている自分たちはぜいたくだ。

### 〈所 感〉

蚊1匹のせい（マラリア）で死んでしまうことや、日本で助かる命がマラウイでは助からないこと、命の現場の実態を知り、子どもたちも途上国の真実が見えてきたようで真剣に考え、話を聞いていた。食糧が無く、小さな子どもが命を落としてしまうことから、食べ物の大切さを考えることもできた。

## 9 眼目 同じ空の下で

道徳の資料「同じ空の下で」を活用し、授業をした。世界にはいろいろな国があり、同じ空の下で、いろいろな人がいろいろな思いを持って生活をしている。まず、資料やアンケート結果の比較から、文化や言葉を違うけれど、夢を持ったり、家族や友達を大切に思ったりする気持ちは変わらないことを確認した。5年3組みんなの夢と世界の子どもたちの夢を比較しながら、みんなが夢を持って生きていける世界にしていけるためにはどうすればよいかをみんなで話し合い、思いを発表した。

### 〈児童の反応〉

- ・世界の子どもたちが、人の役に立つことを夢にしていることに驚いた。わたしも人の役に立ちたい。
- ・みんなの夢が叶う世界になればいいと思った。
- ・わたしもマザーテレサみたいに貧しい国の人を救いたいと思った。
- ・まずは、給食を残さずに食べることから始めようと思う。

- ・いろいろな国があって、食べ物とか言葉は違うけど、思いは一緒だと思った。
- ・栄養失調で死んでいく子どもたちを救いたいと思った。
- ・私にも何かできることがあるのなら同じ仲間として、困っている子や悲しんでいる子を助けたいと思う。

### 〈所 感〉

5年3組の児童は、夢を聞かれたらほとんどが職業の名前を答えたが、マラウイの子どもたちはまず「卒業する」ことを夢として挙げていた。そして、世界の子どもたちも、職業ではなく、どんな人間になりたいか、どんな存在になりたいかを夢に挙げていた。その違いに児童は驚き、自分たちは同じ空の下で生きる仲間のために自分たちにもできることはないかを考えることができた。

また、世界のたくさんの国で食糧不足により、小さな子どもが命を落としていることを改めて確認し、日本という豊かな国に生まれたことに感謝すると同時に、自分たちのこれからの生き方をよく考えていた。

## 10回目 みんなに伝えよう！

今まで学んだマラウイのことを同じ学年の1・2組の児童に伝え、途上国の実態を知ってもらうことをねらいにこの授業を組んだ。知らせることはもちろん、マラウイのことを知った今、「知ってほしい」「知らせたい」という思いを育て、「人に伝える」ということを第一に準備を進めた。

3組にとっては自分たちが心に残っていること、衝撃を受けたことを他の人に伝える経験を通して、さらに理解を深めること、1・2組にとっては、マラウイの実態を知り、まずは途上国に関心を持つこと、それぞれのねらいをもって進めた。

### 〈児童の反応〉

#### 1・2組の児童

- ・ The warm heart of Africaと呼ばれるくらいやさしい人たちが蚊1匹で死んでしまうこと（マラリアの影響）が悲しかった。
- ・ 平均寿命も短く、食糧も少ない国なのでみんな困ったり、苦しんだりしているのかと思ったけど、とても親切で明るい人たちがばかりと聞いて少し安心した。
- ・ 蚊にはさされたくないけど、一度マラウイに行ってみたいと思った。
- ・ 一度も戦争をしていないと聞いてすごく優しい人が多いんだと思った。



写真でクイズをする様子



クワチャ



マラウイからのおみやげ

#### 3組の児童

- ・ 途上国では3秒に1人の子どもが死んでしまうことを知ってほしかった。
  - ・ 日本では絶対に起きないことがマラウイでは起きていることを伝えなかった。
  - ・ 「かわいそうに」と思うだけでなく、「こんな豊かな国に生まれたことに感謝しよう」と思っ
- てほしかった。



- ・発表してみて、1・2組の人にもっと途上国のことを知ってもらいたいし、自分も知りたいと思った。
- ・違いはたくさんあるけど、思いは同じだという事を伝えたかった。

#### 〈所 感〉

児童から児童へ伝えるという経験を通して、双方に学ぶものがあるはずと思い、授業を進めた。3組の児童は、学んだことを伝えたいという思いで発表に劇やクイズを取り入れて主体的に発表を考えていた。1・2組の児童は、3組の発表をよく聞き、思いを受け取ってくれたと思う。自分が知ったこと・自分の思っていることを、誰かに伝えていくというのはとても大切な力だと改めて感じた。

## 11 11月 世界では今

これまでの学習内容から、マラウイの実態について、共通理解を深めることができた。今度は、マラウイとは違う国の実態を知ることを目的として、青年海外協力隊OBの方をゲストティーチャーのお話を聞いた。中米・ホンジュラスに建築分野で2年間派遣されていた木村哲也さんをお招きし、ホンジュラスの言葉や文化、現地の様子を話していただいた。

#### 〈児童の反応〉（木村さんへのお手紙より）

- ・わたしは「かわいそうだなあ」と思うだけでなく、関心を持ってできることは行動していきたいと思った。
- ・これから外国のことに目を向けていこうと思う。
- ・電気も水もない中でどうやって生活するのだろうと思った。
- ・2年間も一緒に家を造ってすごいと思った。
- ・大きくなったら発展途上国へ行ってたくさんの人を助けたい。
- ・これからはいろんな国のことに関心を持っていきたいと思う。
- ・大きくなったら人のためになる仕事について、人の役に立ちたい。
- ・ぼくたちの電気や水を送ってあげたいと思った。



木村さんのお話を聞く子どもたち

#### 〈所 感〉

マラウイ（アフリカ）だけでなく、世界のあらゆるところで、様々な問題が起きていることを知った。

まずは、「関心を持つ」ことが重要であることを木村さんが言っておられ、児童の心にもその思いが届いていたと思う。マラウイのマラリアと同じように、ホンジュラスではカメシにさされて死んでしまう伝染病（シャーガス病）があることに児童は驚いていた。

日本では当たり前にある、電気も水もない環境での生活は想像もつかないようだった。日本のような先進国は世界では一握りであり、実は世界の多くの国が、貧困や病気で困っていることを児童は知らずに過ごしてきた。そのことに今気づき、自分にできることを考え、自分の行動や生活を少しずつ変えていくことに期待したい。

## 12・13 13回目 わたしたちにできること

途上国の実態を知り、世界にはいろいろな国があることを知った今、自分たちにできることはないだろうか。これからどんな気持ちを持って生活していけばいいのだろうか。児童に問いかけ、これからの自分の生き方を考えさせたい。今できることに目を向けさせ、自分の思いを発表する。  
(1月実施予定)

### 全体を通しての成果と課題

この実践の成果を3点挙げる。1点目に、児童が様々な国の様子を知り、共通点や相違点に気づきながら理解を深め、互いのよさを感じることができた事である。2点目は、ひとつの情報を多面的に見たり考えたりすることができ始めたことである。自分側からだけの意見だけでなく、相手側からの気持ちにも目を向けた発言が増えてきた。3点目は、視野を地球に広げ、地球に生きる一員としてのものの見方や考え方ができるようになってきたことである。世界の状況を知ることによって「自分にも何かできるのでは」という思いを持ち始めたことは大きな変化である。しかし、今回の気づきや学びをこれからも継続していくことができるかどうか、そして児童の思いをどう今後につなげていくか、ここには課題があると考えている。よって今回に限らず、これからも世界のいろいろな国のことに関心を持ち続けられるように、今後も話題にしたり、話し合ったりしていく必要があると考えている。ただ、ものを大切にするようになった、給食を残さなくなった、友達に優しい言葉をかけるようになってきた、など日常の生活の中に小さな変化が見られることが一番の成果ではないかととらえる。その中で、陽気で優しいマラウイの人たち「The warm heart of Africa」の心の豊かさを少しずつ理解してくれればいいと思う。

また、私自身も児童とともに様々な事を学ぶことができた。何から伝えていけばいいのか、何を話せば児童に届くのか、最初は悩んだが、自分がマラウイに行って一番心に残ったことを伝えればよいのだと気づいた。マラウイに行って改めて思い、当たり前なのに今でも心に残っているのは、世界中の空がつながっており、「同じ空の下にみんなが一緒に生きている」ということ。同じ地球に生まれたのだから決して他人ではない、「同じ地球に生まれた仲間である」ということを意識することで児童も途上国の貧困問題を人ごとではなく、少し身近な問題として感じるようになった。児童が空を見上げたときにふと、同じ空の下で生活する遠くの友達を思い浮かべ、今回の授業で学んだことを思い出してくれるといいなと思う。本研修に参加し、学ぶ機会を与えて下さった教職員、保護者の皆様、児童に心より感謝申し上げます。

### 参考資料

#### 【書籍】

- ・あたらしい道徳「同じ空の下で」「もうひとりのお友達」(日本標準)

#### 【インターネット】

- ・世界の子どものたちの夢 <http://homepage1.nifty.com/RED-SILVIA/sekainoko1.htm>
- ・ウィキペディア「マラリア」  
<http://ja.wikipedia.org/wiki/%E3%83%9E%E3%83%A9%E3%83%AA%E3%82%A2>
- ・図録 世界の平均寿命ランキング <http://www2.ttcn.ne.jp/honkawa/1620.html>
- ・外務省 マラウイ <http://www.mofa.go.jp/mofaj/area/malawi/index.html>