

カンボジアへ
行ってきました



青年海外協力隊として

カンボジアへ

行ってきました。



時期 2022年8月～

2024年3月 約1年7カ月





色々なエネルギーが無くなった。

自分が幸せを感じていないのに、

幸せを子どもに伝えられない。



こんなに教員楽しいのに

教員をつづけるために。

自分のために。

いつか世界を変える力になる

JICA
海外協力隊

日本の様々な
職業の人たちが

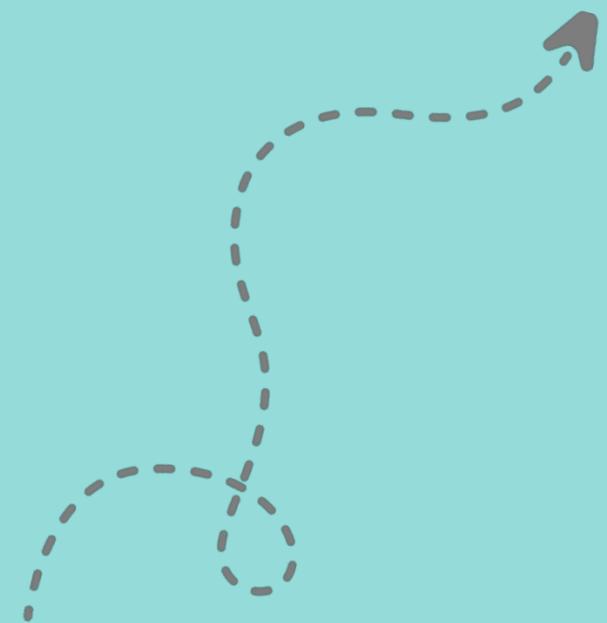
世界へボランティアへ

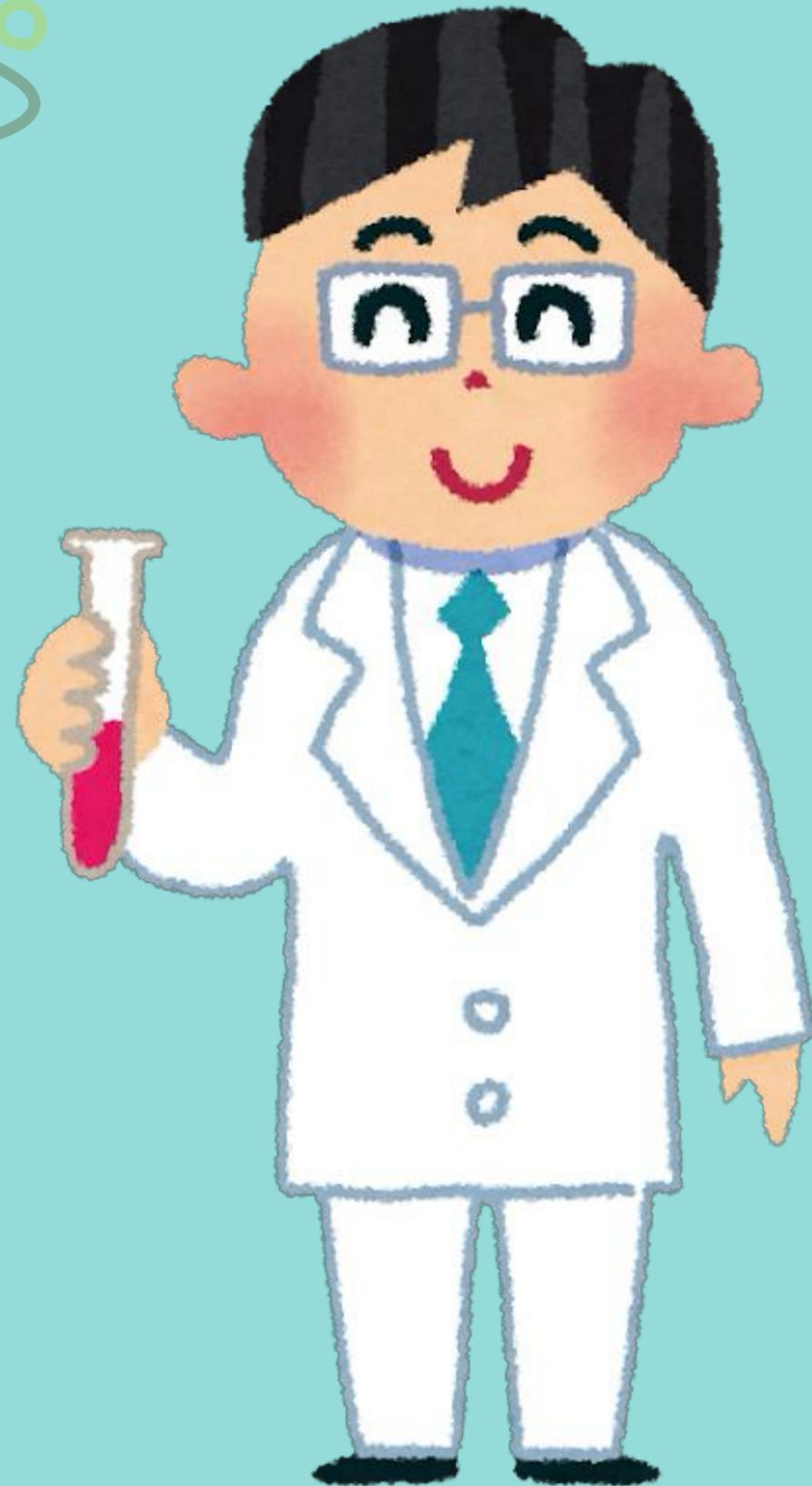


看護師、先生、水道、スポーツ…



では、林はどんな
ボランティアへ？



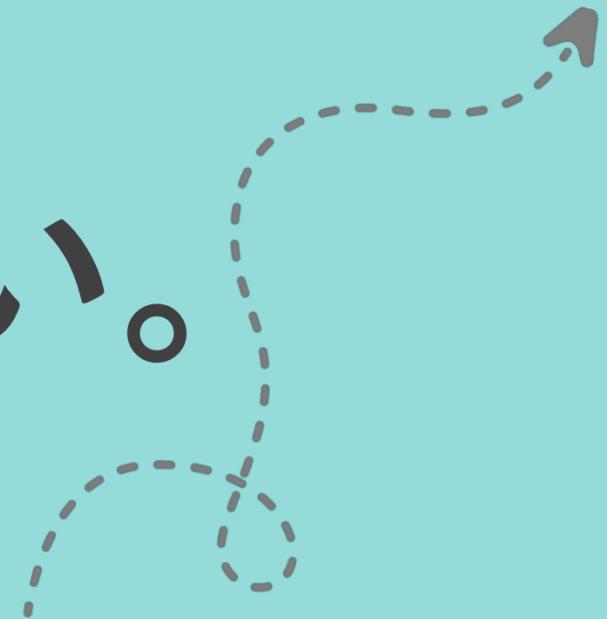


自分の授業の力

を試したい！

授業がやりたい！

国はどこでもいい。



学校（カンボジア）からの要請



教育・工業に力を入れたい。

→理科に実験を入れてほしい



カンボジアで

理科(実験)を伝える活動へ



○中学校を卒業するのは10人に4人。

○高校を卒業するのは10人に2人。



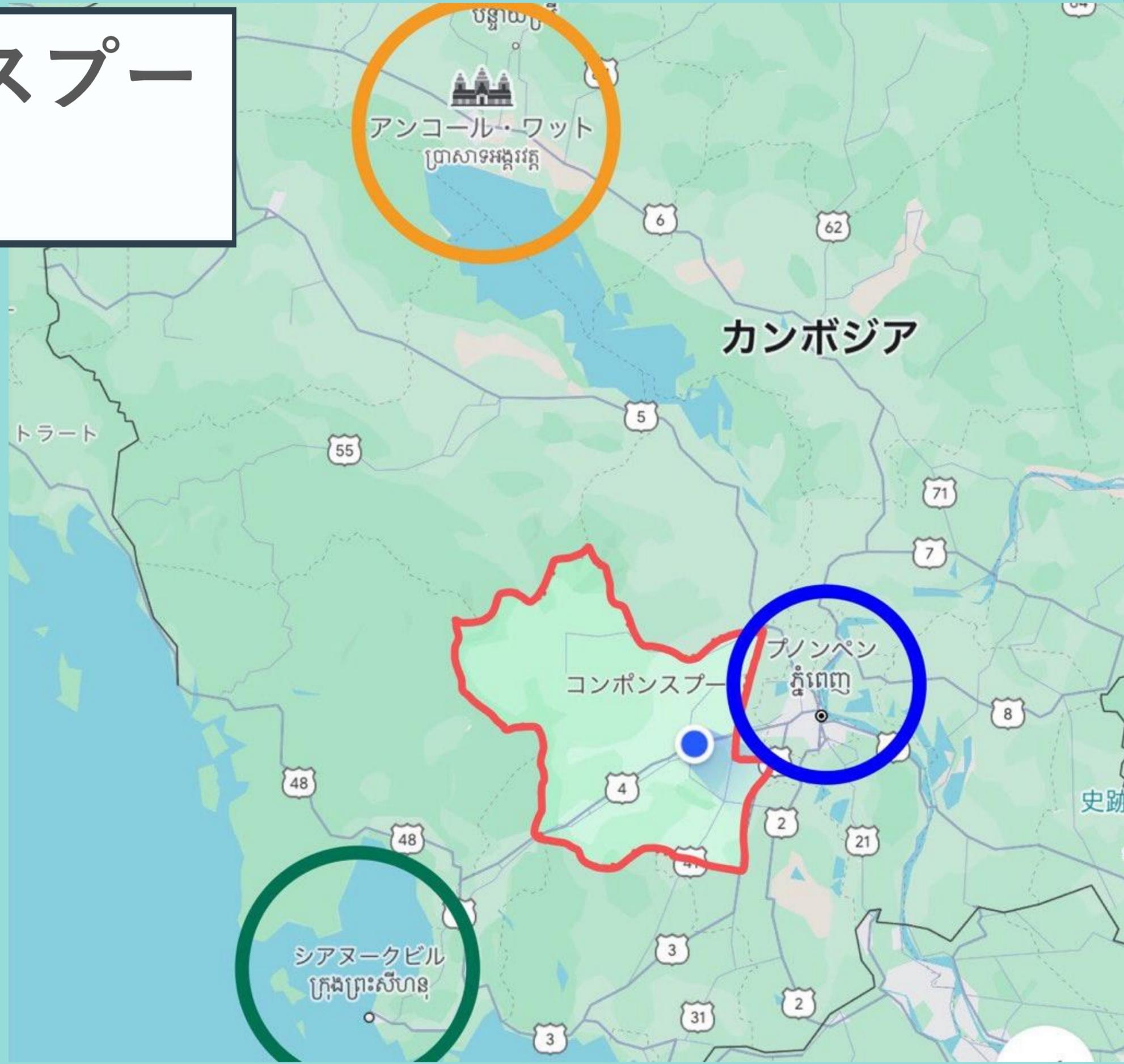
- 早く働いて、家にお金をいれてもらいたい。
- 教員の数が少ない
- 毎年、進級試験がある



カンボジアの場所



コンポンスプー の場所





コンポンスプー州 小学校教員養成校



大学のようなもの



- 2年制の学校
- 約50人3クラス
- 年齢は20歳
～30歳くらい



彼らはお金をもらいながらの勉強。
必ず小学校の先生になる。

隣に 附属小









林のやること



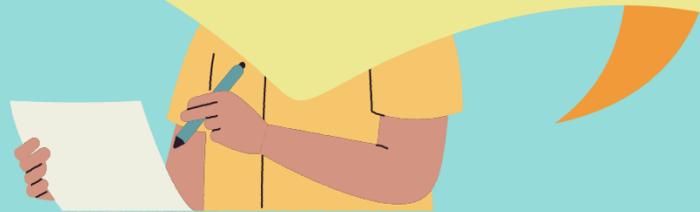
理科の先生の実験の技術の向上！

学生の実験の技術・指導力の向上！



なぜなら

彼らは人生でほとんど
実験をやったことがない



○実際の授業

24種類



花のつくり



太陽系



太陽と地球



顕微鏡



酸アルカリ



葉の分類



Whiteboard content (left side):

- ၁၀၀၀၀၀၀၀
- ၂၀၀၀၀၀၀
- ၃၀၀၀၀
- ၄၀၀၀
- ၅၀၀

Whiteboard content (right side):

၀၀၀	၀၀၀၀	၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
၀၀၀	၀၀၀၀	၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀

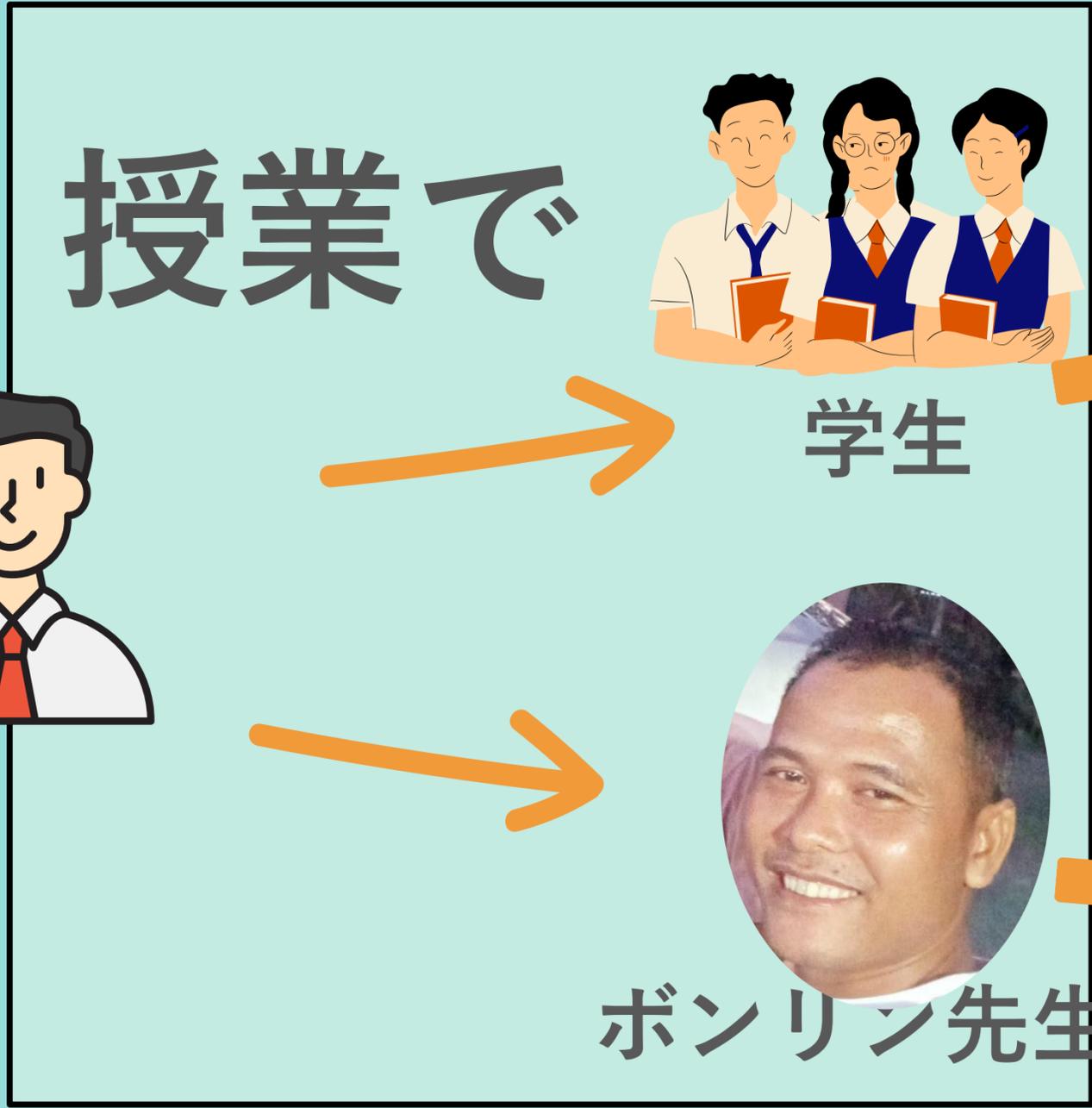
Whiteboard content (right side):

၀၀၀	၀၀၀၀	၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀
၀၀၀	၀၀၀၀	၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀	၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀၀



伝える

実践



授業で



学生



ボンリン先生

附属小で学生主体の
実験の授業



3クラス目の授業
をボンリン先生に

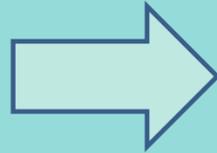


附属小での理科実験 授業中



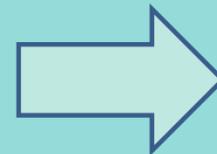
林が来る前までは実験の授業は0回

○学生へ実験の授業 24種類実施。

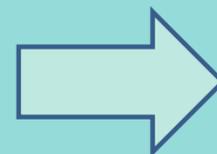


簡単に
まとめると

○ボンリン先生主導による実験 6種類実施。



○学生主導による附属小での理科実験 2回。



林としては

とても苦しかった！

本当に学生たちは、 教員になって実験をやる？

- 小学校 理科室、実験道具無し。
実験が無いのを当たり前。
- 道具を買うとしたら自分のお金。
- 給料低い。1カ月300ドル（5万円）

ボンリン先生は
俺がいなくなったら
実験なんてやらないんじゃない？

○今まで実験の授業をして来なかった。

○実験準備を一度も一緒にしたことがない。



ここままで、カンボジア

到着から1年。

あと7カ月。

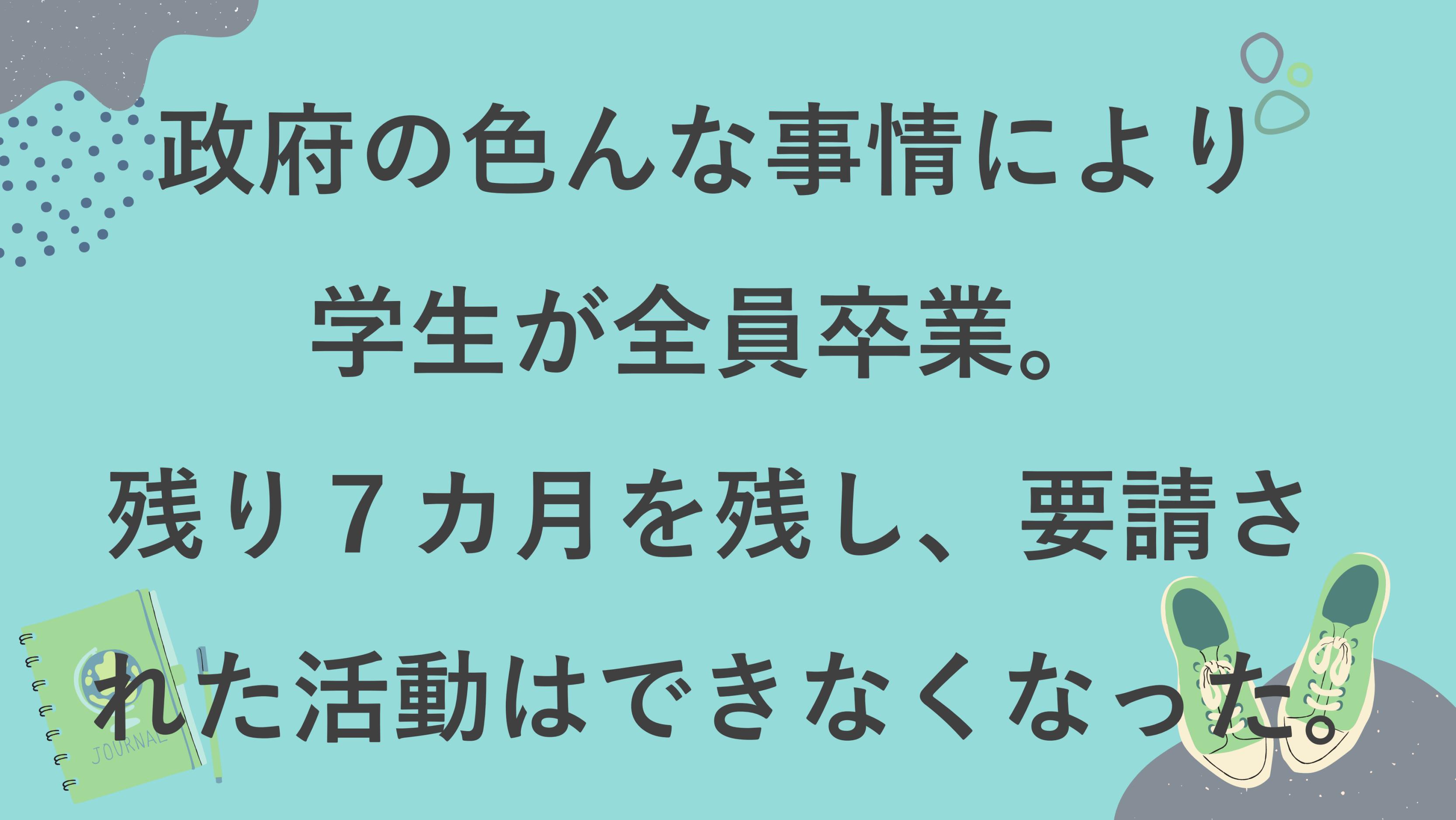


理科を教えに来た林にとって

すごくすごく

苦しいことが起こった。





政府の色々な事情により

学生が全員卒業。

残り7カ月を残し、要請さ

れた活動はできなくなつた。





要請された

内容に対しての活動は

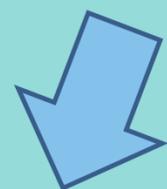
やれることはやった！！



活動についての時系列

2022年9月～

2023年8月



本来、要請

された活動

2024年9月～

2024年3月



2023年9月、学生卒業。



次に入ってくるのは早くて

11月？12月？

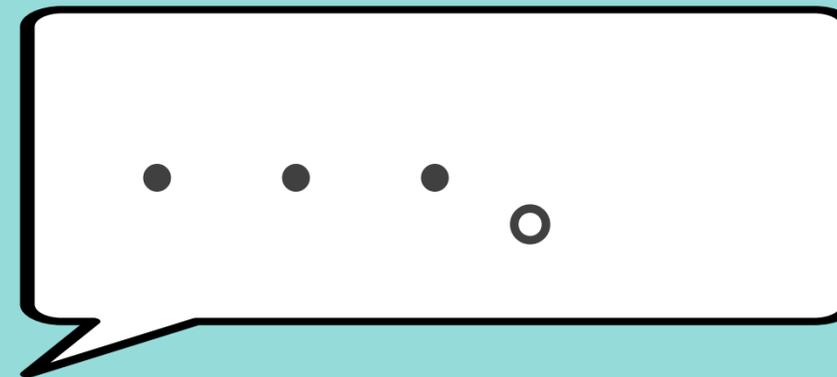
早く入ってこないかなあ。

ずっと待ってた。



実際には、

今もまだ新入生は
入学していない。





カンボジア滞在約1年半の中で
実際に小学校教員養成校で活動
ができたのは、約半分の8カ月



2022年 9月

コンポンスプーへ着任

9・10月

長期休み

11・12・1月

授業

2023年

2・3月

教育実習中

4・5・6・7・8月

授業

9月～

学生卒業し、学生不在

現在



そして、その8カ月の中でも
授業は週に3回。

		ថ្នាក់ ABC						
		ម៉ោង	ថ្ងៃចន្ទ	ថ្ងៃអង្គារ	ថ្ងៃពុធ	ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍	ថ្ងៃសុក្រ	ថ្ងៃសៅរ៍
7時～8時	៧-៨							
8時～9時	៨-៩					ថ្នាក់A		
9時～10時	៩-១០							
10時～11時	១០-១១			ថ្នាក់C		ថ្នាក់B		

2023年4月～8月の理科の時間割



たった24種類。



活動が少なく、何かを積み

上げられた結果がない。

学生やボンリン先生の変化

を見ることが難しかった。

任地にきて1年が経った

活動の感想



もどかしい

くやしい

ふがいない

自分には何もできなかつた

「ああなんて自分はちっぽ

けなんだ。」

この初めの1年は

活動が苦しい

だけじゃなく、



生活も人も苦しい。



初めての1年間住んだ家



クーラー無しの蚊帳生活







生活が苦しい



暑い。蚊が多い。

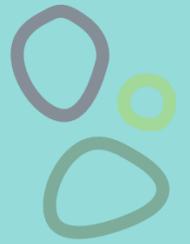
いろいろな人に助けてもらったけど

風邪、便秘、熱中症。

昼になるとずっとクラクラ



生活が苦しい



体調がずっと悪い！！

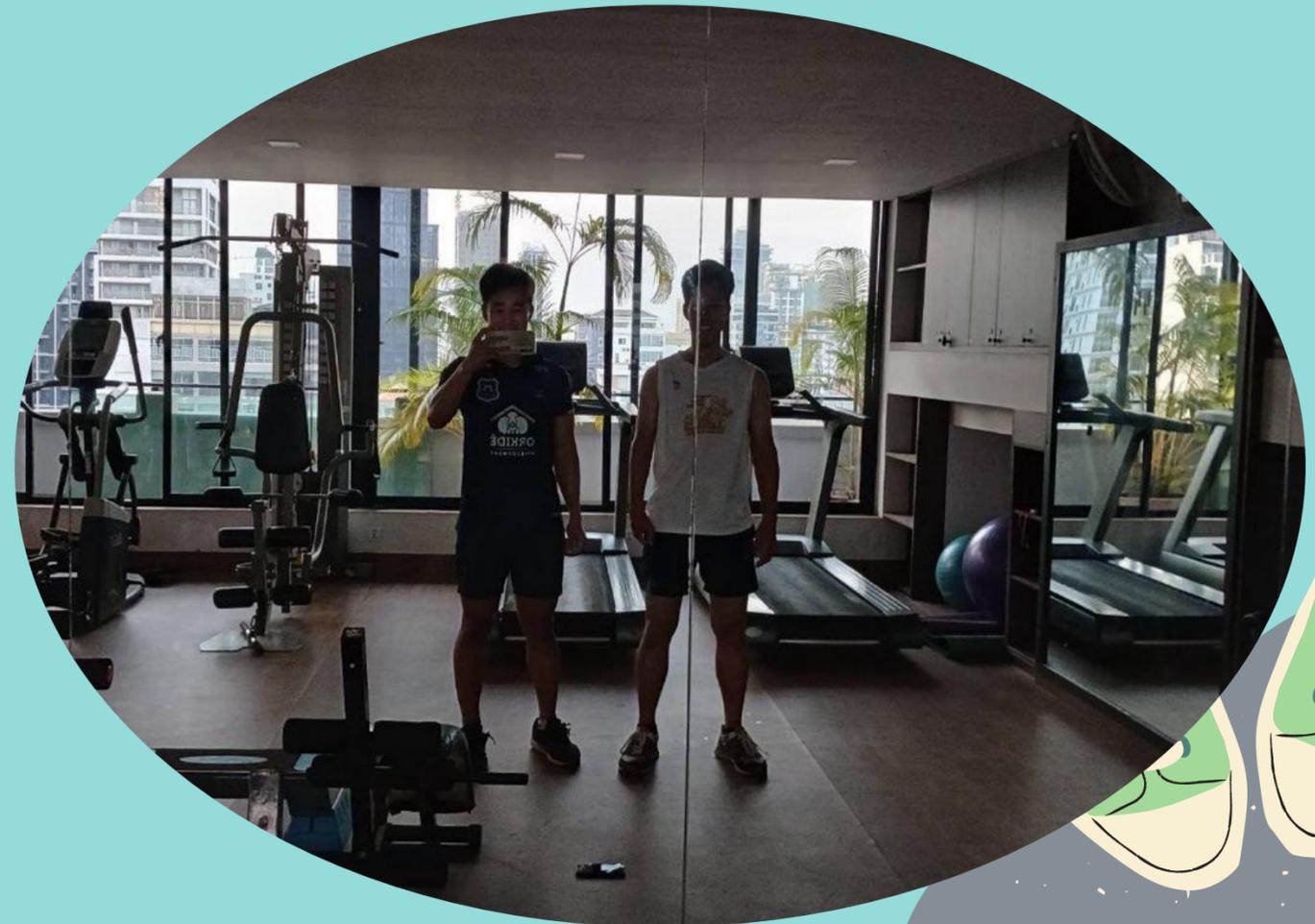
これは健康に気を付けないと

生きていけない。



食事・睡眠・運動

に気を付けるようになった！



生活が苦しい



引っ越そうと思い、
家を探す。



家をかえた！



環境が全く変わった！

生活が苦しい



食事・睡眠・運動に

気をつけた状態で

家が代わると



ここ10年で最も健康に!!



人が苦しい

人とつながりのうすさ



人が苦しい



ボリン先生と会えるのは週1(2)回

職員も自分の授業の日だけ来る。



人が苦しい



(元)大家が笑うのは月に1回。



人が苦しい



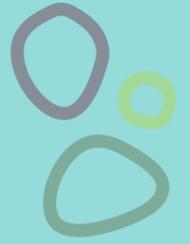
(元)大家が笑うのは月に1回。



家賃を払うときだけ。



隣の建物に住む高校生たち





PLAN 3 MONTH BE Fore Baccl
Ramind

Time	Mon	Tue	Wed	Thur	Fri	Sat	Sun
7-8	Math தொடர்ச்சி	BiO நிலமா ARN	Phy தொடர்	BiO நிலமா ARN	Math கணித	CHE PH	KH கொடு
Rest							
8-9	Math தொடர்ச்சி	BiO நிலமா ARN	Phy தொடர்	BiO தொடர்	CHE	CHE நிலமா	KH நிலமா
Rest							
9-10	Math MA	BiO ARN	Phy தொடர்	Math தொடர்	Phy தொடர்	Math கணித	Hrs தொடர்
Rest							
10-11	CHE PH	Math தொடர்	CHE தொடர்	Math தொடர்	Phy தொடர்	Math தொடர்	Hrs தொடர்
Rest							
11-12	CHE தொடர்	Math தொடர்	CHE தொடர்	Math தொடர்	BiO நிலமா ARN	Math தொடர்	BiO தொடர்
Rest							

Index

1. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$ 2. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$
 3. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$ 4. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$
 5. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$ 6. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$

சாத்தியமான கார்பன்கள்
 $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$ 2. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$
 $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$ 3. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$
 $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$ 4. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$
 $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$ 5. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$
 $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$ 6. $\text{C}_2\text{H}_5\text{COOH}$

人が苦しい



どこかに所属している

という感覚が無い



活動・生活・人



苦しきから

心の變化

が起こった



心の変化①



色々工夫したつもりだけど
何も自分にはできなかった。
ならば、何をやってもいいの
かもしれない。

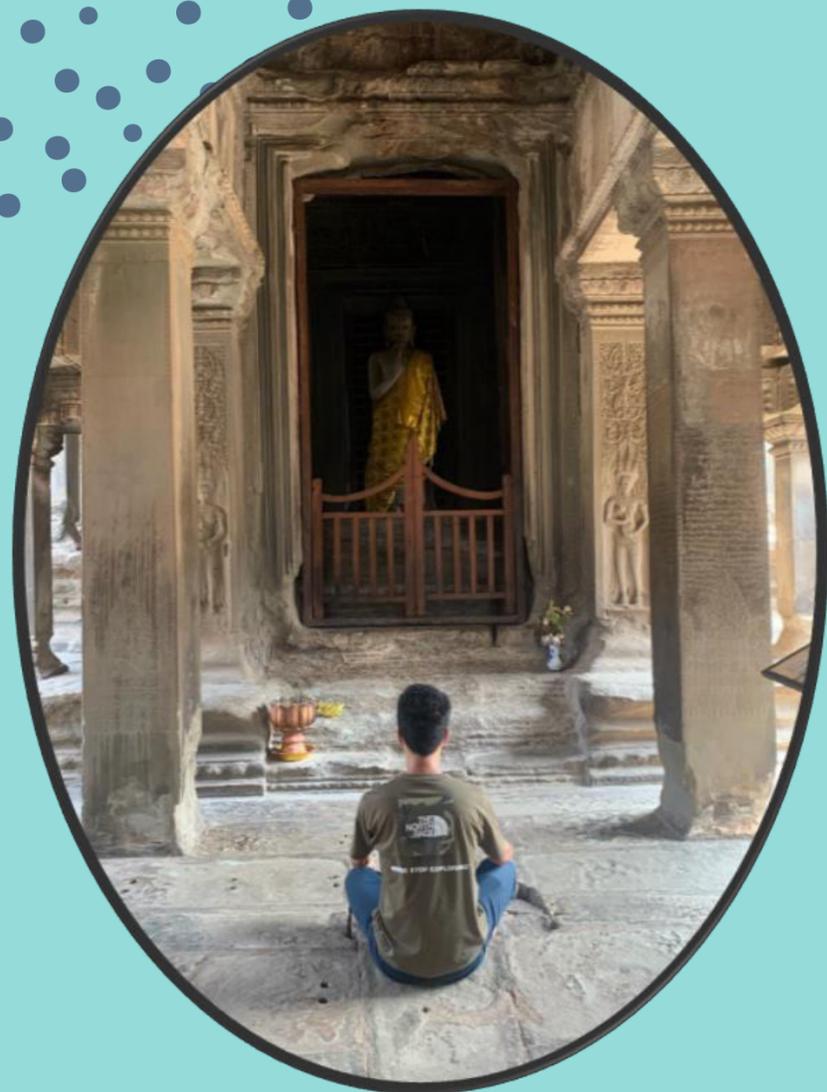


心の変化②



JICA隊員としてではなく、
一人の人間として、
この街の人々に何ができるか。

心の変化③



何が良いか悪いか
なんてわからない。
ならば、自分が目指す
方向性を大切にしよう。



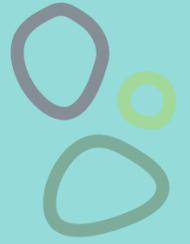
目指す方向性



誰かの成長と幸せを願える人でありたい。



目指す方向性



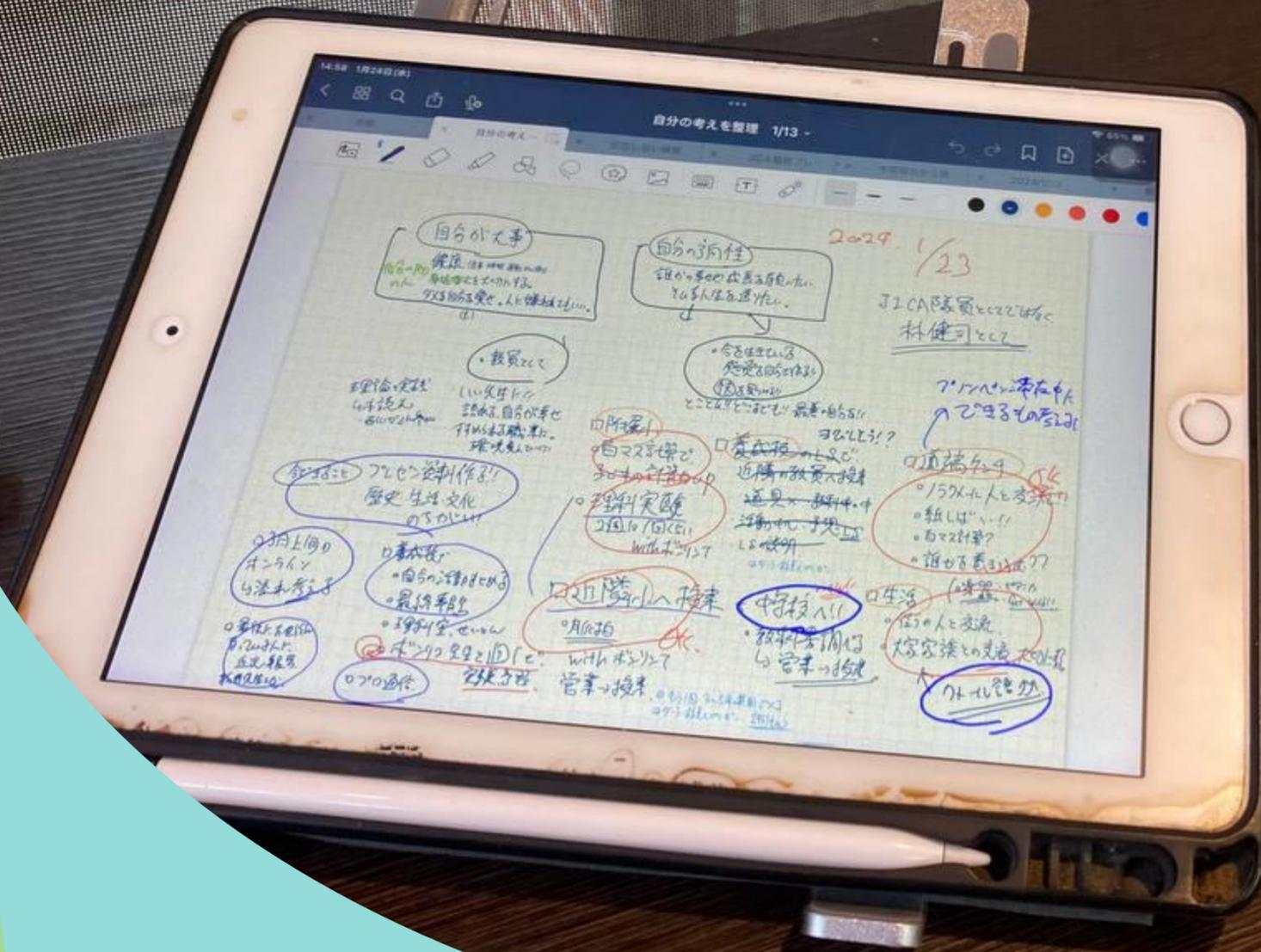
誰かの成長と幸せを願える人でありたい。



自分で全部作り出せばいいんだ。

日記の中で

とことん
アイディアを！



日記の中で

2024. 1/23

自分が大事
 健康 (食事・睡眠・運動・机転)
 自身の
 の人
 身近な人
 大切にしたい。
 自分自身を愛せ。人に嫌われない。

自分の方向性
 誰かの幸せも成長も願いたい。
 自分自身を運ぶ。

JICA隊員として行く。
林健司として

今を生きている
 感覚を自分で作る!!
 (快)を見つける!!
 とこでも!! とこでも!! 最高の自分!!

70%の滞在中心
 できるものを作る!!

・教員として

理論実践
 4本読ん
 面白い
 いい先生に!!
 語れる。自分が幸せ
 できる職業に。
 環境変えてみる

国際関係
 〇白マス計算で
 子どもの計算力UP

~~養成校のL&D~~
 近隣の教員へ授業
 道具・教科書の中
 活版屋・子供L&D
 L&D説明
 @タラ-校長のL&D

道端カンチ OK
 〇15分以内人と交流!!
 〇紙は"いい!!"
 〇白マス計算?
 〇誰かを見てもらう??

今の子供は
プレゼン資料作り!!
 歴史・生活・文化
 のついで!!

理科実験
 2国に1回くさ!!
 with ポンパ
 OK

〇3月上旬の
 オンライン
 と決まってる

養成校
 〇自分の課題をこなし
 〇最終報告
 〇理科実験

近隣
 〇Aの拍
 with ポンパ
 営業→授業
 OK

中学校へ!!
 〇教科書調べる
 の営業→授業

生活 (得意) Get Wild!!
 〇街の人と交流
 〇校舎裏との交流 大切に!!

〇最後に不眠症
 有ることに。
 近況報告
 新年挨拶

ポンパ 先生と1回(2)
 〇ポンパの先生と1回(2)
 〇ポンパの先生と1回(2)
 〇ポンパの先生と1回(2)

外へ行く





自分の方向性

誰かの成長と幸せを願える人でありたい

自分で全部行動すればいいんだ。

附属小
で授業！

公園で
街の人と交流

近隣小学校
へ出前授業

近隣の先生
へ実験指導

算数塾や
絵画教室
を開きたい

別のNGO
とともに活動！



自分の方向性

誰かの成長と幸せを願える人でありたい

自分で全部行動すればいいんだ。

附属小
で授業！

公園で
街の人と交流

近隣小学校
へ出前授業

近隣の先生
へ実験指導

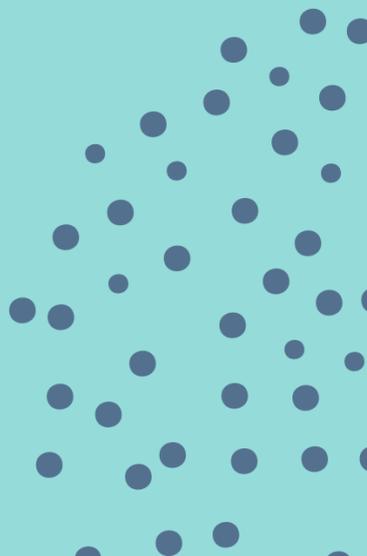
算数塾や
絵画教室
を開きたい

別のNGO
とともに活動！

【マオンケンチ】

附属小で何やってもいい
授業の時間をもらった。

とにかく目の前の子どものため
になることを
いろいろやってみよう！



【マオンケンチ】



糸電話 (理科)



太陽系 (理科)

【マオンケンチ】



折り紙



担任の先生を描こう



【マオンケンチ】



百マス計算

その他にも
・日本語
・からだのつくり
など



【マオンケンチ】



百マス計算



【マオンケッチ】

初め 各学年月 2回程度



週 3回 百マス計算

4・5・6年生へ 1時間ずつ

2週に1回

理科実験または別のものを企画





【道端ケンチ】

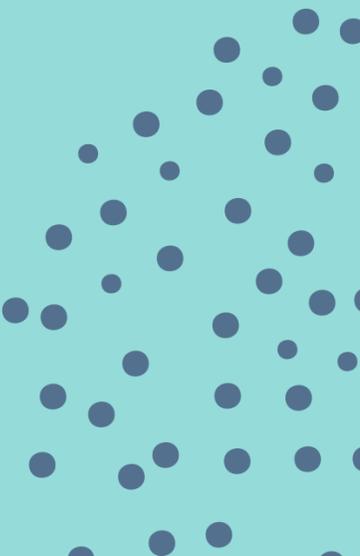
毎週日曜日 午前9時～午後1時頃

公園で何かやって

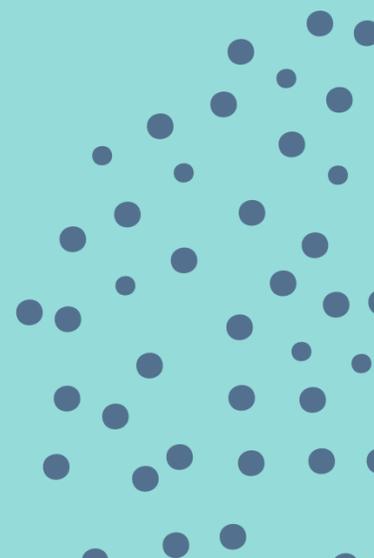
街の人と関わってみよう！

結果は求めない！

何か起きるか、試してみよう！



【道端ケンチ】



【道端ケンチ】

やったこと

- ・糸電話
- ・百マス計算...



折り紙

だいたい塗り絵

絵手紙

【道端ケンチ】



1回目

こっちきて
一緒にやりなよ！



3回目くらいから

【道端ケンチ】

多くの人と出合いが楽しかった。



子ども、家族、大学生、学校辞めた20歳、
物ごいの子、散歩のおじさん。200人以上。
日本人もたくさんきてくれた。



附属小でも道端でも

目の前の人
の成長と幸せを
願う行動が
できている!!!



人とつながりがうれしい

他のNGOの方とともに

活動に同行とお手伝い

おにぎりとみそ汁
を



ラーメンを
貧困家庭に

首都で
ゴミ拾い活動に

複数の学校で理科授業



他のNGOの方とともに



- ・ 電気もない教室
- ・ 制服もバラバラ

近隣小で出前授業

営業



授業やらせて
くれませんか？

近隣小で出前授業

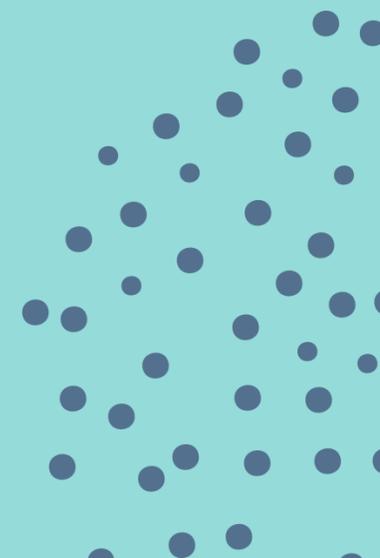
授業



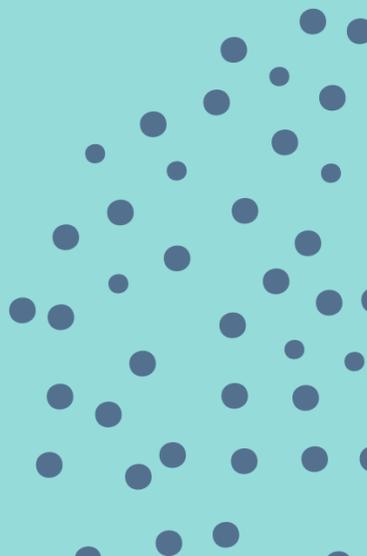
そのクラスの
先生と一緒に

授業でも

目の前の子どもたちの成長と幸せ
を願う行動ができている！！



最初の1年間は
すごく苦しかったけど、
最後の半年たのしかった



カンボジアにいたときに
最後に振り返った。

- 自分の考え
- 今
- これから



カンボジアで

自分の方向性



誰かの成長と幸せを
願える人でありたい。



マオン
ケンチ

道端
ケンチ

人と
協力して

これから（日本で）

自分の方向性



誰かの成長と幸せを
願える人でありたい。



場所が変わるだけ。何やったっていい。

目指すものは変わらない

これから（日本で）

自分の方向性

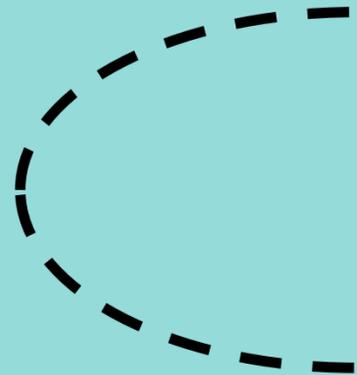


誰かの成長と幸せを
願える人でありたい。

教員
として

スポーツ
への関わり

カンボジア
との関わり



色んなエネルギーが無くなった。
自分が幸せを感じていないのに、
幸せを子どもに伝えられない。



こんなに教員楽しいのに

教員として
幸せを伝えられる
気がする！

この約2年間で
自分を大事にすること
を学んだ



自分を大事にすること

3つ





自分を大事にすること



- 健康（食事・睡眠・運動）
- 自分の周りの人を大切にする
（家族など）
- 自分を自分自身で認めてあげる



① 食事・睡眠・運動



②自分の周りの人を大切にする

(親、兄弟、家族…)



③自分を自分で認めてあげる

○弱い自分を認める

○誰からも認められなくても

自分で認める

○人に嫌われてもいい

○いいもわるいもない。





自分を大事にできる人が

他人も大事にできる

まずは自分だ





自分を大事にすること



- 健康（食事・睡眠・運動）
- 自分の周りの人を大切にする
（家族など）
- 自分を自分自身で認めてあげる



自分を大事にしてね。



幸せを伝えること



自分を

だいたいしに

感謝。

အာရှကျေးဇူးတင်စွာ

