

## Contents

- 02 目次  
プロローグ Vol. 18
- 04 **特集 スポーツと開発  
人々の可能性をひらく**  
自国に誇りと喜びを  
06 オリンピック、パラリンピックへの出場を目指して  
ミクロネシア／ケニア／ボツワナ  
人間力の向上を  
08 自分を信じ、友を信じる 心を育む体育 ミャンマー  
12 質の高い授業で「知識・技能・態度」を身につける カンボジア  
社会参加の促進を  
14 どんな障害者も暮らしやすい社会へ タイ  
16 仕事とスポーツで自信をつける ラオス  
人や地域と交流を  
18 心に火をつけたい。車いすで支える自立  
20 世界とつながるニッポン パラオ／南スーダン  
22 特別授業 世界の課題解決に貢献するスポーツ
- 24 **JICA海外協力隊がゆく Vol. 17**  
メキシコ
- 26 **世界につながる教室⑨**  
研修の成果をみんなでシェア
- 28 **地球ギャラリー Vol. 139** フィジー共和国  
写真・文●村上志緒 植物療法研究家  
未来へ託す薬箱
- 34 **教えて！ 外務省**  
知っておきたい国際協力⑨
- 36 JICAカレンダー
- 38 読者の声、プレゼントほか
- 39 JICA PRESS
- 40 **わたしが見つけたSDGs Vol.19**

\*掲載されている情報等は取材当時のものです。



信頼で世界をつなぐ  
Leading the world with trust



ミャンマーの小学校で導入が進む日本の体育。\*全員参加・協力・チームワークを重視する(写真：吉田亮人)。

# プロローグ Vol. 18 とともに汗をかき、 心がつながる

文・高橋慎一

ランニングが趣味の私にとって、世界各国で開催される大会に参加することは人生最大の楽しみです。「世界中のランナーとともに走りたい」と好きが高じて立ち上げた「地球の奥地を走る」マラソンツアーでは、70か国以上を訪れました。

私が好きな大会に、南アフリカで開催されるコムラツズマラソンがあります。コムラツズとは戦友や同志という意味で、第1次世界大戦で戦友をなくした退役軍人が、みんなで平和を祈るために始めた大会だといわれています。今年で95回目を迎える歴史があり、最初の参加者は34名の若者でしたが、いまや世界のすべての大陸から、その趣旨に魅了された老若男女2万7000人のランナーが集まり、途切れることのない応援に背中を押されて90キロメートルを走ります。毎年、スタート地点とゴール地点が入れ替わります。スタート地の一つであるピーターマリッツブルグは、のちにインド独立の父と呼ばれたマハトマ・ガンディーが人種差別に遭い、人生を自由と平等のためにささげる決心をした街です。このコムラツズマラソンに限らず世界には強烈な魅力がある国際色豊かな大会がたくさんあります。

マラソン大会の醍醐味は、脚力を問わずみんなが同じ時に、同じ場所を走り、無言の意思疎通があることです。美しい緑が広がる大地や、荒涼とした風景が続く大地を、ともに駆けていくことができます。沿道の人たちは、世界の超一流ランナーだけでなく私のような市民ランナーにも同じように温かい声援を送ってくれます。給水ポイントも国籍、肌の色を問わず平等です。誰もが一つの目標の中でつながっていることに大きな一体感を感じます。そしてゴール後の会場は、ランナー同士ががんばりを称え合う分け隔てない喜びに包まれます。マラソンとともに汗をかき——このおかげで世界各地



イラスト●中村知史

に多くの友人もできました。私の娘と息子が海外をバックパックで旅したときに、大きな助けをくれたのも彼らでした。日本のマラソン大会に招いたボルネオ人のランナー仲間、交流の楽しさを広めたいと、地元のマラソン大会の前日に「練習会」と称して諸外国のランナーと国際交流ランを実施するようになりました。時には見ず知らずのインド人のランナーから次のような連絡が届いたことも——「私の友人がドイツのベルリンであなたと会ったと聞きました。今度の東京マラソンに出場するので家に泊めてくれないか。食べものは宗教上の理由から限られているので○○○にしてくれ」。遠慮や謙虚、美德というのは国によるなあと、笑ってしまいました。

日本人は、「外国は危ない。怪しい人が多い」と警戒することが多い気がしますが、もしかすると相手も「日本人は怪しい」と考えているかもしれません。ただ、少し勇気をもって話しかけ、少し肩の力を抜いて相手の環境・歴史・文化・生活を理解しようという心がけて接すれば、人と人の心はつながるように思います。

私は、世界のマラソン大会を走りながら各地の人々と交流できることに大きな幸せを感じています。その幸せが人生で前に進む力にもなっています。日本人も外国人も、地球人という同じ生物です。走っているときや走った後には、おたがいに豊かで澄んだ気持ちとなり、目の前には世界共通の青空が広がります。

高橋慎一(たかはし・しんいち)

1971年から3年間、世界一周放浪旅に出て、見ず知らずの東洋の若者に注いでくれた人々のやさしさに感動する。帰国後、国際関係の仕事で国際感覚や諸外国とのビジネスマナーを学び、2011年より旅行会社TABIZ(タビーズ)で、「慎ちゃん」と「地球の奥地を走る」マラソンツアーを企画。日本ではあまり知られていなかったイランやイラク、イスラエル、北朝鮮、ハイチ、フォークランド諸島などの大会に参加して、その様子をランニング専門誌にも提供。世界各国のマラソン文化を日本に広めている。