JICA 海外協力隊向け実践ガイド［CROSSROADS］

クロスロード

OCTOBER
2022
10

特集

振り返りにも大助かり

活動記録の残し方

クロスロード

2022 OCT

Contents

表紙によせて

首都アピアからバスで2時間ほどの村、ファレラタイの小学校で活動しました。低学年の授業では私が英語で説明し、現地の先生がサモア語で児童たちにわかるように伝えるといった方法をとり、言葉の壁も乗り越えることができました。写真は帰国前に開いてもらったパーティの一コマです。皆に感謝の気持ちが伝わるよう、高学年の児童らにサモア語に翻訳してもらった原稿を覚え、つたないサモア語でしたが、必死にお別れのあいさつをしました。田中智子さん（サモア／小学校教育／2018年度1次隊・神奈川県）

2 子どもたちに伝えたいSDGs —世界の学校

3 ■Contents ■索引

4 JICA Volunteers' Reports

特集

6 振り返りにも大助かり
活動記録の残し方

14 派遣国の横顔 エジプト
～知っていますか？派遣地域の歴史とこれから

20 専門家に聞きました！
失敗に学ぶ ～現地で役立つ人間関係のコツ

22 この職種の先輩隊員に注目！ ～現場で見つけた仕事図鑑

24 ひきつけるアイデアを共有
みんなの教材づくり＆アクティビティ

26 先輩隊員のシューカツ記

28 派遣から始まる未来
進学、非営利団体入職や起業の道を選んだ先輩隊員

30 待ってます、あなたを！ ～各界からのエール

31 あの日、地球の、あの場所で。

32 JICA海外協力隊派遣現況

33 INFORMATION ～JICA青年海外協力隊事務局からのお知らせ～

34 隊員めし 現地で作った日本食、日本で作る現地めし

36 ウチのこだわり —OB・OGショップ 海外編

『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。

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

■国別索引

	掲載ページ
エジプト	16、17、18
ガーナ	2
キリバス	22
コスタリカ	13
サモア	1
ザンビア	11
タンザニア	24
チリ	21
ネパール	7
バヌアツ	9
パラオ	28
ブータン	8
ブラジル	5、22、31
ベトナム	4
ボリビア	36
ホンジュラス	34
ミクロネシア	11
ラオス	26

■職種別索引

	掲載ページ
村落開発普及員	36
コンピュータ技術	5
映像	13
番組制作	4
野菜	7
園芸作物	7
観光	8
青少年活動	2
バレーボール	21
野球	31
日本語教育	22
数学教育	24
体育	11
小学校教育	1、16
幼児教育	17
デザイン	18
文化財保護	28
保健師	9
公衆衛生	26
感染症・エイズ対策	34

■出身都道府県別索引

	掲載ページ
北海道	2、18
山形県	28
石川県	4
茨城県	9、17
東京都	5、24、34
山梨県	26
神奈川県	1、11
愛知県	16
滋賀県	22
大阪府	36
兵庫県	13、21
岡山県	8、22
熊本県	31
鹿児島県	7

【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。

国際協子さん（ケニア／環境教育／2019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」「シニア海外協力隊」「日系社会青年海外協力隊」「日系社会海外協力隊」「日系社会シニア海外協力隊」があります。

4 質の高い教育をみんなに

子どもたちに伝えたいSDGs
世界の学校

上：PCがある学校での授業風景。左が佐々木さん
左：手作りのキーボードパズル。繰り返し貼ってはがせる粘着シートを使い、キーボードからキーの一部を取り外し、移動できるようにした

ガーナの小・中学校で、手作り教材を活用してICT教育についての知識を広めました

佐々木惟（ささきゆい）さん（ガーナ／青少年活動／2014年度4次隊・北海道出身）

2015年から2年間、ガーナのアシャンティ州アダンシノース郡の公立小・中学校で、ICT（情報通信技術）に関する授業や教員への指導を行いました。日本の教育委員会のような組織に配属され、郡内の約150校を巡回しました。すでにガーナでは、スマートフォンは大人1人1台というほど普及していましたが、生徒たちの家庭の多くは裕福ではなく、生活そのものが苦しいように見えました。

ICTのシラバスで重視されていたのは、マウスの使い方やタイピング、文章に画像を挿入して文書を作るといった基本的なPCスキルでした。各学校に電子黒板やタブレットなどのICT機器はなく、PCが2～3台だけある場合がほとんど。1台もない学校や、電気すら通っていない学校もありました。そこで実物を知ってもらおうと、自分のPCを持参して指導しました。PCがなくても学べるよう、教材の工夫も必要でした。キー配列を覚えるためのキーボード型パズルを作製すると、生徒の興味を引き大好評。授業の際に複数セットを持参し、早く正しく並べられるかをグループで競争しました。この方法は教科書だけの指導より手応えを感じ、先生たちの反応も上々でした。

任期の最後には、配属先事務所周辺3学区の約40名の教師を対象に、この教材を作るワークショップを行いました。参加者のなかに熱心な先生がいて、授業見学に伺わせてもらったところ、キーボードパズルを生徒に作らせるといったアレンジをしてくれていて、嬉しい驚きでした。物資や環境面の制約はありましたが、子どもたちにICTの便利さや楽しさを知ってもらい、知識の底上げを図りたい。そして、「もっと学びたい」という意欲を持ってほしいと思いました。

Text＝村重真紀　写真提供＝佐々木惟さん

JICA Volunteers' Reports

派遣先での協力隊員の活動や、OVの活動をリアルにレポート

from Vietnam

アラフォー隊員がベトナムでTikTokerに日本語ニュース番組のファンづくり

山本岳人（やまもとたけひと）さん（ベトナム／番組制作／2021年度1次隊・石川県出身）

2021年9月、16年間勤務した石川テレビを休職し、ベトナム国営放送（VTV4）の番組「ジャパンリンク」のアドバイザーとして、ベトナムの首都ハノイにやって来ました。同番組は日越外交関係樹立40周年の年である13年から放送が開始された情報番組で、日本とベトナムのニュースをベトナム人キャスターが日本語で紹介しています。協力隊の派遣は私で4代目。ニュース原稿の添削やナレーションの指導といった後方支援が主な仕事ですが、広報活動にも力を入れようと意気込んでいました。ところが、ベトナムには視聴率の概念がなく、明確な成果指標を定められません。放送が公式YouTubeにアーカイブされるため、まずそれらの番組1本あたりの再生回数を1万回以上に増やすことを目指しましたが、国営放送だけに内容が堅く、人気が芳しくありません。名刺に公式YouTubeのQRコードを入れたり、SNSで番組を宣伝したりしても、定期的な視聴にはつながりませんでした。

そこで考えたのが、番組スタッフのファンをつくり、番組視聴につなげることです。まずは私自身が素性を隠してインフルエンサーとなり、「こいつは誰だ?」と興味を集めたうえで素性を明かし、最終的に同僚たちも巻き込んで有名にする作戦です。とはいえ、私のようなアラフォー（※1）が何をすればベトナム人の心をつかめるのか。同僚らから人気のSNSを教えてもらい、どの層にどんな内容がウケているのか分析することから始めました。

フォロワーを増やすには定期的な配信が重要だと知り、動画を毎日公開することは早々に決めていました。本来の活動と両立して続けられる作業量も考えた結果、「台本なしでハノイの街を歩き、気になったモノやお店を紹介する1分動画をTikTok（※2）に毎日配信」という結論に達しました。出演・撮影・編集を一人で行うため、1分の動画を作るのに約3時間かかりますが、本業に支障が出ないよう、休日に5～6本分まとめて撮るなどしています。

自分らしい正直なリアクションが功を奏したのか、22年5月1日からスタートし30日目にはフォロワー10万人を達成。73日目の現在（取材時）は26万8000人を超え、右肩上がりを続けています。ベトナム人から友好的なコメントをもらったり、街で声をかけられたりすることも増えました。同僚たちも好意的で、この活動を機により仲良くなれた面もあります。ベトナム人に人気のTikTokに特化したことに加え、私の未熟なベトナム語が意外にも親しみを呼ぶ強みとなったこともよかったのだと思います。YouTubeの視聴につながらないことが目下の課題ですが、目標設定を見直しながら続けていきたいと思います。せっかく顔を知ってもらえたので、ベトナム人が知っている日本人として、今後もベトナムと日本の役に立っていきたいです。

1 食に関する動画の反応が特に良く、この回は1日で再生回数が700万回を超えた

2 撮影機材はスマートフォンのみ。街頭の人などを撮影する際は、撮ったあとでTikTokへのアップ許可を得るようにしている

山本さんのTikTokアカウント
https://www.tiktok.com/@gakujin_asia

※1 アラフォー…アラウンド・フォーティの略で、40歳前後の人を指す

※2 TikTok…15秒から10分の短い動画の投稿・共有に特化したSNS。ベトナムを含め世界的に人気を集めている

Text＝秋山真由美（P4-5）　写真提供＝山本岳人さん（P4）、大石直子さん（P5）

from Japan

絵本を通じて、情報に惑わされず、本物を見抜く力をつけるきっかけを伝えたい

大石直子（おおいしなおこ）さん（日系JV／ブラジル／コンピュータ技術／2000年度0次隊・東京都出身）

2021年8月、〝マレソルなおこ〟というペンネームで絵本『めいわくなモノサシ～多くの人が正しいと信じ込んでいる魔法のモノサシ～』を自費出版しました。

ペンネームはポルトガル語で大好きな海と太陽を表現しています。海のように広くて深い、太陽のように明るく、人々に希望や光を分け合える人になりたいと思い名付けました。

絵本の出版に至る大きなきっかけとなったのは、1本の間違い電話です。19年にマダガスカルの在外事務所に勤務していた元同僚に間違い電話をしてしまい、話の流れで現地に会いに行くことにしたのです。マダガスカルの空港に到着後、元同僚の車に乗って市内に向かっていると、懐かしい感じがしました。赤土、田んぼ、畑、青空、色彩豊かな景色がかつて協力隊員として赴任したブラジルとよく似ていたからです。

「ここは豊かな国に見えるね」と言うと、元同僚は「資源は豊かだけど、インフラが整っていないため人々に資源が十分に行き渡っていない」と教えてくれました。マダガスカルは1人あたりのGDPが年間1000ドル以下で、国際通貨基金（IMF）が公表している世界で最も貧しい国の一つです。一方、早朝から海辺で楽しそうに働く家族など、私が出会う人たちはみんな幸せそうでした。GDPでは測れない本当の豊かさがあるのではないか、支援と称して私利私欲のための〝宝探し〟に来ている多国籍企業や団体があるのではないかと感じました。

帰国後すぐに出版社に電話をし、「絵本を出版したい」と相談を持ちかけました。最初は「テーマとして難しい」という理由で出版を断られましたが、絵本コンテストに応募したことがきっかけで、その出版社から「内容を改善して自費出版しませんか」と連絡が来ました。絵本作りの本格的なノウハウを教わり、紹介されたなかで一番気に入ったイラストレーターさんにお願いしました。

全体の構成やイラスト案は自分で作りました。物語の舞台は、ブラジルとマダガスカルをモデルにした架空の国です。そこにすむワオキツネザルと時空を超えてトーキョーから来た少年の交流を通し、自分が当たり前と思う世界が人それぞれ違うことを通して、自分の価値観を相手に押しつけないこと、本物を見る目を養うことの大切さをちりばめました。

絵本を出版することができたのは、元同僚やマダガスカルで出会った人たちのおかげです。心から感謝しています。出版後は、「何度も読み返している」「自分のなかにある偏見をなくしたい」など、多くの嬉しい感想も届きました。現在は会社員として働きながら、続編の構想中です。

『めいわくなモノサシ
～多くの人が正しいと信じ込んでいる魔法のモノサシ～』
文：マレソルなおこ／絵：浦上まい
発行：文芸社

書店などで発売される紙版のほか、電子版もある。

1 マダガスカルで出会ったアトリエで民芸品をつくる女性たち

2 大石さんが「楽しそう」と感じた家族総出で漁をする一家

3 マダガスカルの主食はお米。青菜と肉を煮込んだロマザパも美味

特集

振り返りにも大助かり 活動記録の残し方

協力隊OVからよく聞くのが、「もっと活動や派遣国のことを伝える素材を記録したり、残したりしておけばよかった」といった後悔の声です。そこで、前半の「文章・写真編」では、3人の先輩隊員から文字で記録した方法や工夫した点を、後半の「動画編」では、2人の先輩隊員から動画撮影の注意点やアドバイスをいただきました。

Text=ホシカワミナコ（本誌　P6-9）、梶垣由利子（P10-13）　Photo＝干川 修（P7）　illustration＝岡村裕美（P11、13）

特集：振り返りにも大助かり

活動記録の残し方

文章・写真編

志和地弘信（しわち ひろのぶ）さん

ネパール／野菜／ 1985年度3次隊、SV／ネパール／園芸作物／ 1989年度0次隊・鹿児島県出身

配属先はネパールの園芸試験場。ネパール語を猛勉強し、電気やガス、水道も通っていない地域で暮らす識字率が低い農家の人々に向け、野菜の種子の生産を指導。野菜栽培方法の改善と所得向上につなげた。現在学校法人東京農業大学常務理事、同大学・大学院教授。

後輩隊員へ。コツコツ撮影・調べた「ネパールの野菜図鑑」

私が作成したのは、1986年4月から88年3月まで、ネパールの首都・カトマンズの小売市場（主にアッサンバザール）で販売されていた野菜、もしくは野菜に準ずる形で食される物（豆など）について調査をまとめた図鑑です。市場へ行き、売り主の許可を得て、日本であまり見られない野菜を中心に、一つ一つフィルムカメラで撮影し、あとから学名や主生産地などのデータを調べ、手書きで記録していきました。

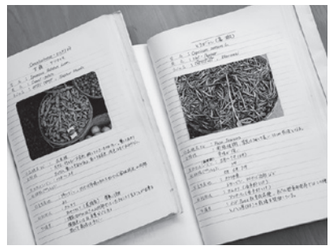
ネパール・インドを原産もしくは遺伝子変異地とする野菜類は多く、また東西交易の通過・中継地点だったことから、ネパールは野菜の種類が豊富です。在来の野菜から近代野菜までの変遷を確認できるよう記録し続けました。

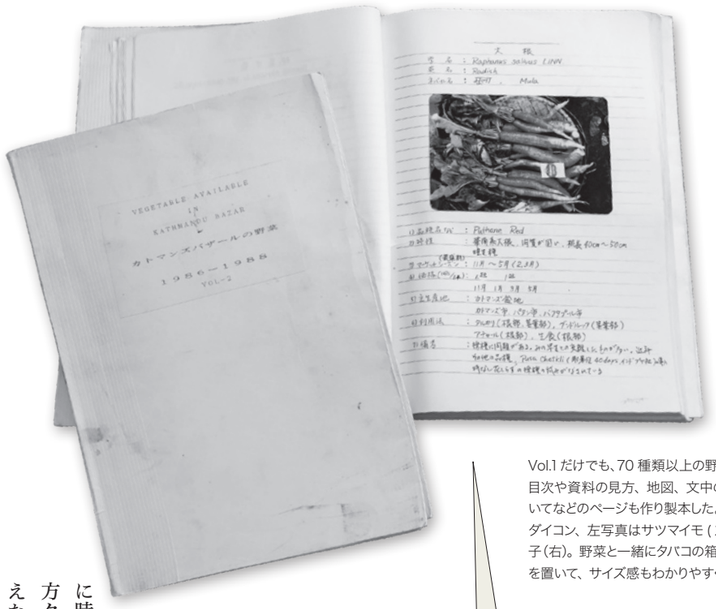
任期終盤に在外事務所の協力を得て製本し、最終的に複数冊の図鑑に仕上げた完成品は、隊員連絡所（ドミトリー）に置いて帰国しました。30年後にドミトリーを訪ねたところ、歴代のネパールの農業職種の隊員たちが参考にしてくれていると聞き、嬉しくなりました。現在はそのうちの2冊が私の元に戻されているので、研究室で学生たちが閲覧しています。

農業職種の方たちは作物が育つまでに時間がかかりますし、ほかの職種の方々も、任期序盤はなかなか成果が見えないと焦ることもあると思います。食べることが好きな人なら、ローカルフードのレシピをコレクションしたり、ファッションが好きな人なら現地にしかない布の柄をコレクションしたりと、写真に撮って、細かく調べてストックしていくといいと思います。自分の興味関心のあるテーマを決めて定期的に記録に残しておくと後々自分の楽しみにもなりますし、そのあとの活動につながることもあるかもしれません。

Q. 市場で写真を撮る際の注意点は?

A. あらかじめ許可を取ってから撮影しました。通ううちに、売り主側から「こんな野菜があるよ」と言ってもらえるようになりました。





Vol.1 だけでも、70 種類以上の野菜を収録。目次や資料の見方、地図、文中の用語についてなどのページも作り製本した。上写真はダイコン、左写真はサツマイモ (左) と唐辛子（右）。野菜と一緒にタバコの箱やメジャーを置いて、サイズ感もわかりやすくしている

図鑑の項目

日本名	2.特性
学名	3.マーケットシーズン
英名	4.価格
ネパール名	5.主生産地、採取地
写真添付	6.利用法
1.品種名など	7.備考

特集：振り返りにも大助かり

活動記録の残し方

文章・写真編

白川浩司（しらかわこうじ）さん

SV／ブータン／観光／ 2018年度2次隊・岡山県出身

倉敷市国際課で同市出身の協力隊員から届いた現地リポートを編集し、市のウェブサイトに公開するなどの業務をしていくなかで、「市民参加できる国際貢献の仕組みを私自身も体感し市民に伝えたい」との思いが強くなり、現職参加で協力隊に参加。新型コロナウイルス感染拡大の影響で一時帰国後、同市職員として復職。

自治体ウェブサイト公開に向け月1回発行した「ブータン便り」

倉敷市国際課で、市出身のJICA海外協力隊の方々の現地レポートを編集し、レイアウトを組んでウェブサイトに掲載するといった業務を担当してきました。私自身も協力隊に参加した経験を生かしたいと、現地で月1回掲載を目安に、全16回にわたり「ブータン便り」を作成しました。

テーマはその都度考えましたが、記事は市民に協力隊事業について知ってもらう目的もあるため、派遣前訓練や出発前の表敬訪問、現地研修、住まいといった、協力隊員になったら体験することについても触れました。赴任当初は異文化への驚きや発見が多い時期なので、ブータンの行事や教育制度、人々の生活などについても紹介しました。活動については紆余曲折（うよきょくせつ）があり、活動が軌道に乗ってから書こうとしていたものの、新型コロナウイルス感染拡大の影響を受けて一時帰国を余儀なくされたこともあって結果的にあまり掲載できませんでした。一方で、これから参加を考えている方々の参考になるのではないかと思い、一時帰国に至る経緯や、その後の状況などについても紹介しました。

気をつけたことは、「自分が体験したことを書く」こと。また、倉敷市と岡山県のウェブサイトに掲載されるため、「活動上の機密事項にあたることは書かない」「公平な目線で伝える」ことを重視しました。撮影ができそうな活動のときにはカメラを持ち歩きました（ただしブータンではロイヤルファミリーや寺内部、仏像などは撮影禁止）。またカウンターパート（以下、CP）がSNSなどでアップした写真に自分が写っていたら、もらうようにしました。

一時帰国後、現職参加だった私は職場復帰することになったため、スタートしたばかりだった「ブータン版お遍路」については開発計画しか書けませんでした。しかし先日、このブータン版お遍路の一環で製作された御朱印帳などが完成したそうです。私の帰国から2年強が過ぎましたが、CPらがあとを引き継ぎ、形にしてくれたことは感慨深く嬉しく思います。

単なる観光ガイドにならないよう、自ら経験したことをまとめていった「ブータン便り」（写真は第1号、第11号と第16号の一部）。参加した行事やイベント、食べたものなどのほか、協力隊活動についても活動が軌道に乗るまで紆余曲折した経緯や、新型コロナウイルス感染拡大時の状況なども紹介した。

Q. 文章や写真をうまく配置するコツは？

A. 慣れているワード文書を使用しました。文章を書き、写真を張りつけて作成してからPDFにしています。

「ブータン便り」内容

- 第1号　はじめに、ブータン王国、派遣前訓練、出発前表敬訪問
- 第2号　ブータン入国、JICAブータン事務所、ボランティア連絡所
- 第3号　ゾンカ語レッスン、ブータンオリエンテーション
- 第4号　ティンプー生活圏、アパート、ブータン政府観光局
- 第5号　ブータンの正月、ブータン日本語学校、2019年お正月イベント
- 第6号　ブータンの教育システム、JICA Winter Camp
- 第7号　ブータン観光政策、National Tourism Conference
- 第8号　ツェチュ、パロ・ツェチュ
- 第9号　プナカ・マラソン、ポブジカ・トレイルラン
- 第10号　UNWTO東アジア・大洋州・南アジア地域会合、国際会議を招致するということ
- 第11号　ゴミ問題、ゴミのない社会を実現するための取り組み
- 第12号　要人来訪、MATSUTAKE
- 第13号　ボランティア活動計画、日本人向けプロモーション
- 第14号　健康診断一時帰国、National Day
- 第15号　小学校出前授業、岡山ブータン交流事業、ブータン料理専門店「ガテモタブン」
- 第16号　COVID-19概況、一時帰国に至る経緯、JICA海外協力隊の扱い、ブータン版お遍路の開発

CHECK！

「ブータン便り」は倉敷市国際課ウェブサイトで公開中。JICA中国が制作したブータンの友人たちに向けたメッセージ動画も見ることができる。

記事はこちら ▸ https://www.city.kurashiki.okayama.jp/33398.htm

香田美波（こうだみなみ）さん（旧姓 川又）

バヌアツ／保健師／ 2016年度1次隊・茨城県出身

配属先は首都にあるNGOバヌアツ家族計画協会が運営するクリニック。家族計画のための相談や避妊媒体の提供、リプロダクティブ・ヘルスに関する相談、性感染症の相談・治療、妊婦検診などを、現地の看護師と共に行った。帰国後は大学院で公衆衛生学を専攻。現在は保健師として母子保健の相談にあたる。

SNSで情報共有した記事を帰国後冊子に。「バヌアツの性事情」

クリニックでリプロダクティブ・ヘルス（妊娠や避妊などの性と生殖に関する健康）の啓発活動を行いました。任期が残り3カ月になったときにFacebook（以下、FB）で週1回「バヌアツの性事情」をテーマに投稿を始めました。

きっかけは主に二つあります。一つは、1年半の活動でやっとバヌアツの人々の性に対する考え方や生き方、文化が見えてきたのですが、残り3カ月では新たな活動につなげる時間がなかったこと。もう一つは、家族計画の一つとして避妊を勧めていたものの、子どもの数が多くても皆で育てる文化があるバヌアツで、家族計画の意識を育むには時期尚早のようにも感じていたことです。自分の活動は必要だったのかと葛藤を抱え続けていたため、バヌアツの人々の性事情を改めて文章化して整理しようと思いました。恋愛観、結婚観、男女の関係性は、バヌアツの人々の生活に密接に関わることなので、ほかの隊員たちにも共有し、活動時の参考にしてもらいたいといった気持ちもありました。

読者がいると怠けずに投稿を続けられ、情報共有もできるのでFBに投稿することにし、ネタになりそうなことを書き出して10回分のテーマを決めました。執筆時に最も注意したのは、バヌアツの人たちの性事情を肯定も否定もせずに客観的にまとめることです。統計データなどの根拠になる数字を入れることも心がけました。

当初はFB上での情報共有を目的にしていたのですが、投稿を見た協力隊OVの方が「よくできているから冊子にしたら」とレイアウト案を送ってくださったことから、帰国後に投稿内容をリライトし、巡回訪問時などに撮影した写真も入れて「MI NO SAVE（ミノサベ）」（ピジン語で「わかりません」の意）とタイトルをつけて冊子（PDF）にしました。JICAバヌアツ支所の方々も隊員たちに薦めてくださっているようです。帰国後に講演の場をいただいた際にも活用しています。

バヌアツ人の患者さんたちと関わるなかで知り得た性に関わる情報をもとに、統計データなども入れてまとめた冊子「MI NO SAVE」。「国も文化も恋愛観も日本とは違い、どちらがよいという意見はありません。性事情を通してバヌアツを知ってもらいたい」と香田さん。

Q. SNSの記事を冊子にする際、気を付けたことは？

A. FB投稿用の文章は話し言葉で執筆していたので、冊子化にあたり「です、ます調」に書き直しました。

「MI NO SAVE」目次

特集　そうだったのか？！バヌアツ性事情

- #01　恋愛&結婚事情　結婚に必要なもの…お金・豚・鶏
- #02　避妊薬事情　学校での性教育がない
- #03　子作り事情　望んだ妊娠、望まなかった妊娠
- #04　妊産婦検診　出産は病気じゃない
- #05　出産事情　まさか こんなところで…
- #06　養子縁組事情　何でもシェアする文化
- #07　不妊症事情　命は神様がくれるもの
- #08　性感染症事例　Part1　クラミジア、淋病（りんびょう）、梅毒、HIV編
- #09　性感染症事例　Part2　子宮頸（けい）がん編
- #10　医療従事者事情　圧倒的な人材不足

CHECK！

「MI NO SAVE」をクロスロードウェブページで公開中

https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/pamphlet/crossroad/202209/202210_vanuatu.pdf

CHECK！

冊子制作後に「HUFFPOST」でコラム連載のチャンスもつかんだ。コラムに書く内容も「すでに冊子があったため、まとめやすかった」という。

記事はこちら ▸ https://www.huffingtonpost.jp/author/koda-minami

「三つのとるクセ」で、ユーチューブ動画を38本制作

ザンビアに体育隊員として派遣され、現地の生活や学校の様子などをYouTubeに投稿してきました。好きなYouTubeを視聴しながら撮影の仕方を研究し、ほかの隊員を紹介する動画も含めて、全部で38本の動画をアップしました。そこで私なりの撮影のコツをお伝えします。

まず、自分が住んでいる町を紹介するなど、自分で自分を撮影する場合。自撮り棒を持ち、テレビのリポーターさながらに案内していくと、視聴者にこちらが撮影した動画ということが伝わり、リアル感が増します。リポートするときには、レンズの奥に視聴者がいることを意識して、レンズをしっかりと見て話すことを意識しましょう。私の場合、自分の動画を撮るときにはそのときに感じたことを大切にしたいため、台本は作らずに話す内容をざっくりと頭のなかでまとめる程度にとどめて、ぶっつけ本番で撮影しました。

一方、ほかの隊員を撮影する場合は、まずこういうシーンから始めて、次のシーンはとイメージを膨らませ、構成を固めてから撮影しました。撮る相手にも、「このシーンから撮りたいから、こうしてほしい」と細かく依頼をしたり、やり直しもして撮りました。

良い意味で目を引く動画を撮るには、非日常的なアングルが新鮮に映ると思います。しゃがんだり、地面すれすれぐらいまで目線を下げるだけでも、印象が変わります。脚が短い小さな三脚はとても役立つアイテムで、カメラの角度の調整ができたり、自撮り棒として使えるタイプもあります。

動画撮影の際、音声はとても重要です。屋外での撮影では、マイクをこするような「風切り音」が入ることがあります。食器洗い用のスポンジを小さく長方形に切って両面テープでマイクの部分に貼りつけると、風切り音が軽減されますので試してみてください。

編集作業は技術も時間も必要なので、動画&写真編集アプリを使うのも一案です。私は「ゴープロクイック」を使っていました。自動編集された動画をそのまま使ってもいいですし、自分で手直しもできます。

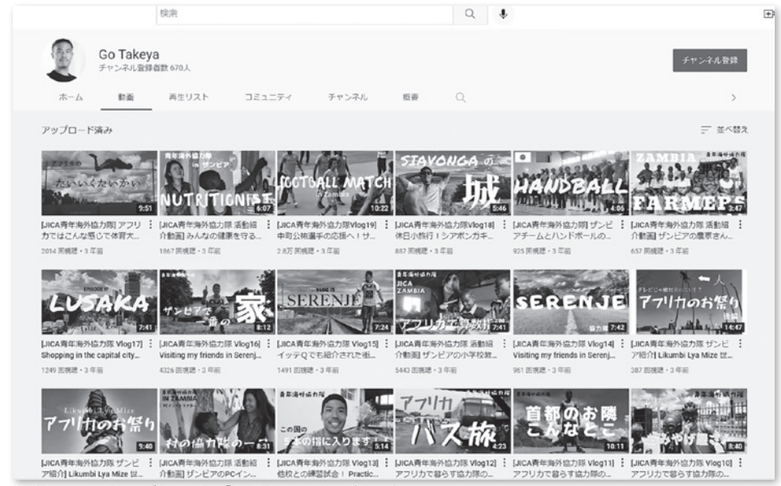
ここまで動画制作のテクニックをお伝えしてきましたが、最後にスマートフォン（以下、スマホ）で活動記録を動画で残す際に、身につけておきたい三つの〝とるクセ〟を紹介します。

「動画を撮るクセ」…派遣国で2年間生活すると思うと、「また今度撮影すればいいか」と先延ばしにしがちです。しかし、チャンスは二度とないかもしれません。後悔しないためにもずうずうしいかもなどと躊躇（ちゅうちょ）せずに、「撮ってもいいですか？」「撮ってもらえますか？」とお願いしましょう。

「許可を取るクセ」…私が心に留めているのが「国が違えば、法律が違う。場所が変われば、ルールが変わる。日が変われば機嫌が変わる」です。国によって法律も文化や宗教も異なり、同じ国のなかでもルールが違う地域もあります。また、人についてもこの間はOKだったのに、今日はダメと言われることもあります。毎回、許可を取りましょう。

「コミュニケーションを取るクセ」…撮影する際は特に周囲の人とコミュニケーションを取りましょう。いろいろな情報を得ることができるほか、写りたくない人がいることに気づいて配慮することもできます。私はカメラを手にしているときは、知らない人であっても意識して周囲の人にあいさつをしていました。

帰国して数年たつと、「派遣国で過ごしたあの2年間が本当にあったこととは思えなくなってきた」と感じるOVが少なくありません。動画は自分の記念にもなります。楽しみながらチャレンジしてみてください。



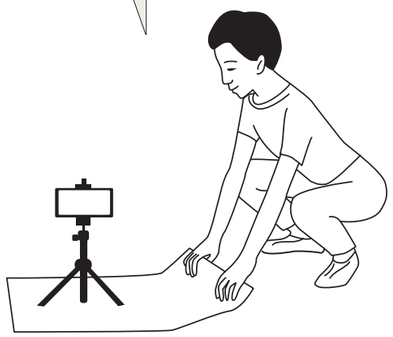
竹谷さんのユーチューブチャンネル「Go Takeya」のトップページ

ザンビアの教員養成校で水泳を教える竹谷さん

Q. 映像にメリハリをつけるには？

A.「即席スライダー」で、動きのある動画が撮影できます。

薄い紙やタオルを置いたうえに小さな三脚を立ててスマホを設置し、紙やタオルをゆっくりと引っ張って動かしながら撮影します。撮り始めの数秒間は摩擦が生じて映像にブレが生じる可能性が高いので、少し動画を回してから動かすといいと思います。



竹谷郷一（たけやきょういち）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
ザンビアでは教員養成校に配属され、水泳の授業と実技の授業改善、運動会の開催を行う。2012年に派遣されたミクロネシアでは静止画の撮影のみだったが、ザンビアではデジタルカメラで動画を撮影し、YouTubeを開設。現在サッカーと医療でアフリカ地域支援を行うNPO Pass onに所属し、ザンビア在住。

CHECK!

竹谷さんのYoutubeチャンネル

Go Takeya

https://www.youtube.com/channel/UCFMT_GU5RWUC5p27pP227cQ/videos

1本10分前後×合計38本の動画がアップされている。竹谷さんがガイドするもの、ほかの隊員を撮ったものなど内容はさまざま。2022年8月8日現在の再生回数ベスト5は下記。

1位

［JICA青年海外協力隊Vlog19］
中町公祐選手の応援へ！サッカー観戦！
Watching a football match in Zambia
時間10:21

見ている人が僕の体験していることを感じられるようなイメージで、試合の映像はもちろん、チケットを買う場面、会場で売っている物、ファンの応援の雰囲気など、なるべく多くのシーンを撮るようにしました。

2位

［JICA青年海外協力隊］
ザンビアの小学校教育隊員に一日密着!!
活動紹介動画
時間14:15

起こることを予測し、アングルを考えておきました。例えば、3:30あたりからマジックを披露するところ。見ている子どもたちの表情を撮れるよう、隊員の後ろに場所を取りました。笑いだす瞬間など、表情が表れる瞬間は編集時に非常に重宝します。狙っている人がいればズームしてみたり、よく笑う人がいたら何かが起こる前から撮っておくと、いい画が押さえられます。

3位

［JICA青年海外協力隊 活動紹介動画］
ザンビアの小学校教育隊員の活動の様子をおとどけ！
Teaching Mathematics in Zambia
時間7:40

授業の様子、折り紙、歌など、どんなところを撮ってほしいかを隊員とあらかじめ打ち合わせしました。学校で活動する隊員なら、特別なことをする日に呼んでもらったりして、それを普段の活動の様子と交えて編集するとメリハリが出ます。

4位

［JICA青年海外協力隊 Vlog16］
Visiting my friends in Serenje
ザンビアのある意味名所のひとつ
時間8:11

この日はすべてがアドリブでした。そのため、出会った子どもたちとのやりとり、川をジャンプして渡るなど、周りで起こる出来事にアンテナを張りながら撮影しました。

5位

［JICA青年海外協力隊］
アフリカでジャパンフェスティバルを開くとこうなる！
JAPAN FESTIVAL in Africa!!
時間9:23

映す対象の人数が多かったため、誰かが写っていないことのないようにチェックリストを作って撮影漏れのないようにしました。協力隊員が現地の人たちに囲まれて笑顔になっているところや、日本の文化に触れて不思議そうだったり楽しそうにしているザンビアの人々の表情を狙いました。

帰国後の出前授業でも使いやすい動画を撮るポイント

映像隊員として、コスタリカの中高生にスマホを使った映像制作を教える講座を実施していました。「動画で活動記録を撮る方法」については、過去に誌面で紹介しました（下囲み参照）。今回は「帰国後の出前講座で使える動画の撮影ポイント」についてお伝えします。

まずは動画撮影前のポイント。「誰に何を伝えたいか？＝動画の目的」を撮影前に明確にすることをお薦めします。出前講座の場合、「誰」は「日本に暮らす子どもたちや市民の方々」、「何を伝えたいか」は、「活動の体験談」「派遣国の文化や暮らし」「途上国の現状」などが多いかと思います。

活動先が学校の場合は、授業やランチ、休み時間、行事、放課後など、どんなシーンを撮影しても、日本に暮らす方々にとっては新鮮に映ると思います。日本と異なる部分、日本と同じ部分という視点を持って撮影すると撮影しやすくなるかと思います。月ごとに撮影するアイテムを決めてみる手もあります。例えば、今月はご飯、来月は移動手段、再来月は民族衣装というようなイメージです。ほかにもSDGs（持続可能な開発目標）の17の目標に沿う形で撮影しても面白いかもしれません（編集部考案のテーマ設定はP13表へ）。

次に、実際に撮影をする際に気にかけておくとよいポイントをお伝えします。一つ目は、面白いなと思ったら、すぐに撮影すること。着任直後に感じる異文化への驚きや感動は、日がたつにつれ薄れていきます。だからこそ、これは面白い！と感じたときに、撮影ができる状態であれば、ぜひその瞬間を映像に残してみてください。そうすることで、「その人にしか撮れない動画」を残せると思います。

二つ目は「音」。音は場の雰囲気を伝えるためにとても大切な要素の一つです。撮影時に音もしっかり記録するためには、可能な限り対象物に近づくことをお薦めします。もし近づくことが難しい場合は、スマホを2台使い、1台は対象物の近くで音を、もう1台はカメラとして映像を撮影する方法もあります。編集時は、音を聞いてもらうためにBGMを入れすぎないよう意識してみてください。

三つ目は、撮影時にレンズのなかだけを見ないことです。物事の全体像を押さえ、撮影のポイントを確認するためにも、対象物をレンズ越しだけで見るのではなく、時折レンズから目を離し、自分の目で捉えておくよう意識すると、レンズの外で起こっていることも撮影することができます。

最後に、自らが動画のなかに写ることの重要性についてお伝えします。日本での出前授業などで動画を使う場合、少しでもご自身が動画に写っていることで、皆さんが現地にいたことを見る側に感じてもらうことができます。

では、どのようにご自身が写った動画を撮影するか。教室の場合、後ろの机やご自身の脇にあたる場所にカメラを設置し、ご自身も含めて教室全体を写した〝引き〟の映像を撮影しておく。もしくは、授業終わりに生徒の前に立ち、自撮りをする形でご自身の後ろにいる生徒たちに手を振ってもらうと、教室の賑やかな雰囲気も伝わり、楽しい映像になるかと思います。

活動先の皆さんのさまざまな表情は、関係性を築いた協力隊員だからこそ撮影できるものです。ぜひ皆さんならではの臨場感ある映像の撮影に挑戦してみてください。

コスタリカでトランさんらが実施した映像講座で動画撮影をする生徒

トラン ティ 美佳（みか）さん
コスタリカ／映像／ 2018年度1次隊・兵庫県出身
日本のテレビ局でディレクターを務めたのち、協力隊に参加。コスタリカ映画制作センターに配属され、中高生に向け、スマホ映画制作講座「自分の町を撮影しよう！」プロジェクトを実施。映像を通して自分の気持ちを表現する術や楽しさを伝えた。現在JICA大阪デスク。

Q. 動画のテーマとしてお薦めのものは？

A.『SDGs17の目標』に合わせて撮影すると、出前授業のときなどに使いやすいと思います。

SDGs17の目標のテーマ（内容は編集部で考案）

2. 飢餓をゼロに
➡毎日の学校給食の紹介動画

4. 質の高い教育をみんなに
➡学校生活（授業、教室のなか、黒板、ノート、休み時間、制服など）の紹介動画

6. 安全な水とトイレを世界中に
➡学校や町、家庭のトイレの紹介動画

7. エネルギーをみんなに、そしてクリーンに
➡家のかまどや照明、あればクリーンエネルギー関連施設などの紹介動画

9. 産業と技術革新の基盤をつくろう
➡派遣国で行われている、インフラ関連の日本のODAの紹介動画

11. 住み続けられるまちづくりを
➡活動する地域の町やまちづくりの紹介動画

12. つくる責任、つかう責任
➡公共施設や公共の場にあるゴミ箱、家庭のゴミ箱（ゴミ分別）紹介動画

14. 海の豊かさを守ろう
➡砂浜のゴミや、海やビーチに生息する動植物の紹介動画

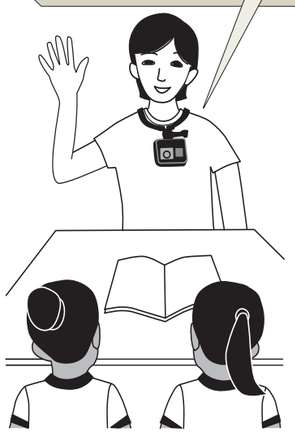
15. 陸の豊かさも守ろう
➡森林破壊や砂漠化、山地に生息する動植物の紹介動画

17. パートナーシップで目標を達成しよう
➡協力隊員が国際機関やNGOなどとコラボしたイベントなどの紹介動画

Q. 授業を受ける子どもたちの顔を撮影するときの工夫は？

A. カメラを首から下げて撮影してみるのもよいかもしれません。

この方法で撮影すると、先生目線で、生徒がどんな表情で授業を受けているかを撮影できると思います。先に少し撮影してみて、ちゃんと録画できているか、どんな画角で撮れているかを確認してください。



①企画・構成編（2020年1月号P30）
②撮影編（2020年3月号P30）
③編集編（2020年4月号P30）

https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/pamphlet/crossroad/202209/202210_guide.pdf

CHECK!
トランさん執筆による「スマートフォンで動画づくり」は、過去のクロスロード「JICA海外協力隊的プチテクガイド」で詳しく紹介しています。

活動を振り返って
https://www.youtube.com/watch?v=_t5IpqL4eBE&list=PLT24BEp6KAZ9vQig33GfBnWzrirDn6m30&index=1

講座手法
https://www.youtube.com/watch?v=uQt70J7u9wg&list=PLT24BEp6KAZ9vQig33GfBnWzrirDn6m30&index=2

活動報告
https://www.youtube.com/watch?v=BrSjdLSEUg8&list=PLT24BEp6KAZ9vQig33GfBnWzrirDn6m30&index=3

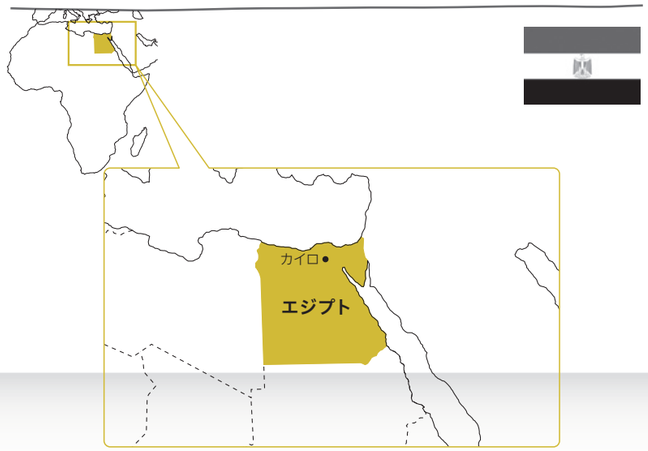
CHECK!
トランさんが配属先やコスタリカの省庁に報告するために同僚と共に作成した活動についての動画（スペイン語）が見られます。

派遣国の横顔

知っていますか？ 派遣地域の歴史とこれから〈エジプト〉

古代文明で知られるエジプトは、人口1億人を超える中東・北アフリカ地域の大国。協力隊は1996年の派遣開始からこれまで300人以上が派遣されてきた。

エジプトの基礎知識



エジプト・アラブ共和国

面積：約100万平方キロメートル（日本の約2.7倍）
人口：約1億233万人（2020年：世銀）
首都：カイロ
民族：主にアラブ人（その他、少数のヌビア人、アルメニア人、ギリシャ人等）
言語：アラビア語、都市部では英語も通用
宗教：イスラム教、キリスト教（コプト派）

※2022年4月12日現在
出典：外務省ホームページ
https://www.mofa.go.jp/mofaj/area/egypt/data.html#section1

派遣実績

派遣締結日：1995年3月15日
締結地：東京
派遣開始：1996年9月
派遣隊員累計：325人

※2022年8月31日現在
出典：国際協力機構（JICA）

幕末に第２次遣欧使節団も訪れて記念写真を残しているスフィンクス。当時から重要な観光資源だった

若者が人口の3分の2を占める歴史と活気あふれる中東・北アフリカの大国

中東・北アフリカ地域の平和と安定に重要な役割を占めるエジプト。日本の協力や協力隊の活動はどのように行われてきたのか。前・JICAエジプト事務所長の大村佳史さんにお話を聞いた。

＼お話を伺ったのは／

大村佳史（おおむらよしふみ）さん

PROFILE
JICAアフリカ部審議役。民間金融機関を経て2001年に旧・国際協力銀行（一部門統合により現・JICA）入行。東南アジア部、企画部、財務部を経て、2018年からエジプト事務所長。中学生と高校生の2子を含めた家族で赴任した。今年3月から現職。

エジプトは人口1億人を抱える中東・北アフリカの大国で、この地域の平和と安定に、政治・経済面で重要な役割を果たしている。

日本との関係は、江戸末期の第2次遣欧使節団までさかのぼる。パリに向かう途中にエジプトに滞在した使節団は、世界で2番目に敷かれた鉄道に乗り、紡績工場などを視察。「西洋ではない国」の発展ぶりに驚きつつも親近感を持ち、明治以降の近代化の刺激になったとされている。

エジプトはイギリスからの独立を経て、1952年に共和制に移行。イスラエルの建国で始まったエジプトを含むアラブ諸国とイスラエルの中東戦争は4次にもわたり、経済を圧迫。その後も長らく原油輸出と観光収入依存という産業構造から転換できず、結果的に若者の失業が深刻化、2000年代に「アラブの春（※）」を招くことになった。30年間続いたムバラク政権が崩壊して政情不安が続き、現在、2期目のエルシーシ政権が民主化を進めている。

日本の支援は1954年に開始。運河橋、風力・火力発電所、地下鉄、カイロ大学小児病院の建設や、大エジプト博物館、エジプト日本科学技術大学の設立が行われた。

教育も重点分野だ。アラブの春で浮き彫りになった若年層の高い失業率などの課題に対応すべく、「エジプト・日本教育パートナーシップ」を掲げ、経済・社会発展を担う人間性豊かな人材の育成を支援。就学前から高等課程まで、教育システム全体に包括的協力を行っている。

日本の対エジプト支援は専門性の高い事業が多かったためか、青年海外協力隊（以下、協力隊）の派遣は幾分遅く96年からだ。それでも、アラブの春による中断を挟みつつ、累計300人以上が派遣されてきた。主に幼児教育、保健、社会福祉、スポーツ、産業分野で貢献している。

街角でパンを売る少女

「日本にお願いしているのは、文化、教育、再生可能エネルギーの三つ。誰が文化や教育を他国に頼みたいものか。信頼している日本だから頼むのだ」

そんなエルシーシ大統領の言葉が印象に残っていると話すのは、2019年に経団連ミッションと共に同大統領と面会した大村佳史さんだ。大統領は大エジプト博物館の合同保存修復プロジェクトや隊員派遣が多い教育への協力を高く評価しつつ今後への期待を示したという。

「エジプトは平均年齢24歳と活気にあふれ、社会的課題が多い分、ポテンシャルは大きい。隊員の皆さんには、現地の人々と共に何が必要かを考え、自身の10年、20年後の成長にもつなげる機会にしてほしいです」（大村さん）。

※アラブの春＝2011年初頭から中東・北アフリカ地域の各国で本格化した一連の民主化運動。それまでは極めて限定的にしか政治参加できなかった一般の人が変革の原動力となったことが大きな特色。

Text ＝工藤美和　写真提供＝加藤奏太さん、森本久美子さん、林星絵さん、ホシカワミナコ（本誌）

室内でも戸外でも楽しめるゴム跳びを現地の保育士と共に行う森本久美子さん

現地の先生たちを対象にした公開授業で、小学校1年生の学級活動の様子を見せる加藤奏太さん

森本久美子（旧姓・黒崎）さん
幼児教育／2011年度1次隊・茨城県出身

PROFILE
短期大学卒業後、保育士として保育園や幼稚園で6年勤務したのち、協力隊に参加。帰国後は1年ほど保育園に勤務後、自身や子どもの体調を改善した経験などを基に、人が本来持っている力を使って心身の健康を取り戻すカウンセリングや蜂蜜療法などを行う「あわの和」を主宰。

加藤奏太さん
小学校教育／2017年度1次隊・愛知県出身

PROFILE
大学卒業後、小学校教師に。特別活動の教育的効果の研究を行うなど約10年勤務。退職して協力隊に参加。語学留学、地方自治体の国際理解推進員などを経て、現在、インターナショナルスクール勤務。外国人生徒に日本語、日本人生徒に国語を教える。

子どもたちのため各地で活躍するエジプト隊員

エジプトで保育園や小学校の現場に日本の教育の特色を伝えた教育分野の隊員と、活動の合間に「ごみの街」の子どもたちと交流した隊員を紹介する。

エジプトで未知の「特活」が子どもたちを輝かせる

学級活動や日直、教室の掃除など、日本の学校で当たり前に行われてきた「特別活動（以下、特活（※1））」を中心とする日本式の教育が、エジプトで広まりつつある。

エジプトの学校は、人口の急増に施設が追いつかず1クラスに70～80人の児童・生徒がいるなど過密化し、暗記を中心とした学力偏重で、教師は知識を一方的に教えるという教育が常態化していた。

アラブの春以降、国の未来を担う子どもや若者の教育の強化を図ろうとするエルシーシ大統領は、学力だけでなく主体性、協調性、社会性の習得という面からも日本の教育に注目し、2016年の来日時に、安倍晋三首相（当時）と「エジプト・日本教育パートナーシップ（EJEP）」を締結。以降、保育園から大学まで、体制整備や教員の能力向上などで日本の教育の特徴を生かした協力が行われている。

18年には、広い教室面積、児童1人に1組の机と椅子、屋内外の運動場、職員室といった施設面にも日本式の要素を取り入れた小学校「エジプト・日本学校（EJS）」が35校、開校した。同時に学級会、学級指導、日直の三つから成る「ミニ特活」が小学校1年生のカリキュラムに導入された。とはいえ、特活は、自身が一方的な詰め込み教育で育ってきたエジプトの教師にとって未知のもの。そこでEJSと一般校で特活を実践し、普及の一翼を担ったのが小学校教育隊員だ。日本での教師時代から特活に熱心に取り組んでいた経験を持つ加藤奏太さんもその一人である。

派遣1年目は特活の導入前年度だったことから、加藤さんは特活普及の下地をつくるため、ギザ市の一般校5校で、従来行われていなかった音楽の授業を受け持ち巡回した。日本の曲にアラビア語の歌詞を乗せた替え歌を作り、ギターを弾いて子どもたちと歌ったり踊ったりし、音楽授業の意義を現場の教師に伝え、教師や子供たちとの関係をつくった。

2年目には、同じ5校で学級会の普及に取り組んだ。「学級会とは何か」という教師たちの問いには、「子どもたちに自分で考えさせること」と答えた。「考えると意見を言いたくなって、意見を交わすと最終的に何かを決めたくなっていきます。その手法は説明できても、実際の様子や雰囲気を伝えるのは難しい。『やってみせるから手伝って』と苦手だったアラビア語のサポート役として、なじみの先生たちを巻き込みました」

ある日の学級会は「手伝い」をテーマにして行った。

——みんなは家でお手伝いしている？
「している」「お掃除」「妹弟のお世話」
——どうしてするの？
「お父さんやお母さんが喜ぶから」
——学校ではお手伝いしている？
「ええっ、学校で？」
——どう思う？
「したほうがいいと思う」「先生が大変だから」
——どんなお手伝いをするといい？
「電気をつける」「机をきれいに並べる」
——じゃあ誰が何をする？
パーっと手を挙げる子どもたち。このあと、みんなで係を決めていった。

加藤さんは、日本での特活の進め方と同様に「誰かが意見を言ったら拍手をしよう」「どう思うか『賛成』『反対』を言おう」と促し、ゴールに向け安易に話をまとめないよう、児童の話が脱線しても受け止め、意見を導き出すよう丁寧に進めた。

「きっかけを与えると、子どもたちは自ら気持ちを変化させ、一生懸命に取り組みます。のびのびと楽しく、輝く子どもの姿を先生たちに見てもらえたらと考えていました。特活は勉強が苦手な子どもも活躍の場が持て、人間関係づくりにもつながるので、学校が果たす重要な役割だと思います」

加藤さんは帰国前、巡回先の教師からこんな手紙をもらった。

「ミスター・サイード（加藤さんの愛称）の授業を見ていると、子ども一人ひとりを大切にしているのがわかる。これまではそういうことを考えたこともなかった。来てくれてとてもハッピーだ」

活動を積み重ね、チームで広めた「遊びを通じた学び」

特活は、EJEPの締結によって導入が決まり、隊員活動によって展開されてきたが、かつてエジプトでは1998年から70人以上の保育・幼児教育分野の隊員が派遣され、その積み重ねがEJEPにつながったという歴史もある。

エジプトでは、0歳から4歳までは保育園、4歳から6歳は幼稚園に通う。学力重視で、保育園でも読み書きや数え方などの指導が行われてきた。

「子どもたちは保育園にいる間、椅子に座ってコーランを暗唱させられていて、先生たちはそれをただ見ていることがほとんどでした」と振り返るのは、2011年に、保育園を管轄する社会連帯省のカフルエルシェイク県支局に派遣された森本久美子さんだ。〝子ども中心の保育〟にするために、情操教育や実技を大切にする日本の保育の特色「遊びを通した学び」を広めた。

1年目、森本さんは一つの保育園に通い、保育士に遊びや教材の紹介を行ったが、なかなか興味を持ってもらえなかった。保護者が遊びよりも学習に注

※1　特別活動…義務教育課程で行われる、掃除、日直、学級会、学校行事など教科外のさまざまな集団活動で、それらを通じ思考・判断・表現力と主体性・協調性・社会性を養う。

活動の舞台裏

うるさくて、情に厚いエジプト人

「エジプト人はいい意味で、うるさい。好奇心旺盛で、電車やバスのなかで見ず知らずの人同士でもわいわい盛り上がるんです」というのは加藤奏太さんだ。出勤途中では毎朝、4～5人の知人が声をかけてくる。男性同士ならばハグし、「元気か」と始まり、少し時間があれば一緒にお茶を飲む。「知っている人には必ず話しかけるし、知らなくても話しかけてくるので、近所にどんどん知り合いが増えていくんです。人との触れ合いを楽しむ文化で、とても心地よかった」（加藤さん）。

森本さんと保育園の同僚家族。家族のように温かく迎えてくれ、「痩せて帰ったら私たちが食べさせてないみたいじゃないか。もっと太って帰れ」とたくさんもてなしてくれた

森本久美子さんは「毎日がコントみたいでした」と話す。「バスに乗っていたら、街角でのケンカを見たバスの運転手が『俺に任せろ！』と、バスから降りて意気揚々と仲裁しに行くんです。乗っている私たちはやれやれとあきれてました」。こんなこともあった。森本さんを見かけるといつもヤジを飛ばしてくる少年がいた。普段は無視していたが、ついに業を煮やした森本さんが怒っていると、それを聞きつけた男性が「どうした？」とやって来た。森本さんが訳を話すと、男性は「ちゃんとあいさつしなきゃダメじゃないか」と少年を怒ってくれたそうだ。「道に迷っていても必ず誰かが助けてくれました。人情深い優しい人たちです」（森本さん）。

マンシェット・ナセルの交流イベントで合唱するコミュニティスクールの子どもたち

NGOの広報を担当するCPと林星絵さん

林さんが制作したパンフレット

林（はやし） 星絵（ほしえ）さん
デザイン／2017年度4次隊・北海道出身

PROFILE
大学卒業後、物流企業、メーカーに勤務。働きながら専門学校でWebデザインを学ぶ。卒業後はWeb制作会社でディレクター兼デザイナーとして2年勤務したのち、協力隊へ。帰国後、株式会社マザーハウスに入社し、オンラインストアやブランドサイトのディレクションを担当。

力してほしいと望むことに加え、保育士は資格を必要としないため知識が不十分で、給料も安く短期間で辞めてしまうことが多いという背景もあった。

そこで2年目は活動を変え、カウンターパート（以下、CP）と共に、現地の保育士にわかりやすいよう遊びによる発達についてまとめたポスターを作成して配布し、モデル園でセミナーを定期的に実施した。セミナー後は各園を巡回しフォローした。

「幼児の発達には規則正しい生活リズムが欠かせません。まず、遊びや昼寝など一日の流れに沿った保育をしっかりと行ってもらい、子どもたちの変化を見てもらいました。それを体感した保育士にセミナーの講師になってもらったのです。『体を動かす遊びをすると、疲れてしっかりお昼寝をするようになった』『読み聞かせをするようになったら子どもたちが本に興味を持つようになり、絵本を持ってくると子どもたちが集まる』と堂々と参加者に話していました」

同時期、幼児教育隊員はチームとして全土に10人近く派遣されており、連携して活動した。セミナーで得られた知見を共有したり、誰でも簡単に取り組むことができる手作りのおもちゃなど、教材の制作方法をまとめた冊子を共同で作成したりした。身近にあるものを利用できるよう、現地の保育士たちのアイデアも取り入れた。

全土の保育関係者約100人を集めた研修会も開催した。それは現場のモチベーションアップのみならず、この国の保育関係者のネットワークづくりにもつながった。

こうして、遊びを通じた学びは少しずつ受け入れられた。「子どもたちの表情が明るくなり、現地の保育士たちも『保育が楽しい』と笑顔を見せてくれるようになったことが何より嬉しかった」と森本さん。

その後、隊員たちの活動をもとにJICAの幼児教育分野で初の技術協力プロジェクトが開始され、現役保育士の研修をはじめ質の向上に向けたさまざまな取り組みが続けられていった。

「ごみの街」——巨大リサイクルタウンに出会った隊員たち

学生時代に途上国開発について学び、協力隊になる夢を持っていた林星絵さんは、身につけたWeb制作スキルを生かしたいとデザインの要請に応募。18年3月からエジプトのNGOの広報部門でインハウスデザイナーとして活動した。

配属先はストリートチルドレンへの教育や、青少年や女性を対象にした職業訓練を行っており、知名度アップのためのWebサイトのリニューアルが要請だった。しかし、赴任するとプログラミングなどを行っていたスタッフが退職しているなど制作環境が変わり、リニューアルに着手できない状況だった。林さんはひとまず、広報誌やパンフレットなどのデザインや編集を引き受けることになった。

作業の傍らWebサイトのリニューアル方法を提案したが、上司兼CPのITへの理解が十分ではないことや予算不足もあって、なかなか先に進まない。そこで、林さんは、職場であまり利用されていなかったSNSの積極的な活用を働きかけた。

「そのために事業現場を知ろうとしたのですが、エジプトでは同じNGO内のほかの部署に行くのにも手続きが必要で時間がかかりました。行けるようになってからは事業スタッフにSNSの記事として取り上げる内容をアドバイスしたり、写真講座を開いたりしました」

そうした傍ら、プライベートでは、カイロの「ごみの街」と聞いて関心を持ったマンシェット・ナセルという地区を訪ね、コミュニティスクールで隊員仲間とボランティア活動をした。

そこは、エジプトでは少数派のコプト教徒（※2）の人々がごみ処理を生業とし、カイロ中のごみを収集・運搬してきてリサイクルまで行っているコミュニティ。生ごみは豚の餌にし、紙やペットボトルの破砕・圧縮や金属を溶解する工場まであった。建物の壁に描かれた巨大アートや石灰岩をくりぬいた洞窟教会もあり、その美しい景色とごみとのギャップに魅せられたという。

そして、この街を取り上げた09年公開のドキュメンタリー映画『Garbage Dreams』の主人公の少年だったアドハムさんに出会う。学校教育をまともに受けていなかったアドハムさんだが、映画出演を機にアメリカに留学。帰国後は仕事をしながらカイロの大学に通い、コミュニティスクールの運営にも携わっていた。

「一般のエジプト人はこの街をよく知らずに職業や宗教を理由にさげすんでいましたが、アドハムさんはこの街に誇りと愛着を持ち、スクールの子どもたちにもそうなってほしいと話していました」

林さんには高校時代にフィリピンでごみ山を見て衝撃を受けたものの何もできなかった体験があった。「今なら何かできるのではないか。私たちも子どもたちの力になりたいと考えました」。

当時JICAエジプト事務所長だった大村佳史さんも「面白いね、やってみたら」と有志の活動を後押しした。林さんたちはスクールの子どもたちと折り紙やソーラン節など日本文化で交流をしたり、マンシェット・ナセルに興味を持った日本人を案内したりした。

林さんの任期終了前には、日本人ピアニストとスクールの子どもたちによるコンサートの開催にこぎ着けた。日本大使や国際交流基金カイロ日本文化センターの所長、JICAの大村所長など在エジプトの日本人や、コプト教の司教やエジプトの省庁関係者までたくさんのゲストを前に、子どもたちは合唱を披露した。

「外の世界があること、いろいろな人がこの街の子どもたちに目を向けていることを感じてもらえたのでは」と林さん。帰国後に就職したマザーハウスでは、Webディレクターとして途上国の素材を活かしたブランドの情報発信に携わっている。コロナ禍でマンシェット・ナセルでの隊員活動は途絶えたが、現役隊員との情報交換を続けながら継続支援の道を探っている。

※2　コプト教…エジプトを中心として発展したキリスト教の一教派

活動の舞台裏

日本人に嬉しい「ヤバニ米」

「エジプト人は日本人と同じく、お米が大好きな〝ライス・イーター〟。ナイル川からの水で作られたおいしくて安い日本米が食べられます」と言うのは、前JICAエジプト事務所長の大村佳史さん。現在、エジプトは中東・北アフリカ屈指の「米どころ」で、生産される米の約8割は日本と同じジャポニカ米で、主として国内で消費されている。

スーパーで売られているお米

ヤバニ米を炊いたご飯で日本にいるときと同じような食事ができる

約100年前の1917年、エジプトは人口増大を見越して、米を生産奨励品目に指定し、生産拡大に向けて品種改良に着手した。スペイン、イタリア、アメリカ、中国、インドなど世界各国から約250種の米を集め、最もエジプトの気候に適していて生産性が高いと選んだのが日本由来の「ヤバニ（アラビア語で日本の意）」という名のジャポニカ米だった。その後、機械化や精米処理など日本の技術協力も行われて、米生産は増大。日本由来のお米が広く親しまれている。

「スーパーで気軽に買えますし、日本と同じように炊けて、普段からおいしくご飯を食べることができました」と林星絵さん。「アフリカで一番おいしいお米じゃないでしょうか。こちらで生活する日本人にとって心強い味方です」（大村さん）。

専門家に聞きました！

失敗に学ぶ

現地で役立つ人間関係のコツ

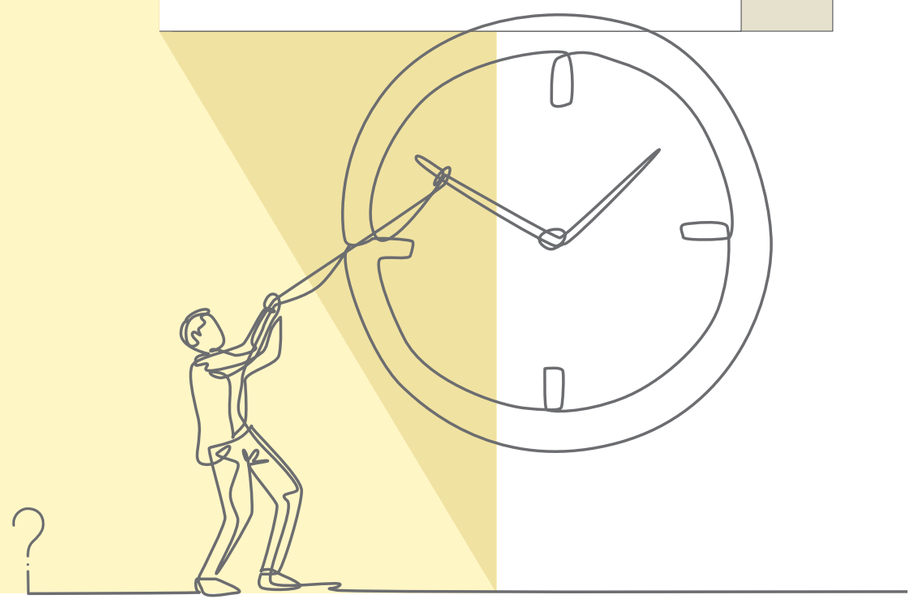
今月のテーマ：同僚のやる気を引き出すには

今月のお悩み

やる気がなく、規則や時間を守らない同僚をなんとかしたい

（環境教育／男性）

市役所でゴミの分別普及の活動を行いました。実際には地域ではゴミのポイ捨てが当たり前だったため、同僚とゴミ捨ての啓もう活動から始めることにしました。しかし、同僚は市の担当課職員にもかかわらずやる気がなく、ゴミ捨てのセミナーをやったそばから車の窓からごみを投げ捨てたりするため、口論になりました。その同僚はそもそもセミナーや会議の日にちを決めても、遅刻が当たり前でやる気が見られません。真面目に取り組んでいる自分が馬鹿らしくなります。



三枝先生からのアドバイス

多少強引にでもやらせてやる気を引き出すか、やる気になってからやらせるか。二つの方法があります。

今月の教える人　三枝大地（さえぐさだいち）さん

チリ／バレーボール／ 2004年度3次隊・兵庫県出身

協力隊から帰国後、女子バレーボールU20、U23日本代表コーチ、U18日本代表チーム監督を歴任。2020年4月より岩手県紫波郡紫波町の「ノウルプロジェクト」運営責任者で、23年に開校する学院の学院長に就任予定。並行してバレーボールアンダーエイジカテゴリーへの指導やJOCVバレーボール会会長として、隊員への指導も行う。

「やる気の出し方」はいくつかありますが、今回のお悩みに当てはまりそうな二つの方法をご紹介します。

まず、今回のようにやらないことで周囲に迷惑をかけたり、被害が出てしまう可能性があるときに、多少強引でも責任を持たせ、それによりやる気を引き出す方法です。

相談者さんの状況であれば、本人があまり乗り気でなくても、例えばゴミ捨てセミナーで企画リーダーを任せてみるなどです。嫌々やらされたことでも、それによって「ゴミ捨ての必要性がわかる」とか「町の美化に努めてくれてありがとう」などと住民に感謝されたりすると喜びを感じ、その積み重ねで意欲が高まっていくこともあります。

もう一つは、本人がやる気になるまで種をまき続けて待つ方法です。私がJICA海外協力隊時代に南米チリに赴任し、大学バレーボールの選抜メンバーを指導したときには、主にこの方法を使いました。

当時、女子バレーの練習は19時スタートでしたが、選手たちの遅刻は当たり前。19時30分頃に体育館に来てだらだらと過ごし、20時ぐらいからようやく練習を開始。21時になると男子学生が集まってくるので、女子チームが体育館で練習できるのは1時間ほどでした。

単に時間を守るように伝えても、なぜそうすべきか、本人が理解・納得していないと聞き流されるだけです。そこで、「バレーがうまくなれば、奨学金が取れる、就職にも大いに役立つ」など、〝強くなりたいと思うスイッチ〟が入るよう、さまざまな場面で練習への意欲を高める〝種〟をまき続け、選手が「強くなりたい。練習をしたい」と思うまで待つことにしました。

ある日、一人の女子選手が「練習時間が短い」と言ってきました。遅刻すれば練習時間が短くなるのは当然です。「だったら練習に早く来たらいいのでは？私は19時には体育館に来ているから、練習は始められるよ」と伝えると、「みんなが遅れてくるから、それが当たり前だと思っていた」と驚いた様子。2年ほどかかりましたが、最終的に全選手が練習開始の30分前にはウォーミングアップやトレーニングを始め、19時にはボールを使った練習ができるようになりました。

ここまで二つの方法をお伝えしましたが、どちらの方法も大切なのは「まず相手を知る」ことです。どんなことに興味があって、喜びを感じるか。それを知り信頼関係を築いてから接していかないと、引き出せるものも引き出せません。

言葉でのコミュニケーションがうまくいかないと感じたときには、ツールの一つとして「日誌」を取り入れるのも一案です。

チームスポーツでは、練習中にすべての選手と話をするのは難しいこともあります。毎日でなく1週間に1度の交換でもいいので、日誌を通してお互いの考えを知ったり、新たな気づきを与え合ってみましょう。

日誌では「今日の練習をやり直せるとしたら何をしたいか」「あなたが監督ならどうしたいか」といった希望を書かせるような質問をすると、相手が望んでいることを知るきっかけになります。

日誌だからこそ、悩みを打ち明けてきてくれる選手もおり、私は必ずアドバイスを添えて返しました。尚、日誌をグループで回していく場合は、書いた内容を仲間に見られたくない学生もいるので、グループの雰囲気を見極めてください。

最初は浅い内容のやりとりでもいいので、キャッチボールを続けてみてください。そのうち内容も充実し、相手との信頼関係が構築されていきます。

相手へのアクションが失敗して落ち込んだり、嫌な気分になったりしたとしても、人間は失敗から学ぶことがたくさんあります。チャレンジしたこと自体が自分の成果だと捉えて、次に生かしましょう。

Text＝梶垣由利子　写真提供＝三枝大地さん　※質問は現役隊員やOVから聞いた活動中の悩み

この職種の先輩隊員に注目！

～現場で見つけた仕事図鑑

#0015

「日本語教育」

分　　類：人的資源
派 遣 中：33人（累計：3,077人）
類似職種：青少年活動、小学校教育

※人数は2022年8月末現在。

CASE 1

石倉志朗（いしくらしろう）さん
キリバス／2018年度1次隊・岡山県出身

PROFILE
大学卒業後、兵庫県や岡山県の高校で国語科の教員として勤務。現職教員特別参加制度を利用して協力隊に参加し、帰国後の現在も岡山の高校にて教壇に立っている。

配 属 先：船員養成校（MTC）（※1）
要請内容：MTCの漁業コースにて、日本の遠洋漁業のカツオ・マグロ漁船で就労予定の訓練生に実用的な日本語、日本人の生活習慣や日本文化について指導する。

CASE 2

近藤ゆみ（こんどう）さん
日系JV／ブラジル／2018年度1次隊・滋賀県出身

PROFILE
大学時代に日本語教師養成講座を修了し、卒業後は機械メーカーでの4年間の勤務を経て現職参加で協力隊に。帰国・復職後、現在も派遣当時の生徒にオンラインで日本語を教えたり、地元の在留外国人の子女を対象とした日本語教室で日本語教育のサポートを行ったりといったボランティア活動にも携わっている。

配 属 先：ピンダモニャンガバ日本語学校
要請内容：日本語指導のサポートや現地教師の育成、日本文化を取り入れた授業の実施のほか、日系人協会が主催するイベント行事への参加や協力も行う。

活動の基本

身につけることで役に立つ日本の生活習慣や文化もあわせて伝える

配属先における日本語の授業の実施など現地の日本語教育への協力を目的とする「日本語教育」。中学校・高校、大学、専門学校、日系日本語学校などに派遣され、活動内容は、学習者への直接指導や現地教師の教授技術向上のための支援のほか、スピーチコンテストや日本文化に関するイベントの実施、教材やカリキュラムの作成など、配属先によって多岐にわたる。

日本語を学ぶ目的も、仕事や就職のため、日本のポップカルチャーへの関心などさまざまで、現地教師の日本語教育の経験にも差があるため、要請や状況に応じた協力が求められる。

ほとんどの要請で、日本語教師養成講座の修了や日本語教育能力検定試験の合格など、日本語教育について一定の知識を有していることが求められ、活動内容によっては一定の実務経験があることが求められる。

❶MTCの卒業式で、石倉さんの教え子たちはおそろいの法被を着て力強いソーラン節を披露した

❷「『令和』という字を一緒に書いてみよう！」と指導する近藤さん

❸避難訓練では、実際に机に隠れて身を守る練習も行った

CASE 1

日本の漁船で使える生きた日本語を

キリバスの船員養成校（MTC）に派遣された石倉さんへの要請は、卒業後に日本の遠洋漁船で働く漁業コースの訓練生に、日本語や日本の生活習慣を教えることだった。

本コースの受講期間はわずか7カ月。石倉さんは日本人の教師として何ができるか、常に意識して指導にあたった。

石倉さんはまず、教材を新しくすることにした。それまで使っていた教科書は30年も前の版で表現が古いうえ、ページが欠けていたりとボロボロだった。日本語だけで書かれているので、教員も内容を十分に理解できていないという問題もあった。そこで、より実用的な日本語を身につけてもらい、また教える側も学べるよう、版が新しく英語の解説もあるものに変更した。

一方、漁船で用いられる専門用語についてはMTC独自の教材があり、引き続き活用することができたという。

授業では、ロールプレイを取り入れた発表などアウトプットの場を増やすようにし、日本の歌も教えた。長渕剛の「乾杯」や加山雄三の「海 その愛」など、スローテンポで表現が易しく、訓練生が共感しやすい内容の曲を選んだ。

また、日本文化に触れる経験も増やすよう心がけた。キリバス人の同僚教師が日本の遠洋漁船で働いていたとき、箸が使えずに困ったと話していたのをヒントに、箸の使い方も授業に取り入れた。「漁船で働くことになれば、日本人と生活を共にしますから」。日本人と接する機会も大切と考え、ほかの隊員やJICA事務所の職員を招いたり、自身が勤務していた岡山県の高校とオンラインで交流する機会も設けた。

同僚に対しては国際交流基金が実施する訪日研修や、日本語能力試験（JLPT）（※2）を受けるよう働きかけた。代々協力隊員が派遣されているなかで支援に慣れて教師も受け身になりがちなので、具体的な目標を定め、いずれは自主的に授業を組み立てられるようになることを目指した。

MTCでは、外国人の校長や上司らに、キリバス人の同僚らの提案が通りにくい場合が多かったという。ところが、石倉さんから伝えるとすんなり通ることが多々あり、キリバス人と上司の外国人の橋渡し役として存在感を発揮することも大切だと感じたという。

CASE 2

日本の旬の情報を伝えながら日系人との絆を深める

近藤さんが配属されたのは、サンパウロから車で2時間ほどの街で日系人協会が運営する日本語学校。古くは日本人移住者の子女のために創立された学校だが、日系人も世代を重ねるなかで日本語離れが進んでいる。一方、アニメなどの影響で日本に興味を持つ非日系ブラジル人が増えており、近藤さんの派遣中も生徒の比率は6対4と日系人より高かった。

自分の活動終了後の継続性を意識していた近藤さん。直接指導より、現地教師のサポートに徹するよう心がけた。また、教師のレベルにより担当できるクラスが限られ、クラス編成が制約を受けていると気づき、教師向けの勉強会やJLPT対策にも時間を割いた。

日本文化の授業では避難訓練を実施した。東日本大震災の際に、異国で災害に遭うと大変だという外国人の声を聞いたことがあり、赴任以前から温めていた企画だ。「ブラジルには地震がないので、いつか日本へ行くことが夢だと話す生徒たちが実際に日本を訪れたときに困らないようにと考えました。震災時の映像を見せると、いつもにぎやかな生徒たちもしんと静まり返って真剣なまなざしでした」と振り返る。災害時の合言葉「おはしも」（※3）のポスターも皆で作成した。

日系社会での日本語教育の特徴について近藤さんは、「移住者のための学校が起源なので、ブラジルでも日本人らしさを失わないようにという、規律や文化教育の側面も強く引き継がれていると思います」と話す。非日系人の親でも、日本らしい教育を期待して子どもを通わせるケースもあるようだ。

近藤さんは任期中、ブラジル各地の隊員と協力し、日系社会の人々が「パプリカ」（※4）に合わせて踊る動画を制作・公開した。日系人に対する日本からの認知度が低いことを憂いて、東京2020オリンピック・パラリンピックへの応援メッセージでアピールを図ろうと考えたのだ。

意外だったのは、ブラジル各地の日系社会からの反響である。広い国内に散在しているので、この企画を通じて互いに初めて存在を知った例もあった。「私たちの活動終了後も、地域のつながりが広く波及して強まることで、日系社会や日本語教育の可能性が広がるのでは」と近藤さん。日系人や日系社会を結びつけることも、日本語教育隊員の役割といえそうだ。

※1…Marine Training Centreの略
※2…Japanese-Language Proficiency Testの略。日本国際教育支援協会と国際交流基金が共催する、日本語を母語としない人たちの日本語能力を測定し認定する試験
※3…「おさない、はしらない、しゃべらない、もどらない」の略
※4…「＜NHK＞2020応援ソング プロジェクト」の楽曲として、米津玄師が作詞・作曲・プロデュースした2018年リリースの楽曲

Text＝海原美帆　写真提供＝石倉志朗さん、近藤ゆみさん

ひきつけるアイデアを共有

みんなの教材づくり&アクティビティ

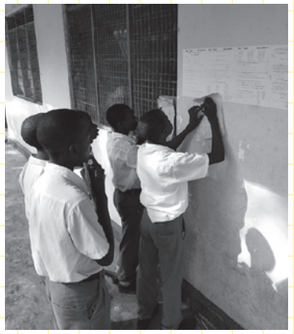
海外協力隊OVが派遣国の活動や生活で実践した、お役立ちアイデアをご紹介します。

今月の先生

なかひら さとし
中平 賢さん
（タンザニア／数学教育／2018年度3次隊・東京都出身）
学習塾講師・専門学校勤務を経て、協力隊に参加。新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、2020年3月に一時帰国し、残り10カ月間は日本からタンザニアに向けて活動を続けた。現在は独立行政法人国際交流基金の日本語パートナーズとしてマレーシアで活動中。

丁寧な解説を心がけたタンザニアの数学教育

赴任先の中等学校（4学年制）は、生徒1000人に対して、数学科の先生は2人。授業は教師の解説が中心で、生徒は板書を写すだけ。質問をしたくても、先生が学校にいないという現状があり、頑張ろうとしてもなかなか定着しないという課題がありました。学習量が少ないので、教室の壁に問題を貼り、生徒が自学自習できるようにしました。答えは職員室の壁に。教科書に解説があまりないので、特に文章題は絵を交えて丁寧に解説しました。問題に積極的に取り組んでいたのは比較的、学力のある生徒。数学が好きな生徒が苦手な生徒をサポートしてくれていたので、まずは小さな「わかった、できた」を積み重ね、苦手な生徒を減らして、全体的にボトムアップできたらと思っていました。



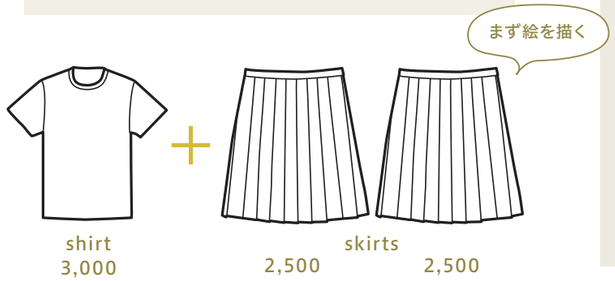
教室の壁に貼ってある問題をノートに書き写す生徒たち。中平さんが一人ひとり対応するのは難しいので、答えは職員室の壁に貼っておいた

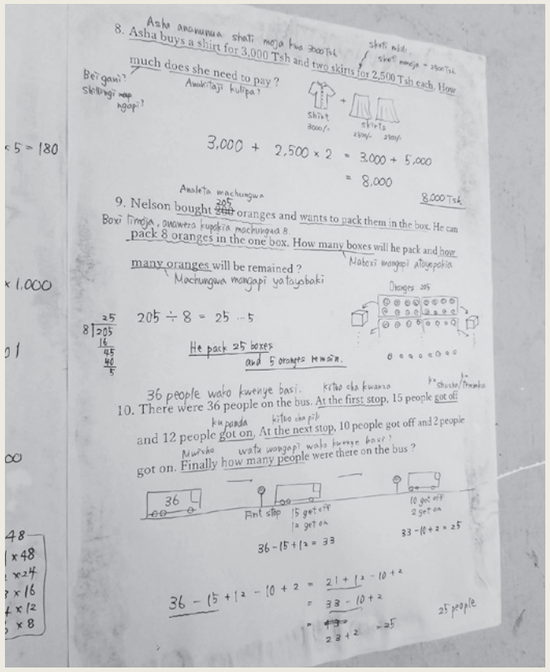
シャツとスカートはいくら？

「アーシャさんが3,000シリングのシャツを1枚、2,500シリングのスカートを2枚買いました。いくら払いますか」という簡単な足し算と掛け算の問題ですが、ほとんどの子ができません。絵とスワヒリ語の解説を交えて解説していきました。

（問題文）
Asha buys a shirt for 3,000 Tsh and two skirts for 2,500 Tsh each.
How much does she need to pay?

（答え）
3,000＋2,500×2
＝3,000＋5,000
＝8,000　　8,000 Tsh





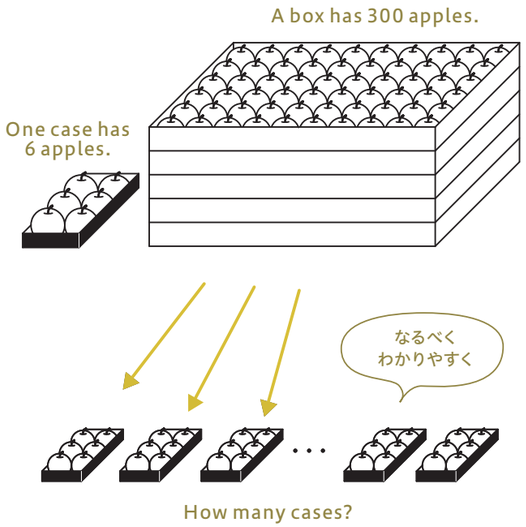
職員室の壁に貼ってある答え。数学は英語で学ぶので、英語がわからない子は問題文の意味がわからないこともあった。なるべく現地語（スワヒリ語）で、意味を書き足した

リンゴを分けるのに何ケース必要？

「1つの箱にリンゴが6個入ります。300個のリンゴを入れるには、何個の箱が必要ですか」という割り算の問題。絵で解説しながら、“How much”“How many”など文章題によく出るフレーズも、その意味と結びつけながら繰り返し教えます。

（問題文）
A case has 6 apples.
How many cases can be filled from a box containing 300 apples?

（答え）
300÷6＝50　　50 cases

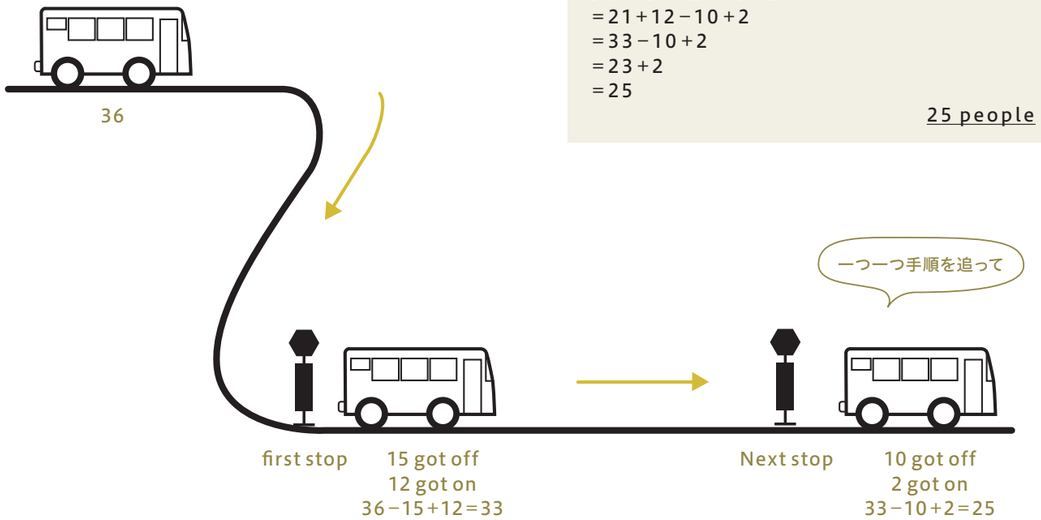


バスに乗っているのは何人？

「バスに36人乗っていて、最初のバス停で15人降りて、12人乗り、次のバス停で10人降りて、2人乗りました。最後まで乗っていたのは何人でしょう」という問題。これも絵を交えて、足し算と引き算の問題を順番に一つずつ解いていきます。

（問題文）
There were 36 people on the bus.
At the first stop,15 people got off and 12 people got on,
At the next stop,10 people got off and 2 people got on.
Finally how many people were there on the bus?

（答え）
36－15＋12－10＋2
＝21＋12－10＋2
＝33－10＋2
＝23＋2
＝25　　25 people



Text＝池田純子　図版作成＝岡村裕美　写真提供＝中平 賢さん

先輩隊員の

シューカツ記

帰国後、内定までの
就職活動の方法を聞きました。

「ビジネスを通じて経済の循環、発展に貢献したい」

今月の先輩

上田和昌さん　Kazumasa Ueda

ラオス／公衆衛生／
2018年度1次隊・山梨県出身

就職先：

阪和興業株式会社

事業概要：鉄鋼、非鉄金属、食品、石油、化成品、機械、木材、セメントなどの国内販売および輸出入

上田和昌さんの略歴：

1995年	山梨県生まれ
2017年3月	信州大学卒業
2017年4月	東京学芸大学大学院入学
2018年7月	休学し、青年海外協力隊員としてラオスに赴任
2020年3月	コロナ禍により帰国（協力隊の活動は7月まで）
2020年9月	東京学芸大学大学院に復学
2022年3月	東京学芸大学大学院卒業
2022年4月	阪和興業株式会社入社

JICA海外協力隊ウェブサイト
「帰国隊員の進路開拓についての相談受付」
https://www.jica.go.jp/volunteer/obog/career_support/counselor/

※カウンセラー／相談役により対応可能な日が異なりますので、あらかじめ電話またはメールでのご連絡をお願いします。

教師を目指していた上田さんが海外での活動に興味を持ったのは、大学の研究室の教授が主催するラオスへのスタディツアーに参加したのがきっかけだった。その後、教授から東京学芸大学がJICAと大学連携ボランティア（※）の覚書を締結してラオスに学生を派遣していることを聞き、同大学大学院へ進学。青年海外協力隊員としてラオスに赴任した。活動を経て、引き続き海外で働きたいという気持ちが一層強くなっていったため、帰国後は、教師ではなく商社への就職を選んだ。

「活動中は、ラオス側のスタッフと交通費や日当などお金でもめることがよくありました。懸命に働いているにもかかわらず困窮している人が多いという現実を目の当たりにして、教育も大切ですが、まずは経済を循環させるための基礎となるインフラを整備することが重要だと考えたからです」

就職活動で、特に役に立ったのはSNS上の就活コミュニティの存在だ。

「商社で働く人の生の声を知りたいと、SNSをフォローしていて、そのなかの一人が『マルボク』というコミュニティをつくったことを知り参加しました。コロナ禍で就職説明会が開かれないなか、現役商社マンや就活中の学生とつながれたのは非常に有益でした」

就職活動では、協力隊経験のアピールに難しさを感じていたが、就活コミュニティのメンバーと話し合うなかで、自分や協力隊経験者同士では当たり前すぎて気づけなかった見方を教えられ、大きな自信にもなった。

「例えば、ラオス語を勉強するために、町で知らない人にもグイグイ話しかけたことを話したら、『積極性がある』『強みになる』と指摘してもらえ、自分の取り柄に気づかされました」

最終的に内定の出た鉄鋼商社3社のなかから、阪和興業への入社を決めた上田さん。「独立系商社の阪和興業は、親会社の影響が強いメーカー系商社と比べてビジネスの自由度が高いと感じました。いずれはラオスでビジネスを確立できるよう、頑張りたいです」。

1 協力隊時代　2018年7月～

エコヘルス教科の研修生とワークショップを行う

完成したエコヘルスの教科書

世界初の教科として2022年2月にスタートする「エコヘルス教育」の普及のため、大学連携ボランティアとしてラオス国立大学に赴任しました。「エコヘルス教育」とは、環境教育と健康教育を統合した教科で、16年度から私を含め計6人の東京学芸大の学生が大学連携ボランティア事業で派遣されています。私の前任者は、2年かけてエコヘルス教科の研修生（教員養成校の教師）に「エコヘルス教育」について指導すると共に、教科書の草案を作成。それを引き継ぎ、私は研修生が教員養成校で行うエコヘルス教科の授業のサポートをし、ラオス側と東京学芸大の教授らとの調整役を務めながら、教科書を完成させました。新型コロナウイルス感染拡大で、予定よりも早い20年3月に帰国となりましたが、帰国後は、任期が終了するまで教科書をラオス語から日本語に翻訳する作業に従事しました。

※大学連携ボランティア…大学の専門性とリソースを活用して途上国の課題解決を図る事業。課題や取り組み手法を特定し、取り組みに必要なJICAボランティア応募者を継続して推薦できる大学と覚書を交わして複数年かけて実施する。現在は「JICA海外協力隊（大学連携）」に改称。

2 就職先探し　2020年7月～

2021年度に新卒で就職したいと考えていましたが、帰国した年は就活シーズンが終わっていたため満足のいく就職活動ができませんでした。そこで、大学院にもう1年在籍し、22年度の就職を目指すことにしました。2年目の就活では、商社マンが主催するSNS上の就活コミュニティを活用しました。コミュニティには就活中の学生や社会人が参加しており、オンラインでのディスカッション、社会人や学生が面接官となっての面接練習、エントリーシートの添削などがありました。求人情報は、マイナビ、リクナビなどの求人サイトで探しましたが、コミュニティのメンバーからの口コミ情報が非常に役に立ちました。

3 書類提出　2021年3月～

提出書類　▶履歴書、エントリーシート

自己PRでは、「バイタリティがあり粘り強さは誰にも負けない雑草のような人間である」と強調しました。その例として、協力隊の活動で、言葉もわからない環境のなかで教科書を完成させたこと、また、自分が主体的に考え、現地の人と話し合いながら、教科書づくりを進めていったことを紹介しました。

4 入社試験

エントリーの段階ではオンラインで、最終面接では本社において、四則演算や読解問題などの試験がありました。

5 面接　2021年6月

計4回の面接では、なぜ教員ではなく企業への就職を選んだのか、また、ボランティアと真逆のビジネスを選んだのはなぜかを、主に聞かれました。前者については、ビジネス環境のほうが自分自身の成長につながると考えたため、後者については、ビジネスを通じてお金を生み出し現地経済に還元するほうが、社会課題の解決に貢献できると考えたためと答えたと記憶しています。

2021年7月 ▶ 内定、2022年4月 ▶ 入社

現在の仕事

入社後、1カ月間の研修期間を終え、5月に厚板部厚板・鋼管・建材グローバル課に配属されました。10月までは試用期間のため、まずは何百種類とある商材についての知識を身につけようと勉強しているところです。10月以降は海外出張や駐在などのチャンスも出てきますが、弊社は東南アジアの事業に力を入れているので、まずは東南アジアに駐在し、働きたいというのが当面の目標です。

入社した阪和興業にて

後輩へメッセージ

協力隊で活動中、あるいはこれから参加する方には、活動を有意義にしたければ、協力隊の先に何をしたいのか考えておくことをお薦めします。それによって活動中の動き方も変わります。僕自身、商社への就職をイメージできていたら、派遣中に現地駐在員にアプローチできたのではないかと後悔しています。就活中の後輩に伝えたいのは、協力隊で自分が何を考え、何を学び、どのように行動してきたかを、相手に伝わるように言語化してほしいということです。どう伝えたら相手に響くのか、進路相談カウンセラーや協力隊の仲間、友人などに相談し、自分の考えを整理していくことで、明るい道が開けると思います。

Text＝油科真弓　写真提供＝上田和昌さん

派遣から始まる未来

進学、非営利団体入職や起業の道を選んだ先輩隊員

▶故郷の町で多様性促進に努める

山口考彦さん　Nasuhiko Yamaguchi
パラオ／文化財保護／ 2003年度2次隊・山形県出身

❶パラオでの隊員活動時代。配属されたベラウ国立博物館の館長と（「ベラウ」はパラオ語でこの地の通称）
❷フィリピン人の技能実習生たちと
❸アマゾン資料を活用したワークショップの様子

皆が共生できる地域づくりを

1993年のアメリカ留学から約25年ぶりとなる2018年に、故郷の山形県鶴岡市へ戻った山口考彦さん。地元にある外国人技能実習生の監理団体で、専務理事として実習生の円滑な出入国や、仕事・生活の支援をしている。取り組みは外国人支援にとどまらず、障害者、LGBTQ（※）、シングルマザーなどの自立支援や雇用の分野で、地元企業向けのアドバイザー活動にも着手した。さらに、「地域共創コーディネーター」というグループに所属して地域の課題解決の会合で司会役を務めるなど、社会貢献活動にも積極的だ。山口さんが目指すのは何か。

「考えの異なる人に変化を求めるのではなく、誰もがありのままに共存して助け合える社会をつくることです」

その思いの原点には、パラオでの協力隊活動がある。

山口さんはアメリカのコロラド大学で文化人類学を学び、卒業後に現地でしばらく働いたあと、02年に帰国を決める。日本への帰路の途中、シニア海外ボランティアとしてドミニカ共和国に赴任していた母・考子さん（SV／文化／2000年度0次隊）を訪ねた。そこで出会った協力隊員に共感し、協力隊へ応募。職種は文化財保護、派遣国はパラオだった。03年にパラオのベラウ国立博物館へ赴任すると、物事の進行の遅い状況を目の当たりにした。

「翌年パラオで開催される太平洋芸術祭の主会場となる新館の建設が大幅に遅れ、皆ピリピリしていました」

そこでは、出稼ぎのフィリピン人労働者たちが寝食を削って働く一方で、パラオ人側は工事の遅れは外国人労働者のせいだとし、責任をめぐる対立が起きていた。山口さんは立場の異なる両者を融和させる〝中和剤〟が必要と意識した。「いずれの立場でもなく中間に入る」というスタンスで、それぞれの話を聞き、彼ら自身が良いと思う解決策を引き出そうと努めた。結果対立は治まり、開催直前に新館はどうにか完工し、芸術祭は成功に終わった。

博物館での展示・保存方法についても、山口さんはこれまでのやり方を否定する立場を取らないよう心がけた。自身が派遣前に学芸員の実地研修を終えたばかりの〝新米〟だと自覚していたからだ。「ここはどうしたら一番良いでしょう」「なぜそうしているのですか」と聞くと、パラオ人のカウンターパートは一緒に考えてくれた。

協力隊活動のなかで、文化の異なる者同士の橋渡しとなることや、考え方の異なる者と対話しながら課題解決の道を探ることを実地で経験した山口さん。帰国後は駒ヶ根訓練所での勤務を経て、08年に開発援助の手法を学ぶため政策研究大学院大学へと進学。在籍する大勢の留学生と接するなかで改めて、異なるバックグラウンドを持つ人と関わることが自分らしさだと実感したという。11年からはJICAの人間開発部に所属して、国内大学への留学生の受け入れや、職業訓練・労働安全衛生を海外に技術移転するプロジェクトなどを担当し、多くの国を訪れた。

「数々の国での出会いや経験が、他者との差異への好意的な認識につながり、異なる文化や考えの仲立ちをすることに何より充実感を覚えます」

協力隊に入るきっかけを与えてくれた考子さんの死去に伴って鶴岡市に戻った山口さん。こうして、今は地元でマイノリティの人々も生きやすい地域づくりに努めている。

そうした傍ら、19年には一般社団法人アマゾン資料館を設立し、文化人類学研究者の父・吉彦さんが南米奥地で収集した工芸品や標本など約2万点の資料の保護・活用を手助けしている。吉彦さんが掲げる、アマゾンの生物多様性や先住民の暮らしの知恵に見いだされる「共生」のコンセプトを展示などの手段で発信することは、目指す多様性の促進のテーマとも合致する。

「広く手を出し過ぎて、何に向かっているのか見失いそうなときもあります」と苦笑する山口さんだが、「通底するのは多様性を広げる仕掛けづくりです。私にできるのは、異質なものに抵抗や無関心を示す人が、多様な人々と関わって『人間の本質は大して違わない』と気づける場を設けることです。鶴岡をより〝カラフル〟な場所にするためにも、いろいろな人を巻き込んでいきたいです」。

Text＝りり～郷　写真提供＝山口考彦さん

山口さんの歩み

1976年、ブラジルのベレン在住の両親のもとに出生。
1996年、米コロラド大学に入学。文化人類学を専攻した。
2003年、青年海外協力隊員としてパラオへ赴任。

国立博物館の新館立ち上げの企画と、2004年にパラオで開催された第9回太平洋芸術祭が良い思い出です。

2008年、政策研究大学院大学に入学（2010年修了）。

国際開発プログラムで、マクロ・ミクロ経済学や統計分析、参加型企画の手法など多くを学びました。

2011年、JICAに入職。人間開発部に勤務する。

7年ほどの勤務期間のなかで高等教育チームや社会保障チームに配属され、さまざまなプロジェクトの立ち上げに携わりました。

2018年、鶴岡市へ帰郷。
2019年、一般社団法人アマゾン資料館を設立し、代表理事に就任。父・吉彦さんの集めた資料を活用したイベントを行う。

アマゾン資料の〝面白さ〟を広く伝えるため、父の思いと現在の日本人の関心事を結ぶ、いろいろな観点からの見せ方を試行錯誤しています。

2021年、市内の外国人技能実習生の監理団体、山形専門産業協同組合の専務理事就任。

フィリピンからの実習生たちが地域社会や企業に溶け込み、活躍し、コミュニティとの良い相乗効果を生み出す仕組みづくりに取り組んでいます。

※LGBTQ…レズビアン（女性同性愛者）、ゲイ（男性同性愛者）、バイセクシャル（両性愛者）、トランスジェンダー（生まれたときの性別と自認する性別が一致しない人）、クエスチョニングないしクィア（自分自身のセクシャリティを決められない、または決めない人）の頭文字で、性的少数者を指す。

環境教育の普及プロジェクトを実施中のフローレス島の小学校にて。現在は、現地調査や当局との関係構築を進めている

待ってます、あなたを！
各界からのエール
From
一般社団法人 インドネシア教育振興会

楽しく活動すれば 壁も乗り越えられるはず

当会は、2000年4月に私と、富山大学のインドネシア人留学生だったファディラ・ハシムの二人で立ち上げた団体です。富山県を拠点に、創設当初よりインドネシアの教育振興に努めています。10年には同国で教育法人を立ち上げ、翌年に首都ジャカルタ郊外の南タンゲラン市に小学校を開設しました。貧困のため開校しても生徒が集まらないなど、当時は苦労しました。

14年1月からは、草の根パートナー型（※）で市内30の小学校をモデル校として「環境」の教科を導入する事業を実施しました。その後、プロジェクトを市の全小中学校や近隣都市へ拡大し、現在はバリ島やフローレス島などの離島地域へも環境教育を展開する取り組みが進行中です。遠隔地で活用できるように教材のデジタル化を進めているほか、日本式に倣い、教員による授業研究の導入にも努めています。

活動が成熟し、広がりを見せるなかで気がかりなのは、私たちの事業が終了した地域での環境教育の継続です。そこで数年前から、現地の人々のサポートを担ってくれるJICA海外協力隊員を要請してきました。このほど環境教育隊員の派遣が決まり、来年にも着任するとのことで、大いに期待しています。

新たにやって来る隊員の方には、当会監事で協力隊OVの橋本とみ子（SV／スリランカ／繊維工業／02年度0次隊、SV／エジプト／繊維／09年度2次隊）からの一言を贈りたいと思います。「焦らずゆっくり、人を大切に」。

何かと壁に直面するかもしれませんが、現地には陽気な人が多く、とにかく楽しく活動することで展望も開けるでしょう。

窪木靖信さん
一般社団法人インドネシア教育振興会代表理事
くぼきやすのぶ ● 富山県出身。富山大学大学院人間発達科学研究科修了。2000年、任意団体インドネシア教育振興会を設立し、代表として活動を始める。15年に同会を法人化したほか、南タンゲラン市教育局のアドバイザーに就任。17年には同市環境局のアドバイザーにも就任している。

※草の根パートナー型…草の根技術協力事業のうち、開発途上国での国際協力に豊富な実績を持つNGOなどの団体を対象としてJICAが事業委託するもの。事業の実施期間は3年以内、提案可能な金額の上限は1億円。

Text＝飯渕一樹（本誌）　写真提供＝一般社団法人インドネシア教育振興会

任地の思い出を聞きました。

あの日、地球の、あの場所で。

ブラジル生活で欠かせない〝シュハスコ〟

ブラジルの習慣を語るうえで外せないのは、「シュハスコ」文化です。日本ではシュラスコとして人気の、塩だけで味つけした塊肉を鉄串に刺して豪快に焼き上げる料理なのですが、ブラジル人のシュハスコ好きは筋金入り。人の集まる所にシュハスコありといった感があり、ブラジルの住宅では伝統的に、シュハスケーラと呼ばれる土やレンガの窯が備わっているのが普通です。今どきのマンションでさえ、壁にシュハスケーラが埋め込まれているのが当たり前だというから驚きます。

Illustration＝牧野良幸　Text＝飯渕一樹（本誌）

ブラジルといえば多くの日系人が住んでいますが、日系社会の集まりは肉より魚でしょと思いきや、やっぱり人が集まるときはシュハスコ！日系社会青年海外協力隊員としての活動で日系協会の人たちと野球の試合や練習をしたあとは、みんなでグラウンド併設の設備を使ってシュハスコを楽しむのが定番でした。

そのような場で面白いのは、シュハスコと一緒に日本的な食べ物も出てくることです。串でこんがりと焼かれた塊肉と、タッパー詰めのおにぎりやいなり寿司が並んでいる光景は、ブラジルの日系社会ならではでしょう。焼き肉とご飯のようなもので、これが結構合うんです。

今では日系人の現地社会への同化が進んでいて、日系協会の関係者でも、ポルトガル語しか解さない人が大半です。それでも、シュハスコなどで食べ物を用意して集まることを「もちより」と呼んだり、日常生活でも「ありがとう」などの言葉が残っていたりと、細々とでも日本文化を継承している姿が垣間見えました。

佐藤山斗（さとうやまと）さん　JICA福井デスク
日系JV／ブラジル／野球／2017年度1次隊・熊本県出身

INFORMATION

JICA青年海外協力隊事務局からのお知らせ

NEWS

JICA海外協力隊の2022年秋募集を実施

JICA海外協力隊（長期派遣）の2022年秋募集を2022年11月1日～12月12日で実施します。募集要項はプレエントリーの開始に合わせて10月11日に公開する予定です。また秋募集のあとに、23年夏以降の派遣を想定した短期募集を22年12月16日～23年1月12日の日程で行います。なお派遣時期の関係から、秋募集と短期募集の併願はできませんので、ご注意ください。

詳細はこちらから
https://www.jica.go.jp/volunteer/s/index.html

NEWS

隊員OVが外務大臣表彰を受賞

JICA海外協力隊員OVの内山貞文さん（タンザニア／造園／1979年度2次隊）と馬場繁子さん（スリランカ／幼稚園教諭／1986年度3次隊）、福田智彦さん（カンボジア／日本語教師／1997年度2次隊、SV ／カンボジア／日本語教師／ 2002年度0次隊）が、2022年度の外務大臣表彰を受賞しました。同賞は、国際的に活躍し、わが国と諸外国との友好親善に貢献をしている方々のなかで、特に顕著な功績のあった個人・団体をたたえると共に、その活動に対する一層の理解と支持を広く国民にお願いすることを目的としています。

内山さんの受賞理由はこちら
（在ポートランド領事事務所ウェブサイトより）
https://www.portland.us.emb-japan.go.jp/itpr_ja/11_000001_00005.html

NEWS

マダガスカルの柔道隊員、「スポーツ功労章」受章

7月にケニアの首都・ナイロビで開催されたアフリカ柔道選手権ジュニア大会2022で、岩堀睦宗隊員（マダガスカル／柔道／2021年度2次隊）が指導した男子選手が銅メダル、女子選手が金メダルを獲得しました。マダガスカル大統領より、女子優勝選手には「国家勲章」が、男子銅メダル選手とヘッドコーチの岩堀隊員には「スポーツ功労章」がそれぞれ授与されました。

https://www.pref.fukui.lg.jp/doc/kokusai/shienjigyo_d/fil/iwahorikorosho.pdf

NEWS

隊員OVがスワヒリ語の弁論コンテストで最優秀賞

昨年の国連教育科学文化機関（UNESCO）総会で毎年7月7日に定められた「世界スワヒリ語デー」を記念し、在日タンザニア大使館が7月9日（土）に都内でスワヒリ語弁論コンテストを開催しました。このコンテストで、JICA海外協力隊員OVの角正美さん（タンザニア／コミュニティ開発／ 2017年度2次隊）が最優秀賞を獲得しました。

クロスロード ［ 2022年10月号 ］

第58巻第9号　通巻681号
発行日　2022（令和4）年10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
〒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

『クロスロード』は、
JICA海外協力隊のウェブサイト
でも公開しています。

本誌へのご意見・ご感想をお聞かせください。
アイデアも大募集中です。

今号の『クロスロード』はいかがでしたか。ぜひご意見やご感想を編集室のメールにお寄せください。「こんな記事があれば派遣先で役立つのに」「こんな記事なら読みたい」といったご要望やアイデアも随時募集しています。

『クロスロード』編集室
crossroads@sojocv.or.jp

編集後記

JICA事務局：隊員OVですが、帰国して活動写真を見ると自分の写った写真が少ないことに気づきました。自分が活動している姿も意識して残すとよいと思います。ほかの隊員が活動先の見学に来たときはチャンスです。たくさん撮ってもらいましょう！　（脇田雄気）

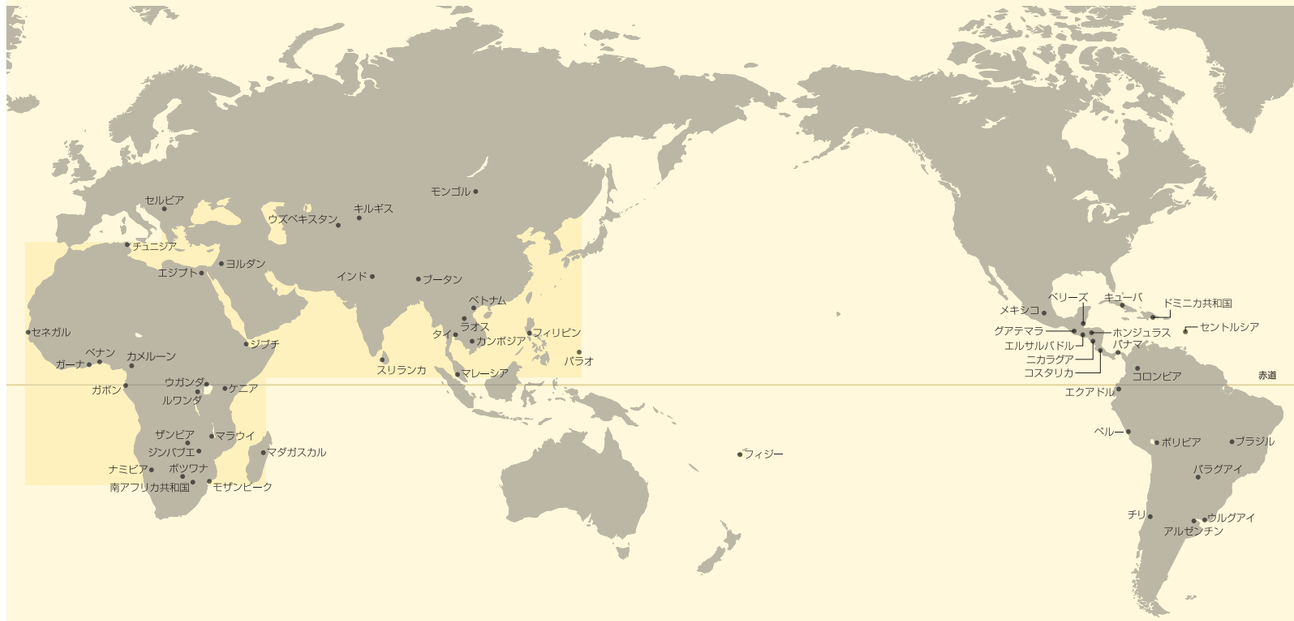
クロスロード編集室：特集「活動記録の残し方」に合わせたわけではありませんが、P.4-5のボランティアレポートでは、TikTokと絵本、P.34-35の隊員めしではコーヒー労働者マガジンを紹介しました。皆さんが記録を残す参考になりますように。　（千川美奈子）

●本誌掲載の記事、写真、イラストなどの無断転載を禁じます。　●本誌に掲載されている記事等の内容は、協力隊員（OV含む）の個人的見解であり、JICAの公式見解を示すものではありません。

現在の派遣国数
55カ国

JICA海外協力隊派遣現況

（2022年8月末現在）



（単位：人）

■ アフリカ地域

国名	一般	シニア
ウガンダ	25	1
ガーナ	25	
ガボン	14	2
カメルーン	20	1
ケニア	27	
ザンビア	4	
ジブチ	4	
ジンバブエ	10	
セネガル	2	
ナミビア	9	
ベナン	2	
ボツワナ	5	
マダガスカル	27	
マラウイ	20	
南アフリカ共和国	8	1
モザンビーク	12	1
ルワンダ	32	

■ アジア地域

国名	一般	シニア
インド	8	
ウズベキスタン	5	1
カンボジア	24	
キルギス	5	
スリランカ	2	
タイ	14	1
フィリピン	3	
ブータン	15	4
ベトナム	25	
マレーシア	7	4
モンゴル	4	
ラオス	17	4

■ 大洋州地域

国名	一般	シニア
パラオ	13	3
フィジー	1	1

■ 欧州地域

国名	一般	シニア
セルビア	7	

■ 中東地域

国名	一般	シニア
エジプト	17	
チュニジア	14	
ヨルダン	18	1

■ 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		1		2
ウルグアイ		1		
エクアドル	5			
エルサルバドル	6			
キューバ		1		
グアテマラ	11	1		
コスタリカ	4			
コロンビア	5	1		
セントルシア	6			
チリ	2			
ドミニカ共和国	14		6	
ニカラグア	3	2		
パナマ	3			
パラグアイ	15	2		
ブラジル			11	1
ベリーズ	2			
ペルー	11	1		
ボリビア	9			
ホンジュラス	1			
メキシコ	2	1		

■ 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）	544（223／321）	36（27／9）	17（4／13）	3（2／1）	600（256／344）
累計（男性／女性）	46,362（24,547／21,815）	6,595（5,327／1,268）	1,559（601／958）	550（254／296）	55,066（30,729／24,337）

一般 ＝ 青年海外協力隊／海外協力隊　シニア ＝ シニア海外協力隊　日系一般 ＝ 日系社会青年海外協力隊／日系社会海外協力隊　日系シニア ＝ 日系社会シニア海外協力隊

隊員めし

現地で作った日本食、日本で作る現地めし

ホンジュラス

いわみずゆうこ
岩水結子さん

ホンジュラス／感染症・エイズ対策／
2016年度1次隊・東京都出身

看護師として難民支援の仕事に従事したのち、協力隊に参加。派遣中にホンジュラス料理のレシピ本を作ろうとホームステイ先で多くのレシピを習うも、現地のコーヒーに魅せられ、コーヒー農園の季節労働者のエスノグラフィー（行動観察調査）本、「ホンジュラスコーヒーマガジンMarcala」の作成に変更。帰国後にクラウドファンディングで資金を集め、Vol.1とVol.2を自費出版し販売中。
https://yiwamizu.thebase.in/

現地で作った
日本食

「焼きそば」

ホンジュラスでは日本食の食材は手に入りにくいものの、中華麺は入手でき、ソースさえ工夫すれば日本の味に近づけられるので、よく作りました。大人数に振る舞うことができるのも魅力です。現地では油を多く使う料理が多いので、私が焼きそばの具材を炒める様子を見て、油の量が少ないと驚かれました。地元の方たちが主食のトルティーヤ（下にレシピあり）のおかずとして焼きそばを食べたので、〝ホンジュラス版焼きそばパン!?〟と驚きました。

●材料（1人分）

中華麺（乾麺）	1袋
しょうゆ	小さじ1
ケチャップ	小さじ2
バーベキューソース	小さじ2
好みの肉、野菜	好きな量
塩	少々
油	少々

●レシピ

❶中華麺をゆでて水気を切る
❷フライパンに少量の油を引き、肉、野菜を炒めて塩を振る
❸②に①の中華麺を入れ、バーベキューソース、ケチャップ、しょうゆで味を調える

<編集室で再現した感想>
難易度 ★★☆☆☆
達成感 ★★☆☆☆

バーベキューソースとケチャップとしょうゆで確かに焼きそばのソースのような味になりました。具材はお好みでということだったので、下で紹介したバレアーダ用に購入した、豚ひき肉、玉ねぎ、ピーマンを使いました。フライパンで焦がさないようにと、油がやや多めになってしまいましたが、いろいろな国の人に受け入れられそうな気がしました。

<岩水さんからのアドバイス>
ソースの味つけは好みの味になるようにしょうゆの量などで調整をしてください。あるようならオイスターソースを加えたりすると、より日本の焼きそばに近くなると思います。

日本で作る
現地めし

「バレアーダ」

ホンジュラスコーヒーと一緒に食べてもらいたい、ホンジュラスの代表的な軽食です。素材の味を楽しめるため、日本人の味覚にも合うと思います。現地では食事を分け合う文化があり、初対面でも食を通して人間関係が構築されるのを実感しました。健康調査のための家庭訪問で、朝食を食べてきていると伝えても、「じゃあ自家製コーヒーだけ飲む？」「チーズ買ったけど食べてみない？」「そしたらトルティーヤと一緒に食べるよね」と言われ、朝食を2回取るといったこともよくありました。

●材料（4人分）

トルティーヤ

薄力粉	600g
塩	小さじ1
重曹	小さじ1
油	大さじ2
水	マグカップ1杯弱（300ml弱）

豆ペースト

レッドキドニービーンズ（なければ金時豆）	2カップ（400g）
塩	小さじ1
刻んだ玉ねぎ	50g程度
刻んだピーマン	50g程度
ニンニク	2カケ
水	（煮ながら適宜焦げないように加えていく）

具材（好みの分量を載せる）

（ベース）
豆ペースト
マンテキージャ
（クロテッドクリームか有塩バターかサワークリームで代用可）
粉チーズ
塩味のスクランブルエッグ
（大きさによるが、バレアーダ1個あたり1/3くらい）

（アレンジ）
アボカド
刻んだチョリソー
豚ひき肉
鶏ひき肉や刻んだササミ
ドリトス

●レシピ

1. 豆ペーストを作る
❶豆を洗い、2時間程度水につけておく（金時豆の場合は省略可）
❷鍋に入れ、豆がかぶるくらいの水を入れ、塩、玉ねぎ、ピーマン、ニンニクを入れて軟らかくなるまでゆでる。途中で水がなくなったら適宜追加する
❸豆をつぶす。マッシャーでつぶして実を残しても、ミキサーで液状にしてもどちらでも可

2. トルティーヤを作る
❶薄力粉、塩、重曹を混ぜ合わせたら、油を加えて混ぜ、水を少しずつ加えてこね続ける
❷生地がまとまったら、台の上でしっかりとこね、生地を丸める
❸生地にぬらしたふきんをかけて乾燥を防止し、生地を20分寝かせる
❹生地を明かりが透けて見えないくらいの厚さに薄く広げる
❺フライパンに油を少量引き、高温で短い時間で焦げないように両面焼く

3. 盛りつける
❶トルティーヤを広げ、一面に豆ペーストをぬる
❷マンテキージャ、粉チーズ、スクランブルエッグを載せ、二つ折りにする
※このとき、好きなアレンジ具材を挟んでもよい

<編集室で再現した感想>
難易度 ★★★★☆
達成感 ★★★★★

豆ペーストのせいか、ボリュームを感じる一品になりました。バターやクロテッドクリームのこってり系より、サワークリームの爽やかさが合うように感じました。豆ペーストは、豆から作ると豆をゆでるのに3〜4時間かかりましたが、豆の食感を楽しめました。缶詰は時短できましたが、塩が入っていたので塩分の調整が必要でした。

<岩水さんからのアドバイス>
焼きあがったトルティーヤは冷凍保存可能ですが、再加熱時に硬くなるので控えめに焼いてください。現地では豆は作り置きし、卵は注文が入ってから油で炒め、トルティーヤは注文を受けてから平たくして加熱する店が多くありました。好みでタバスコをかけて食べます。

レシピ・写真提供＝岩水結子さん　Text・再現料理＝ホシカワミナコ（本誌）　Photo（再現料理）＝千川 修

大勢に振る舞える
「焼きそば」

具材のアレンジも楽しい
「バレアーダ」

看護学校で学生に衛生教育の仕方をレクチャー

折り紙の作り方を教えるなど、市民に向け、日本文化の紹介も行った

日本料理を振る舞う

ホームステイ先のキッチン

クロスロード 2022年10月号
2022年10月1日発行（毎月1回1日発行）第58巻第9号 通巻681号
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

ルレナバケの現地店で、スタッフと河田さん（写真中央）。親子2世代にわたる作り手も増えてきた

＼ウチのこだわり／

OB・OGショップ
―海外編―

ボリビア・アマゾンの自然を守り、作られた天然素材を生かした手作り工芸品

南米ボリビアのアマゾンのほとりに、ルレナバケという小さな町がある。河田菜摘さんが村落開発普及員としてこの地にやって来たのは2003年のこと。スペイン語も満足に話せなかった当時の河田さんを気にかけ、食べ物などで温かくもてなしてくれたのは現地の女性たちだった。その多くが、たくさんの子どもを育てながら、家庭で重要な役割を担っていた。

アマゾンの玄関口にあたるルレナバケは、ジャングルツアーの出発点として世界から観光客が訪れる地だが、土産物店が1軒もなかった。「もの作りで現金収入が得られれば、女性たちの家計が助けられる」と気づいた河田さん。幸い周囲にはヤシの葉や木の実、ココナッツの殻などの自然素材が豊富だった。「それらを材料に作ったアクセサリーや食器を売ってみよう」と提案。河田さんはデザイン面のアドバイスをしつつも作り手のセンスを尊重し、出来上がったものを販売した。そして協力隊の任期終了後の2005年、雑貨店を現地で開業した。

扱う商品はすべて現地の女性たちが中心の作り手によるハンドメイドだ。植物は一部を採取して採り切らないなど自然環境を破壊しないよう意識している。コロナ禍の2020年、一旦店を閉めたのを機に、ボリビア・アマゾンの魅力やもの作りの現場を伝えるオンラインツアーを始めた。「ルレナバケに住む唯一の日本人として現地の魅力を発信し、観光客は来ないなかでも現地の人々を励ましたかった」。

今ではルレナバケの土産物店も2～3軒に増えた。「現地の人が、身の周りの自然素材に新しい価値を見いだしてくれたのが嬉しいですね。作り手のお子さんに進学の機会も与えられました。持続的なもの作りのきっかけを生み出せたのではと思います」。

天然のヒピハパ（パナマ草）の繊維で編んだうちわ（写真）や小物入れ、木の実のネックレスなどが人気商品だという

SHOP DATA

La Cambita（ラ・カンビータ）
経営者：河田菜摘さん
（ボリビア／村落開発普及員／2002年度3次隊・大阪府出身）
ウェブショップ
https://lacambita.shopselect.net

Text＝村重真紀　写真提供＝ラ・カンビータ

ミックス 責任ある木質資源を使用した紙 FSC® C016722
VEGETABLE OIL INK
UD FONT 見やすく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。