

JICA 海外協力隊向け実践ガイド

クロスロード

CROSSROADS

4

2025
APRIL



特集

活動を通じて何が変わった？ 協力隊で身につく19の力

派遣国の横顔〔フィジー〕

政府からの協力隊活動への評価が高く
今後も教育分野などで大きな期待がかかる



東部の町でアジア料理のワークショップを行い、現地の人たちとギョーザ作りをして楽しい時間を過ごしました（エルサルバドル）



能登半島地震の被災者を“食の力”で元気に 輪島でラーメン1,000食を炊き出し

ふじ た しん
藤田 心さん（ミクロネシア／料理／2004年度1次隊・北海道出身）

今年1月4日、5日の2日間にわたって、能登半島地震で被災した石川県輪島市にて復興支援プロジェクト「ラーメンで心も身体も温めよう」を行い、被災から1年になる輪島の皆さんにラーメン約1,000食を無料提供することができました。

きっかけは、昨年6月に2004年度1次隊／駒ヶ根訓練所OVの同窓会を催し、そのつながりから同期に誘われて8月に輪島で復興支援ボランティアを経験したことです。

私は、協力隊での活動後にヨーロッパ各国で料理人として働き、10年ほど前にオランダでラーメンチェーンを起業。それからは経営一筋で、ボランティア活動に関わったのは協力隊以来でした。ただ、輪島で避難所運営の補助や仮設住宅の見守りに携わることを通して復興の遅れに大きな衝撃を受け、「もっと何かしなくては」と思ったのです。そして、被災地の方々が冷たいお弁当を食べる姿を見て心に浮かんできたのは“食の力”でした。私は料理人として「どんな人種でも、宗教でも、民族でも、おいしいものを食べている時はみんな幸せを感じる」と信じていて、このプロジェクトの着想に至りました。

いったんオランダに戻って計画を練り始めたものの、一人では資金集めも実施も困難なので、一緒に復興支援に参加したOVを中心に実行委員会を発足。メンバーの友人関係を軸に、日本全国から18名がボランティアとして参加してくれました。プロジェクトのウェブサイトを作って著名な方にサポーターを、日本やオランダの企業に資金や食材の協賛をお願いし、SNSで広報しました。こうした段取りをきちんと踏むことで、広く個人の方にも安心して寄付をしていただけるようになったと思います。

炊き出しには1,000食分の材料や容器、キッチン、ガ

ス、机、イスなどのほか、大量の物資の輸送とその保管、全国から集まるボランティアの宿泊場所の確保など膨大な準備が必要となります。被災地では情報が少なく、問い合わせ手段が電話に限られることも多い中、オランダから段取りを続けました。

ところが、昨年9月21日に能登で豪雨災害が発生。被災地が再び深刻な被害を受けました。目の前の災害対応に当たる輪島市の支援調整窓口との連絡を控えるしかなく、イベントの開催も危ぶまれる状況に。11月に入ってようやく実施の見込みが立ったものの、直前まで会場が決まらず、地元の皆さんへの広報や設営準備には非常に苦労しました。

12月中旬に私が現地へ入って最終調整を行い、1月3日にボランティアも現地入り。資材運搬や会場設営を行い、無事、開催にこぎ着けました。寒い中で待たせては申し訳ないため、その場で食べていただくだけでなく、持ち帰り用も準備したところ、98%の方が持ち帰りを選んだのは予想外でした。中には、近所の足腰の弱い人たちのために一人で10セットを運んで帰る優しい方も。「本当においしかった」「寒い時にラーメンを食べると体が温まって力が出る」「日本中から来てくれて嬉しい」といった声を頂き、本当にやってよかったと思っています。

今回はたくさんの寄付を頂いたおかげで余剰金も出たので、第2回以降の開催や継続的な支援が可能な体制づくりをしていきたいと考えています。このプロジェクトは大がかりなものでしたが、被災地での炊き出しは、例えばキッチンカーを安くレンタルして短時間でも行うことができます。皆さんそれぞれ、自分のできるやり方で取り組んでみてはどうでしょうか。



左：初日は強い雨も降る悪天候だったが、多くの人が集まった。麺・スープを別容器にした持ち帰り用セットも提供。「家で家族と食べるという方が多く、両日共にわずか2時間ほどで準備したすべてを提供し終えました」（藤田さん）
上：プロジェクトに賛同して参加した元ラグビー日本代表・児玉健太郎さんの発案で餅つきを行い、ラーメンを待つ人たちにおしるこも提供した

Text＝工藤美和 写真提供＝藤田 心さん



COLUMN — 表紙によせて

エルサルバドルの東部、ラ・ウニオン県コンチャグア市で、女性の生活改善と青少年育成を目的としたプロジェクトに参加した方々に、アジア料理のワークショップを行った時の一コマです。地域で育った野菜や果物、現地で手に入る食材を使用してギョーザを作りました。女性たちは料理への関心が高く、調理に関する質問の雨あられでした。料理を通して参加者に笑顔があふれ、私も幸せなひとときを過ごしました。

浅井康博（コロンビア／料理／2018年度2次隊、エルサルバドル／料理／2022年度2次隊・富山県出身）

国別索引	掲載ページ
インドネシア	5
エクアドル	23
エルサルバドル	1
キューバ	8
コートジボワール	18
コロンビア	1
サモア	15
ジブチ	24
チュニジア	11
ナミビア	22
フィジー	7、8、9
ブータン	12
ブラジル	14
ボツワナ	13
ミクロネシア	2
ルワンダ	16

職種別索引	掲載ページ
コミュニティ開発	9
統計	18
コンピュータ技術	13
廃棄物処理	8
土木施工	15
都市計画	7
マーケティング	16
市場調査	5
卓球	11
体育	24
小学校教育	14、22
料理	1、2
看護師	12
作業療法士	23

出身都道府県別索引	掲載ページ
北海道	2
山形県	23
千葉県	15
東京都	7、14、18
新潟県	24
神奈川県	16
富山県	1
愛知県	12、22
兵庫県	13
和歌山県	8
福岡県	9
長崎県	11

クロスロード

CROSSROADS

4
2025
APRIL

CONTENTS

2 JICA Volunteers' Reports 3 CONTENTS／索引

4 JICA 海外協力隊発足60周年 特別対談 世界と日本を変える力

6 知っていますか？ 派遣地域の歴史とこれから 派遣国の横顔 [フィジー]

10 [特集] 活動を通じて何が変わった？ 協力隊で身につく19の力

15 お悩み相談 アドバイスを聞きました！

16 スキルや意欲で道を開く 就職ストーリー

18 派遣から始まる未来 先輩隊員たちの社会還元

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

21 JICA 海外協力隊派遣現況

22 あの日、地球の、あの場所で。

23 隊員めし — 任地の食生活に彩りを！

24 公開！私の派遣国生活 [ジブチ]

『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9回発行しています。

【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／2025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。



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。



JICA海外協力隊発足60周年 世界と日本を変える力

小渕優子さん



2000年の衆議院議員選挙で初当選し、内閣府特命担当大臣や経済産業大臣などを歴任。初当選と同年に自民党「青年海外協力隊に関する小委員会」の事務局長となり、これまでに各国の協力隊員の活動現場への視察を経験。13年6月からJICA議員連盟（日本の国際協力～特に青年海外協力隊の活動～を支援する国会議員の会）の事務局長を務め、23年11月より会長を務める。

橘 1965年度に5カ国への青年海外協力隊員の派遣から始まったJICA海外協力隊事業は本年60周年を迎えます。日本の国際協力の中においてJICA海外協力隊の意義や価値を小渕先生はどのように評価されていますか。

小渕 まず、60年もの長い間JICA海外協力隊事業が脈々と続いてきたこと、60周年という節目を迎えられたことは大変素晴らしいことだと思います。さまざまな形で支えてくださった方々、協力隊員として開発途上国に派遣され活動してくださった方々に心から感謝します。日本が世界の多くの国々から信頼を集め、強固なつながりを築くことができたのはやはり、政府開発援助（ODA）の事業があり、JICA海外協力隊の事業があったからこそだと思います。2年という限られた期間で一人ができることはそれほど大きなものではないかもしれませんが、それを60年間、のべ5万7,000人を超える方々がやってきたというのはものすごいことだと思います。その積み重ねが確実に日本の価値や信頼度を高め、我々の日々の平和につながっているのだと思います。

橘 嬉しいお言葉をありがとうございます。小渕先生は当選1年目から長きに渡りJICA海外協力隊を応援してくださっていますが、協力隊との関わりについてあらためて教えてください。

小渕 私は26歳の時に初当選したのですが、当時、20代の国会議員はほとんどおらず、大変な時期も経験しました。

そんな中、JICA議連の前身となる「青年海外協力隊に関する小委員会」の事務局長を打診され、引き受けたのが始まりです。その頃、協力隊に20代の女性が増えていて、一人で開発途上国に渡り、右も左もわからないところから頑張る彼女たちの姿が、政治の世界で頑張る自分自身と重なるような気がしました。そして、同世代の協力隊を政治の場から応援してきました。

橘 海外出張で派遣国に行く際には、協力隊員の活動現場を視察し、懇談の時間を持たれてきたそうですが、視察された際に印象に残っているエピソードなどはありますか。

小渕 隊員の皆さんと話をすると、だいたい派遣前にイメージしていたことと現地での活動にギャップを感じ、やりたいことが思うようにできないといって悩んでいるのですが、それでも自分なりに消化して、置かれた環境の中で自分にできる最大限のことをやろうとする姿が素晴らしいと感じます。例えば、サッカーを教える前にまずは「時間を守る」というルールから教えないといけない、井戸の役割を知らずにごみを捨ててしまう現地の人々に衛生観念から教えないといけない、といった話もよく聞きます。

単に技術を教えるだけではなくて、日本の考え方をうまく活用しながら「魚を与えるのではなく釣り方を教えよ」というスタンスで支援しているのを見て、これは現地に協力隊員が入り込むからこそできることだと実感しました。

橘 確かに、求められることをやる中で人間関係を築き、現地の人に受け入れてもらいながら活動を行うという姿勢は今も昔も変わっていません。その経験は帰国後も生かされると思いますが、協力隊員の帰国後の活動についてはどんなことを期待されていますか。

小渕 例えば、協力隊経験者の矢島亮一さんが、群馬県甘楽町で「自然塾寺子屋」を立ち上げ、農業を通じて地域と海外をつないだり、派遣前の協力隊員に事前研修をしたり、支援や交流の拠点となってくれています。東京五輪の時にニカラグア共和国のホストタウンになるなど、外国人の受け入れに対する地域全体のハードルがとても低く、非常にいい事例を作ってくれていると思います。

以前は協力隊員の帰国後の課題といえば就職先でしたが、今では、協力隊経験者といえば引く手あまたでしょう。海外での経験を企業で生かす人もいれば、地方で生かす人もいて、

さまざまな形で社会還元が進んできていると思います。

今後は日本でも外国人材も積極的に受け入れていかなければならないと思いますが、いろいろな国で実際に生活し、肌で感じた経験を持っているというのは非常に価値あることだと思います。日本国内でも徐々にコミュニティが衰退し、つながりの希薄さが問題になっていますが、日本と海外の橋渡しだけでなく、人々の間の溝や隙間を埋めるような役割を担ってもらえたらと期待しています。

橘 最後に、途上国の現場で活動している協力隊員、あるいは協力隊経験者に向けて応援メッセージをお願いできますか。

小渕 活動する中でいろいろな不安や葛藤、ある種の不満足さなどを抱えると思いますが、私はそれでもいいと思っています。その取り組みが積み重なって、やがてお金では決して買えない大きな信頼と平和につながっていくからです。積み上げた信頼を次世代につなぎ、平和に貢献する一翼を担っているという自信を持って活動してほしいと思います。

一方、時代は大きく変化し、協力隊が発足した時代と今の時代では協力隊の意義も変わってきています。一人ひとりの隊員を守り、その背中を押していくためにも、組織としてできることを考えていかななくてはなりません。発足当時よりも

橘 秀治さん



1997年に青年海外協力隊に参加（インドネシア／市場調査／1996年度3次隊）し、帰国後の99年、国際協力事業団（現JICA）入構。米国事務所次長や総務部審議役を歴任し、2022年12月から25年2月まで青年海外協力隊事務局長を務める。24年9月、編著者として『JICA海外協力隊から社会起業家へ共感で社会を変える GLOCAL INNOVATORS』(文芸社)を上梓。

海外が身近になり、国際協力といってもNPOやNGOなどさまざまな選択肢がある中で、なぜ協力隊が必要なのか、協力隊にしかできないことは何なのか、常に存在意義を明確にしていく必要があります。日本の外交の軸となる「人間の安全保障」を具現化するのが協力隊です。これまでも、これからも、協力隊事業に関わるすべての皆さんが日本の平和を築くための外交官であり、先駆者であるという誇りを持ち、次のODA80周年、そして協力隊70周年に向けて進んでいってほしいと思います。

橘 ご期待に添えるように頑張ってまいります。本日は貴重なお話を本当にありがとうございました。



※役職は取材当時（2025年1月）のもの

Text = 秋山真由美 Photo = 飯淵一樹（本誌）



派遣国の横顔〈フィジー〉

Profile of the partner country of JOCV

政府からの協力隊活動への評価が高く
今後も教育分野などで大きな期待がかかる

Text=工藤美和 写真提供=ご協力いただいた各位

知っていますか？
派遣地域の歴史とこれから

お話を伺ったのは



わかさぎ さとし
若杉 聡さん

JICAフィジー事務所長。1999年、IT企業を経て国際協力事業団（現JICA）に入職。本部大洋州課のほか、JICA沖縄とJICAフィジーにそれぞれ2回赴任（最初のフィジーは2005年から3年間）。情報システム部門を3回経験していることもあり、「島とIT」が自身の主たるキャリアテーマ。情報システム部次長を経て、23年12月より現職。

フィジーと日本との関わりは、19世紀末にサトウキビを栽培するプランテーションの労働者として日本人が渡航したことに始まったといわれ、その後も真珠の採取や、カツオ・マグロ漁などの水産業を通じたつながりが続いてきました。現在は、美しい海や自然豊かなリゾート地としてのほか、語学留学先としても人気があります。

協力隊の派遣は40年以上の歴史があり、かつては農業や土木分野、自動車整備など多様な職種の隊員がいました。過去にクーデターが数回あり、直近では2006年に発生し、以降は政情不安定な時期があったものの、コロナ禍で一斉帰国するまで派遣は続けられてきました。現在は、廃棄物管理の啓発を行う環境教育や、生活習慣病対策を中心とした保健医療分野の派遣が多く、野球やラグビーといったスポーツ系の隊員もいます。

フィジーは2年前、16年ぶりに政権交代をしており、政府からは日本が得意とする教育分野への支援再開が期待されています。かつて情操教育の質向上を中心とした活動で評価が高かった小学校教育隊員などから派遣を増やし、要望

フィジー共和国
Republic of Fiji



フィジーの基礎知識

面積：1万8,270km²（四国とほぼ同じ大きさ）
人口：93万6,375人（2023年、世界銀行）
首都：スバ
民族：フィジー系（57%）、インド系（38%）、その他（5%）〔2007年、政府人口調査〕
言語：英語（公用語）のほか、フィジー語、ヒンディー語を使用
宗教：フィジー系はほぼ100%キリスト教、インド系はヒンドゥー教、イスラム教。全人口に占める割合はキリスト教52.9%、ヒンドゥー教38.2%、イスラム教7.8%

※2025年1月21日現在
出典：外務省ホームページ
<https://www.mofa.go.jp/mofaj/area/fiji/index.html>

派遣実績

派遣取極締結日：1982年8月5日
派遣取極締結地：スバ
派遣開始：1983年7月
派遣隊員累計：767人
※2025年2月28日現在
出典：国際協力機構（JICA）



観光地としても人気の高いフィジー。とくに美しい珊瑚礁が見られる海や白い砂浜が広がるビーチは魅力的

の多い日本語教育についても受け入れ態勢を確認しながら派遣を検討していきたいと考えています。

この国は歴史的経緯から、主に先住民系フィジー人と、インド系フィジー人（※）の2つの民族から成り、それぞれの文化や風習に配慮した活動が求められます。基本的にはフレンドリーでホスピタリティがあり、国民の幸福度調査で世界一になったことがある国です。小さな島嶼国で人的なつながりが強い^{どうしょく}ため、政府高官もJICA海外協力隊の活躍をよく知っており、温かく受け入れてくれます。

“フィジータイム”といわれるように、時間に縛られず今を楽しみ、家族を大切に^{きん}して助け合って暮らすのがフィジーの人々の生き方です。隊員の皆さんには、時間や働き方に対する姿勢が日本人とは異なることを理解し、活動を進めることをあまり焦らず、「あの日本人ボランティアが来てくれてよかった」とフィジーの人の心に残る活動になることを期待しています。

※インド系フィジー人…イギリス植民地時代にサトウキビのプランテーションで働く契約労働者としてインドからフィジーにやって来て、契約終了後もフィジーにとどまったインド人およびその子孫の人々。

派遣国の横顔

Fiji

都市計画や廃棄物処理計画の策定、
女性の経済的地位向上などから
フィジーの発展に貢献する隊員たち

都市と地方の格差に感じた問題意識が
「世界を変える」活躍の原点となった

1987年、フィジーに都市計画隊員として派遣され、首都スバの開発調査や企画、環境問題などの調査に携わったのが、現在、国連児童基金（ユニセフ）で民間支援企画調整局副局長として活躍する杵屋雪絵さんだ。

日本の建築事務所で都市計画コンサルタントとしての仕事にやりがいを感じていた頃、直面したのは男女差別だった。「当時は女性というだけでクライアントは男性と同等に扱ってくれなかったのです。協力隊で海外に出て語学力も身につけて帰ったら箔^{はく}がつくと思って応募しました」。

フィジーでは、先住のフィジー系が人口の約6割、インド系が約4割を占める。英国からの独立後はインド系が経済を回すようになり、民族による貧富の格差が生まれた。政治はフィジー系が担ってきたが、87年の総選挙でインド系の勢力が強まり、危機感を覚えた軍によるクーデターが起きた。

杵屋さんの派遣はそれが治まった直後に当たる。配属先は都市開発省・都市計画局で、同僚にはフィジー系・インド系双方がいて問題なく一緒に仕事をしていたが、「仕事以外の場では自然と民族ごとのグループに分かれていました」。

杵屋さんが開発計画のための現状調査をした場所の一つがスバ郊外のラミ。観光客が足を運ばないこの地域には当時、大量投棄されたごみの山と不法占拠によるスラム街があった。その不衛生で劣悪な住環境に驚いた。

開発計画を立てるための調査について同僚と議論する杵屋さん。「英会話のコンプレックスがなくなっからは仕事に打ち込めるようになりました」



もく お ゆ え
杵屋雪絵さん
都市計画／1987年度2次隊・東京都出身



PROFILE

大学卒業後、都市計画コンサルタントとして建築事務所に勤務。海外で経験を積みキャリアアップにつなげようと協力隊に参加。帰国後は国連難民高等弁務官事務所での国連ボランティアを経て、1991～94年、アメリカの大学に留学し修士号を取得。国連食糧農業機関でのインターンを経て、国連児童基金（ユニセフ）のジュニアプロフェッショナルオフィサーとしてモンゴル事務所に勤務。正規職員となりコソボとモンテネグロで事務所長、タジキスタン、ウクライナ、キルギス共和国、レバノンの各国での事務所代表を経て、2022年より民間支援企画調整局副局長を勤める。

杵屋さんは住民の多くが地方の農村から出てきたと知ると、半年間、農村に住み込み、生活の様子やその課題について調査した。そこには現金収入はなく、電気や水道もないが、ゆったりとした時間が流れる中、自給自足で助け合っ^あて暮らし人々の姿があった。子どもたちはココナツの実をラグビーボール代わりにして遊んでいた。「時間にこだわらず、モノがなくても自分らしい暮らしをする姿に、お金では測れない豊かさを感じるようになりました」。

そんな杵屋さんの活動で大きな壁になったのは言語だった。都市計画の活動は、読み・書き・交渉がメインとなる。公用語は英語だが、配属先にはフィジー系、インド系の職員の他に、オーストラリア、ヨーロッパなどからのボランティアもいて、それぞれ日本人が学校で習うアメリカ英語とは全く違うアクセントや発音だった。

「同僚たちが話すことがほとんどわかりませんでした。調査結果を書類にまとめて提出することはできても、口頭で交渉することが難しく、劣等感に苛まれていました」

しかしある時、杵屋さんは自分の英語力の低さを気にしている人は誰もいないことに気づいた。「同僚たちは寛容で楽観的で、『英語ができないから、この人に仕事をさせられない』ということは皆無で、気持ちが楽になりました。現在、国連で仕事を始めて30年近くになりますが、フィジーと同様で、出身国によって発音やアクセントが異なるのは当然のこととして認められています。自分の英語の発音を気にするのは日本人だけかもしれません」

任期終了を前に、民族や経済、地域格差から来る問題を解決に導けずに心残りを感じていた杵屋さんは、欧米の大学院で国際開発を勉強することに決め、国際協力の道に進んだ。「思い切って踏み込んだ協力隊経験で私の人生の扉が開きました。若い隊員の方たちにも、『世界を変えていこう』という気概で頑張ってほしいと思います」。

“フィジータイム”に悩みながら
首都スバの廃棄物処理基本計画を策定

フィジーでは経済発展と人口増加に伴いごみが増え続け

ているが、最終処分は主に埋め立てで、狭い島国のため処理能力を増やすことは容易ではなく、ごみの減量など適切な対策が課題となっている。

松下精二さんは、2016年にスバの保健局に派遣され、18年から27年までの廃棄物処理基本計画の策定に携わった。日本の市役所に長年勤め、その中で廃棄物管理業務を担当した経験を生かして活動した。

松下さんは計画作成を行う職員に助言やサポートをするものと思っていたが、配属先の上司から「あなたの考えで基本計画を作ってほしい」と原案作りを一任された。「フィジーにとって最も良いごみ処理方法を考えよう」と他の自治体の状況を調べたり、同様の課題を抱える大洋州9カ国を対象にJICAが行っている廃棄物管理改善プロジェクトから情報収集をしたりしながら原案作りを進めた。

当時のスバには管理型の最終処分場があり、廃棄物から発生する水を土壌と遮断・処理し排出していた。家庭ごみの収集も週3回行われ、公設市場から出た青果類の廃棄物をコンポスト化する取り組みも行われており、「途上国としては進んでいる印象を持ちました」。ただ、家庭ごみの分別は行われておらず、環境への影響が懸念された。

そこで松下さんは、ごみを出す側である住民の意識を変えることを考えた。ごみ処理料金を上乗せした指定ごみ収集袋の導入、5R(※)の推進、分別回収、市民と企業が連携して環境に配慮した活動を行うことなどを盛り込んだ。

松下さんが作成した「原案」を2人の同僚が検討した上で、課長や部長など上司の承認を受けて「素案」とし、有識者からの意見、国との協議、他の市や事業者などへの説明会を経て、最後に市議会で採択される仕組みだ。

上司から「8月までの3カ月で原案を作ってほしい」と言われた松下さん。今までの経験から、こうした計画は最後の段階で変更などが予測され、時間がかかることがあるため、

まつしたせいじ
松下精二さん

SV／廃棄物処理／2015年度4次隊、
SV／キューバ／廃棄物処理／2022年度3次
隊・和歌山県出身



PROFILE

10代の頃にアフリカ飢饉のニュースに衝撃を受け、大学生時代に協力隊の説明会に参加したが専門性や経験がないため応募を断念。和歌山県田辺市役所に就職。廃棄物処理施設に勤務したことから環境分野に関心を持つ。仕事の傍ら地球温暖化防止活動推進員として活動し、和歌山大学南紀熊野サテライトの環境分野の講座を受講、大学院で木質バイオマスをテーマに研究し修士号を取得した。定年退職を機に協力隊に参加。キューバからの帰国後は、熊野古道英語ガイドを行っている。

できるだけ早く進めよう」と意気込んだ。原案を急ぎ、予定より早い7月には上司を交えた検討会を持とうとした。

しかし、同僚や上司が他の業務と兼務だったことや同僚の家族の病気、冠婚葬祭などによる休暇でスケジュールがなかなか合わなかった。初めて検討会が開けたのは11月末。その後も進展は遅かった。さらなるデータ収集や調査、それに基づき詳細を詰める作業が1年以上続き、英文チェックや検討を経てようやく素案となったのは翌17年8月。松下さんの任期中での実現も危ぶまれる中、有識者や関係者による検討が済んで計画が市議会で採択されたのは18年2月、松下さんの任期終了1カ月前にギリギリ間に合った。「フィジー人はのんびりしているけれど最終的にはなんとかすると聞いていて、そのとおりでした。計画策定を焦って一人でイライラしていましたが、私ももっとのんびり構えてよかったのかもしれない」と振り返る。帰国直前、同僚たちが計画のお披露目式をしてくれたことに松下さんは感激し、彼らが熱意を持って計画を進めてくれることを願いながら帰国した。

所得向上を目指す女性グループを対象に ビジネスの方法や貯金の必要性を伝える

フィジーでは家父長制に基づく慣習が依然として残っており、社会における女性の立場は男性よりも弱い。2023年7月から派遣されているコミュニティ開発隊員の永原 朱さんは、女性・子ども・社会的保護省（以下、女性省）女性局で女性の経済的地位向上を目指す活動に当たっている。女性省が主導して各村につくった女性グループのうち40余りに産品作りのノウハウやビジネスの基本、貯蓄などについてワークショップ形式で教えている。

対象となる女性グループは主島のビチレブ島をはじめ、他の島にも広がっている。スバからフェリーやボートを乗り継ぎ1日がかかりで訪れたカンダブ島ティリバ村では、トイレットペーパーやせっけんなど生活用品を売る小さな店の立ち上げに携わった。道路が整備されていないため生活用品の購入には島の中心的な港まで船で行くしかなく、売店ができることは村を挙げての願いだと聞いていた。



村の女性グループに簿記と貯蓄の重要性について伝える永原さん。座学が苦手な女性たちが理解しやすいようグループワークや気分転換の体操を取り入れるなどの工夫をしている

「訪れて初めて、この村では誰かしら店を出しては経営が続かずに閉めるということを繰り返していたことがわかりました。なぜ閉店になったのか、店を出した経験がある女性たちに原因を見つめ直してもらうところから始めました」

すると、店舗の外観・内観共に体裁を整えていない、営業時間を守らない、帳簿をつけないなど、運営の基本がおろそかになっていたことがわかってきた。「店舗として認識してもらえなかったり、開店時間が遅れたりしたら、その分、お客さんを失ったことになりますよ」

永原さんはビジネスの基本を話し、収支の仕組みはもちろん、店を運営する際に必要な店番や在庫管理など、それぞれの役割について説明した。座学を受けることに慣れていない彼女たちのため、イラストによる説明やグループワークを取り入れ、店舗運営のさまざまな場面を設定しロールプレイをしてもらった。

永原さんが感じたのは、先住系フィジーの人たちのお金や貯蓄についての理解が十分でないこと。貨幣経済の歴史が浅いことや、村では今も自給自足に近い生活をしていることなどが背景にある。

ながはら あけみ
永原 朱さん

コミュニティ開発／2023年度1次隊・
福岡県出身



PROFILE

大学時代にアジア各国を回り、貧困や格差に疑問を感じて大学院で国際開発学を修了。協力隊参加を考えたが社会人経験を積もうとテレビ局に勤務。転職し、化粧品メーカー2社で新規事業立ち上げ、電気機器メーカーでリサーチ、マーケティングに従事。趣味のヨガを仕事にすることにヨガスタジオを約15年間主催した。海外にいる師匠の下でヨガ修行をするため毎年3カ月～半年を海外で過ごす生活を送る。コロナ禍で海外に出られず時間が生まれたため、以前から考えていた協力隊に参加。

それは女性省の同僚たちも同様で、「給料日に全部使ったり、親族に分けてしまったりで、『通勤のバス代がなくなってしまったから貸して。ケレケレ』と言われるんです」。

“ケレケレ”は「助けて・ちょっとちょうだい・お願い」といった表現で、伝統的に共同体内で物々交換やモノの貸し借りをし、皆で助け合うという価値観に基づく言葉だ。しかし、女性の経済活動をサポートしている同僚たちには金融リテラシーを高めてほしい。永原さんは配属先でも貯蓄についての講座を開き、「少し貯金してみない?」と勧めている。そのかいあって最近は、「自分の子どもにも貯金を教えたよ」という同僚も出てきた。

昨年、子どもからお年寄りまで村全体で楽しむイベントを企画し、他の隊員たちの協力を得て高齢者介護や野球などのプログラムを行い、男性に女性の地位向上について理解を促す機会としたところ、村からも女性省からも高く評価されたため、地域を拡大して今年も行う予定となった。「できるだけ多くの村に出かけて、村の人々の暮らしを見ながら取り組み方を考え、同僚たちと共有していきたい。小さな種をまき続けたいと思っています」

活動の舞台(裏) — 儀式でも日常生活でも嗜まれる「カバ」

カバはフィジーをはじめ大洋州で親しまれている飲料で、ヤングナという木の根を細かくし水で抽出したものだ。アルコールは含まれていないが酩酊感があり、鎮静効果がある。

伝統的な儀式のための飲料でもあり、「外国のトップを歓迎する式典や建物の落成式などでも“カバの儀式”が行われます」と若杉 聡さんは言う。「20年ほど前は夕方になると原料を金属の器具でつぶす音が聞こえてきましたが、近年は手軽に作れる粉末が売られています。街中にはカバを提供する店、いわば“カバ・バー”があり、インド系の人たちも一緒に飲んでいます」。

永原 朱さんも村に行けば毎回、カバ会に参加する。「私は住民とのコミュニケーションの場と捉えています。皆、飲みながらおしゃべりしているのですが、数時間たつと、その作用から無口になり、ぼーっとした後、解散していきます。村では数少ない娯楽の一つにもなっているようです」。



カバは村に客人が訪れた際、伝統的な作法で振る舞って歓迎の意を表す「セブセブ」という儀式に用いられる飲み物で、タノアという大きな木製の器でエキスを絞り出し、ココナッツの殻ですくい、回し飲みする

※5R…3R(リデュース・リユース・リサイクル)に加え、リフューズ(断る=ごみの元になるものを買ったりもらったりしない)、リペア(修理=壊れたものを修理しながら長く使う)の2Rを含めた5つの行動。

協力隊で身につく19の力

青年海外協力隊事務局が帰国後の隊員に対して行う実感調査アンケートに「隊員経験を通じて獲得が期待される19の資質・能力」がある。実際にどのような力が身についたのか、そしてどのような時にそれを感じたのか、4人の先輩隊員への取材を通じて紹介していきたい。

Text＝池田純子 写真提供＝ご協力いただいた各位

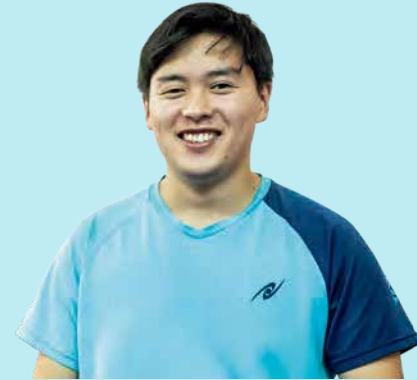
隊員経験を通じて獲得が期待される19の資質・能力	1 主体性 物事に進んで取り組む力	2 働きかける力 他人に働きかけ巻き込む力	3 実行力 目的を設定し確実に行動する力
4 課題発見力 現状を分析し目的や課題を明らかにする力	5 計画力 課題の解決に向けたプロセスを明らかにし準備する力	6 創造力 新しい価値を生み出す力	7 発信力 自分の意見をわかりやすく伝える力
8 傾聴力 相手の意見を丁寧に聴く力	9 柔軟性 意見の違いや立場の違いを理解する力	10 状況把握力 自分と周囲の人々や物事との関係性を理解する力	11 規律性 社会のルールや人との約束を守る力
12 ストレスコントロール力 ストレスの発生源に対応する力	13 外国語でのコミュニケーション能力	14 異文化理解・活用力 異文化の差の存在を認識し、異文化の差を良い悪いと判断せず、興味・理解を示して柔軟に対応すること。また、多様な人々の強みを認識し、それらを引き出して新しい価値を生み出すこと	15 現場力 持っている技術や知見を環境に合わせて創意工夫し実践する力
16 リスクマネジメント能力 健康や安全管理をはじめとするさまざまなリスクを事前に予測し、その回避や軽減のために周囲の環境や自己を管理・運用する力	17 へこたれない力 困難な状況でも諦めずに努力する力や、物事を前向きに捉える力	18 自己肯定感 自分の在り方を積極的に評価でき、自らの価値や存在意義を肯定できる力	19 社会貢献意識 社会のために役に立ちたい意欲

※「隊員経験を通じて獲得が期待される19の資質・能力」は、JICAが設定したもの。過去の調査研究や資料において、隊員の資質・能力に係る記述を確認し、類似するものを24の要素にグループ化し、分析して設定した。2019年度～21年度の帰国5年後の隊員に実感調査を行った結果は、以下の「JICAボランティア事業第4期中期計画評価報告書概要」で公開されている。
https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/report/pdf/evaluation_02.pdf



CASE 1

新卒で飛び込んだ人生初の海外 帰国後、日本での教員生活にも生きる力



まきやまゆうだい
牧山祐大さん

チュニジア／卓球／2022年度1次隊・長崎県出身

牧山さんが身についたと感じる力

外国語でのコミュニケーション能力

ストレスコントロール力

へこたれない力



少年への指導に当たる牧山さん。「赴任前はイスラム教の国という制約や禁止事項が多くて暮らしにくそうなイメージでしたが、実際にはみんな親切で何かにつけて気にかけてくれて、今ではイスラムは“愛情の文化”だと思っています」

「このまま先生になるより、一回海外に行ったほうが絶対に面白い先生になれる!」。大学卒業後の進路として教員を志望していた牧山祐大さんは、新卒で卓球隊員としてチュニジアへ。任地では卓球協会に配属され、主に青少年に対して卓球指導を行った。自身の卓球経験は、小学校から大学まで。大学では、全国大会に出るほどの実力の持ち主だった。そんな牧山さんが最初にぶつかった壁が、言語だという。「隊員としてチュニジアへ行ったのが初の海外経験で、外国人と外国語を話すことも初めてでした。任地はアラビア語がメインでしたが、チュニジア独特のなまりもあって最初は本当にわからず。それでも聞いてしゃべることを繰り返しているうちに、簡単な単語と表情、ジェスチャーを組み合わせた意思疎通が上達してきました」

言語の壁を乗り越えて“外国語でのコミュニケーション能力”がついてきたわけだ。とはいえ卓球の試合中、セット間のアドバイス時間は、たった1分。この時は、ホワイトボードでの図示も交えながらアドバイスを与えたという。

実はチュニジアは、シーズン中は毎週のように大会があるほど卓球が盛んな国。牧山さんが指導した子どもたちの能力もぐんぐん伸びていき、その中の一人、9歳の女の子が、なんと全国1位に輝いた。目に見えて成果が出ると、牧山さんの活動にも力が入った。

「頑張ろうという気持ちが強すぎて体調を崩すことが多く、一度は腹痛で動けなくなったことも。病院に行くと、ストレスと疲れのせいだと言われました。ストレス源は気候や食べ物、それに人間関係もあったのかもしれませんが。同僚はとてもいい人なんです、とにかく朝出勤してこない。さらに、子どもたちの中には真面目に取り組む子がいる一方、自転車で体育館に入ったり、卓球台の上に乗ったりとやりたい放題の子も。柄にもなく『帰れ!』と怒鳴ることも多く、いつの間にかストレスをためていたのかなと思います」

しかし、そんな生活を送る中で、だんだんと“ストレスコントロール力”も身についてきた。

「うまくいかないことがあったら、1～2分ぐらい、その原因に対してとことん向き合います。あれこれ振り返って、今日の自分のベストは出せたと納得できたら、それ以降は考えない。あいまいに流さず、きちんと向き合うようになってから、ストレスをうまくコントロールできるようになった気がします」

そんな日々を経て定着した“へこたれない力”は、日本に帰国してから長崎県で教員として働く中で、実感しているという。「やんちゃといわれる生徒と関わったり、授業の準備や部活動の指導をしたり、大変な場面がありますが、全くへこたれる気がしません。いくらやんちゃな生徒でも、靴はそろえるし、ごみをごみ箱に捨てる、もうそれだけで感動です(笑)」

チュニジアで過ごした2年間で会話時のリアクションが大きくなり、赴任前よりも、根が明るくなった気がすると話す牧山さん。生徒たちにとっても、きっと面白い先生になっているはずだ。

CASE 2

異文化の新生児医療にモヤモヤも
他者を理解し、認める経験を積んだ2年間



たけうち あや
竹内 理さん

ブータン／看護師／2022年度7次隊・愛知県出身

竹内さんが身についたと感じる力

柔軟性

働きかける力

異文化理解・活用力



ブータンでは新生児室に僧侶がいて大きな音で鈴を鳴らしたり、仏様の加護を受けるためのホーリーウォーターという黄色い水を赤ちゃんにかけたりする。「なるべく刺激を与えないようにする日本の新生児医療とは全く違って驚きましたし、口を挟むべきかどうかモヤモヤしました」（竹内さん）

愛知県の赤十字病院で13年、そのうち5年は新生児集中治療室（以下、NICU）で経験を積んでいた竹内 理さんが看護師隊員として派遣されたのはブータン。配属先は首都ティンプーにある中核病院のNICUだったが、赴任当初から困難の連続だった。

「ブータンの医療はインドからの技術や知見を多く取り入れていて、さらにチベット仏教の伝統的な観念も深く影響しているため、赤ちゃんの看護の仕方から使う道具まで、欧米や日本とは全く違います。そこで意見が合わないこともありましたが、死生観の違いから、延命処置をどこまで続けるかという基準も異なっていてショックを受けたことも。ですが、ここはブータン。私が一概にダメと言いつ切れないので、少しずつ歩み寄って受け入れるべきだと考えるようにしていました」

そんな“柔軟性”が身につくにつれてからは活動が軌道に乗り、同僚たちとも良い関係が築けるようになったと話す竹内さん。とはいえ、日本では自分が「こうしたい」と業務の改善を発案すると、周りが自然と協力してくれたが、ブータンではもっと積極的に働きかけなくては、周りの協力は得られない。そこで竹内さんは、世界保健機関（WHO）や医療専門家が監修している「POCQI（ポキ）」※による業務の質改善プログラムを実施し、同僚たちに協力を仰いだ。

「当時、赤ちゃんの点滴が入る部分の皮膚が壊死する事例が多かったのですが、プログラムを通じて課題の洗い出しや分析、改善というプロセスを重ねていくと、事例件数がかなり減ったんです。それが皆の成功体験になり、看護の質がどんどん上がっていきました。私は黒子役に徹して、いかに現地の人に動いてもらうか。協力隊の活動には、そんな“働きかける力”が必要だと痛感しました」

紆余曲折を経て、ブータンの生活習慣や宗教観とより深く関わるうちに、異文化を受け入れることへの抵抗感が減り、認めることができるようになったと、にこやかに語る竹内さん。“異文化理解・活用力”がついた証拠だ。帰国した今、その力は大いに役立っていると話す。

「今は、沖縄県の公立久米島病院に入職し、地域医療、島嶼医療を日々学んでいます。赴任してまだ4カ月ですが、ブータンで育んだ異文化理解の力があるからこそ、住民の方々や患者さんたちと良い関係が築けて、地域にも順応できているのかなと思います。現地になじむために、知らない相手でも擦れ違った時に挨拶したり、なるべく方言を使ったり、心を通わせるやり方はブータンで学んだことです」

自らの2年間の活動を振り返り、任期中はとにかくやりたいことに向かっていくのがよいと話す竹内さん。「赤十字など他の団体はプロジェクトの中で活動できる範囲が限られていることが多いですが、協力隊は、そういう壁が低い存在です。私も当時、企業の方と勉強会をしましたが、さまざまな企業・団体や他職種の人と協働し、活動の幅を広げていくと、とても充実した2年間になると思います」

※POCQI…Point Of Care Quality Improvementの略。インドの医療系教育機関やWHOが監修する、妊産婦や新生児の死亡率を引き下げするための取り組み。医療現場の業務改善のための資料や各種情報を発信している。

CASE 3

IT技術の移転で早々に感じた挫折
苦勞の中で培った力



はら しろう
原 志朗さん

ボツワナ／コンピュータ技術／
2022年度2次隊・兵庫県出身

原さんが身についたと感じる力

現場力

外国語でのコミュニケーション能力

へこたれない力



一時的な活動先変更や治療のための帰国もあって「技術移転には十分貢献できなかった」と振り返る原さん。ただ、停電などの影響でシステムエラーが頻発していることからUSBメモリーに入れて残してきた回復用プログラムは、活動中の隊員の手で復旧に役立てられたという

特集：活動を通じて何が変わった？ 協力隊で身につく19の力

職業訓練校の学生や教員に対するIT技術指導やシステム環境整備のため、ボツワナに派遣された原 志朗さん。2年間で身についた力として、まず“現場力”を挙げる。

「配属された学校内のIT環境はボロボロ。修理して新しいシステムを入れながら、配属先の同僚にスキル移転しようとしたのですが、タスクをお願いしてもなかなか期日どおりに実施してくれず、早々に壁に直面しました」

日本人とは仕事の姿勢や考え方が全く異なるボツワナ人に、日本での考え方で進めようとしても、うまくいくはずはないと改めて実感した原さん。「そこで、一気に相手のやり方すべてを変えようと試みるのではなく、その場ごとに終わる短いタスクの中で少しずつ新しいやり方を伝えていき、だんだんと良い方向に変化させるのがよいと気づいたんです」

現地の事情に即した取り組み方に変えてからは徐々に仕事が進み始めた。そして、同僚たちと日々の密なやりとりのおかげで、半年も経たないうちに“外国語でのコミュニケーション能力”もアップしたという。

「海外経験が乏しかったので英語力には不安がありましたが、実際に行ってみると意外に通じるなど。ただ最初の頃は、話しかけられてもすぐに返せず、会話がスムーズに進まないことがよくありました。だんだん慣れてくると、英語で考えて会話する、いわば“英語脳”に切り替えられるようになりました」

活動の序盤から現地ならではの苦勞に見舞われながらも、前向きに活動に取り組んでいた原さんだったが、赴任1年後、夜中に突然の激痛に襲われる。

「病院で尿管結石と診断されました。痛みは1、2日で収まったのですが、JICAの手配で治療のために2カ月間ほど帰国。その後、無事にボツワナに戻ることができましたが、私の留守中に起こった配属先のシステムトラブルを別の隊員が対応してくれたと聞いて、とてもありがたく思いました。困難があっても、そのように助けてくれる人がいて、何とかなるんだと実感できたという意味では、“へこたれない力”がついたような気がします」

帰国後はIT企業に就職し、システムエンジニアとして働き始めたが、協力隊で身についた力は、早くも発揮できているという。

「今の会社では管理職的な立場になりましたが、部下にお願いする時に、自分のスタイルではなく、その人が持っている能力や目指す方向に合わせるように心がけられるようになりました。また、へこたれない力という点でいうと、へこたれること自体は、まだありませんが、お互いに助け合うことは新しい職場でも意識しています。ドライな対応ではなく、お互いのことを視野に入れて働きながら信頼関係をつくる、それがへこたれない力の原動力になって、この先何かあったら助け合えるのだろうと思っています」

CASE 4

日系社会海外協力隊としてブラジルへ 教員経験を生かして試行錯誤



はる た か お る
春田かほるさん

日系／ブラジル／小学校教育／
2022年度1次隊・東京都出身

春田さんが身についたと感じる力

主体性

現場力

異文化理解・活用力

日本で30年間にわたり公立小学校教員として働いた春田かほるさんが、定年を迎える時に「新しいことをしてみたい」と選んだのが協力隊。定年後の4月から派遣前訓練に入り、小学校教育隊員として、サンパウロにある2歳から高校生までが在籍する私立学校に赴任した。要請内容は「日本文化の紹介と国際理解の推進」。学校がちょうど創立50周年を控えていて、学校からの要望は小学生に折り鶴作りを教えることだった。

「折り紙の端と端を合わせて紙をきれいに折るだけでも、未経験の子どもたちには難しいです。そこで簡単なものから始めていくことにしました。1回目の授業は家からピアノへと形の変化が楽しめる折り紙にしたのですが、子どもは興味が持てないこと、できないことはすぐに投げ出してしまいます。どうすればこちらを向かせられるかを考えて、次は遊べるものがないのではと大きな紙飛行機を作って教室で飛ばしてみると、とても喜んでくれました。授業後、一番後ろに座っていた男の子が、私のところに走ってきて頬にキスをしてくれました。もう、本当に嬉しくて」

折り鶴の指導の後、1月の新年度からは月1回の授業をすることになった春田さん。そこで必要となったのは「主体性」だった。「カリキュラムに“日本文化の紹介”があるわけでもなく、歴代隊員で活動内容もかなり違う。自分で考えて動かないと、何もせずに終わってしまいそうだと危機感を覚えました。文化紹介以外にも、日本語クラブを実施したり、日本文化にまつわる物を飾るコーナーを作ってもらったりもしました」

日本文化を紹介するため、手ぬぐいや風呂敷、茶道具、着物、浴衣などは日本から持参していたが、生徒一人ひとりが手にするには足りなかった。そこで、不織布を手ぬぐいや風呂敷の代わりにしたり、薄いピンクの紙で桜の飾りを作るなど、学校にある物やブラジルで購入できる物を使用した。

「これは長年の教員生活で試行錯誤しながら授業準備などを行う中で培った知識・技術でもあり、それを現地に転用する中で“現場力”が養われました」

教育者としてはプロ中のプロの春田さんが、協力隊活動を通して一番身についたというのが「異文化理解・活用力」だという。「日本にいる時は、カリキュラムで『国際理解教育』を行わなければならないといわれると、何をすればいいのかと少し憂鬱になる感じでしたが、海外で暮らし、仕事をする日々は、異文化理解と活用の連続でした。ブラジルの皆さんは、分け隔てなく誰にでも親切。私もとても大事にしてもらいました。日本を離れたことで改めて日本の価値に気づいたこともよかったです」

帰国後は国際理解の出前授業にも積極的に関わる春田さん。「授業の最後に『なぜ異文化を学ぶと思いますか？』って聞きます。子どもたちはうーんとなる。そこで私が話すのは、『今、あなたの隣にいる人も、違う文化で育っているから、理解できないことはある』と。『どうしても受け入れられないことも出てくるかもしれないけれど、文化の違いを認めることで、最低限、攻撃せずに一緒にいることはできる。それが平和に結びつくと思います』とまとめます。今後も私の協力隊経験を子どもたちに伝えていきたいですね」



相撲について紹介する時などは、指相撲のように「相撲」という言葉がついた遊びを取り入れるなど、生徒たちが楽しんで参加できるようにさまざまな工夫を凝らした

お悩み相談

アドバイスを聞きました！

今月のお悩み

協力隊の任期終了後に国際開発に携わるためには
どのようなスキルを身につければよいのでしょうか？

(モザンビーク／コミュニティ開発)

協力隊活動の任期が残り半年となり、帰国後の進路を考えていますが、引き続き国際開発に関わりたく、そうした企業に就職したいと考えています。ある程度自由な協力隊員としての活動と、職業としての国際貢献は違うとは思いますが、今後、どのようなスキルを身につけていけばよいのでしょうか？



土井先生からのアドバイス

文化人類学的視点と分析を取り入れつつ
現在の協力隊活動に専念することが最善

私は技術コンサルタント企業に約35年間勤め、海外事業部長として協力隊OVの採用を担当した期間もあります。隊員から就職に向けたアドバイスを求められた時には、「専門スキルは帰国後に身につけられるけれど、現地社会の中で生きている協力隊員の時にしか学べないことがある。最後まで活動に専念することが大切」と答えています。それが帰国後に国際開発だけでなく、グローバルに働ける能力を養ってくれるからです。私自身、30カ国以上でコンサルタントとして活動してきた中で、最も役立ったことが協力隊員時代にサモアで身につけた「文化人類学的視点と分析力」でした。

皆さんもきっと次のような悩みを持つことがあると思います。「現地の人の言動が理解できない」「行動が予想できない」「そのために嫌な思いをした」「不安になったり嫌になったりした」。そんな時に文化人類学が役に立ちます。自分と異なる文化や社会をフィールドワークを通じて研究する学問で、国際的な対応力や他者を理解する力が身につきます。

この国の人々の文化・習慣はこういうものだとなってしまうのではなく、人間の言動には、所属している社会や組織の中での役割や立場、価値観が働いていて、何らかの合理性があるはずだと、常に探る視点を持つことが大切です。

私は活動や人間関係で悩むたびに、持参した文化人類学に関する本のページをめくりました。その習慣を繰り返すうち、目の前の言動に簡単に怒らなくなり、現地での活動がスムーズに進むようになったのです。例えばカウンターパートが自分のためにしてくれ

たことが、自分から見れば小さなことであっても、相手の背景を考えれば、実は一生懸命にやってくれたことかもしれません。それに対して感謝を伝えられれば、人間関係もうまくいくはずですよ。

多くの隊員は、そのような現地の人とのつき合い方を、1年、2年とかけて習得していくでしょう。しかし、プロのコンサルタントや専門家、また国際機関職員やグローバルビジネスマンも、そこに多くの時間は割けません。将来の国際開発に携わる業務の訓練をじっくりできる貴重な機会として、今の活動に専念してほしいと思います。

▶土井先生が隊員時代に活動の参考にした本

菊と刀（ルース・ベネディクト著）、文化人類学入門（祖父江孝男著）、サモアの思春期（マーガレット・ミード著）、南太平洋の環礁にて（畑中幸子著）

今月の先生



ど い あきら
土井 章さん

サモア／土木施工／
1980年度4次隊・千葉県出身

工業大学を卒業後、建設会社に勤務。海外でインフラ整備に携わる希望をかなえるため、協力隊に参加しサモアの公共事業省土木課で活動した。帰国後の1990年に総合コンサルタントの国際航業株式会社に就職し、環境コンサルタントとして活動。一方で、一般社団法人日本防災プラットフォームの事務局長、一般社団法人協力隊を育てる会常任理事などを兼任し、企業と民間団体の立場から社会貢献を続けている。

Text＝阿部純一（本誌） 写真提供＝土井 章さん

就職ストーリー

“恩送り”を実践できる会社で働きたいと
2回目のチャレンジで念願をかなえる

Text=油科真弓 写真提供=大石祐助さん



今月の先輩

おおいしゆうすけ
大石祐助さん
ルワンダ/マーケティング/
2019年度2次隊・神奈川県出身

就職先 株式会社スノーピーク

事業概要 アウトドア製品およびアパレル製品の開発・製造・販売のほか、住空間アウトドア、キャンピングオフィス、地方創生、グランピングなどの事業を展開

大石祐助さんの略歴

1994年 神奈川県生まれ
2016年3月 大学卒業
2016年4月～2019年7月 一般企業に勤務
2020年1月 協力隊員としてルワンダに赴任
2020年3月 コロナ禍による一斉帰国
2021年3月 ルワンダに再赴任
2022年2月 帰国
2022年3月 株式会社スノーピークに入社

会社員時代、新しいことに挑戦したいと考えた大石祐助さんが会社の先輩に相談したところ、「未知の世界を見て視野を広げてから、改めて自分が何をしたいのか考えては」と教えてもらったのが協力隊だった。先輩の言葉を聞いて感銘を受けた大石さんは協力隊に応募した。

合格して赴任したのは首都に近いルワマガナ郡の郡庁。共同組合や農民組織など地域の小規模グループの状況を把握し、運営をサポートするのが要請内容だった。しかし、コロナ禍により赴任1カ月で一斉帰国となり、約1年間の待機期間を過ごした。

再赴任後はグループを巡回することから始めたが、訪問しても「お金をくれ」「物をくれ」と言われるだけで、心が折れそうになることもあった。しかし諦めずに何回も顔を出し、現地語で積極的にコミュニケーションを取ったところ、「徐々に心を開いてくれて、実はこん



日本で土産物製造や道の駅の店長を経験した大石さんは、その知識を生かして任地の小規模グループに経営アドバイスなどの支援を行った

なことで困っている、と本音を話してくれることが増えていきました」と振り返る。

印象に残っているのは、大学進学を目指して炭の販売をしている男性に、毎日帳簿をつけるように促し、頻繁に会いに行くなどして、継続できるようサポートしたこと。男性からは帰国後に「あなたのおかげで進学できた」と嬉しい連絡がきた。

任期終了後の進路について考え始めたのは1年間の待機期間中で、目標は“恩送り”を実践できる会社で働くこと。恩送りとは、恩を与えてくれた人に返すのではなく、別の人、次の人に送るという意味だ。協力隊参加以前、会社員としてがむしゃらに働き、何のために生きているのかと悩んでいた時に支えとなった言葉だ。任期終了を前にして、自分らしい恩送りについて考えていた時に読んだのが、現在勤務している株式会社スノーピークの社長の著書だった。

『『地球上の全てのものに良い影響を与える』という理念を大切に実践していることに共感しました。ここなら自分が思う恩送りを実践できる、この会社で働きたいと思いました』

実は同社の求人に、大石さんは2回エントリーしている。1回目は任期終了の少し前。このときは採用に至らなかったが諦めきれず、帰国直後に再度エントリーした。そこから採用決定までは早く、帰国の翌月に入社となった。

そんな大石さんの夢は、世界中の人と焚火を囲むこと。「焚火の前では、性別も国籍も役職も関係なく、人対人として本音で話せるんです。いつか、そんなグローバルなイベントを実現させたいです」。

1 就職活動

2021年11月頃～

任期終了の3～4カ月前に株式会社スノーピークの求人に応募しましたが採用されませんでした。そこからは、JICAのPARTNERや転職サイトをチェックし、業種は問わず“恩送り”を実践できると考える会社を探しました。具体的には、国際協力、人材教育、出版などの分野をチェックし、3社ほど採用試験を受けました。

2 採用試験に再エントリー

2022年2月下旬

他社の採用試験を受けるのと同時進行で、スノーピークのホームページで採用情報を再度確認したところ、「キャンプのイベント」という前回とは違う職種の募集が出ていたのですぐにエントリーし、履歴書と職務経歴書を提出しました。志望動機には、社長の著書を読み、社長の考え方や会社の理念に共感したこと、この会社であれば自分が思い描いている恩送りを実践できると考えたことを書きました。アピールポイントには、協力隊の活動を通じて学んだこととして、諦めない粘り強さと、自分にできることを考え行動し続ける力を挙げました。

3 1次面接

2022年2月下旬

コロナ禍のため帰国後約2週間はホテルで隔離されていた、1次面接はホテルからオンライン面接となりました。面接の担当者は現場マネージャーで、志望動機や協力隊の活動で苦労したことなどを聞かれました。

4 2次面接

2022年3月

2次面接は自宅からオンラインで、応募した部署の本部長らとの面接でしたが、聞かれたのは志望動機だけでした。会社の理念への共感や恩送りの思い、協力隊での経験を熱く語ったところ「もう大丈夫です」と、あっさりと面接を打ち切られてしまったので、これは落ちたと思ったのですが、まさかの採用でした。後で聞いたところ、採用してもよいと判断したため、すぐに終わらせたということでした。

採用決定 2022年3月

現在の仕事

プロモーション課に所属し、キャンプのイベントを企画・運営しています。イベントは参加者に自然の中に身を置いていただき、その環境を感じてもらうことが目的です。織物や染め物など自然素材から生まれた日本の伝統文化を体験しながらキャンプを楽しんでもらうイベントなども実施しています。自然を体感してもらうため、キャンプは悪天候でも実施しています。夜中に大雨に見舞われることもありましたが、テントを補強して安全を確保したところ、翌朝、参加者から、私たちスタッフがいるから安心できたと言っていただけした時など、やりがいが多い仕事です。



キャンプイベントで参加者にテントの設置方法を教える大石さん

後輩へメッセージ

最初は難しいと思うのですが、自分の生きる意味、人生の理念を、仮でいいので持って欲しいと思います。「違うな」と感じたら変えてもかまいません。それを繰り返していくうちに、自分はこのために生きているのだと感じる時がきます。それを基準にして、その後の人生を考えていけば、間違った選択にはならないと思いますし、未来は広がっていくと私は信じています。途上国での協力隊の活動は、それを考える上で非常にいい環境だと思いますし、時間も十分にあります。ぜひ考えてみてください。

JICA 海外協力隊ウェブサイト
「進路開拓支援のご案内」

https://www.jica.go.jp/volunteer/obog/career_support/index.html



力隊で培った経験、人脈、志を帰国後の仕事にどう生かせばいいのか。多くの隊員が直面する課題である。脇坂誠也さんが試行錯誤の末にたどり着いた結論は、国際協力への思いと税理士としての知識・技術を“かけ合わせて”社会の役に立つことだった。

脇坂さんが統計隊員として協力隊に参加したのは25歳の時。海外への漠然とした興味はあったが、元々は国際協力に熱意があったというより、勤めていた企業を退職して違うことをしてみようというスタンスだった。配属先は交通事故の調査や交通安全教育を行う部局。職場はスラム街の近くで、日本人はおろか外国人の姿も見当たらなかった。「初代隊員で先輩もおらず、最初に行った時はとても怖くて不安でした。だからこそ、20人ほどの職場の人たちに温かく受け入れてもらい、親切にされたことが本当に嬉しかったです。交通事故に関するデータベースを作ることを目標に設定しましたが、肝心のパソコンは壊れていました」

同僚たちの誘いで全土を回って地元警察などへの聞き取り調査を行うことはでき、膨大な調査票を手集計で分析してみた脇坂さん。すると、交通事故という側面から国内の地域間格差も見えて興味深く、レポートとしての発表に至った。「帰国後に一生をかけるべき自分の仕事を見つけた気がしました。すなわち、データを集めて一定のルールに従い集計し、意味あるものを見つけ出す仕事です。それは簿記や会計の仕事、つまり税理士じゃないか!と」

国際協力のプロにはなれないと感じた若き日

社会課題に挑むNPOを会計と税務からサポートする専門家への道

派遣から始まる
未来
先輩隊員たちの社会還元



税理士事務所を運営し
NPOの会計業務などを支援

わきさかせい
脇坂誠也さん
コートジボワール／統計／1991年度2次隊・東京都出身

Text=大宮冬洋 写真提供=脇坂誠也さん

もちろん、その頃にはコートジボワールが大好きになっていた脇坂さんだったが、国際協力のプロになって途上国の第一線で働くのは自分には厳しいと感じており、日本で税理士になろうと考えた。実は、脇坂さんの父親は税理士事務所を開業していて、業務の大変さ故に、息子が同じく税理士を目指すことには反対したが、最終的には許してくれたという。「顧問している会社の中には、私が子どもの頃から父のお客さんだった会社もあります。ありがたいことです」

一方で、日本にいる外国人をサポートすることへの興味もずっと持っていた。自分がコートジボワールで受けた親切が忘れられず、同じことをしてあげたいと思ったからだ。

「協力隊の2年間で単なる思い出にはもったいない、なんとか生かしたいとの気持ちでした。そんな中、あるNPOの活動に参加して在留外国人向けの確定申告講座を開く機会がありました。たった2人しか来てくれませんでした。そのうち1人が納め過ぎた所得税の還付に大喜びしてくれたのです」

この成功体験を応用しようと脇坂さんは思った。国際協力分野を含め、社会貢献に取り組んでいるNPOを会計と税務の知識で支えれば、間接的にでも国際協力に関わることでできる——。税理士としての方向性がつかめた瞬間だった。

脇坂さんが税理士資格を取得した1998年は特定非営利活動促進法（NPO法）の施行元年でもある。その数年後、NPOの会計税務を支える専門家による「NPO会計税務専門家ネットワーク」を知る。「事務局長の瀧谷和隆さんが協

力隊経験のある税理士だったのです。おおっ、と思いましたね。これは関わらない手はない!とすぐに連絡を取りました」。

その後の脇坂さんはNPO法人会計基準の策定にも関わり、現在は同ネットワークの理事長を務めている。「日本は寄付文化がないなどと言われますが、そもそも寄付金控除が受けられる認定NPO法人の数はアメリカやイギリスに比べるとはるかに少ないのが現状です。なんとか増やしたいと思い、認定NPO法人の悩みなどをアンケート調査して『認定NPO法人白書』を作ったりもしています」

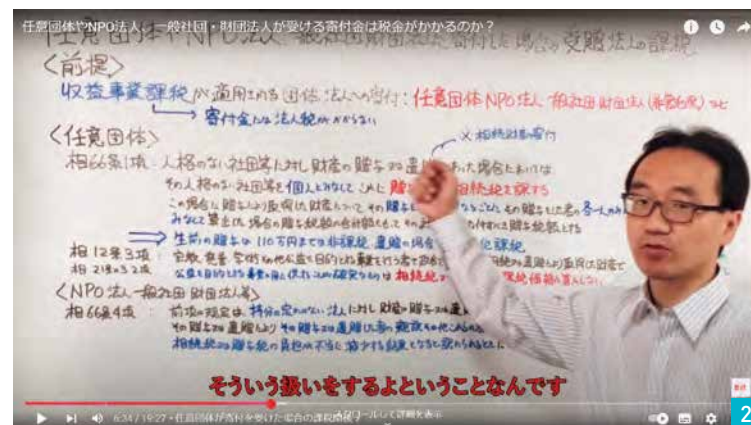
税理士としての脇坂さんがよく関与しているのは、国際協力団体で多く見られる、寄付を主たる財源として運営されているNPOだ。寄付金には法人税も消費税もかからないため、税理士のニーズがないとされがちだが、規模が大きくなるほど、寄付された不動産や株式にかかる税金関連の問題が出てきたり、会計処理の疑問や従業員の税金問題などを専門家に相談したいというニーズも生じる。脇坂さんはNPOの税務支援の第一人者となった。

「NPOのサポートが事務所の事業として成り立つまでには、かなり時間がかかりました。でも、興味があるものに近づくと思わぬニーズが見えてきたりします。その中で自分が役に立てることがあれば、お金を頂ける局面もあるでしょう」

自分の興味を大事にする。その対象に近づき、役に立つ努力をしながら、自らの生計を立てる道にもつなげる。そんな脇坂さんの未来の開き方は、協力隊の精神に通じている。



1 配属先の同僚たちは脇坂さんを親切に受け入れてサポートしてくれた。その体験が、社会課題に取り組むNPOを支援しようという思いにつながった 2 2020年から始めたYouTubeチャンネルでは、NPOや一般社団法人の税制や運営方法についての情報のほか、寄付関連の知識についても説明している 3 隊員時代に簿記の仕事へ行きつくまでは、父親と同じ税理士の道へ進もうとは一度も考えたことがなかったという脇坂さん。30歳過ぎで税理士として独立した際には、協力隊関係のつながりによる顧客にも支えられた



YouTubeチャンネル
「NPO会計道／
税理士 脇坂誠也」
はこちら



脇坂さんの歩み

1990年 早稲田大学政治経済学部卒業後、就職



当時の日本はバブルの絶頂期でした。自分が何をやっていいのかわからず、入社した大手の物流系企業は半年で退職。協力隊に応募しました

1991年 協力隊員としてコートジボワールへ



大学で統計を少し学び、新卒入社 of 会社を退職後に統計を扱う財団法人でもしばらく働いて経験は積んでいました。でも、統計隊員として大きな活動ができたとはいえ、自分の力不足を思い知らされた2年間でした

1998年 税理士試験に合格



税理士の父の姿を見て育ちましたが、税理士になれと言われたことは一度もありません。でも、税理士になるなら父の事務所を継ごうと決めました

2003年 NPO会計税務専門家ネットワークに参加



ネットワークではNPOの会計税務に関心がある専門家およそ500人が集まり、情報交換や調査を行い、公の提言も行っています

2009年 NPO法人会計基準策定委員会副委員長に就任。その後、NPO会計税務専門家ネットワークの理事長にも就任

2020年 YouTubeチャンネル「NPO会計道／税理士 脇坂誠也」を開設



税理士と協力隊経験者、そしてYouTuber。それぞれ100人に1人以上の希少さでしょう。「100人に1人」を3つかけ合わせれば、100万人に1人です。協力隊という希少な経験をベースに、他の希少なものと掛け合わせることで、他の人にはない、自分らしい生き方ができるのではないかと考えています

NEWS

青年海外協力隊事務局長交代について

2025年3月1日付で青年海外協力隊事務局長が橘 秀治から大塚卓哉に交代いたしました。大塚新事務局長の挨拶は下記JICAウェブサイトで公開されています。

<https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/activity/index.html>



大塚卓哉
青年海外協力隊事務局長

〈略歴〉
●おつか たくや
1996年国際協力事業団（現JICA）に入団。
バングラデシュ、スリランカ、アフガニスタンで海外駐在を経験した他、人事部人事企画課長、企画部総合企画課長、理事長室長などを経て現職。



NEWS

JICA 東京で“隊員めし” 始まりました！

渋谷区幡ヶ谷にあるJICA 東京食堂Oasisにて、“隊員めし”が開始されました。任国で隊員が食べているような料理がランチメニューとして提供され、ランチ代金の一部がJICA海外協力隊応援基金に寄附されるものです。初回はモザンビークのザンベジア風グリルチキンが限定販売され大好評でした。

今後も偶数月の最終週に展開されます。次回は4月21日から25日の5日間を予定しています。この機会にぜひJICA東京を訪ねてください。



JICA海外協力隊
「隊員めし」の活動を食べることで応援しませんか？
隊員めしの20%が協力隊応援基金に寄付されます。

JICA 隊員めしの紹介
はこちら



SUPPORTS

至善館「国際協力人材奨学金」のご案内

至善館（東京都中央区）で、協力隊経験者など海外における国際協力の現場経験を1年以上有している者を対象に、半額から全額の授業料を減免する「国際協力人材奨学金」の募集が始まりました。

至善館はMBA in Design and Leadership for Societal Innovationという、ビジネスと社会イノベーションの融合を目指すユニークなMBAスクールで、リベラルアーツを深く体感することができる場です。20以上の国と地域から集った企業人、NPO職員、起業家、難民が日英クラス各40名の少人数で学ぶ中で、事業構想を考えて社会イノベーションを生み出せるリーダーを育成しています。隊員経験を未来に生かしたい方はぜひ応募をご検討ください。

至善館
「国際協力人材奨学金」
のご案内



EVENT

大阪・関西万博で青年海外協力隊事務局主催「世界と日本を変える力」プログラム

大阪・関西万博で、4月25日（金）JICA 海外協力隊プログラムを実施予定です。パネルトークでは各協力隊経験者に焦点を当て、OVが地域の国際化にどのように貢献してきたのか、多文化共生社会の構築に向けてどのような役割を担っているのかパネルトークを通して考えます。会場参加申込期間は3月25日～4月18日、オンライン配信（無料配信予定）も予定しています。

大阪・関西万博
青年海外協力隊事務局主催
「世界と日本を変える力」プログラムの紹介
はこちら



編集後記

「派遣から始まる未来」の脇坂誠也さんは税理士の仕事の傍ら、在住外国人に日本語を教える活動に参加するも、支援の必要な人々の層には仏語のニーズが少ないという状況に直面。そこで税務の専門知識を活かそうとしたことが今につながったのだそう、帰国後に海外と関わり続けるにも、実にいろいろな形があるのだと感じます。（飯淵一樹）

「派遣国の横顔」にご登場いただいた志尾雪絵さんが協力隊に参加した動機は、「海外で活動して箔をつけたい」だったとのこと。その時はユニセフで長年、世界の子どもたちを支援する活動に携わるとは思っていなかったことでしょう。本当に「人生なんて、きっかけひとつ」だと思います。（阿部純一）

クロスロード

【2025年4月号】 第61巻第3号 通巻705号
発行日：2025（令和7）年4月1日

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



●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。

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
デザイン：亀井敏夫
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。
<https://www.jica.go.jp/volunteer/outline/publication/pamphlet/crossroad/index.html>



JICA 海外協力隊派遣現況

2025年2月末現在

現在の
派遣国数
74カ国



アフリカ地域

国名	一般	シニア
ウガンダ	31	1
エチオピア	15	
ガーナ	43	
ガボン	10	1
カメルーン	16	
ケニア	38	1
ザンビア	36	1
ジブチ	13	
ジンバブエ	14	
セネガル	39	1
タンザニア	33	
ナミビア	8	
ベナン	29	
ボツワナ	28	2
マダガスカル	30	
マラウイ	47	
南アフリカ共和国	5	
モザンビーク	28	1
ルワンダ	27	1

アジア地域

国名	一般	シニア
インド	16	
インドネシア	41	
ウズベキスタン	16	
カンボジア	30	
キルギス	35	
ジョージア	12	1
スリランカ	24	
タイ	38	3
タジキスタン		4
ネパール	10	3
バングラデシュ	2	
東ティモール	25	
フィリピン	15	
ブータン	24	
ベトナム	44	
マレーシア	18	1
モルディブ	4	
モンゴル	42	5
ラオス	42	2

大洋州地域

国名	一般	シニア
キリバス	3	
サモア	10	
ソロモン	17	1
トンガ	13	1
バヌアツ	19	
バブアニューギニア	17	
パラオ	25	3
フィジー	18	3
マーシャル	11	3
ミクロネシア	16	2

欧州地域

国名	一般	シニア
セルビア	10	

中東地域

国名	一般	シニア
エジプト	24	
チュニジア	10	1
モロッコ	38	1
ヨルダン	22	

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		6	11	2
ウルグアイ		5		
エクアドル	30	3		
エルサルバドル	29			
キューバ		2		
グアテマラ	22			
コスタリカ	30			
コロンビア	25	6		
ジャマイカ	12			
セントルシア	20	1		
チリ	7	1		
ドミニカ共和国	16	1	7	
ニカラグア	18			
パナマ	18	2		
パラグアイ	27	4	7	1
ブラジル			49	1
ベリーズ	16			
ペルー	57	1		
ボリビア	52			
ホンジュラス	31			
メキシコ	20	10		

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）	1,611 (641／970)	85 (65／20)	74 (32／42)	4 (2／2)	1,774 (740／1,034)
累計 （男性／女性）	48,505 (25,429／23,076)	6,723 (5,427／1,296)	1,659 (646／1,013)	555 (256／299)	57,442 (31,758／25,684)

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

（単位：人）

あの日、
地球の、
あの場所で。

任地の思い出を聞きました。

塀に並んだ謎の物体…？ ナミビア人との暮らしは驚きの連続

いわつかよしや
岩塚善哉さん

ナミビア／小学校教育／2018年度1次隊・愛知県出身

小学校教育隊員としてナミビア北部の町で活動した2年間、私は教職員宿舎でナミビア人の先生たちと男3人の共同生活をしていました。そのうち1人は30代と若いながらも高校の校長を務める人だったのですが、ナミビア人としても奔放な性格で、何かにつけて驚かされることばかりでした。

ある日、彼が急に持ち込んできたのは何羽ものウズラのひな。学校の仕事と別に牧畜も営んでいた関係で飼いはじめたそうで、それを郊外にある自分の牧場ではなく、共同の住まいで飼育しようというのです。納戸の床におがくずを直接敷いて半ば放し飼いの状態の上に、そのスペースが私の個室の隣だったのですとピヨピヨと鳴き声が…。

さらに別の日、私が外から帰ってくると、宿舎の塀の上に何やら土の塊のようなものが並べられ、

天日干しになっていたことも。これは何？と校長に尋ねると、返ってきた答えは「ゾウのふん」。聞けば、ふんを乾かして焚いた煙には、鼻の通りを良くしたり蚊を追ひ払ったりする効果があるのだとか。後に彼の牧場で、野生のゾウがボトボト落として回ったモノを拾い集めたこともあるのですが、ほとんど臭わず、本当にただの土くれを持っているような感じだったのは意外でした。

振り返ると、常に動物の存在が身近だったナミビア生活。放牧されているヤギにいつも家庭ごみを荒らされてヤギが嫌いになったり、誰かが絞めた家畜の血抜きに私の鍋を使っている(!)のを見つけて怒ったりと、エピソードは切りがありません。どれも日本ではまず体験できないことばかりで、つくづく貴重な日々だったと思っています。



Illustration=牧野良幸 Text=飯淵一樹(本誌)

任地の食生活に彩りさ!

隊員めし

今月の料理・エクアドル

おやつにピッタリ! エクアドル風蒸しパン

キンボリート



From Ecuador



樋渡さんはNGOが運営する特別支援学校で、障害がある生徒たちのリハビリや体育補助、職業訓練クラスの実習補助などの活動を行った



イースターの日に食べる「ファネスカ」という伝統的スープを同僚や生徒たちと作る樋渡さん。イエスの12使徒を意味する12種類の穀物が入っている



材料(2~3個分)

薄力粉 …… 100g
ベーキングパウダー …… 小さじ1
砂糖 …… 20g
卵 …… 1個
牛乳 …… 50ml
バナナの葉(※) …… 縦30cm×横20cm
くらのサイズを個数分
粉チーズ …… 大さじ2
レーズン …… 個数分
バニラエッセンス …… 少々(なくてもよい)

※バナナの葉…弁当用のアルミカップ、深めの皿やカップ、オープンシートやアルミホイルを器型に整えたもので代用可。

レシピ

- ① ボウルで卵を溶きほぐし、砂糖と牛乳を加えて混ぜる。
- ② ①に薄力粉、ベーキングパウダー、粉チーズを加えてなるべくダマがなくなるように混ぜれば生地完成。あればバニラエッセンスを2滴ほど加えると良い風味になる。
- ③ バナナの葉の中央に生地を置き、レーズンをのせる。葉の長い辺を扉を閉じるように左右から上に折って、余った短辺の端を上下共裏に折り曲げて生地を包む(写真参照)。
- ④ 蒸し器で15分間蒸して完成。



まずは長い辺を上で閉じてから、余った部分を裏側に折り曲げる

＼料理について／

キンボリートはエクアドルのポピュラーな料理で、軽食やおやつとして食べられることが多いです。ホストマザーがよく作ってくれて、甘い味とふわふわとした食感が気に入ったので、一緒に作りながらレシピを教わりました。ホストマザーの料理が本当においしくて、ジャガイモのポタージュ風スープなど、いろいろ教わったことが良い思い出となっています。



公開！

私の派遣国生活

〔ジブチ〕

写真提供＝小島千明さん Text＝海原美帆

こじまち ちあき
小島千明さん体育／
2023年度2次隊・新潟県出身

活動の様子

ジブチの首都ジブチ市の公立高校で週1回、特別支援学校で週2回体育の授業を担当しています。ジブチでは男女別に体育を行っていて、去年は男子、今年は女子を受け持っています。今はハンドボールと走り幅跳びを教えています。運動場がないなどの理由で体育の授業を経験してこなかった生徒も多く運動能力はさまざまです。残りの任期でもう一人の体育隊員と協力して運動会を開催し、目標に向けて皆で協力する体験をしてほしいと思っています。



上：体育用の道具が少ない状況の中、生徒たちが退屈せず、楽しみながら受けられるよう、工夫しながら授業を進めている

右：特別支援学校の生徒たち。「休み時間に私が校庭に出ると、皆、一緒に運動しようとして来てくれます」



アパートに私を含めて同期隊員3人が入居しています。住まいは快適ですが、水道の水に海水が混ざっているため、蛇口をひねると塩水が出てくるのが難点で、シャワーを浴びても泡立ちが悪く、少しベタベタします。また、ジブチは砂埃が多く、洗濯機を回すと水が茶色くなるし、外に干すと砂まみれになるため室内に干していますが、ジブチは湿度が高いものの気温も高いため、すぐに乾きます。

住まい



住まいは写真のリビングの他、寝室、キッチン、シャワールームがある。「棚の上にはカヤックの大会で優勝した時のトロフィーや、柔道などのスポーツで獲得したメダルを飾っています。今後も増やしていけるようジブチの人たちと切磋琢磨して頑張ります！」

暮らしている市、町、村



フランス植民地時代の建築物も多く残るジブチ市の中心部



美しい遠浅の海も魅力。現地に来てから始めたカヤックから見る夕陽は格別

とにかく暑いというのが第一印象。一番暑い7月は日中の気温が40℃以上になり、現地の人たちもあまり外に出ません。私はジブチ市の中心に住んでいて、辺りはとても賑やかです。人々は皆陽気で、見知らぬ人でもよく話しかけてきます。多くの人々が利用するバスステーションの周りには飲食店やブティック、商店が集まっています。自衛隊の拠点があるためか、簡単な挨拶程度の日本語が話せる人も多く、ブティックの前を歩くと、「サイヤスネ！」と呼ばけられるのには驚きました。

首都の中心地だけにレストランの種類が豊富。写真はエチオピアレストランで提供されたさまざまなソースをつけて食べる「インジェラ」という料理

食べ物

「ハミール」という揚げパンのような食べ物が好物です。現地の人は辛いソースをつけますが、私はそのままがよく、甘すぎない素朴な味が気に入っています。ジブチの友人の家でもよく食事をいただいています。ラマダン期間に生きたヤギを用意し、ラマダン明けと共にさばいてご馳走を作るため、その日の朝、訪れたら玄関にヤギの頭が置いてあり、びっくりしたことも。漁港があって、朝早くに行くと新鮮な魚が手に入るのも嬉しいです。隊員同士でパーティーした時にカツオを刺身で食べたところ、日本の刺身に負けない味でした。



スーパーでは日本の調味料を含んでいるものが入るが、食料自給率が低いジブチでは果物や野菜はほとんどが輸入品で値段も高め

JICA海外協力隊
応援基金皆様からの応援
お待ちしております青年海外協力隊事務局
公式InstagramJICA海外協力隊のリアル
お見せします

JICA_KYORYOKUTAI

JICA海外協力隊
公式LINEアカウントシゴト診断、教えて！FAQ
などぜひ活用下さい