

# クロスロード

CROSSROADS

5

2026  
MAY

特集

日本でも、世界でも—

## 協力隊と共にある“応援者”たち

派遣国の横顔 [エジプト]

協力隊派遣30周年を迎える北アフリカ地域の大国  
幼児教育や日本式教育の現場で隊員が活躍



任地の大学で弓道の演武を実施。弓道体験で矢を放った学生は、予想外のスピード感と的に当たる音の大きさに驚いていました（ボリビア）



## 自分にできることを模索し続けた結果、 配属先から「頑張っている」とサプライズ表彰！

いながきしょうや  
稲垣将也さん（ガーナ／コミュニティ開発／2024年度1次隊・奈良県出身）

ガーナの首都アクラの北西約300kmに位置するアハフォ・アノ・ノース郡の農業局に所属し、農村支援の活動を始めてから1年4カ月がたった昨年12月、赴任後2度目となる「Farmers' Day（農民の日）」を迎えました。これは例年12月の第1金曜日に設定されている祝日で、この日にちなみ配属先では優秀な農家を表彰するイベントを毎年開催しています。私は主催者側として参加していましたが、400人ほどの参加者の前で突然名前を呼ばれ、「協力隊員としての奮闘と貢献に感謝する」と表彰されたのです！完全なサプライズだったので、少し気恥ずかしさを感じながらも、皆の前で表彰を受けました。翌日のネットニュースでも取り上げられ、街を歩くといろいろな人から「おめでとう！」と声をかけられるので嬉しいやら照れくさいやらで大変でした。

赴任当初は英語力が不十分で、農業に関しても素人なので配属先の人たちが何をしているのかもわからず、質問することすらできませんでした。要請内容は農家の販路開拓や生産性向上を支援することでしたが、私にあるのはかつて営業職で身につけた交渉スキルのみ。そこで最初はとにかく配属先の初代隊員として人間関係の土台作りと、現地のやり方を学ぶために、同僚たちの仕事とことごとく同行しました。「来なくていい」と言われることもありましたが、それでも同行し、どんなにささやかでも役に立てることを探しました。文房具などの道具を常に携帯してすぐに出せるようにしておいたり、化学肥料の荷運びなどの力仕事は率先して行いました。同時に、農家の人々の状況を知るために、チュイ語を猛勉強してアンケートを作り、同僚と一緒に訪ねる先々の農家にチュイ語で聞いて回ることを地道に続けました。その結果「困っていることは？」の回答で一番多かったのが、

「肥料代が高過ぎる」ことでした。肥料が買えずに本来3回まくところを1回減らした結果、収量が減るといったことが現場で起きていて、現地ですべての素材で安価に有機肥料を作れないかと調べ始めたのが、赴任から1年後でした。

寝る間も惜しんで情報を集めた結果、現地調達できそうな素材は、鶏ふん、米ぬか、そしてパームヤシの枝を燃やして灰にしたパームアッシュだとわかりました。これらを農家に分けてもらおうと考えたのですが、鶏ふんなどは売り物にもなるため、協力を得るには苦勞しました。何軒か訪ねて回った末、可能性のありそうな3軒に粘り強く交渉を重ねるさなかにあったのが、冒頭の嬉しいサプライズ。カウンターパートからは「誰でも表彰するわけではない。これは特別なことだよ」と言われ、この有機肥料を地域の人たちに役立つ形に仕上げようと身が引き締まる思いでした。

半年間の交渉の後、この3軒の農家が素材の無償提供に協力してくれて有機肥料作りに着手できました。その後、園芸作物分野のJICA専門家としてガーナでSHEP（市場志向型農業振興プロジェクト）に携わる高林 透さんからもアドバイスを受けながら、試行錯誤の末、完成にこぎ着けました。配属先の試験圃場で近くトウモロコシを育て始めるので、その時にこの肥料を試す予定です。また、私が去った後も有機肥料作りの方法が引き継がれるようマニュアルも作成し、誰でも見られるように配属先の壁に張り出しています。

最初は何もかもがゼロからのスタートでしたが、任地のガーナ人たち、JICAの専門家やJICA事務所のスタッフは、私が動いた分だけ応えてくれました。自ら積み上げた努力が表彰として返ってきて、私への信頼を象徴してくれている気がします。応援してくれる人たちのためにも、やり残しがないように最後まで頑張りたいと考えています。



上：有機肥料作りを試す稲垣さん。定期的の中身をかき混ぜ微生物を活性化させる「切り返し」作業の様子  
左：表彰を受ける稲垣さん。写真内左は農業局のトップ、右は郡の市町村調整局長



## COLUMN — 表紙によせて

国内第3の都市・コチャバンバ市で、配属された性被害者保護施設での活動に携わる傍ら、趣味で続けてきた弓道をさまざまな場面で披露しました。写真は現地の大学で演武を行い、大学生の弓道体験を指導した時の一枚。力加減が難しかったのか、矢を放った瞬間は予想外のスピード感と的に当たる音の大きさに驚いた様子でした。こうした現地の方々との交流を大切に、日本文化普及に積極的に取り組みました。

山口万葉さん(ボリビア/青少年活動/2023年度3次隊・佐賀県出身)

Photo=田中麻美さん(ボリビア/ソフトボール/2023年度4次隊)

国別索引	掲載ページ
ウガンダ	15
エクアドル	23
エジプト	5, 6, 7
ガーナ	2, 4
グアテマラ	8
セントルシア	12
ソロモン	16
ベネズエラ	18
ボリビア	1
マダガスカル	24
マラウイ	22

職種別索引	掲載ページ
コミュニティ開発	2, 12, 24
村落開発普及員	8
青少年活動	1
環境教育	16, 18
ソフトボール	1
柔道	7
PC インストラクター	4
小学校教育	6, 15, 22
手工芸	5
理学療法士	23

出身都道府県別索引	掲載ページ
北海道	4, 24
宮城県	23
千葉県	6
東京都	8, 15
静岡県	16
京都府	22
兵庫県	7
奈良県	2
広島県	5, 18
佐賀県	1, 12

## CONTENTS

2 JICA Volunteers' Reports

3 CONTENTS／索引

4 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 [エジプト]

8 お悩み相談  
アドバイスを聞きました！

9 [特集]  
日本でも、世界でも—  
協力隊と共にある  
“応援者”たち

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！

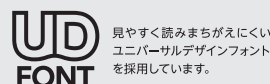
24 公開！私の派遣国生活 [マダガスカル]

『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。

国際協力子さん(ケニア/環境教育/2026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。





## エジプト・アラブ共和国 Arab Republic of Egypt



### エジプトの基礎知識

面積：約100万km<sup>2</sup> (日本の約2.7倍)  
 人口：1億1,653万人 (2024年、世界銀行)  
 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、ギリシャ人など)  
 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)  
 ※2025年12月2日現在  
 出典：外務省ホームページ  
<https://www.mofa.go.jp/mofaj/area/egypt/index.html>

### 派遣実績

派遣取極締結日：1995年3月15日  
 派遣取極締結地：東京  
 派遣開始：1996年9月  
 派遣隊員累計：379人  
 ※2026年3月31日現在  
 出典：国際協力機構 (JICA)



# 派遣国 の 横顔 <エジプト>

Profile of  
the partner country of JICA

## 協力隊派遣30周年を迎える北アフリカ地域の大国 幼児教育や日本式教育の現場で隊員が活躍

Text = 秋山真由美 写真提供 = ご協力いただいた各位

### お話を伺ったのは



### ほりたてつや 堀田哲也さん

(ガーナ/PCインストラクター/2013年度2次隊・北海道出身)  
 JICAエジプト事務所・企画調査員 (ボランティア事業)。大学卒業後、パチンコホール運営会社に12年間勤務。2013年に協力隊に参加しガーナで活動。帰国後に島根県海士町観光協会で農業担当、19年に野菜農家として自営。20年から二本松青年海外協力隊訓練所、JICAザンビア事務所、公益社団法人青年海外協力協会で勤務。他方、途上国に学校を建設し運営支援を行うNPO「学校をつくらう」を13年に設立し活動を続ける。25年から現職。

1996年に協力隊の派遣が始まって以来、エジプトでは教育分野へのニーズが高く、中でも幼児教育隊員の派遣は累計83人(2026年2月現在)と圧倒的に多く、青少年活動、日本語教育、体育、美術、小学校教育の隊員がそれに続きます。

エジプトでは0~4歳児については社会連帯省、5歳児以降は教育・技術教育省が管轄していますが、保育園の約70%は小規模NGOによる運営で、保育士の国家資格制度はなく、特に地方では人材不足や保育の質の問題が指摘されていて、協力隊へのニーズが高い状態が続いています。

教育分野の大きな特徴が、学級会や日直、掃除といった日本の学校で行われている「特別活動(特活)」を取り入れる改革が進んでいることです。16年にアブドゥルファッターハ・エルシーシ大統領(14年~現職)が来日した際、日本の小学校を視察し、協調性や規律を育む教育に強い関心を寄せたことがきっかけとなり、「エジプト・日本教育パートナーシップ(EJEP)」が結ばれました。

以来、エジプトでは特活を取り入れる小・中学校を拡大しており、その中でも特に日本式教育に力を入れる小・中一貫の「エジプト日本学校(EJS)」が現時点で69校設立されてい



貴重な世界遺産が身近なことはエジプトの大きな魅力。写真は首都カイロ郊外のサッカラ墓地遺跡にあるジェセル王の階段ピラミッドで、世界最古のピラミッドとされている

ます。こうした教育現場では、教育分野の隊員派遣への高いニーズがあります。

エジプト人はとても優しく、困っている人に声をかけたり、重い荷物を持っている人を手伝ってあげたりと親切な人が多いです。ラマダン中の断食には配慮したり、肌の露出を避けたりするなど、イスラム文化への理解と尊重は必要ですが、食事やイベントの誘いにはできるだけ参加し(男女1対1は避けて)、オープンマインドで人々と接する姿勢が大切です。

活動では、日々のコミュニケーションを欠かさずに人間関係を構築していくことが重要です。そこで大切なのがアラビア語。挨拶などの簡単なことだけでも積極的にアラビア語を使うことで、同僚らとの距離が縮まるはず。周囲の人々が英語話者という配属先も少なくありませんが、それに甘んじることなく、アラビア語で交流しようとする努力が、語学方向上と信頼づくりの近道だと思います。

## 手工芸を通じた障害者支援、 日本式教育を含めた図工授業、 柔道代表選手育成などで貢献

### 18歳未満の障害のある子どもたちに 自分の作品でお金を得る経験を

堂西弥生さんが協力隊に参加したきっかけは、旅行で訪れた中東諸国をより深く知ろうと通い始めたアラビア語教室の仲間が親しくしていたモロッコ人から、協力隊員に日本語を教わったと聞いたこと。会社の現職参加制度を利用して応募し、手芸が趣味だったことから手工芸隊員としてエジプトの社会連帯省リハビリテーション部に配属された。「任地は地中海沿岸にあるダミエッタ市でした。田舎の雰囲気があり、親切でおせっかいな人が多くて、どこか出身地の広島県福山市にも似ていると思いました」

市内にある6カ所のNGO施設を巡回し、各施設の要望に応じて、革ひもやビーズ作品などのアクセサリーや、織り機を使ったランチョンマット作りなどを指導した。対象者は、発達障害や知的障害、聴覚障害のある18歳以下の子どもたちだ。「言葉の壁はありましたが、彼らは簡単なアラビア語を繰り返し伝えてくれるので、習得のプラスになりました」。

一方、多忙な先生たちは、織り機の使い方を教えてもなかなか覚えてくれず、折り紙の時にも端をそろえて折るなど細かな作業を敬遠する傾向があった。

そんな中、堂西さんは、せっかく施設に来ても座っているだけの一人の自閉症の男子中学生が気に入り、将来のために手に職をつけてあげたいと、イスラム教徒が使う数珠作りを教えることにした。糸にビーズを通すだけの単純作業だったが、長い時間をかけ、何度もやり直して、その子なりに色の配置を工夫して作る作品は施設内でも好評を博した。そこで、思い切ってカイロ日本人会のバザーで販売すると、露店よりも高い5エジプトポンドで売れた。さらに、数珠の作

どうしやよい  
堂西弥生さん

エジプト/手工芸/  
2012年度2次隊・広島県出身



#### PROFILE

大学で国際関係を学び海外に興味を持つ一方、趣味としての手芸でバッグや小物を制作・販売。情報通信関係の企業に勤務中、アラビア語教室に通ったことをきっかけに、現職参加制度を利用して協力隊に参加。エジプトで障害者への手工芸指導を行った。障害者を取り巻く生活・就労環境に問題を感じ、帰国後は復職し、並行して大学院に進学。国際協力・障害者福祉・人権分野を学んだ。現在はカイロのNPOにてJICAプロジェクトに携わる一方、将来的にはエジプトの障害者支援に関わりたいと考えている。

り方を教えてほしいと言ってくれる先生も現れた。

「売り上げは材料費を差し引いて、本人に渡しました。自分の作品が売れたことを理解したようで、ニコニコと笑顔を見せて喜んでいました」

活動は順調に見えたが、赴任から3カ月がたった頃、エジプトになじめないと感じたこともあった。言葉が通じず、周りの先生たちも協力的に見えない。しかし、その時に支えてくれたのも現地の人々だった。思い切って本音を打ち明けると、「私たちがいるから大丈夫。何かあったら全部言いなさい。いつでも助けるから」と受け止めてくれた。

「遠慮し過ぎずに、悩みや不満は言っているのだと気がつきました。エジプトの人たちは、私が何を言っても根に持たないし、どんな時でも受け入れてくれる。本当の優しさを感じました」

2013年6月、当時のムハンマド・ムルシー大統領の政策に対する不満が高まり、軍事クーデターが勃発。ムルシー政権は崩壊し、その後エルシーシ氏が大統領に就任した。その混乱下で堂西さんたち隊員もカイロへの退避を余儀なくされた。

「任期後半で思わぬところに落とし穴がありましたが、約3カ月後には任地に戻ることができました」。

ダミエッタへの帰任後は引き続き施設での活動に戻り、以前より1カ所増えた4カ所の施設を回った。堂西さんの根気強い指導と障害者の様子を見た各施設の先生たちも、障害があってもさまざまな作品作りができるということを理解するようになっていった。



左：障害者施設では織り機を使った作品作りも指導した  
右：障害者たちが作った作品を日本人会のバザーで販売する堂西さん

## ゆみやゆみの 弓矢結実乃(旧姓 高貴)さん

エジプト/小学校教育/  
2017年度1次隊・千葉県出身



### PROFILE

武蔵野美術大学で油絵を専攻して卒業。千葉県の高校で美術と工芸を7年間教えた。卒業生を送り出したタイミングで、中学生の頃からの夢だった協力隊に参加し、エジプトで活動した。任期終了後の2020年にエジプトで、貧困家庭支援のための農園「ルクソールファーム」の立ち上げに尽力。現在はフリーランスでデザインの仕事をしながら、エジプトと日本を歩き来している。

## 美術の授業を担当したが教材はほぼゼロ 廃材利用などの工夫で生徒に作る喜び伝える

高校の美術教師だった弓矢結実乃さんは、2017年7月からエジプトに派遣された。カイロのエル・ワイリー地区にある教育事務所に配属され、小・中学校や高校を巡回して図工や美術の指導を行った。

同地区はカイロ中心部から外れた庶民的な雰囲気のエリアで、人々は真面目で優しくかった。しかし、隊員が住める状態の物件探しに難航し、結局、カイロの隣に位置するギザ県の物件に落ち着いたのは赴任半年後で(※)、配属先まで地下鉄で1時間かけて通勤することになった。

派遣の1年前にはEJEPが締結され、特活を中心とした日本式教育の導入が始まったばかり。弓矢さんの赴任時はまだ受け入れ態勢が整っていなかったため、現地の学校20校ほどを訪問し、授業を見学しながら活動先を探るところからスタートした。

「見学して驚いたのは、教材の少なさでした。生徒が持参した画用紙と色ペンで絵を描く程度で、工作は先生が作ってみせるだけ。生徒一人ひとりが手を動かす機会や環境が整っていませんでした」

さらに観察すると、ハサミで円を切り抜く、折り紙を正確に折る、といった手や指先を細かく器用に使う能力が十分に育っていないことにも気づいた。また、生徒たちは活発で積極的に手を挙げたりするが、静かにする、席に座って待つ、など授業にふさわしい秩序を保つことが苦手なようだった。

行き先を4校に絞って活動するようになると、先生たちが必ずしも日本式教育の導入に意欲的ではないことも見えてきたが、教育への考え方はすぐには変えられない。そのため弓矢さんは、今自分にできることとして、目の前の子どもたちの器用さや社会性を育てることに集中した。

そして「廃材を活用し、全員が1人1つの作品を作ること」を目標にした。家庭から発泡スチロールの食品容器を集め、ペットボトルキャップと組み合わせてスタンプを制作し、A4版コピー用紙を正方形に切って折り紙として使用した。「折り紙で紙風船を作ってみせると『紙からボールができた』と皆びっくり。ぴよんぴよん跳ねる折り紙のカエルも大人気

でした。ですが、自分で作ってみるとなると、小学4年生でも端をそろえて紙を折ることが難しいようでした」

やがて一人の男子生徒が紙風船を折れるようになり、他の子に教えるようになった。弓矢さんはその生徒に「折り紙先生」の役割を与え、他にも、教材を配る係、騒がしい子を注意する係などの役割を班ごとに決めた。生徒が自分の役割を持ち、クラスに所属している意識を感じてもらうことは、特活の重要な目的の一つだ。

18年からは、EJSでの日本式教育の実施が本格化した。弓矢さんは同期隊員たちとチームを組み、エジプト中のEJSを訪問し、現地の先生たちに日本式教育や日本文化を伝えて回った。

特に効果があったのが「掃除」だ。エジプトでは、掃除は社会階層の低い人の仕事とされ、当初は子どもに掃除をさせることに不安を感じる保護者もいたようだ。ところが、数カ月たつと、「家でお手伝いをしてくれるようになった」「父親が町でポイ捨てしたのを見て注意するようになった」など、保護者からの感謝の声が届くようになったという。



どの巡回先の学校でも日本の折り紙は人気だった。最初はきれいに折ることができなかった生徒たちも、繰り返すことで器用さを身につけていった

## 選手たちの文化・宗教を受け入れつつ 守るべき柔道の礼節を根気強く伝え続けた

2022年11月、天理大学・奈良県天理市・JICA関西センターは、開発途上国での国際協力推進と人材育成を目的として、三者間で連携覚書を締結。その一環として、天理大学柔道部の学生・卒業生をJICA海外協力隊員としてエジプトに派遣することが決まった。その第1号が同部のOBで、海外で指導経験を積みたいと考えていた門田優吾さんだった。

任地は首都カイロ。人も街も活気にあふれ、「騒がしい」というのが第一印象だった。練習拠点であるオリンピックセンターには同時に2試合を並行できる畳の道場があり、環境には恵まれていた。指導対象となる柔道ナショナルチームは男女合わせて約100人。そのうち50～60人を対象に、日中3時間、夕方2時間の練習を行った。ラマダン期間中

※派遣国での住居について…適切な住居のない期間も、現地のJICA事務所が安全な仮の住まいを用意します。



赴任当初はアラビア語で細かく指導することが難しかったため、門田さんは英語を使ったり、自分が動きを見せたりして選手に技を伝授した

は断食の影響で練習時間が22時から翌1時までとなり、「慣れないうちは時差ボケのような状態が続いた」という。

「日本では寡黙に稽古に取り組み、自ら課題を見つけてクリアしていくのですが、エジプトの選手は皆が『私を見てくれ！どこが悪いか教えてくれ！』と主張してくるので戸惑いました。自分で考えようとする姿勢が弱いと感じたので、『自分で考えてごらん』と言いつけました」

エジプトの文化や宗教を尊重しながら、柔道の精神をどう伝えるかにも頭を悩ませた。例えば、ムスリムの選手が練習に遅れてきた時、「お祈りをしていた」と言われると、叱ることは難しい。また、エジプトでは握手とハグが一般的な挨拶だが、道場で選手がコーチにハグをすることは、門田さんには違和感があった。そこで選手から握手やハグを求められても、礼をしてからでなければ応じない姿勢を徹底。柔道の礼儀・礼節だけは譲れないと考えたからだ。一方で、畳を下りれば気軽にハグを交わし、食事を共にして関係を築いていった。

そのほか、畳まずに丸めた柔道着を抱えて道場に来る選手には、柔道着と帯をきちんと畳み、丁寧に扱う姿を見せ続けた。すると選手のほうから「畳み方を教えてほしい」と請われるようになり、次第に選手同士で畳み方を共有していった。

## かどたゆうご 門田優吾さん

エジプト/柔道/  
2023年度2次隊・兵庫県出身



### PROFILE

両親と兄が柔道をしていた影響で、3歳から柔道を始め、天理大学体育学部に進学後も柔道部で稽古に励んだ。先輩が海外の柔道家と英語で交流を図る姿を見て憧れ、自身はけがで長期間、練習できなかったが、その間に英語力を鍛えて4年時にはオーストラリアでの柔道指導も経験。海外での指導者を目指すようになった。協力隊員としてエジプトで活動し、任期終了後の2026年2月からモンゴルのクラブチームで柔道を指導している。

「赴任当初は、単に日本から来た柔道がうまい人という程度に見られていましたが、マナー面の指導を徹底したことで、コーチとして認めてもらえたと感じています」

さまざまな大会に帯同する中で、エジプトチームはアフリカ大会では上位でありながら、世界大会やオリンピックでは結果が振るわないという現実も見えてきた。特に延長戦になると負けてしまう選手が多いことから、スタミナ不足が問題だと見た門田さんは反復稽古を減らし、実戦的稽古を増やす方針に転換した。当初は「疲れた」「体が痛い」と反発していた選手たちも、続けるうちに持久力がつき、粘り強く戦えるようになった。延長の末に勝利した選手が試合後、「息が切れなかった」と嬉しそうに報告する姿に手応えを感じた。

女子選手にも課題があった。ムスリムの習慣で、男性とは組まない女子選手もいて、十分な練習相手が確保できていなかった。そこで門田さん自身が毎日の練習相手を務めた結果、78kg超級のサファ・ソリマン選手が24年の世界ジュニア柔道選手権でエジプト初の銅メダル獲得という快挙を遂げた。

派遣前は「自分が学んできたことを伝えればいい」と考えていた門田さんだが、現地の文化や価値観、人々の性格を理解し、受け入れる部分と譲れない部分のバランスを取ることが大事だったと振り返っている。

## 活動の舞台(裏) — 活動の疲れを癒やしてくれた見知らぬおじいさん

エジプト人の性格について聞くと、取材した方々が口をそろえて言うのが、「底なしに優しい人々」ということだ。弓矢結実乃さんは派遣前訓練中に、2017年に起きたエジプトでのコプト教会爆破事件の報道に触れ、現地に怖いイメージを持った。ところが実際には違ったと振り返る。

「活動や人間関係に少し疲れた時、とぼとぼと街を歩いていると、見知らぬおじいさんが、『あんた、お茶飲むか?』と話しかけてきたのです。身なりは裕福ではなさそうでした。『たぶん私はあなたよりお金を持っているから、おごってもらうわけにいかない』と断ったのですが、『いや、飲んでいきなさい』と譲りません。なぜかと聞くと、『それが私の“責務”だから遠慮することはない』と。結局、おじいさんが買ってくれた紅茶を道端で二人で飲みました。イスラム教には人に親切にするという教えがあり、おじいさんの言葉になんだかほっこりしました。優しくされた側も、した側も喜び感謝する。そんな温かいやりとりで心が救われました」



エジプトの繁華街には、路上の椅子に腰かけてゆっくり紅茶やコーヒーを飲むスタイルのカフェが多くある

# お悩み相談

アドバイスを聞きました!

## 今月のお悩み

住民向けに環境関連のワークショップを催していますが、興味を持って集まってもらうことが難しいです

(アジア/環境教育)

環境教育隊員として、任地の人たちにゴミ分別や生ごみコンポストのことを伝えようと、コミュニティや学校にアプローチしています。以前から役場やNGOなどが環境配慮の重要性について広報を続けているので、住民の理解も一定程度あるはずなのですが、ワークショップを実施すると、同僚や知り合いがわざわざ来てくれるだけです。町の住民に広く働きかけるにはどう声かけをすればよいのか、困っています。



## 若尾先生からのアドバイス

現地の人はメリットをシビアに見ているので、どんな良いことがあるのか具体化するように意識しましょう

私は隊員時代、グアテマラの農山村で有機肥料の普及や廃油せっけん作りなどに取り組んだので、活動当初からよく人を集めようと試みていました。その時に人が来てくれたのは、同僚の農業普及員が根回しをしてくれていたことに加え、日本人が来るという“物珍しさ”もあったのでしょう。それは活動序盤のスタートダッシュとしては利用するとよいと思うのですが、時間がたてば飽きられて、「またあの日本人が来たけれど、特にメリットはないから参加しなくていいや」となってしまいます。

本当に興味を持って集まってもらうには、彼らにとってどれだけメリットがあるのか——端的に言えば生活がどれだけ潤うのか、ということをしっかり伝える必要があります。いくら有機肥料を作ろうと呼び掛けても、農民からすれば、化学肥料で野菜が早く育って多く売れたほうが好ましいですから、有機肥料に転換していくら儲かるのか? コストがどの程度浮くのか? といったことを具体的な数字で伝える必要があるわけです。

実は私も隊員時代にはそうしたアプローチをしておらず、そのせいで人が思うように集まらなかったのだと反省していますが、廃油せっけんは主婦たちに市場価値がわかりやすく、興味を持たれやすかった印象です。具体的なメリットを訴えるために有効なやり方の一つが、住民の日々の暮らしについても数字などの形で“見える化”することです。そして、例えば毎月10ドルの支出のある人に対して「このやり方を取り入れると支出が8ドル

に抑えられます」と言えば関心を持ってもらえますよね。

より短期的・直接的なメリットの提案としては、ワークショップや集会の場で昼食を提供するなど、“ニンジン”をぶら下げることもよいでしょう。私は現在、日本で地域づくりに関わっていますが、真面目な勉強会では住民は集まりにくいので、やはり参加すること自体が面白そうと思われるような仕掛けづくりや広報を意識しています。食事まで出すのはお金の力で釣っているようで抵抗を覚えたり、住民の自主性を損なうのではないかと危惧したりするかもしれませんが、イベントで食事を提供したりするのは途上国ではよくある習慣なので、懸念は一旦横に置いておきましょう。そこからスタートして実績を重ねていくことが大切なので、柔軟に考えてみるとよいかと思います。

今月の先生 **若尾健太郎**さん

グアテマラ/村落開発普及員/  
2004年度3次隊・東京都出身



大学卒業後、IT企業を経て協力隊に参加。グアテマラの農山村で活動し、当時発生したハリケーン被害に際しては復興支援のため植林プロジェクトを主導した。帰国後の2008年から群馬県のNPO法人自然塾寺子屋に3年間勤務し、国際協力や農業の分野で経験を積む。また、高崎経済大学大学院の修士課程で地域政策を学び、12年に地元の東京都西東京市で株式会社ユニココを起業。地域づくりの支援やコーディネートなどに取り組む。

Text & Photo = 飯淵一樹 (本誌)

日本でも、世界でも――

# 協力隊と “応援者”たち 共にある



前号に引き続き、特集ではJICA海外協力隊を応援してくれている方々にお話を伺いました。「協力隊を育てる会」「佐賀県国際交流協会」など、日本社会から協力隊事業や国際交流に関わる団体の代表者による、派遣前の研修現場の訪問やトークの様子をご紹介します。隊員の方が活用できる支援事業も取り上げているので、こちらもチェックしてみてください。

Text= 飯淵一樹（本誌 P9-13）、阿部純一（本誌 P14-15） Photo= 飯淵一樹（本誌） 写真提供= ご協力いただいた各位





協力隊を育てる会・明石会長が訪ねる

# グローバルプログラムの現場

1976年の発足以来、50年間にわたって協力隊事業への支援を続けてきた一般社団法人 協力隊を育てる会。今回、「グローバルプログラム(派遣前型)」(以下、GP)で実習中の候補者を同会の会長が訪ねた際の様子を紹介する。



あかし しょういち  
明石要一 会長

## 一般社団法人 協力隊を育てる会

「民間の立場で広く国民に青年海外協力隊事業への理解を求め、協力隊事業に対する民間の支援の輪を広げていく」との目的を掲げて1976年に発足した団体。現職参加推進や各種イベントでの相談対応といった派遣前の段階から、小さなハートプロジェクト(詳細はP14へ)などを通じた派遣中隊員への支援、帰国隊員への助成金事業の実施など、各フェーズで協力隊事業を支える取り組みを行っている。



JR佐賀駅から車で1時間弱、佐賀県佐賀市の北端に位置する三瀬村は、山々の間に田畑が点在するのどかな山村である。人口は村内3つの地区を合わせて1,000人余りで、多くの自治体の例に漏れず少子高齢化などの課題を抱える一方、他の地域からやって来て農業などに取り組む移住者もいる。今年3月、この三瀬村でGPに取り組む筒井愛紗さん(ベナン派遣予定/コミュニティ開発/2026年度1次隊)を、協力隊を育てる会の明石要一会長が訪ねた。

2024年に就任した明石会長。自身は協力隊経験がなく、派遣前の候補者の実習・訓練の場をじかに見ることは今回が初めてだ。教育社会学を専門として長年にわたって千葉大学で教壇に立ち、また、千葉県地方創生総合戦略懇談会の会長を務めるなど日本の地方創生にも心を砕いている会長にとって、新卒参加でまだ大学在学中(取材時)の若者世代である筒井さんが地方で活動している様子を視察することは貴重な機会でもあった。「GPの現場の様子については詳しく知らないので楽しみです。なぜ協力隊に参加したのか、なぜGPでの活動を選んだのか。そうしたことについて、生の声を聞くことができればと思っています」



筒井さんの出身地は千葉県。GPでの実習先を選ぶにあたって、全く縁がないという佐賀県を選んだのはなぜか。「一度も来たことがない県なので、“初めて訪れる土地で、何もわからない中、自分のできることを探す”という、協力隊員としてベナンへ派遣された後と同じような体験ができるのではないかと考えました。それに加えて、九州ということで暖かくて過ごしやすい気候という漠然としたイメージがあったことも理由の一つですが、来てみると、たまに雪も降るような寒い場所でした(笑)」

GPでの活動拠点となっているのは、この三瀬村で約20年前に開業した「農家民宿 具座」。古くから建つ農家の建物を活用した民宿で、いろいろや五右衛門風呂など、昔ながらの風情をそのまま生かした施設となっている。宿泊だけでなく農業体験などの各種体験プログラムも提供しており、国内のみならず国外からも多くの人々が訪れるという。筒井さんはこの民宿の宿泊客対応など日々の業務に携わる一方、宿の外にも積極的に出て村内の人々と関わり、地域の保健センターなどを介して高齢者と関わることにも力を入れている。

「これまで高齢の方たちと関わる経験があまりなかったのですが、地域活動で一緒に手足の体操などのレクリエーションをしたり、昔の三瀬村の様子について聞かせてもらったりして接することは楽しい体験です。最初は方言もさっぱりわからず驚きましたが、2カ月ほど暮らして少しずつ上達してきました。突然よそから来た私のことがどう思われるのか不安でしたが、『よう来んしゃったねえ』と包み込むように受け入れてもらえて、地域の温かさを感じています」

赴任予定のベナンでは、コミュニティ開発隊員として農業を通した住民の収入向上・生活改善のための活動をする予定だという筒井さん。

GPを通じて得た気づきについて明石会長が尋ねると、「改めて話をすると、一緒に何かの作業をしながらコミュニケーションを取るほうが私に合っているとわかりました。特に、地域の一員として溶け込むならば、やはり共に地域活動やサークルの類いに参加して自分の顔を知ってもらうことが大切なのだと、このプログラムで実感しました」と振り返り、「土を触ることが楽しいと感じているので、まずそういう楽しさをベナンの人々と分かち合い、そこから徐々に地域課題に踏み込んでいきたい」と活動への展望を語った。



つっ い あい き  
筒井愛紗さん

ベナン派遣予定/  
コミュニティ開発/  
2026年度1次隊

長らく千葉県で教育に携わってきただけに、「千葉で育った方がさまざまな経験を経て、協力隊に行かれるというのは素晴らしいことですね」と嬉しげに話す明石会長。

そんな筒井さんが協力隊を志すに至った経緯は中学生時代にさかのぼる。元々負けず嫌いでどの教科にも熱心に取り組む性格だったというが、特に中学校で初めて学んだ英語には楽しさを感じて積極的に学び、千葉県立成田国際高等学校に進むと、英語を使って海外の人々と関わる仕事に就くという将来図を持ち始める。さらに進学した津田塾大学の多文化・国際協力学科で国際協力について学び、今後の進路を模索するため、実際に途上国の現場を経験したいと考えて3年生の秋に協力隊に応募。3月に大学を卒業して派遣前訓練に入る。

「一介の大学生という立場で、こうしてGPで知らない土地に入ってみると、自分にできることの少なさを実感してもどかしい思いもあります。協力隊での2年間を経て、自分自身をもう少し成長させたい。そして、胸を張って三瀬村に戻ってきて活動報告ができるよう、精いっぱい活動したいと思っています」と話す筒井さん。三瀬村での暮らしを通じて、自身が地元のことをあまり知らないことにも改めて気づかされたという。

「町の歴史についてはいくらか学んでも、今のような人がいて、どのような地域活動をしているのかは全くわかりません。むしろ、三瀬村の事情のほうがよく知っているくらいです。少子高齢化の課題は私の地元にも共通しているでしょうし、この活動を経て、自分の生まれ育った地域にも目を向けたいと思うようになりました」

隊員候補者の活動を間近に見た明石会長は、その生の声を聞いて大いに刺激を受けた様子で「派遣前訓練など、今後の様子も引き続き追っていききたい」と話す。「“応援者”たる協力隊を育てる会の代表として協力隊事業に対する日本国内での理解促進も強く意識しており、「筒井さんの国際協力への興味のルーツが

中学時代にあると聞いて、大きなヒントをもらったと感じています。そうした世代へのアピールも含め、今後もさまざまな形で協力隊を支援していきたいと思っています」と意気込んだ。

1 2 昔ながらの農家の建物が生かされていて、浴室は五右衛門風呂。筒井さんもかまどで火をたくことがあるという

3 民宿を運営する藤瀬吉徳さん(写真右から2人目)とみどりさん(左端)夫妻



## 佐賀で協力隊を支える方々に伺う

# 地域の取り組み

今回、佐賀県を訪ねた明石会長。県内で協力隊事業に深く関わり、国際交流や国際理解の後押しに尽力している2団体の代表と語り合った。



こはらよしひみ  
小原嘉文 会長

### 佐賀県協力隊を育てる会

協力隊を育てる会の各県組織の一つとして2008年に設立された団体で、募集・広報への協力や帰国隊員支援など、JICAボランティア事業を支える活動を行う。小原嘉文会長は、1983年に県の認定NPO法人地球市民の会の発起人に名を連ね、国際交流団体として協力隊事業への支援にも長年携わってきた経験を持つ。



くろいわはるじ  
黒岩春地 理事長

SV/セントルシア/コミュニティ開発/2016年度2次隊・佐賀県出身

### 公益財団法人 佐賀県国際交流協会 (SPIRA)

1990年、県の国際交流を促進するための組織として設立された。近年は佐賀県内の在住外国人支援や多文化共生などの事業に力を入れる。2018年に就任した黒岩春地理事長は県庁職員時代にSPIRA設立を後押ししたほか、県庁の職員採用に協力隊OV特別枠を設けることに尽力。自身も県庁を定年退職した後の16年より協力隊員を経験している。

——佐賀県での国際交流・国際理解の取り組みの特徴を伺えますか? (※聞き手は編集室)

**小原** 30年ほど前は佐賀県庁に国際課さえなかったのを、ゼロから部署を立ち上げて盛り上げてきたのが、当時県庁職員だった黒岩さんです。そして全国の都道府県で初めて職員採用の際に協力隊OVの特別枠を設けることにも尽力しました。

**明石** それはすごいことじゃありませんか。

**小原** 私たちが佐賀県協力隊を育てる会としても残念に思っていたのは、せっかく県出身の協力隊OVの中に有為の人材が大勢いるにもかかわらず、やる気があればあるほど帰国後の就職先を県外に求めて去ってってしまうことでした。そうした中で県庁での採用枠ができたことは大きな動きでした。

**明石** どうして佐賀県でこうした試みが実現したのか、ぜひ伺いたいです。それがわかれば全国いろいろな場所で同じことができるかもしれないと思うのですが。

**黒岩** 佐賀県の特徴としては、県庁と佐賀市、われわれ国際交流協会、各種の市民社会組織、NPOに至るまで、かなり一体感を持って働ける風土があります。一つのきっかけは、2004年に地方交付税が大幅にカットされた時、全ての行政サービスについて民間への委譲や共同運営の可能性を徹底的に検討した「協働化テスト」でしょう。数年間の限定的な社会実験のようなものでしたが、県内のNPOなど多くの団体と侃々諤々の議論をすると、私たち行政マンが把握できない情報を民間団体がよく知っているのだとわかってくる。それが、官民で上下の関係なく協働する意識の土台になったのだと思います。

**明石** 今、県内でSPIRAがこれほど活躍できている背景が理解できました。佐賀県協力隊を育てる会とSPIRAはかなり交流を持って活動しているわけですか?

**小原** 昨日も募集説明会で一緒でしたね。ベースにあるのは、当県の認定NPO法人である地球市民の会が約40年にわたって取り組んできた国際交流活動かと思います。過去には夏休み中の留学生に九州の地方へ来て過ごしてもらう「小さな地球計画」や韓国の学生を佐賀県でのホームステイに招く「かちがらす計画」などを行っています。

**明石** 協力隊だけが特別なだけでなく、佐賀県下では長年にわたる国際協力の種まきがあるわけですね。この事例はまさに数十年の歴史の土台があって、簡単によそでマネできるものでもなさそうに思えますが、他の地域などでどう紹介できるでしょうか?

**黒岩** 一番大切なのは土台で、それは県と市、国際交流協会、NPO・NGOなどが横並びになった状態です。先日、地球市民の会の旗振りで能登半島の復興支援に行きましたが、私たちSPIRAや、佐賀県庁、大学などからも参加しています。石川県国際交流協会の方には、そのようにバラバラなメンバー構成で来たことに驚かれましたが、そうしなければ多様な主体の協働・共生は難しいと考えています。肝要なのは行政側が偉ぶらず、民間と一緒に泥だらけになって取り組む姿勢です。組織づくりに対する意識の問題であって、どの都道府県でも同じことができるはずです。

—— 県庁でのOVの採用を後押しした背景は何だったのでしょうか？

**黒岩** 県庁職員として毎年1人はOVを採用できないかと考えた時、私は県庁の総務部長でした。県内には大きな企業がなく、主たる就職先の一つが県庁になります。優秀な人が大勢やってくるのですが、一人ひとりの県民に向き合って泥くさく働くことは、ただ頭が切れるだけでは難しい。きちんと相対して話し合い、相手の心を動かして協力を得る底力を持つ人材が必要だと感じていました。いわば、エリート集団の中に“野生児”を入れようと考えたわけです。

私は県の国際部門に勤めていた時期が長く、表敬訪問や壮行会を通じて隊員たちと交流を持っていたのですが、活動の成否はともかく、誰もが言葉も文化も違う土地で必死になって会話を試み、信頼を得ようと努力している。その姿勢が県庁の職員に必要なと思いました。

**明石** 特別枠で入庁したOVのその後も気になりますね。

**黒岩** 総合職で9人採用され、転居により退職した1人以外は今も県庁に勤務しています。ほぼ全員が係長になっていて、今の国際係長もOVです。当時、人事課に頼んで、入庁してくるOVを3年間は国際部門に配置しないようにしていました。県庁のキャリア職員として働くには法律をはじめとして他にも学ぶべきことが山ほどあるので、そうした経験を積んでもらいました。皆それぞれ頑張ってくれていますが、いわゆる“県庁マン”とは雰囲気の違いですね。特に、何が県民にとって良いことかという方向に意識が向いていて、良い仕事をしています。

—— 帰国後の協力隊経験の生かし方についてご意見をいただけますか？

**小原** やはり協力隊経験というものは特別視されることが少なからずあるでしょうから、誇りを持って日本社会の中でガンガン話してほしいと思います。話さないと周りにもわかりませんから、多少厚かましいと思われても、遠慮せず周りに経験談を伝えるのもよいのではないのでしょうか。聞く側も、案外嫌ではないと思いますよ。

**黒岩** 私も、経験談は積極的に話してほしいと思います。必ずしも活動が思うようにいかなくても、現地で信頼関係を築こうと2年間努力した精神は立派なものです。胸を張り、そして目を輝かせて「自分はこんな所に行った。うまくいかないこともあったけれど頑張った」と自分の経験を語ってほしい。そうすると、それを見聞きした誰かがまた、協力隊にチャレンジしようと思ってくれるかもしれません。

**小原** “青年”海外協力隊からJICA海外協力隊へと改称されたことも影響しているのか、最近では県内の募集説明会などに年配の方も多く来ていただいている印象です。県庁を定年退職してから協力隊に参加した黒岩さんもそうですが、長年の社会人経験の中で培った知識・技術を途上国で生かそうという方々に対して“育てる会”というのは少しおこがましい気もしますね。“応援団”などと団体の名前を変えなければいけないかな、と思ったりもしています。





現地の人々の困り事の解決に活用したい

## 協力隊を育てる会の 「小さなハートプロジェクト」

派遣国で生活を送るうち、配属先の活動以外にも、地域の問題点が見えてきて、「これさえ改善できれば、より良い生活ができるはず」「こんな設備があれば、より質の高い教育が受けられる」といった課題に気づくことがあるだろう。そこで活用を考えたいのが、一般社団法人協力隊を育てる会が実施している「小さなハートプロジェクト」である。

同プロジェクトは、そうした際に資金の面で隊員を手助けする事業だ。1991年に開始されて以来、2026年4月現在で600件以上が実現してきた。例を挙げると、「卓球を通してスラムの子どもたちに明るい未来を(ウガンダ)」「床から机へ、小学生の学びを変える(タンザニア)」「ミシンを使って女性たちの自立を目指す(セネガル)」などだ。

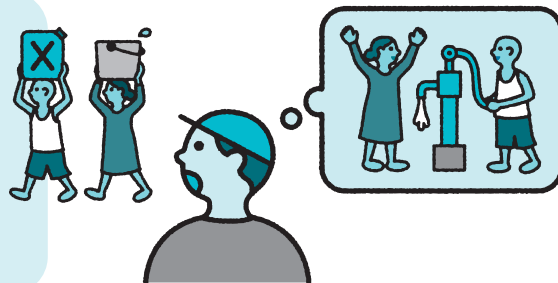
プロジェクトの立案から実現までにはいくつかの段階と押さえておくべきポイントがある。詳しくは同会のウェブサイト参照してほしいが、以下で概要を紹介する。

小さなハート  
プロジェクト  
の詳細はこちら



### 小さなハート プロジェクト 実施の流れ

- 生活の質の向上などに寄与するもの
- 識字教育や教育施設の設備改善
- 基本的な生活ニーズを満たすための技術指導など



まずは各国のJICA事務所・支所に相談し、本来の協力隊活動に支障がないかなどを検討してもらい、許可を得た上でプロジェクトに取り組む。

課題解決のための  
プロジェクトを  
立案する

申請書を作成する

JICA事務所・支所を通じて  
協力隊を育てる会に  
申請する

#### 担当者からのアドバイス

プロジェクト立案では、現地コミュニティを巻き込みよく相談して考えましょう。また、申請書作成では、プロジェクト対象をよく観察し、①支援の妥当性、②プロジェクトの有効性、③帰国後の継続性という3つのポイントを盛り込みましょう。



プロジェクトを立案した背景や目的、期待される効果、実施スケジュール、概算費用など必要項目を記入

申請から支援金が届くまでは最短でも4カ月。スケジュールには余裕を

小さなハートプロジェクト活用事例

ウガンダ奥地の私設学校に  
図書館を建設し教科書を寄贈

おたけんじ  
太田健司さん

ウガンダ/小学校教育/2021年度1次隊・東京都出身



公立中学校の教壇に立つ中で、自分で経験したことを生徒に伝えたいという思いが強くなり、協力隊に参加した太田健司さん。ウガンダの首都カンパラからほど近いルウェロ県の小学校に配属された。同校の教頭が設立に関わった貧困地域のコミュニティスクールを案内してもらったことが、小さなハートプロジェクト活用に至るきっかけになった。「その学校は配属先より奥地のカベンベ村という水道インフラもない村にありました。とても簡素な建物で勉強している子どもたちの姿に衝撃を受けました」

村の子どもたちが通える距離に学校がなく、貧困家庭も多いことから、地元有志が立ち上げて運営している学校だった。太田さんは「この子どもたちのために自分にできることはないか」と教頭や先生たちと相談した上で、教科書を寄贈し、それを収蔵する図書館を造ることにした。学校に教科書がほとんどないため、先生たちは記憶に頼って授業を行っていたからだ。

配属先での活動でない以上、JICAの現地業務費は使えない。太田さんは派遣前訓練の

ガイダンスで聞いた「小さなハートプロジェクト」を思い出し、企画調査員（ボランティア事業）に相談して申請することにした。現地関係者による出資や協力も含めることで必要な金額を確保できる計画だったが、審査を通らない場合も考え、先生方には確約はできないことも伝えた。

無事に審査が通り、図書館の建設がスタートしたが、現地の建設業者との協働が太田さんを悩ませた。

「今週中にレンガを積み上げると約束して、週末に現場を見に行くと、一つも積まれていない。最初は怒ってしまったこともありましたが、常識が違うのだと受け入れ、焦っても仕方ないと思えるようになりました」

完成は予定より3カ月近く遅れたが、「図書館も教科書も本当に喜ばれて、やってよかったと心から思いました」。

帰国後は再び中学校で教員を続けている太田さん。「ウガンダでの経験を伝えることで、先生みたいな活動をしてみたいと言ってくれる生徒もいて、嬉しく思っています」

1 カベンベ村にある学校「ディバインジュニアスクール」の教室。ボランティアで教えている先生もいる

2 完成した図書館の壁には、協力隊の仲間たちにも手伝ってもらい、子どもたちや保護者、先生方、地域の人たちの手形で虹を描いた



国際協力への知見が豊富な審査員が複数名で審査を実施

協力隊を育てる会が企業・団体・個人などに支援金を募る。隊員自身から心当たりの支援金協力者を提案してもらえれば、協力隊を育てる会から声がけ・説明もしている

小さなハートプロジェクトの活用事例はクロスロード2022年9月号でも取り上げているので、こちらも参考にしてください



協力隊を育てる会で審査が行われる

審査を通過したら支援金協力を募る

支援金の入金・現地でプロジェクトを始動

プロジェクトの報告

支援金の上限は3,000米ドルだが、申請額の10%は通信連絡費や送金手数料などとして引かれるため、送金額の上限は2,700米ドル。

※他に経由銀行・着金銀行での各種手数料がかかる場合があります。

最終報告書をプロジェクト終了時にJICA事務所・支所に提出する

スキルや意欲で道を開く

# 就職 ストーリー

協力隊で森林資源管理に興味を持ち、  
森林モニタリングの世界で技術を磨く

Text=油科真弓 写真提供=遠藤穂奈美さん



今月の先輩

えんどうほなみ  
遠藤穂奈美(旧姓 兼堀)さん  
ソロモン/環境教育/  
2017年度1次隊・静岡県出身

就職先 アジア航測株式会社

事業概要 航空測量・空間情報技術を基盤に、社会インフラ、防災、環境、都市計画など幅広い分野でコンサルティングを行う。森林モニタリングでは、航空レーザ測量や衛星データ解析を用いて森林資源を高精度に把握し、自治体などの森林経営計画を支援している。

## 遠藤穂奈美さんの略歴

1994年 静岡県生まれ  
2017年3月 酪農学園大学卒業  
2017年4月 酪農学園大学大学院入学  
2017年6月 休学し、協力隊員としてソロモンに赴任  
2019年4月 大学院復学  
2019年6月 ソロモンより帰国  
2021年3月 大学院修了  
2021年4月 アジア航測株式会社入社

酪農学園大学で野生動物について学んでいた遠藤穂奈美さんが国際協力に関心を持ったのは、協力隊経験のある教授の金子正美さん(マレーシア/村落開発普及員/1989年度1次隊、ほか)や卒業生たちから、協力隊の活動について聞く機会が増えたことがきっかけだった。さらに大学2年時に、野生動物の研究と女性支援を行う大学の講師が案内するケニアのエコツアーに参加。現地の子どもたちに、不要になった衣類などをプレゼントして満足している自分に違和感を覚え、「もっと何かできないだろうか」と国際協力への思いが高まった。そして、進学したばかりの大学院を休学し、協力隊に参加することを決めた。

配属先はソロモンの首都ホニアラにある国立の植物園。広大な天然林を含めて19haもの敷地を持つ同園での要請内容は環境教育の企画・立案、市民による利用の活性化、植物標本の管理と多岐にわたっていた。その中で遠藤さんは、ソロモンで深刻化する森林資源管理不足の問題に関するパンフレットを製作し地域で配ったり、小学校での植林デモンストレーションの実施や苗木栽培についての冊子の配布などに力を入れた。

活動を続ける中で、遠藤さんが特に改善すべきと感じたのは、ポイ捨てが常態化している園内のごみ問題だった。要請内容には含まれていなかったがそれを放っておけないと感じ、一人で園内のごみ拾いを始めたという。その姿が職員たちを動かし、最終的には大型トラック5台分ものごみを回収する清掃事業へと発展していった。自らの小さな行動が周囲を動かした経験は、遠藤さんにとって大きな手応えとなった。

活動中は帰国後に就職することも考えたというが、最終的に大学院復学を決めた。活動の中で社会人経験が



任地の小学校で、空きペットボトルを用いた植物の育て方を教えた遠藤さん。自作の「木を植えましょう」と題した冊子は、他の学校にも広く配布した

ある隊員との力の差を感じる度が度々あり、国際協力には確かな知識と技術が必要だという思いを強くしたからだ。大学院では金子さんの研究室に入り、「ソロモンの持続可能な森林資源管理」を研究テーマとした。隊員時代、活動でジャングルに入った際に、森林の健康状態や資源量などを把握しておくことの重要性を実感し、その手法を研究したいと考えたからだ。金子さんがJICAの技術協力事業「ソロモン国における持続的森林資源管理能力強化プロジェクト」に専門家として関わっていたことも研究を後押しした。そして大学院修了後、金子さんの推薦を受けて、森林計測を行うアジア航測株式会社に応募、入社した。

協力隊で活動し、大学院での研究対象でもあったソロモンとのつながりは個人レベルでは今も続いていて、今後も途絶えさせたくない、と遠藤さんは思っている。習得した森林計測の技術を武器に、再びソロモンの森林資源管理に貢献できるチャンスをつかむことが、将来の大きな目標となっている。

## 1 エントリーを決意 2019年12月

大学院1年目の時に、森林資源の調査などでは国内トップクラスの技術を持つ会社として、金子正美先生からアジア航測を就職先の候補として紹介してもらいました。森林資源管理を学んでいた私にとって、航空レーザ測量などスケールの大きい技術を持つ会社は魅力的で、研究内容とも直結していました。また、同社で働いている大学の先輩から会社について直接話を聞けたことで、ここで働きたいという思いを強くし、同社にのみエントリーすることにしました。

## 2 書類提出 2020年3月

履歴書と金子先生の推薦状を送付しました。志望動機には、協力隊での経験を通じて森林への関心が高まったこと、大学院では衛星画像を使った研究に取り組んでいたこと、管理が行き届かずに放置された日本の森林問題に関心を持つようになり、より深く知りたいと考えるようになったことを書きました。そして、国内で技術を磨き、将来は海外にも貢献したいという思いも伝えたと記憶しています。

## 3 面接 2020年4月

コロナ禍による緊急事態宣言が出される直前、住んでいた北海道から神奈川県の本社を訪れ、対面で面接を受けました。面接官は技術部長で、志望動機に加えて、協力隊での活動内容や文化の違いで働く中での工夫などを聞かれました。海外志向はありましたが、自分の実力不足を感じていることも話したところ、「国内でしっかりと技術を身に着けた上で、海外事業などのチャンスがあれば担当することもできる」と言われ、嬉しく感じたことを覚えています。翌5月、採用決定の通知をもらいました。

入社 2021年4月

## 現在の仕事

入社時からICT林業課に所属していて、入社後は、森林資源解析を専門とする上司の下で、小型飛行機からレーザを照射して樹木の量や高さを調べる航空レーザ技術を学びました。森林内での測量調査にも同行しながら、データ解析の基礎を一つひとつ身につけていきました。その後、出産・育児休暇を経て復職し、現在は航空レーザ解析に加え、衛星画像を用いた病木・枯木の調査も担当しており、両方の技術を使い分けて広域的な森林モニタリングの仕事に携わっています。2026年度からは衛星画像解析関連の会社に出向となるので、技術をさらに深く学びたいと思っています。



実際に森林に入り、ドローンや目視での観察や手計測などで木の状況を確認する「毎木調査」を、上司と共にいる遠藤さん

## 後輩へメッセージ

まず伝えたいのは、人とのつながりを何より大切にしてほしいということ。私自身、今こうしてやりたいことができているのも、現地での出会い、大学の教授や先輩との出会いからだと思っています。そして、皆さんは協力隊に参加した時点で、十分な行動力があるということも伝えたいです。周囲も同じ隊員ばかりだと気づきにくいかもしれませんが、異国の地へ飛び込む決断をしたこと自体が卓越した行動力の証しであり、そこで得られる経験は貴重なものです。隊員仲間には驚くほど“すごい人”もいれば、“変わった人”もいますが、彼らとも協力隊に参加したから出会えたわけで、そのつながりはきっと大切な財産になると思います。

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



**開** 発途上国の情勢や現地の暮らし、国際協力の取り組みなど、大手メディアがカバーしない多様な情報を発信するウェブメディア「ganas」を運営する長光大慈さん。記者活動を“究極のアクティブラーニング”として、国際協力を絡めて執筆スキルなどを教える研修・講座も開設する。

長光さんが特に途上国に目を向けるようになった原点は、若い頃の体験だ。高校時代に父親の転勤で渡米し、白人が多数派の学校で差別を感じる経験をした一方、帰国して進学した上智大学で出会ったフィリピン人留学生たちとは対照的に意気投合。単身で東南アジアを訪ねたこともあった。

「船で暮らすバジャオ族などさまざまな少数民族がいて、見たことのないような生活様式や独特の文化に魅了されました」

アジア関連の雑誌に現地体験を寄稿したことで書く仕事にのめりこみ、卒業後はアジア圏の経済情報を中心にニュースなどを邦訳・配信する日系メディアでの東南アジア駐在や、電力業界紙記者などを経て、2003年にフリーライターとなる。日本で忙しく働いていたが、再び途上国に関わりたい気持ちが募り、協力隊に応募。06年、環境教育隊員として赴任したのは、ベネズエラの人口3,000人ほどの村だった。

「アジアで働いていた時代から、政府や大企業などの周辺の世界よりも土着の生活の中へ入っていきたい気持ちがあったので、地方の村に派遣されて幸運でした」

現地での環境教育を模索する中、自らがしたいことを伝えようと自然や環境問題を主テーマにしたフリーペーパーを

“営業ツール”として制作。それが興味を引き、高校生や大人とフリーペーパーを作るようになった。紙面作りを通じて考える力も育む活動は成功し、高校生グループは州内の高校の課外活動を評価するコンテストで賞を受けるに至った。

任期終了後はアメリカのメディア企業 Devex の日本支社からの依頼で JICA 研究所 (現 JICA 緒方貞子平和開発研究所) の業務に携わった長光さん。他方、11年の東日本大震災の折、被災地支援をする NPO などをまとめた寄付先リストを Devex 日本支社のウェブサイトで公開すると、閲覧数が予想外に伸びた。「当時はミレニウム開発目標以降の国際協力も話題で、社会問題に関わる団体や、ひいては途上国が注目される機運を感じました。国際協力や途上国に関する媒体のニーズもあるのでとて考え、12年に始めたのが ganas です。スペイン語で“やる気”という意味の言葉を冠しました」。

運営母体としては NPO 法人開発メディアを創設し、ウェブサイトや SNS で情報を発信して日本社会に多角的・複眼的な視点を広げるという目標を設定。書き手はボランティア中心で、デスクもプロボノ (※1) が担う。多様な立場の人を束ねるには記者としてのノウハウや隊員時代のフリーペーパー制作の経験が生きたが、課題は収益化の方法だった。「有料記事は読まれないと確信していて、『読んでもらう』という前提を損なわずにどう売り上げを得るか頭を悩ませました」。

そこで考えたのは、記事は無料で広く発信し、体験プログラム類を有料で実施する形だった。13年に都内でフィリピン

## 途上国の「人」を通じて生の情報を日本に伝え、 世界に対する多角的な視点を育みたい

派遣から始まる  
未来

先輩隊員たちの社会還元



ウェブメディア「ganas」の制作や  
研修・講座の運営に取り組む

ながみつだいじ  
長光大慈さん

ベネズエラ/環境教育/2005年度3次隊・広島県出身

Text = 新海美保 写真提供 = 長光大慈さん



## 長光さんの歩み

の困窮邦人(※2)に関するイベントを行ったのが初の企画で、翌14年から開始した、途上国で実践型の研修を行う「Global Media Camp」は今も続く看板プログラム。今年春には、タイに逃れたミャンマー難民や、セネガルのスポーツ選手をそれぞれ現地で取材しており、8・9月にも次の回を計画中だ。その他、途上国について伝えながら取材・執筆スキルを指導する「グローバルライター講座」など、多様なプログラムを展開していて、年間受講者数は300人近くになる。

また、長期的な経済危機でベネズエラの人々が困窮する中、20年にオンライン語学講座「命のスペイン語レッスン」を開始。現地人を講師に迎えて受講料を報酬として送る仕組みだ。語学のみならず生の現地事情に触れることができ、途上国の人への支援にもなる講座は受講者から好評を博し、今は軍事政権下のミャンマー人や同国を逃れた難民たちから英語を学ぶ「ミャンマー英語サロン」も行っている。

今年で創設から14年たつganas。発信した記事は約2,000本、プログラムの予定もびっしり詰まっている。「ganasの記事は一貫して『人』にフォーカスしていて、プログラムでも海外の人と言葉を交わす体験を提供しています。私が活動したベネズエラなどの昨今の情勢に目を向けると、日本の報道やSNSでは、現地の庶民の声がほぼ顧みられません。ですが、ganasの記事やプログラムを通じて個々の人への関心や感度を高めた方たちは、より多角的な視点で世界を見てくれるはず。それが大切なことだと思っています」



2



3

1 隊員時代の長光さんと学生たち。「赴任直後は“営業”を兼ねているいろんな場所へ出向いてプレゼンやワークショップをしました」2 ミャンマー英語サロンのミャンマー人リーダーが来日した際の交流会。日本で途上国との関わりを持てることもganasのプログラムの特徴3 ベナンでのGlobal Media Campでブードゥー教の指導者に取材する様子。現地に深く入り込む取材が魅力で、これまでに10カ国14カ所で計47回開催している

途上国・国際協力のメディア「ganas」のウェブサイト ▶



1994年 上智大学卒業後、タイで記者生活を始める



現地の経済ニュースを日本語で配信する日系企業「WIN HONEST PLANNING LIMITED」(現NNA、共同通信グループ)に入社し、タイやフィリピンの支局立ち上げに携わりました

1999年 帰国。翌2000年から「電気新聞」の記者として勤務

2003年 フリーライターとして独立

2006年 協力隊員としてベネズエラへ



任地では停電や断水が日常茶飯事。「物事がスムーズに進まないのは仕方ない」など、現地の感覚や事情を理解する意義を学びました。大人も含めてスペイン語の読み書きが苦手な人が多いことなど、現地で活動してみて初めて知ることも多々ありました

2010年 JICA研究所の業務に従事



JICA研究所の編集発信班で、ウェブサイトでのコンテンツ作成などを担当しました

2012年 NPO法人開発メディアを設立し、ganasを立ち上げる



「世界の8割を占める途上国・新興国を知ること、世界を知ること」との理念で、海外になじみの薄い人にも関心を持ってもらえるような情報発信を目指して立ち上げました。記者やコアメンバーには協力隊OVもいます

2020年 「命のスペイン語レッスン」を初開講



経済危機下のベネズエラ人を講師としてスペイン語を学ぶオンライン講座をスタート。2026年5月からは第16期のレッスンが始まっています

2022年 ganasサポーターズクラブを開設



クラブのテーマは「行動するメディア」。クラブのパートナー・サポーターたちにganasのプログラムの運営を担当してもらうことで、当人たちにもさまざまな学びを得てもらうことを狙っています。また、「青空ゼミ」として、彼らに登壇者として自身の経験などを話してもらうイベントも毎月行っています

※1 プロボノ… 職業上の経験やスキルを生かした社会貢献活動のこと、およびそうした活動をする人々のこと。  
 ※2 困窮邦人… 一時滞在者・永住者を問わず、海外に在留する日本人で生活困窮状態に陥っている人々を指す。

# INFORMATION

JICA青年海外協力隊事務局からのお知らせ

## REPORT

### 現職教員特別参加制度の帰国隊員が 文部科学省へ表敬訪問

3月24日(火)に、「現職教員特別参加制度」により各国に派遣され任期を終えて帰国した隊員が、文部科学省の福田かおる大臣政務官を表敬訪問し、それぞれの派遣先での活動について報告しました。同制度は現職教員が教員身分を保持したまま業務として協力隊に参加できるもので、教員の参加促進を目的として2001年度に創設されています。

福田大臣政務官は活動報告を受けて、同制度を利用して協力隊に参加したきっかけや日本の教育環境との違いについて意見交換をすると共に、派遣先での経験を生かした今後の日本の教育現場での活躍に対する期待を述べました。



写真左から、横田美紗子さん(バオオ/数学教育)、本間水月さん(マダガスカル/小学校教育)、廣田美海さん(マレーシア/障害児・者支援)、福田かおる大臣政務官、加治直弥さん(グアテマラ/小学校教育)、池田岳郎さん(南アフリカ共和国/理科教育)

## REPORT

### JICA海外協力隊帰国隊員奨学金 授与式を実施

3月5日(木)に、2025年度の帰国隊員奨学生として内定した10人に対し、奨学金授与式を実施しました。授与式では、奨学金修了生からの最終報告会やネットワーク構築のための懇親会も開催され、参加者が互いに励まし合う姿が見られました。今後の活躍にもご注目ください。

奨学金事業の詳細はこちら



授与式当日、内定者ら参加者一同(内定者のうち6人はオンライン参加)

## NEWS

### JICA海外協力隊の新制度 「科学技術協力隊」を開始します

JICAと京都大学(防災研究所及び大学院総合生存学館)は、3月12日(木)、メキシコとタイにおける科学技術力の向上を現地研究機関と共同推進することを目的に、全国初となる「JICA海外協力隊(科学技術協力隊)」に係る覚書を締結しました。科学技術協力隊はJICAが進める新たな取り組みで、日本の若手研究者を開発途上国の研究機関にJICA海外協力隊員として派遣し、派遣された隊員は、現地研究者と共同研究などを行います。研究者間の国際的な協働を促進し、ひいては知見や人材が往来する国際的な頭脳循環を後押しすることで、相手国と日本双方の科学技術力向上を目指します。



左から、村上 章京都大学大学院総合生存学館長、広沢正行JICA関西センター所長、堀智晴京都大学防災研究所長

## RECRUIT

### 企画調査員(ボランティア事業)公募予定

2026年度第1回選考の公募掲載中です。企画調査員(ボランティア事業)はJICAの在外拠点において、主にJICAボランティア事業に携わり、JICA海外協力隊の活動全般をサポートします。皆さまのご応募をお待ちしております。

- 応募受付終了日: 2026年5月7日(木)
- 募集人員: 約30名
- 契約期間: 2026年10月~2027年8月より2年間(予定)

26年度は公募選考を年度内3回実施予定です。詳細は募集要項をご確認ください。

詳細はこちら



## 編集後記

P9-15「特集」の小原嘉文さんと黒岩春地さんによると、佐賀県は青年海外協力隊を創設した末次一郎氏の故郷で、また古くは幕末期に佐賀藩主・鍋島直正が西洋技術の導入に力を入れるなど、外向きで新進の気風も特徴としているとのこと。実は協力隊との縁が深く、親和性があるのだという学びになりました。(飯淵一樹)

P24「私の派遣国生活」の丸山さんによると、マダガスカル人の気質は日本人と似ている点が多いそう。場の空気を読んだり、困っていると勝手に助けてくれたり、特においしくなくても思わず「おいしい!」とお世辞を言ってしまう(笑)、など。お互い島国なので「気遣い」の共通点があるのかもしれないね。(成松佳子)

# クロスロード

[2026年5月号]

第62巻第4号 通巻715号  
発行日: 2026(令和8)年5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  
デザイン: 亀井敏夫  
印刷・製本: 弘報印刷(株) 校正: 佐藤智也

隊員の皆さんから「みんなに紹介したい活動アイデア」「現地での出来事」などの情報や経験談も随時募集中です!

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お寄せください。  
『クロスロード』編集室  
crossroads@sojocv.or.jp



『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>



● 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。

# JICA 海外協力隊派遣現況

2026年3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	36	1
エチオピア	13	
ガーナ	30	
ガボン	11	1
カメルーン	17	
ケニア	40	
ザンビア	35	
ジブチ	8	
ジンバブエ	15	
セネガル	26	3
タンザニア	28	
ナミビア	11	
ベナン	15	
ボツワナ	16	1
マダガスカル	32	
マラウイ	27	
南アフリカ共和国	4	
モザンビーク	8	1
ルワンダ	28	1

## アジア地域

国名	一般	シニア
インド	9	
インドネシア	29	
ウズベキスタン	14	
カンボジア	28	
キルギス	30	1
ジョージア	15	
スリランカ	14	
タイ	37	1
タジキスタン	6	4
ネパール	24	3
バングラデシュ	2	
東ティモール	24	
フィリピン	21	
ブータン	21	1
ベトナム	36	
マレーシア	17	2
モルディブ	6	
モンゴル	27	1
ラオス	44	2

## 大洋州地域

国名	一般	シニア
キリバス	4	
サモア	12	
ソロモン	25	1
トンガ	16	1
バヌアツ	22	
パプアニューギニア	13	
パラオ	19	3
フィジー	7	1
マーシャル	11	2
ミクロネシア	20	1

## 欧州地域

国名	一般	シニア
セルビア	8	

## 中東地域

国名	一般	シニア
エジプト	16	
チュニジア	10	1
モロッコ	23	
ヨルダン	18	

## 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	7	10	1	
ウルグアイ	3			
エクアドル	23	1		
エルサルバドル	24			
キューバ		2		
グアテマラ	18			
コスタリカ	20			
コロンビア	22	2		
ジャマイカ	8			
セントルシア	9	1		
チリ	6	1		
ドミニカ共和国	22	1	5	
ニカラグア	16			
パナマ	12	1		
パラグアイ	22	4	4	1
ブラジル			47	
ベリーズ	10			
ペルー	29			
ボリビア	45	1		
ホンジュラス	21			
メキシコ	8	2		

## 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)	1,343 (486/857)	59 (43/16)	66 (21/45)	2 (2/0)	1,470 (552/918)
累計 (男性/女性)	49,310 (25,728/23,582)	6,754 (5,452/1,302)	1,698 (658/1,040)	557 (258/299)	58,319 (32,096/26,223)

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。

## 田舎町での生活を楽しませてくれた “同居人”は3匹のカエルたち

寺門香音さん

マラウイ／小学校教育／2021年度1次隊・京都府出身

私の任地はマラウイ湖に面したモンキーベイという田舎の町でした。住まいの玄関に入ってすぐのリビングは、元は屋根のない空間だったらしく、トタン張りの屋根も玄関ドアも隙間だらけ。そのため虫がたくさん入ってくるだけでなく、天井を見るとヘビが顔を出していたり、コウモリが壁を登っていたり、ネズミが床を走り回ることもありました。

生き物の中で特に私を楽しませてくれたのがカエルです。着任して1カ月ほどたったある時、シャワールームで水浴びしていると、カエルが排水口から顔を出しているのに気づきました。「なぜ排水口の中に？」と思いましたが、毎日私が水を浴びる午後4時ごろには必ずそこにいます。放っておくと、そのうちカエルは3匹に増えていました。

私は初めにいたカエルに「カエサル」、他の2匹

にもそれぞれ名前をつけて愛でていました。彼らとの同居が始まってから、帰宅して水を浴びる時には「ただいま」と挨拶していました。一つ不思議だったのが、彼らがどこから入ってくるのかわからないことでした。毎晩暗くなる頃に、玄関の隙間から外へ飛び出し、夜の村へ姿を消しているのです。

そんなある日、謎が解けました。早朝のまだ薄暗い時間、目が覚めて寝室から出た時に、カエサルが玄関ドアの隙間から帰宅するところに出くわしたのです。リビングを通り、1段高くなっているシャワールームにジャンプして入っていききました。「自分の家だと認識しているんだ！ちゃんと玄関から入ってきてるんだ！」と感動しました。

レジャー施設もない任地で、私を楽しませてくれた生き物たちを今も思い出します。

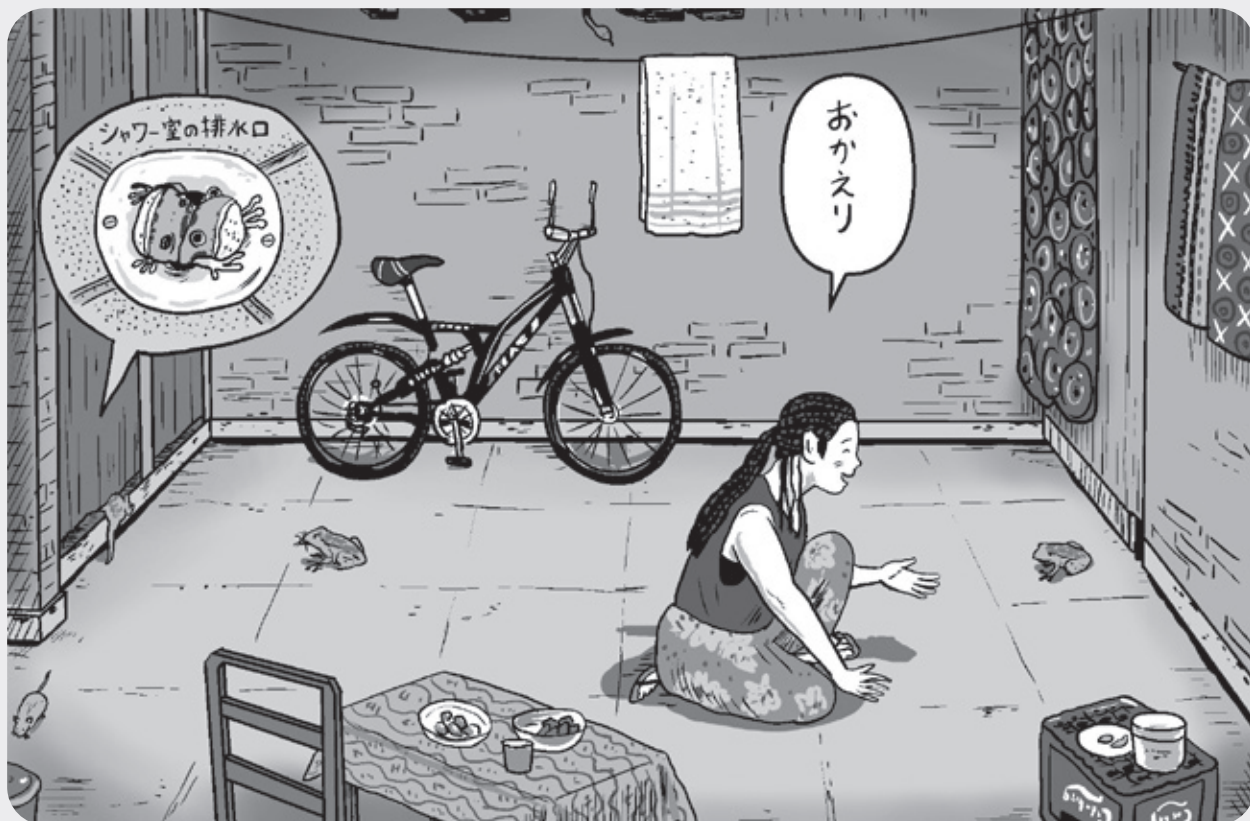


Illustration = 牧野良幸 Text = 阿部純一(本誌)

任地の食生活に彩りき!

# 隊員めし

## 今月の料理

エクアドル隊員から教わりました!

カリッと焼いたジャガイモからチーズがとろり

### ジャピンガチョス

教える人



わたなべやすこ  
渡邊靖子さん

エクアドル/理学療法士/  
2018年度3次隊・宮城県出身

大学で理学療法士の資格を取得後、総合病院のリハビリテーション科に勤務。その後、協力隊員としてエクアドルの山岳地域で活動。帰国後はその経験を生かし、タイのマヒドン大学大学院にてプライマリヘルスケアマネジメントの修士号を取得。修了後は夫の海外赴任に同行し、帰国後の現在は公益社団法人日本理学療法士協会に勤務。1児の子育てにも奮闘中。



カウンターパートの実家で食後のデザート作り



エクアドルでの活動の一環で、患者の自宅で運動指導をする渡邊さん



#### 材料 (2人分)

##### 〈ジャピンガチョス〉

ジャガイモ……………4個  
フレッシュチーズ(※)……………100g  
(その他の一般的なチーズでもよい)  
オリーブオイル……………大さじ1  
塩……………小さじ1/2  
小麦粉……………大さじ2  
(小麦粉はなくてもできるが、入れると崩れにくくなる)  
サラダ油……………大さじ2  
※フレッシュチーズ…熟成させないで食べるナチュラルチーズの一種。熟成させたチーズに比べ水分が多い。

##### 〈サラダ〉

赤タマネギ……………1/2個  
トマト……………1/2個  
レモン汁またはライム汁……………適量  
塩……………適量

##### 〈つけ合わせ〉

卵……………2個  
アボカド……………1個  
ソーセージ……………4〜6本  
レタス……………好みの量

#### レシピ

##### 〈ジャピンガチョス〉

- 1 ジャガイモの皮をむき8等分くらいに切り、鍋で水からゆでる(目安として10分ほど)。竹串やフォークなどで刺した時にスッと通るやわらかさになったらボウルに取り出す。
- 2 ボウルの中でジャガイモをつぶす。最初はフォークで大まかにつぶし、次にヘラなどで小さい塊をつぶしていくとよい。ペースト状になったら、オリーブオイルと小麦粉、塩を加えてさらに混ぜる。
- 3 ②をゴルフボール大の団子状に丸め、手のひらでつぶし、チーズひとつまみを中央に入れる。チーズが隠れるように外側のジャガイモで包み、円盤状に形を整える(6〜8個できる)。くっつきやすいので適宜、小麦粉など打ち粉を使う。
- 4 フライパンにサラダ油を引き、焦げ目がつくように中火で両面を焼く(目安として片面2分ずつ)。油が多いと崩れることがあるので注意する。また、底にくっつきやすいので、上げる時はヘラなどで底からすくう。

##### 〈サラダ〉

赤タマネギは薄くスライス、トマトは2〜3cmくらいの角切りにし、塩とレモン汁もしくはライム汁を加えて混ぜる。

##### 〈つけ合わせ・盛りつけ〉

卵は目玉焼きにして、ソーセージは炒め、アボカドは皮と種を除いてスライスする。ジャピンガチョス、つけ合わせ、レタス、サラダを皿に盛りつけて完成。

#### 料理について /

ジャピンガチョス(Llapingachos)は、先住民の言語であるキチュア語のLlapina「つぶす」に由来する料理で、家庭やレストランで日常的に親しまれています。外は香ばしく、中はホクホクとした食感が特徴で、中にチーズが入っているため食べ応えがあり、満足感のある一品です。私はこの料理を、職場の同僚と一緒に作ったことや、外来患者さんのご自宅を訪問した際にごちそうになったことがあり、特に印象に残っています。



公開!

# 私の派遣国生活

[マダガスカル]

写真提供 = 丸山果鈴さん Text = 新海美保



まるやま かりん  
丸山果鈴さん

コミュニティ開発/  
2024年度3次隊・北海道出身

## 暮らしている市、町、村

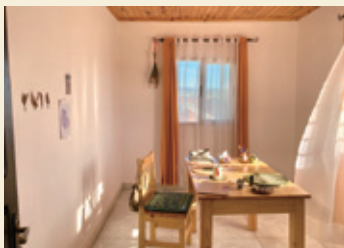


赤土の土壁で造られた家々とその背景に広がる棚田は、マダガスカルの中央高地ならではの風景

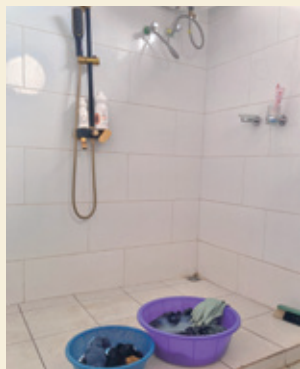
首都アンタナナリボから車で約2時間、人口2万人ほどの農村地帯のタラタウルヌンジ市が任地です。市民の7割が農業に従事し、稲作が盛んな地域です。棚田と遠くに見える山を背景に、レンガ造りの伝統的な家々が立ち並ぶ美しい町で、この牧歌的な風景を目当てに、週末には首都から観光客が訪れます。市内にスーパーマーケットはありませんが、農家の人が毎日町の広場で開く青空市は活気にあふれ、野菜や果物、肉や卵など種類豊富な食材が手に入ります。道路では車よりもゆったりと闊歩する牛車が多く、のどかな雰囲気が漂っています。



右上：道行く乗り物は牛車が多く、人や荷物を乗せてゆっくり移動する  
右下：毎週火曜日には大きな青空市が開かれ、野菜に加え、日用品や靴や服なども並ぶ



風通しの良いリビング。標高1,400mの任地は、夏は過ごしやすいが、冬に当たる5~10月の乾期は冷え込む日が多く暖房もないため、夜はダウンジャケットなど厚着をして早く寝る



「シャワーは水圧が低く水流は弱いですが、お湯が出るのでありがたい」と丸山さん。洗濯機はなく衣類は手洗い

## 住まい

DIYショップを経営する大家さん宅の3階で暮らしています。赴任当初は毎晩停電していましたが、行政の改善を訴える抗議活動が起きてからは停電の回数が減りました。窓には現地では珍しく網戸がついていますが、どこかに隙間があるらしく虫がよく入ってきます。またダニも多く、私は刺されると腫れやすい体質のようで、ひどい時は数十カ所も赤く点々と腫れてしまい、かゆくて眠れない夜もあります。衣類やシーツを熱湯消毒したり、アイロンをかけたり、虫除けスプレーをこまめに噴霧するなど対策を徹底するようにしています。

## 活動の様子

配属先はタラタウルヌンジ市役所ですが、ほぼ毎日、市内にあるコミュニティ型の研修施設で市民活動の支援のため、陶芸を指導しています。ここはNGOが設立した、地域や自然と調和する持続可能な暮らしをコンセプトとした施設で、国内各地から若者が集まり宿泊して研修を受ける一方、地元市民も研修に参加することができます。研修は農業・料理・家具制作などの班に分かれ、最近陶芸班が発足し指導者を探していたところ、日本で陶芸経験のある私に白羽の矢が立ったとのこと。粘土作りや火入れなど、陶芸の基本から指導を始めると参加者は徐々に増え、腕前もみるみる上達。今では作品の販売も行うほか、ここを訪れる市民や観光客らへの陶芸ワークショップなども実施しています。



上：陶芸を指導する丸山さん。鍋やかまどなどの収入に直結する実用品だけでなく、牛の置物など、参加者たちが好きな物を作る時間も大切にしている  
左：丸山さんが活動するコミュニティ型施設の一角。右奥の赤い屋根の建物が、昨年10月に完成した陶芸アトリエ

## 食べ物

稲作が盛んで米粉が安く手に入るため、朝食は自宅で作る米粉パンケーキが定番です。昼は活動先のコミュニティ内か市役所周辺で取りますが、市役所近くの食堂の、肉厚の牛タン煮込みと赤米のセットが安くおいしく、頻繁に注文するので店の人に覚えられたほどです。夕食は自炊で、市場で買った野菜や米を煮込んだ具だくさんスープで栄養バランスを取るようになっています。現地の主食は赤米で、3食米を食べる人も多い一方、かつてフランスの植民地だった影響で、フランスパンにポテトサラダなどを挟むサンドイッチも一般的です。



上：落花生と米粉を蒸した巨大な伝統菓子「クバ」や、名物のソーセージを売る屋台が道沿いに並ぶ  
下：「ラヴィットゥウ」(写真左上)は、キャッサバの葉を細かくたいて煮込んだマダガスカルの郷土料理



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  
公式インスタグラム  
JICA 海外協力隊のリアル  
お見せします



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

