

JOCV 千葉 OB 会報

2024年1月
No. 104

新年号

1. 年頭所感：会長挨拶

謹賀新年！ 2024 年を迎えました。今年はどのような年になるのでしょうか？ 振り返ってみますと 2020 年 1 月頃から新型コロナウイルス感染拡大によって日本や海外諸国において人々の活動は自粛が求められ行動が制限されました。ようやく昨年春にコロナ感染症が「5 類」扱いになり、人々の心の何処かに不安感はあるけれども多くの活動・行動が少しずつ緩和されてきました。

この間、JICA 海外協力隊隊員として現地派遣に希望を膨らませていた方々にとっても派遣待機/中止という事態は精神的に大変な状況にあったことと思います。

2022 年度から派遣前訓練が再開され訓練終了後は任地へ派遣されています。また、JICA 海外協力隊の春募集・秋募集が実施されており、一般案件並びにシニア案件職種別選考状況を見ると、2022 年春募集（同年 11 月 1 日時点）では一般案件要請数が 872 名に対し受験者数（第一希望、以下同様）1,314 名、シニア案件要請数が 70 名に対し受験者数（第一希望、以下同様）121 名でした。ところが 2022 年秋募集（2023 年 4 月 25 日時点）では一般案件要請数が 1,386 名に対し受験者数 854 名、シニア要請数が 83 名に対し 72 名、2023 年春募集（同年 10 月 31 日時点）では一般案件要請数 1,925 名に対し受験者数 1,104 名、シニア要請数 83 名に対し受験者数 82 名と、受験者数が要請数を下回っています。この“下回った”事由が「少子化」、「国際 NGO 志向」、「募集宣伝の不足」、「若者の内向き志向」などに原因があるのかは分かりません。JICA 海外協力隊事業を担うであろう多くの若者世代・シニア世代を取り巻く日本の社会環境や人々の思考が、戦後日本の高度成長期・高い出生率・新鮮な海外諸国の社会／経済情報の報道がある状況下の 1965 年に“日本青年海外協力隊”が発足して JOCV 隊員が初めてラオスに派遣された時代から現在に至る過程で変化してきたのだらうと思います。

2018 年秋募集以降、JICA ボランティア事業は従来の年齢による区分を改めて「一般案件」（旧呼称：青年海外協力隊→新呼称：青年海外協力隊（但し、46 歳以上は“海外協力隊”））、一定以上の経験・技能等が必要な案件を「シニア案件」

（旧呼称：シニア海外ボランティア→新呼称：シニア海外協力隊）と区分としたことによって、2018 年以前の年齢による区分であった「青年海外協力隊」や「シニア海外ボランティア」の OV 会との協力関係が微妙に変化していくものと思います。

昨年 11 月、“関東ブロック会議”が山梨県清里にて開催され他県・都の OV 会の活動を聞く機会がありました。この会議で知ったことは、各 OV 会活動については活発あるいは少々不活発とさまざまでしたが、帰国後の元隊員に OV 会へ如何に入会して頂くかが共通課題のようでした。昨今は個人情報取扱いに注意を払うため、元隊員にアクセスしづらい状況が生じているからです。とは言え、元隊員の中には OV 会に所属しなくても経験を活かした活動を独自に行っている方々がいます。当会は昭和 59 年 2 月に最初の総会が開催されて現在に至っており、私は幸運なことに昨年、1 号から 75 号（76 号以降は HP に掲載）まで読む機会がありました。私の印象では当会の活動も活発・不活発の時期があったようです。そして今、当会がどのような活動をするのかが今年の課題だと認識しています。

JICA 海外協力隊員には是非、健康に留意しつつ（無理をせず）任地にて活動して頂き、休暇時には任地以外にも足をのばして経験や知見を積んで頂きたいものです。そして帰国後は自分自身の協力隊経験をベースに日本社会あるいは世界に何らかの形で寄与して頂きたいものです。JICA 海外協力隊員のご健闘を心より期待しています。

青年海外協力隊千葉 OB 会 会長 西村邦雄
（昭和 57 年度 4 次隊 理数科教員 ネパール：1983.4～86.4）



【山梨県 清里から見える富士山（2023 年 11 月）】

目次

1. 年頭所感：会長挨拶
2. 現地活動レポート

2022-1	加藤 なつみ	エジプト	看護師	千葉市
2022-1	佐藤 美夢	エジプト	小学校教育	市原市
2022-1	関 郁子	ジンバブエ	体育	茂原市
2022-1	深井 龍河	エルサルバドル	柔道	いすみ市
2022-2	坂野 晴子	グアテマラ	マーケティング	千葉市
2022-2	田辺 和	ブータン	理学療法士	柏市
2022-3	石橋 明	ガーナ	PC インストラクター	山武市
2022-3	中田 みどり	東ティモール	看護師	流山市
2022-3	服部 正	コスタリカ	体操競技	八街市
2022-4	柿山 知子	マラウイ	理学療法士	市原市
2022-4	寺田 睦	マラウイ	薬剤師	市原市
2022-4	高野 聡	インドネシア	日本語教育	千葉市

3. OB 寄稿（露木雅美元隊員）
4. 年会費納入のお願い
5. 編集後記
～お知らせ～

2. 現地活動レポート

2022-1 加藤 なつみ エジプト 看護師 千葉市

1. 活動に関すること

現在、エジプトにある小児科の専門病院で活動中です。エジプトに赴任し1年4か月が経過しました。病院では感染管理、皮膚管理、接遇の三つに焦点を当てて活動をしています。具体的には研修会の実施やチェックリストを作成し、看護師の知識の普及とアセスメント力の強化、患者の安全安楽な入院生活のために看護師に働きかけています。また、病院では若年の母親、貧困層の母親を多く見かけることから健康教育や啓発活動を考えました。患者に対して衛生や日常の安全と健康に関する教育活動や遊びを提案しています。患者の母親たちには応急処置や糖尿病、抗生剤についてなどの啓発活動を行っています。

このような活動に至るまでには、日々、看護師やソーシャルワーカー、患者家族との関わりを通して発見した事が影響しています。エジプトでの活動は日本ではぶつかることのなかった壁、発見できた気づき、驚き、喜びを日々感じています。活動の8割が悩みでいっぱいで行き詰まり、この暗中模索の状態が活動の幅が

広がっている様に思います。エジプトの看護師と看護の意見を交わせること、病院スタッフと子どもたちに何ができるか考えることができる毎日は貴重な経験だと思っています。

2. 任国に関すること 食べ物、習慣、日常生活

エジプト国民の90%はイスラム教です。

私自身、日本ではあまりイスラム、アラブに関わるものがなく、生活の中で耳にするイスラムというものは怖い印象、暗いニュースというイメージがありました。1年間、エジプトで過ごし、イスラム教の宗教行事や文化を見て、イスラム教徒と関わることでイスラム教へのイメージは大きく変わりました。1日5回のお祈りの時間を知らせるアザーンやモスクは日常の風景になりましたが、いつ見ても神聖な気持ちになります。イスラム教では豚は不浄とされており、食べません。食事で肉と言えは鶏、牛、羊を食べます。お祝い事にはファッタという米の上に羊肉または牛肉が乗った食事を食べますが、アラブ諸国では鶏肉であったり、甘かったりと違いがあるそうです。エジプト人は親切で、バスに乗っていると乗客に「ここで降りると

いいよ。」「ここに座りなさい。」と声をかけてくれます。「こちらに来て、食べなさい。」と朝食の輪の中に入れようとしてくれることは毎日の事です。人々は非常に陽気で、パワーを感じます。

3. ボランティア、国際協力とは何か考えた時、双方の歩み寄りが重要だと思いました。どちらかが一生懸命歩み寄っても、相手が受け入れる姿勢、協力がなければ成立しないと感じました。文化や人、宗教を学ぶことがボランティア、国際協力の第一歩であり、活動していく上で重要なことだと学びました。



【活動の様子：入院中の子どもたちへ身体の保清について教育をしている様子】



【エジプトの街：お茶や水たばこを楽しむエジプトの人々】

2022-1 佐藤 美夢 エジプト 小学校教育 市原市
「結局、恩返し」

私の協力隊生活はあと2か月で終わりを迎えます。

任地はシビンエルコームという小さなまち。活動先はEJS（Egyptian Japanese Schools）という、日本式教育システムを取り入れた学校です。EJS ではTOKKATSU（特別活動）の導入に力を入れていて、今後は一般校にも取り組みを広めていく計画となっています。普段はTOKKATSUに関わること（掃除、学級会、行事など）はもちろん、学級経営や授業改善についてなど、先生方が奮闘している全てのことに對してアドバイスしたりサポートしたりしています。



【日本紹介の授業】

赴任前、私はこう思っていました。“「日本式」を求められているところへ行くのだから、とにかくみんなの役に立てるように、たくさんのことを伝えて、たくさんのことを残してこよう。” また、私の協力隊生活のテーマは「恩送り」。“恩を受けたら返すのではなく、自分が先に恩を送ろう。” そんな気持ちでエジプトに来ました。一人でも多くの人の役に立ちたいという思いは今も変わっていませんが、エジプトでの生活を思い返すと、まわりの人々に助けられてばかりの毎日でした。これまでのエジプトの教育現場では馴染みのないようなことでも、私の提案をなんとか実現させようと試行錯誤してくれる先生方。私の拙いアラビア語を一生懸命理解しようとしてくれる人たち。食事をごちそうしてくれたり、一人では行けないような場所へ連れていってくれたりする友達。みんなの助けがなければ、私はこの国で楽しく過ごすことなんて出来ず、活動で喜びや達成感を感じることもできなかったと思います。「恩送り」をしたかったはずなのに、気付けば受けた恩に溢れ、返しても返しても足りないほど「恩返し」したい相手ができました。

エジプト人の9割はイスラム教徒です。イスラム教

の基本思想には「助け合い」の精神があります。人々が道端の物乞いにお金をあげたり、子供から花を買ったりするのを見るのは日常茶飯事です。しかしエジプト人はそれを煩わしいこととは思っておらず、むしろ「喜び」ととらえています。金銭面だけではなく、困っている人がいれば全員が迷うことなくその人を助けます。困っているときに一人のおじさんに声をかけると、気付いたら10人くらいの人たちが、ああた、こうだと話し合いながら私の困りを解決しようとしてくれているなんてこともありました。イスラム教のおしえである「助け合い」、そしてエジプト人の「親切さ」に数え切れないほど助けられてきました。日本にいたときは、イスラム教に対してぼんやりと“怖い”イメージを抱いていましたが、実際は全く違いました。

帰国までの残りの期間、私も「助け合い」の精神に則って、これまでお世話になったエジプトにできる限りの「恩返し」をしようと思います。



【行きつけの八百屋】

2022-1 関 郁子 ジンバブエ 体育 茂原市

私は、ジンバブエ共和国グエル市にある教員養成校で、小学校教員を目指す学生に体育を教えています。元々高校で体育教員をしており、現職教員参加制度を利用して協力隊に参加しています。

ここまで約1年半、学生に携わって感じる課題は、知っている運動の動きや知識の引き出しがとてもしないこと、指導のバリエーションが少ないことです。なぜこうした課題があるのかというと、それは学生たちが学校教育の中で体系的な体育の指導を受けて来ておらず、十分な道具や適切な人数で体育やスポーツ

をする機会にも恵まれず、豊富な知識を持つ先生に教わっていないことに原因があるのではないかと思います。

例えば、体操1つとっても彼らが知っている動きは5種類もないので、先生は少しずつ授業を通して体感させ増やしていきます。体育科の先生達は指導力も高く、日本の体づくり運動を紹介したところ、そこからジンバブエスタイルに発展させられる柔軟さも持ち合わせています。

ここジンバブエでエクササイズと言ったら、エアロビクスです。普段から運動をする習慣がない学生が多いので、どうしてもサッカーやバスケットといった走る運動は続かないし、激しすぎる運動は大怪我に繋がりがかねません。その点、エアロビクスは短時間で気軽にできるし、学生たちはダンスや音楽がとても好きなので、この国ではぴったりの運動です。

私のエアロビクスの授業は1コマ90分で、パワーポイントを使った座学30分+実技60分です。最終学年の3年生は卒業試験にエアロビクスの実技があるので、まずは基本的なステップの習得を目指し、やがてはそのステップを組み合わせて自分のエアロビクスを展開できるレベルまで引き上げることを目標にしています。卒業試験のためにエアロビクスを学ぶことを目的にせず、生涯スポーツとして好きになってもらいたいです。



【エアロビクス座学の様子】

2年目となった今年は、私自身の指導方法にも変化がありました。彼らの課題や好きなステップや曲が1年目よりも明確に見えたので、課題のカウントをしっかりと取れるようにする事を徹底して練習し、好きなステップと曲を所々で使いながら楽しめる振り付けを

考えました。11月に実技テストを行ったところ、独自にステップの組み合わせを考えたり、アイデアを一緒に出し合ったりしながら去年よりも高いレベルで、誰も置いて行かれることなく、クラス全体のレベルの底上げができました。

今年は正規の授業以外にも毎日放課後、1年生と3年生の体育専攻の学生とステップの練習をしています。上達には練習量が必要なのだと痛感します。反復・継続が苦手な学生も多いため、毎日同じ時間に来るといことがなかなか定着しません。習慣を変えるには時間を要します。出席を取ったり、皆が揃うまで開始しなかったり、誰のための練習なのか話しをしたり、同僚の助けも借りながら2週間経った頃、彼らの中で「行っても行かなくてもいい」が「行かなければならない」に変わったのか、今も時間通り全員が揃うレベルまではいきませんが遅れながらも揃うようになりました。

ステップの名前と技がリンクして動けるようになると学生も自信が出てくるようで、彼らの動きが大きくなります。さらに余裕が出てくると、いきなり腰のツイストを入れたりそこちらの想定しない自分なりのアレンジが加わったり、「more! (もっと!)」というリクエストが飛んできたりと、明らかな変化が目に見えてとても嬉しくなります。

できる喜び、続ける大切さ、皆で踊る面白さ、そういう体育の根本をエアロビクスを通じて感じてもらいたいです。

2024年3月には日本へ帰国し、4月からはまた教育現場に戻ります。この国で見た、聞いた、体感したことを生徒達へ伝え、違いは面白いということを教えたいです。



【エアロビクス実技の様子】

2022-1 深井 龍河 エルサルバドル 柔道

いすみ市

・ 隊員活動に関すること（業務）

初めまして。現在 JICA 海外協力隊柔道隊員としてエルサルバドルに赴任している深井龍河（フカイ リュウガ）と申します。現地では、競技力向上と柔道の普及、柔道人口増加を目的とした要請の下、主にナショナルチームをメインに初心者クラスの巡回もしながら活動しています。スポーツとしての柔道、教育としての柔道どちらも楽しく学んでもらえるように指導しています。もちろん文化的背景や環境が日本とは大きく異なるため、まずは状況把握、整理をした上で様々な工夫が必要ですが、現地の人から「楽しい」や「もっと教えて欲しい」など嬉しい言葉をいただいた時は、柔道を通じて貢献できていると感じます。この機会をもっと多くの方に提供して柔道を知ってもらい、日本との関係構築にも繋げられたらと思います。また、今年の6月に4年に1度開催される中米・カリブ海競大会にエルサルバドル代表コーチとして参加してきました。結果は銅メダルを獲得することで、エルサルバドル柔道にも勢いができ、その勢いとともに発展していけたらなと思っています。



【練習後の一枚 最後列後方左（本人）】

・ 日常生活

私のお気に入りの食べ物はププサと呼ばれるとうもろこしの粉を水で練って素焼きにしたものです。米粉のププサもあります。中身はチーズや肉等好みによっていろいろなものを入れることができます。

またエルサルバドルはコーヒーの名産地としても有名です。雨季と乾季があり、一年中温暖な気候のため、コーヒーを栽培するのに適しているんだとか。

「パカマラ」と呼ばれる品種が一般的で、コーヒーからフルーティな香りと味わいを堪能できます。

観光では海が有名で、エルサルバドルの波を求めて世界各地から名だたるサーファーが訪れるようです。私の地元千葉県いすみ市も海が有名で東京オリンピックではサーフィンの会場にもなっていることから親近感を感じます。



【大量のププサ。カロリーはかなり高め】

・その他

最近エルサルバドルは世界規模のイベントが開催され、中米・カリブ海競技大会やサーフィン世界選手権、先日行われた Miss Universe では世界中で注目される存在となり、これからさらに世界に知れ渡ると思います。人々の温かさとうテンの明るい雰囲気を楽しみたい方はぜひ一度訪れてみてはいかがでしょうか。

2022-2 坂野 晴子 グアテマラ マーケティング 千葉市

(1) 隊員活動に関すること(業務)

私は現在、グアテマラの南西部にあるソロラ県のサンティアゴ・アティトラン市というところに住んでいます。すぐそばに「世界で一番美しい湖」と称されたこともあるアティトラン湖があり、癒される環境です。

私の配属先は、先住民族であるマヤ系の女性たちの就労支援、人権尊重の促進、生活の質向上を目的に活動しているコンソーシアム・サンティアゴ・アティトラン市協会という NGO です。ここでは、常駐スタッフ約 10 名のほか、アティトラン湖周辺に住む 11 組織に所属する協同組合員数が約 1600 名も在籍して

います。配属先の建物の一部である天然染織研修センターの設立には日本の外務省も支援し、染織家の児島英雄先生をはじめ、複数名の日本人が天然染料を用いた染織の技術指導を行ないました。そのような技術を受け継ぎながら、ビーズや刺繍、織物などを使った 1000 種類以上の製品を製作しています。その組合員たちが作るビーズや織物といった製品の販促支援をするためにマーケティング隊員として配属されました。

アティトラン湖周辺の地域内でも天然染料を使った技術は他にもあるものの、これだけ工夫した製品はなかなかないので配属先のポテンシャルは高いのですが、立地が観光客の訪れにくい場所であることに加え、商品の在庫管理の部分で課題が多いのが現状です。在庫製品の数や品質を定期的にチェックしていないため、どこに何がいくつあるのかがわからない、製品に汚れや糸のほつれがついたまま店頭に出されている、といった問題が散見されました。したがって、赴任後 1 年間は、在庫管理や営業活動に役立てるための在庫管理表の作成に追われていました。残りの任期では HP の更新や SNS を利用した宣伝活動にも力を入れ、より配属先の製品が売れるように販促支援に力を入れていきたいと思っています。



【配属先のカウンターパートと

新製品のデザインについて話し合っている様子】

(2) 任国に関すること(食べ物、習慣、旅など日常生活全般)

グアテマラの食事に欠かせないものといえば、何と言ってもトルティーヤです。グアテマラ人はフライドチキンや味付きの米など、何でもトルティーヤと一緒に食べます。女性は 10 歳を過ぎると母親からトルテ

イーヤの作り方を教わるのが伝統的だそうで、速くきれいなトルティーヤを器用に作れる人が多いです。私も何度か一緒に作らせてもらったことがありますが、簡単そうに見えて意外と難しく、未だに独り立ちできていません。トルティーヤはトウモロコシや小麦粉で作られていますが、白、黄色、黒色など種類によって色が異なります。黒色のトウモロコシで作られたトルティーヤは少し高いですが一番美味しいと言われています。

グアテマラの1日の食事の回数は4回で、朝昼夜の3食に加えて朝食と昼食の間の10時～11時頃にレファクションという軽食をとります。したがって、昼食は日本より少し遅めの13時～14時頃に食べるのが一般的です。昼食が一番豪勢なのが特徴的で、夕食は軽めに済ませることが多いです。私はアティトラ湖周辺地域に住んでいるため、湖でとれる魚や海鮮を使った料理もよく出てきます。全体的にグアテマラの食事は炭水化物や脂っこいものが多く、野菜が少ないのが印象的です。健康面は気になりますが、食事のレパートリーが豊富で美味しく、毎日飽きないのでありがたいです。



【グアテマラの鉄板朝ごはん。

トルティーヤ、卵料理、豆、コーヒーは欠かせません。】

2022-2 田辺 和 ブータン 理学療法士 柏市

私の派遣先であるブータンは、インドと中国に挟まれた人口70万人ほど、面積は九州とほぼ同じくらいの小さな国です。ヒマラヤ山脈の東にあり、首都の標高は2300mほどです。私は理学療法士隊員として、国立の産婦人科病院にて妊婦体操・産後体操を広める

ために活動しています。現在、赴任後1年を超え、活動や生活にも慣れてきました。ブータンに住んでいるからこそ感じるブータンの不思議なところをいくつか紹介したいと思います。



【妊婦さんたちとエクササイズをしています】

1. 消化器官が普通ではない。

食事はお米が主食です。国民は唐辛子を野菜と認識しており、すべてのおかずには大量の唐辛子が入っています。“世界一辛い料理”とも言われるほどです。国民食エマダツィは、唐辛子のチーズ煮込みで、もちろん激辛ですが私の好物です。ビニール袋いっぱい1kgの唐辛子を購入し、家族で1週間以内に食べ切るのが普通です。

2. 人も車も時計回り

ブータンは世界で唯一のチベット仏教国家です。カレンダーの祝日も、占星術によってその年ごとに変わります。至る所にお寺やチョルテンという仏塔がありますが、この周囲は時計回りに回らなければいけません。驚くべきは、車道すらもこの時計回りのルールに反しないように一方通行になっていたり、急に道が二手に分かれていたりするところです。ブータン人のお休みの過ごし方は、家で家族とゆっくりするか、お寺を目指してハイキングをするのが大多数です。多くのお寺では、参拝の際に民族衣装の着用が義務付けられています。私もお気に入りの民族衣装を持参し、よく友人と休日のハイキングを楽しんでいます。



【ブータンでできた友人と民族衣装を着て
お祭りツェチュに参加しました】

3. 国民のほとんどがマルチリンガル

ブータンでは GDP（国内総生産）ではなく GNH（国民総幸福量）を大切にすることを国が掲げています。医療と教育は無料で提供されます。ブータンは他民族国家であり、20 の言語がありますが、公用語はゾンカ語です。しかし一番多く話されているのはツァンラ語、南部出身の方が話すのはネパール語です。学校の教育はというと、日本でいう国語の授業のようにゾンカ語の授業があり、その他の授業はすべて英語で行われます。私の同僚は 3 人いますが、3 人とも 4 つ以上の言語を使いこなしています。

日々新しい発見をしながら、このゆっくり時間が過ぎる平和な国で楽しく活動をしています。あと一年、ほんの少しでもこの不思議な国の力になれるよう、活動を続けていきます。

2022-3 石橋 明 ガーナ PC インストラクター 山武市

(1) 隊員活動

私は 2023 年 1 月よりガーナの首都アクラ市西部に位置する配属先であるダンソマン職業訓練校（New Century Career Training Institute）に PC

インストラクターとして派遣されております。自分としては海外協力隊の活動は過去 1978 年のザンビアから始まりその後シニアでのケニア、ガーナと続いて今回再びガーナで 4 回目となります。当校は 2000 年 2 月に設立された訓練生数約 500 名、教職員数約 40 名を擁する 4 年生の国立訓練校で、電子、服飾、調理など 10 コースがあり、自分が所属する部局の ICT 実習室では全 10 コースの訓練生を対象に必修科目としてパソコンの操作方法から Microsoft Office の基本について実習中心の授業が行われております。

配属先での PC 教育はカウンターパートとアシスタントの 2 名により実施され、当初の配属先要望として隊員は訓練生に対してパソコンの授業・実習を担当することになっていましたが、授業がほぼ Microsoft Office に限定された基本的な内容であるためカウンターパート他のスタッフだけで十分対応できている状況である上、特別コースとして開講予定の Adobe 社ソフトによる画像編集の教育も有料となるため実際には行われていませんでした。今後の活動内容について配属先関係者と協議し、意見交換を行った結果、活動としては無料アプリを利用した画像編集を中心にしてのパソコン教育を教員に対して行うとともに、新たに電子科コースについても教員への指導・訓練を含めての電子回路に関する理論及び測定器の取扱いに関して実習授業を活動の一環として実施することとなり、現在 Power Point による教材作成を進めており、本教材を使用しての授業がガーナ人教員のみで実施できる体制づくりを構築したいと考えています。



【ICT 実習室での PC 教育】

(2) ガーナは協力隊としては 2017 年以来 6 年ぶりとなりますが、この 6 年間の間でインフレ率の大幅な上昇があり、食料品などの物価はかなり値上っていました。ガーナでの食事はおかずとなる肉、魚などのガーナ風シチューや野菜サラダ及びライスを近くのレストランでテイクアウトしたり住んでいるアパートで自炊したりしていますが、特にキャッサバとプランテンを蒸して餅状についたフーフーは唐辛子入りのピーナッツスープにつけておいしく食べています。

一方でガーナではインターネットやスマホも以前に比べかなり普及しており、フードデリバリーやタクシー配車手配がスマホによって容易に行えています。



【アクラ市内マーケット風景】

2022-3 中田みどり 東ティモール 看護師 流山市

Boatarde! (テトゥン語/ポルトガル語で「こんにちは!」)

JICA 青年海外協力隊として東ティモールで活動している、中田みどりと申します。

私は2022年度3次隊として、2023年1月に派遣されました。

ところで皆さん、東ティモールという国を聞いたことがありますか? 東ティモールはオーストラリアの北西に位置するティモール島の東側半分、岩手県ほどの大きさの小さな国です。ちなみに西側半分はインドネシアで、このティモール島はインドネシアの最南端にあります。1975年にポルトガルから独立しましたが、その後インドネシアに占拠され、2002年に独立し、アジアで最も若い国とも言われています。

現在、看護師として大学の看護科に配属され、看護

教育に携わっています。

日本では、病院や在宅看護などの現場で約7年経験を積んだのち、学生時代から興味があった国際協力の世界に挑戦しました。教育現場での経験はないため、試行錯誤する日々です。

現在の主な活動はカウンターパートと共に講義を行うことで、私は補助をしている形です。東ティモールの保健・医療体制はまだまだ整備途中の段階であり、教育システムや学校の設備等も同様に多くの課題があると感じています。文化や考え方の違いはもちろんですありますが、ありがたいことに同僚や学生は明るく優しく接してくれ、最初こそお客様感が強く自身の立場について悩むこともありましたが、徐々にチームの一員として認識してもらっている感覚があり、嬉しく感じています。



【実技演習の様子】

休日は、隊員と一緒にダイビングや山登りなどのアクティビティを楽しんだり、カフェでゆっくり過したりしています。東ティモールは世界で有数のコーヒーの産地でもあるため、市内にはいくつかのお店があります。海を眺めながら飲むコーヒーは格別です。



【海沿いにあるカフェにて】

東ティモールは14の県で構成されており、それぞれの県には異なる文化や言語、景色があります。東ティモールの伝統工芸品としてタイスという織物がありますが、県によってデザインや柄が異なるため、自分のお気に入りを探すのが楽しいです。現地ではこのタイスを、洋服、式典の贈呈品、赤ん坊の抱っこひもなど多様な場面で活用しています。タイスはもちろん様々な文化を知るために、滞在中に14県全て訪問することが目標です。

活動を開始してから約1年が経過しました。既に折り返し地点であることに驚きを感じています。残りの期間一日一日を大切に過ごし、楽しく充実した日々になるよう精進します。

2022-3 服部 正 コスタリカ 体操競技 八街市

「中米の国コスタリカからのメッセージ」

2023年の1月にコスタリカに派遣され、約1年が過ぎようとしています。コスタリカは亜熱帯気候の国であり、年間を通して暑い国ではありますが、人々は首都サンホセをはじめとして1000メートル以上の高地に住んでいるので、最高気温が1年中25度～30度の常春の国といえます。季節に四季はなく、雨期と乾季があるだけです。日本から毎日暑いとか寒いとかの知らせが届く中、最高気温が25度前後の快適な気温の中1年中過ごせるありがたさを感じながら毎日を送っています。

私は現在コスタリカ体操連盟という組織に派遣され、そこが運営する体操クラブの指導をしています。生徒は5～6歳の幼児から15～16歳の高校生まで教えています。全生徒数は100名程ですが、いつもは20～30名で練習しています。このクラブは国のトップ選手を育てる場所ではなく、初心者から経験者まで幅広く学びたい選手を受け入れています。だから、トップ選手を目指す生徒は、途中から他のクラブに移籍していきます。この体育館では、特別支援学校の生徒が練習していたり、青少年の健全育成を目的としたクラスもあり、その活動にも関わっています。また、体操競技だけでなく、パルクールの練習も入っていたり、アクロ体操に関わる講習会なども行われていて、すべてに体操連盟が関わっています。

さて、2023年10月10日～15日まで、コス

タリカ体操競技選手権大会が開催されました。全国から19クラブ、475人の選手が参加しました。日本のように予選会を勝ち抜いて参加するのではなく、希望すれば全員参加できます。表彰も10人程度の小グループ内での順位だけなので多くの選手がメダルを授与されるチャンスがあり、特に個人総合では全員表彰されます。子供達のモチベーションを保つには良いシステムだと感じます。コスタリカで体操を習うには日本のスイミングのようにクラブに加入し、お金を払って学ぶことになります。学校体育は行われていますが、きちんとした体育館や道具があるわけではなく、スポーツの経験は社会にゆだねられています。



【体操コスタリカ選手権会場にて】

また、体操の指導以外に日本文化の紹介イベントや、コスタリカを日本に紹介する講座なども行っています。この1年間に3回の日本文化紹介イベントに参加しました。2回目の時は一人のパネラーとしてスペイン語で日本文化を紹介し、3回目の時は、習字体験の講師として、日本文化を紹介しました。また、6月28日に柏市の小学校で、現地からのオンライン講座を実施する機会を与えられ、貴重な体験をすることができました。日本の小学生に、コスタリカの国や環境、子供達の様子などを紹介し、特にうれしかったのは、今までコスタリカは危険な国だというイメージがあったのが、話を聞いてとてもいい国だという事がわかり、将来行ってみたいとなったという児童が複数いたことです。あと1年間コスタリカでの活動が残っていますが、このような日本との文化的架け橋になるような活動も続けたいと思っています。



【アセリ市日本文化紹介フェア会場にて】

2022-4 柿山 知子 マラウイ 理学療法士 市原市

「マラウイでの活動を通して感じた途上国リハビリテーションの現状と課題」

皆様はじめまして。JICA 青年海外協力隊としてマラウイに派遣されております柿山知子と申します。職種は理学療法士です。今回は、配属先での活動やマラウイを取り巻く医療事情(特にリハビリテーション分野)について話をしたいと思います。

現在マラウイに来て 8 カ月が経過し、配属先での活動を開始し 5 カ月が経とうとしています。私の配属先はマラウイの首都リロングウェから 50km ほど離れたドーワ県にありますドーワ県病院の理学療法科です。ここで私は患者へのリハビリテーション提供、同僚への勉強会の実施を主として活動しています。治療にあたる患者は小児疾患や脳血管疾患、整形疾患、感染症後と多岐にわたります。そもそもマラウイにおける理学療法士養成の歴史はまだ 10 年程度と日が浅く、理学療法士という職種の認知度も一般市民レベルではまだ浸透しきっていないのが現状です。しかしながら養成校が発足以来、国立病院や県病院といった中核公立病院を中心に理学療法士の配置数は徐々に広がっています。しかしながら、やはり様々な課題が山積みであると感じていますし、患者を取り巻く医療環境も日本とは大きな違いがあります。今回はそのようなマラウイで感じた課題に関して少しお伝えできればと思います。

難しさを感じている点は何点かありますが、そのひとつとして、経済的な理由から安定した通院が難しい点が挙げられます。マラウイの公立病院は医療費を無

償としていますが、交通費を自己負担で捻出できない患者も多いため、リハビリテーションの通院も頻繁には難しい現状があります。だからこそ日本以上に患者教育・家族教育が大切なポイントとなってきますので、日々どうしたら患者・家族に分かりやすく理学療法の重要性を伝えられるか、自宅でも取り組んでもらえるかを試行錯誤しながら臨床にあたっています。また、医療スタッフの不足や病床数の不足も深刻で、国立病院等に行くと病院の廊下にも患者さんが寝ている状態です。マラウイの病院には各国の支援団体等が多く入っていますが、医療資源の不足に関しては今後もマラウイの大きな課題になると思っています。



【配属先であるドーワ県病院理学療法室の風景】



【カウンターパートである理学療法士と撮影】

今回はマラウイの医療事情を中心に書かせていただきましたが、基本的にはマラウイの人々はとても優しい人が多く、私もリラックスして日々の活動に励む

ことができています。まだまだ多くの課題がありますが、同僚と共に少しでも現地の方々の役に立てるよう、残り1年4ヵ月前向きに活動に邁進していきたいと思っています。

2022-4 寺田 睦 マラウイ 薬剤師 市原市

(1) 隊員活動に関すること

私はマラウイのムジンバ県南部病院に薬剤師として派遣されています。活動の要請内容は主に5S業務(整理整頓などを通して職場環境を整え、業務効率の改善や安全性の向上を図ること)や、実習生への指導等を通して患者へ適切な医療を提供できるよう支援することとなっています。



【薬品庫にて在庫管理】

マラウイ渡航から半年が経ち、職場の雰囲気には慣れましたが、度々同僚や患者とのコミュニケーションの難しさを痛感し、その中で自分ができる支援を模索している日々を送っています。要請内容に拘らず、同僚と共に日常業務に取り組んだり、トゥンプカ語を積極的に話す姿勢を見せたりすることが信頼関係の構築に繋がると信じ実践していますが、目に見える結果や実績から遠回りしている気もしており、充実感や焦りなど複雑な感情を抱えながら過ごしています。



【調剤室にて同僚と調剤】

マラウイは最貧国に位置付けられていることもあり、劣悪な衛生状況や、限られたリソースなどにより、医療現場における課題は山積みであると感じます。そのような環境下で、くじけそうになることもあります。マラウイの人々は穏やかで思いやりを持っている人が多く、ここで生活を送っているのは、地域の人々・同僚などの励ましや協力的な姿勢に支えられているからだ実感しています。

例えば先日、実習生として仲良くなった学生から、あなたのおかげで学位を取ることができたと報告をもらいました。そんな些細な経験でも、その時自分のモチベーションが上がったことを感じ、支援する側、される側という明確なボーダーなく、コミュニティに入って現地人と同じ時間を過ごすこと自体が誰かの支えになっているのかもしれないと考えられるようになりました。また、そのような経験は日本ではなかなか味わえないものであると思いますし、海外協力隊としての活動での一つの気づきとして大切にしていきたいと思っています。

引き続き、現地の人と共に、という所に焦点を当て、人々の心に残る持続的な活動を意識して、課題に取り組んでいきたいと思っています。

(2) 任国に関すること(食べ物・習慣・旅など日常生活全般)

マラウイについて考えた時に最初に思いつくのは、生活の不便さです(笑)脆弱なライフラインであるが故に、生活に仕事に計画通りに進まないことは日常茶

飯事で、日本では感じたことのなかったストレスと共存しています。

ですが、そういった中だからこそ、人との繋がり的重要性を感じる機会が多いです。断水時には近所の人水汲みを手伝ってくれたり、休憩中にドーナツを分けてくれたり、夜道は危険だからと車を出してくれたり、もちろん良いことだけではないですが、マラウィが Warm Heart Of Africa と言われている所以を生活の端々で感じます。

また、マラウィにはいくつか世界遺産もあり、その一つがアフリカで3番目の大きい湖 Lake Malawi です。他の国のリゾートと比べると閑静ですが、湖上から見るサンセットはとても綺麗です。

確かに生活は貧しく、不便を感じることは多くありますが、そういった国にも魅力はあるのだと実際に肌で感じた経験は、忘れることなく帰国後も活かしていきたいと思います。



【休日に首都にて男子サッカーマラウィ代表の試合観戦】

2022-4 高野 聡 インドネシア 日本語教育 千葉市

「チレボンで感じたこと」

チレボンに来て四カ月が過ぎました。生活にはだいぶ慣れてきました。しかし、ここに来た当初は、環境が思っていたよりも劣悪で、ここで二年間も暮らせるのだろうかと感じたことを覚えています。ここではバイクが人々の足です。どこへ行くにもバイクに乗るので、街を歩いていると前からも後ろからもバイクがビュンビュン通り過ぎて行きます。道幅は狭く、舗装されていない所が多いので、歩くのは大変です。信号や

横断歩道もほとんどなく、歩行者にはつらい環境です。私は歩くのが好きなので、この環境には参りました。



【大学前の通りの様子】

食べ物は辛い物と揚げ物が多く、野菜が少ないので、あまり健康に良くありません。インドネシアではデリバリーのアプリが発達しているので、スマホですぐに注文できるのは便利です。チレボンの食事で私に合うものは少ないので、デリバリーをよく使っています。外国に来て、ファストフードの味がありがたいと感じました。



【家庭料理を出すお店で注文した料理】

チレボンではほとんどの人がイスラム教徒です。女性はヒジャブと言う髪の毛を隠す布をかぶり、肌を露出させないように袖の長い服を着ています。そのため、室内ではエアコンの冷房がかなり強力です。16℃という設定温度を見たときは驚きました。インドネシアは熱帯なので年中半袖で過ごせるだろうと思っていましたが、違いました。半袖だと室内は寒いので、こちらに来てから長袖のバティック(インドネシアの伝

統的な衣装)を買いました。

ここまでネガティブな内容ばかり書いてきましたが、それには理由があります。私自身がインドネシアに行く前に、このようなネガティブな情報に触れる機会があまりなかったからです。また、他の隊員はネガティブな情報をあまり書かないだろうと思ったので、私はあえてそれを書くことにしました。

しかしながら、こちらに来て悪かったのかというと、もちろんそうではありません。旅行者として通り過ぎ

るのではなく、異文化の中に長期間滞在する経験は、本当に貴重です。特にインドネシア人のフレンドリーさには助けられていますし、毎日お祈りする姿を見ると、自身の生き方について自ずと考えさせられます。まだ一年半も滞在するので、これから自分自身がどのように変わっていくのか楽しみです。このような貴重な機会を広く国民に提供してくださる青年海外協力隊に感謝します。

3. OB 寄稿

S52-2後期 ケニア国建設省(MOW) 測量 露木雅美

英国菓子パン(Scone)の思い出

私は、青年海外協力隊員として1978年4月から1981年5月まで3年間、ケニア国建設省(Ministry of Works)にイギリス人建築士Dunnさんの下で、地形測量調査に従事した。そして帰国後は、建設コンサルタント技術者として日本のODA政府開発支援事業に従事し、1985年からケニアの首都近郊Thika市での無償資金協力事業「国立園芸試験場改善プロジェクト」(Improvement Project for National Horticultural Research Station)の施工監理を担当した。さらに1年間は現地駐在員としてナイロビ市で勤務した。

隊員時代は、欧州連合(European Union)の支援したリフトバレー州56カ所保健所施設調査(Rural Health Development Program)にも従事した。何回目かの現地調査の後、ナイロビへの帰途に急激な下痢に襲われ、急遽ナイロビ病院に5日間ほど入院をした。この入院3日目の午後には上司Dunnさんの子供達Richard、AlecとLarissaの3名が、病棟へ自ら作った英国菓子パン(Scone)を持って見舞いに来てくれ、この時に食べさせてもらったレーズンたっぷりでバター味のSconeは実に美味しかったことが忘れられない。

そして、建設コンサルタント技術者として「国立園芸試験場改善プロジェクト」を担当した時は、幸運に元上司のDunnさんがケニア側の総括責任者であった。このプロジェクト実施中は、彼の執務室で施工図面の打合せ、出来高の管理会議、承認書類の発行手続き等で多大な助言と支援を得られた。その結果2年後には、何事もなくこのプロジェクトが竣工し、ケニア国農業省園芸試験センターに引き渡された。

1989年4月にDunnさん一家は、英国に帰国したが私たちの交友は継続し、家族同士の付き合いとなった。私と家族は夏休みに彼の英国の家に1週間程度滞在し、湖水地方の放牧地帯や歴史的地域を旅行した。(写真-1)そして、5年後にはDunn夫妻が5月の連休を利用して、浦安のわが家を訪れて東京都庁や名所旧跡の観光旅行を楽しんだ。さらに、私の子供達三人は中学時代にそれぞれ一週間ずつ彼の家に宿泊し英国の湖水地方の旅を満喫させてもらった。あれから45年近くも過ぎ、Dunnさんは今年83歳となり奥さんのThelmaは80歳になっていたが元気で年金生活を楽しんでいる。



【写真-1 イギリス湖水地方のDunnさんの自宅】

私は久々に思い出の英国菓子パン（Scone）を作ったがとんでもない仕上がりになってしまった。（写真-2）

Dunn さん一家に失敗 Scone 写真付きメールを送信したところ、一家の笑いの種になってしまったようで、早速、Larissa から懐かしい Scone の焼上がり写真が送られてきて、流石に本場の Scone に懐かしさのあまり、涙が潤んだ。（写真-3） 私が青年協力隊員として派遣されたケニア国で英国人建築士と知り合い、彼は外協力隊隊員の日常生活まで気配りしてくれ、さらには日本の ODA 事業まで親身に協力してくれたことに感謝したい。



【写真-2 英国菓子パン Scone 作り指導の Thelma さん】

これは、彼の信条である「国際協力是人種、偏見、信条等に関わらず、人と人との結びつきを大事にする。」に起因するものである。今年も、Dunn さんとご家族に国際電話やインターネットを通して、実際にお逢いしたいと思っている。（写真-4）



【写真-3 Larissa さんの作った菓子パン Scone】



【写真-4 イギリス訪問時夕食会時の Dunn さん夫妻】

4. 年会費納入のお願い

当会の会報は派遣中隊員と帰国隊員の寄稿、並びに報告事項などで構成され、年に2回（夏号、冬号）を発行しています。この会報の発行が当会の支出費目として大きなウェイトを占めています。

つきましては、当会運営の生命線である「年会費（1口「1,000円」）」のご協力をお願いします。2口以上のご支援も大歓迎です。当会運営の生命線は「年会費」ですので、引き続きご協力いただくようお願いします。尚、振込にあたっては「派遣国」と「隊次」を必ずご記入ください。

☆振込みは以下の2行のどちらかにお願いします。

銀行名 : ゆうちょ銀行(当座預金)
 店番 : 029(ゆうちょ銀行以外からの振込用)
 記号/口座番号 : 00290-1-96562 / (当座)96562
 名義人 : 青年海外協力隊千葉 OB 会

銀行名 : 三菱 UFJ 銀行 船橋駅前店
 口座番号 : (普)4769024
 名義人 : 青年海外協力隊千葉 OB 会

5. 編集後記

以前から話題に上がっていた人手不足の深刻化を 2023 年は実感する機会が多かったです。日本国内での働き手の減少はバランスの悪い人口ピラミッドから想定はできていましたし、何年も前から海外の働き手の受け入れが行われていたため認識はしていましたが身近に感じられていませんでした。小売りや飲食店といった直接目に触れる職だけでなく、経済そのものを支える様々な職の働き手の不足は、目に見えな心ゆとりの減少にも繋がる気がします。JICA の隊員が途上国へ派遣されることで生まれる交流が、もしかしたら巡り巡って日本の人手不足解消に繋がるかもしれないとふと考えてしまいました。

2024 年が少しでも穏やかに紡がれることを切に願います。

(平成 27 年度 3 次隊 ウズベキスタン共和国 PC インストラクター 高石 千絵)

～お知らせ～

ホームページのご紹介

ホームページはまだまだコンテンツが少ないので、掲載する内容など募集中です。地域での国際交流活動など、なにかネタがあればご連絡ください。

URL は下記ですが、「青年海外協力隊千葉 OB 会」で検索していただくことでもアクセスできますので、是非ともご覧ください。

青年海外協力隊 千葉 OB 会 ホームページ: <https://jocvchiba.org/>

メーリングリスト/Facebook グループのご案内

上記ホームページにて、当会のメーリングリストと Facebook グループへの参加をご案内しております。是非ご参加ください。

連絡先 お問い合わせや会報への寄稿は info001@jocvchiba.org までお願いします。