

PEACE, HEALTH & HUMAN DEVELOPMENT

LETTER

123

2013. 7

- 2013 年度方針・計画 . . . P. 2
- 31 期研修生レポート . . . P. 6-7
- PHD 経由のひと . . . P. 11

PHD 運動とは 1962 年よりネパール、東南アジアを中心に医療活動に従事した岩村昇医師の提唱による国際社会福祉運動です。これまで自分のためだけに使っていた時間、技能、財などの 10 パーセントをささげて、平和 (Peace) と健康 (Health) を担う人づくり (Human Development) をすすめ、共に生きる社会をめざし、1981 年からはじまりました。

発行：公益財団法人 PHD 協会 理事長 今井鎮雄
住所：〒650-0022 神戸市中央区元町通 5-4-3
元町アーバンライフ 202
TEL：078-351-4892 FAX：078-351-4867
Email：info@phd-kobe.org
URL：http://www.phd-kobe.org
郵便振替口座：公益財団法人 PHD 協会 01110-6-29688



ネパール ピンタリ村 撮影：T. IMASATO

標高約 1,000m。ピンタリ村の日常風景。

プレムさんのお母さん。御年 60 歳。
バイオガスでお湯を沸かし、薪でお米を炊く。
電気に頼らない生活。ライフラインも自給自足。
ちなみに電気は小規模水力発電でまかなう。

私たちの生活とは違う、もう一つの道。
それは自然と共に生きる道。

2013 年度事業方針・計画

■ 方針

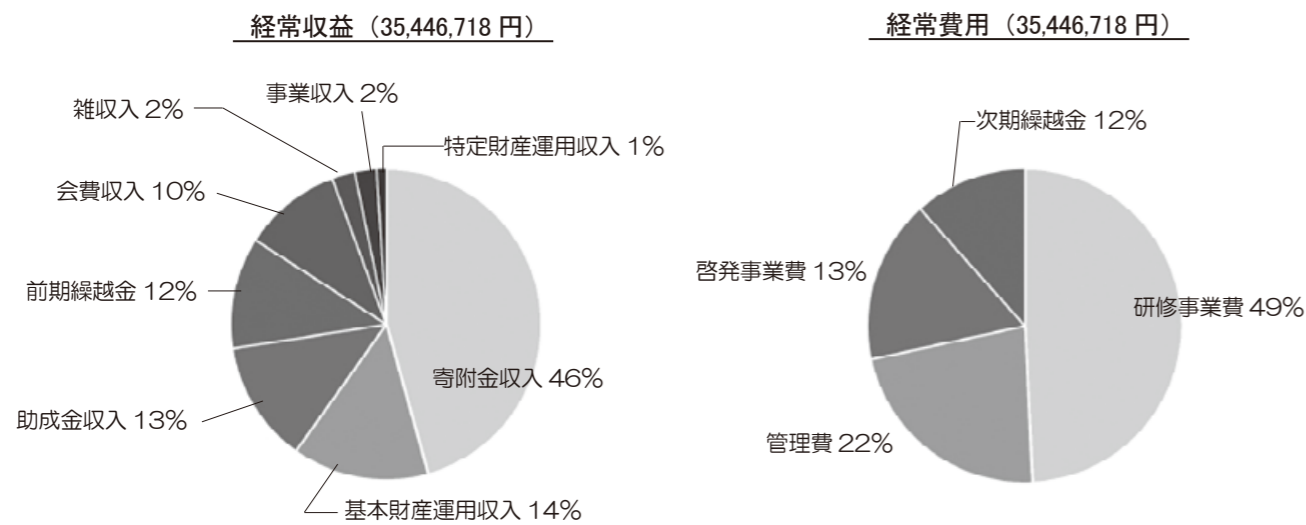
今年度の方針としては、移行期であった2012年度を踏まえた安定的な運営体制の構築が挙げられます。まず、昨年度を通して中田豊一氏の指導を受けて策定してきた中期計画を完成させます。また、既存の活動の継続だけでなく、これまでの成果の可視化や新しい活動についても提案していく未来に繋がる1年にしたいと思っています。

■ 研修事業

- 柔軟な研修計画を心がける -

研修生たちにとって日本での研修は未知なるもの。昔の研修生たちから話を聞いていたとしても、PHD協会で学ぶべきものは、来日してからでないと見えづらいものがあります。またPHD協会側も、選考の際に得ることのできる研修生の情報は限られています。来日後、対話と研修を重ねることによって、研修生一人一人の学ぶべきものが見えてきます。そのため今年度は「研修ふりかえりの担当制（詳細はp.5）」を導入し、研修生とより丁寧なコミュニケーションを図り、各研修生に可能な限りマッチした研修の組立を目指します。

■ 2013 年度予算



PHD 活動紹介 3月～6月末



3月

- 1日 高砂報告会 (今里・安本・アチャンマ・デリ)
- 2-3日 国際ロータリー第2680地区「地区大会」
(井上・坂西・安本・研修生3名)
- 9日 第30期研修生帰国報告会
- 10日 コープ活動サポートセンター宝塚
「ふれあいフェスタ」バザー (芳田・藤原)
兵庫県ユニセフ協会
「ユニセフのつどい」バザー (今里・安本)
米山記念奨学生歓送会 (井上・研修生3名)
- 13日 第30期研修生帰国
- 16日 セーフトラベルセミナー (芳田)
- 17日 神戸国際交流フェスタ NGO相談員として (坂西)
- 19日 外務省NGOインターンシッププログラム 報告会 (坂西・今里)
- 20日 ネパールスタディツアー ～29日 (今里)
- 21日 NGO-JICA協議会 (坂西)

4月

- 6日 日本語ボランティア説明会 (坂西)
- 10日 第31期研修生来日
- 12日 高砂ロータリークラブ 卓話 (坂西・研修生3名)
- 14日 ロータリー米山記念奨学会 オリエンテーション (坂西・井上)
- 20日 篠山ナマステ会総会 (井上)

5月

- 9日 神戸市シルバーカレッジ 講義 (坂西・研修生3名)
- 23日 聖和短期大学 礼拝 (井上)
- 25日 関西NGO協議会総会 (坂西・安本)
- 26日 米谷ふみ子講演会 (坂西)

6月

- 1日 PHD協会会員意見交換会 (坂西・井上・今里・芳田)
第31期研修生来日報告会
- 3日 神戸NGO協議会 (坂西)
- 9日 ライスヴァレーA.C. 15周年記念感謝会 (坂西・井上)
- 10日 外務省-NGO相談員連絡会議 (坂西)
- 12日 JICA国際協力推進委員-NGO相談員会議 (坂西・井上)
生活協同組合コープこうべ総代会 (坂西)
神戸市シルバーカレッジ ボランティア活動報告会 (芳田)
バザー (国際友の会の皆さま)
- 19日 NGO-JICA協議会 (坂西・石川)
- 20日 神戸市地球市民環境会議 (坂西)
神戸大学附属中等教育学校 講義 (芳田)
- 21日 阪神シニアカレッジ 講義 (坂西・プレム)
- 24日 加古川高等学校ボランティア部 来訪
- 30日 青年海外協力隊兵庫県OB会総会 (坂西)

PHD Movement vol.7

～分かち合い実践録～

事務局長 坂西卓郎

私の葛藤とこれからのPM

2013年度の研修生が無事来日しました。これも皆様のお支えのおかげです。改めて感謝申し上げます。

さてご存知のように私は研修担当という現場を離れ、マネジメント業務が中心に。それに伴い研修生との距離も若干開き、ちょっと寂しい思いもある今日この頃。今後、本稿の内容もそれを反映したものになるかも知れません。

ただ研修担当でなくなったからこそ見える点や書けること、そしてできることもあるかと思い前向きに捉えています。今回はその一つである研修生の聞き取りをお届けしたいと思います。まず第一弾は久々に招聘が実現したミャンマーからの研修生、モーママさんの現地での活動話です。

◆アジア発のシンプルライフ!

モーママさんはシンプルライフというグループを立ち上げ活動しています。その活動について聞きました。



シンプルライフやYMCAの仲間たち

坂西 (以下、さ): 立ち上げるきっかけは?
モーママ (以下、モ): 19歳の時にGLTという草の根のリーダー育成研修に参加したことがきっかけ。そこで消費者主義について学び、広めたいと思った。

さ: 1人で立ち上げたの?

モ: それはできない (笑)。研修を受けた仲間と一緒に。メンバーはタダイン

シェ村の人が13人、内5人が研修を受けた仲間。

さ: 活動は何をしているの?

モ: 化学的なものが入っているシャンプーではなく、自分たちで石鹸を作る、中国からの安いお菓子ではなく、伝統的なおかゆを食べよう、などシンプルな生活の実践と啓発。



伝統的なおかゆを料理中

さ: どうしてですか?

モ: 化学調味料とかは健康によくない。村の人はみんな好きだけど、子どもたちに危ないというメッセージを届けたい。心臓にもよくないし、高血圧も心配。私は脳にもよくない気がする。

さ: 石鹸を作るのは大変では?

モ: 大変だけど、放っておくと工場からどんどん広がるから考えていかないといけないと思う。

さ: 活動で一番楽しかったことは?

モ: しんどいことの方が多い (笑)。お金とか。でも、皆で図書館を作った時は、友だちと達成感を共有できて本当に嬉しかった。自分たちでもできるって。



村のみんなで図書館建築中



完成間近の図書館

さ: 活動資金はどうしているの?

モ: 最初のお金は出し合った。今は石鹸を売って活動資金にしている。でも、足りない時は自腹で。私は収入がないからお母さんによく怒られる (笑)。

◆啓発好きなモーママさん

さ: 大変なことも多いみたいだけど、活動のやりがい?

モ: やりがいを感じるのは他の村にでかけて啓発活動を行う時。その村の人たちに必要なことを知らせることにやりがいを感じる。私は啓発が好き!

さ: 具体例を教えてください。

モ: 真っ先に思い出すのは、下痢について話をした時。水を煮沸することや川にケミカルや牛の糞などを流す影響の話をした時は反応もよく、役に立てたかと思う。嬉しかった。

さ: 年配の人は煮沸した水を飲む?

モ: そうそう、年配の人は煮沸した水は嫌い (笑)。私の父もそう。あと井戸の水より川の水が好き。私も「汲んで来て」と言われるけど、「川に行きます」と言って実は井戸に行ったりする (笑)。

さ: 現時点での帰国後のイメージは?

モ: まだ難しい。色々勉強したい。でも私は村の人に話したりするのが好きだから助産師への興味がある。お金とテストが問題だけど (笑)。

◆モーママさんの今後に期待

インタビューは在日ミャンマー人の方にご協力いただきましたが、終始笑いの絶えない時間となりました。また通訳の方も「今のミャンマーの村ではこんな先進的な活動が行われているのか」と大変驚いておられました。

シンプルライフの活動はPHD協会の目指す方向とも合致しており、大変嬉しいことです。日本で勉強したモーママさんがさらに現地での活動を推進してくれることを期待したいですし、私たちとしても共に歩んでいきたいです。ちなみにそのシンプルライフTシャツを事務所販売しています。興味のある方はぜひお問い合わせ下さい！



マラリアチェックをするティダさん

PHDレター 122号読ませて戴きました。分ち合い実践録としての坂西さんの記述は、これまでもまして、重い課題に触れられているように思いました。研修生との信頼関係は、研修の基本であるのでしょうか。改めてそこを話し合わせるには、勇気が必要だったのではないのでしょうか。しかし、それだからこそ、アチャンマさんの正座の反省行動と結びついたのでした。(K.K)

みなさまからの声
一分ち合い実践録を読んで

分ち合い実践録、よかったです。読んで胸が熱くなりました。研修生の一言一言、重みがあり、シーンとさせられます。のんびりと毎日過ごしている私には本当にありがたい刺激です。周りの人との人間関係においてもとても大切なところを気づかせてもらった気がします。(E.F)

授唱者
温故知新 岩村昇語録

私は「土」という字は横棒が天と地を表し、縦に伸びる線が生命の芽を表しているのではないかと考えます。それに引き換え工業の「工」は生命の芽が封じ込められて伸びない、命がつかれない感じがしてしまうのは、私一人でしょうか。この違いは、私たちが今までの生き方を反省し、帰るべきところへ帰る道を象徴的に示しているように思えるのです。【要約】



(出典：「あなたの心の光をください」
第2章『あなたが主人公PHD運動』より)

岩村先生がこの文章を書かれたのは1985年。約30年前ですが、今なお力強く語りかけられる言葉ではないでしょうか。私たちは土に生きるのか、工に生きるのか、改めて研修生の生き方から学ぶと共に、「工」が押し寄せてくるアジアの村の状況を研修生と一緒に考えていきたいです。(坂西卓郎)

◆今年度のお世話クラブとカウンセラーの方々◆

- 川西ロータリークラブ、竹内育子さん … モーママさん
- 神戸西ロータリークラブ、植田晃行さん … ダリスマンさん
- 篠山ロータリークラブ、吉田等司さん … プレムさん

2013年度研修生も米山記念奨学生として受け入れて頂いております。

篠山ロータリークラブでは昨年度に続きネパールからの研修生であるプレムさんのお世話クラブをして頂いているだけでなく、カウンセラーの吉田さんには農業研修も受け入れて頂く予定です。

川西ロータリークラブではミャンマーからの研修生であるモーママさんを受入れて頂いております。月報への出身地域の掲載、歓迎会など受け入れ前から色々な用意をして頂き、暖かく迎えて頂いております。

インドネシアからの研修生ダリスマ

ンさんは当協会理事長の所属クラブでもあります神戸西ロータリークラブにお世話頂いております。また最初の農業研修の様子を日本語で報告する場も頂きました。

1年間お世話になります。

(井上理子)



農業研修の報告をするダリスマンさん

第17期国内研修生のご紹介

石川裕美さん



高校生の時、ロータリークラブの交換留学生としてアメリカに留学したことをきっかけに国際協力に興味を持ち、帰国後、大阪外国語大学で環境・開発を専攻。

大学卒業後は、地域活動をする団体や一般企業で事務職をしていましたが、3年程してやっぱり国際協力の仕事に関わりたと思っていた時にPHD協会を知り、国内研修生に応募しました。大学では環境問題と開発について勉強していて、特に農村での活動に興味を持っています。

この1年間、アジアの研修生たちと一緒に有機農業や保健衛生について学び

ながら、NGOの活動や運営の面などについても勉強させていただきたいと思っています。そして研修生と過ごす中で少しずつ見えてきているかなと感じている、PHD協会の理念である「共に生きる」ということについても考え、今後の自分なりの国際協力との関わり方を模索していきたいと思います。

PHD協会でするこの1年間は私にとってとても貴重な機会だととらえています。何事も楽しんで積極的に取り組み、研修生たちとともに成長していきたいです。どうぞよろしく願いいたします！



一緒に収穫したネギをダリスマンさんと調理

日々是東奔西走

研修担当 今里拓哉

新たな試み

今年度の研修生3人は予定通り4月中旬に来日することができ、日本語研修を経て、現在は個別研修の真っ最中です。私は7月でようやくPHD協会での1年目を終え、一通りの研修業務を担わせていただいたところです。至らぬ点ばかりであったにも関わらず、皆様には支え続けていただきありがとうございます。少しずつではありますが、皆様の分ち合いがある当会だからこそ可能な国際協力の在り方を、職員と協力しながら模索し続けていきたい次第です。



今年のふりかえりの様子

そんな中、今年度のチャレンジの一つに「ふりかえり担当制」があります。これまでは研修担当が1人で研修生3人のふりかえり作業を担当していたところを、職員全体で行おうとする試みです。

PHDの「ふりかえり」

ところで、ここで私たちが言う「ふりかえり」とは何のことなのか？ この1年間で数回この質問をいただいたので、この場を借りて整理してみたいと思います。文章にすると「過去を振り返り、未来をより良くすること」として良いかと思ひます。料理の過程が①準備(Plan)②調理(Do)③味見(Check)④改善(Act)だとすると、「ふりかえり」

は「味見」と「改善」の部分になります。これを当会でいうふりかえりに置き換えると、「研修生たちに研修内容を振り返ってもらい、今後の研修や村での活動をより良いものにする作業」となります。

具体的な方法としては、研修を終えた研修生に対して担

当職員が、「いつ」「どこで」「だれと」「なにを」「どのように」など研修生たちが返答しやすい事実質問をしていくことを通じて研修内容を思い出して共有してもらいます。その過程で研修生自身の中で学びがより整理されることや、理解したつもりが実は理解していなかったことなどに自ら気づくことを促す作業です。

ふりかえり担当制

前記の通り、これまでは3人の研修生のふりかえり作業を研修担当1人が担っていました。しかし外部講師を招いた勉強会を重ねるにつれ、ふりかえり方法に改善の余地がみえてきました。今年度はふりかえり作業に重点を置き、これまで以上に研修生一人一人との時間を確保するために、モーママさんのふりかえりは坂西が、ダリスマンさんは芳田が、そしてプレムさんは今里が担当することにしました。研修生たちが日本に滞在している間に、PHD協会ができることは限られています。その限られたできることの質を少しでも向上させるよう、これからも模索し続けていきます。

31 期研修生レポート (今里拓哉)

各地での研修が始まりました

それぞれの紹介と研修したいこと・・・

プレムさん

(38歳・ネパール)



搾乳する水牛を世話するプレムさん

「お茶目なお父さんの存在」

ピンタリ村というPHD協会にとって新しい地域からの研修生です。高校卒業国家試験に受かるほど勉強ができるにも関わらず、都市の生活を追い求めず、村に残って地域活動に大変力をいれています。

村では多品目を栽培し、家畜も多く、豊富な農業経験を持っています。今後、この地域からの研修生のリーダー役を担い、地域に更なる発展を促すことを期待します。



プレムさんの家族

◆プレムさんと暮らし始めて◆

プレムさんと暮らし始めて、新聞やテレビのネパール関連の話題にとっても関心を持つようになりました。世界には色々な国があって色々な人々が住んでいますが、まず会うことはない国の人と、ほんのちょっとしたきっかけでこのように親しくなれて、プレムさんに来てもらってよかったなと思っています。

また、絵がとてもお上手でびっくりしましたし、自然に対する知識も豊富で教えて頂く事も多いです。それに何よりもプレムさんの日本語学習の相手をするうちに、少し体調を崩していた母がとても元気になった事が一番嬉しいです。

研修したいこと

■ 有機野菜

「市場で高く売ることができる野菜について勉強し、村で広めることができたらいいと思います。例えばピーマン、赤玉ねぎ、ネギ、にんにく、カリフラワー、トマトなど。またピンタリ村はニンニクの産地であり、多くの人が栽培しています。しかし近年、ニンニクが小さくなってしまっています。植える際の間隔、間引き、脇芽かき、追肥などについて勉強したいです。」

■ 加工品

「村には車が2台あり、それで作物を大きな市場に売りに行きます。しかし悪路のため作物によっては傷ついてしまいます。また特産のショウガは生だとすぐ腐ってしまいます。ジュースやソースなどの加工技術を学びたいです。」

モーママさん

(22歳・ミャンマー)



村の飲料水について説明するモーママさん

「面倒見の良いお姉さん」

第2の都市マンダレーから車で1時間ほど離れたタダインシェ村から来ました。子どものころは元研修生のムームさん(93年度)が勤めるYMC A幼稚園に通い、彼女の影響を大きく受けたとのことです。

大人になった今では、家の農作業の手伝いをそっちのけで、地域の医療ボランティアや保健活動を積極的に担う、元気あふれる22歳です。



モーママさんの家族

■ 滞在家族

矢萩雅一郎さん、寛子さん

(神戸市西区)



研修したいこと

■ 村人の健康を向上するため

「村にあるYMCAのクリニックには、医者が1人いますが看護師はいないので、私はこの医者の手伝いをボランティアですることがよくあります。来る患者の多くは糖尿病や高血圧を抱えています。塩分の多い食事が原因ではないかと思っています。これらの病気の予防法や食事療法などを幅広く勉強したいです。また、村の人が怪我をした際に、クリニックや病院で診てもらうまでにすべき応急手当についても学びたいです。」

■ 有機農業

「家では家族全員で農業をしていて、米とマンゴーを育てて売っています。自給用としては大根、ニンジン、オクラなどを育てています。しかし農業や化学肥料をたくさん使えません。有機栽培の基本を勉強したいです。」

ダリスマンさん

(20歳・インドネシア)



ダリスマンさんが育てている茄子

「素直でまっすぐな好青年」

タラタジャラン村からはこれまで3名の農業研修生を招いていますが、そのうち1人は亡くなってしまい、もう1人は現在療養中です。そこで今回は若くて元気なダリスマンさんが元研修生たちの強い推薦によって選ばれました。

一見シティーボーイに見えるほどのお洒落さんですが、生活が苦しい際には炭鉱での出稼ぎの経験もある苦労人です。持ち前の明るさを武器に、日本での研修を地域で活かしてくれることを期待しています。



ダリスマンさんの家族

■ 滞在家族

宇摩谷任さん、洋子さん、亘さん

(神戸市須磨区)



研修したいこと

■ 堆肥

「私は肉牛を1頭飼育していて、牛糞はサトウキビなどの畑に肥料として使用しています。村では牛糞に白い粉を混ぜてから畑にまきますが、この白い粉(おそらく尿素)が何なのかは誰もよくわかっていません。堆肥の作り方やその効果についてしっかり学びたいです。」

■ 養鶏

「かつて鶏を飼育していましたが、死なせてしまった経験があります。元気で健康的な鶏を飼育するための方法を勉強したいです。」

■ 有機野菜

「有機農業では農薬や化学肥料を使わないことを過去の研修生から聞いています。しかし、それで野菜が育つか不安です。有機栽培の基本から勉強したいです。特にナスやホウレンソウの育て方を勉強したいです。」

◆ダリスマンさんと◆

とても大変で、とても楽しいものでした。それを書き表すのは無理です。お知りになりたい方はPHD協会へ。

日本の歩いてきた道、これから行く道としている道。その先にあるものがなにか、73才の私には良くわかります。それを伝えたいのです。ダリスマンさん、早く日本語を覚えてくださいネ。

■□ 前田 生子さん(姫路市) □■

標高 1,000mにあるピンタリ村への道は、思い切り雨が土を削り取ったえぐれた道で、自動車はアスファルト道を走るのが当たり前の日本人にとっては、「この道を私たち行くの…」と、できれば遠慮したくなりましたが、1人残る勇気も持ち合わせず、運を天に任せ四駆の車にしがみついで峠側は絶対見ないようにしました。(中略)

そのピンタリ村から半端でない悪路を車にしがみついで到着したのがラジャバス村で、標高 1,700 m位の高所。ここでまず目に付いたのは、どの家の屋根にものっかっていた

ネパールスタディツアー 参加者レポート

3月に行われたネパールスタディツアー。参加者レポートの一部をご紹介します。

ソーラパネル。電柱を立てる必要も電線を張る必要もなく、電気がハイテクの形で一足とびに入っているのには興味深いものがありました。雨の日は電気のない生活なんだろうか？

この村では二連式のかまどを使っています。煙突を3年前につけ、部屋が明るくなっ

て快適な生活になったそうです。調理は土間に座って、厚鎌を立ててジャガイモ、にんにくなど押して手加減で切ります。食事は土間に箆を敷き、その上で頂きます。基本的にはお皿にたっぷりのご飯、それにカレー

スープ、豆の煮物、漬物が普通の食事です。私たちがちよつと覗かせていただいたのは、2つの村でした。村から眺めると、山々のあちこちに数えられない程の集落が見られました。村の数だけ文化があり、独自の生活の工夫があるのでしょう。きっとその村から一歩も外へ出ることもなく生涯を終える人もあるのかな。

気づきを得た村人の力 ～ピンタリ村の発展～

今里拓哉

31期研修生プレムさんの出身村であるピンタリ村は、首都カトマンズから東におよそ50キロ。車で約3時間走り、更に山を1時間ほど歩いて登った場所に位置します。約150世帯ほどの村で、村人は皆チベット仏教を信仰しているタマンの人々です。

きっかけは外からやって来た一人の女性

半世紀前のピンタリ村は電気やガスはもちろんのこと、水の確保もままならない、生活環境が大変厳しい村だったと言われています。その現状の打開に一役買ったのが、別の村から嫁いで来た1人の女性、ベリマヤさんでした。彼女は村から数キロ離れた場所に水源を探し当て、そこから村へ水を引くことを村人に提案します。しかし当時の村人はベリマヤさんの提案に懐疑的でした。「そんな遠くから自分たちの力で水を引けるはずがない」と。

それでもピンタリ村を良くしたいという想いが強かったベリマヤさんは、1人で少しずつ水路を作り始めたのです。ベリマヤさんの頑張りを知り、協力し始める村人は徐々に増え、水路が半分の地点に到達する頃には村の男性

たちも協力するようになりました。そして村全体が力を合わせるにより、ピンタリ村まで水が引かれたのです。

一つの気づきもたらす大きな変化

この出来事がピンタリ村の将来を大きく変えたと、今でも語り継がれています。水が村に到達することにより、生活環境や農業環境が改善されたこともさることながら、「村人が一致団結したら変化を起こすことができる」ということに村の人たちが気づいたことが、村の更なる発展を促したのではないのでしょうか。

今では飲み水と灌漑用水に不自由しないだけでなく、この水力を利用して昼間は製粉機の石臼を回す動力とし、夜になると発電機に切り替え、各家庭に電気を灯すまでにいたりしました。また煮炊きの燃料としては、薪に加え家畜の糞などからメタンガスを発生させるバイオガスプラントを導入している世帯も増えてきています。

更に村では米やトウモロコシの主食に加え、実に多くの品目を育てています。エネルギーから食料まで、その多くを自給するピンタリ村は、「外から買うのは塩だけ」と言われるほど自給率の高い村へと発展を遂げたのです。



水力製粉機



「国ご飯・村ご飯」

vol.1 - ミャンマー編 -

桃骨



研修生の出身国を代表するご飯、村でこそ食べることができるといえる普段のご飯。それぞれの魅力を、当会のボランティアである桃骨さんが紹介します。

「国ご飯」

モヒンガーはミャンマーを代表する料理で、魚の汁に素麺に似た米の麺と野菜などが入っている。PHD協会のスタディツアーでも食する機会を得たが、さっぱり味でおいしい麺だ。そのモヒンガーと並ぶ麺にオーノカオスエイがある。タイ料理のグリーンカレーと似たココナッツミルク味で、こってり味好みの方にはお勧めだ。また、珍しい麺としてはナンジーモウンティもある。きな粉をうどんにまぶしたもので、日本にない味だ。



ナンジーモウンティ

さて、代表食としてラペットウも語らねばならない。発酵した茶葉の漬物状・キャベツ・トマト・ピーマン・揚げたニンニクのスライス・ピーナッツなどを、手でかき混ぜて食べるものだ。

研修生のモーママさんとミャンマー料理店に行ったとき、彼女がラペットウ



ラペットウ

にタミン(ご飯)だけを注文したのに驚いた。私がヤンゴンで食べたときには食前のお茶請けのように出された。前菜にしか思えないラペットウを副食として食べる発想はなかった。店主に尋ねると、彼女で注文するミャンマー人は結構多いそうだ。



モヒンガー

コーヒーにも珍しいものがあった。コーヒーの粉をカップ内に沈殿させて飲むのだが、コンデンスミルク入りのコーヒーシェーとは別に、レモンティーならぬライムコーヒーがあった。マンガレーで仲間と食事をしていて、誰かがコーヒーを飲みたいと言い出した。するとコーヒーの出前があることを教えられた。しばらくして岡持に乗ったコーヒーカップがきた。よく見るとカップの横に半分にカットされたライムが付いていた。これは何かと聞くと、コーヒーの中にライムを搾って入れなさいという。このライム入りコーヒーはそれまで試したことがなかった。恐る恐る搾り汁をいれ一口飲んでみた。すると爽やかな味が口中に広がった。

「村ご飯」

タダインシェ村やイエボ村の帰国研修生の家で、村の人々の食を味わった。米は長粒種のインディカで、日本のジャポニカのような粘りは少ない。ある家庭

での夕食には、このご飯とパパイヤのサラダ、ターメリック味のジャガイモ、スープや白菜が並んだ。温かいもてなしを受けながら、食卓を囲んでいるのは、我々客と男性ばかりであることに気づいた。かつてチェンマイ郊外でホームステイしたときにも、同じ光景に出会った。来客と男性の食事の残りを、女性が食べる姿だった。

また別の家では天婦羅が食卓に上った。センドウウモノエという、つる性植物の天婦羅の味は忘れられない。

ビルマ茶は、茶葉を直接魔法瓶の湯の中に入れて飲ませてくれた。急須は使わない方法も悪くはない。あちこちで、何杯もお茶を飲み、すっかりビルマ茶のファンになってしまった。

他にも中国風の甘い豚肉ソーセージ＝ウエウジョーや、お菓子のヒヨコ豆のカリントウ＝カレバージョーや冬瓜の砂糖漬＝ペヨウヨウなどがあつた。

「酒」

最後に酒類について触れたい。町ではご当地ビールを楽しんだが、村では椰子の花の液から作ったヤシ酒を飲ませてもらった。アルコール度数はあまり高くは無かったが、白く濁った液体の素朴な味を、村の若人と共にたしなむことに酔わされた。



陶器のツボに入ったヤシ酒

日本の 里 から 里-その1

こんにちは。昨年度国内研修生の安本真理子です。私は4月から農業研修のため、兵庫県養父市大屋町で暮らしています。まだまだよそ者の私ですが、自分なりに感じるこの町のいいところをご紹介します。



日本各地の里は、先祖代々受け継がれてきた自然、知恵、文化、技術、道具などの宝庫。それぞれの里に、それぞれの魅力があります。里の住人に、紹介してもらいます。

* 自然が素敵 *

大屋町は神戸から車で約2時間半。但馬地方の山あいを走る川沿いの小さな町です。近くには兵庫県の最高峰・氷ノ山がそびえ、見回すと山山山。今年は遅い春でしたが、若葉が芽吹いてくる様子はまさに「山笑う」。

梅雨の時期は、降った雨がすぐに白い水蒸気となって空に昇るのが見え、幻想的な風景が見られます。また、雪解けの水や雨が川となり、町じゅうの水路に行き渡っています。チョロチョロと水の流れる音は耳に心地よく、夕方になると田んぼからカエルの合唱が。

先日は歩いてすぐの川沿いで蛍を見ることができました。畑ではトンビが

頭の上を舞い、草抜きをしているとテントウムシに出会ったり。すぐ側で自然を感じることができるのが、大屋の一番の魅力です。

* 人も素敵 *

そして、人もまた大屋の魅力。私が居候させてもらっている研修指導者・上垣敏明さんをはじめ、なぜか個性的で面白い人が集う大屋町。

アートで町おこしを掲げていることもあり、人口の割には芸術家が多いです。元国内研修生・鶴谷さん（鶴谷さんも国内研修生修了後に大屋町へ）が表紙となった、大屋町を紹介する「O O Y A帖」を作ったのは、「デザインで

町おこしをしたい」と東京からやって来たデザイナーさん。

この間も大阪から来た芸術家カップルが、この町に移り住むことを決め、なんとここ大屋町でプロポーズをしたのだとか！素敵すぎる！

地元の人たちも温かい方が多く、人とのつながりを感じる毎日です。すれ違う人たちとも「こんにちは」と挨拶をするのが当たり前、帰宅途中の小学生たちも「さようなら！」と元気に声をかけてくれます。

そんな、住み着きたくくなるような豊かな自然、温かい人たちに囲まれ、私は田舎暮らしを楽しんでいます。では最後に大屋弁で。「みなさん、大屋に遊びに来んせえ！（大屋に遊びに来てね）」



これがO O Y A帖だ！



PHD経由のひと vol.1

学校 → PHD協会 → 山の暮らし

かつてのPHD協会の職員・国内研修生について、会員・ボランティアの皆さんに「〇〇さんは、今どうしてるの？」とよく聞かれます。当会と関わる前、現役時代、そしてその後をお伝えしたいと思います。

【1日の始まり】

和歌山県の山間部で暮らすようになって、5年ほどが経ちました。

猪や鹿、猿、うさぎ、いろんな動物たちの住処もすぐそこで、彼らに負けないように畑で野菜を作り、田んぼでお米を育てています。

「今日は何からしようかな…」という一見のんびりな感じですが、あれやこれや、したいこととやるのがたくさんあって毎日があつという間です。

【20代最後の半年間】

大学を卒業してから、学校で講師として勤めていました。海外にも何度か行く機会があり、観光地に行き、買い物をして、それなりに楽しみましたが、どこに行っても同じような感じだなぁと思うようになっていた頃、村でホームステイができるというPHD協会のスタディツアーに、これだ！と思い、年末年始のタイツアーに参加しました。

帰国後、教えるという立場を離れ、もっといろんなことを知りたいという気持ちが強くなり、その年の3月に仕事を辞めることにしました。

先のことを決めずに退きましたが、秋からはPHD協会の国内研修生としてお世話になることとなり、アジアからの研修生と共に、アジアの村の事情、日本の問題点、自分たちの暮らしを見つめ直す機会をいただきました。

ゾーウィンさん（04年度）の農業研修の指導者中野さんのところでは、農業に対するお父さんの熱い思いを聞かせてもらったり、アフリタさんと事務所で裁縫の復習をしたり。水俣での研修で石鹸や洗剤の話聞き、「私の村で、このシャンプー使ってます。怖いね～」とハイディさんと合点したり。

研修生としての半年間は今までのあれこれを洗い流して、1からのスタートのようなどとも充実した日々でした。

【畑しよう！】

研修先の方々の仕事、アジアの村の様子などから、衣食住という生活の基本を手作りするというのが、とても尊いことだと思うようになりました。

国内研修生から引き続き、2年間、職員として勤めさせていただきました。その間に触れ、考えたことが、あやふやだった“私のしたいこと”をクリアにしてくれたように思います。

【晴れたら畑、雨ならミシン】

山に来て、1年後には炭焼きをするパートナーにも巡り合いました。近所の方たちにも助けられ、少しずつですが、思うようにいかない事もあります



福井栄利子 こと 佐藤栄利子さん

が、私なりにじっくり暮らしができるようになっています。

晴れたら畑に行き、雨なら趣味が高じて始めた洋裁。そういうことがしたいということに気が付いたこと、そして今、できつつあること。PHD協会を経由して、全てのことがこの暮らしに繋がっていることに、改めて感謝しています。



犬6匹、猫1匹、金魚?匹との山暮らし。

PHD NEWS

◆会費・ご寄附寄託状況

2月	46件	¥706,860
3月	51件	¥563,885
4月	196件	¥1,406,100
5月	50件	¥441,760
343件		¥3,118,605

上記の通り多くの皆様より貴重なご浄財を賜りました。皆様のご協力に心より感謝を申し上げます。

◆外務省「NGO 相談員」を受託しました

国際協力・交流、NGO/NPO、ボランティアなどに関して、ご相談や情報提供に応じます。また、国際協力イベント等での相談ブースの出展、セミナーや学校の授業への講師派遣などの出張サービスにも出向きますので、どうぞご活用ください。

◆年末年始 タイスタディツアー

タイ北部カレンの人たちの村を訪ねます。帰った研修生に会いに、布を織る女性グループとの交流に、村の生活を体験しに、一緒に出かけませんか？

日程：12月23日～2014年1月2日

◆使用済切手、外貨コインをお送り下さい

昨年度、お寄せいただいた使用済切手・外貨コインの換金額は、約23万円。活動資金として使わせていただいております。今年度も是非、お寄せください。

◆神戸マツダ様よりご寄贈いただきました



3月に神戸マツダ様より、当会の新しい公用車としてMPVをご寄贈いただきました。神戸マツダ様では「創新」という社会貢献活動を行っておられ、その中で5つの幸せを提唱されています。その中で「社会・環境の幸せ」ということでPHD協会の活動にご理解いただき、その協力として今回MPVをご寄贈いただきました。職員、研修生一同心より感謝しています。本当にありがとうございました。



〇月×日のPHD協会



「暑い夏を乗り越える方法」

職員 芳田 よく食べ、よく寝る。事務所でかく汗は嫌い。家庭菜園で大量に汗をかけば快食快眠。でも、職員内最高齢の姉御、熱中症には気をつけてね。

国内研修生 石川 具沢山の素麺。去年までは麺つゆのみで「ものたらんなあ」と、トマトやシーチキンを投入。加えて白ご飯を食べるのが石川家の特色。

職員 井上 黒基調の服をカラフルに。事務所では「黒やめたの？」と驚きの声多数。心境の変化を聞くと「心の余裕」。3年目の井上、酷暑でも爽やかに仕事中。

職員 坂西 海外出張。今年も3ヵ国。南国に行くイメージは今や昔。村は日陰や朝晩が涼しく、日本から行くと避暑感覚。ただ帰国後は残暑との闘いが。

職員 今里 シャワーの回数を増やす。水で朝、帰宅後、就寝前の3回。入浴後は腰にタオルでウロウロし、できるだけ爽快感を維持。でも相方には不評。

水分補給の多い順



草の根交差点

この3月に定年を迎え、「PHD 協会」でボランティアを始めて早や3ヵ月が経ちます。お役に立っているかどうかいささか疑問に思っていますが、3ヵ月を振り返り、つたない文章を綴ることにいたしました。

さて、「PHD 協会」は、Peace(平和)、Health(健康)、Human Development(人材育成)の略称だそうです。「平和な地域社会を築くためには、地域の人々の健康な暮らしを実現するための人材育成が欠かせ

ない」と言う岩村先生のお考えだそうです。人材育成には時間が必要です。先生のお考えのもとに30年余りにわたり地域のリーダー育成に継続的取り組まれていることに“なるほど納得！”です。また、協会では、1年間の日本での研修終了後、帰国しても、研修生の活動をフォローする仕組みをとっておられます。“なるほど納得！”です。

ボランティアを始めて、日々小さな“なるほど納得！”の発見で楽しく過ごしています。職員の皆さんにはもう少しお付き合いよろしく願います。(T.T)

編集後記

昨年度から、会報のページ数が8ページから12ページに増えました。編集ボランティアの方たちにもご協力いただき、新企画案をあたためていました。今号でそのうちのいくつかをやっと形にすることができました！いかがでしたでしょうか？

新企画だけでなく、従来の連載記事のご感想もお待ちしています。

夏本番ですが、皆さまお体大切にお過ごし下さい。(芳田)

編集協力：菅原宗晋、桃骨