



## 栄養士隊員としての技量が試される時がきた？！

【自己紹介】神戸市出身、京都市在住。管理栄養士として保健所、病院で勤務。その後、京都市、島根県の大学にて、管理栄養士養成に携わる。栄養士としての経験を海外で活かせるか？若き頃の夢を叶えるために、キルギスでの健康づくりに向けて活動中！

みなさまいかがお過ごしですか？ 2023年度4次隊、栄養士、キルギス派遣の今中美栄と申します。早、派遣後6ヶ月が経ちました。今回は、任務地での健康促進活動についてご報告したいと思います✿！

### <6ヶ月を迎えて思うこと>

[派遣当初] 言語に頼れず、必死に周りの行動観察をして過ごしていました。

[3ヶ月頃] 頼まれ事も多くなり、任地での隊員生活に安心感が生まれました。

[6ヶ月目] 何でもやってみた結果、栄養士のやるべき事が見えてきました。

### <キルギスの医療状況>

キルギスの医療施設の殆どは老朽化し、衛生面も十分ではありません。生活習慣病の温床となる肥満率も高く4人に一人が肥満です。また、喫煙率や飲酒習慣、貧血などの健康課題も多く、また、手洗い、歯磨き、入浴、生活リズム等々、衛生教育の必要があり、栄養教育のみならず、あらゆる視点での健康活動課題が見えてきました。

### <任務地：チュイ州ファミリーメディカルセンター健康促進室>

健康づくりの啓発を担う部署として、様々な健康推進活動を行っています。毎月変わりに啓発目標を掲げ、地域の家庭医療センター、学校、幼稚園、福祉施設などを訪問し、禁煙対策、妊婦指導、感染症予防、健康診断受診勧奨などを行っています。巡回指導をご紹介します。



▲糖尿病指導



▲健康運動



▲任務地の同僚と♡



▲乳がん予防啓発



▲高血圧予防



▲幼稚園での食育講座



▲中学校での栄養教育

11月から、地域の24の中学校の生徒や保護者、教員を対象に、栄養教育の実践授業が始まりました！果たして期待に応えることができるのか！？〇〇年間培ってきた「栄養教育」の技法や工夫で、乗り切るぞ--!! 相変わらず、意気込みだけは十分にありますが、果たしてどうなるやら✿('◇')ゞがんばります！



## JICA海外協力隊現地レポート Vol.3：異文化を学び、自分を知る

### 【自己紹介】

岸本光太朗（隊次：2023年度4次隊/職種：青少年活動/派遣国：マダガスカル） 京都市出身。  
こんにちは！任地では「人々の生活にプラス1」を意識して、日々の活動を行っています。



しかし、多くの子どもは日本と中国を混同して理解しており、よくわからっていない場合が多いです。「どうして日本に行ってみたいの？」と尋ねると、多くの青少年が「日本人はみんなお金持ちだから」と答え、「それじゃあ、お金があればどこの国でもいいの？」と聞くと、「うん」と答える子もいます。確かに、そう思う気持ちも理解できますが、マダガスカルにも他国に負けない素晴らしい自然などがあります。人々の優しさや美味しい果物、豊かな自然などがその一例です。

日本人の私にとっては「この文化は日本よりマダガスカルの方がいいな」と思う時がたくさんあります。普段生活していると自分の暮らしが当たり前になって、日頃の暮らしが他人から見てどのように見えるのかわかりません。私もそうです。マダガスカルに来て初めて、アジア人はみんな中国人に見えると教えてもらいました。だから、私も現地の青少年にマダガスカルの暮らしの素晴らしいところを日本文化を教えながら伝えなければと思います。

赴任して半年が経ち、マダガスカルでの活動が軌道に乗ってきました。私はこの2年間の任期を通じて、特に現地の青少年に伝えたいメッセージがあります。それは、「自分たちの住む国、マダガスカルには素晴らしい魅力がある」ということです。

マダガスカルの青少年は母国語に加え、フランス語や英語を学校で学んでいます。その中で、私は日本で言う「道徳」のような時間を使い、日本文化や遊びを通じて異文化交流を行っています。青少年の間では「マンガ（Manga）」も人気があり、日本に興味を持つ子どもたちも多く、「日本に行きたい」「日本語を学びたい」と言ってくれる子どもがたくさんいます。



エピソード9

その名はビブリオバトルふしみ

益井博史さんによる連載企画「読書を通して、ヒーローになれる。」第9回をお届けします。

益井さんがビブリオバトルに出会ってから現在に至るまでの活動、ビブリオバトルってどんなことをするの？その魅力とは！？など、様々な視点からお伝えしていきます。



【自己紹介】

- 益井 博史 (Masui Hirofumi)
- ・青年海外協力隊2015 (H27) 年度3次隊／青少年活動／ソロモン
  - ・一般社団法人ビブリオバトル協会 特別協力員
  - ・ビブリオバトル普及委員会 理事
  - ・大学卒業後、まちづくり会社を経て青年海外協力隊に。  
帰国後、ビブリオバトル考案者の研究室で論文執筆や大会運営に携わる。
  - ・著書『ソロモン諸島でビブリオバトル』(子どもの未来社)
  - ・最近の趣味：サウナめぐり、ボードゲーム

(前回までのあらすじ)

ビブリオバトル全国大会の予選会開催を志した筆者。

別の予選会会場で敗退したバトラーを呼び込むハイエナ作戦が功を奏し、なんとか出場者集めに成功したのだった。

会場には、すでにおよそ15人ほどが集まっていた。

ほんの数ヶ月前まで、ほぼ誰とも会話しない生活をしていた僕のイベントに！

でもそんな感慨に浸っている場合ではない。

今日は全国大会の予選として、正式に二次予選（地区決戦）に進むバトラーさんを決める責任があるので。

ビブリオバトルの概要や大会に関する説明、公式ルール・大会規定のアナウンスなど、他の会場を周って見知ったイベントの流れを、初めて司会者としてこなす。

ただし、司会者はあくまで司会者でしかない。

ビブリオバトルが料理だとしたら、司会者はお皿だ。

メインディッシュはバトラーさんが紹介する本、そしてバトラーさん自身なのだ。

この日のために準備してくれたバトラーさんたちの姿や、話を聞き入る観戦者さんたちの様子が、そのことを僕にまざまざと伝えていた。



予選会の様子

初めて主催した予選会は、無事に二次予選に進出するバトラーさんを選出し、幕を下ろした。

司会者としては経験不足が甚だしく、場を暖めることもろくにできていなかったけど、それでもなんとかなるのがビブリオバトルの偉いところだ。そして、主催者という立場になると、バトラー以上に様々な人とつながりができる、という意外な収穫もあった。

つながりの一つに、京都新聞の記者さんもいた。記者さんは僕の予選会を地域版を取り上げてくれ、僕が会場利用時に必要に迫られて作った団体「ビブリオバトルふしみ」が、初めて紙面を飾ることになった。

新聞に載ると、すぐさま反響があった。

「〇〇でビブリオバトルをしてくれませんか？」という相談がいくつも寄せられたのだ。

社会とのつながりに飢えていた僕は、すべて引き受けにこした。

それらの開催の準備をしているうちに、僕が出場する全国大会の二次予選がやってきた。

そしてその頃の僕は、いわゆる「ノリにノッて」いた状態だった。

二次予選も突破し、全国大会出場権を手にしたのだ。

2013年12月、僕は日本一のビブリオバトラーになるべく、東京へと向かったのだった。

（次回に続く）

今回の一冊：『利己的な遺伝子』（リチャード・ドーキンス／紀伊國屋書店）

「ノリにノッて」いたとき、全国大会とは関係ないビブリオバトルにも頻繁に登場してきました。本書は、僕たちが生き延びようと必死になり、恋をし、争い、ときに自らを犠牲にしてでも他者を助けるのかを、遺伝子の観点から解き明かす名著。「子ども」がテーマのビブリオバトルで紹介してチャンプ本になりました。イエイ。

## KOCA会員登録のご案内

KOCAは、京都府にゆかりのあるJICA国際協力ボランティア事業への参加経験者と、国際協力や国際交流に興味のある府民を中心とした団体で、京都府内での異文化理解の促進、地域の国際化と国際理解のために活動をしています。

活動の財源は、主に会員の年会費で成り立っており、京都のまちが元気になるような、国際交流イベントへの参加や企画運営に関わる正会員と、KOCAの活動を資金面で支える賛助会員があります。（もちろん、賛助会員の各種イベントへの参加も大歓迎です）会員のみなさまには、KOCA Newsを通じて活動の様子を届けます。ぜひ、私たちの仲間になってください。

会員登録の際、メール件名に「KOCA登録申込」、本文に①氏名、②住所、③電話番号、④正会員または賛助会員の選択、⑤年会費納入日、（協力隊経験者のみ ⑥隊次、派遣国、職種）を記して、[office@koca.or.jp](mailto:office@koca.or.jp)まで送ってください。

### <年会費>

正会員：個人3,000円 団体30,000円

賛助会員：個人3,000円、任意団体5,000円、法人10,000円

#### 1) 京都銀行への振込

銀行・支店名：京都銀行 本店営業部

口座名義：特定非営利活動法人 京都海外協力協会

普通預金 店番：101 口座番号：3990781

#### 2) ゆうちょ銀行（郵便局）への払込

口座：記号 14410 番号 26623371

加入者名：特定非営利活動法人 京都海外協力協会

手数料は各自でご負担下さいようお願いいたします。

領収書は、振込み時の控えにて代用下さいようお願いいたします。



JICA海外協力隊事業については、JICAホームページをご覧ください。

KOCAネット（マーリングリスト）は、各種行事の案内や登録者相互の情報交換・コミュニケーションを図る場として運営しています。登録ご希望の方は、[office@koca.or.jp](mailto:office@koca.or.jp)にメールを送り、お名前とメールアドレスをお伝えください。

KOCAの情報は、ホームページ、Facebook、Instagramで随時配信しています。

**HP**



**Facebook**



**Instagram** も見てね！



KOCAは、京都府在住のJICA国際協力ボランティア事業への参加経験者を中心とした組織です。国際協力活動で得た貴重な体験を生かして、異文化理解の促進、地域の国際化と国際理解のために様々な活動を展開しています。

編集・発行 特定非営利活動法人 京都海外協力協会 (KOCA)

〒600-8127 京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83番地の1  
ひと・まち交流会館 京都 2階 京都市市民活動総合センター  
PO.BOX NO.27