パラオ通信

No.10　5/13/2019

JICA 海外協力隊　SV 天野久雄

みなさんこんにちは。4 月末からの大型連休，いかが過ごされましたか。パラオは 5 月 6 日がシニアシチズン・デイで，1 日だけの休日でした。いたって普通の日々でしたが，街なかはいつもより多くの日本人の観光客が見られました。またこのようなポスターを掲示したレストランもあります。パラオにはいつも親日的な雰囲気が漂っています。

今回は私と同期にパラオへ赴任した人の仕事を紹介します。ふたりへのインタビュー記事をお読みください。

JICA 青年海外協力隊員の仕事（１）　パラオ国立病院　鈴木さん

まずはじめに，コロール島の隣にあるアラカベサン島で働く鈴木さんから話を聞きました。鈴木さんはパラオ国立病院で活動しています。山形県出身の女性です。

天野：鈴木さんは，どのような仕事をされていますか。

鈴木：歯科技工士として，補填物（主に義歯）製作の技術向上のための指導をしています。そして週 1 回はラボの人を対象に講義をしています。月に 1 回は歯科スタッフ全員を対象に講義をしています。歯科の治療はチームでするので，ドクターとの連携も大切です。ドクターからの相談を受けたりもしています。会話はすべて英語です。

また月に 2 回は地方のコミュニティーセンターにも出かけます。そこでドクターと一緒に患者さんの口の中をチェックします。いま使っている患者さんの入れ歯のここが合わないとか，この部分が壊れてしまっているとか，症状や原因，必要な治療をドクターに伝えます。

天野：ずいぶん専門的なアドバイスをするのですね。日本と違いますね。

鈴木：日本でも歯科技工士から提案することはあります。こちらでは歯科医師，歯科技工士がお互いに任せきりのことが多いため，双方での問題をなかなか理解し合えません。それではよい治療ができないので，彼らに患者さんの口の中を見させます。ドクターと情報をシェアし合って高度な治療ができるようにするためです。私は勉強会でも「このことが大切だよ」と話しています。

天野：専門的な職種なので，いろいろなものを日本から持って来と聞きました。日本から持って来たものは何ですか。

鈴木：本（専門書）です。スタッフから聞かれたことは何でも答えられるようにするためです。彼らに教えなければならないことがたくさんあります。

天野：パラオでの生活でよいことは何ですか。

鈴木：やはり海がきれいなことです。病院の裏にあるサマーハウスでランチを食べるとき，そこでゆっくり休むときがいいですね。ここが気に入っています。

天野：ところで，鈴木さんはどうして JICA の海外協力隊員になったのですか。

鈴木：子どものころに，日本の海外援助やユニセフのことをテレビなどで知りました。そのころから海外の協力活動に興味がありました。大学を卒業して病院で勤務しているときに JICA で歯科技工士の募集があったので応募しました。

パラオ国立病院の風景を紹介します。とてもきれいな建物で，周囲の景色も美しいです。

病院入り口

病院の内部

屋外の休憩所

JICA 海外協力隊員の仕事（２）　パラオ　フィットネスジム 高瀬さん

同じアラカベサン島で活動している高瀬さんからも聞きました。鈴木さんが活動している国立病院の近くにあるフィットネスジムでインストラクターをしています。ジムの近くには小学校やプール，野球場があります。

天野：高瀬さんが JICA（ジャイカ）の海外協力隊員になった動機は何ですか。

高瀬：私の父は海外で学校などを建設する仕事をしていました。私はロサンゼルスで，妹はインドネシアで生まれました。小学校に入学するときに私たちは帰ったのですが，父はその後も海外で働いていました。そのときの様子を写真で見ることがよくあって，JICA(ジャイカ)の海外協力隊の人たちのことも知りました。

天野：子どものころから海外協力隊のことを知っていたのですね。

高瀬：小学 6 年生の頃から，私もやってみたいなと思っていました。中学生になって尊敬する先生に出会い，将来は体育の先生になろうと思うようになりました。体を動かすことが好きなので，その大切さを伝えたいなあと思いました。そして大学を卒業して体育の先生になりました。その一方で，父と同じように私も海外で仕事したいなと常に思っていました。そして私も海外で挑戦してみたいという気持ちで応募しました。

天野：パラオでは，どのような仕事をしていますか。

高瀬：このフィットネスジムはコロール州政府が運営していて，私はここでトレーニング指導をしています。またアフタースクール・プログラムという，小学校の放課後の活動を支援しています。週に 4 回，コロール小学校，マリステラ小学校，GBH 小学校，ミューンズ小学校へ行きます。コロール州政府と教育省が協力しているプログラムです。1 時間ぐらい小学生に指導しています。

天野：小学校ではどのようなことをしていますか。

高瀬：小学校の低学年をメインに，友達と一緒に体を動かす運動の指導です。追い駆けっこや全身を使った運動もあります。パラオの学校は体育の授業が少ないので，それを補完するという形です。ボランティアで，この近くにあるプールでスイミングの指導もしています。

天野：フィットネスジムではどのような指導をしていますか。

高瀬：ここに来ている人たちにアドバイスをします。同じトレーニングをしている人には別のメニューを紹介したりします。私の前任者が広報活動をしたので，最近は女性も増えてきました。パラオには，お腹がポッコリ出ている人が多く，食生活が心配だなという人もいます。

天野：フィジーに研修に行かれたそうですね。

高瀬：はい。フィジーの JICA 事務所が企画したものです。生活習慣病は大洋州全体の問題になってきているので，健康にかかわる指導をしている人たちが集まりました。栄養士さ

んや理学療法士さん，トレーナーの人たちです。大洋州の人たちの食生活が欧米風になって栄養が偏ったこと，それに運動不足が加わって糖尿病や心疾患の人が増えたので，どうにかしようと企画されたのです。みんなで情報の提供と共有をしました。3 日間，すべて英語での研修でした。

天野：鈴木さんと高瀬さんは日本語補習校でも活動されていますね。

高瀬：ジムとは別の活動ができると思い，お手伝いさせていただいています。子どもたちは無邪気で可愛いと思いました。子どもたちの普段の生活はパラオ語や英語です。週に 1 回ですが，彼らにとっては日本語を話す大切な機会だと思います。子どもたちと日本語で話せるのがとても楽しいです。彼らが一生懸命にやっていることに感動しました。

天野：最後に，日本のみなさんにメッセージをお願いします。

高瀬：パラオはすごく海がきれいで，職場のあるここでも心が癒されます。私はことばが通じなくても体を動かすことでコミュニケーションできると思って取り組んできました。それとパラオ人のやさしさに支えられてきました。みなさん，体を動かすことは大切です。食事，睡眠，運動。この 3 つをしっかりやってください。

終りに

おふたりとも専門知識を生かして職場で活躍されています。また自分の職場にとらわれず，幅広い活動をされていることが素晴らしいと思いました。

以下に，鈴木さんと高瀬さんの職場周辺の風景を紹介しします。上段はジム付近の海岸とミューンズ小学校、下段はプールと野球場です。拡大してご覧ください。