

ジャマイカ便り

第3号1月

2024年度 青年海外協力隊 馬淵 萌子 青少年活動

ワグワーン！（調子はどう？）岐阜県のみなさん、こんにちは。JICA 青年海外協力隊 2024 年度 1 次隊、青少年活動で中南米のジャマイカに派遣中の馬淵萌子(まぶち もえこ)です。

明けましておめでとうございます。2025 年になりましたね。

去年は、私にとって『変化の年』でした。たくさんの出会いと別れを経験し、どれだけ多くの人に支えられてきたのか気づくことができました。今では、二本松訓練所で同じ志をもった、個性豊かな 162 名の仲間たちと出会い、共に生活した日々がとても懐かしいです。そして、そんな彼らが今、世界 35 カ国に散らばり活動しているのかと考えると誇らしく、再会が楽しみです。



お気に入りのビーチ(1月2日)

そして年が明け、2025 年。今年は、『楽しむ年』にしたいです。縁があってやってきた日本の裏側、ジャマイカ。せっかくなら、この国を楽しみたい。そして帰国後、ジャマイカはこんな国だった！と、日本人たちにも伝えられたら嬉しいです。それもまた活動の1つなのかもしれません。活動内容、成果ばかりにとらわれず、『自分の機嫌は自分でとる』ように、楽しむことも大切にします。けれど、最優先は活動。以前までは、目の前の与えられた仕事をこなす毎日でしたが、最近は徐々に任されるイベントが増えてきました。現地の人の意見や価値観を尊重しつつ、これから踏み込んでいこうと思います。そして忘れたくないのが、どんなに辛い経験や失敗にも、全ての物事には少なからずポジティブな面があるということ。今年も、そのポジティブな面にフォーカスしながら自分らしく歩んで行きたいです。前置きが少し長くなりましたが、今回は第3号、ジャマイカの物価について紹介したいと思います！

現在のレート

1JMD(ジャマイカドル) = 0.99円 (2025年1月時点)

普段は、JMD をそのまま円に置き換えて買い物をしています。

ジャマイカドルは日本円とほぼ同じレートなので、計算をする必要がありません。



最初にジャマイカに到着したとき、そのままスーパーに買い物に行きました。事前に物価が高いことは聞かされていましたが、野菜、果物の食料品以外にも、ハンガーやトイレトペーパーなど日用品も全て高額で驚きました。トマトは手のひらより小さいサイズ3つで900円、ピーマンは手のひらサイズ1つで700円するものもあり、キャベツは日本のサイズだと 500 円以上します。よって、ジャマイカ生活初日は、カップラーメン(150 円)で夕飯を済ませました(笑)

初日の購入品

カップラーメン150円/クラッカー100円/ジャム400円
水100円/菓子パン130円/インスタントコーヒー(一杯分)50円



ある日のスーパー



インゲン(1パック) 450 円
 柿(1つ) 930 円
 マッシュルーム(1パック) 550 円
 キウイ(2つ) 430 円
 コーヒー(中) 1100 円
 食パン(一斤) 550 円
 ツナ缶(1缶) 200 円
 コーラ(350ml) 110 円
 マフィン(1つ) 390円

主食である米、そしてパンやパスタはそこまで高くありません。野菜の中では、オクラやカボチャが比較的安い方です。果物は、りんごが小さなもので、100円ぐらいで購入できます。

日本食



だしの素 1300 円



白味噌(750g)1900 円



箱アイス 2000 円



お酢(710ml)1500 円 めんつゆ(500ml)2200 円

首都では、中国人や日本人が経営しているお店もあり、日本の商品が少し手に入ります。しかし、値段が高いためあまり購入していません。今は、日本から持ってきた調味料を節約しながら使っています。また、先月、友人が日本から荷物を送ってくれました。荷物は、日本から約1週間でジャマイカに到着、そこから1週間ぐらいで手にしました。こんなにも日本食が貴重で美味しく感じられるのは、初めてです。新しい発見ができて、逆に良い経験ですね。それらは疲れたときや日本が恋しいときにご褒美として食べています。ありがと〜う！！！！

交通費

乗り合いタクシー:片道 150 円~500 円 (普段の移動のとき)
 高速バス:片道 3000 円 (JICA 事務所に行くとき)
 チャーターバス:1日 20000 円~25000 円 (大人数でお出かけするとき)
 私の家から配属先までは乗り合いタクシーで片道 5 分で 150 円。



最後まで読んでいただきありがとうございました。次回は、私が今まで訪れたジャマイカの観光地についてお届けします。それでは、リックルモア！(またね！)