



国際協力とみんなの日常

2023年も残りわずか！早いもので、パラオに来て2度目の年末を迎えようとしています。暑いのに煌々と光るクリスマスのイルミネーションにも慣れてきたようで、まだまだ違和感もあります。

JICA ボランティアとして国際協力に携わり、それにどっぷり浸かることができたこの1年でした。国際協力と聞くと、なんだかすごいことをしているようにも聞こえるかもしれませんが、『現地の人たちと時間を過ごしなが、何に困っているのか、どうしたらそれが良くなるのかを一緒に考える』というのが私の解釈です。そんな想いをもってパラオで活動する中で気がついたことは、国の垣根を超えているから『国際協力』という名で大きなことをやっているように見えるけれど、実はこれって学校生活でも一緒なんだということです。同じ学校、同じクラス、同じ部活で仲間と一緒に過ごす中で、色々な問題が出てきて、困る人も出てきます。そんな中で、なんでなのか、どうしたらみんながよりよく過ごせるのかを考えますよね。きっと、国際協力の根底はみんなが日常の中でやっていることと一緒になんだと思います。

さあ、いよいよ冬休みを迎えますね。3年生は受験を控え、一生懸命頑張っていると聞いています。今、みんなが取り組んでいることが、いつか誰かを助けるための知恵や武器になるかもしれません。もちろん一番は自分のために、一休みしながらも有意義に時間を過ごしてください。

【パラオ日記】

★パラオには、人が住む小さな島がいくつかあります。メインアイランドからボートで1～2時間ほどで行ける島もあれば、片道2日かかる場所にある島もあります。そういった島には年に3、4回しかボートが出ていないため、ボートが出るタイミングで多くの日用品や学校関係の物品が送られます。12月上旬にそのボートが出たため、体育の用具を送るのに波止場へ。ものすごい量の荷物が準備され、ボートに積まれていく様子を見ることができました。



★12月にはクリスマスイベントがたくさん！冬休み前には各学校でクリスマスプログラムが行われたり、地域の広場で子どもたちが歌やダンスを披露するなど色々なパフォーマンスが行われていました。週末には『クリスマス飴まき』と呼ばれるイベントが。色々な企業や有志団体がデコレーションをしたトラックから沿道に向かってお菓子をまくというもの。JICAのボランティアも参加しました。子どもたちは大喜びでお菓子を受け取っていました。



♪当日は個性的なデコレーションがほどこされたトラックがたくさんありました。沿道の人たちはみんな大きなカバンや箱を用意してお菓子を受け取っていました。

パラオの人たちは何を食べているの？



今月、JICA 海外協力隊として活動している隊員が集まり、zoom イベントを行いました。パラオ（大洋州）、ラオス（アジア）、ヨルダン（中東）、カメルーン、ルワンダ、ガーナ、ナミビア（アフリカ）、パラグアイ（南米）と「衣食住」をテーマにそれぞれの国について紹介しました。そこから抜粋して、パラオの食をご紹介します！

👉パラオ人の男性は仕事終わりや週末によく釣りに行きます。そこで釣った魚を調理して、色んな魚料理を食べます。焼いたり、スープにしたりもしますが、『ニツケ』も大人気！煮付けはパラオ語でもニツケと言います。

〳〳皮を剥くとこんな感じ！〳〳

日常生活編



タロイモ



魚



ニツケ



👉ご飯と並ぶパラオの主食はタロイモ！里芋に似た食感で、ホクホクしていてとても美味しいです。多くのパラオ人は各家庭でタロイモを育て、それを収穫して食べています。ある日の給食にも、タロイモとローカルの魚が出ていました。缶フードを食べることも多いパラオ人ですが、地元の食材を使った食事は最高です！

〳〳『トクベツ』はパラオ語でも Special を表す、日本語からの借用語です。パーティーのあいさつなどで、よく聞かれます。〳〳

トクベツ編



デモック



ウカエブ



👉デモックはタロの葉とココナツのスープ、ウカエブはカニとココナツを使った料理です。カニ×ココナツはスープにしても相性抜群！とても美味しいです。

他にも、パラオ人は自分の家庭で育てた『ヤサイ』（パラオ語で野菜のこと）を食べたり、お店には『ベントー』や『コロッケ』（日本のかき揚げに近い食べ物）、『ムスビ』がたくさん売っています。パーティーでは、『イナリ』を作って持ってくるパラオ人もいます。食に関しても、日本から影響を受けている部分が多くあります。

