

参加と協力

総会号

〒791-8013 愛媛県松山市山越5-12-8 ☎(089) 908-8222

令和6年7月3日

広がれ！育てる会の輪

愛媛県青年海外協力隊を育てる会

会長 土居 英雄



青年海外協力隊員が増え、海外での様々な活動が活性化していくことは私たちの願いですが、彼らを支援する「育てる会」自体の会員増強が数年来の課題となっています。

会員になっていただくには組織の枠組みへの理解が欠かせません。歴史的に振り返ってみますと、開発途上国の経済・社会の発展と復興への寄与、友好親善・相互理解の深化、国際的視野の涵養とボランティア経験の社会的還元などを目的に、青年海外協力隊（JAPAN OVERSEAS COOPERATION VOLUNTEERS）は1965年にスタートしました。JICA（独立行政法人国際協力機構）の海外ボランティア派遣制度という位置づけで今年が60年目になります。一般社団法人協力隊を育てる会は1976年に発足しています。愛媛県青年海外協力隊を育てる会は、18番目の地方組織として1990年に設立され、25年目を迎えています。

協力隊の取り組みは、一時期喧伝されたグローバリズムとは考え方が違います。グローバリズムは経済や貿易で世界を一体化しようというものですが、青年海外協力隊員の多くは派遣国の首都から離れた地域で、現地の人たちと同じ生活をしながら活動をしています。点的な接触であり地域コミュニケーションですが、これらが集合すれば多様な国際理解の大きな集団ができあがっていきます。

愛媛県青年海外協力隊を育てる会は派遣ボランティアの活動支援、国際交流成果の支援（応援）を目的に以下のような活動をしています。

- ・ 出発時、帰国時の県庁や地元市町への表敬訪問に際しての同行
- ・ JICA 四国青年海外協力隊相談役と協力して帰国隊員の就職活動支援
- ・ 現地隊員からの要望支援（例：卓球や野球の用具支援、カレンダー送付など）
- ・ 食の面から各国の文化を考える「地球の料理教室」の開催
- ・ 帰国隊員の報告会開催
- ・ 国際理解教育の場面での協力
- ・ 地元マスメディアの協力による隊員活動の広報
- ・ 愛媛グローバル人材育成プラットフォーム事業への協力
- ・ チャリティゴルフ会の開催

以上のような活動を中心に、出発前、海外での活動中、帰国後の隊員支援と多文化共生を理解するための事業を促進しています。JICA 四国によりますと、愛媛からの青年海外協力隊の新規派遣者数は2009年度の32人がピークで、新型コロナウイルス蔓延前の2018年度まで10人台～30人台で推移しています。国際化が進む中で、企業や社会活動にとって、多様な応用力を持ち、かつ国際事情を理解する人は貴重な人材といえます。

多くの皆さまが「育てる会」に関心を持っていただき、活動主旨を理解いただいてご入会され、育てる会の活動の輪が広がっていくことを念願しております。

私たちはふるさとに帰り、 愛媛を元気にします！

『ベトナムでのボランティア活動』

田 中 恵（内子町出身）

（2022年2次隊・ベトナム・理学療法士）

シンチャオ！ 皆さん、こんにちは！ 現在、ベトナムの病院で理学療法士として活動をしています田中恵です。早いもので、派遣されて1年半が経ちこちらでの活動も残り半年となりました。

私の住んでいるラムドン省ダラット市は、ベトナム中南部にある高原都市です。南部の主要都市であるホーチミン市から飛行機で1時間ほど、人口は約40万人で松山市より少し小さい感じでしょうか。季節は雨季と乾季の2つ、熱帯気候のベトナムにおいて年間平均気温が20℃前後と過ごしやすく（暑い日でも30℃ほどです）、ベトナムの人たちが暑さを逃れて涼みに来る避暑地として有名です。また、Thanh pho Hoa タインフォーホア（花の都市）と呼ばれており、涼しい高原気候を利用した花や野菜の栽培が盛んです。四季がないためか、一年中同じ花が咲いていることも多く、紫陽花、向日葵と桜が同時に咲いている、なんていうこともあります。皆さんがイメージするベトナムとは少し違うかもしれませんが、自然あふれるとても住みやすい都市です。

配属先であるラムドン省第一総合病院は、省の中核病院です。日本でいう県病院のような位置づけかと思います。毎日、省内から多くの入院・外来患者さんが病院を訪れます。ここで、私は理学療法／リハビリテーション科に所属して、同僚とともに患者さんの理学療法を実施しています。患者さんは日本と同じように、骨折、脳卒中、脳の外傷など年齢も疾患も様々です。ベトナムの病院で一番驚いたことは、バイク事故による患者さんがとても多いことです。公共交通機関の少ないベトナムは、多くの人がバイクを利用しています。特に地方都市であるダラットは交通ルールもあってないような状況…いつもよく衝突せずに運転できるなあと思っていたのですが、そんなはずはな

くバイク事故による患者さんが絶えません。

日々の活動は、同僚と一緒に患者さんに理学療法を実施することをメインに行っています。私と配属先の活動目標は「リハビリテーションの知識・技術の共有を通して、患者さんの自立へ繋がる理学療法を行うことができるようになる」ことです。当初は、マッサージと電気治療などの物理療法しか行っておらず、例えば立ったり歩いたりする練習も私が一人で行っているというような状況で、新しいことを取り入れる難しさを感じていました。しかし、興味を持ってくれる同僚と一緒に患者さんの理学療法をしたり、平行棒やリハビリテーション用のベッドなどの用具を病院に揃えてもらったりする中で、徐々に患者さんへの理学療法が変化してきたときには、とても嬉しく感じました。

日本と配属先の病院を比べてしまい、「診断名も曖昧、処置も適当、同僚もやる気があるとは言えないし…」とネガティブな面ばかりに目が行ってしまうこともあります。しかし、同僚たちはいつも明るく、患者さんや患者さん家族とのコミュニケーションの取り方はとても上手です。私の拙いベトナム語も瞬時に理解して、患者さんに伝えてくれます。また、食べることが大好きな同僚たち、朝ご飯は勤務時間が始まってから一緒に食べたり、休憩時間は一緒に果物を食べたり、旧正月前には患者さんも一緒に料理をしてお祝いをしたりと、私の活動先での思い出は皆と一緒に色々なものを食べたことが大半を占めている気がします。いつも熱心にリハビリに取り組んでくれる患者さんや助けてくれる同僚たちのおかげで、1年半頑張ってきたと実感しています。

活動も終盤ですが、いままで同僚たちと取り組んできたことを今後も配属先で継続できるように、患者さんがリハビリを継続できる体制づくりを同僚たちと行っていきたいと思います。また、残り半年のベトナム生活を楽しまたいです。機会があれば、ぜひダラットにもお越しください。シンカムオン！ ありがとうございます！



配属先の病院での活動



旧正月の行事



ダラットのコーヒー農園

『フィジー活動記録』

二 宮 正 順 (宇和島市出身)

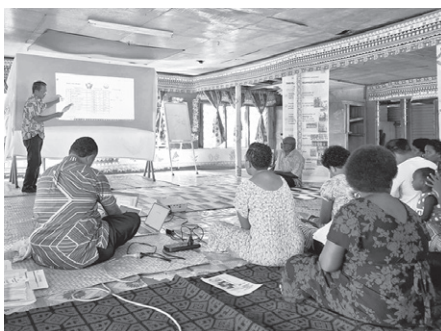
(2022年3次隊・フィジー・食品加工)

BULA VINAKA! (ブラ ビナカ!) 皆さん、こんにちは。2023年1月からフィジーで活動中の二宮正順と申します。フィジー共和国は、南太平洋に浮かぶ300余の島々からなる島嶼国、それらを合わせると四国と同じくらいの面積になるとか。南太平洋ではパプアニューギニアと共にリーダー格とされています。私がフィジーに来ることになった時、友人たちには随分とうらやましがられました。彼らの頭の中には、青い空と海に白いビーチ、ヤシの木陰のハンモックに揺られて惰眠をむさぼるシーンが浮かんでいたことでしょう。現実には、そんな甘いものではございません。フィジーに高級リゾートは掃いて捨てるほどありますが、協力隊員には高嶺の花。喧騒の中、現地の人々と同じ町場に暮らし、公私ともに次々と降りかかる難題と格闘し(時には野良犬に襲われ(泣))、日々これ悶々としているのが現実なのです。

さて私が所属しているのは、農業省の研究施設のひとつKoronivia Research Station (KRS)の食品開発部門Planning and Development Unit(PDU)です。フィジーでは旬の時期、一気に収穫され需要を超えて供給される作物が売れ残り、大量に廃棄される現状が残念ながらあります。それは農産物を保存したり加工して利用する技術がないからです。KRSでは未利用農産物を使って様々な食品を開発し、農家の収入増とコミュニティーの経済的發展を図っています。私が招請されたのは、異なる技術者目線での新製品開発ができないかという発想からです。幸いなことに赴任早々開発テーマは決まったものの、それを具現化するための器材がラボにほとんどないのは困りました。日本の場合発注すればすぐ届くものも、こちらでは全て輸入品のため非常に時間がかかります。おまけにお国柄なのでしょう、業者さんに売る気があるのかなのか、とにかく対応が遅いというか対応してくれません。私のテーマのひとつに「未利用農産物からのアルコール飲料の開発」があります。安全確実に目的の発酵物を得るには日本産の麹菌と酵母を使うのが早道なのですが、このような生物資材の輸入が激烈に難しいのです。Biosecurity Authority of Fiji (BAF) という検疫組織があり、せっかく海外から取り寄せた生物資材もBAFの許可証の添付がないと否応なく廃棄されてしまうのです。そのため、BAFとやり取りしながら必要書類を集め許可証を取り(また事務処理が遅い!)、日本の同僚に頼み込んで荷造り発送してもらい、廃棄されはしまいかとハラハラしながら到着を待つ、そんなこんなで半年を棒に振りました。日本

から無事に種麹が届いた時には、万歳三唱して祝杯を挙げたものです。私は、研究開発の要諦は「スビード」であると思っています。このフィジーの検疫体制は、固有種の保護や国民の健康保護の観点では素晴らしい取り組みですが、メリハリのない管理と運用はこの国の科学技術の発展を阻害しかねないかと、若干の不安を感じます。まだ突破できない壁も多々残っていますが、お陰様でタロ芋やキャッサバ、KRS産くず米、パイナップルなどを使った焼酎やリキュールが試作でき、試飲でよい評価もいただいております。製品開発は、開発した製品をお金に替えるまでが仕事です。残り数カ月の活動期間中、フィジーの酒類メーカーを訪ね売り込みをかけることが次のターゲットになります。難問山積は覚悟の上、大和魂で頑張る所存です。

ちなみに他のテーマもありまして、ひとつはフィジーオリジナル紅茶の復活(現在紅茶は全量おもにインド、スリランカからの輸入品です。フィジーが英統治領だった時代に作られていた紅茶をリバイバルするのが目的)、もうひとつは未利用農産物を使ったソフトキャンディー、アイスクリームの開発であります。実は紅茶のテーマも現在暗礁に乗り上げており、それを打破すべくもがき苦しんでいるところなのですが、長くなりますので今回は割愛させていただきます。アイスクリームでは、タロ芋、しょうが、ヴンディ(バナナの親戚、青い時は芋の味、黄色くなればバナナ風味)、サワーソップ(日本では絶対お目にかかれない南国フルーツ、強香で◎)、ココナッツ等々でレシピを作りました。PDUは、ビレッジ(コミュニティーの最小単位)を訪れ、そこの女性グループや農家に対して食品加工を指導するワークショップを主催し、いわゆる農業の6次産業化と一村一品運動を支援する活動を行っています。私もこれに同行し、ビレッジの特産品を使ったアイスクリームの簡便な作り方を参加者に教えることで協力しております。フィジーの人たちは皆アイスクリームが大好きなので、目を輝かせながら受講してくれます(Rotumaという超離島では、首都近郊では10ドルで買えるアイスクリームが、なんと40ドルで売られている現実を島民から聞きました。そりゃ目も輝くわけです)。また参加者が試作品を食べ親指を立てて「いいね」をしてくれる時、日頃の鬱憤もどこかへ吹き飛び、食品加工をやっていたよかったなと思ったりもします。海外協力隊員となって早や一年、悲喜交々いろんなことがありますが、「ダメだこりゃ」と思うことも多々ありますが、フィジーの人達の人柄の良さに助けられています。この人達のために少しでも役に立てる技術を残したい、そんなことを考えながら活動に励む今日この頃です。現場からは以上です。



アイスクリームワークショップの座学中



ワークショップ後の集合写真



現地の気のいいおじさん

『日本橋修復への道のり』 ーベトナム・ホイアンよりー

宮 崎 真 緒（新居浜市出身）
（2022年2次隊・ベトナム・建築）

皆様こんにちは。2022年10月よりベトナム中部のホイアンで活動しております、建築隊員の宮崎真緒です。古くは貿易港として栄えたホイアンは、旧市街の歴史的な町並みがユネスコの世界文化遺産に登録されています。私は市の人民委員会に属するホイアン文化遺産保存管理センターに配属され、現地の建築士らと活動しています。活動が2年目に入り早くも半年が経過しました。

現在私は、ホイアン旧市街のシンボルとして位置づけられる歴史的建造物である、日本橋（別名：来遠橋）の解体修復工事に参加しています。日本橋はベトナム紙幣の2万ドン札にも描かれており、国内はもちろん海外からの観光客にも人気の高い名所です。活動としては、現場に通い同僚や施工業者の管理者・作業員に対して安全管理の指導をしたり、解体修復に際し瓦や外壁材などの調査・記録を行ったり、解体した装飾部材の実測図面の作成を補助しながら日本の手法を共有したり、ディテール設計に関して助言を行ったりしています。

出力されている図面の縮尺がでたらめである、工事監理者がいない等の業務上の違いも多いですが、業務内容以上に、仕事の進め方について戸惑うことや驚くことが未だに多くあるように思います。同時に、自分自身が日本で生まれ育ち、日本の企業に教育された人間であることを改めて実感します。

そもそもベトナム人の文化の中では計画を立てることが無く、突発的な依頼や会議は日常茶飯事です。日々の業務にしても、工事全体の工程についても、たとえ大きなプロジェクトであっても日本のように計画性をもって進められることがあまり無く、振り回されることが多いと感じます。例えば日本では、事前に作成する施工計画に沿って工事が進められることが通常ですが、ベトナムでは違います。配属当初

は「来週始まる」と言われていた工事が、旧正月を挟み休暇ムードが高まったために、結局着工したのはその3か月後となりました。やっと工事が始まり順調に進んでいたと思えば、修復後の基本設計の方針について人民委員会の人たちの中で意見が食い違ったために、ある日突然中断しました。日本では着工前に設計図面を提出するのでこうした事態はあまり起こり得ないのですが、驚いたことに着工から約7か月、解体がほぼ完了したこの時点でまだ設計図面が存在していないことをこの時に初めて知りました。結局そのまま再び旧正月を迎え、現場が止まったまま約半年が経過したかと思えば、方針が決定した直後からは「〇月までに工事を完了させるように」という上からの無理な指示のもと、土日も休まず働いていたりします。

ホイアンは日本からも直行便のあるダナン国際空港から車で45分とアクセスも良く、国内外から人気の観光地です。ベトナム国内の他の観光地と比較すると特に欧米人の割合が高く、それだけに観光コンテンツも充実しているので「世界中の隊員の中で、観光で訪れていただくのに最も適した任地」と自負しています。活動が思うように進まない中で、任期中には実際に多くの方々が日本から遥々ご足労くださっており、私にとって非常に大きな支えとなっています。ホイアンの私と、隣のダナン市にも同郷人が在住しているご縁で、地元・新居浜市とホイアン市との交流も生まれました。新居浜市の職員をはじめ、これまでに多くの方々が視察に訪れホイアン市政府や配属先職員と交流して下さったことは私としても大変喜ばしく、感謝しております。両市の関係性が今後も発展することを願うと同時に、私自身も出来る限りお役に立てればと考えています。

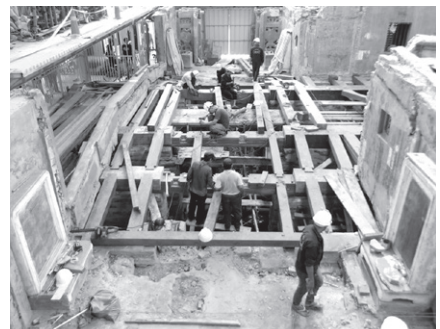
活動は残り半年を切りました。日本人の私から見て無計画であっても、結果として世界中の観光客を惹き付けるホイアンの町並みを維持管理している現事務所に居られる有難みを感じながら、最大限のサポートをしつつ過ごしていければと思います。



解体前の日本橋



解体した部材の実測



日本橋の修復作業現場



がんばってます

『青年海外協力隊員→新聞記者→ 農家に転身』 —故郷・大三島の発展に貢献したい—

多 和 史 人（今治市出身）

（平成12年2次隊・ミクロネシア連邦・
人口環境問題）

現在47歳。私の半生を一言で表現するなら「行雲流水」でしょうか。格好をつけましたが、成り行き任せで生きてきました。中学生の時に漠然と外国に興味を持つようになり、高校生の時に海外渡航の一つの手段として青年海外協力隊という制度があることを知りました。東京農業大学農学部国際農業開発学科に進学したのは、多くの卒業生が青年海外協力隊に参加しているという理由もありましたが、「受験勉強をこれ以上続けたくない」というのが正直なところでした。

熱帯農業を学ぶ傍ら、研究室で水や土壌などの化学分析に勤しむ日々。就職活動はせず、4回生の時に青年海外協力隊に応募しましたが、見事に失敗しました。1999年3月に卒業後、住み込みで廃棄物処理やホテルウエイターのアルバイトをしながら再挑戦し、2000年12月から太平洋の島国・ミクロネシア連邦ヤップ州の環境保護局（EPA）に派遣されることになりました。今思えば、なんとも無鉄砲な青年でした。

■無我夢中だった隊員時代

ミクロネシア連邦は4つの州からなり、ヤップ州都のあるヤップ島は独特の伝統と慣習が色濃く残る場所で、現在も使われている巨大な石貨が有名です。EPAは日本の環境省のような役所で、当初は私とアメリカ人ボランティアを含め計7人のスタッフがいました。本来の要請では、現地スタッフに水質検査の知識や技術を伝えることになっていましたが、赴任直後にそのスタッフが癌で早逝。水質検査担当の空席を

穴埋めしながら、新たな要請で環境教育の一環としてEPAの仕事を住民に知らせる広報紙を3カ月に1回発行していました。

最も記憶に残っているのは、第二次世界大戦中にユリシー環礁で日本軍の特攻兵器・回天の攻撃を受けて沈没した米軍タンカーから、2001年夏に油が漏れだした事故。首都ポンペイにある日本大使館に「日本として何か援助できないか」と相談した際、担当者から戦後処理に絡む問題なので「パンドラの箱なんですよ」と説明されたことは忘れられません。

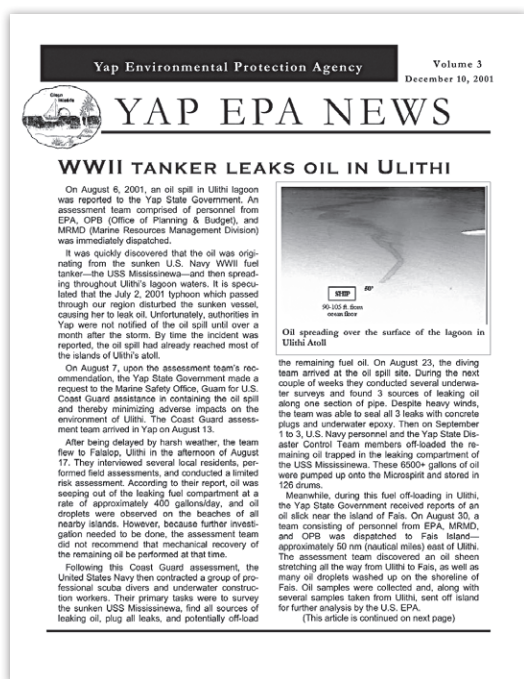
■出来の悪かった新聞記者時代

2002年12月に帰国し、国際協力専門家や社会起業家に興味を持って大学院の試験を受けたり起業塾に参加したりしましたが、学力や一歩踏み出す勇気が足りず、悶々とする日々を送っていました。そんな時にたまたま目にしたのが愛媛新聞社の中途採用の募集広告です。「まずは社会経験を積もう」と思い、履歴書と作文を送りました。正直言うと、入社するまで仕事内容をよく理解していませんでした。「編集職」と「営業職」を若干名募集していたのですが、口下手で酒も飲めない私は「営業職は大変そう」と編集職を選択。パソコンで記事をレイアウトする仕事だと思い込んでいたので、2004年4月に入社して初めて、社会部に外勤記者として配属されると知り、驚くと同時に大変な苦勞をすることになりました。

1年目は松山西警察署と松山海上保安部を担当。心身ともに辛い毎日でしたが、ありとあらゆる事件や事故の取材を経験し、記者としての精神力や足腰を鍛えられました。必死で仕事に食らいつき、数年が経過してようやく、記者のやりがいを感じることができるようになりました。詳細は省きますが、2011年の東日本大震災の現地取材、2019～2020年の松山空襲に関する調査報道とアーカイブ（<https://>

www.ehime-np.co.jp/online/news/matsuyama_air_raid/top.html) 作りは特に思い出深い仕事です。

新聞業界は、インターネットの普及で誰でも情報発信ができるようになり、厳しい時代を迎えています。私は2018年以降、長年の無理がたたったのか、抑うつ神経症とバセドウ病を併発し、休職と復職を繰り返していました。「このままでは壊れてしまう」「会社に残ってもお荷物になる」と葛藤した末、2022年3月に退職しました。出来の悪い私が外勤記者を18年間も続けられたのはひとえに、見捨てずに育ててくださった会社の皆様や温かく取材に応じてくださった皆様のおかげです。この場をお借りして感謝申し上げます。



ユリシ環礁での沈没タンカーのオイル漏れ事故を報じる「YAP EPA NEWS」



イラク大使館の領事（当時、左）とシリアから退避中のゲスト（自園にて）

■新たなスタートラインに立つ

療養期間を経て、2024年4月からは愛媛県が認定する農業指導士の下、故郷の大三島で柑橘栽培の研修に励んでいます。公務員だった両親が定年退職後に15年間こつこつと頑張って築き上げた「多和農園」を引き継ぎ、大三島を含むしまなみ地域の発展に貢献するのが現在の目標です。ただ、眼前には大きな現実問題が横たわっています。

両親は良質な柑橘をほとんど利益のない手ごろな値段で販売してきたので、私が農業収入で生活できるようになるためには、値上げしても品質をちゃんと評価してくれるお客様を開拓しなければなりません。ご多分に漏れず、大三島にも人口減少、少子高齢化、農家の減少、耕作放棄地の増加、物価高騰などの波は押し寄せています。これまでのさまざまな経験や人とのつながりを総動員し、農業を通じてこれらの課題に立ち向かっていきたいと思っています。1人でできることには限界があります。皆様にもご指導、ご協力をいただければ幸いです。



Tawa Farm（多和農園）のインスタグラムとQRコード

【地球の料理教室実施】

2023年7月12日、愛媛県立松山商業高校にて3年生生活産業基礎科目の生徒37名と一緒に実施しました。

調理実習室で数名ずつ実習テーブルに分散し、初めてのドミニカ共和国のポジョ・ギサード（鶏肉のトマト煮）を作りました。

各テーブルを巡回しながらアドバイスをを行い、みんなで楽しく料理することができました。

料理の後、ドミニカ共和国の写真や当時の活動の様子などを話しながら、生徒たちと楽しく食事をすることができました。

日本人の口にも合う料理で評判もよく、異文化に対する理解や興味を生徒たちにもってもらえる良い機会になりました。



協力してつくりました

【ポジョ・ギサードの作り方】

現地のハーブが手に入らないため、バジル、オレガノで代用しています（それぞれ同じ量で）。煮込みに時間がかかるので、私は時短のため圧力鍋を使用しています（今回も）。

別途ご飯を用意してください。カレーライスのようにご飯にかけていただきます。

材料（5～6人分）

- 骨付き鶏肉(手羽元) 500～600 g
- ニンニク 1～2片
- 塩 少々
- 酢 適量
- セロリ 1本
- 砂糖 少々
- バジル 少々
- オレガノ 少々
- コンソメ 1～2個
- 醤油 少々
- ウスターソース 少々
- トマトピューレ 200g

作り方

①前処理として1～2時間前に

ニンニク、バジル、オレガノ、塩を鶏肉にすりこむ。

②ビニール袋などの中で、肉に酢を浸み込ませる。（酢は多めに）



煮込み中

③みじん切りにしたセロリを②の袋に加え少しなじませる。

④フライパンに油を入れ、大さじ1の砂糖でカラメルを作る。焦げ始めたら肉を入れ軽く焦げ目をつける。

⑤鍋に肉、セロリ、トマトピューレ、コンソメと水を加えながら肉が柔らかくなるまで煮込む。最後にソース、醤油で味をととのえる。

ポジョ・ギサード（鶏肉の煮込み）



【地球の料理教室実施】

2023年 7 月10日、愛媛県立松山商業高校にて、高校生を対象としたイベント「地球の料理教室」を実施しました。参加者は生活産業基礎や異文化理解を選択している3年生40名で、初めてのカメルーン料理作りを経験しました。日本ではあまり馴染みのない味を味わい、追加でトッピングしたカメルーンの辛い調味料（ピマンソース）の辛さをどこまで食べられるかチャレンジし、楽しんでいました。



男子生徒も一緒に

【海外の経験は、強みになり人生も豊かになる】

料理教室の前に、青年海外協力隊でのカメルーン生活と帰国後の活動について紹介し、現地でのリアルな現状と海外における日本人の見られ方、その海外での経験が今の人生にどう生かしているかを話し、学生からもユニークな質問があるなど、海外を身近に感じる一つの機会になりました。

【カメルーン共和国の基本情報】

面積：475,440km²（日本の約1.3倍）

人口：2,791万人（2022年：世銀）

首都：ヤウンデ（Yaoundé）

民族：バミレケ族、ファン族、ドゥアラ族、フルベ族等約250部族

言語：フランス語、英語（共に公用語）、その他各部族語

宗教：カトリック、プロテスタント、イスラム教、その他のキリスト教等

出典 外務省ホームページ

<https://www.mofa.go.jp/mofaj/area/cameroon/data.html#section1>

【アラシッドソースの作り方】

ピーナッツのペーストをベースにした西アフリカの家庭料理の一つです。

味付けとしては、酸味を出すトマト、甘味とコクを出すピーナッツバター、辛味を出す赤唐辛子を使用します。今回は豚肉とトマト、胡椒あたりで味付けし、唐辛子も入れて調理したいと思います。



アラシッドソース

材料（4人分）

- ・豚肉 200g
- ・タマネギ 1個(250g)
- ・トマト 1個(200g)
- ・ピーマン 1個(20g)
- ・ニンニク 2かけ
- ・ピーナッツペースト 大さじ2
- ・油 大さじ2
- ・チリパウダー 小さじ1
- ・コンソメ 16g
- ・塩 小さじ1
- ・コショウ 少々
- ・水 200ml



作り方

（下準備）

- 1.豚肉を1cm幅の短冊切りに少し太めに切る。
- 2.タマネギ、トマト、ニンニクを細かいみじん切りにする。
- 3.ピーマンを大きめのみじん切りにする。
- ①鍋に油を入れ、豚肉を焦げ目がつくまで炒め、取り出しておく。
- ②同じ鍋でみじん切にしたニンニクと玉ねぎを炒める（色が変わりタマネギ特有の粘り気が出るまで）。
- ③トマトを炒め水分を飛ばす。
- ④チリパウダー、塩、コショウを入れ炒める。
- ⑤200mlの水とコンソメを入れ、5分ほど煮込む。
- ⑥ピーナッツペーストを加え、とろみがつくまで煮込む。

編集後記

2024年は1月の台湾総統選挙を皮切りに、ロシア、インド、EUなど世界各国の大統領と議会選挙戦が行われている。協力隊派遣中の国々では、南アフリカ、ガーナ、セネガル、インドネシア、パキスタン、モルディブ、ソロモン諸島、メキシコ、エルサルバドルで選挙があり、11月のアメリカ大統領選で「選挙Year」を締めくくる。

現在派遣中の隊員達は、途上国特有の矛盾と欺瞞に満ちた選挙を肌で体験し、日本との違いを痛感しているに違いない。選挙のみでなく、内戦やクーデタのためリベリア、シリア、スーダン、カンボジア等の隊員は、派遣中止、途中帰国、派遣先変更など協力隊の苦い歴史がある。

選挙は民主主義を守るため、普遍的なもの信じていたが、ロシア、中国、北朝鮮などの政治体制の現実を知るにつけ、それらには不可解さを感じる。長期化するウクライナ・ロシアの戦いと、パレスチナ（ハマス）とイスラエルの衝突も、停戦のめどが立っていない。民族、宗教、歴史、地政学等からアメリカ合衆国のみならず各国で分断が生じている現在、2024年の「選挙イヤー」の結果は、世界を変革する事が出来るのだろうか。

来年2025年は協力隊が発足して60年になるが、政治に翻弄されること無く、ボランティア活動に打ち込める平和な世界が訪れることを、祈らずにはられない。（Hal）