野沢北高校
１年
北澤（きたざわ）　壬悠（みゆう）

新たな自分とカンボジア

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

プロジェクト参加前後で変化したこととして、第一に安全管理に関する意識があげられます。初めて日本を出て、日本の治安の良さや衛生状態の良さを実感するとともに、海外では危険なことも多いのだと実感しました。そして参加前に比べて考えてから行動するようになりました。また、トゥールスレン虐殺博物館を訪れたりポルポト政権が与えた影響について学んだことで、改めて命の大切さを知りました。これは実際に現地を訪れて、現地の人と交流しないと感じることのできなかったものだと思っています。また今まで興味のなかった政治のあり方や良し悪しについても考えるようになりました。そしてこれが帰国後も勉強や生活のモチベーションになっています。

2 カンボジアに対する理解や印象について

私はこのプロジェクトがあるまでカンボジアにあまり興味がありませんでしたし、正直最も関心があったのがカンボジアコースであっただけで、別にカンボジアでなくてもいいと思っていました。ですがカンボジアを実際に訪れた今は、私はカンボジアのことが大好きだと心から言えます。それは例えばレストランの店員さんが合掌して挨拶を返してくれたり、現地の学校の友人が何度もコミュニケーションをとり続けてくれたり、現地の方々に親切にしていただいたことが大きいと思います。また、画面越しでなく実際に生活をする人々を見て、海を挟んだ遠い国であっても同じ世界なのだと実感しました。そしてこれらのことを通して、カンボジアを含む途上国が抱える問題やそれを解決するために自分に何ができるのかということにより関心を持つようになりました。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

PSE 生徒との交流は、このプロジェクトで最も心に残ったことの一つです。彼らとの交流で、最初は自分が思っていたよりも全く相手の英語が聞き取れなくて話しかける勇気が中々出ませんでした。ですが現地の子が、私が聞き取れないと何度も何度も言い直したり、言い換えてくれたおかげで、自分も頑張って会話をしてみようと思いました。また、その時にコミュニケーションが成立する喜びを感じ、誰かと交流するとき一生懸命会話しようとすれば必ず思いは通じ合えるのだと学びました。

また、企業訪問でクラタペッパーさんを訪れた時、創業者のくらたさんがおっしゃった『機会の平等』という言葉が頭に残っています。自分の脳内にぼんやりとあったやりたいこと、目指したい世界の形はまさにこれだったのだと感じました。

4 今の目標や今後の進路について

カンボジアでの経験を通して、今私は本当にしたいこと、進みたい学部について思い直す点があり悩んでいます。ですが今回のプロジェクトを通して自分に足りないと実感した高校生の間にもっと実践的な英語の学習をして、今度友人に会ったときはもっと話せるようになりたいと思っています。また、自分には思考力や判断力も足りないと思ったので、何か行動を起こす前に一旦しっかりと考えるようになりたいと思います。

そして大学卒業後は NGO や JICA などで働き、何らかの形でカンボジアに恩返しをしたいです。まだ具体的な内容、手段は決まってないですが、一人でも多くの人の生活や命を救える大人になろうと思います。

5 帰国後の活動

まず全校の前で報告会を行う機会をいただけたので、自分の感じたこと、考えたことができるだけ多くの人に伝わるように、感想や個人の意見を交えて発表したいと思います。その際、みんなが慣れ親しむことができるように写真を多用したり事実の列挙にならないよう注意したいです。またそれ以外にも、自分が所属しているサークルを通して文化祭などでも発表したり、カンボジアの企業の商品を販売するなどして不特定多数の人々にも伝えていきたいです。

プノンペンの夜景

辛旨かったクメールタイ料理

諏訪清陵高校
２年
小林（こばやし）　一真（かずま）

とにかく考えた一週間

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

このプロジェクトに参加するまでカンボジアについてとても浅い事しか知らなかったが、事前学習や講習、そして実際の訪問によって、カンボジアで何があったのか、今のカンボジアで何が問題なのか等という一歩踏み込んだことについて知ることができた。また、自分の持っていた将来像が漠然としたものから少し具体的なものに変わり、未来の自分がしているであろうことを思い描けるようになった。また、このプロジェクトでは自分の意見を持って話をしたり、その意見を相手に伝える機会が多くあったので、能動的に取り組もうとする意識が前よりも強まったと感じている。

2 カンボジアに対する理解や印象について

必ず笑顔で挨拶を返してくれたり美味しい果物をたくさん食べることができたりと、カンボジアはとても親しみやすく過ごしやすい国だなと感じた。首都のプノンペンの中心街はとても発達していて発展途上国とは思えないような高層ビルだったり、デパートがあった。しかし、川を一本渡ったカンダール州では道が整備されていなかったり、道端には大量のゴミが捨てられていたりと、暮らしの様子に差を感じた。現地の人と関わることができ、さらに歴史を肌で感じることができたおかげでカンボジアがとても身近な国になった。暑すぎたので次はもっと涼しいときに行きたい。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

PSE の生徒と、世界規模で流行しているアプリや互いの国の食べ物や文化について会話することができたり、将来の夢について話すことができたりと、言語や文化の違いがあれども互いに通ずるところがある事を知り感動した。同時に英語の大切さと自分の英語力のなさを実感し、もっと英語を勉強しなければまずいという危機感を持った。小学校訪問では生徒が小柄でとても驚いた。これには栄養教育不足が関係しているらしく、栄養に関して親はほとんど知識がないため子供の食のバランスが偏ってしまい栄養失調になってしまうということだった。教育の大切さを学べた。また、企業訪問ではカンボジアでの活動や課題といったものから、「物の見方」や「自分の役割を見つける」といったものまで様々な話を聞くことができた。特に、物の見方は意識して変える事ができて全体を見る見方と一つのことについて見る見方があると教わった。これはスポーツや友人関係にも言える事だなと思い、印象に残っている。

4 今の目標や今後の進路について

今回のプロジェクトを通して、とにかく英語を話せるようになりたい、沢山の人と関わりたいという思いが強くなった。この研修中に英語でうまく話せなくて悔しかったことを原動力に、英語を勉強していきたい。また、国をまたいで仕事をすることや国際協力関係の活動に参加することに魅力を感じたので、将来はそういった活動ができればいいなと考えている。まだ自分の将来像がハッキリと定まっていないが、今回の研修で沢山の刺激を受けたことで、いくつかの候補を得る事ができた。それらを実現できるように自分の能力を高めていきたい。

5 帰国後の活動

今回のカンボジア研修で得られた経験や感動を具体的にポスターにまとめ、文化祭で展示する。また、それが生徒や保護者に影響を与える物にするため、写真などを沢山用いて現地の雰囲気が伝わりやすくなるようにする。親戚や友人の中につばさプロジェクトについて興味を持っている人がいるので、そういった人に向けてもこのプロジェクトの魅力を伝える。

カンダール州の小学生達

川から見たプノンペンの中心街

諏訪清陵高校
１年
林（はやし）　風佳（ふうか）

様々な価値観に触れることのできた貴重な７日間

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

この信州つばさプロジェクトに参加し、カンボジアに行って、学んだことは多くある。学んだことの一つとして、目標は大きくても小さなことから始めることの大切さがある。シャンティ国際ボランティア会（以下 SVA）のアドバイザーの手束さんは、お話の中で SVA の活動の一つである図書館事業は、始めた当初、政府からの援助を断られ、１つの学校に図書館を導入するところから始めたとおっしゃっていた。大きな事業も始まりは小さな事業であると知り、自分の中にある漠然とした大きな夢も小さなことから始めて、長い年月をかければ、叶うのではないかというヒントを得ることができた。

また、このプログラムの中で、私の中で核となる部分は大きな変化はなかったと感じている。ただ、以前から抱いていた世の中を良くしたい、人の役に立つことをしたいという気持ちはこの期間でより大きなものになった。

2 カンボジアに対する理解や印象について

私は、カンボジアに行ったときの印象として、本やインターネットでの知識はあったものの、首都プノンペンは本当に大都会なんだという印象が強かった。

また、カンボジア人は朗らかで目が合うと笑顔で返してくれる人が多くて、いい意味でのんびりと、ゆっくりとしている国民性だと感じた。関わった方々も、街行く人も、みんな笑い慣れていて、とても自然な笑顔が溢れていて、カンボジアにいる間、心が温まることが多かった記憶がある。

そして、カンボジアでは、周りにある時計の数が明らかに少なく、日本の三分の一くらいだと感じた。学校の先生が授業に遅れてくるという話からも時間にルーズな部分があるらしい。日本人は、時間を比較的守る人が多いので、そこに国民性の違いが現れていると感じた。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

小学校訪問では、事前に調べていた通り、教員一人に対する生徒の数が日本よりも多くて、日本でも教員一人に対する生徒の数が多いと感じるので、カンボジアの教員不足の深刻さが身にしみてわかった。

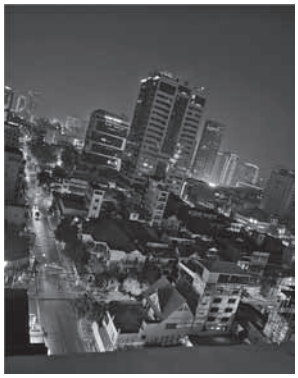
また、UNESCO の方のお話の中で、働かなければいけないなどという理由などにより義務教育であるのにも関わらず中学を中退する人が毎年 10 万人程（カンボジアの中学生はおよそ 60 万人）いて、中学卒業後の進路である高校や TVET（職業技術教育訓練）に進学できる人が少ないと知った。また、SVA の方のお話の中で、カンボジアの人口の 15％程が絶対的貧困に陥っていることも知った。プノンペンは発達しているけれど、プノンペンを一歩出ると、電気や道路の設備が十分でなさそうな田舎の町並みであった。それらから、お金がないから働かなければいけないし、働かなければいけないから教育を受ける機会が限られる、よりお金を稼げる機会を失うという負のスパイラルに陥っている現状があり、発達している都市と田舎の格差の広がりが垣間見えた気がした。

4 今の目標や今後の進路について

今回、カンボジアに行ったことで、将来、国際協力の仕事に関わりたいという気持ちと、世界をより多くの視点から知りたいという気持ちが強くなった。まずは、今、強い興味をもっている教育学を学べる大学に進学して、教育学に関して勉強したいと思う。特に、日本国内や発展途上国をはじめとする国外の初等教育の現場のあり方について学び、それに関して、研究したいと思っている。また、夏休みなどの長期休暇には、ボランティアや短期留学などに参加し、行ったことのない国々を訪問して、多くの人と話し、より多くの知識をつけ、視野を広げていきたい。

5 帰国後の活動

これまで、信州つばさプロジェクトに参加してみてどうだったのか、どんな体験をしたのか等を積極的に周りの友人に伝えたり、英語の授業内で話す機会を得てクラスメイトに伝えたりしてきた。また、今後は、次年度の文化祭の際に、ポスターを作成して掲示し、ポスター発表を行うことで、より多くの人にカンボジアでの体験や海外の魅力を伝えていきたいと思っている。


大都会な首都プノンペン

訪問した小学校の様子

伊那北高校
１年
古藤（ことう）　玲唯（れい）

見てきたこと。聞いてきたこと。そして何より「感じてきたこと」

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

参加前は漠然とカンボジアの文化を学び理解を深めることができたらと思っていましたが、今回のプロジェクトに参加して実際に現地へ行ってカンボジアの悲しい過去、その過去の悲しみを忘れず国を建て直そうと頑張っている人達を目の当たりにして、みなさんのエネルギーを感じて帰ってきました。最近はテレビやSNSなどを通じて何でも情報を得ることが出来ますが、現地で感じたことはまさに、「百聞は一見に如かず」でした。カンボジアの言語、におい、人々の笑顔など足を運ばなければわからないことばかりでした。一緒に参加した仲間とも貴重な時間を共にし、私の人生でとても大切な経験となりました。自分の英語力不足や伝え方の難しさなど自分の中の課題を発見し、これからこの経験を高校生活に活かしていきたいです。この様な機会を与えていただき感謝しています。

2 カンボジアに対する理解や印象について

カンボジアに対する印象は、ポルポト政権下に起こった虐殺の影響で教育や医療環境が整っておらず貧困で貧しいイメージだったが、プノンペンへ到着して目にする景色は豊かな新しい都市で道路も整備され大きなショッピングモールもあり貧困のイメージのない景色が広がっていて驚きました。

プノンペンを離れ農村部にある小学校を訪れ家庭訪問をさせていただいた時に、冷蔵庫がなく外にそのまま置いてある魚にハエがたかっていたり衛生環境が整っていない生活をしている家や整備されていない道路があるのを見てカンボジア国内には地域での格差が大きいことにショックを受けました。しかし、カンボジアの方々はみなさん優しくあたたかく仏教国ならではの信仰心からくるものではないかと感じました。

研修の中でFIDの方が支援は「すぐになくなるものをあげるのではなく、作り方を教えたりなくなっても残るものを用意する」と聞き支援の難しさを知りました。

今のカンボジアは沢山の国や団体に支援され整いつつありJICAのかたが「日本がカンボジアを支援している」のではなく、「パートナーになっている」という言葉がとても印象的でした。

3 PSE生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

私は、PSE生徒との交流で『伝えようとする姿勢、理解しようとする姿勢』の大切さを学びました。今までの私は、同じ言語の人かつ仲の良い人としか関わってこなかったため、「伝わるだろう」「わかってくれるだろう」という甘えがありました。しかし、今回の交流は、言語も違い私自身英語が得意ではないので上手に伝えることができるか心配で消極的でしたが、PSEの子達は私が話していることを理解しようとして一生懸命話しかけてくれているのを見て、私も頑張って伝えようとしました。文法が合ってるか合っていないかではなく、自信を持って話せば伝わることがわかり勇気を持つことが出来ました。交流した小学校の子やPSEの子は終始笑顔で愛嬌がありとてもフレンドリーで、国も人もカンボジアは発展していると感じました。

4 今の目標や今後の進路について

私は語学力向上を目標にしようと思っています。今回のプロジェクトで県内の様々な高校の仲間と関わった中でわたしは皆の英語力に圧倒されました。

伝えるためにはリスニングもスピーキングも大切で私に足りない力でした。

私には「看護師」になるという夢があります。しかし、私は海外で看護師をしようと思っているのではなく、国内で看護師になりたいと思っています。日本にも色々な国の人々が暮らしているため、医療も国際化してきていて、海外だけで英語が必要なのではなく、日本国内医療でも必要となってきます。そのためにも、高校生のうちに英語力を強化し英語でコミュニケーションを取れるように今回のプロジェクトで都市部や農村部といった、様々な人や生活を見ました。

人々が持つ多様性を理解し、寄り添い困っている人に手を差し伸べられる看護師になりたいです。

5 帰国後の活動

今回のカンボジアで見てきた世界や日本の関わりなどを高校で報告、発表する場を準備する様考えています。ひとりでも多くの同世代の方にカンボジアの社会問題や現地で見てきたことなどを知ってもらい理解していただけるよう発信していきたいです。そしてこの素晴らしいつばさプロジェクトのことも広めていきたいと思っています。

PSEの子達との交流会でカンボジアの伝統的な「アプサラダンス」を学ぶ

「本の力を生きる力に」：シャンティ国際ボランティア

伊那北高校
２年
矢澤（やざわ）　秀成（しゅうせい）

実際に見て聞いて経験したから学べたこと

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

僕はこのカンボジア研修が初めての海外に行く機会だったので、とにかく全ての経験が新鮮でした。その中でも、日本にいたらあまり体感することができない貧困や教育問題などの世界で起きている問題を今回自分で確認することができたのはとても大きかったと思います。カンボジアに来る前はニュースを見ても、そういった問題は世界のどこかで起きている問題としか捉えられず当事者意識を持つことがどうしてもできなかったのですが、今回の研修で現地で話を聞いて、自分の目で見たことによって人の顔が浮かぶようになり、しっかりと問題意識を持てるようになりました。また、僕は今まで、社会のために何かをしたいとは言いながらも、社会を良くしたり、変えたりすることはどこかの天才や政治家がやることで自分には無理だと思っていました。しかし、今回の研修でカンボジアでの問題解決に取り組む人の話を聞いたり、企業や団体を訪問したりして、たとえ一個人や小さな団体だったとしても、熱意があれば社会を少しずつでも変えていくことはできると感じ、自分も何かしたい、何かしなければならないとより強く思うようになりました。

2 カンボジアに対する理解や印象について

日本などの外国による支援のおかげもあり、カンボジアは僕が思っていたよりもずっと発展していました。都市部では日本と変わらないどころか、長野県と比べたらカンボジアの方が大きな建物や様々なお店や施設があり、発展途上国と僕が勝手に抱いていたイメージが大きく変わりました。JICA の方の、「現在は発展途上国と先進国というような差はあまりなく、日本がカンボジアから学んでいることもあるので、こちらが一方的に助けてあげているという考え方は間違っている」というお話もとても印象に残っています。しかし、まだまだ貧困や格差など解決されていない問題もたくさんあるなと感じました。特にメコン川を渡ってプノンペンからカンダール州に移動した際に、発展した都会からあまり整備されていない農村部へと突然風景がガラッと変わったのが印象的でした。実際貧困は農村部で多いそうで、問題解決のためには KURATA PEPPER の倉田さんのようにカンボジアに産業や雇用を生み出す活動が今後も必要となってくると感じました。その他にも様々な問題があり、その多くにポルポト政権が関わっていることを学び、政治の大切さも再認識しました。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

カンボジアの小学校の生徒たちは常に笑顔で楽しそうで、授業も大盛り上がりでした。貧困や教育問題があると聞くと、可哀想とか不幸といったイメージを抱いてしまいがちですが、問題があるからといって勝手に不幸だと決めつけてしまうのは間違っているなと強く感じました。また、現地の高校の PSE の生徒との交流では、PSE の生徒の英語のレベルの高さや、たくさん質問を出す積極性に驚きました。日本にいると忘れがちですが、他人、特に自分と異なる文化や価値観の中で生きてきた人と接する際は、思っていることをはっきりと口に出さなければ、何も伝わらないし、何も始まらないなと感じました。団体・企業訪問では、KURATA PEPPER と Compostcity を訪問しました。どちらの団体も、今まで多くの苦労の中で試行錯誤を繰り返しながら問題解決のために活動に取り組んでこられたということがわかり、強く感銘を受けました。またそれぞれの団体で代表者の方のお話も聞きましたが、どちらの団体も代表者の方の大切にしている考え方や価値観が活動の中でも強く意識され、団体での取り組みで工夫したりこだわったりしていることなどにはっきりと現れていました。お二方のように、ブレずに自分にとって大切な価値観や考え方を持ち続け、それを行動に移すことが、自分の夢や目標を叶えるために必要なことなのだなと思いました。

4 今の目標や今後の進路について

今回僕は主に経済や産業という視点に着目しながら研修を行ってきましたが、KURATA PEPPER の倉田さんの、「教育問題の解決のためにたくさん学校を作ったとしても、親が十分なお金を持っていなければ子どもは学校に通うことができないから、親が十分な給料を得られるように産業や雇用を生み出すことが必要だと思った。」というお話がとても印象に残っています。今回の研修で、改めて貧困問題の改善のためには、経済成長や安定した雇用を供給することが大切だと感じ、将来は経済に関わる仕事をしたいという気持ちが強くなりました。基本的には日本で、日本の問題解決に携わりたいと現在考えていますが、経済は世界と繋がっているので、日本からでも、間接的にカンボジアや他の多くの国に良い影響を及ぼすことができるのではないかと思います。他にも今回の研修で学んだことや感じたことはたくさんあったので、それらをしっかりと今後の自分の生活に活かしながら、自分の目標に向かってさらに努力していきたいです。

5 帰国後の活動

このカンボジア研修で学んだことを、自分の身近な人に積極的に話していくことはもちろん、地域での活動にも参加して多くの人に発表などができればと思っています。カンボジアに行く前の僕のように、世界の問題に対してしっかりと当事者意識を持てていない人もいると思うので、そういった人が問題を少しでも身近に思い、行動を変えていくためのきっかけづくりをしたいです。

胡椒の匂いに包まれて

遊んで楽しんだ文化交流

松本県ケ丘高校
1年
笠原（かさはら）　梨里（りり）

なぜカンボジアの貧困がなくならないのか？

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

このプロジェクトに参加する前の私は、何事もちょうど良くこなせればいいや、と全力で物事に取り組むということをしていなかった。そこそこの努力で結果が出せたからそれで満足していた。しかし参加者は学力も志もポテンシャルも自分よりも上の人たちばかりで、劣等感に駆られた。「みんなどうしてこんなにキラキラしているのだろう」と、自分が情けなく弱く思えた。

さらに、カンボジアで出会った人たちは皆全力で生きていて、中途半端に生きている私とは大違いだった。たくさんの新しい人との出会いを経て、私も胸を張って生きられるように、周りを見ても劣等感に駆られないようにもっと必死に生きようと思った。

また私は、下手な英語を笑われたくないと思い、自分から積極的に話すということをしてこなかった。しかし PSE の生徒との交流でコミュニケーションは不可欠であるため、無我夢中になって話そうとしていた。日本に戻ってきてからも英語の授業などで臆せず発言できるようになった。そして、下手な英語でも友達が作れるとわかり、英語を使って人と関わることが楽しいと感じることができた。私は正直、新しい人たちと関わるのは疲れるし面倒だと思っていた。「知り合いとだけ絡んでいればいいや」とそんなことを思っていた。でも周りはどんどん打ち解けていって、そこら中から笑い声が聞こえる。「どうして？羨ましい。なんでそんなに楽しそうにできるの？」。周りに置いていかれていると感じ、恐る恐る色んな人に喋りかけてみた。気づけばたくさん友達ができていた。私は「自分が最初に素を出さなきゃ相手だって素を出してくれない、打ち解けられない」ということに気がついた。私は人付き合いが面倒くさい、嫌いだと思っていたのではなく、私という人間性を否定されるのが怖いのだと気づいた。私はよく第一印象が怖いと言われて、距離を取られがちで初めて喋る人には嫌われないよう気を遣って喋る癖があった。案外受け入れてもらえるものだとわかってからは、新しい人と喋るというのが楽しくて、「もっと友達を作りたいと思うなんて本当に自分なのか？」と疑うほど心持ちが変わった。友達ができて、その人の価値観や経験を知り、私の価値観や知識も広がっていく感覚がとても楽しいということに気がついた。今回のカンボジア研修は私の価値観、人間性を大きく変えるものとなった。

2 カンボジアに対する理解や印象について

カンボジアに行くまでは、虐殺があったという歴史や、貧困に苦しんでいるという現状から、笑顔が少なくて、人間性もあまり良くない、発展していない国と勝手に悪いイメージを持っていた。しかし実際は、都市では高い建造物や立派な美しい寺院もあり、人々は優しい人たちばかりだった。衛生面について、トイレは水すら流せない和風な、綺麗じゃないものと思っていたが、実際には日本のものと大差はなく、全く不便を感じなかった。スリが多いということで、カンボジアの人達全員を疑ってかかっていたが、ある店で買い物をした時に店員さんが、「カバンチャック開いてるよ。危ないから気をつけてね」と注意をしてくれて、今までのカンボジア人に対する悪い印象が消えた。しかし、道に沢山ゴミが落ちていたり、交通ルールが良くなかったり、中学、高校への進学率が低いという一面を見ると、虐殺が人材育成、教育に影響を及ぼしていることが見て取れて、カンボジアの最大の課題は貧困ではなく貧困を作り出している教育水準の低さなのだと感じた。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

小学校訪問をして、カンボジアの子供は日本の子供に比べて勉強に対して積極性があると感じた。学校に行くのが楽しいと言っている子が多く、授業中の態度も発言の回数が多く、返事がすごく元気だった。日本とカンボジアの違いは、義務教育で中学校までは絶対に通えるという日本と、学校に行けるということが当たり前ではないカンボジアの価値観の違いから生まれるものだと考えた。勉強ができるというありがたさについて私たちは考えるべきだと思う。

PSE 生徒との交流で、彼らも日本の学生と変わらないのだなと思った。スマホでゲームをして、インスタグラムを見て、「これやばくない？」とか言って笑い合ったり、恋バナをしたり、海を跨いでも学生の生活ってあまり変わらないものだなと親近感を感じた。しかし、このような生活を送れているのがどのくらいの割合の学生なのだろう。地方で親の手伝いや家族を養うために働いている子どもたちはどんな生活を送っているのだろうと、都市部のとの格差にも目を向けて全体を捉える物の見方をすることを忘れないようにしたい。

また、小学校訪問でも、カンボジアの人々は驚くほどフレンドリーだと感じた。たくさん話しかけてくれたり、ハグをしたり、皆ずっとニコニコしていた。私はそんなフレンドリーなカンボジアの子たちのおかげで、人と関わる楽しさを知り、もっともっと世界規模までコミュニティを広げたいとまで思うようになった。小学校訪問と PSE の生徒との交流は私の人間性を大きく変える出来事だった。

また、プログラムの中で講演を聞いて皆さんに共通していることが、昔やりたいと思っていたことが一度その道から外れても最終的にやることになっているということだった。どんな選択をこの先の人生でしても、最終的に自分のやりたいことに導かれていくという話を聞いて、計画を立ててその計画に沿って生きるのが夢を叶えるために必要なことだとずっと思っていたが、案外計画なんかなくてもなるようになるのだなと分かり、気楽に人生を楽しめそうな気がした。

4 今の目標や今後の進路について

私の将来就きたい仕事は体育教師だ。しかしその目標とは別に、世界を一周して世界中に友達を作りたいという夢もある。世界中を自分の目で見て、自分の価値観を広げて、豊かな心を養いたい。きっとたくさんの課題に直面すると思う。例えば、カンボジアのように教育水準が低かったり、ジェンダー問題を抱えていたり、不衛生な場所で生活をしていたり。そういった皆で考えていかなければならない課題を世界に発信し、少しでも生きづらさを感じている人が減るように活動したい。もう一つ、私は自分の理想像というものがある。その理想の自分になるために、カンボジアでの経験を胸に、努力をして、世界に目を向けて、様々な分野のことを勉強したい。

5 帰国後の活動

カンボジアで経験したことを発表する場を設け、世界に目を向ける大切さ、人との関わりの大切さなどを語る。また、世界中の人と繋がれる SNS アプリを考えたい。既存のアプリは人と関わるのが苦手という人からすると、自分からコンタクトを取らなければならないハードルが高いものとなっており、コミュニティを広げたくてもなかなか前に進めないという現状がある。コミュニティを広げたい、人見知りを克服したい、視野を広げたい、そういった人向けのアプリを考えたい。と同時に、どうすれば心理的不安を拭い、手が出しやすいと思ってもらえるか、心理的不安の解決方法も調べていきたい。

松本県ケ丘高校
1年
金澤（かなざわ）　千晴（ちはる）

世界を知り、SDGsを自分事として捉える

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

英語でコミュニケーションをとることに不安を感じなくなった。日本で今までずっと暮らしていて、社会問題、環境問題、戦争などのことを学校の授業で学んでも、ニュースを見ていても、今起こっていることなのにも関わらず、心のどこかで他人事として捉えてしまっていた。しかし、活動している方に出会ったり異文化を体験して、自分も何か行動して、少しでも良くしていけたらいいなと、今までよりも身近に、自分事として捉えることができていると感じた。この感じたことを忘れずに、実際に活動に参加してみたり、また違う国へ留学に行って、経験を積みたいと思う。本当に価値観が広くなったしコミュニケーション能力が上がったと思う。

2 カンボジアに対する理解や印象について

留学に行く以前の私はカンボジアも含め、発展途上国は先進国に助けられている国、治安が悪く貧困や飢餓の多い国と考えていた。しかし今回、実際に自分の目で確かめ、現地の人々のお話を聞いて、日本とカンボジアがお互い高め合っていけるような関係であることを知り、優しい人やフレンドリーな人が多いと感じ、カンボジアに対する今までのイメージは私の勝手な決めつけだと痛感した。また、支援は本当に必要なものや持続性のあるものだけの物資を支援したり、技術を伝えることでカンボジアの人たちだけで確立したシステムを作り上げることの大切さを学び、ボランティアや支援をする上での大事な姿勢を理解することができた。

3 PSE生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

PSE生徒との交流では、カタコトだったけど会話に挑戦していく中で、自分のコミュニケーション能力や授業で習った単語を以前よりうまくつかいこなすことができるようになった。成果物準備の対話では、環境問題、社会問題についてPSEの生徒は自分達よりも深く理解していて、一人一人が自分事として捉え、行動に移していることにとても尊敬した。カンダール州の小学校では、学校はあるが先生が足りてない状況や、設備が充実していない現状、子供の栄養不足（年齢の割にみんな小さかった）を目の当たりにした。その現状を改善するため行動を起こしている方々のお話を聞いて、自分も何かやりたいと強く感じた。

4 今の目標や今後の進路について

この留学を心の底から自分の人生においていい体験をすることができたと感じた。自分の将来の夢は建築家になることと決まっていたが、カンボジアで文化の違い、SDGsへの意識の高さ、社会問題に触れてみて、環境に配慮した建築をしたい、海外でも活動していきたいと、より具体的な夢を持つことができた。今後この目標を達成するため、高校と大学で外国での交流、勉強にさらに励んでいきたい。また、今回自分が感じたことや教えてもらったこと、学んだことを周りに伝えていきたい。ヨーロッパや南北アメリカなどの国にも行き、様々な体験をして、新たな知識や考え方を得て、将来に繋げたい。そのためにも英語でもっと自分の言いたいことを言えるように英会話の能力を高めたい。

5 帰国後の活動

他の国での短期留学プログラムやボランティア活動に積極的に参加して、発展途上国のことやSDGsについてより理解を深めていき、そこで出会った人々にカンボジアの課題点や魅力、課題解決のために自分達ができることなどを、自分の留学経験と合わせて、より多くの人に伝えていこうと思う。また、外部への発表の機会が得られた際には、入念に発表の準備をして、少しでも多くカンボジアや自分の留学体験について知ってもらえるよう努める。そしてSDGsに貢献していく為、自分の生活を見直し、周囲の人々に良い影響を与えていこうと思う。

カンダール州の小学校

バイク文化

松本県ケ丘高校
1年
古田（ふるた）　比呂（ひろ）

戦後の教育復興

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

カンボジアに行き、参加前からあった課題意識がより強くなった。「世界の子どもたちの生活をより良くしたい」という意志が、実際に行動に移すトリガーになった。なんとなくできたらいいなという考えではなく、やってやるという気持ちになった。その反面、現在活動している方々のお話を聞いたり現場を見たりして、高校生にできることは何かということを思い詰めるようにもなった。探究活動として実際に取り組める機会を与えられているため、大胆かつ慎重に、私の Ideal World を追い求めていきたいと思った。また、参加前はかわいそうな子どもたちというふうに感じていたけれど、かわいそうという言葉でまとめてはいけないバックグラウンドや現状があることが分かった。その中でも精一杯生きている子どもたちに勇気と感動を与えられた。自分が恵まれていることを認識し、甘えていてはいけないと感じた。

2 カンボジアに対する理解や印象について

カンボジアの教育環境はまだ発展途上であった。課題としては教員不足・教員の質の低さ・物資不足・中退率の高さなどがあった。研修前に行われた JICA 隊員でカンボジアで体育教師をされている方の講演でもこれらの課題は聞いていたが、実際に学校を訪れると、想像より深刻ではないように感じた。受けた授業内容や滞在時間でそのように感じただけかもしれないが、実際に普段の授業に参加してみると、よりはっきりとした現状の課題を見ることができたかもしれない。手束さんの講演では、細かい課題の説明や新しい情報を得ることができた。教員の質に関して、大卒の教員が半分以下であることが分かった。大学に進学する人数が少ない印象があったので、私は半分大卒であることに驚いた。教師の資格はどのように取得することができるのか、そもそも資格が必要なのかを調べようと思った。手束さんの講演では、図書館設備についても話があった。図書館設備を整えることを提案した時に、政府に「なぜ図書館が必要なのか？」と言われたというエピソードを聞いて、私もなぜ図書館が作られたのかに疑問を持ったが、カンボジアの教育に対する考え方はまだ発展途上であると再認識した。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

PSE の生徒はみんなフレンドリーだった。表情をコロコロと変えながら話しかけてくれたり、質問に答えてくれたりするので、日本での英会話より大胆に思い切って話すことができた。驚いたのは、「英語をどのくらい長く勉強しているの？」と聞いたら、「一年くらいかな」と答えられたことだ。PSE に入ったのが三ヶ月前という生徒もいた。普段の授業がどのようにして行われているのか聞くことができなかったが、とても早いペースで英語が上達しているのではないかと思った。このことについてもっと調べてみようと思う。小学校・PSE との交流では、表情とジェスチャーでのコミュニケーションの可能性を感じた。話そうと思ってもクメール語が分からなかったり、英語がわからなかったりすることが多かったが、表情やジェスチャーを使えば伝わることもあった。買い物をするときでも表情とジェスチャーで意思を伝えることができた。

4 今の目標や今後の進路について

今後の目標として、「戦後の教育・子供の教育」を探究する事であった。手束さんの講演からヒントを得て、絵本と上記のテーマを関連させることを考えている。これにあたって、既に同じような活動を行っている方や組織があれば、一緒に何か活動させていただけないかという提案をしたい。その他のアプローチ方法として、私の活動に協力していただける企業や組織を探すことも視野に入れている。また、この探究のゴールとして、「戦後の国の教育復興に関与する」「世界の子どもたちに笑顔を届ける」を掲げる。この他にもカンボジア訪問で興味を持った、「宗教の広まり方と宗教の選択」「レシートを使った募金活動」「いい指導者とは」「国ごとの障がい者の認識」についても探究していこうと思っている。進路はまだはっきりと決まっていないが、もともと考えていた法学系から国際系や教育・心理学などに興味が移った。

5 帰国後の活動

友人にカンボジアでの経験を写真と一緒に話した。家族や先生にも話した。話すことを通して、私が何を感じて、何をしたいと思ったのかがはっきりと自分の中で固まったおかげで、探究の方向性を決めることができた。日本とのカルチャーショックの話では、いい反応が得られた。今の当たり前が当たり前じゃないことを友人にも知ってもらえてよかった。これからの探究の話をするとみんな応援してくれたので、頑張ろうと思った。

イオンモール内の
レシートを入れる募金箱

お別れのサインを
求められる友人

松本県ケ丘高校
１年
滝沢（たきざわ）　葵（あおい）

新たな発見

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

カンボジアでは、トイレが自動で流れず横のホースで水を流さなくてはいけなかったり、交通ルールを守らないバイクがたくさんいて常に危険だったり、空気が汚い、道にゴミが沢山落ちている、飛行機などが時間通りに飛ばない、スリの危険が常にあるなど、日本にいたら絶対に起こらないようなことが日常になっており、日頃の日本での生活に感謝するようになった。また、現地の学生との交流の際、私のリスニング力が甘く、聞き取り、理解することができず、せっかく話しかけてくれたのに会話が続かないということがあり、今まで英語が嫌いで逃げていたが、今回の研修がきっかけとなり英語を頑張ろうと思えるようになった。

2 カンボジアに対する理解や印象について

カンボジアは発展していない国と当初は思っていたが、首都プノンペンはビルが立ち並び、サッカースタジアムやショッピングモールなどもあり、日本の中都市ぐらい発展していてびっくりしたという印象と、農村部は道が整備されていなかったり、水道などのインフラが不十分だったり、電車の線路上ではスラム街が形成されるなど、貧富の差が激しい国だという印象を持った。以上のことから、まだまだ先進国からの支援が必要であり、支援の仕方も日本のように次世代まで続く支援を行くべきであると理解した。また、国内に多数仕掛けられている地雷を無くす活動をしている地雷処理団体があり、その団体は国内に限らず他の国にも技術支援を行っており、国際援助を行えるようになってきた国という印象もある。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

小学生の交流をした際の栄養の授業にて、『自分の好きな物だけ飲むことはいいことである YES か NO か』という問いに対して大半の生徒が YES と回答しており、学習の遅れを痛感した。また、２部制という面や基本的に話を聞く授業であるという面から、子どもたちに学習内容が本当に身についているのかと疑問に思った。このような面はカンボジアの小学校での課題だと感じた。PSE の生徒との交流では、英語を通じて人と話す楽しさが学べた。だが、自分の英語のヒアリング能力、語彙量がまだまだであったため、話したいこと、聞いていることがうまく伝えることができなかった。全体を通して、今まで英語が大っ嫌いだったが、その重要性や楽しさを学ぶことができた。また、PSE の学校はとても進んでいて、沢山の教室や施設があり、小学校との差が感じられた。

4 今の目標や今後の進路について

今の目標は、次に英語を使って話す機会があった時、言いたいことがパッと出てきて言えるようになり、会話が続き、互いに笑えるようになるくらいのコミュニケーション能力を身につける事と、英語を好きになる事。また英語以外では、学校の探究活動に今回学んだことを活かして進めていく事。今後の進路は、まず入りたい大学に入学し、就きたい職業を見つけ就職し、安定した生活を送れるように稼いでいきたい。また、海外の楽しさや面白さ、日本の素晴らしさ、世界協力の重要性を今回の研修で学ぶことができたので、今後の進路で JICA、NPO、NGO などの国際協力機関という仕事も視野に入れていきたいと思えた。

5 帰国後の活動

帰国後の活動として、放送委員であるためお昼の時間に流す校内放送にてカンボジアでの経験を全校に向け話した。さらに、友人にカンボジアで撮った写真と共にカンボジアの現状や取り組みを文章化してシェアを行った。また、地域でやっている戦争の研究会で時間をもらい、一緒に活動している方たちに向けて自分のカンボジアでやってきたこと、感じたことを発表した。ほんの少しであるが、新聞社さんの取材にてカンボジアでの経験を語った。

賑わう市場

ピース✌

松本深志高校
２年
阿部（あべ）　晴香（はるか）

初めての海外研修　in カンボジア

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

私は、日本と違うカンボジアの国の様子や人々の暮らし、途上国と言われる国の実際の状況を見てみたいと思い、このプログラムに応募しました。初めての海外で、実際にカンボジアに着くとすぐに、日本では見られない街の景色を見たり、今までに感じたことのない雰囲気を感じることができ、驚きがたくさんありました。日本の当たり前が他の国でも同じではないこと、カンボジアにはカンボジアの当たり前があること、頭では分かっていましたが実感することができました。帰国してからは、自分の周りの当たり前だけにとらわれず、広い視野を持ち、実際に行動して見てみることが大切だと強く思うようになりました。

2 カンボジアに対する理解や印象について

事前学習で、カンボジアは内戦やポルポト政権の影響で発展が遅れたり、教育が十分でなかったり、格差が大きいことを知り、暗い部分が多く目についていました。実際カンボジアでは、路上に捨てられているゴミや、栄養不足・栄養過剰などの問題が見られました。また、ポルポト政権により知識人が虐殺され、教育の充実が大きな課題であり、人材育成が欠かせないと感じました。しかし、ビルが多く建つ首都プノンペンの様子や、バイクや屋台が多く、たくさんの人々が行き交う街中の様子、訪問した小学校の子供たちの元気な笑顔を見るうちに、暗い印象よりも、明るく活発な印象をより強く持つようになりました。発展途中のカンボジアは、子供や若者が多く、活力が溢れているように感じました。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

私は、国際協力について理解を深めることを探究のテーマとしており、カンボジアの都市と農村で行われている国際協力、支援の違いは何かという問いを立てました。カンボジアで活躍されている日本人の方々からお話をお聞きする中で、日本とカンボジアは先進国から途上国への支援という関係から、パートナーという関係になってきているというお話がありました。カンボジアは経済が発展してきていて、日本にとっても国際協力は欠かせないのだということがわかりました。一方、カンダール州という農村地域では、小学校を訪問し、小学校での栄養教育や健康的なお菓子作りに取り組まれている方の話をうかがいました。カンボジアでは、栄養不足と栄養過剰の両方の問題があると学びました。しかし、栄養不足や学校の設備の問題があっても、子供たちは笑顔が素敵で、私たちに近づいてきてくれ、私も元気をもらえたし、生活ものびのびとしているように感じました。そんな様子を見て、支援は本当に必要なのか、本当に必要な国際協力は何かという疑問を持ちました。やはり、現地の人の話をよく聞いたり、生活の様子をよく見たりし、人の幸せを考えることが一番大切だと感じました。

4 今の目標や今後の進路について

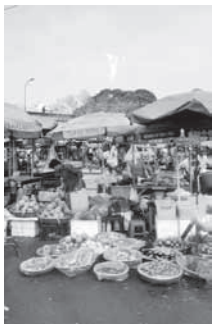
私は、もっと英語を練習し、世界や国際協力のことを勉強するとともに、日本のこともっと学んでいきたいと思います。PSE の生徒にカンボジアの文化を教えてもらい、文化体験をした時、PSE の生徒は自分の国の文化を熱心に教えてくれ、誇りを持っているように感じました。私も、日本の当たり前とは違う世界を見たからこそ、日本のこともしっかり見つめて学ぶべきだと思いました。

また、私は将来やりたいことが決まっておらず、関心のあるものがいろいろあります。だからまず、お話を聞いた方がおっしゃっていたように、関心のあるものからとりあえず１つ決めて、それについて調べたりできることをやってみたりしていきたいと思います。

5 帰国後の活動

このプログラムを通して感じたこと、学んだことを学校で発表したり、紹介するポスターを作成したりしたいと考えています。私は、友達が海外へ行って活動してきた話を聞き、留学への関心が高まりました。だから私も、この経験を身近な人たちに伝えていけたらと思います。また、留学に関わるイベントなど、発表する機会があったら、積極的に参加していきたいと思います。

カンダール州の小学校で


朝市　野菜や肉を売っている

松本深志高校
１年
松崎（まつざき）　有咲（ありさ）

新しい学びと夢への決意

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

新しい経験をすることや新しい景色を見ることが大好きな私は、カンボジアへの渡航が決まり、ずっとワクワクしていました。その反面、カンボジアの貧しい面や日本との違いを目の当たりにしてショックを受けてしまうのではないかという心配もありました。そんな心配を抱えて渡航した私ですが、心配する必要もなかったくらい、カンボジアで見る景色、感じる気持ち、全てを自分で受け止めて新しく見る世界として吸収することができました。毎日新しい発見がたくさんあって、充実した１週間を過ごすことができました。帰国後も日々新しい発見をして、自分なりに吸収しながら生活することができています。この旅で夢に対する気持ちも大きくなり、夢を叶えたいという気持ちが大きくなりました。

2 カンボジアに対する理解や印象について

今回カンボジアを訪れて１番感じたのは、人のあたたかさです。国籍が違っても、言語が違っても、人と人はどこまでも心で繋がっていけるということを体感することができました。国を超えた人と人の繋がりがいつまでも続いていくような、そんな世界を生きていきたいし、つくっていきたいと思いました。カンボジアはどこを訪れてもすべての人が笑顔であいさつをしてくれて、心が人からもらった優しさでいっぱいになりました。たとえ貧しい国だとしても、人のあたたかさはずっとある、なんて素敵な世界なんだろうと感じていました。人からもらった優しさを、人にまた渡す。世界中が幸せになる第一歩は、人々が優しさを持つことなのではないかなと、カンボジアを訪れて感じるようになりました。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

PSE との交流では、互いの国の文化を紹介しあったり、カンボジアの遊びを体験したりしました。交流中は英語でコミュニケーションをとっていたのですが、PSE の生徒さんたちも英語を第二言語として使っているはずなのに、伝える力、英語を使いこなす力がとてもあるというふうに感じました。小学校への訪問では、小学生と一緒にゲーム形式の栄養授業を受けました。カンボジアの小学生はとてもフレンドリーで、楽しい時間を過ごすことができました。小学校の近くで家庭訪問もしたのですが、日本とは全く違う東南アジアならではのお家を見学することができ、いい経験になったと思います。沢山の団体や企業でお話を聞く機会もあったのですが、特に学びが多かったのは JICA でした。日本の行っている大規模な国際協力の現状について知り、国が発展していくのに他国からの助けは欠かせないということを強く感じました。

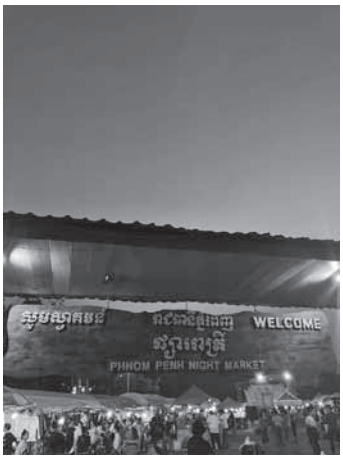
4 今の目標や今後の進路について

高校卒業後、リベラルアーツや国際的な学問を学べる大学への進学を目標としています。沢山の教養と国際的な視点を持ち合わせた大人になりたいです。また、私の将来の夢は世界で活躍する客室乗務員になることです。幼い頃から習っている日舞で学んだ礼儀と、大好きな英語を生かしていきたいと考えています。今回の旅では、元客室乗務員の方とお話する機会があり、夢を叶えたいという気持ちがより一層高まりました。また、人に自分の夢を語る大切さを身にしみて感じました。「夢は必ず叶う」、今回の旅で一番心に残った言葉です。困難な場面に出会ったとしても、着実に乗り越えていきたいと思います。

5 帰国後の活動

カンボジア滞在中は、主に Instagram でカンボジアの様子を発信しました。私の周りには留学に興味を持っている友達も多くいるので、そんな人たちにもつばさプロジェクトについて伝えていきたいと思っています。まだつばさプロジェクトについてよく知らない方も多くいるので、１人でも多くの高校生がこのプロジェクトについて関心を持ち、世界を感じられるように活動していきたいです。

PSE の生徒と



カンボジアのナイトマーケット

松本深志高校
１年
武田（たけだ）　睦美（むつみ）

とにかく辛い！でもやさしい国

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

初めての海外は、自分に自信が持てるようになった貴重な経験になったと思います。自分の変化の１つに、海外の方と話すことに抵抗がなくなったことが挙げられます。参加前は、道で海外の人が困っているのを見ても何もできませんでした。ただでさえ自分は初対面の人と話すのが得意ではないのに、ましてや海外の人だし、伝わるか分からないと話しかけることに抵抗がありました。しかし、研修で初対面の人とも積極的に話す努力をしたことで、少しずつですが自信が持てるようになり、困っている人を進んで助けられるようになったのは大きな成長だと思います。

2 カンボジアに対する理解や印象について

カンボジアは挨拶を大切にする国だと思いました。カンボジアで挨拶をするときは、合掌をするのがマナーですが、友達には胸の高さ、親・先生には鼻の先、神様には額の上と高さに違いがあるようです。PSE の生徒が、発表の際必ず、自己紹介から始まり、質問の時にはまず発表者に感謝するところがすごくいいなあと思いました。先生と生徒はもちろん、生徒同士がすれ違うと笑顔で挨拶を交わす様子を目にして、自分のいる学校ではすれ違っても会釈程度できちんと挨拶をすることはほとんどないので、とても印象的でした。また、料理のほとんどに胡椒が効いていて辛く、全体的に味が濃いことに衝撃を受けました。辛いということを多少は耳にしていましたが、想像以上でさすが胡椒の国だと思うとともに、同じアジアでも文化が大きく違うことを学びました。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

研修中、自分の英語力の低さは嫌というほど感じましたが、それ以上に自分の考えを伝えようとする姿勢、相手が理解しようとする姿勢がコミュニケーションにおいて重要だということを実感しました。懇親会では、PSE の生徒がダンスや歌を楽しむ姿から自分が持っていた完璧意識が覆されました。自分は今まで、「完璧」という言葉に縛られてきたように思えました。大事なのは上手い下手どうこうではなく、自分の気持ちであり、何事にもチャレンジする姿勢が自分には不足していると思いました。これからは、今までよりもいろいろなことに挑戦していきたいと思います。PSE の生徒との交流は、自分にとってかけがえのない体験でした。また、NGO 団体の一つである FIDR の方は、「必要なもの」と「あるといいもの」の選別が大切だと仰っていました。現地の人が望む「もの」「お金」を、望むがままに与えるのではなく、土地の人が持っているものを生かし、「無くなっても残るもの」を教えていくことで、彼らが自立できるよう背中を押すという姿勢に感銘を受けました。

4 今の目標や今後の進路について

現在、進路に迷いがあります。ですが、今回の研修でカンボジアの現状や出会った多くの人の姿を見て、やはり自分は世界と繋がっていたい、国際協力のできる仕事をしたいと強く思いました。そのために、今は英語力の向上に力を入れたいです。今回、PSE の生徒も同じく第一言語ではないのに、彼らは流暢に話すのに対し、自分はなかなか思った通りに伝わらないことにもどかしさを感じました。この気持ちをバネにして、頑張りたいと思っています。また、今回学んだこと、感じたことを軸に、社会問題について自分なりに考えていき、小さなことでも行動に移せるように努めたいです。

5 帰国後の活動

研修中は SNS を通じて現地の様子を発信するよう努めました。帰国後は、とにかく周りの人に自分の経験を自分の言葉で話すことでカンボジアについて知ってもらう、また留学の良さを伝え、海外に留学したいと考える人がいれば後押しができたらと思っています。

アロハ同盟

PSE の友達と

松本蟻ケ崎高校
２年
黒田（くろだ）　香椰美（かやみ）

深く考える前にまずは相手を知るべき

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

参加前は、人と関わる前に相手の気持ちや考えを深く考えすぎて、自分の気持ちを伝えられなかったことがあった。私はカンボジアが貧しいことを事前学習で知って、冷たい人が多いと勝手に思い込んでいた。しかし、小学生の子供達からハグをしてくれたり、移動中にすれ違った人々が笑顔で手を振ってくれたり、私が体調の悪くなった時に一緒のグループのPSE（現地の高校）の子達が心配してDMをもらったりすることがあった。もし現地の人々と直接触れ合っていなければ、冷たい人が多いと考えていた自分から行動を起こせなかったし、カンボジアの人々が親切で温かい人が多いことを知ることができなかった。だから深く考える前にまずは相手を知ろうと思った。

2 カンボジアに対する理解や印象について

事前研修で、カンボジアが発展途上国の中でも経済発展が遅れている後発開発途上国であることを知った。生活が大変すぎて日常生活で笑うことが少ない国だろうと思い、現地の人達と交流するのが少し怖かった。しかしカンダール州にある小学校を訪問し、子供達とたくさん交流したことで、ネガティヴ思考がポジティブ思考に変わった。私達が教室に行くと、休み時間を過ごしていた多くの小学生が教室の周りに集まった。目が合うと照れ笑いをしている女の子や手を振る男の子がたくさんいた。現地の小学生と共に栄養の授業を受ける機会では一緒に行動しようと誘われたり、お別れの時にはハグやサインを求められたりした。

そんな現地の子供達のおかげで、自分から話しかけに行ってお互いの名前を知れたり、写真撮影をお願いしたりするきっかけとなった。その日から、カンボジアの人々は親切な人が多いと知り、プロジェクト全体を通して積極的に関わろうと思うきっかけとなった。

3 PSE生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

カンボジアでの英会話は発音に癖があるため、意思疎通をすることが難しかった。

PSE生徒と初めて会った時、名前や学校紹介をほとんど聞き取ることができず、これから３日間やっていけるか不安でたまらなかった。しかし､同じグループにいた日本の友達が分からないことがあった時に「What is ～ ?」と質問をして理解していた。その姿をみて私も分からない単語や聞き取れなかったところを聞き返すようにしたら、理解できた上に意思疎通できたことへの喜びを、PSE生徒の子達が「Yes!!Yes!!」と言いながら味わえたことがとても嬉しかった。スムーズに会話が進まないことを気にするのではなく、分からないことは質問したり確認したりして理解し合うことが大切なことだと気づいた。

4 今の目標や今後の進路について

英語が通じなくてもジェスチャーでなんとかなると思っていたが、ジェスチャーだけでは通じないことがあるということを、PSE生徒と交流したことで特に感じた。ジェスチャーが伝わらなかった時、簡単な単語も使って伝えようと思ったが上手く伝わらなかった。しかし同じグループの友達が言ったことで伝わった。発音が少し違うだけで伝わらないことがあることを知って、自分の発音がまだネイティブの発音にまったく似てないことを感じた。

将来また来た時は直接現地の方々と話せるように、今後英語の授業のディベートや音読など英語を話す時間にネイティブの発音をよくききまねして、発音よく話せるようになりたい。

5 帰国後の活動

帰国してすぐはまだカンボジアの留学体験で伝えたいことを上手くまとめて伝えることができなかった。しかし、このプロジェクトに参加するきっかけとなった先生にお土産を渡す際、写真と共にカンボジアに行ってきた感想をゆっくりまとめながら話せたため、伝えたいことをたくさん話すことができた。このことから、分かりやすくまとまった文章と写真をSNSでの発信や、プレゼンテーションの作成をすることで、カンボジアの留学体験を通して伝えたいことを伝えることができると考えた。自身の経験やアウトプットする機会を学校やオンライン上で行っていきたい。

カンダール州の小学生と私達

PSE生徒と私達

松本蟻ケ崎高校
２年
小林（こばやし）　愛花（あいか）

夢が広がったカンボジアでの七日間

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

参加前の自分は、将来国際的に活動したいと思いながらも、海外に怖い印象を強くもち、その反面、日本が一番安全で住みやすい国だと思っていた。なかなか海外にいく勇気が出ない中、自分を変えたいと思い申し込んだ信州つばさプロジェクト、その研修の中で、普段とは違う言語、文化、人々との関わり方、食べ物、何もかも違う環境での生活を通して、自分の中に新しい視点を持つことができた。それは、日本にはこれからも沢山成長できる点があるということだ。バスの中から手を振るとお店の人やバイクに乗る人が笑顔で振り返してくれる光景、レストランに行ったらすれ違う定員さん全員とお互い合掌しながら笑顔で挨拶する光景、日本で見たことあるだろうか？もっと人と人との関わりが広がるような日本になるにはどうすれば良いのか考えていきたい。

2 カンボジアに対する理解や印象について

実際にカンボジアを訪れるまでは、発展途上国であることから、貧しい生活や、辛そうな顔をしている子供の姿が浮かんでくるようなイメージを勝手にもっていた。しかし、実際にカンボジアを訪れ、発展した都市部を見たり、人々の優しさや、学生の活発な行動や笑顔に触れることで、その想いは大きく覆された。その中で一番考えさせられたことは、日本がカンボジアに対して支援をする理由だ。今までは、「日本が昔、他の国から支援されていたことへの恩返しのようなもの」と思っていたが、国際協力を通して日本がカンボジアを一方的に支援しているのではなく、お互いの影響を受け成長できる関係にあると感じた。それは、カンボジアには日本にはない家族と必ず昼食を食べる文化や自分の意思をもって自発的に行動する人々の姿勢などの魅力を沢山もっているからだ。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

PSE の生徒さんと関わる中で自発的に行動する大切さを感じたのが自分の中で一番変わったことだ。自分で考え、疑問点ができるまで追求し、質問してより深い知識を得ようとする姿や、自分の意見を堂々と周りに発信する姿を見て、今まで日本の高校で過ごす中で忘れていた自分を表現する大切さや自分ごととして考える大切さについて改めて学ぶことができた。また、PSE の生徒さんと初めて会った時はお互い壁を感じていたが、お互いの顔を見て手と手を重ねて握手してから、緊張が解け、気軽に話せる関係に変わったのを感じた。この経験から、自分の想いを伝えるのに大切なのは言葉だけじゃなくて自発的な行動やお互い親しみを持つことである。そして将来自分が国際的に活動したいと思った時は、募金の支援や、SNS を通しての支援だけでなく、直接現地に訪れ相手の顔を見て握手することから始め、信頼関係を築きながら関わっていきたい。

4 今の目標や今後の進路について

カンボジアの教育について実際に見たり、参加していく中で、カンボジアにある教育の課題について見えただけでなく、普段と違う視点を持てたことで日本にも教育面で大きな課題があると感じた。それは生徒の自発力の低さである。その原因として２国はどちらも教師の一方的な授業による聞くだけの授業に対して問題視しているが、カンボジアの学校と自分が通っている学校を比較した時、自分の学校の方が自発力低さを感じた。だから私はカンボジアで得た経験からその視点を用いて、日本での児童や生徒が主体的に関われる教育の発展に関わっていきたい。

5 帰国後の活動

カンボジアでの自分の経験や、カンボジアの魅力を身近な人に写真や思い出と共に伝えた。また、学校内で海外に興味のある人に対してスライド等を通して発表する時間を作ることで、留学をするきっかけにしたり、Twitter や Instagram 等の SNS を通してより多くの人に対してもカンボジアに対するイメージが新しくなるような情報を発信していきたい。

PSE の生徒との文化体験にて

トゥールスレン
虐殺博物館にて

飯田女子高校
１年
礒田（いそだ）　実花（みか）

見える世界が広がったカンボジア留学

1 参加前の自分と、帰国後の自分の変化について

私が感じる変化は大きく分けて２つです。１つ目は考え方や行動の変化です。参加前の私は自分に自信が持てず、常に人目を気にし、自分の気持ちや意見を伝えることや人との関わりを避けることが多くありました。しかし、一緒に活動をしたメンバーや現地の高校生との交流、現地で活動している方々のお話を聴く中で、人との関わりや自分の意見を発信することの大切さを知りました。また、研修中に人前で発表や質問をした経験が自分の自信につながり、自分から行動することが増えたと感じます。２つ目は国際問題や教育問題について自分で問いを立てて調べるようになったことです。カンボジアに行く前は世界の教育問題の解決に貢献したい、という思いはありながらも深く考えたことはありませんでした。しかし、帰国後は日常の中でカンボジアをはじめ世界を意識するようになりました。

2 カンボジアに対する理解や印象について

このプログラムに応募する前の段階で私はカンボジア＝貧困でスリなどが多く、設備も整っていないという勝手な偏見を持っていました。しかし、実際に行ってみると、事前学習で見聞きしたように首都には高層ビルが立ち並び、道路が整備され、東京と同じくらいに都市化していることに驚きを感じました。しかしフェリーに乗って郊外に行くと、道路の舗装がなされていなかったり、トイレや建物が老朽化していたりと、都市と地方とで景色が違い、格差が大きい国だと実感しました。このような格差に加え、都市・地方に関わらず道端の至る所にごみが散乱していること、インフラ・学校教育・保健医療が不十分であることなど、改善すべき課題はまだまだ沢山あることを理解しました。また、カンボジアは人が温かくて笑顔が溢れているということがとても強く印象に残りました。

3 PSE 生徒との交流、小学校訪問等から学んだこと

PSE 生徒の学びの場を大切にして積極的に学ぼうとする姿、助け合いながら高め合っている姿、英語を流暢に話す姿、小学生が積極的に授業に参加し楽しんでいる姿を見て、日本との努力の差を感じました。そこから、必要な教育を当たり前のように受けることができる日本の教育と比較し、とても考えさせられると同時に、自分の学習について見つめ直すことが出来ました。

また、カンボジアには教育や、医療などの面で多くの企業や団体が支援をしていることを知りました。また、その時ばかりの支援ではなく、今後に繋がる持続性のある支援が本当に必要な支援であることを学びました。

4 今の目標や今後の進路について

私は研修に参加する前から「貧困、障害、病気などで苦しむ子供たちに様々な体験を提供し、その子たちの未来を明るくするお手伝いがしたい」という漠然とした夢がありました。今回の研修を通して、「生徒一人ひとりを大切にする日本の特別支援学級の先生になり、その後、発展途上国の教育に携わりたい」という目標が出来ました。そのために、今は、具体的でない自分の進路について深めながら、沢山の人と関わりを大切にすること、様々な人と会話をすること、使える英語力を身に付けることを特に頑張りたいと思っています。

5 帰国後の活動

まずは研修を通しての学びや体験とカンボジアがどういった国なのかをまとめて、学校で報告会を開き、先生方や同世代の人に聞いていただく予定です。その後、模造紙にカンボジアと留学についてまとめ、地域や学校の文化祭で掲示させていただこうと考えています。また、コンフォートゾーンから留学という一歩を踏み出したことで自分の考え方や行動に大きな変化があったと感じているので、そのことを同世代の人に伝えることで、やりたいことに向かって一歩踏み出すきっかけになってくれたら良いと思っています。それに加え、SNS に留学中に投稿したものをいつでも見える形に残して発信することも準備を進めています。

主な交通手段である
バイクとトゥクトゥク

首都に立ち並ぶ高層ビル