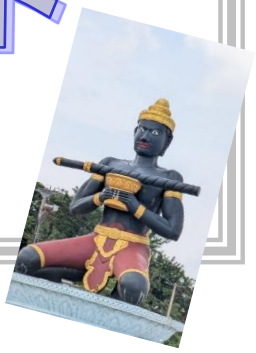
明石市

国際協力海外レポート

山田　真理（やまだ　まり）【JICA 海外協力隊(現職教員特別参加制度】

赴 任 地：カンボジア　バッタンバン州
職　　種：学校保健
赴任期間：2026 年8月 12 日～2028 年3月 20日（予定）



～明石の保健室を飛び出してカンボジアへ～

明石市の保健室を飛び出して約 4,200km。私がやってきたのは、東南アジアに位置するカンボジア王国(以下、カンボジア)です。現在は、北西部に位置するバッタンバン州の教員養成大学(以下、BTEC)で、現地の先生や学生たちと関わりながら、学校保健に関する活動に取り組んでいます。

カンボジアでの暮らし、教育、そして出会う人たち。日本とは違う環境の中で、驚いたこと、発見したこと、学んだことなどを明石市のみなさんにお届けします。



何故、カンボジアへ？

「子どもたちの笑顔や健やかな成長を支えたい。そして、これまで養護教諭として培ってきた経験を海外で生かしてみたい。」そんな思いから、JICA の現職教員特別参加制度を通して、カンボジアで活動することになりました。

現在は、未来の先生たちを育てる BTEC で活動を始めたばかりです。カンボジアでは、学校保健という考え方は、これから発展していく段階だと思います。BTEC の先生方も日本の協力のもと、日本での保健教育研修を重ね、学校保健の促進に意欲的に取り組んでおられます。

日本とは異なる環境の中で、これまでの経験を一方的に伝えるのではなく、現地の先生や学生たちと一緒に「カンボジアに合った学校保健とは何か」を考えながら、少しずつ取り組んでいきたいと思います。

私が見つけた、カンボジアの〇〇!

“日本とカンボジアは、こんなに違う”

① 気候🌤

→1年中、夏です。日本は四季がありますが、カンボジアは雨季(5月～10 月)と乾季(11 月～4月)の二季です。雨季には、突然バケツをひっくり返したような雨が降ります。

9 月26日～降り続いた雨のため、私の住むバッタンバン州は、川が氾濫し街中が



水浸しになりました。BTEC も冠水被害にあい、週明けも水が引かなかったため、
学生たちは一時的にオンライン授業を受けていました。
バッタンバン州は6年前にも同じように水害にあい、多くの人々が避難したそうです。

② 移動🛵



→1位:バイク、2 位:トゥクトゥク、3位:バイクタクシー、4位:自家用車
カンボジアでは、原付バイクが多くの人たちの移動手段として愛用されています。
トゥクトゥクという名前のバイクに椅子の台車を付けた乗り物も、日本のタクシーのように現地の方は利用しています。
車は日本ほど多く普及していませんが、日本車を見かけることも多いです。

③ 時差⏱

→日本とカンボジアの間には2時間の時差があります。カンボジアの方が日本より2時間遅れています。健康志向の人も多く、夜は川沿いで大勢の人がエクササイズをしていたり、朝早くからランニングをしている人も見かけます。

④ 言語

→現地語は、クメール語です。「អរគុណ(オークン:ありがとう)」、「ជម្រាបសួរ(チョムリアップ スォー:はじめまして)」、「លាសិនហើយ(リァサンハォイ:さようなら)」などの挨拶があります。特徴は、とても発音が複雑です。有気音(息を出して発音)と無気音(息を出さないで発音)があり、発音が違うと意味が変わります。

カンボジアと聞けば国旗にも描かれているアンコールワットが有名ですが、他にもたくさんの伝統料理や、伝統衣装、おいしい果物、それぞれの地域の街並みがあります。
カンボジアに到着してから、今日までに撮った写真をお届けします。

アモックといクメール料理です。
肉 or 魚が中に入っていて、ココナッツミルクで煮込んだ料理です。



カンボジアは、95%以上の人が仏教を信仰し、国内には約 5,000 以上のお寺があるといわれています。



「天国のような味と、地獄のようなニオイ」と言われる、ドリアンです。まだ、勇気がなく食べていません。





これからも、カンボジアの暮らしや文化などをお伝えしていきます。遠いカンボジアを少しでも身近に感じてもらえたら、嬉しいです。