



# みろくの風

Vol  
67



元気いっぱいのミャンマーの子供たち



## - contents -

### 目次

- 清掃委員会に見えるミャンマーの希望 ..... 2・3  
アルティック・ヤンゴン  
プロジェクト・マネージャー クアン・イー・ウー
- ミャンマー通信 ..... 4  
アルティック・ヤンゴン所長 平野喜幸
- 熊本地震活動報告 ..... 5・6
- あなたもちょこっと支援 ..... 7  
誰にでもできる支援があります
- お年玉・プレゼントのお願い ..... 8

# 清掃委員会に見えるミャンマーの希望

クアン・イー・ウー アルティック・ヤンゴン  
プロジェクトマネージャー

ミャンマーでは日本のように頻りに頻りに清掃をする習慣がありません。しかし、インラワシ管区ミヤウンミヤ郡ナユワ(Nat Yar)村では1年ほど前から「清掃委員会」が発足し、りっぱに村の中の環境整備が行われています。その清掃委員会の発足を促したのは当会スタッフ、クアン・イー君です。

清掃活動は2016年6月から始まりました。当初は村人全員で2週間に1回くらい行われていました。第1回目はゴミが多すぎて、村全域を清掃するのに6時間以上も掛かりました。村人達にゴミを拾うという習慣が無かったからです。その後皆と相談して、ごみを拾うだけではな



清掃委員会リーダー(左から) キン・キン・ミツ、ディン・ディン・ナウエ、サン・ミエツ、サン・ター・エ、ナン・ディ・セン、ディン・ディン・シユエ

く「ゴミを捨ててはいけない」という教育を何度も行いました。そして、村の隅々にゴミ箱も設置しました。こうした活動が徐々に功を奏し、村人たちは規律も身に着け、ゴミが散乱することもなくなりました。ですから今では全村を挙げて掃除をする必要もなくなりました。しかし清掃委員会の10名を中心に清掃は続いています。

さて、ナユワ村では昨年当会の支援で学校が建設され、学期末になると成績優秀な生徒には賞を授与しています。さて、その時に気付いたことがあります。それは賞を貰っている生徒の7割近くが女子児童だったことです。そのことを校長先生に尋ねると、女の子は男の子よりも先生の言うことをよく聞くし、勉強も熱心だそうです。毎朝図書館で本を読むのも女の子が多いそうです。さらにはある高校では大学

入試に合格した生徒の全てが女子学生だったそうです。清掃委員会は10人のメンバーで構成されていますが、実はメンバー全員が女性です。

学校教師は95%以上を女性が占めていますし、ご存知のように、今ミャンマーのトップはアウンサンスーチー女史です。さらに、建築現場、市場、そして田んぼで頑張っているのも女性たちです。つまりミャンマーでは、よく勉強する人、仕事ができる人、国を治める人は女性です。

しかし、村を支配している人は全て男性です。女性たちは村の会議に参加してもあまり意見を発表しませんが、村発展委員会の役員になっていく女性も少ないです。こうして見ると国の一番下と上は女性ですが、いつも意思決定をする中間管理職は殆どが男性という構造です。

当会スタッフのクアン・イー君は今後のミャンマーの発展のためには女性の力が欠かせないと考えています。彼は常に女性たちを勇気づけ、こんな言葉かけをしています。「長く権力を持つほど社会全体は腐敗してきます。私達は多くの村でいろいろなプロジェクトを行いました。多くの泥棒や嘘つきを経験しました。しかし、その中に女性は一人もいませんでした。ですからこれから、村



清掃活動

も国も良くなるためには多くの女性がリーダーシップを取り、責任を取ることが大切です。もちろん、女性たちがいきなり責任を全部取るわけではありません。このように、村の清掃委員会のような小さな事から始めて、一人一人の力を合わせて美しい村を作って村人の心、さらには国を変えていきましょう」と…。

もう少し清掃委員会の女性たちの活躍をお伝えしましょう。彼女たちは村全体の委員会において役職はありませんが、村中の学生の名前、家族の状況などに精通しています。また、村の活動などで募金を集めなければならぬ時など、彼女たちはとても活躍します。村人が忙しくて清掃活動に参加が少ない場

合、彼女たちは諦めずに村全体に声をかけて回ります。

掃除作業では村中を歌いながら回り、設置されたゴミ箱のゴミと家庭ゴミを集め、汚い場所を清掃します。ゴミが散乱しがちだった村の5カ所の雑貨屋さん達は、今では自分達でゴミ置き場に捨てに行くようになりました。とても良い事には、この活動ではゴミ集めのために家々を訪問するので、村中の人達と親しくなれました。

ところで、どうして彼女たちはこの活動を継続することができているのでしょうか？それには3つの要因があります。

一つ目は、「功德を積む」ということです。無償であり、誰かに命令されてやるのではなく、人のために行う行為によって、自らが浄められそして幸福になるということです。



村のあちこちに設置されたゴミ箱

三つ目は、「規律を守る村になる」ということです。村人をはじめ、学生も子供たちも活動を始めてから規律正しくなりました。以前は誰もが平気で食べかすや包装のビニール袋を所構わず捨てていましたが、子供たちは捨てるどころか、ゴミを拾ってゴミ箱に入れます。今では幼稚園児でさえ何処にゴミを捨てるべきかを知って実行しています。

これらのことが彼女達のモチベーションを高め、活動の原動力となっています。さらに良い事には環境がきれいになったため、蚊やハエが減り、病気が少なくなりました。村人が健康になりました。学校でも学生達自身で6人一組となって自主的に毎日掃除をしています(以前は村人がやっています)。

男性達は掃除やゴミ集めには相変わらず非協力的ですが、集まったゴミを燃やす仕事は責任を持ってやってくれています。毎週集まるゴミは大型米袋2つ分ほどになります。それを定期的に村の外に運んで燃やしてくれるのです。

さて、当会はこの5年間に多くの村と関わりを持ちましたが、その村々のリーダー達(村長、校長先生、村委員会役員など)を集めてアルティック・セミナーを開催しています(も

うじき5回目が開催されます)。その目的は各村の開発活動の思いやノウハウを共有し、さらなる発展を目指すためです。前回は50カ所の村から222人が参加されました。このセミナーでは基調講演、分科会、成功事例発表などを行います。前回のセミナーではナユワ村の清掃委員会が成功事例として紹介されました。その時の発表を簡単にまとめました。

私達は自分達の村がこんなにも急に変わることができるとは思いもよりませんでした。私たちの委員会が始めた清掃活動に村の多くの人達が納得し、賛同してくれました。そして村の中、学校、お寺の掃除を一緒にしてくれました。またそれだけではなく、村の何カ所にもゴミ箱を置いてくれました。そして勝手に「ゴミ



園児や保護者と一緒に清掃活動(ユニフォーム姿は清掃委員会)

を捨てることを禁止する提案も受け入れてくれました。私達は皆貧しくはありますが、いつも正直に生きていこうとする人間です。ですから、いつも素直に意見を交換しています。私たちの目標は子供たちが規律を身に付けて美しい村になることです。そしてミャンマーのモデル村となることが村人全員の夢です。今後はこの夢を実現するまで諦めずに頑張りたいと思います。

当会は今期で71校となる学校建設を手掛けてきました。その最終的な目的は、りっぱな学校をプレゼントすることではありません。村人たちの意識が変わり、自ら発展を目指してもらうことにあります。しかし、人が変わり、コミュニティーが変わるといことはそんなに簡単なことではありません。そんな中でこのナユワ村の女性たちの活動は頼もしく、希望あるものです。このような自主自立の考えや行動が燎原の火のように広がり、いずれミャンマーが民主的で幸福な国づくりができることを願ってやみません。

文責：アルティック事務局長

久家誠司



# ミャンマー国会にて活動プレゼン

アルティック・ヤンゴン 所長 平野 喜幸

11月中旬、当会の平野ヤンゴン事務所所長にミャンマー教育省から突然の連絡がありました。内容は、ミャンマー上院の NGOs & NGOs Committee (社会活動を行う民間団体との調整をする上院議員の委員会) が教育に関する活動をしている団体と意見交換をしたいので、ARTICも参加して欲しいとの依頼でした。



平野所長プレゼン

召集された民間団体はユネスコ、セイブザチルドレン、日本からは JICA (ご存知の国際協力機構) や当会などで、全部で9団体でした。これに対してコミッティーのメンバー (上院議員) は全部で15名の国会議員です。召集の経緯として考えられるのは、先日初等教育局の局長 (DG) にお会いし「教師の研修施設」に関する提案書を提出していましたが、それが閣議の議題に入れられたという情報が入っていましたので、そのことが要因だと考えられます。ご存知のように、当会はイラワジ管区 (ミャンマーの州の一つで九州ほどの面積) で学校建設の事業を行っていますが、今ではイラワジ管区教育界で ARTIC を知らない人は殆どいません。今後はさらに ARTIC の名前は全国に広がっていくことと思います。

③今後どれくらい活動を続けるか、その予定や将来の計画に関する事などでした。その後1時間程度質問や意見交換の時間がありました。私は、当会の学校建設が他の団体のアプローチと違うことを具体的に説明し、今後「先生の研修施設」を建設運営する計画があるので、これに政府の許可を貰えるように協力して欲しいとお願いました。各団体のプレゼン後は、ARTIC に一番多くの委員のかたからの質問がありました (3人)。おかげで、イラワジで起こっている問題などについてもより具体的に提起することが出来ました。



ミャンマーの国会議事堂

会議風景

ました。また、その他にも一つの場所に複数の団体がオーバーラップして支援をすること (団体や事業の重複) を避け、支援が万遍なく効果的に行われるようにしたいということも今回のミーティングを招集した目的の一つであるとも言われました。今回の懇談では専門的な知識や技術を持つ民間の力を活用して、これまで長年滞ってきた教育行政を活性化させたいという意気込みが委員会に感じられました。また当会にとつては、国のトップレベルの機関に認知されることで、今後の活動に追い風となるとも良い機会となりました。 (おわり)

## 被災者の痛みをわが痛みとして



向かって右:坂上朋子 (整体師) 左:高野智美 (看護師)

これまで私たちは熊本市内にある8ヶ所の仮設住宅のうち7ヶ所において各種支援活動を継続的に行っておりまして (バックナンバーで詳しくご報告させて頂きました)。

今回はその中心となったスタッフ達が現場で感じたことをご報告させて頂きます。二人は看護師、整体師という技能と知恵を駆使し、仮設住民の皆さんの心と身体へのケアに邁進しました。

### 仮設住宅支援に携わって

運営スタッフ・看護師 高野智美

私は今から6年前この熊本に移り住んで来ました。元は関東在住で、東日本大震災で被災し、縁あってこの熊本に来ました。私自身生涯のうちでこの様な震災を2

度も体験するとは思ってもみず、6年前は支援を受ける側であり、当時熊本で沢山の方から温かい支援を頂いて現在の私がいまもいます。熊本地震ではその時の恩返しを少しでも出来たらという思いで、震災直後から地域の避難所で支援に加わりました。職種は看護師なので発災後の混乱期より不足していた医療班を中心とし、学校関係者、自衛隊、地域住民の方と連携し避難所運営に携わりました。私がこの仮設住宅支援を行うきっかけとなったのは、移動した先の避難所と同じように支援を行っていた「れんげ国際ボランティア」の事務局長との出会いでした。何度か支援をご一緒する機会に恵まれ、ボランティア会のスタッフとして仮設住宅支援に参加させて頂く事となりました。

仮設住宅が出来た頃は被災者にとって「亜急性期」と呼ばれる時期にあたり、心身の不調が顕著化する時期です。一般的には、避難所生活が終わる事で長期的なストレス環境から脱し、誰もが生活再建に向けて進んで行くと思われがちです。しかし全員がそうだとはいわけてはありません。災害時にはよく耳にする PTSD (心的外傷ストレス障害) があります。PTSDとは強烈なショック体験や、強い精神的ストレスが原因でトラウマとなり、様々な症状が出て生活に大きな影響を引き起こしてしまうものです。PTSDに陥ると慢性化し長期的な治療が必要となる事が多く、そのためこの時期は被災者に対し、献身的に心の救済に取り組まなければなりません。

ところが、当時は多くのボランティア団体が物資支援やお楽しみ企画が多く、リラクゼーションや医療・福祉系の活動はあまりありませんでした。そこで、私たちは心身のケアが「最も優先される支援」であると判断しました。私達ボランティアは「支える」「寄り添う」「共感」をする役割です。あくまでも個人の生活がその場所であり、中心となる方は住民の皆様であるという事です。立場が逆転してしまうと、目的も方向性も全て逸脱してしまいます。このことを軸とし、社会福祉協議会の担当さんを通してサロン活動の提供を行って来ました。具体的にはアクティブリスニングと呼ばれる積極的な傾聴に加え、ヒーリング効果のあるハーブエッセンスやアロマオイルを使った身体マッサージ、足浴、音楽療法にも使われる BGM 等も組み合わせ、効果的なリラクゼーションが得られるように工夫をしました。ハーブエッセンスは40種類、50種類を準備し、体調やご様子をお伺いしながらその場でハーブティーとして飲んで頂きました。筋肉の緊張や血行不良のかたが非常に多かったのでクッションやオイルも併用しました。また被災者の皆さんは、業者待ちで自宅の解体が進まずに苛立ちや焦りの感情を抱える方が、仮設住宅の狭い部屋で生活スペースの確保が出来ない等の訴え、子供やペットが居るから周りに迷惑をかけてしまうのではないかと等の周囲への気疲れ、ご本人の心身への影響 (不眠・耳鳴り・頭痛・眩暈・不安・恐怖感・食欲不振) など心の不調から生じる様々な身体への症状が見受けられ、「病院に行くけれど特別異常がない」と言われた方も多くいらっしゃいました。感情は自律神経との関わりが深く、その為サロンでは自律神経の働きを整えるケアを中心に支援を行いました。

# タンスの引き出しに「お宝」が眠っていませんか？

## あなたもできる ちょこっと支援

長年使われずに取っておいたものが途上国で困っている人たちのお役に立ちます。是非当会にご寄付ください。

注意：お送り頂いた現品を直接途上国に送るものではありません。当会で換金し援助資金と致します。送付物品は美品に限ります。また送料のご負担もお願い致します。

ゴルフ用品  
DVD・CD  
ゲーム機・ソフト  
商品券  
図書券・ビール券  
BEER  
Gift Card  
携帯電話  
着物  
記念硬貨  
ハガキ  
(未使用、書き損じ)  
未使用テレカ  
電話カード  
携帯・スマホ  
着物  
カメラ・レンズ  
貴金属・宝石  
(破損品も可)  
ブランド品  
(バッグ・財布・高級食器)  
送付  
れんげ国際ボランティア会  
換金  
認定NPO法人  
れんげ国際ボランティア会  
〒865-0065 熊本県玉名市築地2288  
Tel 0968-73-4851 Fax 0968-57-9913  
E-mail artic@rengе.asia HP http://rengе.asia  
送付先

アジアの子供たちに未来を!

チベット難民(インド) ミャンマー

### 仮設住宅支援を通して

運営スタッフ ボディーセラピスト 坂上朋子

熊本地震災発災後、全国から沢山のボランティアの方々が集まり、炊き出しや倒壊した家屋の撤去等の支援活動を行って頂きました。そんな多くの方々の温かい気持ちに感謝の気持ちで一杯です。

さて、私が熊本地震災仮設住宅支援にかかわって一年が過ぎました。当初、仮設住民さんにお話を聞くと、「これから先が不安で仕方ない」「私は一人暮らしで今更家を建てる事も出来ないからここが最後の棲家になる」「今でも夜は怖くて眠れない時がある」など沢山の不安の声を聞きました。確かに住んでいた家を突然失うという予想もしない出来事によって、先見えな不安や孤独感が胸一杯だと

思います。そんな中で、私の仮設住宅への支援活動が始まりました。

仮設住宅に移り住んで間もない住民の皆さんに、少しでも不安や孤独感を取り除いて頂くにはどうしたら良いか？私達が始めた活動は「マッサージ・カウンセリング」や「健康系のワークショップ」、「創作活動」や「調理活動」さらには「玉名温泉小旅行」「季節の行楽」等でした。できるだけ住民の皆様と触れ合い、お話しをする事で、明るく前向きな気持ちになって頂ける様に心がけました。

活動の数日前には、工夫を凝らしたボスターやチラシを作ってポスターイングをしたり、それぞれのお部屋を訪問して呼びかけをしたりして、「みんなの家(仮設内の集会所のことです)」に集まって頂きました。

色々な活動の中で、当初からずっと定期的に続けてきた「マッサージ・カウンセリング」はとても好評でした。普段のサロン活動ではなかなか参加されなかった男性の皆さんも多く参加して下さいました。「カウンセリング」では、自分の中に留めていた誰にも話せない様な不安な気持ちを話して頂き、時には涙を流し、心も身体も楽になったと言われるかたもいました。

私たちが仮設住宅を訪れた当初は、それまで、家族で狭い車の中での車中泊であったり、長い間体育館等の固い床での避難所生活を強いられたりと、つらい状況が続いていたので、全身がガチガチの状態でした。多くのかたが、「身体全体のあちこちが痛くて眠れない時がある」など、身体の不調を訴えておられました。なので、マッサージを行うととても喜ばれました。

ただ普通にマッサージを行うだけでなく、こんやくを使ったり自然の花を使用している「ハーブ」を使った「ハーブマッサージ」、タオルを使った「タオルストレッチ」、住民の皆様が協力して楽しみながら行う「健康レクレーション」等、様々な方法で癒しの時間になる様に提供させて頂きました。マッサージを定期的に行うて来た事で、「以前よりも肩こりが軽減され、身体が楽になった」、教えてもらったタオルストレッチを毎晩続ける事で、「肩回りが楽になった」と、嬉しそうに話して下さいました。

ところで最近では家を建てられて、仮設住宅を出ていかれる方々も多く見受けられます。多くの皆さんがこれからの生活に目を向け、歩き出されています。そんな中、仮設住宅で仲良くなったかたと会えなくなる事がとても寂しいと話され、家を建てても毎日でも自転車で遊びに来ると言われている方がいらっしゃいます。

サロン活動を行っていても、住民の皆様はとても仲が良く、ずっと昔から知っていた友達のように思える事があります。今ではサロン活動が無い日でも、皆で声をかけ、お茶を飲みながら「みんなの家」で談笑されています。また、仮設には子供たちも沢山居るので、子供たちが集まって賑やかに楽しく遊んだりしている様子を見るのが楽しいと言われています。まるで、仮設住宅が一つの町の様です。

住民さんが子供たちを見守ったり、一人暮らしの方の所にはご飯を多めに作って届けたり、声を掛け合ったりと住民の皆様同士で助け合いながら生活されています。ご存知のように、現代は隣に誰が住ん

でいるかも分からず助け合う事も無く孤独死をされるかたも増えています。でもこのようなコミュニティならば、孤独・孤立が軽減されると感じました。

仮設住宅には色々な地域から集まった方々が暮らしています。もしも、この熊本地震が起きなければ出会う事がなかったかた達もいらっしゃいます。「袖触れ合うも何かの縁だから大切にしたい」と住民の皆様は嬉しそうに話して下さいました。微力ではありましたが、私たちがお声をかけたり、チラシを配ったりして集まって頂き、いろんな活動に参加して頂いたことが、この嬉しい出会いのきっかけになったとすれば、望外の喜びです。

最後に:  
約1年2カ月、この仮設住宅支援に携わらせて頂きました。地震当初、不安や恐怖の気持ちが大きかった住民の皆様が徐々に前向きな気持ちへと変化してこられる様子を間近で見ることが出来ました。そして私自身が沢山の事を学び、成長する事が出来た大切な時間だと思えます。

全てが初めての経験で、私も最初は不安な気持ちで一杯でした。しかし、実際に仮設住宅に行ってみると、住民の皆様が温かく笑顔で迎えて下さり、その笑顔に私のほうが元気をもらいました。

辛い時だからこそ皆で力を合わせて助け合いながら乗り切る事の素晴らしさと人と人の繋がりの大切さを一番近くで感じる事が出来ました。

「れんげ国際ボランティア会」のスタッフとして沢山の住民の皆様、他団体のボランティアの方々、素敵な仲間と出会えた事に感謝致します。

(おわり)

ただ普通にマッサージを行うだけでなく、こんやくを使ったり自然の花を使用している「ハーブ」を使った「ハーブマッサージ」、タオルを使った「タオルストレッチ」、住民の皆様が協力して楽しみながら行う「健康レクレーション」等、様々な方法で癒しの時間になる様に提供させて頂きました。マッサージを定期的に行うて来た事で、「以前よりも肩こりが軽減され、身体が楽になった」、教えてもらったタオルストレッチを毎晩続ける事で、「肩回りが楽になった」と、嬉しそうに話して下さいました。

ところで最近では家を建てられて、仮設住宅を出ていかれる方々も多く見受けられます。多くの皆さんがこれからの生活に目を向け、歩き出されています。そんな中、仮設住宅で仲良くなったかたと会えなくなる事がとても寂しいと話され、家を建てても毎日でも自転車で遊びに来ると言われている方がいらっしゃいます。

サロン活動を行っていても、住民の皆様はとても仲が良く、ずっと昔から知っていた友達のように思える事があります。今ではサロン活動が無い日でも、皆で声をかけ、お茶を飲みながら「みんなの家」で談笑されています。また、仮設には子供たちも沢山居るので、子供たちが集まって賑やかに楽しく遊んだりしている様子を見るのが楽しいと言われています。まるで、仮設住宅が一つの町の様です。

住民さんが子供たちを見守ったり、一人暮らしの方の所にはご飯を多めに作って届けたり、声を掛け合ったりと住民の皆様同士で助け合いながら生活されています。ご存知のように、現代は隣に誰が住ん

# アジアの子供たちに「お年玉」を!

日本ほど「恩」というものを大切に考える国はありません。「恩返し」「恩に報いる」など、私達は日常的に「恩」というものに重きをおいた生き方をしています。

さて、「恩おくり」という言葉があります。この言葉は鶴の恩返しのように、何か恩を受けた人に直接お返しをするのではなく、目上の人や社会から受けた恩を次の世代や次の社会に返していくという考え方です。なんと深遠で尊い考え方でしょうか。

途上国では、人権、教育、労働などの面で社会構造的に困難に溢れ、日常的に貧困や飢餓に喘いでいます。「お年玉募金」はそういった、恒常的に困難に喘ぐアジアの人々への幸せのおすそ分けと考えて行っているものです。

(この募金は平成30年元旦から1月末日まで受け付けております)

## 本をプレゼント (チベット難民)

チベット地方(中国チベット自治区や、青海省、四川省など)からインドに逃れている難民の子供たちにチベット語の物語や小説、副読本などをプレゼント。

**10冊で5,000円**



## 机・椅子をプレゼント (ミャンマー農村)

民主化の進むミャンマーで学校建設を進めています(今年度で71校を建設)。その際の机・椅子の購入費となります。

**5セット(5人分)で10,000円**



### おまかせ募金

特に寄付金の使途を指定せず、当会に一任して頂ける場合の募金です。

**おいくらでも**

### 会の維持運営費

各種ボランティア活動を行うためには、現地への旅費交通費、現場との通信費、事務所の維持費(本部や現地)、現地スタッフの給与などが必要となります。このように活動を下支えするための重要な募金が維持会費です。

**一口：年間 5,000円**

## ■振込用紙は毎号お入れしています■

これは事務作業の手間を省くためと、「思い立ったときにいつでも振り込みできるように、いつも入れておいて欲しい」という要望があるためです。決して振り込みを強要するものではありません。恐れ入りますが、既にお振り込み頂いた方、ご不要の方はご処分をお願い致します。

第67号 2018(平成30年)1月

季刊/みろくの風(れんげ国際ボランティア会会報)

発行人/川原英照

住所/〒865-0065

熊本県玉名市築地2288

電話/0968(73)4851

◇各種お問い合わせ◇

(認定NPO法人)

**れんげ国際ボランティア会**

<http://reng.asia>

e-mail [artic@reng.asia](mailto:artic@reng.asia)

[f@reng.artic](https://www.facebook.com/reng.artic)