

しが国際協力親善大使レポート

もり みつこ
森 光子さん

隊次：2016年度1次隊

職種：料理

派遣国：ブラジル

2回目のボランティア経験

私は病院の管理栄養士として40年間働き、定年を迎えた後、JICAのシニアボランティアに応募しました。同じように定年まで働き続けた仲間は、学校で教鞭をとる者、第二の職場で再出発する者と様々でしたが、長年現役で働いてきたものにとって60歳という年齢は、庭いじりと旅行を楽しみとして生きるにはなにか物足りなさを感じます。

結果は大洋州のミクロネシアへ栄養士として派遣されることになりました。ミクロネシアに限らず、大洋州の国々では肥満が国の将来に係わる社会問題になっています。専門である栄養と食習慣改善を通して肥満対策を行い、生活習慣病を減らすことが任務でした。

ミクロネシアではそもそも野菜を食べる習慣がなく、手に入る野菜をどうおいしく食べるか、輸入の米や小麦粉でなく、もともと国で採れていた食べものをより多く食べる工夫などの普及を行いました。

ミクロネシアは戦前、日本の統治下にあり、今でも日本人会があります。知らない国でJICAボランティアの力になってくださったのが現地に暮らす日本人の方々でした。次第に次は南米の日系社会で、日本から移住した人々のお手伝いをしたいという気持ちが強くなりました。2015年10月に任期を終え、その月のうちに2015年募集の日系社会シニアボランティアに応募しました。そして2016年6月ブラジルの比較的新しく、一世がまだ健在の移住地コロニア・ピニャールに派遣されたので、日本にいたのは9か月足らずでした。

コロニア・ピニャールは40世帯ぐらいの小さな移住地です。出稼ぎブーム以前や、一世がまだ多く健在であった頃に比べると、人口は減りつつあります。まるで日本の地方の少子高齢化と同じ現象です。産業は果樹栽培で、びわ、ぶどう、柿、桃、アテモヤ、デコポン、ドラゴンフルーツなど年中いろいろな果物が収穫されています。びわ、デコポン、柿など日本から持ち込まれたものも多くあります。

ここに来てまず驚くことはほとんどの人が大人から子供まで日本語を話すことです。ポルトガル語が下手な私でも村の中で暮らす限り困ることはありません。そして人々はとても親切で親密です。私は日本の田舎に暮らしているのかと錯覚するような気になります。そうです、日系人、実際には日本国籍の方も大勢いらっしゃいますが、みなさんブラジルの良さを認識しつつも、日本をととても大切に思っています。

ブラジルは一日の中に四季があると言われますが、朝晩は冷えていても日中の強い日差

しは夏です。夏は日本の夏ほど暑くなく、冬は日本の冬ほど寒くない。まるで天国ですが、時折の激しい風雨には大陸の荒々しさを感じます。

さて、ここでの私の任務はミクロネシアと違って、日系社会で和食を継承、普及することです。栄養士ではなく、「料理」という職種で派遣されました。指導の範囲はコロニア・ピニャールだけでなく九州ぐらいの広さに及ぶので、泊りがけの業務出張もしばしばです。和食と言っても一流の割烹料理を紹介しているわけではありません。日系社会で手に入れられる食材を用いて、人々が日常取り入れやすい料理、日本を思い起こさせるような料理、時には楽しくつくれるクッキーなども取り入れながら、紹介しています。そして毎回、料理講習に合わせて私の経験を生かして、食と健康に関する講話を行っています。料理が出来上がって、皆さんがわいわい試食している時間を使って、「野菜の栄養」、「高血圧と食事」などのテーマについて15分ぐらいのお話をするようにしています。

他には大方の日系団体にある日本語学校で、調理実習と食育の授業も行っています。日本語学校は幼稚園ぐらいの生徒から高校生ぐらいの生徒までいるので、どこに焦点をあてるかが難点です。小さい子はピーラーでじゃがいもの皮むき、大きい子はたまねぎのみじん切りと分担しながらコロツケをつくったりします。

本来の任務である和食の普及以外に、配属先である日系団体の行事に極力参加協力するようにしています。これらの行事はブラジルに日系社会をアピールし日本文化を広め、また一方で大切な活動の資金源にもなります。ボランティアとして料理の普及以外に、日系社会の役に立つには何をすればいいか考えた時、一人の住人として日系社会を支える活動に参加することが大切だと思うからです。この2年間は陸の孤島と言われる交通の不便なコロニア・ピニャールですが、ここの村人になる覚悟です。



おせち料理講習会



コロニアピニャール



デコポン



健康講話



自宅