



コスタリカ国草の根技術協力

「生活改善アプローチによる農村開発モデル事業活動報告」

No. 5

2016.5.6

～私達で出来ること～

NPO 法人イフパット 研究員 小林沙羅
(現地調整員/生活改善ファシリテーター)

去る5月3日、プロジェクト対象地域であるサンタリタ村で第四回目のワークショップが実施されました。JICA コスタリカ事務所から半谷所長、黒川企画調査員、シルビア職員の訪問があり、少し緊張しながらのワークショップが始まりました。今回のワークショップでは今まで続けてきた状況・課題把握の段階から、活動計画策定に移ります。まずは、課題把握の続きとして「私の一日」として参加者一人一人に朝起きてから夜就寝するまでの一日を時間とともに振り返ってもらいました。この手法は参加型開発でも用いられ、一日の時間割を男女や乾季と



雨季で比較するなどし、例えば女性の重労働などの課題への気づきを促します。ファシリテーター側としては、対象地域の住民がどのような暮らしをし、どの時間帯にワークショップや活動を実施するのが最適なのか等を知るためにも役立ちます。



サンタリタ村ではほぼ参加者全員が女性なので（男性は日雇い労働で近隣の観光地や町の建設現場などで働いています）、今回は比較をせず、その代り生活改善アプローチのエッセンスを加え、自分の一日の生活を振り返りながら「何を改善できるか？」を話し合ってもらいました。参加者の多くは主婦ですが、中には小学校の給食調理や自宅でパンを作り売っている女性などもおり、彼女たちの一日は多忙です。お祈り、食事の支度、掃除、洗濯、家事、庭を掃く、子どもたちの世話に追われ、特に昼食の準備に1時間～1時間半もかけています。コスタリカでは朝から” Gallo pinto”という豆入りご飯を食べる習慣があり、特に豆は食卓に欠かせません。この豆を調理するのに結構な時間がかかっている上に、ガスなどもかなり消費しているのではという点にも気づきました。改善できる点としては、もっと家族と過ごす時間をゆっくり持ちたい、自分の時間が欲しい、時間を計画的に使いたいという点が挙がりました。

この日は、ファシリテーターチームのメンバーでもあるオロティナ市長もワークショップに参加し、自分自身が生活改善の研修を受けた際に「私の一日」を振り返り、仕事をしながら昼食をとっていることと運動不足であることに気づき、仕事と食事時間を分ける、ジム通いやウォーキングをすることを実践していると体験を紹介してくれました。日々の生活に追われ自分の生活を時間軸で振り返ることはなかなかありませんが、こうした手法を通してまた生活改善活動に向けたヒントを得ることが出来ました。

またワークショップでは、第一回目のワークショップで話し合った「生活の中で何を改善したいか」で出た①家族関係、②家庭経済、③近所との関係、④教育、⑤保健・健康のテーマ毎に改善のためにどんな活動が出来るかも話し合いました。プロジェクトが活動を決めるのではなく、女性たち自身が活動を考え、選び、実施していく最初の一步です。どこまで活動が挙がるか未知数でしたが実際は、女性達の活発な話し合いにより以下の表のような活動候補が出ました。

健康・保健	<ul style="list-style-type: none"> ・ 容器の水を捨てる（デング熱などの原因） ・ 集落活動として、排水管と空気を清掃する ・ 食改善（健康的な食生活：果物と野菜の消費） ・ 毎日水浴びをする ・ 動物の死骸は埋める ・ 十分な睡眠、運動をする ・ 定期検診を受ける ・ トイレに行った後は手を洗う
近所との関係	<ul style="list-style-type: none"> ・ 近所に聞こえる騒音をたてない ・ 近所に親切にする ・ 近所とより良いコミュニケーションをする ・ 近所に迷惑をかける
家族関係	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家族で過ごせるレクリエーションのための場所を持つ（例：公園） ・ パーティやハレの時に問題を持ち出さない ・ 家族内で解決できない問題は教会や心理カウンセラーに相談する ・ 寝室には家族や夫婦の問題を持ち出さない ・ 対話とコミュニケーション ・ 家族のための時間を設定し、その間は携帯電話なども見ない
家庭経済	<ul style="list-style-type: none"> ・ タイムマネージメントを学ぶ ・ 家計簿をつける ・ 仕事を得るために学ぶ ・ 子どもたちが勉強するように励ます ・ 販売のための養鶏 ・ 小規模商売をする
教育	<ul style="list-style-type: none"> ・ 学ぶための時間を作る ・ 学ぶための意思・動機を持つ ・ 働く ・ 本を読む ・ 手工芸、料理、美容、裁縫、菓子作り技術の研修を受ける

興味深いのは上記の活動のほとんどがお金を必要としない、または少しのお金で出来るものばかりであることです。次回ワークショップではこの活動を分類し、優先化していきます。