



認定NPO法人
幼い難民を考える会
CARING FOR YOUNG REFUGEES

© 小林正典

2010年6月
NO.94

Children, Our Future

子どもたちの明日

目次

特集！給食係マツ・サナクさん	2
保育園給食係の仕事、1日密着レポート	4
働く卒園児の今 ソン・チャン・リアムさん	6
CYR設立30周年記念パーティー	7
～連載～ 給食レシピ⑤「バナナの花と魚の酸っぱいスープ+ごはん」	8

幼い難民を考える会（CYR）は、難民となったカンボジアの子どもたちがけんめいに生きようとする姿に触発され、1980年に組織されました。子どもたちが心身ともに健全に成長し、その親たちが人間らしい生活環境のもとで自立できることが、難民を出さない平和な社会につながることを信じ、復興をめざすカンボジアで活動を続けています。





特集

給食係、マット・サナクさん

チャンスとは、1にも2にも食べることだ。
食べられないから体力がつかない。
その前に脳が発達しない。
恒久的な空腹と栄養失調と、それらが引き起こす慢性の病気に苦しむ。
苦しむから働けず、考えることもできない。
だから収入がひどく貧しい。
収入が乏しいから食べ物を買えない。
買えないから空腹で・・・。
ごく小さなときに上の意味でのチャンスが欠けると、その結果にはおそろべきものがある。

大義道子著『人間の大地』より



マット・サナクさん

華やかな建設ラッシュの影で、貧富の格差が深刻化するカンボジア。毎日、おなかを空かしたまま眠りにつく子どもたちが大勢います。CYRIは、首都プノンペンの貧困層が多く住むエリアで、約1,000人の子どもたちに給食を提供しています。保育園や小学校で、栄養を考えたおいしい給食を作っているのは、地域の女性たち。第2村保育園で、給食係として働いているマット・サナクさんを訪ねました。

家族を支えるために、 10歳の頃からずっと働いています

スラムの狭い路地を通り抜けて裏の川岸に出ると、水上にはたくさんボートや小屋が浮かんでいます。プノンペン第2村保育園で、給食係として働くマツ・サナクさん(33歳)の家がここにありました。サナクさんは、お母さん、妹、3人の娘と一緒に川の上で暮らしています。中に入ってみると、ゴザの上には僅かばかりの衣服と鍋や釜が置いてありました。

「夫を病気で亡くしてから、収入に困りました。家賃が払えないので、こうして水の上に暮らしています。ここにいれば土地代を払わなくて済むから。」と説明してくれました。

サナクさんは、コンボンチャム州に生まれ、その日食べていくのに困るほどの貧しい家庭で育ちました。お父さんは、ゴムを採取する仕事をしていましたが、サナクさんが10歳の時に亡くなりました。「私には兄・妹もいたので、家族を支えるために10歳の頃から働き始めました。学校には1度も通ったことがありません。」

給食係の仕事は、 嬉しいことがいっぱい

2007年、GYRIはサナクさんの住む第2村に保育園を開き、貧しい家庭の子どもたちの支援を続けています。オープン当初から給食係としてここで働いているサナクさんは、この3年間で見違えるように元気になりました。仕事の感想を聞いてみると、「以前はその日の収入がなければ家族が食べられない日もありました。今は固定給なので、そういう心配がありません。力仕事をしなくていいので体も楽になりました。自分の子どもが保育園に通っているの、一緒にいられるのも安心です。朝、保護者が子どもを預けに来るときに、〈ありがとう〉と言って声をかけられると嬉しいですね。」と笑顔で話してくれました。

サナクさんの職歴と毎月の収入

■10歳～22歳

クイティオ(麵)の食堂の手伝い \$50

■23歳～27歳

稲作の手伝い \$30

■28歳～29歳

お母さんの商売(魚売り)の手伝い \$60～75
マレーシアで家政婦(1ヶ月半で病気になり帰国)

■30歳～現在

第2村保育園給食係 \$78

※土日は伝統マッサージ \$0.75/1人

自分の子どもに 将来は助けてもらいたい

サナクさんは、自分の子どもの将来について、こう続けます。「今は保育園で色々なことを覚えてくるのが嬉しいです。小学校5年生くらいになって読み書きができるようになったら、働いて家族を助けてほしいですね。貧しいので、それ以上は学校に行かせられないと思います。そして、私と同居して元気に暮らしてほしいです。」



左がサナクさんの家。中は6畳くらいのスペース



上:インタビューに答えるサナクさん
下:家の中



保育園に通うサナクさんの三女

保育園給食係の仕事、1日密着レポート

子どもたちが、勉強できて、毎日きちんと食べられることが、何より嬉しい！

— サナクさんインタビューより

サナクさんが働く第2村保育園には、3歳から7歳までの42人の子どもたちが通っています。時間は7:30～15:00頃まで。保育の手伝いをしながら、約50人分の給食づくりを担当しているサナクさんの1日をご紹介します。



8:30 市場へ買い物

その日の給食の材料を買いに、市場へ出かけます。戻ってきたら、会計報告。大事なお金はきちんと管理します。買ったものは、牛肉、空芯菜、生姜、タマリンド、どうがらし、レモングラス、ココナッツミルク。



6:00 家を出発

5:30起床。保育園に通う三女のグリマーちゃん(5歳)と一緒に通勤。保育園までは、歩いて約10分。給食室、保育室、外を掃除して、子どもたちを迎える準備をします。



サナクさんの1日



11:00 配膳

みんな大好きな給食の時間。グラスごとに机を並べて、一緒に「いただきます」。サナクさんは、配膳した後、子どもたちの食事を手伝います。



目標
1,000人

給食がつくるカンボジアの未来 「月いち募金」サポーター募集

銀行口座、郵便局、クレジットカードを使って自動引き落としで寄付ができます。日に換算すると、1日30円！

1食約20円の給食は、みなさまのご寄付で作られています。

特徴

1. 毎月、自動引き落としなので、振込みに行かなくてOK
2. 毎月最低1,000円から、金額を設定して募金できる

お申込み方法

同封の月いち募金チラシの裏面(お申込書)にご記入いただき、ご返送ください



1,000人達成まで
あと980人



9:00 調理スタート

炭を使ってかまどで調理。火加減の調節も目が離せません。まな板は、丸太を使います。カンボジア料理は豊富なスパイスが決め手。市場で買ってきた生姜やタマリンド、とうがらしなどを、すりこぎで丁寧にすりつぶします。



11:00 できあがり

メニューは、空芯菜のコナツツミルク煮とごぼん。時間をたっぷりかけて、50人分の給食ができました。



12:00 後片付け

食器を洗った後は、太陽の下で自然乾燥。子どもたちがお昼寝をしている間に保育室の掃除をします。



14:30 保育の手伝い

給食の仕事が終わった後は、泣き出してしまふ子のケアをしたり、水浴びの着替えを手伝ったりします。16:00頃、最後の保護者が迎えに来たら、1日の仕事は終了。



おつかれさまでした

働く卒園児の今

CYRがカンボジアで保育園を開いて18年。
卒園した子どもたちは、今どうしているのでしょうか？



ソン・チャン・リアムさん 15歳
バンキアン保育園卒園

家の畑の世話

小学校を卒業してからは、ずっと家の野菜作りを手伝っています。水やり、刈り入れ、種まき、草取りなど、毎日の世話が僕の仕事です。朝は4:00に起きて、市場に野菜を売りに行きます。だいたい17:00まで働いたら1日の仕事は終わりです。夜は、近所の友だちの家へテレビを見に行ったりした後、21:00頃寝ます。勉強したくて「学校に行かせてほしい」とお母さんには何度もお願いしたけれど、ダメだと言われました。夢が叶うなら、電化製品の修理屋になりたいです。

どんな仕事？

内容：家の畑の野菜作り
勤務日：毎日(休みなし)
労働時間：4:00-17:00
収入：？

嬉しいことは？

自分が育てた野菜がたくさん収穫できた時や、市場で高く売れた時

大変なことは？

村には水道がありません。野菜にやる水を、川から何度も汲んで運ぶ作業は重くてつらいです。うちは農薬を使わないので、臭い堆肥を使う仕事もなかなか慣れません。

家族構成と仕事、収入

父：警察官 \$50/月
母：農業 \$45~75/月
姉(17)：縫製工場
本人：家の畑の手伝い
妹(14)：家の畑の手伝い
妹(11)：小学2年生
弟(3)



お母さんから一言

うちは田んぼを持っていないので、庭に畑を作っています。子どもが多くてお金がないので、とても学校に行かせられません。教科書代、文房具代、制服代、日々の小銭などを払う余裕がないからです。私自身も、小学5年生で中退しました。今は、家族全員が食べていくのに精いっぱいです。

国内活動

2月17日、CYRは30歳の誕生日を迎えました。2月11日(木)、会員の方々を中心にお招きして記念パーティーを開催し、約190名のみなさまにご参加いただきました。スライドで歴史を振り返った後、昼食会、カンボジアの歌やダンスに興じた半日となりました。みなさま、ありがとうございました。

CYR設立30周年記念パーティー

2010年2月11日
JICA地球ひろば 3階講堂
© 熊谷 正



カンボジアから事務所長、カンボジア人スタッフ2名を迎えた



映像スライドで、CYR30年の歴史を振り返った



30周年記念企画を紹介



アジア料理を中心に、美味しいランチがずらり。保育所給食も並んだ



カンボジア人留学生が、歌を披露



最後はみんなで輪になって、カンボジアダンスを楽しんだ

給食レシピ⑤

バナナの花と魚の酸っぱいスープ+ごはん

カンボジアの子どもたちが食べている給食のレシピを、連載でご紹介します。



バナナの花と魚の酸っぱいスープ +ごはん

材料 (5人分)

テラピア(魚)	150g
(イズミダイ・チカダイ)	
バナナの花の外側の部分	350g
やし砂糖	小さじ1.5
にんにく	1かけ
魚番油(ナンプラー)	大さじ1
塩	小さじ1
ライム	1/4個
パクチー	少々
水	3L

■ 下準備

1. 魚を食べやすい大きさに切る
2. バナナの花を、食べやすい長さに切る
3. にんにくをみじん切りにする

■ 作り方

1. 沸騰したお湯に、魚を入れる
4. バナナの花を加え、あくを取りながら煮る
5. やし砂糖、ナンプラー、塩を入れる
6. にんにくを入れ、ライムを搾る
7. パクチーを入れる
8. ごはんにかけて、できあがり



市場で買ってきたテラピア



バナナの花



切った材料

カンボジアには、給食が提供される幼稚園・小学校はほとんどありません。CYRは、子どもたちの成長を支えるメニューを考えています。今年度は、調理担当の方や先生たちを対象に、栄養ワークショップを開いています。給食を開始した当初は、砂糖と塩を大量に入れる習慣がありましたが、今では食材から味が充分にでることも理解されました。子どもたちにも好評です。

このメニューは、1人分、約20円！みなさまからの給食募金で作られています。

CYRの活動を支えてください

年会費 正会員 ¥10,000 学生会員 ¥3,000 団体会員 ¥30,000

下記の口座にご送金ください。

■ 郵便局 No.00110-8-36227 (特活)幼い難民を考える会

■ 銀行 三菱東京UFJ銀行六本木支店 (普)No.1351747 特定非営利活動法人 幼い難民を考える会

※CYRは認定NPO法人です。5,000円を超えるご寄付は寄付金控除の対象となります。



認定NPO法人
幼い難民を考える会
CARING FOR YOUNG REFUGEES

〒112-0013 東京都文京区音羽1-10-4 池田ビル3F

TEL: 03-3943-6971 FAX: 03-3943-6973

Email: info@cyr.or.jp URL: http://www.cyr.or.jp

子どもたちの明日94号

◆発行日:2010年6月5日

◆発行人:深水正勝

給食レシピ⑤

バナナの花と魚の酸っぱいスープ+ごはん

カンボジアの子どもたちが食べている給食のレシピを、連載でご紹介します。



バナナの花と魚の酸っぱいスープ +ごはん

材料 (5人分)

テラピア(魚)	150g
(イズミダイ・チカダイ)	
バナナの花の外側の部分	350g
やし砂糖	小さじ1.5
にんにく	1かけ
魚醤油(ナンブラー)	大さじ1
塩	小さじ1
ライム	1/4個
パクチー	少々
水	3L

■ 下準備

1. 魚を食べやすい大きさに切る
2. バナナの花を、食べやすい長さに切る
3. にんにくをみじん切りにする

■ 作り方

1. 沸騰したお湯に、魚を入れる
4. バナナの花を加え、あくを取りながら煮る
5. やし砂糖、ナンブラー、塩を入れる
6. にんにくを入れ、ライムを搾る
7. パクチーを入れる
8. ごはんにかけて、できあがり



市場で買ってきたテラピア



バナナの花



切った材料

カンボジアには、給食が提供される幼稚園・小学校はほとんどありません。CYRは、子どもたちの成長を支えるメニューを考えています。今年度は、調理担当の方や先生たちを対象に、栄養ワークショップを開いています。給食を開始した当初は、砂糖と塩を大量に入れる習慣がありました。今では食材から味が十分にでることも理解されました。子どもたちにも好評です。
このメニューは、1人分、約20円！みなさまからの給食募金で作られています。

CYRの活動を支援ください

年会費 正会員 ¥10,000 学生会員 ¥3,000 団体会員 ¥30,000

下記の口座にご送金ください。

■ 郵便局 No.00110-8-36227 (特活)幼い難民を考える会

■ 銀行 三菱東京UFJ銀行六本木支店 (普)No.1351747 特定非営利活動法人 幼い難民を考える会

※CYRは認定NPO法人です。5,000円を超えるご寄付は寄付金控除の対象となります。



〒112-0013 東京都文京区音羽1-10-4 池田ビル3F
TEL: 03-3943-6971 FAX: 03-3943-6973
Email: info@cyr.or.jp URL: http://www.cyr.or.jp

子どもたちの明日94号
◆発行日:2010年6月5日
◆発行人:深水正勝