

# みなみたいへいよう みりょく はっけん アジア・南太平洋の魅力を発見!

## モンゴルのお話 ～遊牧民も草原から首都へ～

世界の国々のうち、わたしたちの住む日本に比較的近いのが  
アジアや南太平洋の国々。今月は、この地域をいっしょに旅し  
ましょう。第一回は、大草原の国モンゴルです。

今月のテーマ  
みなみたいへいよう みりょく はっけん  
アジア・南太平洋の魅力を発見!

1時間目	モンゴルのお話
2時間目	トンガのお話
3時間目	グルジアのお話
4時間目	カザフスタンのお話



（写真提供：モンゴル国観光局）

### 人気が高い日本のテレビ

首都ウランバートルは、約百万人が住む政治経済の中心地。  
高いビルや工場があり、車もたくさん走っています。

日本のテレビ番組も放送されています。大相撲はもちろん、  
アニメ「NARUTO」なども子どもたちに人気です。

### 移動式おうちで地方から引っ越し

街の中心から、郊外へ目を向けてみましょう。左の写真の  
白いテントのように見えるのは、伝統的な移動式住居「ゲル」  
です。



ゲルの中

ゲルは草原に住む遊牧民の家ですが、最近は大都市の近く  
にもたくさんあります。それは仕事や子どものよりよい教育  
環境などを求めて、人々が首都に移り住んでいるからです。  
一九九九年から数年続けて大雪が降り、モンゴル全土が記録的  
な寒さにおそわれました。このとき、遊牧民の飼っている馬  
など多くの家畜が死んだことなども影響しています。

大都市の郊外では急速にゲルが増え、水道やトイレの整備  
がまにあいません。近くの水タンクまで水くみのお手伝いをし  
ている子どももたくさんいます。

### 子どもたちの学校は？

モンゴルは、教育をととても大切にしています。  
大都市のゲルが集まる地区にも学校があります。ほとん  
どの学校では教室が不足しているために、全校児童が  
いっしょに授業を受けることができません。午前、  
午後、夕方に児童を入れ替えて授業をするなどくふう  
をしています。中には、廊下でも授業をしている学校も  
あります。日本も新しい校舎を建てたり、飲み水を配る  
施設を造ったりといろいろなお手伝いをしています。



モンゴルの小学校  
（牧野希さん提供）

### ？おもしろクイズ

Q1 モンゴルではポテトサラ  
ダのことを、ある別名で呼びま  
す。その名前とは？

- ① チングスハンサラダ
- ② ロシアサラダ
- ③ 首都サラダ

Q2 モンゴルでは、赤ちゃん  
が生まれた日にちなんで、めず  
らしい名前をつけます。その名  
前とは？

- ① 8月ちゃん
- ② 目撃自ちゃん
- ③ 午前11時ちゃん

「おもしろクイズ」の答えは、  
①「チングスハンサラダ」は、  
ポテトサラダのことです。②「  
ロシアサラダ」は、ロシアの  
サラダのことです。③「首都  
サラダ」は、首都の名前です。  
④「8月ちゃん」は、8月生  
まれの子どものこと。⑤「目  
撃自ちゃん」は、目撃したこ  
ろに生まれた子どものこと。  
⑥「午前11時ちゃん」は、  
午前11時に生まれた子ども  
のことです。

### 探してみよう

地図帳で調べ、モンゴルに目を  
ぬりましょう。

モンゴル	人口	259万人 (日本の約50分の1)
	首都	ウランバートル
	公用語	モンゴル語
	面積	156万4100平方キロ (日本の約4倍)
	国旗	

## もっと知りたい!



### おおずもう に でんとう ずもう 大相撲と似ている伝統のモンゴル相撲

九州 場所で東の正横綱についた白鵬のふるさとモンゴルには、日本の相撲によく似た  
伝統的なスポーツ「モンゴル相撲」があります。相撲の土俵入りのように、勝負の前後に  
儀式があると似ています。

横綱、大関にあたる位を、モンゴルではライオンやタカといった強い動物の名前で表します。  
土俵がないので、投げ技や足技で相手を地面に倒して初めて勝負がつきます。そのため、かんたんには技が決まらず、  
勝負が長引くことも少なくありません。  
短い柔道着のような胴着と、パンツやはかま、そして長靴を身につけます。どれもしょうぶな布や革でできています。  
取組は相手の胴着のすそや胸元、またはパンツの横をつかみ合うところから始まります。呼吸をはかって、相手の  
体勢をくずします。  
足をかけたり、腕をつかんで投げる技もあるので、柔道やレスリングにも少し似ているかもしれません。

# みなみたいへいよう みりょく はっけん アジア・南太平洋の魅力を発見!

## トンガのお話 ～原っぱで元気に遊ぶ子どもたち～

今回は、太平洋のまんなかにある島国トンガのくらしをのぞいてみましょう。とても体が大きい人が多いことでも知られています。

今月のテーマ  
みなみたいへいよう みりょく はっけん  
アジア・南太平洋の魅力を発見!

1時間目	モンゴルのお話
2時間目	トンガのお話
3時間目	グルジアのお話
4時間目	カザフスタンのお話

相撲をとる子どもたちも今月種別前撮り撮影



### きれいな海に囲まれて

トンガは、オーストラリアの東にうかが百五十以上もの島々からなる王国です。亜熱帯の気候で一年中暖かく、青くきれいな海に囲まれています。

この国はとても体が大きくて力が強い人が多いことでも有名です。三千年以上前に遠くアジアの方から海をわたってきた祖先たちが、きびしい航海にたえられるたくましい体をしていたからとも伝えられています。

### 相撲、ラグビースポーツ王国

たとえば、大相撲の元横綱・武蔵丸親方。アメリカのハワイ生まれですが、お父さんたちはトンガの出身です。現在、ハーパイ諸島の警察署長のアラニさんも、かつて日本で力士として活躍していました。アラニさんは引退後にトンガで相撲を教え、アマチュアの世界相撲選手権大会で入賞するほどの選手を育てています。

また、ラグビー選手も日本では有名。日本代表チームにトンガ出身の選手がいます。高校、大学、社会人のチームでも百人近くの選手が活躍しているそうです。

### エアロビクスでワンツー!

トンガの人の食生活は、最近急速に変わっています。かつては豊かな海産物やタロイモが主な食べ物でしたが、今では外国からの輸入品も多くあります。肉類やバター、砂糖などの消費が増え、肥満が社会問題になっています。ダイエットと健康のために運動を始める人が増えました。エアロビクスを教える日本人のボランティアもいます。



子どもたちもエアロビクスに挑戦

### ? おもしろクイズ

Q1 次の3つのうち、トンガの人が食べないものは?  
①ヘビ ②犬 ③亀

Q2 トンガの人に道で会いました。何と書いてあいたつるでしょう?  
①さようなら!  
②最近、調子どうよ?  
③ご飯、食べた?

Q3 トンガの人が聞いたら笑ってしまう日本語は?  
①頭 ②口 ③耳

「オーストラリアの東にうかが百五十以上もの島々からなる王国です。亜熱帯の気候で一年中暖かく、青くきれいな海に囲まれています。この国はとても体が大きくて力が強い人が多いことでも有名です。三千年以上前に遠くアジアの方から海をわたってきた祖先たちが、きびしい航海にたえられるたくましい体をしていたからとも伝えられています。たとえば、大相撲の元横綱・武蔵丸親方。アメリカのハワイ生まれですが、お父さんたちはトンガの出身です。現在、ハーパイ諸島の警察署長のアラニさんも、かつて日本で力士として活躍していました。アラニさんは引退後にトンガで相撲を教え、アマチュアの世界相撲選手権大会で入賞するほどの選手を育てています。また、ラグビー選手も日本では有名。日本代表チームにトンガ出身の選手がいます。高校、大学、社会人のチームでも百人近くの選手が活躍しているそうです。トンガの人の食生活は、最近急速に変わっています。かつては豊かな海産物やタロイモが主な食べ物でしたが、今では外国からの輸入品も多くあります。肉類やバター、砂糖などの消費が増え、肥満が社会問題になっています。ダイエットと健康のために運動を始める人が増えました。エアロビクスを教える日本人のボランティアもいます。」

夕方になると少しずつなくなり、村の原っぱには相撲やラグビーをして遊ぶ子どもたちの姿が見られます。大きくなったら外国でスポーツ選手として活躍することを夢見ている子もいるのかもしれないね。

### 探してみよう

地図帳で探して、トンガに色をぬりましょう。

### トンガ

人口 約10万人  
首都 ニクアロファ  
言語 英語、トンガ語  
面積 750平方キロ  
(日本の対馬とほぼ同じ)  
国旗



## もっと知りたい!



### みなみ しま せんぜん きおく 南の島に戦前の日本の記憶が



今回は、トンガの近くミクロネシアでボランティア活動をしている青年海外協力隊員、上田裕之さん(写真前列左端)の報告です。

わたしはミクロネシアのポンペイ島で幼稚園の先生をしています。ポンペイ語がじょうずに話せないで、子どもたちと心で話ができるようにしています。

今、八十四歳のおじいさん(写真前列右から二人目)といっしょにくらしています。おじいさんは日本語がとても上手です。それは第二次世界大戦が終わるまで日本がこの国を統治していたからです。太平洋の島々は、日本軍とアメリカ軍の激戦地でもありました。おじいさんは「ラッパが鳴ったら集合して、かけ足始めの合図で校庭を走るんだ。ラジオ体操もしたぞ」と、小学生時代のことを話してくださいませ。おじいさんと話していると、昔の日本へタイムマシンに乗っていったような気分になります。

島の人々とともに暮らし、子どもたちにとって大切なことをいっしょに考え、行動していきたいと考える毎日です。

# みなみたいへいよう みりょく はっけん アジア・南太平洋の魅力を発見!

## カザフスタンのお話 ～小さくなる湖、40年で4分の1～

今回旅する国は、ユーラシア大陸のほぼ中央にあるカザフスタン。かつてはソ連という国の一部でしたが、一九九一年に独立しました。この国で今問題になっている水の問題を見ていきましょう。

今月のテーマ アジア・南太平洋の魅力を発見!	
1時間目	モンゴルのお話
2時間目	トンガのお話
3時間目	カザフスタンのお話
4時間目	グルジアのお話

### 広い国土は世界9位

カザフスタンの面積は日本の約七倍。世界で九番目に大きい国で、カスピ海やアラル海に面しています。大相撲の世界では、カザフスタンの出身の力士もいますよ。しこ名は「風斧山」。「かざふざん」と読みます。



アラル海が干上がって、とりのこされた船

### アラル海の危機 原因は人間

アラル海は、カザフスタンとウズベキスタンにまたがっている大きな湖。水には塩分がふくまれています。このあたりは、雨が少なくて乾燥地帯です。

一九六〇年代、乾燥している土地にアラル海にそそぐ二つの川から水を引いて緑の大地に変える大規模な工事が行われました。ところが、このことによってアラル海の水が少なくなって、湖の一部までもが砂漠になりました。一九八九年ごろには、小アラル海と大アラル海に分かれてしまいました。

一九六二年ごろのアラル海は約六万八千平方キロで、琵琶湖の約百倍。ところが二〇〇四年には約一万七千平方キロと、約四十年で四分の一になってしまったのです。

### 再生計画を日本もお手伝い

アラル海が小さくなったことで、さまざまな影響が出ました。

- ① 湖にふくまれている塩分の濃度が高くなり、魚が死んでしまった。
- ② 塩分を多くふくんだ土地では、農作物も育たない。
- ③ 人々の飲み水も、塩からくて飲めなくなる。

その結果、周辺に人間が住めなくなりました。

カザフスタン政府は、小アラル海だけでも再生させようと、二〇〇五年にココラル・ダムを造りました。この結果、小アラル海の水は増え始め、塩分の濃度も下がっています。

日本の研究者も現地の人々と協力して、砂漠になった土地に植物を植える取り組みを行っています。住民がよりよい環境で生活ができるように、お手伝いしている日本人もいるのです。

#### カザフスタン

人口 1540万人  
首都 アスタナ  
言語 カザフ語、ロシア語  
面積 272万平方キロ  
(日本の約7倍)  
国旗



#### 探してみよう

地図帳で探して、カザフスタンに色をぬりましょう。



## もっと知りたい!



## インドの神話にも出てくるスポーツ

カザフスタンをはなれて、次はアジアの南インドに行ってみましょう。今回紹介するのは、インドから始まり南西アジアで広がっているカバディというスポーツです(写真は日本カバディ協会提供)。

ドッジボールより少し小さいコートで五～七人ずつのチームが対戦。攻撃のときは、「カバディ、カバディ」と一息で言い続けながら、相手のコートに入ります。敵にタッチして、無事に自分のコートにもどってこられたら、点が入ります。「カバディ」というときに息継ぎしたり、相手につかまったりすると、攻撃と守備が変わります。

カバディには数千年もの伝統があり、インドの神話にも登場するそうです。心と体の調和をととても大事にするスポーツで、ヨガの一つともされています。道具を使わず、選手は体をきたえます。

ただ、今のインドではクリケット、野球、テニスなどの新しいスポーツの人気が高まっていて、カバディをする人は減っているそうです。

# みなみたいへいよう みりょく はっけん アジア・南太平洋の魅力を発見!

## グルジアのお話 ~自然が豊かなコーカサス地方~

今回、旅する国は、日本のずっと西、ロシアの南にあるグルジア。大相撲の黒海関の出身国です。

今月のテーマ	
アジア・南太平洋の魅力を発見!	
1時間目	モンゴルのお話
2時間目	トンガのお話
3時間目	カザフスタンのお話
4時間目	グルジアのお話

### 黒海に面したワイン発祥の地?

日本からずっと西に進むと、カスピ海という世界一大きな湖があります。さらに進むとあるのが、黒海。グルジアはこの海に面した国です。黒海関のしこ名も、ここからつきました。

カスピ海と黒海に囲まれた地域は、「コーカサス」と呼ばれます。この地方は自然が豊か。グルジアでは、約八千年前からワインが作られており、ワイン発祥の地ではないかと考えられています。



空手の練習をするグルジアの子どもたち

### 柔道や空手が人気アチョー!

グルジアには、柔道や空手を練習している人がたくさんいます。黒海関は、グルジアでは有名なレスリングの選手でした。もちろん相撲も人気。グルジアの人たちもテレビ番組などを見て、黒海関の活躍をよく知っています。

### 悲しい歴史を乗り越えて

グルジアは一九九一年に独立するまで、今のロシアや周辺の国々とともにソ連という国の中にありました。独立したばかりのころは、物の値段が一年間で何十倍にも上がったり、異なる民族が争ったりと、大変な苦勞をしてきました。

グルジアは今、新しい国づくりのために努力しています。日本もグルジアの公務員を育てる手伝いをしたり、生活に必要な電気をつくる発電所をなおしたりと、協力しています。

### 突撃インタビュー

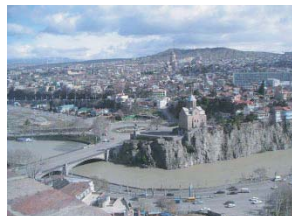
わたしの名前はラシャです。日本で農業の勉強をしています。先日、京都に行きましたが、山や川などの自然がわたしの国、グルジアと似ていて親しみがわきました。グルジアではワインをたくさん飲みますが、日本のお酒もおいしかったです。グルジア人は、お客さんをもてなすことが大好きです。テーブルにあふれるほどの料理、焼きたてのパン、そしてワインを用意して、歌ったり、踊ったりして過ごします。世界中の子どもたちはみんな、人を愛する美しい心



子どものころ空手を習ったというラシャさん(左)と、外国人の人に技術や知識を教える農林漁業金融公庫の平田浩幸さん

を持っている。日本のみなさんも、どうか自分の国を大切に、家族や友だちに感謝する気持ちを忘れないでください。人を愛することを忘れず

にいれば、すばらしい未来が待っているはずですよ!



首都トビリシの街並みキレ!



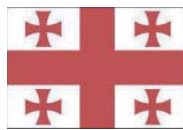
### 探してみよう

地図帳で探して、グルジアに色をぬりましょう。

### グルジア

人口 451万人  
首都 トビリシ  
言語 グルジア語  
面積 7万平方キロ  
(日本の約5分の1)

### 国旗



## もっと知りたい!



## みんなでいっしょにナマステ体操

アジア・南太平洋編で最後に訪れる国は、ネパール。この国で人気の「ナマステ体操」(写真)を紹介します。

ネパールには、日本のラジオ体操のように国民的な体操がありませんでした。JICAのシニア海外ボランティア(保健体育分野)として、二〇〇四年春からネパールに派遣された酒井直之さんは、ネパールの人といっしょにナマステ体操を考えました。

体操の前には、両手を胸の前で合わせ、みんなで「ナマステ!」。ネパール語で「こんにちは」という意味です。体をねじったり、そらしたりしながら体全体の筋肉をのぼし、ときにはヨガの動きもします。ダンスが上手なヒンドゥー教のシバ神の踊りのポーズなどもとり入れられています。

体操は、ネパールのラジオやテレビでも放送。体操がもっと広まるようにと、ネパールの人たちが委員会を作って、体操する学校を増やそうとしています。

