

## 日々のあれこれ

iHola! 皆さんこんにちは。2026年1回目の寄稿です。先日、派遣から1年の中間報告会や健康診断等もあり、1週間ほど首都ボゴタに滞在していました。1年目は無力感を感じる毎日でしたが、その中で人々との交流を通して地域の文化や背景を理解し、ようやくやるべきことが見えて来た気がします。そう考えると本当にこの2年間はあっという間です。現地の方々の思いを大切に、小さいことでも出来ることを積み重ねて、あと1年弱元気に頑張りたいと思います。



○「PAISA」って？

私の住んでいるメデジン市で使われている言葉で、「地元の人」という意味です。2年間で私も「PAISA」の仲間入りしたいという想いを込めてこのタイトルにしました。

## 日本とコロンビアの ソーシャルワークの 違い



ソーシャルワーカーという職種は、普段関わりのない方にはわかりづらい職種だと思います。何らかの生活上の困難を抱える方に寄り添い、それぞれの望む生活に向けてお手伝いをする仕事です。個別に相談によって課題を解決するお手伝いをする場合もあれば、地域の中での共通課題の解決に向けてグループ活動をサポートすることもあります。日本でのソーシャルワークは多様な社会福祉資源を基盤に、多職種連携での支援を進めていくことが多いですが、コロンビアでは基盤となる社会福祉資源が少ないため、その人自身が自分の権利に気付き、自分で動いていける力をつけることがより重要となります。もちろん同じ職業なので共通する部分が大きいですが、違いから学ぶこともたくさんあります。

## コロンビアの日常

右の写真では、歩道に大きな穴が開いています。コロンビアではよく見る風景です。マンホール等金属のフタは売るとお金になるため、盗む人たちが多くいます。警察の対応が追いつかず、これが当たり前になってしまっています。メデジン市は第二の都市ということもあり、点字ブロックの整備は進んでいますが、歩道に急にこんな大きな穴があいていると思うと、障害のある方の外出のハードルはとて大きいと思います。福祉的な取り組みだけでは、改善が難しい状況があります。

# PAISA

～コロンビア日記～

Vol.5

2026.2.16

板 華子



## 果物いろいろ



今回は私のお気に入りのフルーツ、ウチュウ（食用ほおずき）を紹介したいと思います。南米原産ですが、調べたところ日本でも一部地域で栽培されているようです。コロンビアでは人気のあるフルーツで、外側のがくはむいて中身だけ、ブチトマトのような感じで売られています。そのまま食べても美味しいですが、おしゃれなカフェでデザートに添えられていたり、ドライフルーツにしたものをハーブティーや紅茶に入れて飲んだり色々な方法で楽しまれています。味は甘酸っぱく、マンゴーとトマトをミックスしたような味です。物価高が進むここメデジンでもお手頃価格なのも魅力です😊



年末は国内旅行でカリブ海沿いの街、サンタマルタに行きました。ここには「失われた都市」という遺跡があり、4日間歩いて遺跡を訪れるツアーに参加しました。今もこの場所を大切にしながら先住民の方々が、遺跡の周りに暮らしています。コロンビアは周辺国と比べると先住民の割合が少なく、普段接する機会が多くないので、今回新しく学ぶことばかりでとても興味深かったです。

## 所感

最近、気が付くとコロンビアの料理を以前より美味しく感じ、ますますこの土地に馴染んできていると感じます。

海外で生活してみて「美味しい」というのは、慣れ親しんで違和感なく食べられることが前提にあり、美味しさの基準は国によって異なると感じています。例えば生魚は多くのコロンビア人にとっては、違和感が勝ることが多いです。ただ、日本の新鮮な魚介類を使ったすしを知らずに、「すしは苦手～」と言われると悔しいので、コロンビアの人たちを日本に連れて行って、本場のすしを食べさせたいくなります。アボカドやツナを使ったすしを作ったときは皆さん喜んでくれました。

## 板 華子（いた はなこ）

コロンビア・メデジン市役所配属

ソーシャルワーカー・鳥取県南部町出身

○Instagramも時々更新しています。右のQRコードかアカウントhana\_en\_colからご覧ください。



@HANA\_EN\_COL