

みんなが知らない！
ウガンダのこと

ワークシート

1. 「ウガンダ」の冊子を読んで、興味をもったこと、疑問に思ったことは何でしょうか。

.....

.....

2. ウガンダがかかえている課題を解決するために、どういう取り組みをしたらよいと思いますか。あなたの考えを書きましょう。

.....

.....

3. 将来、ウガンダで仕事をするとしたら、あるいは、ウガンダの人と一緒に仕事をするとしたら、どんな仕事をしてみたいと思いますか。それはなぜでしょうか。

.....

.....

年 組 氏名

2021年5月1日 初版発行
発行：独立行政法人 国際協力機構(JICA)
本書に関するお問い合わせ：JICAアフリカ部アフリカ第三課
〒102-8012
東京都千代田区二番町5-25 二番町センタービル
Tel：03-5226-8215(年末年始土日祝日を除く9:30~17:45)
E-mail：6rta3@jica.go.jp
URL：https://www.jica.go.jp/

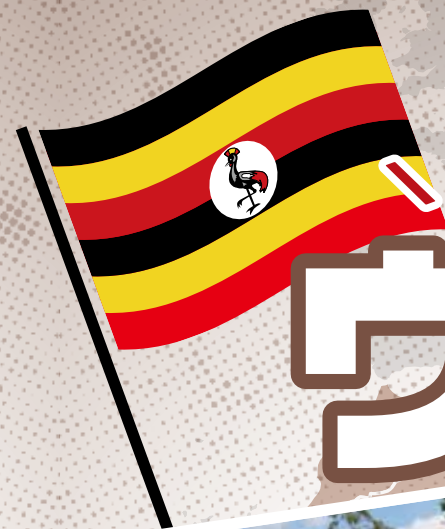


※国旗は、国連と同じく3:2のサイズで掲載しています。

監修：梅屋潔(神戸大学大学院 国際文化学研究所 教授)
落合雄彦(龍谷大学 法学部 教授)
編集制作：株式会社 ワン・パブリッシング
編集協力：株式会社WILL
表紙写真：©JICA, ©梅屋潔, ©Buganda Kingdom,
©Alamy / PPS通信社, ©RICCI EVERYDAY

イラスト：伊藤美樹
デザイン：chocolate.

国連SDGs HP(https://www.un.org/sustainabledevelopment/)
The content of this publication has not been approved by the United Nations and does not reflect the views of the United Nations or its officials or Member States.



みんなが知らない！

ウガンダのこと



現地の高校生に
聞いたよ!



主体的・対話的で
深く学べる
「アクティブ・
ラーニング」
教材

JICAは、日本の政府開発援助(ODA)を行う機関として、開発途上国への開発協力を実施しています。

お互いに助け合う 寛容な心をもった人々

「こんなに住みやすい国だなんて、知らなかった！」
出張や駐在、旅行でウガンダを訪れた人々は口々にこう言います。それは、この国の人々がかもし出す「寛容さ」が居心地のよさを与えるからでしょうか。「寛容な心」をもつ理由を探ると、そこには多民族国家、内戦の経験など、複雑な事情が見えてきます。

ウガンダ共和国 The Republic of Uganda



国旗の由来

黒はアフリカの人々、黄色は輝く太陽、赤はアフリカの兄弟愛をあらわす。中央の鳥は国鳥のカムウリゾル。気品があり、おとなしい性質の鳥。



©JICA

内戦からの復興に向けた話し合いの場でも、住民が協力し合う姿もたびたび見られる。

「困ったときはお互いさま」が根づく

アフリカには、紛争などによって住んでいるところがおそわれて、命からがら外国へ逃げ出し、難民として暮らす人もたくさんいます。

難民の暮らしといえば、粗末なテントに住み、いつも食料不足、衛生的な水も手に入らず、医療にも困っているといった不自由な暮らしを想像するのではないのでしょうか。ところが、ウガンダで暮らす難民はまったく違います。

ウガンダでは、隣の南スーダンやコンゴ民主共和国、ブルンジなどから、紛争を逃れてきた難民をたくさん受け入れています。彼らがほかの国の難民と大きく違うのは、難民居

野菜などを売る店を開く、難民の女性。



©Getty Images

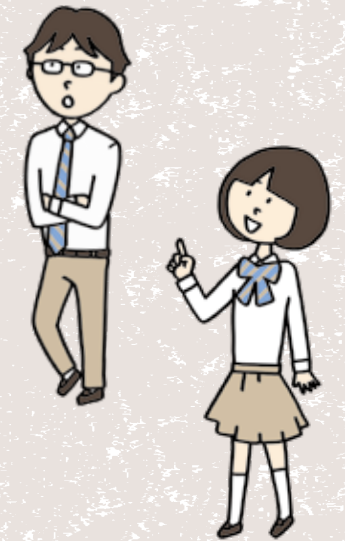
住地を拠点にしながら、居住地の外で仕事をしたり、学校や保健施設など公共サービスを利用したりする自由が与えられていることです。難民居住地の外へ出るには許可が必要で、めったな理由では出られない、という国もある中、ウガンダでは移動の自由がかなり認められている難民居住地が多いようです。

ウガンダ政府がこのような寛容な許可を与えているのは、もともとと同じような文化や言語をもつ人々が国境をまたいで暮らしていたり、それが異なる人々とも幅広い交流のネットワークがあったり、という歴史的背景があるからです。さらに、ウガンダの人々が「困ったときはお互いさま」という価値観をもち、助

け合いを当たり前としていることが関係しています。

ウガンダでもかつて、1980年代から20年以上も内戦が続いていました。なかでも反政府組織「神の抵抗軍」が活動していた北部は激戦となり、スーダンなどへ逃れた人もたくさんいました。そのときに助けてもらって「お世話になった」という思いがあります。

さらにウガンダは、56もの民族が暮らす多民族国家で、同じ民族ではない人たちと暮らすことが当たり前。人口約7万人の観光都市エンテベは外国人が8割ともいわれ、彼らを受け入れる懐の深さももっています。そんな温かい心をもつ人々が暮らすのが、ウガンダなのです。





日本にもある助け合いの組織

日本にも相互扶助(助け合い)の組織があります。中世に成立した「無尽講」や「頼母子講」などが代表的なものです。講と呼ばれる組織をつくり、メンバーが掛け金などを出し合い、入札またはくじ引きで、当選した者がまとめたお金を受け取ります。労働力を提供する講を「ユイ」や「モヤイ」などと呼ぶ地域もあります。みなさんの知っている銀行の中にも、無尽講や頼母子講にルーツをもつものもあります。



出身地や親せき関係など、人間関係が密接なウガンダの人々。



バイクタクシーにも、お互いに助け合うための組合組織がある。



葬儀のときも、村人が協力し合う。

**さまざまな場面で見られる
住民同士の助け合い**

このようなウガンダの難民政策は、「世界でいちばん寛容」といわれています。しかし、難民ばかりに支援が向いていると、受け入れてくれた地元の人からは不満が出ます。そのため、ウガンダ政府と連携してJICAや各国の援助団体、国際機関などの支援組織は、難民だけでなく、地元にも積極的に関わって、お互いが不公平にならないようにしています。寛容なくみを支えていくためには、不公平をなくすことも大切です。

ウガンダの「お互いさま」は、なにも難民に限ったことではありません。ほかにもさまざまな場面で見られます。

たとえば、グループで少しずつお金を集め、ある程度貯金できたら、そのお金を一人が受け取るというもの。お金を受け取る人は、組織によって違い、順番に回したり、くじで決めたりします。まとめたお金が手に入るため、農業の設備投資や教育資金として活用でき、一人でお金を貯めるよりも効果的な使い方ができます。このような助け合いは、かつては日本でも活発でした。

ほかに、地方の舗装されていない道路を維持するしくみも、近隣の村が力を合わせて行っています。

また、メンバーの親族が亡くなったときに、葬儀のために必要なお金や食べ物、労働力を提供し合う組織もあります。ただでさえ、大きな悲しみに暮れているときに、このような助けがあれば、心の支えにもなることでしょう。

貧しいからこそ、助け合わなくては生きていけないという現実もあるかもしれませんが、でも、住民どうしが信じ合い、支え合って生きていくことは、とても大切です。

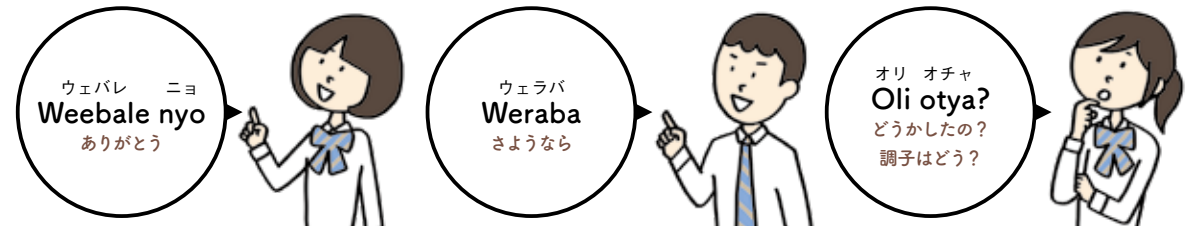
【ウガンダがかかえる課題】

ウガンダの今いちばんの課題は、仕事がないことです。難民の受け入れのほか、自国の出生率も高く、ウガンダの人口は20年前は約2000万人、10年前は約3000万人、現在は4000万人を超え、人口増加率では世界ベスト10に入るほど。そんな増える人口に比例するように、仕事がない人が急増しています。今必要なのは、職業訓練や農業(稲作)指導で、仕事をつくっていくことです。首都カンバラのナカワにある大規模な職業訓練校は、職業訓練の拠点でもあり、日本の開発援助によるものです。



ウガンダって どんな国?

ガンダ語であいさつ!



Q ウガンダの国名は
どうやって決まったの?

A **19世紀に栄えた王国の名前からです**

国名は、16世紀ごろからウガンダ中部～西部にあった4王国(ブガンダ、ブニョロ、アンコレ、トロ)のうち、最も広い地域を支配し、イギリスと関係が深かったブガンダ王国の名に由来しています。19世紀末にイギリスの保護領となって、ウガンダは1962年に独立しました。



ブガンダ王国のかつての姿が描かれた絵。

Q 英語はどこでも
通じるの?

A **たいてい、どこでも英語は通じます**

かつてはイギリスの保護領で、多民族国家(多言語)でもあることから、公用語は英語とスワヒリ語。お年寄りでも英語を使える人もいます。首都などでは、英語のほか、かつて公用語だったガンダ語(ブガンダ王国の言語)も使われています。



店の看板のほとんどは英語表記。

Q ウガンダに日本人は
どのくらい住んでいるの?

A **270人です**

ウガンダ在住の日本人は270人、日本に住んでいるウガンダ人は666人です(2019年6月現在)。ウガンダに住む日本人は、JICA職員やJICA海外協力隊員、^{エスシーオー} NGO*など国際協力に携わる人が多いのですが、起業家もいます。

*NGO…非政府組織。世界的な問題の解決を目的とした、利益を求めない民間の団体。

くわしくは▶14ページ



日本車のハイエースの中古が、小型バスとして活躍中。

Q ウガンダにも受験は
あるの? 卒業は大変なの?

A **受験よりも卒業試験が大変です**

小学校も中学校も試験に受からないと卒業できません。そのため、コロナ禍でも最終学年の生徒だけは休校にならず、学校で勉強していました。公立学校では授業料も教科書代も無料。ただ子どもが多いため、かつては2人がけの椅子に3人座ることもありました。



コロナ禍以前は1クラスの生徒数も多かった。

データで見るウガンダ

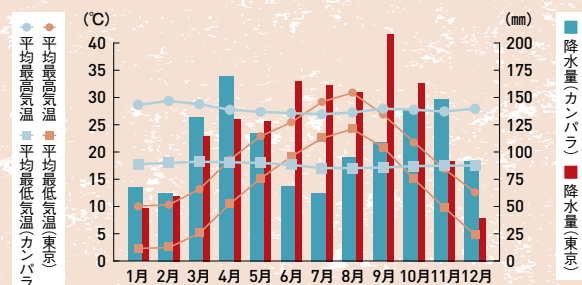
基本情報

- 人口: 4574万人(日本の1/3強)(2020年推計値)
- 面積: 24.1万km²(陸地面積19.7万km²)(日本の本州とほぼ同じ)
- 人口密度: 228.9人/km²(2020年推計値)
[日本346.9人/km²]
- 首都: カンバラ
- 言語: 英語、スワヒリ語、ガンダ語
- 宗教: キリスト教(約60%)、伝統宗教(約30%)、イスラーム教(約10%)

*人口密度は、推計人口とは出典が異なるため、計算すると値が異なる場合がある。

●年間平均気温と降水量(カンバラ)

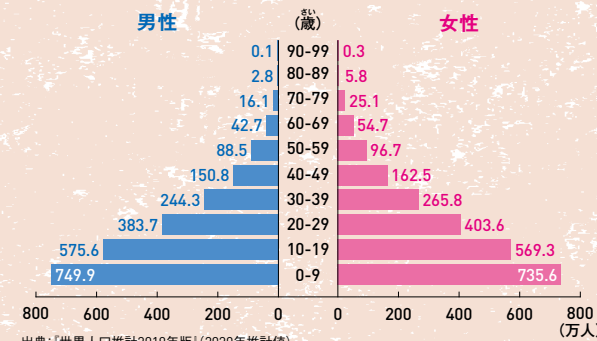
ほぼ赤道直下に位置していますが、国土は標高が高く、一年中、夏の避暑地のような気候です。雨季でも、一日に数時間降る程度です。



出典:世界気象機関

●人口構成(2020年)

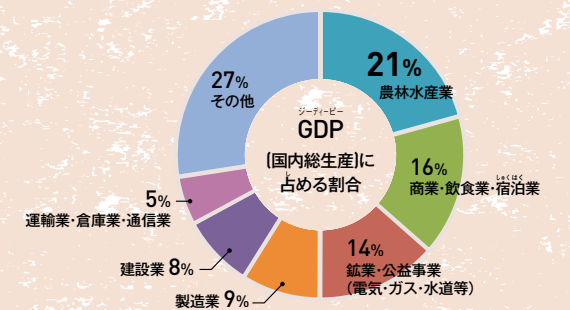
若者や子どもが多い人口構成です。2050年には総人口が2倍にふくれ上がるという予測も出ています。



出典:「世界人口推計2019年版」(2020年推計値)

●主な産業(2019年)

農林水産業、特に農業が主な産業です。人口の約80%が農業に従事しています。



出典:国連「国民経済計算データベース」



教えて！ ウガンダの高校生のこと

教えてくれたのは

ナサカ・マリア・ゴレットィさん
ガヤザ高等学校の5年生、17歳。



中学校と高校が併設された
寄宿学校に通っています！

学校制度

ウガンダ	6歳 小学校 (1~7年生)	7年 中等教育 前期(1~4年生)	12歳 4年 中等教育 後期(5~6年生)	15歳 2年 大学	3年
日本	小学校	中学校	高等学校	大学	


教えてくれたのは

カルンバ・モーゼスさん
聖メアリー寄宿学校の5年生、18歳。



首都のカンパラに近い、
キテンデという都市の学校だよ。


Q どんな名前が多いの？



A 女の子はエレノア(意味:明るい、光)やアリス(誠実な、正直な)、男の子はエリヤ(主は私の神)やイーサン(確かな強さ)って名前が多いかな。


ウガンダ中部では、現地名・クリスチャンネームの順で名付けられることが多いようです。上の女の子は、「ナサカ」が現地名、「マリア・ゴレットィ」がクリスチャン名で、学校では「マリアさん」と呼ばれます。同じ祖先をもつ人々はクラン(氏族)に属しています。それぞれのクランは、象徴となる動物や植物をもっており、代々受け継がれます。また、同じクランの者どうしは結婚できません。そのほか、精霊名やことわざ、時事にちなんで名づけられることもあります。

Q 日本のことは知ってる？

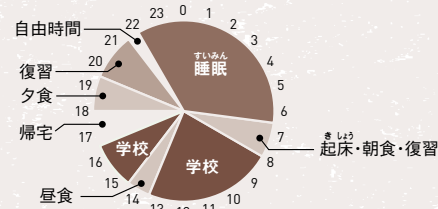


A 日本は、ハイテクでとても平和な先進国で、人々は勤勉で規律正しく、時間をきちんと守るって聞いたことがあるよ。ウガンダでは、たくさんの日本の車が走っているんだよ。

Q 一日をどう過ごすの？




A 朝、授業の前に、復習やお祈りの時間があるよ。8時から授業が始まって、1コマ1時間10分。2コマ続けてやる授業もあって大変！寮生活なので、学校から帰った後のスケジュールも決まっているよ。




ウガンダでは、全寮制や、寮制と通学制を併用している学校などがあります。

Q お気に入りの食べ物は？

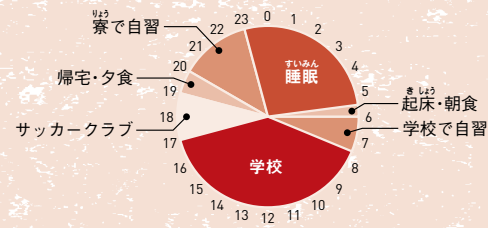


A 好きな料理はご飯と豆の料理。おやつならバタークッキーや、オレオのシェイク！

Q どんなふうに一日を過ごすの？




A ぼくも寄宿学校なので、寮でのスケジュールが決まっているよ。




中学校では10科目ほど学びます。英語、数学、生物の3科目が必修で、ほかに物理、化学、歴史、地理、政治、文学、フランス語、音楽、美術、宗教、コンピュータ、家政、商業などの中から5~6科目を選択します。ウガンダの生徒は勉強時間が長いことで知られています。それは、厳しい進級・卒業試験に合格するためです。

Q 友達とは何して遊ぶの？




A ゲームで遊ぶことが多いかな。

Q お気に入りの食べ物は？




A 好きな料理は、マトケ(→p.10)だよ。おやつはチップスとかスナック菓子なら何でも！甘いものなら、エクレアが好きだな。

Q 将来、何になりたい？



A 空港の通関で、輸入されてくる貨物を扱う運輸業に就きたいんだ。新型コロナで学校が休みになったときは、そこでアルバイトをしていたよ。

Q 日本のことは知ってる？



A 日本はとてもすてきで、平和な国だよ。日本人と会ったこともあるけれど、ホスピタリティー(おもてなし)にあふれていて、歓迎してくれるところがすごく好きだよ。

もっと知りたい！
ウガンダ②

農業が盛ん!

ウガンダの食文化

ウガンダは、世界屈指のバナナ消費国です。生産量は、2008年には約1000万tを記録、そのほとんどが国内で消費されています。中部地方では、家の周りの三方を取り囲むようにバナナが植えられているホームガーデンがよく見られます。料理に適した品種が多く栽培され、主食として焼いたり蒸したりして食べます。

ウガンダの主食は、バナナ以外にもありま

す。キャッサバ(芋)、さつまい、里芋、とうもろこしなどのほか、米やパン、パスタ、北東部ではひえも食べます。皿に主食を5つも6つものせ、それに肉の煮こみなどのおかずを添えるのです。一般家庭でも町の食堂でもホテルのビュッフェでも、主食はたくさん並んでいます。ウガンダほど主食がたくさんある国は、アフリカでもめずらしいといえるかもしれません。

とうもろこし粉を湯で練ったポシヨ。

©Ava Peattie / Shutterstock.com



甘くないバナナを蒸してつぶしたマトケに、ピーナッツソースをかけたもの。

©MrKawa / Shutterstock.com



豆の煮こみの下には、ご飯。細長い品種の長粒米。

©Kseniya Gorn / Shutterstock.com



かぼちゃは日本のものより甘くなく、主食の位置づけ。

©RMMPPPhotography / Shutterstock.com

自転車に山積みされたパイナップル。

©Alamy / PPS通信社



キャッサバは蒸したり、粉にして湯で練ったりして食べる。

©JICA / 飯田雅史

©pangcom / Shutterstock.com

水と緑が豊かなウガンダは「東アフリカの食料かご(Food Basket)」と呼ばれ、市場にはありとあらゆる主食や野菜が並びます。

ウガンダのパイナップルのおいしさは世界一ともいわれ、芯までやわらかく食べられるのが特徴。日本にはドライフルーツとしても輸入されています。

JICAの協力

目指せ! 食料自給率アップ

人口が急増しているウガンダは、主食の一つである米をパキスタンやインドからの輸入に頼っています。米はおいしく、調理も簡単なことから需要が高まっていて、JICAと日本政府では米の自給率を上げて、将来は米を輸出できるように計画した「コメ振興プロジェクト」を進めています。

ウガンダでは一年中雨が降り、気候も温暖なので二毛作、三毛作が可能です。いつでも田植えができるため、JICAが連携しているウガンダ政府の農業試験場では、田植えしたばかりの田んぼの隣で稲の花が咲く田んぼが広がり、その隣には黄金の稲穂が垂れるという光景が見られます。



©JICA

米の生産拡大が国家目標に掲げられており、品種開発など、さまざまな研究が行われている。



JICAで行った稲作技術を伝える研修を受けた農家からは、「収穫量が2倍になった」と報告されている。



©JICA



ウガンダは畑でつくる「陸稲」の生産も盛んに行われており、水田をもたない小規模農家にも稲作のサポートを行っている。

SUPPORT OF JICA

豊かな自然に恵まれ、農業も盛んなウガンダは、貧しいとはいえ、食べ物に困る国ではありません。ほとんどは自国での消費が中心ですが、中には輸出するための作物もあります。

その代表が、コーヒーです。コーヒーはウガンダの東部、ケニア国境付近の4000m級の山々がそびえるエルゴン山麓を中心に栽培されています。香りがよく、えぐみや雑味のないスッキリとした味わいで、世界中で愛されて

ウガンダは古くからのコーヒーの産地。実を天日で乾かしているところ。



©The Road Provides / Shutterstock.com

います。また、紅茶の葉やカカオも輸出のために栽培されています。

これらのような商品作物(換金作物)を出荷することで、貴重な現金収入が得られます。子どもの学費や日用品の購入、税金の支払いにあてられるというメリットはありますが、自分たちが食べる作物を育てる畑が減っているという問題も出てきています。

紅茶の葉の栽培も盛んで、アフリカではケニアに次ぐ生産量。



©Jen Watson / Shutterstock.com



もっと知りたい
ウガンダ③

ウガンダの 世界遺産と美しい自然

ブガンダ王国歴代国王の墓

ブガンダ王国は、東アフリカに栄えた強大な王国です。ガンダ人の国で、強大な軍事力、宰相を中心とした官僚組織が整備され、象牙などの貿易で力をつけていった国です。その王宮が、王墓として使われ、カンバラ郊外のカスピの丘に今も残っています。かやぶき屋根で覆われた、高さ約15m、直径約30mの巨大な円形建造物です。

ウガンダは、イギリスのチャーチル首相が「アフリカの真珠」とたたえたほど、自然の豊かな美しい国です。そんなウガンダには、この墓を含めて、3つの世界遺産があります。



©梅屋潔

高い技術でつくられたかやぶきの王墓。王は死ぬのではなく、森に還ると考えられていた。

ブガンダの先代の王であり、ウガンダ初代大統領でもあったムテサ2世。

©Buganda Kingdom



©Mariya Sukhoveyko / Shutterstock.com

王国時代から続く、伝統のダンスも受け継がれている。



©Getty Images

赤道直下にもかかわらず、山頂には万年雪。

ルウェンゾリ山地国立公園

ルウェンゾリ山は標高5109m。アフリカ大陸で3番目に高く、山頂付近は赤道直下にもかかわらず、氷河をいだいています。霧にかくれてなかなか姿を見せないことから「幻の月の山」と呼ばれていました。

ブウィンディ原生国立公園

南西部に位置し、3万haを超える熱帯雨林の森。ゴリラやチンパンジーが生息し、湿地帯はハシビロコウなどの野鳥の王国でもあります。

ウガンダにはほかにも国立公園はいくつもあり、森でのウォーキングサファリや、ナイル川クルーズを楽しむ観光客もいます。



©Krasnova Ekaterina / Shutterstock.com

希少なマウンテンゴリラや、じっとしてあまり動かない鳥、ハシビロコウが見られる。



©Silvia Truessel / Shutterstock.com



©梅屋潔

ヴィクトリア湖で漁をする人。

JICAの協力

安全な水が利用できる環境づくり

ウガンダは天候に恵まれた国ですが、給水設備の整備が進まず、農村部では村落の中心にある給水施設までポリタンクを持って水を汲みに行きます。しかも給水施設が整備されず、使えないことも多くあります。清潔な水が使えることは衛生環境改善には欠かせません。

JICAではハンドポンプ(手押しポンプ)つきの井戸の設置や、ハンドポンプを修理・維持するための活動を行っています。まだまだ多くの家に水道は普及していませんが、少しずついろいろな場所に水道が設置されるようになってきました。



©JICA



首都カンパラでは日本の若手起業家が活躍!



多くの人や車、バイクでにぎわう、ウガンダの首都カンパラ。

京都の日本料理店がウガンダに移転!?

カンパラ郊外には、アフリカでいちばんおいしい日本食レストランといわれている「やま仙」があります。

やま仙は、以前は京都にありましたが、2018年にウガンダに店を移しました。ウガンダは海のない国なので、寿司のネタは隣国ケニアの漁港でとれたものをトラック輸送で運んでいます。食材をそろえるのは簡単ではありませんが、日本食は富裕層を中心に人気を集めています。

ウガンダにはベンチャー企業(独自の技術や製品で急成長していく企業)が多く、新しく事業を始める起業家たちの動きも活発です。

日本人の中には、ウガンダの過ごしやすい気候や美しい自然、治安のよさ、そして温厚で優しいウガンダの人々を好きになり、「大好きなウガンダで何かしたい!」と、この国で起業し活躍している若い人たちもいます。

「やま仙」の入る建物は、日本の建築事務所の設計で、日本の「グッドデザイン金賞」を受賞した(2020年)。



写真提供 / やま仙

首都カンパラの郊外にあって、ウガンダでも人気が高い。

【100万人の手洗いプロジェクト】

石けんを使って正しく手を洗うことで、感染症や下痢性疾患などを予防し、年間100万人の子どもたちの命が守られるといわれています。洗剤や消毒剤で知られる日本の会社「サラヤ」では、日本ユニセフ協会と協働して、手洗いを普及させる「100万人の手洗いプロジェクト」を2010年から開始。また、アルコール手指消毒剤の現地生産と、病院への普及活動も展開しています。



手洗いで命を守る。写真提供 / サラヤ

写真提供 / RICCI EVERYDAY

日本でも購入できるおしゃれなバッグやポーチ。



写真提供 / RICCI EVERYDAY



カンパラ郊外にある直営工房。シングルマザーや元子ども兵など、経済的に困難な状況におちいりがちな現地女性を積極的に雇用。

ウガンダ女性とともに立ち上げたファッションブランド

日本人女性がカラフルなアフリカンプリントを使ったバッグや小物、洋服を扱うブランド「リッチーエブリデイ」を立ち上げています。首都カンパラで、2015年に創業。縫製の得意なウガンダ人のシングルマザー3人と共同作業を始めました。東京にも直営店を開いて販売しています。



写真提供 / RICCI EVERYDAY

現在、現地スタッフは約20人の女性たち。左から7番目が代表の仲本千津さん。

【ウガンダ綿が日本でタオルに】

1965年から、現地でウガンダ綿の高級ワイシャツ工場を運営していた柏田雄一さんは、「ウガンダの父」と呼ばれています。柏田さんの意思を引き継いだ大阪・泉佐野市のタオルメーカー「スマイリーアース」社長の奥龍将さんは、グル市で栽培された高品質なウガンダ綿でバスタオルやベビー用品などを製造しています。奥さんの取り組みがきっかけで、2017年には日本とウガンダの自治体の間で初となる友好都市提携(グル市×泉佐野市)が実現しました。



写真提供 / スマイリーアース

写真左が奥さん。2018年には、在ウガンダ日本国大使館の在外公館長表彰を受賞。

JICAの協力

ウガンダ野球の発展に向けて

ウガンダでは日本との交流の中で野球が急速に広がっています。2014年には日本の援助により東アフリカ初の国際規格の野球場が建設され、ウガンダのナショナルチームも長年にわたってJICA海外協力隊員が監督を担っていました。2020東京オリンピックのアフリカ予選では、惜しくも南アフリカに次ぐ第2位で本戦には進めませんでした。ウガンダ野球界の今後に期待です。



©JICA

