

JICA メキシコ事務所インターン報告書

・派遣国（ メキシコ ）派遣機関（ JICA メキシコ事務所 ）

・支出内容

項目	支出した金額（円換算）	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	40826円	
図書費・学用品	0円	
携帯・インターネット費	6000円	
通勤費	4000円	
教養娯楽費	50299円	
被服費	0円	
雑費	16980円	
その他	6000円	
合計	124105円	この約12万円に家賃約10万円、フライト代がかかります

タイムチャート

渡航までの準備、渡航中、渡航後、特にプログラムに関連して発生した事項を記入してください。

例：語学や活動の勉強、選考、ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、滞在先確保、渡航中イベント等

派遣の前年	1～3月	
	4～7月	
	8～9月	
	10～12月	
派遣開始年	1～3月	
	4～7月	説明会参加、応募、派遣決定、語学学習、航空券購入、予防接種
	8～9月	渡航、帰国
	10～12月	
派遣/帰国年	1～3月	
	4～7月	
	8～9月	
	10～12月	

応募準備について

1) いつ頃プログラムを知りましたか？また、いつから応募準備を開始しましたか？

2026年4月

2) 応募や現地での活動を見越して、勉強したことや準備をしたことは何ですか？
自身の将来やりたいことの整理、スペイン語学習、予防接種
3) 学内選考通過後、現地との選考にあたり、面接でどのようなやりとりがありましたか？ また、書類や面接でどのように自身を PR しましたか？
面接では就活の面接のような内容（なぜ応募した、強み弱みなど）、海外滞在経験、インターンシップで何に関わりたいか等を聞かれた。 これまでやってきたこと、自身の将来設計、成し遂げたいことを整理して PR した。

渡航準備について
1) 現地通貨（現金）はどのように準備をしましたか
現金の用意方法：日本で米ドルに両替、その米ドルを現地でメキシコペソに両替した。 その他用意したもの ✓ クレジットカード ✓ デビットカード・キャッシュパスポート
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
Wise、現金
3) 現地で使用する通信手段（SIM カード、Wi-Fi）は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
ESIM
4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか
炊飯器、高山病予防薬、頭痛薬、フリース、皮膚炎の薬、海外旅行保険の証書を印刷した紙、電池式虫よけ
5) 渡航準備に関しての感想または、今後参加の学生に向けたアドバイス
8月ですが朝晩は冷えるため、防寒着必須です。現金を使う機会が多いです（私は10万円分現金を用意しました）。現地で円→ペソを両替するととても高いので、日本で円→米ドル、メキシコで米ドル→ペソと両替すると安く済みます。

現地情報
1) 活動中、何らかの問題（治安・災害・体調不良）がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。（例：同僚、現地の友人等）
□特になし ✓あり（どう対応？ 保険会社に連絡、大家さんに相談し病院に連れていってもらったので夜中にプライベート病院に車で送ってもらいました）、大家さんが JICA の方に連絡してくれ、JICA の安全担当職員も病院に駆けつけてくれました。（私の場合非常に大家さんに恵まれたため、大家さんによってはここまで手厚くない場合があります。JICA の方や保険会社の方、一緒にインターンシップに参加する学生も頼ると良いです）
2) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか？その際どのように対処しましたか？
メキシコの情報を発信している女性 YouTuber の危険情報マップを参考にしました。他は海外旅行と同じように財布を分ける、スマホに紐をつけるなどしていました。犯罪には巻き込まれませんでしたし

た。
3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。
ESIM で不便したことはありません。友人はネットが繋がらないところがあったらしく、SIM によるかもしれません。

滞在形態関連	
1) インターン中の滞在先の種類	2) 部屋の形態
☐ アパート ☒ ホームステイ ☐ ホテル	☒ 個室 ☐ 相部屋 (人)
3) 共有部分	
☒ バス ☒ トイレ ☒ キッチン (☒ 自炊可 ☐ 自炊不可能) ☒ Wi-Fi	
4) 滞在先はいつ、どのように探しましたか？	
JICA が探してくれました	
5) 滞在先から、活動先までどのような手段で通勤しましたか？所要時間はどのくらいでしたか？	
バスと徒歩、30 分程度	
6) 滞在先の経費 (ひと月あたりの家賃)	
約 10 万円	
7) 感想：(滞在先の感想、これからインターンとして活動する人のためのアドバイス等)	
非常に大家さんに恵まれ、とても楽しく、ストレスフリーな生活を送ることができました。レストランなどの物価は少々高いですが、野菜などは安く、自炊すると食費はとても抑えられます。JICA が探してくださった家はポランコ (メキシコの銀座のような高級地域) にあり、危険な目にはあいませんでした。危険な地域とそうでない地域が分かれており、普通に注意して生活している分には危険だと感じることはありませんでした (個人的にはロンドンの方がよほど軽犯罪が多かったです)。しかし危険な地域は殺人などが日常的なようで、決して近づかない方がよいです。	

JICA メキシコ事務所インターンとしての活動について
1) 派遣された国際機関は、そもそもどのような活動をする機関ですか？
日本の政府開発援助を一元的に担う実施機関であり、技術協力、有償資金協力、無償資金協力を通じて、開発途上国・地域の経済・社会の発展および国際協力の促進に寄与する活動を行っている。
2) 派遣されたオフィス (現地事務所) は、現場で具体的にどのような活動を展開していますか？
メキシコ政府関係機関や国際機関 (米州開発銀行など)、民間企業、日本の省庁・大学等と連携し、産業振興や環境保全、防災、そして高齢化に伴う「国家ケアシステム」の構築支援など、メキシコの開発課題に応じた案件形成・調整・モニタリング等の実務を展開している。
3) オフィスの実施体制 (人数、部署の数等) はどのようなものでしたか？
20 人程度、部署は大まかに事業班と総務班に分かれる。
4) 現地事務所ではあなたは具体的にどのような業務を担当しましたか？ (200 字以上)
高齢化関連案件の形成および実施支援実務を中心に担当した。具体的には、「高齢化社会のためのケアシステム開発支援」等に関する情報収集と政策分析を行い、案件関連資料を 2 本作成したほか、関

係機関との会議に同席して議事録を3件作成した。また、メキシコの社会保障制度や女性の無償ケア負担、財政状況に関する調査レポートを計7本執筆した。さらに、横浜市の先進事例をメキシコの文脈に合わせて翻案した高齢者政策に関する提案資料を1本完成させ、事務所内で提案を行った。加えて、インタビュー同席・調整や、ICA職員へのキャリアインタビューも遂行した。
5) 派遣前と派遣後で、JICAの組織やインターンの活動に対するイメージや考え方が変化した部分がありますか？（もしも「ある」場合、どんなことですか？）
ある。 JICAは単に資金や日本の技術を提供する援助機関であると捉えていたが、実際には相手国政府、国際機関、日本の関係省庁、民間企業等をつなぐ高度な政策プラットフォームであると認識が変化した。また、日本の制度をそのまま持ち込むのではなく、一度因数分解して相手国の財政や文化に合わせて再構築していく制度移転のダイナミズムを実感した。
6) 活動中、どのような課題に直面し、どのように対応してきましたか？（200字以上）
日本の制度とメキシコ現地の社会経済構造の大きな乖離に直面した。メキシコには日本のような全国一律の長期介護保険制度がなく、介護の多くが家族の無償労働に依存しており、財政的制約やインフォーマルセクターの存在も極めて大きかった。そのため、日本の先進事例そのまま適用することは不可能であった。これに対し、既存の日本の仕組みを因数分解した上で、教会や公民館等の既存コミュニティ施設を対話拠点として転用する案や、行政と住民が協働する家族介護サポーターを育成する案など、現地の社会資源と財政規模に適合させた現実的なモデルへと再構築して提案資料に落とし込む工夫を行った。
7) 改めて活動を振り返り、最も心に残ったこと、あるいは「参加してよかった」と思ったことはどのようなことですか？（200字以上）
制度を設計する側の視点を獲得できたことである。介護・高齢化問題を単なる対症療法的な人道的福祉にとどめず、年金・医療保険・税財源と連動した国家財政政策として捉え直す重要性を学んだ。提案内容についてのフィードバックを職員の方から頂き、プロジェクト設計に何が必要か理解を深められた。また、大規模な国際プロジェクトが、日々の緻密な議事録作成、ファクトチェック、関係機関の利害調整、人間関係の構築といった、地道な実務の積み重ねによって支えられている現実を肌で知ることができた。 また、プライベートな面では、メキシコの開放的で緩やかな雰囲気の中で生活したことから、精神的なゆとりを獲得でき、とても参加してよかったと思った。

卒業後の進路について
1) 進路 ※3年生以下の方は現時点での予定を記載してください。
✓就職 □進学 □未定 □その他：
2) 就職を選択した方は、差し支えなければ内定先とその企業を選んだ理由を教えてください。（内定を得た企業すべての名前、あるいは入社すると決定した企業の名前のみでも構いません。） 就職活動をこれから始める場合は、差し支えなければ現時点で希望する業界、職種等を教えてください。
3) 就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスをお願いします。

（例：渡航中の就職活動へ向けた準備、帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。） 就職活動をこれから始める場合は、渡航経験を通して就職活動に対する意識や希望する就職先の変化等を教えてください。
自身のやりたいことややってきたことについて、一貫性を持ち話せると良いと思います。
4）進学を選択した方は、差し支えなければ進学先（もしくは分野）とその理由を教えてください。

現地での生活について
1）プライベート（JICA メキシコ事務所インターン活動時間外）は、どのように過ごしましたか？ ホームステイ先の優しい大家さんとの団らんや、現地の伝統料理（タコスやフルーツなど）を味わう食事、民芸品市場での買い物、市街地の散策やテオティワカン遺跡への訪問などを楽しんだ。
2）現地の方々との交流体験（どのようなもので、どのような感想を持ったか）を教えてください。 街中の露店商や公園、市街地で行き交う現地市民と日常的に交流した。アジア人を一括りにするのではなく「日本人なのか」と敬意や親しみを持って話しかけられる場面が多く、先人たちの日墨交流の積み重ねの重みと、現地の人々の温かさ・寛容さを実感した。
3）現地の方々以外の方との交流体験があれば教えてください。 外務省関係者や電気通信大学の学生の方々とのインタビュー同席、ならびに現地に駐在する JICA 日本人職員（総合職・専門職）への個別インタビューを通じて、国際協力や政策実務の最前線で働く日本人プロフェッショナルと深く対話した。
4）最も印象に残る体験について紹介してください。 日本の先進事例を分析し、メキシコの社会経済構造に適合させた高齢者政策に関する提案資料を取りまとめて事務所内で共有・提案したことである。日本の優れた仕組みをそのまま輸出・適用するのではなく、財政的制約やインフォーマルセクターの存在、女性の無償ケア負担といった現地の文脈を踏まえ、教会や公民館等の既存インフラを活用した「対話拠点」や住民協働型の「介護サポーター」へと再構築するプロセスを経験した。この業務を通じて、単なる机上の理論にとどまらない、持続可能で実効性のある制度を設計する側の思考法と難しさを肌で体感できたことが、最も深く印象に残っている。
5）派遣された国について、派遣前と派遣後で、考え方や印象が変化した部分がありますか？ （もしも「ある」場合、どんなことですか？） ある。 治安や経済格差といった側面が先行しがちであったが、実際に生活すると近代的な発展を遂げている側面も大きく、何より人々が自然に交流し、家族やコミュニティを大切にしながら心豊かに生きる文化的な強靱さを実感した。

まとめ
1）約1か月間の活動を振り返り、自身が成長したな、と思うことはどんなことですか？ 目先の進路や短期的な目標に追われて生き急ぎ、視野が狭くなっていた自分に気づき、物事を長期的

かつ多角的に捉える精神的なゆとりを獲得できたことである。また、指示を待つのではなく主体的に仕事を取りに行き、前提条件を丁寧に確認しながらアウトプットを出す実務的な推進力が身についた。

2) 今後、JICA メキシコ事務所でのインターン体験を具体的にどう活かしていきたいですか？

自身のキャリアの目標達成のために活かしていく。帰国後は別団体でのインターンを通じて現場感覚を養うとともに、卒業論文で諸外国の知見を自国制度へ落とし込む制度設計の学術的・実証的な探究に邁進する。

3) JICA メキシコ事務所インターンに関心のある後輩学生へのアドバイスをお願い致します(200 字以上)

JICA メキシコ事務所でのインターンは、単なる語学研修や事務補助にとどまらず、国家レベルの開発計画や制度設計の立ち上がりには直接触れられる、極めて刺激的で実践的な機会です。現地で価値ある学びを得るために、現場で動く政策決定の力学や財政的裏付けを観察する当事者としての意識を持つと良いです。指示を待つのではなく、自ら課題を見つけて調査レポートや提案資料に落とし込む能動的な姿勢があれば、職員の方々も惜しみなく知見を共有して下さいます。また、オフィスでの実務だけでなく、現地社会の文化や歴史、人々の暮らしに広くアンテナを張ることで、国際協力の真の意義と自身のキャリアを深く見つめ直すことができますと思います。

JICA メキシコ事務所インターン報告書

・派遣国（ メキシコ ）派遣機関（ JICA メキシコ事務所 ）

・支出内容

項目	支出した金額（円換算）	備考 特記事項があれば記入してください。
食費	約 50000 円	
図書費・学用品	0 円	
携帯・インターネット費	約 10,790 円	
通勤費	約 3,900 円	
教養娯楽費	約 56,310 円	
被服費	約 9,000 円	
雑費	円	
その他	円	
合計	約 130,000 円	滞在先の家賃はひと月あたり 10 万円でした。また、渡航全体でかかった費用の目安としては、生活費が月 13～15 万円前後、航空券代（手荷物追加料金込み）が約 35 万円、家賃の追加負担分が約 10 万円で、合計 60～70 万円程度となりました。

タイムチャート

渡航までの準備、渡航中、渡航後、特にプログラムに関連して発生した事項を記入してください。
例：語学や活動の勉強、選考、ビザ申請・取得、航空券購入、予防接種、滞在先確保、渡航中イベント等

派遣の前年	1～3月	
	4～7月	
	8～9月	
	10～12月	
派遣開始年	1～3月	
	4～7月	お知らせ、選考、航空券購入、予防接種
	8～9月	渡航、帰国
	10～12月	
派遣/帰国年	1～3月	
	4～7月	
	8～9月	
	10～12月	

応募準備について

1) いつ頃プログラムを知りましたか？また、いつから応募準備を開始しましたか？

4月2日、Oh-Meiji からのメールでプログラムの存在を知りました。メールを確認してすぐに応募準備に取りかかりました。

2) 応募や現地での活動を見越して、勉強したことや準備をしたことは何ですか？
スペイン語の学習に取り組みましたが、全くのゼロからのスタートだったため、あまり効果を感じられませんでした。「英語が少しできればある程度は乗り切れるだろう」と少し甘く考えていたことが要因だと思います。今振り返ると、スペイン語が話せる友人に事前に助けを求めるなどしておけばよかったと感じています。
3) 学内選考通過後、現地との選考にあたり、面接でどのようなやりとりがありましたか？ また、書類や面接でどのように自身を PR しましたか？
面接では、「就職先がすでに決まっている中で、なぜ今回のインターンシップに参加するのか」という点を中心に質問されました。なぜメキシコなのか、なぜ JICA なのか、という点について自身の熱意が伝わるよう意識しながら面接に臨みました。

渡航準備について
1) 現地通貨（現金）はどのように準備をしましたか
現金の用意方法：日本国内であらかじめ米ドルに両替し、現地空港に到着後すぐにメキシコペソへ両替しました。 その他用意したもの ☐ クレジットカード ☐ デビットカード・キャッシュパスポート
2) どの方法での支払いが役に立ったか等があれば記載してください
日本円で 20 万円分を現金に両替して持参しました。毎日バスで通勤していたため現金は必須であり、また休日にはよく市場へ足を運んでいました。クレジットカードも使用可能でしたが、現金払いであれば値引きに応じてもらえる一方、クレジットカードでは値引きを断られる場面もあったため、できる限り多くの現金を用意しておくことをおすすめします。
3) 現地で使用する通信手段（SIM カード、Wi-Fi）は何を用意しましたか。良かった場合は具体的に記載してください。
「Holafy」の eSIM を利用しました。現代において、特に海外では携帯電話が使えないと不便なことばかりであるため、通信容量は無制限プランにすることを強くおすすめします。（オフィスもステイ先も Wi-Fi 接続させてもらっていました！）基本的にこれまで海外渡航の際は Amazon や Qoo10 などのサイトを比較して購入してきましたが、メキシコ向けのプランは選択肢が少なかったため、多少値は張るものの安心感のある「Holafy」を選びました。 なお今回はカナダ・トロントでの往復レイオーバーがそれぞれ約 15 時間ありましたが、空港のフリー Wi-Fi が使えると見込んでカナダ用の 1 日分 eSIM は購入していませんでした。結果的に Holafy がそのまま使用できたため助かりましたが、同行した A さん（本学同プログラム参加者）は行き layover で通信手段が使えず苦労していたため、layover 地の通信手段についても事前に備えておく必要があると感じました。
4) 日本から準備して行き助かったものや、準備したほうが良かったものはありましたか

持って行って良かったもの

- ラップ
- ジップロックやビニール袋（多めに）※部屋にゴミ箱がなかったため
- できるだけ大きめの袋（自宅に洗濯機がなく、洗濯物用・着用済みの服をためておく用として重宝した）
- ウェットティッシュ&除菌スプレー（屋台料理を食べる機会が多かったため、取り出しやすく持ち運びやすいサイズのもので便利だった）
- 休日用の服（ワンピースなど）（海外では窃盗対象になりたくないため普段はシンプルな服装のみだったが、オンオフの切り替えのためにも持参してよかった）
- 折りたためるバッグ（市場ではビニール袋がもらえるが、モールやきちんとした店舗では有料になることが多いため）

持って行った方がよかったもの

- レンジで温めるご飯（普段は海外で日本食が恋しくなるタイプではないが、今回は無性に食べたくなる瞬間があった）
- クレンジング・ヘアミルク（無印良品の 50ml サイズを持参したが、ぎりぎり足りるか足りないかくらいの量だった。ヘアミルクも 70ml では心もとない）（現地は乾燥しているため）
- 歯磨き粉（シュミテクト 100g でぎりぎりの量だった）
- ボディミルク・クリーム（足がかなり乾燥したため、持参をおすすめする）
- ペットボトルフォルダー（盗難防止のため小さめのバッグを使用していたが、ペットボトルを入れるとパンパンになってしまうため）
- 本（レイオーバーが長時間だったが、スペイン語の学習本を夜中にずっと読む気にはなれなかった）
- ヘアゴム（1 本しか持って行かず切れてしまった）（現地のスーパーでも購入は可能）
- 帽子（行き空港で紛失してしまったため）
- ハサミ（購入したものの値札を取るなど、生活の中で何かと役に立つ）

5) 渡航準備に関しての感想または、今後参加の学生に向けたアドバイス

旅行に慣れている人であっても、1ヶ月という滞在期間、メキシコの気候状況に合わせた準備が必要だと感じました。また、ホームステイ先から物を借りない前提で準備をしていたことは結果的に良かったです。

現地情報

1) 活動中、何らかの問題（治安・災害・体調不良）がありましたか。あった場合、誰に相談しましたか。（例：同僚、現地の友人等）

☐ 特になし

☐ あり（どう対応？→体調を崩した際、加入していた保険を利用し、現地在住の日本人医師を派遣していただきました。）

2) 現地の危険地域情報をどのように収集し、どのような防犯対策をしましたか。また、実際に盗難等を含む犯罪に巻き込まれたことはありますか？その際どのように対処しましたか？

渡航前に安全に関するブリーフィングを受け、渡航後は事務所で安全ブリーフィングを受けました。特別な防犯対策までは講じていませんが、夜間は無駄な外出しないよう心がけていました。

3) 携帯電話や、インターネットについて、現地での利用・接続はいかがでしたか。

特に問題はありませんでした。

滞在形態関連

1) インターン中の滞在先の種類

☐アパート ☐ホームステイ ☐ホテル

2) 部屋の形態

☐個室 ☐相部屋 (人)

3) 共有部分

☐バス ☐トイレ ☐キッチン (☐自炊可 ☐自炊不可能) ☐Wi-Fi

4) 滞在先はいつ、どのように探しましたか？

JICA 側で手配していただきました。

5) 滞在先から、活動先までどのような手段で通勤しましたか？所要時間はどのくらいでしたか？

バス。door to door の通勤で、所要時間は 20～30 分ほどでした。

6) 滞在先の経費（ひと月あたりの家賃）

10 万円

7) 感想：（滞在先の感想、これからインターンとして活動する人のためのアドバイス等）

滞在先との相性は人それぞれあると思いますが、それをいかに自分自身で楽しみに変えられるかがポイントだと感じます。

JICA メキシコ事務所インターンとしての活動について

1) 派遣された国際機関は、そもそもどのような活動をする機関ですか？

JICA（独立行政法人国際協力機構）は、日本の政府開発援助（ODA）を一元的に担う実施機関です。技術協力（研修員の受け入れ、専門家派遣、技術協力プロジェクトなど）、有償・無償資金協力、JICA 海外協力隊の派遣といった様々なスキームを持ち、多岐にわたる事業を展開しています。開発途上国・地域の経済・社会の発展や復興、経済の安定に寄与し、国際協力の促進を目指すと同時に、日本社会にもその成果を還流させ、発展に貢献することを目的としています。

2) 派遣されたオフィス（現地事務所）は、現場で具体的にどのような活動を展開していますか？

メキシコにおける JICA の活動は防災、経済産業開発、農業、環境問題、エネルギー、保健医療など多岐の分野にわたり、政府や大学、企業など多様なアクターと連携しています。特に、中小企業や裾野産業の強化を含む産業振興、日墨パートナーシップ・プログラムを通じた三角協力・南南協力支援を重点分野としており、長年にわたり構築してきたメキシコ政府・産業界との人的ネットワークや、訪日研修生の人脈を活用して、開発コンサルタントと連携した市場調査支援や新規パートナーの紹介、教育・医療・行政機関への働きかけによる実証事業の立ち上げなど、JICA Biz を通じた持続的なビジネス構築にも貢献しています。

3) オフィスの実施体制（人数、部署の数等）はどのようなものでしたか？

事務所全体で 23 名体制で構成されています。ナショナルスタッフ、JICA 総合職員、企画調査員、期限付き職員など、多様な雇用形態・バックグラウンドを持つメンバーで構成されています。

4) 現地事務所ではあなたは具体的にどのような業務を担当しましたか？（200 字以上）

面接時に伝えた自身の希望と就職先とのつながりを踏まえて、TOR を作成していただき、さらに自分自身で作成した活動計画表をもとに、追加のタスクも加えていただきました。主に担当したのは水・環境問題セクターの業務で、メキシコおよび中南米カリブ海地域の課題の一つであるサ

ルガッサム（海藻）問題について、メキシコ政府が抱える課題と取り組み状況を分析し、日本政府としてどのように解決に貢献できるかを検討しました。具体的には、日本の中小企業の技術とのマッチングや進出可能性について検討をまとめ、Word 資料として作成しました。

また、日本企業や市役所とのオンライン・対面の面談、メキシコの中央省庁が主催するイベントにも同席させていただき、議事録作成という形で多くの現場に立ち会う機会をいただきました。さらに、毎日メキシコの新聞記事の要約を行うことで、メキシコの政治動向や、北米・南米大陸、中国との国際関係を含む世界情勢について、常に最新の情報にアップデートしながら、インプットとアウトプットを繰り返す日々を過ごしました。

加えて、将来ファーストリテイリングで多くのスタッフを統括する立場を目指すという自身のキャリアを踏まえ、総務系のタスクも任せていただきました。事務所内で使用する Google ドライブの整理提案、引き継ぎ資料として活用できるメキシコ省庁一覧の Excel テンプレート作成、JICA 職員がメキシコへ渡航する際の観光リスト作成、所内の環境改善提案など、多岐にわたる業務を通じて、人をまとめる立場とはどういうことか、どのような問題が生じ得るのか、その解決策を考える難しさについても学ぶことができました。

5) 派遣前と派遣後で、JICA の組織やインターンの活動に対するイメージや考え方が変化した部分はありますか？（もしも「ある」場合、どんなことですか？）

大きなイメージの変化はありませんが、ここまで深く業務に入り込ませていただき、かつ裁量を持たせて、1 ヶ月という短期間の、何も知らないインターンに仕事を任せていただけとは思っていませんでした。以前から JICA の仕事には長く憧れを持っていましたが、現地事務所でインターンをしたからこそ、就職活動中には出会えなかったような、多様なキャリアを積み重ねてこられた職員の方々にお会いすることができ、改めて JICA の仕事への関心を深めることができました。

6) 活動中、どのような課題に直面し、どのように対応してきましたか？（200 字以上）

大きな課題に直面したわけではありませんが、「自分が1 ヶ月でどのような成果を残せるか」を常に考えながら活動していました。1 ヶ月という非常に短い滞在期間、語学力の壁、セクターに関する専門知識の不足という主に3つの難しさがあったと感じています。せっかく時間を割いてリフレクションの機会を設けていただき、タスクを任せていただいているからこそ、中途半端に終わらせないことを目標に、求められている業務に加えてプラスアルファの工夫を加えることを意識して取り組みました。専門知識が全くない状態だったからこそ、素直に0から吸収することができ、自分の貪欲さを120%発揮できたと感じています。

7) 改めて活動を振り返り、最も心に残ったこと、あるいは「参加してよかった」と思ったことはどのようなことですか？（200 字以上）

最も心に残っているのは、1 ヶ月という短い期間で、何も知らないインターンにここまでの裁量を与えていただき、丁寧なフィードバックと真摯な評価をいただけた職場環境・職務内容です。学生インターンだからといって軽視されることなく、日々目まぐるしいスケジュールの中で真剣に向き合い、わざわざフィードバックの時間を設けてくださり、自分が少し頑張れば、それを適切に評価したうえで、さらに自分の成長につながるタスクを任せていただけました。そのことが本当に嬉しく、毎日仕事が楽しくて仕方がなく、家に帰るのも週末を迎えるのも惜しいと思うほど、意欲的に働くことができました。

また、JICA でのインターン、そして中南米カリブ海地域での活動は、自分にとってそれぞれ大きな意味を持つ目標でした。小学生の頃から国際問題への関心を持ち続けてきた自分にとって、大学1年生の頃から JICA は一つの目標であり、中南米カリブ海地域は大学での留学やインターン、授業を通じて形成してきた関心分野でした。さらに、ここ2年間で強く関心を寄せてきた環

境問題について学ぶことができたことで、今後のキャリアに対する考え方の幅が大きく広がりました。JICAで現場のプロジェクト形成・進行の過程を目の当たりにしたことで、卒業後の進路やキャリア形成に対する希望も大きく広がり、今回の経験を今後の自分の人生とどう結びつけていけるか、より一層楽しみになりました。

卒業後の進路について

1) 進路 ※3年生以下の方は現時点での予定を記載してください。

☐就職 ☐進学 ☐未定 ☐その他：

2) 就職を選択した方は、差し支えなければ内定先とその企業を選んだ理由を教えてください。
(内定を得た企業すべての名前、あるいは入社すると決定した企業の名前のみでも構いません。)

就職活動をこれから始める場合は、差し支えなければ現時点で希望する業界、職種等を教えてください。

入社予定：株式会社ファーストリテイリング

日本の企業でありながら、海外の人々が思い浮かべる「高品質・安全」という日本への信頼性を体現しつつ、世界と肩を並べられる企業だと感じたことが理由の一つです。また、自分の関心エリアである中南米にまだ進出していない点に着目し、自分自身がその新規開拓を担いたいと考えました。加えて、自分が苦手意識を持っているリーダーシップ、経営能力、数字への強さ、予測力を鍛えられる環境であり、大きく成長できると感じたことも決め手になりました。さらに、就職活動を通じて、性別や年齢を問わず女性が力強く活躍し、生き生きと働いている社員が多いという印象を、他社と比べて群を抜いて強く受けたことも理由です。

3) 就職活動中・終了に関わらず、就職活動について感想・アドバイスをお願いします。

(例：渡航中の就職活動へ向けた準備、帰国後に就職活動を始めるにあたり注意すること等。)

就職活動をこれから始める場合は、渡航経験を通して就職活動に対する意識や希望する就職先の変化等を教えてください。

自分自身との対話(壁打ち)をできるだけ多く行うことをおすすめします。(私は中途半端な気持ちでは熱意を込めて話すことができない性格なので、納得した面接ができるまでの準備に時間をたくさん要しました。)その中で、少しでも感じた違和感を放置せず言語化すること、視野を広く持つこと、そして今の自分を形作った出来事について深く掘り下げることが大切だと感じました。

4) 進学を選択した方は、差し支えなければ進学先(もしくは分野)とその理由を教えてください。

(該当なし)

現地での生活について

1) プライベート(JICA メキシコ事務所インターン活動時間外)は、どのように過ごしましたか？

平日は帰宅後、夕食を作り、入浴して就寝するという生活が基本でした(最終週は少し忙しかったため、作業をしていることもありました)。時々、Aさんのお家で夕食をご馳走になることもありました。

休日は基本的にAさんと、3週目以降は他大学からのインターン生であるBさんとも一緒に行動し、お二人のホストマザーやJICA職員の方々、明治大学で知り合ったメキシコ人の友人と過ごすこともありました。2週目までは事前に行きたい場所をリストアップし、そこを訪れる形で過

ごし、3週目以降は事務所の方々のおすすめスポットを巡りました。毎日とても楽しく過ごすことができました。
2) 現地の方々との交流体験（どのようなもので、どのような感想を持ったか）を教えてください。
事務所のナショナルスタッフの方々にお昼ご飯へ誘っていただく機会が何度もありました。皆さんとても優しく、慈愛に満ちた方々でした。自分自身がスペイン語を話せず深い会話をするのは難しかったのですが、仕事中でもふとした瞬間に声をかけてくださり、日々スモールトークを重ねてコミュニケーションを取っていただいたおかげで、事務所によりスムーズに、そしてより深く馴染むことができたのだと感じています。
3) 現地の方々以外の方との交流体験があれば教えてください。
2年前に出会った、明治大学に半期留学していた友人が、グアダハラからメキシコシティまで会いに来てくれました
4) 最も印象に残る体験について紹介してください。
お昼にタコスの屋台へ連れて行ってもらっていたことです。よりローカルな雰囲気を経験でき、メキシコの空気感をつかむことができただけでなく、連れて行ってくださった事務所のスタッフの方々との仲も深まりました。日本では屋台のタコスを食べられないことを、今、とても寂しく思っています。
5) 派遣された国について、派遣前と派遣後で、考え方や印象が変化した部分はありますか？（もしも「ある」場合、どんなことですか？）
一番の変化は「思っていた以上にインフラが整っている」と感じたことです。道路整備（通勤で使う道を除く、こちらはディズニーのアトラクション以上でした）や高速道路のクオリティが日本と比べても遜色ないことに驚きました。 また、日本円が弱いことも一因ではありますが、現在のメキシコの物価は日本の1.5～2倍ほどの水準にあります。この点からも、メキシコの経済発展は世間一般のイメージよりも進んでいると感じました。 気候環境についても印象が変わりました。渡航前は「マラカスとサボテン」（だいが昔）というイメージから、アメリカ・ユタ州の夏のような暑さを想像していましたが、実際には気温15度前後と非常に涼しく、快適に過ごすことができました。 さらに、日本人学校を訪問した際に避難訓練についてお話を伺う機会があり、メキシコでは日本のように地震が頻繁に発生するわけではないため、人々に地震への備えが根付いているわけではないものの、過去の大地震の記憶は根強く残っていること、避難訓練では建物からいかに早く脱出するかを重視していること、テロ対策訓練も行われていることなどをお聞きし、日本との自然環境や社会の違いを強く感じました。同時に、こうした違いがあるからこそ、日本とメキシコ、そして日本と他国との国際協力に大きな意義があると改めて感じました。

まとめ
1) 約1か月間の活動を振り返り、自身が成長したな、と思うことはどんなことですか？
自分自身をマネジメントする能力が向上したと感じています。プライベートの面では、初めての一人暮らし、かつ他者と共に生活する経験を通じて、自分の時間をコントロールすることや、快

適に過ごすための配慮を初めて学ぶことができました。

仕事の面では、まず社会人の仕事とはどのようなものか、そのスピード感を目の当たりにしました。無限にある仕事の量と有限な時間の中で、何を優先し、何を切り捨てるかを判断する力、そして大学生としての水準ではなく、一段階質の高い仕事をするために必要な仕事量の感覚を身につけることができ、大きく成長できたと感じています。

2) 今後、JICA メキシコ事務所でのインターン体験を具体的にどう活かしていきたいですか？

あまりにも恵まれた環境と業務内容の1ヶ月間でした。

この1ヶ月を通して、環境問題に取り組み続けることへの決意と確信、そして知識を吸収することそのものの自分自身の幸せを実感しました。また、多様なバックグラウンドを持つ職員の方々との交流を通じて、就職活動を終えて以降やや意識が薄れていた将来のキャリアについて、改めて向き合う時間を持つことができました。新卒入社後も、その時々に関心に応じた大学院進学、社内での新たな挑戦、キャリアチェンジ、休職など、自分の中に様々な選択肢を持ち続けたと考えています。

また、今回なぜここまで充実して働くことができたのかを振り返ると、丁寧に振り返りの時間を設けていただき、真摯に向き合っていたいただいたこと、そして努力した分だけきちんと評価していただけたことが、自分のやる気をさらに引き出してくれたのだと思います。今後、自分自身が人をまとめる立場になった際にも、仕事の場面はもちろん、日常生活で人と接する際にも、相手が自分と関わることでポジティブな感情を持てるような環境をどうすれば作れるか、考え続けていきたいです。

また、せっかく興味を持って取り組んだサルガッサムに関するプロジェクトを、今後も近くで追い続けられないことを非常に寂しく思っていますが、自分なりに現在も関連する記事を読み続けています。

小学生の頃から繋げてきた関心の輪のバトンタッチの一本軸を絶やすことなく、残りの学生生活も、インプットとアウトプットを繰り返しながら、最後まで意欲的に、積極的に行動していきたいと思っています。

3) JICA メキシコ事務所インターンに関心のある後輩学生へのアドバイスをお願い致します (200字以上)

現時点で詳しい知識がなくても構わないと思いますが、これは留学とは異なる「インターン」であるからこそ、「なぜメキシコなのか」「なぜJICAなのか」という問いに、自分なりの意味づけを持って参加することを強くおすすめします。それが、参加後の自分自身の力に、より一層つながっていくと思います。そして、参加するからには仕事やチャンスを受け身で待つのではなく、自分から広げていく意欲を持つことが何より大切だと感じています。

私自身は、2年前の留学を経てさらに広がった意欲の火を絶やさないよう、常にアンテナを張って生活するよう心がけてきました。JICA、メキシコ、インターンという要素は、まさに自分の関心の核心を突くものであり、募集の知らせを見た瞬間「これだ、ついに来た」と強く感じました。

私は、「出会う人の運が良く、素敵な方々から多大な影響を受けられること」が自分の一番の強みだと思っていますが、それは常に開かれた姿勢でいることが、その出会いを引き寄せているの

かもしれません。ぜひアンテナを張り、ピンときたら思い切って応募していただきたいです。

なぜなら、大学のプログラムを通じて、かつ JICA の現地事務所で、かつメキシコという場所で、ここまで充実した経験を積める機会は、卒業後にはなかなか得られないからです。