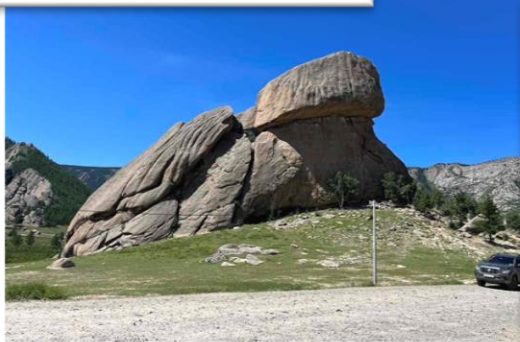


2023 年度 常磐大学 海外研修 報告書 — モンゴル —



モンゴル文化教育大学
2023 年 8 月 7 日(月) ～ 8 月 14 日(月)

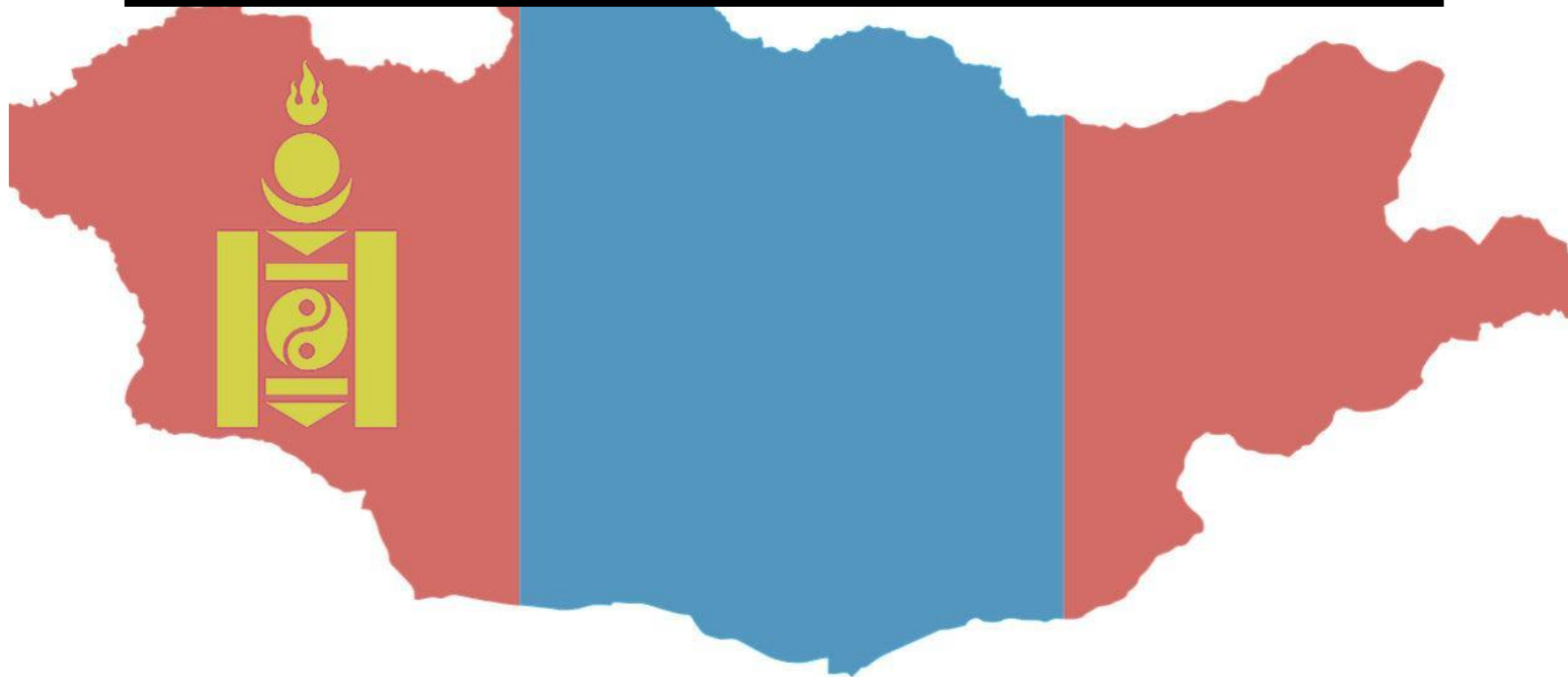
常磐大学 モンゴル環境研修プログラム

日程表 2023年度

日数	月日	発着地	交通機関	発着時間	日 程	食事			宿泊先ホテル
						朝	昼	夜	
1日目	8月7日 月曜日	成田 ウランバートル	OM-502 専用車	14:40 19:15	モンゴル航空にてウランバートルへ 到着後、シリンボラグツーリストキャンプ地へ	...	機内食	懇親会	シリンボラグキャンプ地(ゲル)
2日目	8月8日 火曜日	草原	専用車	8:00 9:00	朝食 オリエンテーション 植林活動 ソーラークッカーの普及活動 オボー修繕活動、乗馬体験	ホテル	キャンプ地	キャンプ地	シリンボラグキャンプ地(ゲル)
3日目	8月9日 水曜日	草原	専用車	8:00 9:00	朝食 草原退化を視察する トーラ川にて捨てられたゴミ拾いの ボランティア活動 シャーマニズムと儀礼の体験	キャンプ地	キャンプ地	キャンプ地	シリンボラグキャンプ地(ゲル)
4日目	8月10日 木曜日	草原 ウランバートル ウランバートル 草原	専用車	8:00 9:00	朝食 日本大使館、JICA事務所表敬訪問 モンゴル国環境観光局を表敬訪問 チンギスハーン博物館の見学 国立民族博物館の見学	キャンプ地	レストラン	レストラン	シリンボラグキャンプ地(ゲル)
5日目	8月11日 金曜日	草原	専用車	8:00 9:00	朝食 モンゴル牧畜文化の体験：放牧と屠畜 遊牧民生活体験、遊牧民家訪問	キャンプ	レストラン	遊牧民家	シリンボラグキャンプ地(ゲル)
6日目	8月12日 土曜日	草原 テレルジ テレルジ 草原	専用車	8:00 9:00	朝食 専用車にてテレルジへ、 ツェベクマ記念館見学 テレルジ観光、亀石など チンギスハーン像の見学後、キャンプ地へ	キャンプ地	レストラン	キャンプ地	シリンボラグキャンプ地(ゲル)
7日目	8月13日 日曜日	草原 ウランバートル	専用車	8:00 9:00	朝食 日本人墓地霊園参拝 ウランバートル市内見学 現地大学生と意見交換会、レポート作成	キャンプ	レストラン	レストラン	ウランバートル市内ホテル
8日目	8月14日 月曜日	ホテル ウランバートル 成田	専用車 OM-501	5:00 7:45 13:40	ホテル出発、専用車にてチンギスハーン空港へ モンゴル航空にて成田へ帰国 成田空港到着後、解散	機内食	...	...	

注：現地の都合により、交通機関、ホテル及び日程の一部が変更されることがあります。イーエイエス(株)

2023年度モンゴル研修



目次

- 1.研修参加のきっかけ
- 2.概要(位置、距離、時間、通貨、時差など)
- 3.食事
- 4.首都とその他地域の格差(近代的な建物と原始的な遊牧の共存)
- 5.文化
- 6.インフラ(道路、上下水道、電気など)
- 7.環境問題
- 8.研修で学んだこと

1. 研修参加のきっかけ

「都市計画」を履修していた中で、モンゴルは首都とそれ以外の地域で格差があるという事を聞き、実際に自分の目で見てみたいと思ったため。

総合政策学部
総合政策学科 4年



「栄養学」を学ぶ中で、モンゴルの食文化を自分の目で確認したかった。その上で、何が不足し不足している分をどのように補っているのか、日本との差は何があるのか、などを学びたかったから。



総合政策学部
法律行政学科 4年

先生に誘われたのと就職までに海外に行きたかったから。モンゴルに行く機会は人生でもう二度とないと感じたので行こうと思った。



人間科学部
健康栄養学科 2年

2. 概要



首都：ウランバートル

人口：約330万人

通貨：トゥグルク

100円＝約2300トゥグルク

物価：比較的安い

例) 散髪約4000トゥグルクでできる

立地：北にロシア、南に中国がある
日本から飛行機で約五時間半

3. 食事

主な主食はパンや麺などの小麦製品（白米も食べています）

日本食に例えるとうどん



ヤギのミルクでお米を煮た物



ホーショル（日本で言う揚げ餃子）



小麦生地の中に味を付けた野菜や肉を入れて、揚げor焼いたもの



ウルム（バター・マーガリン？）

ヤギのミルクで作ったパンに塗る乳製品
バターよりは水分が多くすっきりとしている

< 普段の食事 >

人参とツナのマヨネーズ和え



野菜ときのこの炒め物



- ・ 基本的に**日本人の口に合う食事**内容だった！！
(野菜も多く、味もさっぱりめ)
- ・ 現地の学生が一から作ってくれ、配膳もしてくれた。
=**交流を深められた！**

ピラフ

実際にゲルで生活する 遊牧民が食べている物



- ・乳製品や自分達で育てている家畜の肉が多かった

- ・野菜はほとんど食べていない

→首都圏に外出した時に買う程度。自分達で育てることはほとんどない。

→野菜から得られる栄養はどのように補っている？

4. 首都とその他地域の格差



⇐首都：ウランバートルの様子

遊牧民の生活⇒

- ・ 同じ国の中で対照的な生活が共存している
- ・ 格差がウランバートルの人口集中をより加速させる可能性
- ・ 遊牧民の生活を考慮した開発、まちづくりが必要



5. 文化



⇐シャーマンの儀式の様子

シャーマン：トランス状態になって神霊（超自然的存在）と直接交信し託宣などを行う宗教的な職能者のこと。

私たちも実際に予言・助言を受けました！



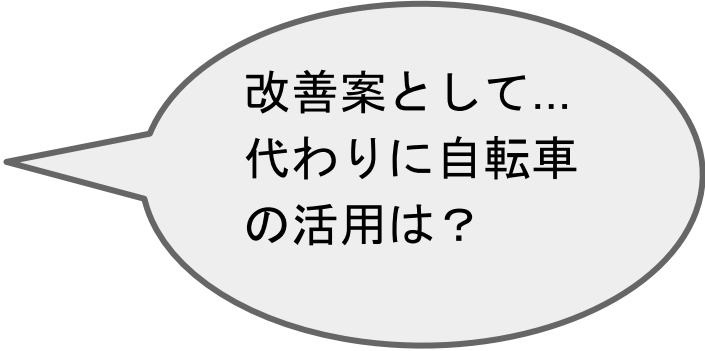
6. インフラ

ウランバートル市内は交通量が多い！

- ・ 交通マナーが非常に悪い

→ 割り込み等が多くさらに渋滞も発生

→ 自動車に代わる交通機関の整備、ウランバートルの人口集中を緩和させる対策が必要



改善案として...
代わりに自転車の活用は？



そもそも交通ルールが悪いから 交通事故に繋がる

7.環境問題



↑人間の介入によって起こる砂漠化

- ・ 人間の開発と環境の悪化は隣り合わせ
- ・ 開発が必ずしも悪いわけではない
→環境や将来を見据えた方法で行なう必要性がある
- ・ 人間ファースト×
- ・ 植林はその土地の植生に合わせる
→合わない植物は結局枯れてしまう

9. 研修で学んだこと ①

首都とそれ以外の地域の格差

事前に聞かされていましたが、実際目にしてとても驚きました。なぜなら、首都では近代的なビルや商業施設が数多く集まる一方で、その他の地域では遊牧を行い原始的な生活をしている人たちが見られたからです。

日本の生活の自由さ

モンゴルの方が日本人より物事に対する知識が多いこと。自国の歴史を深く理解しており、それを相手に伝えると言う力も持っていた。当たり前なことかも知れないが、それを自然とできていたのですごいと思った。またモンゴルの恋愛についても知ることができた。楽しかった。気になる人はぜひモンゴルに行ってみてほしい。

9. 研修で学んだこと ②

モンゴルは思っている以上に過ごしやすい国！！

日本でラム肉を食べた際、クセが強く食べられませんでした。そのイメージで行って食べてみるととても美味しく、牛肉と似た感覚でたくさん食べられました。また、今回一週間過ごした現地学生は全員日本語が多少できたため、言語の壁を感じることなく過ごせました。インターネットがほぼ通じない場所で寝泊まりをしましたが、インターネットが使えないなりに自分達で楽しむ方法を見出し過ごしている姿が印象に残っています。しばらくインターネットから離れた生活をしてみて最初は不便を感じましたが、徐々に慣れていき、インターネットが無くても充実した一週間になりました。

想像以上に楽しい国なのでぜひ行って欲しいです！！！！

