世界中の25人の
チェンジメーカーによる
真実の物語

この本には、ルーム・トゥ・リードの女子教育プログラムから、人生や人々の生活に前向きな変化をもたらした12人の少女達の素晴らしい物語が収められています。

ルーム・トゥ・リードの女子教育プログラムを通し、少女達は自分たちを取り巻く環境やコミュニティを改善するため、性別の固定観念にとらわれず、自分を信じ、困難を乗り越え、互いに支え合うことを学びました。
持続可能なアプリを開発し、早期の強制結婚を回避し、野菜作りを通して輝かしい賞を受賞し、YouTubeをはじめとする発信を通し、家計を支え、経済的な自立のきっかけをつくりました。

少女達の物語は、彼女達にインスピレーションと強さを与えた世界中の12人の女性ヒーローの物語と対になっています。

試練に立ち向かう彼女達の物語が、世界中の子ども達の未来のお手本になれば幸いです。

Room to Read®
japan.roomtoread.org

REBEL GIRLS®
rebelgirls.com

She Creates Change
www.roomtoread.org
9 798400 000638

ROOM TO READ + REBEL GIRLS SHE CREATES CHANGE 25人の勇気ある少女と、女性リーダーの物語

Room to Read®
presents
in partnership
with
REBEL GIRLS

SHE CREATES CHANGE

少女達が未来を変えていく

25人の勇気ある少女と、女性リーダーの物語

Room to Read®

presents
in partnership
with

REBEL GIRLS

SHE CREATES CHANGE

少女達が未来を変えていく

25人の勇気ある少女と、女性リーダーの物語

Copyright © 2023 by Rebel Girls, Inc.

この非商用図書は、ルーム・トゥ・リードとRebel Girls, Inc.のコラボレーションによるものです。
Good Night Stories for Rebel Girls及びRebel Girlsは登録商標です。
これらの組織とのパートナーシップに関する詳細については、70-72ページをご覧ください。

本作品はクリエイティブ・ノンフィクションです。25人の女性の人生と冒険に触発された、心温まる、そして示唆に富む物語を集めたものです。彼女達の人生における出来事や功績を百科事典的に記したものではありません。

本図書の入手に関する詳細は、japan@roomtoread.org までお問い合わせください。

www.roomtoread.org

www.rebelgirls.com

作者 Elena Favilli Art
ディレクター Janet Pagliuca
編集ディレクター Alisha Niehaus Berger
コピー編集及びファクトチェック Jamie Leigh Real and Joe Rhatigan
表紙イラストレーター Annalisa Ventura
グラフィックデザイン Melanie Doherty
プロジェクト管理 Erica Cuellar, Shannon Hesel, Matthew Chilcott, Lucina DiMeco, and Julie Sims

出版 カナダ, 2023年1月
ISBN: 979-8-4000-0063-8

翻訳ボランティア御礼

本書の日本語版の発行について、BSIグループジャパン株式会社の下記の皆様（敬称略）より、プロボノにて翻訳のご支援をいただきました。誠にありがとうございました。

舘野 久美子、中村 佳子、堀越 晃子、仁木 裕子、岡部 礼子、東風平 京子、武田 俊二、横川 香織、福田 亜紀、小川 契子、髙木 真樹、長崎 蘭、古郡 和音、畠山 正成、宮脇 明美、春田 彩

本書籍に関するメッセージや感想をお待ちしております。また、ルーム・トゥ・リードの活動に関するご質問やご支援に関するお問合せは、ルーム・トゥ・リード・ジャパン事務局までお気軽にご連絡ください。

E-mail: japan@roomtoread.org
Web: japan.roomtoread.org

目次

はじめに 4
デヴィーナ • 女子教育プログラム卒業生 6
デヴィーナのヒーロー：グロリア・オールレッド • フェミニスト弁護士 8
デュミニ • 女子教育プログラム　学生 10
デュミニのヒーロー：オタラ・グネワルダナ • ファッションアイコン／動物の権利活動家 12
ディクシャ • 女子教育プログラム　学生 14
ディクシャ のヒーロー：サパナ・マラ・プラダーン • 最高裁判所裁判官 16
ケヤ • 女子教育プログラム学生 18
ケヤのヒーロー：ベガム・ロケヤ • フェミニスト作家・活動家 20
レイソン • 女子教育プログラム　卒業生 22
レイソン のヒーロー：プレムジット・シンカウ • バレーボール選手 24
メングホーン • 女子教育プログラム　学生 26
メングホーンのヒーロー：リス・ソバンダリン • アプリケーション・デザイナー／データ・サイエンティスト 28
ネオ • 環境問題専門家 30
ネオのヒーロー：コニー・ファーガソン • 俳優・映画製作者 32
サパナ • 女子教育プログラム　卒業生 34
サパナのヒーロー：フローレンス・ナイチンゲール • 看護師 36
センホーン • 女子教育プログラム　学生 38
センホーンのヒーロー：セン・ゲクリ • ベストセラー作家 40
シリン • 女子教育プログラム　学生 42
シリンのヒーロー：スフィア・カマル • 詩人・政治活動家 44
トラン • 女子教育プログラム　卒業生 46
トラン のヒーロー：ヘン・ニー • ミスユニバース　ベトナム 48
ヤシカ • 女子教育プログラム　卒業生 50
ヤシカ のヒーロー：アルニマ・シンハ • 登山家 52
ソーシャルモビライザー • ルーム・トゥ・リード　メンター 54
あなたの物語とポートレートを描きましょう 56
ルーム・トゥ・リードの重要なライフスキル 58
あなたのヒーローは誰？ 62
力強い格言 64
変革のためのアイデア 66
作者・イラストレーター 69
ルーム・トゥ・リードについて 70
REBEL GIRLSについて 71
ルーム・トゥ・リードとREBEL GIRLS のパートナーシップについて 72

はじめに

チェンジメーカーの皆さん、こんにちは。

この20年間を通じて、多くの女性・少女達が自ら選んだ道を歩み、自分の運命を切り開いてきました。その姿を目の当たりにして、私の人生は実り豊かなものになりました。そして、彼女達が自分の家族や地域社会から認められ、支えられているのを目にしたとき、私の喜びや希望はより一層大きなものとなりました。この物語集では、その活気に満ち溢れたチェンジメーカー達のエピソードをご紹介します。彼女達はルーム・トゥ・リードの女子教育プログラムの参加者でした。

自分自身とその家族の将来をより良いものにするため、そして自分達の地域社会の活力を高めていくために、彼女達はライフスキルを駆使しました。ー　忍耐力、批評的思考、自分を信じること、他者との共感やコミュニケーションによって様々な障害を乗り越えてきたのです。また、私達は皆、先を歩いたチェンジメーカー達の足跡をたどっています。道を切り開くために先陣を切った力強い女性達、若い世代にとってのヒーロー達の物語を通じて、そのことがお分かりいただけるでしょう。

この物語集に登場する女性達と同じように、皆さんも自分で目標を立て、達成してほしい。そして、学校に通い、学び続け、社会に前向きな変化をもたらすことで、充実した人生を送ってほしいと願っています。私の母は、そういう生き方をした女性の一人であり、私にとってのヒーローです。私の母は女の子が教育を受けることがいかに大切かをよく分かっていました。私の母はインドで育ちましたが、若く結婚することは拒みました。彼女が身を置く地域社会ではまだ児童婚が一般的だった頃の話です。高等教育を受けるために家を出た彼女はつまはじきにされましたが、のちに博士号を取得するまでになりました。母の選んだ道が私の選択肢を広げてくれて、今私はルーム・トゥ・リードのCEOという立場にいます。ここで私は20カ国以上にいるあなたのような若者がスキルを身につけ、夢を実現するお手伝いをさせてもらっています。私の家庭では、わずか一世代の間に、児童婚を強いられる環境か

らCEOにまで道が開けるほど、女性の生き方は大きく変化しました。

あなたのような若者が一生学び続けて、自分自身の道を選べるようになると、魔法が起きるのです。あなた達は一人ひとりが自分の物語を作り上げる力を持っています。あなたは自分自身の力強さに気づくことで、新しいライフスキルを身につけることで、知識を獲得することで、そして仲間や導いてくれる人、ロールモデルとなるような存在との信頼関係を築くことで、自分自身と自分以外の人々のために、可能性に満ちた世界を創り出すことができるのです。私はこの物語集があなたにとっての知恵袋のような存在であってほしいと願っています。この先どんな困難があろうとも、ここに収められた物語を読むことで、それらを乗り越えていく術を見出していってほしい。

本書をあなたの力、あなたの夢、そしてあなたの選んだ運命に捧げます。

あたたかい心で、あなたに

ギータ・ムラリ 博士
ルーム・トゥ・リード　CEO

デヴィーナ ー DEVINA

女子教育プログラム卒業生

一人ぼっちでトウモロコシ畑で働いていたデヴィーナが身に危険を感じた時、彼女はまだ6歳にもなっていませんでした。心臓がドキドキしていましたが、棒きれを手に取り、あたりを見回しました。サル達がじりじり距離を詰めてきて、周りをぐるっと囲まれそうでした。逃げなくちゃ！

デヴィーナは急いで考えを巡らせる必要がありました。そしてひとときの間も置かず、大胆な脱出劇が繰り広げられました。彼女は9人兄弟の末っ子で、家計は逼迫していました。不幸なことに、この先も多くの困難が待ち受けていましたが、ひとつだけ確かなことがありました。それは、困難な状況にあっても、デヴィーナが常に冷静でいられることでした。

ある日、デヴィーナの村のある女性が土地を奪われました。一生かかって貯めたお金をはたいて土地を買ったはずでしたが、彼女の知らないところで売り払われてしまったのです。デヴィーナはこの不正に心を痛めました。彼女は法律をもっと理解して、最も弱い立場にいる人達を守る術を知りたかったのですが、どうすればいいか分かりませんでした。

彼女は実際に弁護士に会ったことはありませんでしたが、本で読んだことはありました。しかし、大学の学費は高額で、彼女にはお金が必要でした。そこで、彼女は収穫の仕事に戻り、昼夜を問わず何週間も畑で働き続けたのです。その稼いだお金で、法律を学ぶためにモシ協同組合大学へ出願しました。

卒業の日、デヴィーナには法律の学位を取得したことより讃えたいことがありました。「私は多くの貧しい人々が利用されていることに気づいたのです」と、彼女は言いました。「私はお金持ちではありません、私は貧しいですが、今は社会に自分の居場所があります」。

大学に通いながら、家族になんとか仕送りをし、米作りを手伝い、最終的には土地を買って新しい家を建てることができました。「『おめでとう、サルとの追いかけっこから抜け出せたわね』　あの頃の自分だったら、今の私にそう言ってくれるでしょう」と、手に入れたものを誇らしく思いながら、デヴィーナはにっこりしてクスっと笑いました。

1998年 生まれ
タンザニア

“私は未来に希望を持っていました。
私が今日ここにいるのは、希望を
持っていたからです”

—デヴィーナ

デヴィーナのヒーロー:
グロリア・オールレッド
次のページをご覧ください。

イラスト
ニコール・カンビ

グロリア・オールレッド

フェミニスト弁護士

1941年のある夏の日、”City of Brotherly Love （兄弟愛の町）”として知られる、アメリカ合衆国フィラデルフィアにグロリアという少女が生まれました。彼女はユダヤ系の労働者階級の家庭のひとり娘でした。

若い頃グロリアは性的暴行を受けました。彼女は誰も信じてくれないことを恐れ、その被害について報告しませんでした。しかし、彼女はその体験を決して忘れることはありませんでした。グロリアは弁護士となり、女性権利の勇敢な擁護者となりました。「私自身が（クライアントが被害を受けた）多くの不正行為の犠牲者だったのです。経済的、心理的、そして肉体的に、その出来事が彼女達の人生にどのような影響を及ぼしているかがよくわかるのです」とグロリアは言います。

グロリアは女性の正義のために戦います。俳優のハンター・タイロが、妊娠していたためにテレビ界の大物プロデューサーアーロン・スペリングに解雇されたケースでは、グロリアの活動が、妊娠中の俳優の権利を確立する上で重要なものとなりました。また、カリフォルニア州で性的暴行事件の時効を撤廃する法律を提唱しました。今では、カリフォルニア州民が加害者を起訴しようとするとき、事件の発生時からどれくらい時間が経過しているかが議論されることはありません。

グロリアの活動を非難する人もいますが、彼女は粘り強く、止まることはありません。実際、彼女はアメリカのNational Women’s Hall of Fame（国立女性教育会館）に殿堂入りしています。最も恐れていることは何かと問われると彼女ははっきりと答えます。「本当に恐れていることがあるとは言えません。でも、ひとつ挙げるとしたら、やりたいことを全部できるほど長生きできないことです」。「一人の女性の権利が否定されることは、私達全員が権利を否定されること」なので、グロリアはこれからも不正行為と戦い続けたいと思っています。彼女の故郷フィラデルフィアは、「姉妹愛の街」として知られるべきなのかもしれません。

1941年7月3日 生まれ
アメリカ合衆国

“[... 一部の人は] まだ強い女性を恐れています。それは彼らの問題であり、私の問題ではありません。”
—グロリア・オールレッド
イラスト
ANDINA SUBARJA

デュミニ ー DEWMINI

女子教育プログラム　学生

あるところに、マンゴーや色鮮やかな花々が咲き乱れ、魚が歌う小川のせせらぎが聞こえる魔法の庭を作ることを夢見る少女がいました。楽園を夢見ることで、少女は、日々の暮らしの中で直面する問題を解決するための力を得ていました。

デュミニは、スリランカの貧しい地域に生まれました。そこは、気候変動による深刻な干ばつのために、生活が非常に困難な地域です。水が飲めない日もあり、朝食をとらずに学校に通わなければなりません。ある日デュミニの父親は、彼女には都会の裕福な家の使用人として働いてもらうしか方法がないと決断しました。デュミニは怒ってそれを拒否しました。どうしても家族と一緒にいたかったのです。

デュミニは、学校で農業について学び、畑を作ることにしました。まず、ナスを植えることから始めました。それから、レモンも植えました。続いて、ビンロウ、そしてオクラ。あっというまに畑には野菜が実り、彼女の先生や両親は彼女の決断に驚きました。

やがてデュミニは父親と一緒に村の人達に野菜を売るようになり、地域で最も豊かな畑として3位に入賞しました。彼女は、自分自身も含めて、みんなのことを驚かせたのです。「一番うれしい日でした。この若さで、このようなことをできた大きな達成感がありました」と、彼女は笑顔いっぱいでした。

デュミニは、将来に向けて大きな計画を持っています。井戸を作るよう町のリーダーに働きかけました。「学位を取得したら、地域の農業の拠点をつくり、農民を教育し、多くの人に仕事を提供するつもりです。食べ物も飲み水も豊富で、木陰をつくる木もたくさんある地域になります」と言いました。

2008年 生まれ
スリランカ

イラスト
KATHERINE AHMED
“勇気と決断なくして得るものはない”
—デュミニ
デュミニのヒーロー:
オタラ・グネワルダナ
次のページをご覧ください。

オタラ・グネワルダナ

ファッショニスタ、動物保護活動家

少し前、スリランカの熱帯の島で、リスや鳥と遊びながら、動物や環境を助けることを夢見て育った少女がいました。慈愛に満ちた彼女が獣医になるつもりでいたことは、誰も驚きませんでした。

しかし、大学に入学した時、オタラはファッションも好きなことに気づきました。その土地のカラフルなデザインや目を引く柄に刺激を受けて、モデルを始めました。やがて、工場で余った服を集めて、自身の青いステーションワゴンで販売することを思いつきました。ビジネスを始めるために、彼女は兄と母から少額を借りました。やがて、オタラは初めの洋服ブランドの小売店をオープンしました。ブランド名は彼女の名前からとったOdelです。

オタラの頑張りのおかげで、Odelはスリランカで最も大きなファッションブランドの1つになりました。しかし、起業家として成功するだけでは不十分でした。オタラは動物への情熱を忘れたことはなく、スリランカの野生動物を保護するためのTシャツをデザインしました。植林や海岸の清掃も手伝いました。そして、オタラはニコに出会いました。

ニコは保護された子犬でした。ニコを看病するうちに、オタラは野犬の苦しみについて身をもって知りました。そして、野犬をサポートするための新しいブランドを始め、子犬をファッションショーのランウェイに登場させるまでになりました。このブランドの成功により、オタラはOdelを売却し、飼育放棄された動物の救済に力を注ぐことを決意しました。

現在、オタラは「すべての生き物を尊重し、大切にする」世界を思い描いています。彼女は、ビジネスと環境保全をつなぐことに時間と資金を注ぎ、スリランカが、動物や人にともに安全で健康的な故郷であり、真の楽園となるよう支援することを志しています。

1964年8月30日 生まれ

スリランカ

“回り道をしても、
あなたの夢に向
かってください。”
—オタラ・グネワルダナ
イラスト
MONTSE GALBANY

ディクシャ ー DIKSHA

女子教育プログラム　学生

あるところに、自分は花のように美しいということをわかっている少女がいました。ディクシャの肌は、村の人達よりも濃い色をしていました。誰もが彼女をみんなと違う子として見ていました。子ども達は彼女をからかいました。母親は、美白クリームを使うことを強要しました。ディクシャは鏡を見ては、「どうして内面はこんなに美しいのに、外見はそう見えないのだろう」と自問していました。

ディクシャの姉は、家庭内の差別に怒っていました。彼女はディクシャを花畑に連れて行ってこう言いました。「見て！あなたはこの全部の花の中の一色よ」。その瞬間、ディクシャは自分が外見も内面も美しいことを理解したのです。

ある日、ディクシャは友人のシータが学校に来ていないことに気がつきました。シータの家族は、女の子が生理のときは学校に行ってはいけないという伝統を信じ、生理のときはシータを動物小屋で寝かせることを強要していたのです。ディクシャは、自分の体を恥ずかしいと思う少女がいてはいけないと思い、ライフスキルノートを持って、シータの祖母を訪ねました。若者が年長者に立ち向かうのは珍しいことでしたが、ディクシャに迷いはありませんでした。

シータの祖母はディクシャの話を聞き、孫娘を小屋から出してあげました。二人は一緒に森の中をスキップしました。「ディクシャが私を助けてくれた日まで、あの森はたいした意味を持っていなかったけれど、その日は楽園のようでした」とシータは言いました。

ディクシャは、大きくなったら女子の平等のために働くつもりです。「公式な書類にサインして、大きな決断を下す人の一人になりたい」と言っています。

2005年 生まれ

ネパール

“恐れる必要はありません。
立ち向かう心が大切です。”
—ディクシャ
ディクシャのヒーロー:
サパナ・マラ・プラダーン
次のページをご覧ください。
イラスト
KATHERINE AHMED

サパナ・マラ・プラダーン

最高裁判所裁判官

ある険しい山々と急流に囲まれた小さな村に、サパナという少女が生まれました。

彼女は、成長するとともに、ネパールの女性は男性よりも権利が少ないことに気づきました。女性から離婚を切り出せず、仕事もあまりさせてもらえません。これらの不平等はヒマラヤの険しい峰のように永遠に続いていくもののように見えましたが、サパナは挫けませんでした。彼女はこれらの法律を変えたかったのです。

そして、法律を変えるには、弁護士になる必要があるとサパナは知っていました。だから、彼女はその通りにしたのです。

最初の大きな事件で、サパナは他の2人の女性弁護士と協力して、女性に財産を相続させるための裁判を起こしました。法律のもとで一人の人間として扱われることは、少女達の人生に波及効果をもたらし、サパナの村の多くの仲間達とは異なる決断をする力を与えることになると考えたからです。勝訴までに7年を要しましたが、ようやく娘にも息子と同じ財産権が与えられるようになりました。

勝利の後、サパナや仲間の女性弁護士が、ネパール社会を破壊していると非難する人もいました。身体的な暴力を伴う恐ろしい脅迫を受けることもありました。何度も絶望的な気持ちになりましたが、彼女が築き上げた法曹界の支援と、自身の決意によって、主張し続ける強さを見出しました。サパナは現在、ネパールの最高裁判所の判事です。彼女は、法廷の内外で、女性の性と生殖に関する権利など、女性の権利の擁護を続けています。

正義への情熱は、サパナや多くのネパール人女性達を力強く支え続けています。

1963年11月15日 生まれ

ネパール

イラスト
NABILA ADANI

“権力者でなくとも変革は起こせる”
—サパナ・マラ・プラダーン

ケヤ ー KEYA

女子教育プログラム　学生

ケヤは新聞を読むのが大好きでした。彼女の父親は床屋で、毎晩父親が店から新聞を持って帰ってくるのを待つのが日課だったのです。ケヤは偉大な政治家になることを夢見て、新聞を読みふけりました。

ケヤが10代になった頃、父親は彼女が新聞を読むのはもうふさわしくないと考え、新聞を持ち帰るのをやめてしまいました。ケヤは怒りに震えました。新聞を読むことは彼女にとって可能性に満ちた世界とのつながりであり、それをあきらめるわけにはいかなかったのです。そこでケヤは屋台で食べ物を包むために使われた新聞紙を集め始めました。「父は私を止めることはできなかったわ」と彼女は回想します。「新聞を読んで、世の中で何が起こっているのか、母に話したものよ」。

ある日、ケヤと友人達が学校から歩いて帰っていると、少年達が嫌がらせを始めました。ケヤはやめるように言いましたが、彼らはますます攻撃的になりました。ケヤは両親に助けを求めましたが、両親は心配し、事を荒立てないようにと言いました。ケヤは先生達にも相談しましたが解決策は見つかりませんでした。

何年も経ち、状況は悪化しました。何とかしなければと思い、ケヤは勇気を出して町のリーダー達に直談判したのです。「人の痛みを感じることができるなら、私達を助ける必要性を感じられるはずです」ケヤ は訴えました。「こんなことはやめてほしい 」。その日から、ケヤは歴史に名を残すこととなりました。町のリーダー達は彼女の話を聞き、嫌がらせをした人達を正式に告発したのです。

振り返ってみると、ケヤは立ち上がって自ら発言したことを誇りに思っています。「私はすべての少女のためにそれをやりました。自分だけでなく、友だちだけでなく、すべての少女のために行動したのです」。

今、かつてケヤが読むことを禁じられた新聞に、チェンジメーカー ケヤの物語が掲載されています。誇らしげな彼女の父親の笑顔とともに。

2006年 生まれ

バングラディシュ

“私の最も大切な財産は、知識とペンです。それらなくしては、私には何も残りません。”

—ケヤ

イラスト
HANNAH PECK AND
BONNIE TAYLOR FORSYTH

ケヤの ヒーロー:
ベガム・ロケヤ
次のページをご覧ください。

ベガム・ロケヤ

フェミニスト作家・活動家

1880年のある日、バングラデシュの工業地帯の村にロケヤという自由奔放な少女が誕生しました。彼女の父親は高学歴で、息子達に学校へ行くことを勧めていましたが、ロケヤと妹にはその機会を与えようとしませんでした。しかしロケヤは自分に権利があることを知っていました。彼女は教育を受けることを誰にも止めさせませんでした。

ロケヤの家はアラビア語圏でしたが、ロケヤは兄を説得して母国語であるバングラ語と英語をこっそりと学びました。最終的に、彼女は5つの言語を流暢に話すようになりました。結婚すると、夫はロケヤの学びへの情熱に協力的でした。ロケヤは女性の平等の鍵は教育にあると訴え、執筆活動を開始しました。

ロケヤのスローガンは 「ベンガルのイスラム女性を鼓舞する」でした。彼女は、社会規範の多くが女性の自立や可能性を制限していると認識していました。そこで、ロケヤは雑誌や書籍でメッセージを伝えました。彼女のSF小説のひとつ『Sultana's Dream（スルタナの夢）』では、女性リーダーだけが支配する世界が描かれています！

ロケヤの勇気は執筆の枠を超えました。彼女はわずか29歳のときに、地元で初めてのイスラム女性のための学校を設立しました。自身の命をかけて、自分の父親のように娘を学校に通わせたがらない男性達のドアを叩いたのです。

現在、バングラデシュの何千人もの少女達が彼女の作品を読み、彼女が設立した学校に通うことで、彼女の遺志は生き続けています。その少女達、そして何百万人もの少女達が、毎年12月9日の「ロケヤの日」を祝い、女性の権利と正義を求める彼女の叫びを共有しているのです。

1880年12月9日1932年12月9日

バングラディシュ

“目を覚ませ　姉妹達よ!
目を覚ませ　母親達よ!
目を覚ませ　娘達よ!”

—ベガム・ロケヤ

イラスト

SARAH SAIYARA

レイソン ー LAYTHONG

女子教育プログラム　卒業生

中国との国境に近いラオスの集落で、レイソンという少女が未完成のレンガの家に住んでいました。レイソンは早朝、1枚しかない制服に着替え、大好きな祖母に行ってきますと言ってから、学校までの道のりを1時間かけて歩きました。怒り出したい気持ちと孤独になんとか打ち勝ちながら、レイソンは必死に歩いていました。重荷を感じていたのです。

レイソンの父親は他界し、母親は別の街で働いていました。週末には米や花を収穫して、学校に通っていました。祖母にお金を渡し、自分のためにお金を貯めることによってお金の管理を学びました。

レイソンは学校でバレーボールをすることに安らぎを覚えました。学校のチームに入り、スパイクやサーブ、パスなどを学ぶことに喜びを感じていました。チームメイトを応援すること、応援されることが大好きでした。レイソンは自らの人生を切り拓いていきました。しかし、チームが決勝で負けたとき、すべてが絶望的に思えました。

そんな時、レイソンの友人とコーチが彼女を立ち直らせてくれたのです。練習と授業で彼女は精神的に強くなり、勇気が湧いてきました。徐々に自信を取り戻したレイソンは、2つの大学入試に向けて勉強しました。第一志望の医師にはなれませんでしたが、スポーツの教師になるための試験に合格しました。今、レイソンは、「人生は勝ち負けではなく、大切なのは自分の経験とどう向き合うかです」と説いています。「私は第2の夢を実現したのです」と彼女は誇らしげに語ります。

母から譲り受けたバイクで今日も元気に出勤するレイソン。友人達、生徒達、そして自分のやる気、この3つが重なって、レイソンは幸せな家庭を築いています。

1997年 生まれ

ラオス

“自分の未来を切り開く”
ーレイソン
レイソンのヒーロー:
プレムジット・シンカウ
次のページをご覧ください。
イラスト
JOANNE DERTILI

プレムジット・シンカウ

バレーボール選手

ある日、タイで卓球の練習をしていたプレムジットのもとに、スポーツ好きな父親が新品のバレーボールを持ってやってきました。彼女はサッカー、バドミントン、バスケットボールが好きでしたが、卓球が一番好きでした。その日父親はバレーボールをやることを勧めました。きっと楽しいと思う、と。こうして14歳になったプレムジットは、バレーボールの基本を学び始めました。父の励ましを受け、練習に明け暮れました。

やがてバレーボール部に入部したプレムジットは、スター選手を目指して猛練習を重ねました。あまりの上手さに、バンコクのバレーボールコーチが彼女をバンコクに招集し、プレーさせました。そして、バンコクでナショナルジュニアチーム、そしてナショナルチームメンバーとなり、彼女はタイで最も優秀な選手の1人にまで上り詰めました。

プレムジットと彼女のチームメイトは、プロ選手ほど身長が高くなかったため、より速く、よりパワーのあるプレーをするためにトレーニングを重ね、戦略を練り、コート上での素早い思考を身につけました。プレムジットは3m以上の高さからスパイクを打ち、同じ高さでブロックをすることができました。しかし、彼女自身の技術もさることながら、チームメイトとのつながりも重要な要素でした。彼女とチームのセッターとの "本能的なつながり "は、観客に感動を与えました。「相手チームを困惑させるだけでなく、見ている者を感心させる」と。

驚異的な運動能力、人を惹きつける笑顔、そして何百万人ものファンと日常生活を共有するソーシャルメディアへの楽しい投稿を通じて、プレムジットは新しい世代の選手達にインスピレーションを与える存在となりました。プレムジットとチームメイト達は、タイの女子選手を、実在する人物、ロールモデル、そして素晴らしいアスリートとして、世界のプロバレーボール界でその名を知らしめたのです。

1983年11月9日 生まれ

タイ

“チームメイトは家族同然です”
—プレムジット・シンカウ
イラスト
KRIS DURAN

メングホーン ー MENGHORNG

女子教育プログラム　学生

あるところに、内気な少女メングホーンは、先生がキーボードを打つのを興味深げに見ていました。メングホーンは、コンピューターにはあまり詳しくありませんでしたが、音楽が大好きで、先生の指の動きがピアノの弾き方に少し似ていて、同じように無限に創造する可能性があるように見えました。メングホーンはその魅力に取り付かれ、情報通信技術（ICT）についてもっと学びたいと思うようになりました。

メングホーンが生まれたカンボジアの小さな村では、ICTを学んでいるのは少年達だけでした。両親は彼女を応援してくれましたが、プログラミングを学ぶのはとても難しいことでした。それでも、メングホーンは何時間もキーボードを叩いて、自分のスキルを向上させることを決意しました。そして、実際に上達したのです！しかし、まだ自信がなく、自分の作品を人に見せられないでいました。自尊心を高めるために、モチベーションを高める本を読んだり、学校のディベートに参加したりするようになり、ついに大会に出場しました。優勝は逃しましたがその結果、自分の弱点や努力すべき点がわかってきたのです。

その後、持続可能性をテーマにしたアプリを開発する機会を得たメングホーンは、地域の人々が気候変動について理解できるようなアプリを開発しました。この結果、彼女は大会で優勝しました。次にメングホーンは、STEM分野（ 科学・技術・工学・数学）の学生の批判的思考を向上させるためのアプリを作成し、賞を獲得しました。農村の少女の知性と弾力性が、ついに国際的に認められたのです。

現在、まだ15歳のメングホーンは、男性優位のICT分野で学ぶ少女達を指導しています。メングホーンは、彼女達の忍耐力が、世界の難題を少女と少年が共に解決する、より良い未来につながると信じています。

2006年 生まれ

カンボジア

“どんなに大変なことでも、
やるだけやってみよう”
—メングホーン

イラスト
KATHRIN HONESTA

リス・ソバンダリン

アプリケーション・デザイナー／データ・サイエンティスト

ある日、カンボジアに住む13歳の少女は、コンピューターコーディングというワクワクするような新しい言葉に出会いました。ソバンダリンはそのコミュニケーションの可能性と創造性に喜びを感じ、そして自分はその技術を使うのみではなく作ってみたいと思いました。しかしソバンダリンの両親は“少年の仕事”は少女には向いていないと考えていました。実際のところ、両親は恐れていたのです。そこで、ソバンダリンはYOUTUBEに目を向けました。スキルと経験が蓄積されるにつれて、彼女は、STEM（科学・技術・工学・数学）の分野において少女が活躍できないかと考え始めました。「私だけが“性別上のステレオタイプ”に悩まされているわけじゃないと気づいたの」と彼女は振り返ります。

しかし、彼女はそのステレオタイプに自分も、そして他の誰も邪魔させませんでした。

ソバンダリンはオンラインで30人の少女を集め、クラブを作り、そして彼女達にアニメーション動画の作り方を教え始めました。ソバンダリンは、作成したコードがうまく動いた時の彼女達の瞳の輝きが大好きでした。「コーディングはそもそも男性だけのものではないわ」とソバンダリンは言いました。「女性もできる。。。重要なのは私達が自信を持つことなのよ」。

両親のかたくなな態度にも関わらず、ソバンダリンはウェブとアプリ開発を学ぶための全額の奨学金を得て、家を出ました。学業と気持ちとクラブとのバランスを取ることはかなり大変なことでした。ソバンダリンは常に細かいTODOリストを作成していました。そして、アドバイザーに助言を求め、ボランティアを募集し、予算を組みました。彼女の活動はカンボジアユニセフを動かし、資金を獲得することができました。SISTERS OF CODEは今やメンバー8人のコアチームとなっています。

現在、ソバンダリンはCAMTECH大学でデータサイエンス工学とAIを専攻するただ2人しかいない少女のうちの一人です。いまだに若い男性から卑劣なことを言われることもありますが、しかし彼女は、STEMのジェンダーレスな未来において女性が才能を発揮するのを助けるという自ら科した責務を、着実に果たしています。

2003年1月30日 生まれ

カンボジア

“私はいつも他の少女や女性達
が夢を追う見本になれるように、
自分の最善を尽くします”
—リス・ソバンダリン
イラスト
JANET PAGLIUCA

ネオ ー NEO

環境問題専門家

南アフリカのブシュバックリッジ、有名なクルーガー国立公園の近くの奥まった森に囲まれた場所に、野心家のネオの家はありました。クルーガーの野生動物達が楽しそうに跳んだりはねたりしているのを見ている一方で、彼女は同じことはできませんでした。ネオには生まれつき重度の歩行障害があったのです。他の人と違うということで向けられる好奇の視線を彼女は受け止めなければなりませんでした。

ネオの両親は、車いすを使わずに自分で歩くよう彼女に勧めました。歩行練習が彼女の足を強くすると信じていたのです。幼いネオにはこの判断は荷が重く、学校でじろじろと見られたり、時には歩くのに四苦八苦している姿を笑われたりしました。しかし、歩行が難しければ難しいほど、彼女は歩き続けました。事実、ネオの足は徐々に強くなり、それに伴い彼女自身の自信や、困難から回復する力もついていきました。

元気に、自信をも持ってネオは歩きました。コーラスの練習のために教会まで歩きました。一度は自分の買い物のためにショッピングモールまで歩きました。これは彼女にとっては決定的な瞬間でした。全く視線が気にならないのです！それでネオは、自分自身で立つことができるように、自分の体が今までとはまったく違って作り替えられたのだと思いました
。
現在ネオは、識字率が低いことで困難を抱えているコミュニティに出身の数少ない大学生の一人として、称賛されています。ネオの両足は彼女をコミュニティのあらゆる場所へ運び、彼女はコミュニティのメンバーに気候変動や大好きなクルーガーの保護に関することを教えています。コミュニティの親達は、自分の子どもに、ネオのようになろうと声をかけます。ネオの名前はセツワナ語で“贈り物”、ネオは本当に彼女のコミュニティへの贈り物なのです。

1996年 生まれ

南アフリカ

“立ち上がろう、自分自身のために、すべてのチャンスのために”
—ネオ
イラスト
TYLA MASON
ネオのヒーロー:
コニー・ファーガソン
次のページをご覧ください。

コニー・ファーガソン

俳優・映画製作者

ある時、大きな夢を持った小さな少女がボツワナのロバツェで誕生しました。コニーはアフリカ南部の小さな町で育ちましたが、彼女の夢は国境に抗うものでした。すぐに、彼女達一家はキンバリーへ引っ越しました。南アフリカ共和国北ケープ州にある、眠ったような都市です。でもコニーの明るく自信に満ちた性格はより大きなステージを欲していました！1990年代の初め、南アフリカは人種隔離政策から民主主義国家へと変わり、コニーはヨハネスブルグ - 彼女が大きく成長する大都市へ引っ越しました。

1994年、南アフリカの黒人達のエンターテイメントが花開きました。ソウェト郡区の汚れたストリートから田舎の村まで、家々は、黒人達のストーリーを伝えるローカルテレビ番組であふれました。番組のひとつ、Generations（ジェネレーションズ/世代）というテレビドラマは、あまりに人気で、放送中の平日は国の機能が停止してしまうほどでした。コニーはドラマのスターでした。輝く都市はさらに彼女にスポットライトをあて輝かせました。少女は燃えていました！コニーは映画製作者だったかって？もちろん！プロデューサー？見てみて！彼女は映画製作とプロデュースにおいて成功した数少ないアフリカ女性の一人になったのです。

コニーは同時にビジネスウーマンでもありました。黒人女性のためのスキンケア商品は南アフリカで初となるものでした。コニーは毎日ハードワークを続ける傍ら、自分の知名度を使って積極的に若者をサポートし、彼らも輝けるようにとポジティブなメッセージを届けています。

1970年6月10日 生まれ

ボツワナ

イラスト
ANOVUYO MALI

サパナ ー SAPANA

女子教育プログラム　卒業生

自分の手のひらから光線を出して人々を癒せたらいいのにと願う少女がいました。彼女の名前はサパナといい、幼いころに彼女の小さな妹は病に侵されました。彼女と家族は病院から遠く離れた場所に住んでいたため、妹を治すために伝統的な治癒儀式を行いました。サパナは妹を病院に連れて行くよう父親に懇願しましたが、彼らがジャングルを抜ける頃には、時すでに遅し、妹は亡くなってしまいました。その時サパナは看護師になることを決意したのです。

サパナの家族の中には、高校を卒業している人は誰もいませんでした。しかし家族は、彼女の学費を払うということが、時に空腹に耐えなければいけないことであったとしても、彼女をサポートしました。彼女は毎日、片道4時間をかけて学校へ通いました。モンスーンで道路が洪水になった時は、教室で一夜を過ごしました。

ついに、看護師学校の出願の日となり、彼女は入学試験を受けました。サパナは不合格でした。彼女は深く落ち込みました。しかしその時、自分を決して卑下してはいけない、と言った指導者の言葉を思いだしました。「自分には挑戦し続ける強さがあることに気づいたの」と彼女は振り返ります。「ここで止まっているわけにはいかないって」。

数か月の準備期間の後、彼女は再試験を受けました。後日、彼女は学校の事務所の窓のところに立ち止まり、合格者のリストに目を通しました。そして、リストの真ん中に、大きく黒い大文字で、サパナと書いてあるのを見つけたのです！

現在、新型コロナウィルス感染症の最前線で働く看護師として、サパナはその粘り強さと勇敢さで命を救うことに日々を費やしています。彼女は自分のヒーロー、フローレンス・ナイチンゲールに思いを巡らせ、「他人のために働き続ける強さを彼女に与えたものは何だったのだろう」と考えます。多くの人がサパナについても同じ疑問を抱くでしょう。

1998年 生まれ

ネパール

“時に、諦めないことが　あなたができるすべて!” —サパナ

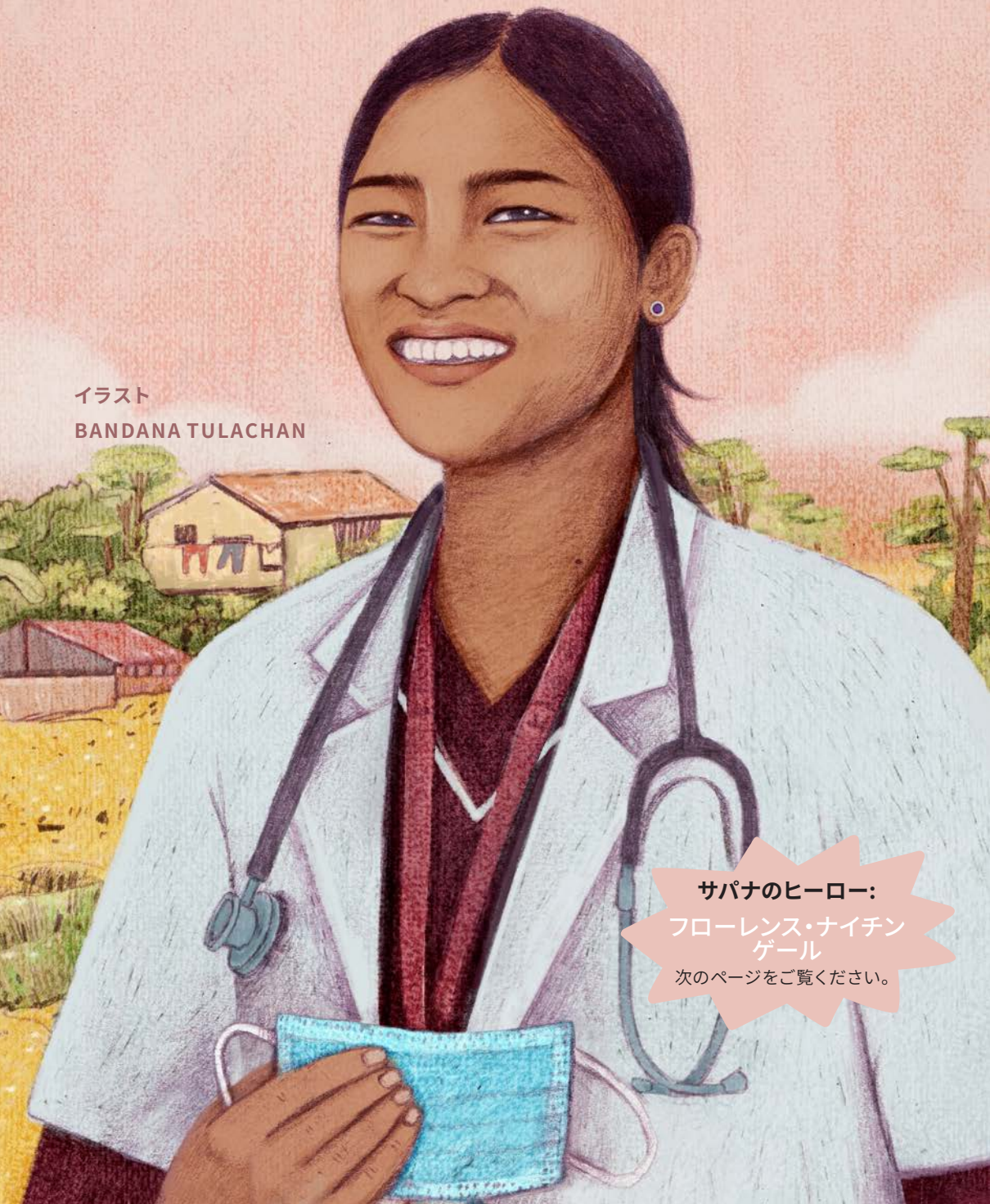


イラスト
BANDANA TULACHAN

サパナのヒーロー:
フローレンス・ナイチンゲール
次のページをご覧ください。

フローレンス・ナイチンゲール

看護師

今からずっと前のこと、イタリアを旅行中のあるイギリス人の夫婦に赤ちゃんが生まれました。彼らは、赤ちゃんが生まれた美しい都市の名前にあやかって、彼女をフローレンスと名付けました。

フローレンスは旅行が好きで、数学と科学にも傾倒し、また、情報収集も大好きでした。どんなところでも新しい場所を訪れると、そこの人口がどれくらいで、病院がいくつあって、そしてその都市がどれくらい大きいかをノートに書き留めました。彼女は数字が大好きだったのです。

フローレンスは看護学を勉強し、政府から、トルコの野戦病院への派遣を命じられるほど優秀な看護師になりました。

トルコに着くとすぐ、フローレンスはできる限りのデータ収集と分析に取り掛かりました。そしてほとんどの兵士が、外傷が原因ではなく、感染症や院内でかかった病気によって死亡していることを発見しました。

「病院で、いの一番に必要なのは、病気の害をなくすことよ」と彼女は言いました。

フローレンスは病院で勤務する人すべてに、頻回の手洗いと隅々まで清潔に保つことを徹底させました。夜にはランプをもって巡回し、患者と話をして彼らに希望を持たせました。

フローレンスのおかげで、より多くの兵士達が回復して帰宅することができ、そして、彼女は「ランプの貴婦人」として知られるようになりました。

1820年5月12日–1910年8月13日

イギリス

イラスト
DALILAOV AZZANI
“私の成功は、決して言い訳
せず、他人の言い訳も受け
入れなかったことにある”
—フローレンス・ナイチンゲール

センホーン ー SENGHONG

女子教育プログラム　学生

センホーンというカンボジアの少女は、笑うこと、読むこと、そして特に書くことが大好きでした。しかし、作家になるというセンホーンの夢は、しばしば胸が締め付けられるような痛みで中断されることがありました。ある時は、地理の口頭試問で息苦しくなって、意識を失いました。しかし、何が原因なのか、誰もわかりませんでした。

センホーンが幼い頃　、父親も苦労していました。仕事が見つからないと、暴言を吐くようになりました。父が亡くなり、最愛の兄は別の街で就職することになりました。そして、妹が足を骨折しても、お金がなく、手術が遅れていました。そのストレスで、センホーンの呼吸の疾患はかつてないほど悪化しました。センホーンの元気の源である彼女の母親は、センホーンを励ますために、「私達は大丈夫だからね」と慰めました。

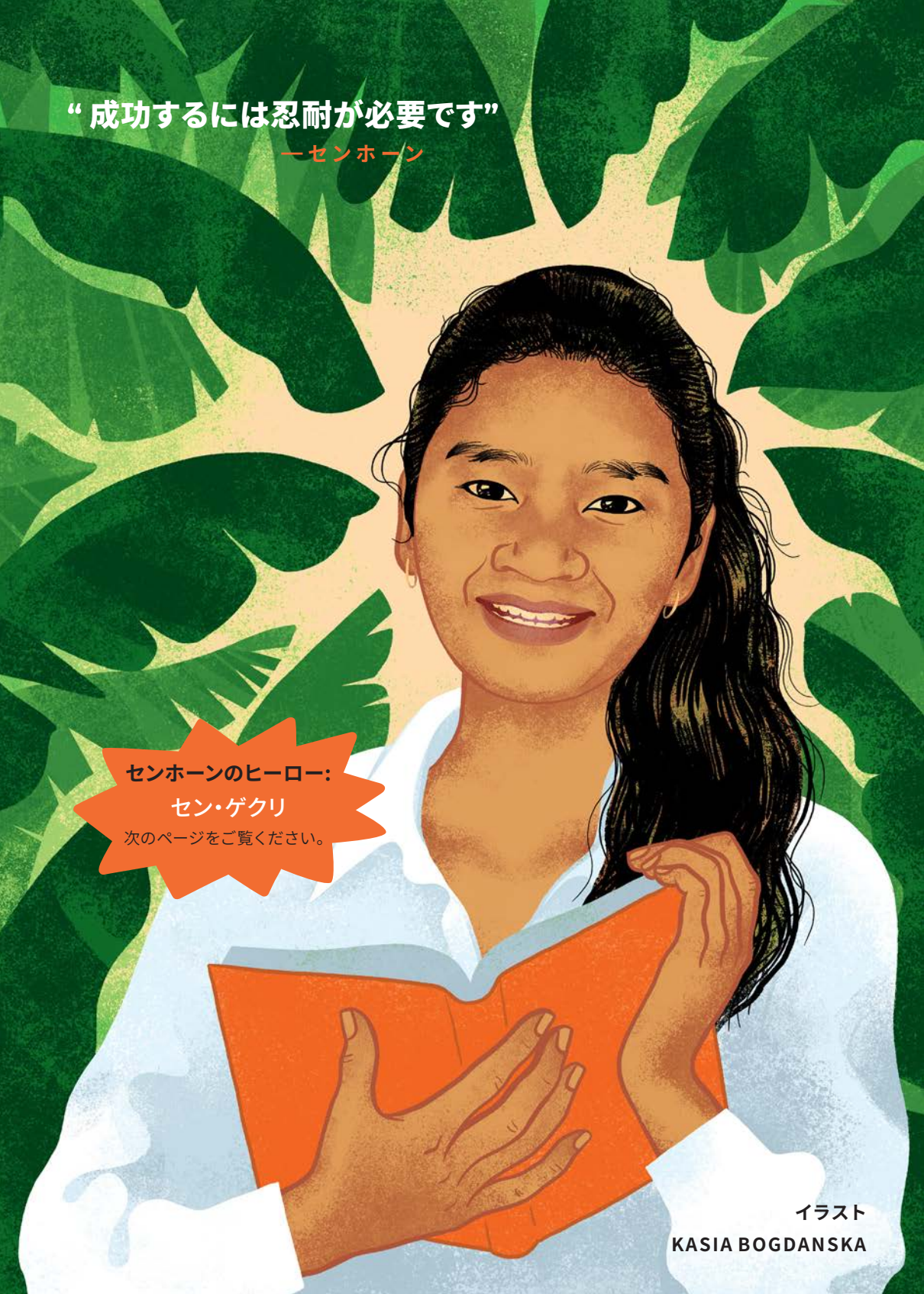
中学3年生のとき、ついに医師から心臓病と診断されました。センホーンは精神的な支えとして、物語や哲学書に没頭する日々を送りました。友人や恩師、家族に支えられ、感謝の気持ちでいっぱいでした。そして、その支えてくれた人達、またそれ以外の人達のためにもセンホーンは自分の挑戦をインスピレーションに満ちた言葉にしました。まるで言葉の泉のように。

センホーンは、ある日インターネットで若い作家を募集している出版社を見かけました。センホーンは、自分が書いたモチベーションを高めるようなエッセイをいくつか見てもらい、それがきっかけとなり、初めて本を出版することになりました。「私は、自分のコミュニティや生活の中のリアルな状況を書いています」と彼女は言います。また、元気が出るようなメッセージをソーシャルメディアに投稿しています。「書くことは癒しであり、私を幸せにしてくれるのです」。

センホーンは、障害があるからこそ、人は強くなれると信じています。強いサポートネットワークと愛読書からのインスピレーションで、彼女は作家として成功し、夢を実現しようとしています。

2003年 生まれ

カンボジア


“成功するには忍耐が必要です”
—センホーン
センホーンのヒーロー:
セン・ゲクリ
次のページをご覧ください。
イラスト
KASIA BOGDANSKA

センゲクリ

ベストセラー作家

メコン川の低地の近くに、鉛筆を手放せないカンボジアの少女がいました。ゲクリは、暇さえあれば、自分の考えや感情を日記に書き綴っていました。書くことは、彼女の初恋のようで同時に、運命のようなものだと感じていました。

しかし、両親の思いは違いました。

ゲクリの両親は、ゲクリに医者や銀行家など「尊敬される」職業に就いてほしいと願っていました。しかし、ゲクリはあきらめませんでした。次第にうつ病になったゲクリは そのことを日記に書き始めました。彼女は、自分の将来について、常に両親とケンカをしていました。ケンカは、彼女が自分の考えを変えないことを両親に伝えると、ますます激しくなりました。

高校卒業後、ゲクリは文学の道を志し、心のケアをするために故郷を離れました。プノンペンの活気ある街は彼女の世界を広げ、そしてゲクリは自分の心の奥深くを世界に開いていきました。

2018年、ゲクリがまだ19歳のとき、彼女はうつ病との生活についての日記を書籍化し、自費出版しました。その本はベストセラーとなりました。その後、ゲクリは、メンタルヘルスに悩む若者達が声を上げ、自らの教育の機会を得ることを奨励するためにFacebookページを立ち上げました。「私と同じように、カンボジアの多くのティーンが、精神的ストレスに対処する方法として日記を書いています」。すぐにゲクリは20万人の若いファンやフォロワーを持つようになり、「Student of Life」（スチューデント・オフ・ライフ/学生生活）というシリーズでさらに2冊の本を出版しました。

現在、ゲクリは作家としての名声を活かし、真のソーシャルメディア・インフルエンサーとして活躍しています。ブランド志向を促すのではなく、行動を喚起するようなコンテンツを提供しています。真の影響力を持つインフルエンサーのお話です！

1999年1月22日 生まれ

カンボジア

“人生は選択であり、
何を手にするかは自分次第”
—セン・ゲクリ
イラスト
DEBORA ISLAS

シリン ー SHIRIN

女子教育プログラム　学生

バングラデシュの小学3年生、シリンは昼食に小さなビスケットを食べていました。シリンの家族が買えるのは、これだけでした。その時、別の少女が近づいてきて、シリンに将来の夢を尋ねました。「先生になりたいな」とシリンは答えました。「あなたみたいな貧乏人は、何にもなれないわよ」と、その少女は笑い、「きっと小学5年生までに結婚するわよ」と言いました。

その言葉は、シリンの心を切り裂き、それは真実からそう遠くはないことだと感じました。「彼女は自分をとても小さく感じました。でも、その子が間違っていることを証明しようと決心したんです」。

シリンは、両親を説得して、もっとチャンスのある大きな学校へ行きました。しかし、中学１年生になったとき、両親は考えを変えました。ある家族がシリンの結婚の話を持ちかけてきたのです。シリンは、勇気を出して断り、両親も進学を認めてくれました。

しかし、シリンの家族に学費を払う余裕はありませんでした。そこで、シリンは電球を製造する工場で働き始めました。長時間の労働と、夜遅くまでの勉強がシリンの生活になりました。手にマメができ、切り傷もできました。しかし、夢はシリンの道を照らしてくれました。

工場で、シリンは同じような境遇の少女達と仲良くなりました。シリンは、少女達の両親にも、教育が少女の人生と家族のあり方を変えることを伝え、児童婚に反対するよう呼びかけました。「怖がらずに声をあげてください」。「小さな目標でも達成できると分かれば、少しずつ自信がついてきます」と、シリンは助言しています。

現在、シリンは教職に就くことを目指しています。お金の一部は学費に使い、残りは貯金しています。シリンは夢を語り、夢を守ることで、自分の未来に光を灯すきっかけになればと願っています。

2004年 生まれ

バングラディシュ

“ もしあなたが自分を信じなければ、他の誰もあなたを信じないでしょう”
—シリン
イラスト
SONIA LAZO
シリンのヒーロー:
スフィア・カマル
次のページをご覧ください。

スフィア・カマル

詩人・政治活動家

バングラデシュに、スフィアという賢く意欲的な少女が、ベッドの下に隠れて詩集を読んでいました。裕福なイスラム教徒である彼女の家族は、女性のための学校教育の必要性を信じていませんでしたが、スフィアは、たとえ埃っぽい床の隅で丸まっていたとしても、常に学ぶ方法を見つけていました。スフィアは叔父の書斎で何時間も過ごしました。彼女は家庭教師から、ウルドゥー語、アラビア語、ペルシャ語を学ぶことを許されました。

ある日、スフィアの母は彼女をコルカタに連れて行きました。そこでスフィアは、女性が直面する課題について書いている有名な女性作家に出会いました。その課題はスフィアも考えているものでした。スフィアは、人生、愛、そして自分の文化における女性の経験について、自分自身の詩や物語を書き始めました。

スフィアは、まるでペンから言葉があふれ出てくるような、優れた作家となったのです。今では有名な作家となった彼女に詩を依頼しようと記者がドアをノックすると、彼女は記者に座ってもらい、すぐに詩を書きあげます！

戦争が始まると、スフィアは女性や貧困に苦しむ人々を支援するために組織を作りました。彼女の言葉は、すべての人がより強い権利を持てる夢の国を育んだのです。彼女はこう書いています。「私は道に生えた茨を取り除く。後に来る者のために、茨が彼らの足を刺さないように。とげに刺された足で、遅れをとらないように。そこまでは、私は力の限りを尽くします」。

現在、スフィア・カマルはみんなのKhalamma（叔母）として、バングラデシュの新世代のリーダー達や詩人達に刺激を与えています。どんな片隅にいても学ぶ勇気を見つけられるように、彼女の言葉は彼らの心と魂に語り掛けます。

1911年6月20日-1999年11月20日

バングラディシュ

イラスト
MICHELLE D’URBANO

“他の人のためになることをする”
—スフィア・カマル

トラン ー TRANG

女子教育プログラム 卒業生

トランは、ベトナムの奥地にある小さな藁葺き屋根の小屋に家族と暮らしていました。川向こうの市場で甘いケーキを売る母の手伝いをしていました。ある日、ボートがひっくり返り、ケーキが全部水の中に落ちてしまいました。トランのお母さんは泣きました。食料を買うお金もありませんでした。

「あの日のことは一生忘れません」とトランは振り返ります。「私は家族を貧困から救いたいと強く思いました」。 そこでトランは考えました。彼女は動物達と特別な絆で結ばれていました。特にビムビムとは。ビムビムは黒い鳥の群れの中で、ただ1羽の白いアヒルで、仲間に受け入れられていませんでした。私と同じように、ビムビムはきっと孤独なんだ、とトランは思いました。でも、もしかしたら、このユニークな友情を、世界が喜んでくれるかもしれないと思ったのです。

トラン はYouTubeの存在を知っていました。俳優を夢見る彼女は、自分のチャンネルを立ち上げることにしました。「最初は古い携帯電話で動画を撮影していたのですが、何度も壊れてしまい、動画が一度も再生されないことも多くありました」。 しかし、トランは続けました。ビムビムの誕生日パーティー、料理を習うビムビム、踊るビムビムなどを投稿しました。やがて、国中がトランの動画を見て笑うようになりました。

トランは、10万人のファンを獲得したことで、YouTubeのシルバークリエイターアワードを受賞しました。「そこまでできるとは思っていませんでした。アシスタントがいるわけでもない。高級な機材もありません。すべて独学です」。

トランは、「Mother's Hometown」（母の故郷）というお母さんのためのYouTubeチャンネルも立ち上げました。「母のおいしい料理を紹介し、大学生がホームシックになるのを防ぐ手助けをするものです。母はとても喜んでいました」。

2002年 生まれ

ベトナム

00:15:28
“明日、私の人生
は変わる！”
—トラン
トラン’s ヒーロー:
ヘン・ニー
次のページをご覧ください。
イラスト
JUEN TIEN

ヘン・ニー

ミスユニバース　ベトナム

幼いヘンニーは稲刈りや牛の放牧、豆拾いといった両親の手伝いをしていない頃は、ベトナムの中央高原にある故郷を探検するのが大好きでした。湖で泳いだり、斜面を滑り降りたり、色とりどりの鳥や蝶に囲まれた緑豊かな森で遊んだりしていました。

しかし、ヘンニーの家族が属するエデ族では、少女達は14歳までに結婚して家庭を持っているものです。両親は娘に同じようになることを期待しましたが、ヘンは望みませんでした。「私はたくさんの夢があって、夢に向って進まなければならなかったのです」と言いました。

そして彼女は村を離れ、都会で勉強するようになりました。母親は娘を大学に通わせるために貯金し、送金しました。ヘンも費用を稼ぐために、ベビーシッター、ハウスクリーニング、ウェイトレス、家庭教師、さらにはクリスマスツリーの飾りつけの仕事までしました。

卒業後、ファッションの華やかな世界を知り、モデル業を始めました。モデルとして成功すれば家族を助けられると思ったのです。ヘンはファッションについて懸命に学び、やがてファッションショーに参加したり、全国的なオーディションに出たりするようになりました。

2018年、ヘンはミス・ユニバースショーで、ベトナム人出場者として初のトップ5のファイナリストになりました。母親の提案で、ヘンはコンテストで得た賞金の全額を、ベトナムの中央部のある地方に図書館を建設するために使用しました。

ヘンは「少女達に成功するための手段が与えられれば、何も妨げにはならない」という信念のもと、女性の地位向上と少女の教育・識字率向上を支持し続けています。

1992年5月15日 生まれ

ベトナム

“ 何もないところから、
私はここにいる。私が
できるのだから、あなた
にもできるはずだ。”
— ヘン・ニー
VIETNAM
イラスト
MICHELLE D’URBANO

ヤシカ ー YASHIKA

女子教育プログラム　卒業生

そのむかし、あるところに恐怖に向かって空手チョップをしていた少女がいました。幼いヤシカにとって、学校へ行くのは容易なことではありませんでした。

街灯も歩道も、スクールバスもなく、時には危険な道もありました。両親は心配のあまり、通学をやめるように言いました。しかし、ヤシカは教育を受けることを決意したのです。ライフスキルの授業で自分の意見を主張することを学んだ彼女は、安全に通学する方法があるはずだと考えました。ヤシカはあきらめることなく、地域のリーダー達に支援を求め、彼らもまた耳を傾けてくれました。

ある日、ヤシカは女子のための護身術のクラスに参加する機会がありました。クラスの前に立っていた先生は、パワフルで強い女性でした。「先生にできるのなら、私にもできるはず」。翌日、ヤシカは参加申し込みをしました。

町の人達は、ヤシカとヤシカの家族をからかいました。「空手は男の子のスポーツだ」というのです。両親はやめるように言いましたが、ヤシカは冷静でした。「自信はすぐに身につくものではありません。少しずつついてくるものなんです。空手をすることで、どんな困難があってもあきらめないことが学べるのです」。気がつくと、彼女は大会で優勝していました。そして、また次々と。

数年後、ヤシカは列車に乗り込み、インド全国で競うSkyインド全国空手大会に出場するため、インド最大都市に行きました。そこで、かつて通学路を歩くのが怖かった少女が、個人で銀メダル、チームで金メダルに輝いたのです。

現在は、ファンから親しみを込めて"空手ガール "と呼ばれ、少女達の指導者として愛されています。

彼女は生徒達に、献身、集中、努力が夢を実現させること、そして空手が恐怖を吹き飛ばす助けになることを伝えています。

2003年 生まれ

インド

イラスト
TASNEEM AMIRUDDIN
“ 自分の状況や 環境
に関係なく、大きな
夢を持つこと。”
—ヤシカ
ヤシカのヒーロー：
アルニマ・シンハ
次のページをご覧ください。

アルニマ・シンハ

登山家

その昔、スポーツが大好きなインドの少女は、インドの治安部隊に就職するチャンスを行政の誤りによって脅かされないようにしようと決意していました。

ある日、彼女は治安部隊のオフィスに向かう列車の中で、泥棒に金の鎖を盗まれてしまいました。「私の体力のおかげで、彼らは手を焼いていました。でも、私は列車から放り出されたんです」とアルニマ は当時を振り返りました。

別の列車が彼女の左足を轢き、膝から下を粉々に砕きました。医師は彼女の足を切断し、義足をつけなければなりませんでした。アルニマ は命をかけて戦い、勝利しました。

骨は折れましたが決意は揺るぎませんでした。病床で彼女は、人々が自分を障害者としてしかみないことを経験しました。

アルニマ は、「そのような人々に言葉ではなく行動で答えよう」と、世界一高い山に登ることを決心したのです。退院するとすぐに、インド人女性として初めてエベレストに登った女性を尋ねました。バチェンドリー・パルはアルニマ にこう言いました。「あなたはすでに自分の中のエベレストを征服している。山に登るのは、世界にあなたが何者かを示すためだけだ」。

アルニマ は厳しい訓練を積み重ねました。登山の終盤、彼女は雪に覆われた骸骨を目にしました。「私達の体は、私達がどう考えるかによって動くのです」。アルニマ は言います。「私は自分の恐怖心をしっかりと把握し、死ぬという選択肢はないと私の体に伝えたのです」。ゆっくりと、そして着実に、アルニマ は登り続けました。一歩一歩が自信で満たされました。ついに52日後、アルニマ は世界の頂点に立ちました。彼女は酸素マスクをはずし、勝利の雄叫びをあげました。

それ以来、アルニマ は世界の6つの最高峰に登り続けています。彼女は切断手術を受けた女性として初めてこれらの山頂に到達し、日々、（障がい者に対する）認識への挑戦を続けているのです。

1989年7月20日　生まれ

インド

イラスト
SAMIDHA GUNJAL

“あなたの目標を忘れてはいけない”
—アルニマ・シンハ

ソーシャルモビライザー
（コミュニティメンター）
ルーム・トゥ・リード　メンター

ルーム・トゥ・リードのソーシャルモビライザーは、雪深いヒマラヤ山脈から、暑くて日差しが強い東アフリカの草原まで、遠く離れた場所で働いています。

歴史的に娘達への教育が重視されなかった社会で、子どものころから自分の道を進んできた彼女達は、今日、メンター、アドバイザー、友人、そして教師として活躍しています。

彼女達は、勇気をもち独創的な問題解決といったライフスキルを駆使して、コミュニティの少女達に貢献するキャリアを築き上げました。メンターとして人生の選択肢を見つめ、家族に教育の重要性を説き、政府に自分の権利を訴える少女を支援するなど、ソーシャルモビライザーは多くの少女にとって必要不可欠なロールモデルであり、支援者なのです。

タファティア は10代の頃、母親とオープンに話すことができず、自分の意見を言うこともできませんでした。それでも彼女は、女性を尊重し、自分の決断を尊重してくれる男性の友人を選んで育ちました。タファティア は今、ソーシャルモビライザーの仕事をしています。「今、私は少女達にオープンなコミュニケーションと、自分の意見を伝える方法を教えています」とタファティアは言います。リプロダクティブ・ヘルスとコミュニケーションに関する彼女のライフスキルのレッスンのひとつにより、ある少女が医療検査を受けるよう勧められ、その結果、彼女はHIV感染者であることがわかりました。

彼女の家族はそのことを隠していたのです。現在、彼女は病気を抱えながらも健康で自由に生活し、タファティア との活動で開発した強い発言

力により、オープンに語っています。両親の離婚後、祖母に育てられたソーシャルモビライザーのハピネスは、親と離れて暮らすことの苦しみを理解しています。彼女の教え子の一人が、自分の両親の離婚による精神的苦痛に対処するのに苦労していたとき、彼女はハピネスの指導とライフスキルのレッスンに安らぎを見いだしました。

「もし私にメンターがいて育っていたら、私の人生は大きく変わっていたでしょう。祖母から教わったのは伝統や文化的な慣習だけで、自分の気持ちを表現したり、10代を生き抜いたりすることについては何も教えてもらえませんでした」とハピネスさんは言います。

ソーシャルモビライザーのメガの母親は、自分が生まれたときはまだ学校に通っていましたが、退学せざるを得ませんでした。地域社会は若い母親に必ずしも優しくはありませんでしたが、母親はメガにもっと良い生活をさせようと決意していました。母親と祖母はメガを信じ、何としてでも学校を卒業させるよう応援してくれました。メガは、毎日3時間歩いて学校に通うのに、野生の動物をかわして通ったことも覚えています。

そして彼女は恐れるものがなくなりました。「私は、私が指導する少女達の忍耐力に

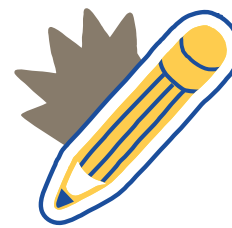
自分自身を重ね合わせています」とメガは言います。「彼女達が批判的に考えることを学び、自分の殻を破る手助けをすることは、とても楽しいことです」。彼女の最も誇らしい瞬間は、肌が黒いことを理由にいじめられていた少女が、「私は公平でありたくない、何も恐れない人間になりたい」と宣言した時です。

この本に登場する少女一人一人は、少女のヒーローに加えて、ソーシャルモビライザーが少女の人生で最も大切な人の一人であることを語っています。彼女達の活動は力強く、世界中のあらゆる年齢のREBEL GIRLS(社会に立ち向かう少女達)が互いに手を取り合って支え合えば、何でも可能になることを証明しています。

イラスト
TATSIANA BURGAUD

あなたの物語

あなたのポートレート



ルーム・トゥ・リードの１０個の重要なライフスキル

ライフスキルとは、私達が日々の生活の中でうまく課題に取り組み、決断を下せることができる、知識、物事に対する考え、能力の事で、それは、家庭、学校、仕事、大きなコミュニティー等あらゆる場所で活用することができます。下記にリストアップした、ルーム・トゥ・リードが注目するライフスキルについてもう少し詳しくみてみましょう。

- **1.自分に自信を持つ:** 一人の人間としてあなた自身の価値を認識する力、自分自身を信頼する力、そしてあなたは幸せな人生を送る価値があるという事に気づける力

- **2.感情の表現とコントロール:** 自分の感情を知る力、感情が思考や行動にどのような影響を及ぼすかを知り、そしてその事を他の人と共有できる力

- **3.他人の気持ちを理解する:** 他の人が経験した感情を理解出来る力、つまりは彼らが経験していることを想像し、温かい心で自分事としてとらえる事が出来る力

- **4.自己のコントロール:** どんな状況にあっても、自分の感情をコントロールして、適切にふるまう事が出来る力

- **5.建設的な考え方:** 様々な情報、意見、考えを見極めて、問題を色々な視点から考えることのできる力

- **6.決断を下す:** どのような結果になるかを一つ一つ注意深く考えて決断を下せる力

- **7.粘り強さ:** どんな困難に直面しても、目標を達成するために努力を続ける力

- **8.コミュニケーション:** 自分自身を相手に理解してもらう力、そして相手が話している事をよく聞き理解する力、つまり良いコミュニケーションとは、他の人としっかり話す事と他の人の話をしっかり聞くことの両方ができる事

- **9.創造的な問題解決:** 一つの問題について、想像力を働かせたり、可能な解決策を見つけ出したりすることが出来る力

- **10.人間関係を築く:** 他の人との人間関係を健康的で前向きに保つことができる力、そのような関係を新たに築くことができる力

ライフスキルを理解してみましょう

この中のライフスキルのうち、今のあなたにとって最も役立つと思ったものをいくつか挙げてみましょう。なぜそう思ったのでしょう？

この中のライフスキルのうち、今のあなたの強みだと思うものはどれでしょう？

この中のライフスキルのうち、あなたが最も伸ばしたい、または強みにしたいと思っているものをいくつか挙げてみましょう。またその理由はなぜでしょう？

ライフスキルについて調査してみましょう

タンザニアのデヴィーナ、バングラディッシュのKeya、そしてカンボジアのセンホーン、彼女達の物語はそれぞれ異なるものでしたが、ライフスキルをうまく活用し、困難を乗り越え、物事を良い方向へ変えていきました。

この3人がそれぞれのお話の中で発揮していたライフスキルで共通するものはどのようなものでしょうか？

この3人がそれぞれのお話の中で発揮していたライフスキルで他の人とは異なるものはどのようなものでしょうか？

この3人は、どのようにしてこれらのライフスキルを伸ばして行ったでしょうか？それぞれの人生において、彼女達を応援してくれたのは誰でしょうか？

あなたのヒーローは誰？

今まで読んできた少女達には、ヒーローや信頼できる人(師)がいました。あなたにとってのヒーロー、信頼できる人（師）は誰でしょうか？その人の絵を下に描いてみましょう。そして、あなたがその人について最も素晴らしいと思う点を3つ絵に書き添え、完成した絵を友達や家族に見せてあげましょう。

あなたのヒーローに インタビューしてみましょう

ロールモデルや信頼できる人（師）はあなたの周りにいます。そのような人は、ただ有名または公的な人という事ではありません。自分の家族、学校、地元のコミュニティーにいるかもしれないのです。身近な女性のロールモデルや信頼できる人（師）を見つけて、その人をもっとよく知るためにインタビューしてみましょう。

次のような質問をしてみましょう：

- どのような夢や目標を達成してきましたか？
- それを達成するために、どんなスキルが役に立ちましたか？
- 若い女性にむけて、困難を克服するためにどんなアドバイスを送りますか？

私のインタビューメモ：

“どんなに困難でも、
とにかくやるのよ！”

– メングホーン　カンボジア

“立ち上が
全てのチャンスを
得るために。”

– ネオ　南アフリカ

“ どんな時でも、どんな
環境にいても夢をあき
らめないで。”

– ヤシカ インド

力強い格言

この本に登場する女の子達、そして彼女達のヒーロー達は皆、自分の人生経験や他の人へのアドバイスについて、力強い格言を語ってくれました。もし、あなた自身の格言を他の人に伝えるとしたら、それはどんなものですか？

私の格言

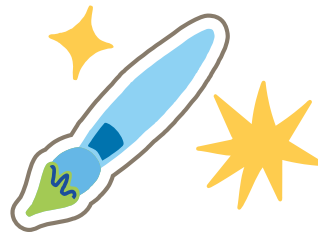
変革のためのアイデア

ポジティブな変化は、大小さまざまな方法で起こります。あなたやあなたの地域の人達に影響を与える重要な問題で、取り組みたいことがあるけれども、何から始めればいいのかわからないというものはありませんか？どのようにしたら変化を起こせるか、以下のアイデアをご覧ください。

- **そのことついて話しましょう。**仲間や先生、家族とその問題について話し合い、なぜその問題が自分にとって重要なのかを共有しましょう。自分の考えや気持ちを共有することは、その問題に対する認識を高めるための素晴らしい第一歩です。そして、自分と同じように感じている人が他にもいることを知ることができるかもしれません。

- **署名集めを始めましょう。**あなたの問題提起を支持する人達から署名を集めましょう。集まった署名は、多くの人がその問題を自分にとっても重要だと考えており、変化を支援したいと考えていることを示すことができます。

- **手紙や作文を書きましょう。**あなたの考えをすべて紙に書いてください。その問題、それが自分や他の人にどのような影響を与えるか、何を変えるべきだと思うかについて書きましょう。この手紙や作文を、先生や地元の新聞社、地域のリーダーと共有しましょう。



選出された委員やリーダーと話しましょう。この問題を地元の代表者に訴えましょう。会議に出席したり、地域社会や選出された指導者に、なぜその問題に取り組む必要があるのかを直接話してください。意思決定を行う影響力や権威を持つ人々に問題を提起することは、あなたの声を届けるための重要なステップとなります。

何かアートで表現しましょう。問題意識を高めるために、その問題について絵を描いたり、塗ったり、デザインしたり、振り付けをしたりしましょう。ポスターを作る、壁画を描く、ダンスをする事や、視覚的な素材やストーリーテリングは、人を引きつける魅力があり楽しい方法です。

友達やクラスメートを集めましょう。あなたが問題の一部に取り組むことをサポートしてもらえる友人や仲間を集めましょう。より多くの人が関わることで、より多くのサポートを得ることができます。

行動を導く

世界中で、あなたのような女の子達が、リーダーシップを発揮しています。本書に登場する女の子や女性の多くは、逆境や困難を乗り越え、その過程で前向きな変化を起こしています。彼女達は問題を解決し、自分や他の人の状況を改善するために行動を起こしました。あなたが行動を起こすきっかけは何ですか？

あなたの地域の学校やコミュニティで、改善したり、変えたりすることができる問題を1〜2個思いつきますか？

この問題に対処するために、まずどのようなことが考えられますか？

作者・イラストレーター

MARTHA ADAMS アメリカ合衆国の著名なマルチメディア・ストーリーテラーです。アメリカ合衆国の著名なマルチメディア・ストーリーテラーで、男女共同参画に焦点をあてています。10, 14, 34, 46

AVERY GIRION アメリカに住む受賞歴のある作家で、コメディ、テレビ、そして女性に焦点を当てたストーリーをこよなく好みます。6, 18, 42, 50
AIMEE MORALES 詩とノンフィクションを書きます。フィリピンのフリーランス・ライターズ・ギルドの創設者であり、作家の権利の熱烈な擁護者でもあります。12, 20, 24, 44, 48

ANURADHA SHARMA チャーミングで面白く、アクション満載の物語を書くネパール出身の作家で、数々の賞を受賞しています。彼女の最新作は、ガーディアン誌のベストブックに選ばれています。16, 22, 26, 42, 52

LORATO TROK 南アフリカ出身の児童文学作家で、本物のアフリカの物語を伝えることに重点を置いています。また、編集者、翻訳者、出版者としての経験も豊富です。8, 28, 30, 32, 38, 40, 54-55

世界中から集まった25人の素晴らしい女性アーティストとノンバイナリーのアーティストが、この本の肖像画のイラストを描いています。以下は、彼女達の名前です。

ANNALISA VENTURA, **タンザニア**, 表紙
NICOLE KAMBI, **タンザニア**, 7
TYLA MASON, **南アフリカ**, 31
ANDINA SUBARJA, **インドネシア**, 9
ANOVUYO MALI, **南アフリカ**, 33
KATHERINE AHMED, **アメリカ合衆国**, 11, 15
BANDANA TULACHAN, **ネパール**, 35
MONTSE GALBANY, **スペイン**, 13
DALILA ROVAZZANI, **イギリス**, 37
NABILA ADANI, **インドネシア**, 17
KASIA BOGDANSKA, **ポーランド**, 39
HANNAH PECK, **イギリス**, and BONNIE TAYLOR DEBORA ISLAS,**ブラジル**, 41
FORSYTH, **オーストラリア**, 19
SONIA LAZO, **エルサルバドル**, 43
SARAH SAIYARA,**バングラディッシュ**, 21
MICHELLE D'URBANO, **ザンビア**, 45, 49
JOANNE DERTILI, **イギリス、ギリシャ**, 23
JUEN TIEN, **ヴェトナム**, 47
KRIS DURAN, **ベネズエラ、アメリカ合衆国**, 25
TASNEEM AMIRUDDIN, **インド**, 51
KATHRIN HONESTA, **インドネシア**, 27
SAMIDHA GUNJAL, **インド**, 53
JANET PAGLIUCA, **ベネズエラ**, 29
SAMIDHA GUNJAL, **インド**,535

ルーム・トゥ・リードについて

ルーム・トゥ・リードは、「子どもの教育が世界を変える」という信念に基づき、2000年に設立されました。すべての人が文字を読むことができる世界、また、男女が平等に扱われる世界を目指して活動を行っています。この目的を達成するため、子どもの教育において最も重要な2つの期間、初等教育で子ども達が識字能力を身につけることと、中等教育で少女達が教育を受けられるようにすることを支援しています。

識字教育プログラムでは、教師のトレーニングおよび指導を行い、質の高い本や教育用の教材を作成します。そして、図書室を設立し、現地の言語で書かれた様々な児童書を所蔵します。子ども達は、学校や家で図書室の本を楽しむことができます。

女子教育プログラムでは、少女達が学業で成功をおさめられるように、また、人生において重要な決断をできるように、ライフスキルを身につけられるカリキュラム、メンターシップやピアサポートの機会、家庭や地域への働きかけを提供しています。

私達は、地域の物流インフラ、放送メディアネットワーク、インターネット技術を活用してリモートソリューションを提供し、教室外での学びを促進しています。ルーム・トゥ・リードは現地コミュニティ、パートナー団体や政府と協力して、革新的なモデルを試し、また、実装しています。このモデルは地域の教育システムに統合可能であり、多くの子ども達にポジティブな結果をもたらしています。現在までに、ルーム・トゥ・リード は3,200万人以上の子ども達への援助を行いました。また、49,000以上のコミュニティ、そして、バングラデシュ、カンボジア、グレナダ、ホンジュラス、インド、インドネシア、イタリア、ヨルダン、ラオス、ミャンマー、ネパール、パキスタン、フィリピン、ルワンダ、南アフリカ、スリランカ、タンザニア、ウガンダ、アメリカ、ベトナム、ザンビアを含む21以上の国での活動を行っています。ルーム・トゥ・リードは2025年までに4,000万人以上の子ども達への支援を計画しています。

詳細はこちらから japan.roomtoread.org

REBEL GIRLSについて

Rebel Girlsは、グローバルに展開しているマルチプラットフォームなエンパワーメント・ブランドです。コンテンツ、体験、製品やコミュニティを通じて、最も勇気と自信に満ちた少女達の世代を育成することを支援しています。Rebel Girlsは国際的ベストセラーの児童書から始まっており、歴史、地理、分野を問わず、実在の素晴らしい女性達の物語を広く伝えています。

自分はRebel Girlsだと思う人々のコミュニティは2,000万人にのぼり、100以上の国へ広がっていることを受けて、ブランドは本のシリーズ、プレミアアプリ、イベント、販売等に関してジェネレーション・アルファと契約しています。現在までに、Rebel Girlsは800万冊以上の本を49言語で販売しました。また、1,800万人のデジタルオーディオリスナーがいます。Rebel Girlsは、ニューヨーク・タイムズ紙のベストセラーリスト、2022年のアップル・デザイン・アワードのソーシャルインパクト部門受賞、ウェビー賞の家族＆子ども部門と教育部門の複数受賞、コモンセンス・セレクション、アイハートラジオのポッドキャストへのノミネート等、多数の賞を受賞しています。

Rebel Girlsのコミュニティに参加しませんか?

- Web: rebelgirls.com
- Facebook: facebook.com/rebelgirls
- Instagram: @rebelgirls
- Twitter: @rebelgirlsbook
- Podcast: rebelgirls.com/podcast

この本を気に入ったらレビューの投稿をお願いします。どのプラットフォームからでも歓迎です!

ルーム・トゥ・リードとREBEL GIRLSのパートナーシップについて

男女平等な世界を目指して活動している女性CEOの二人が出会った時、創造性に火が付き、驚くべき結果をもたらしました。このコレクションのアイデアは、ルーム・トゥ・リードのCEO、ギータ・ムラリ博士と、Rebel Girls CEO、ジェス・ウルフがネットワーキンググループで出会ったことから始まりました。二人はすぐに、たくさんの共通点に気が付きました。二人とも、若い女性達が自分の夢に手を伸ばす勇気を持てるように応援する組織を率いていました。また、二人とも、物語を伝えることには特別な力があると知っていました。物語の力は世界の見え方を変え、歴史を変えていくのです。

ギータとジェスの二人は、脚光をあびることは少ないけれど、自分達とその未来のために声をあげ、常に素晴らしい勇気を行動で示している若い女性達の物語を紹介するため、パートナーシップを開始しました。このパートナーシップのもと、ルーム・トゥ・リードは女子教育プログラムの参加者の実話を集めます。彼女達は、ライフスキルを使って膨大な障害を克服し、自分自身、自分の家族やコミュニティに対してポジティブな変化をもたらしています。そして、Rebel Girlsは、その強力なメディアチャンネルを使って、彼女達の物語を出版するのです。そのことにより、想像力をかき立て、内省を促し、すべての少女達が持つ内なる強さにさらに力を与えるような物語を、世界中の少女達に届けています。

この本は、2つの組織によりクリエイティブなコラボレーションの一環です。短編集は多くの言語に翻訳され、ルーム・トゥ・リードの女子教育プログラムへも取り込まれています。このコラボレーションは、少女達が自分自身の力を発見し、紙面上、あるいは実際に会うことでロールモデルを得た時に起こる魔法を強調する、今後も続いていく先駆的なアンソロジーの第一章にすぎません。