

資料 キルギス共和国カラコル市の学校教育と体育支援活動

斎藤千愛¹⁾・笹瀬雅史²⁾

1) JICA 海外協力隊 2019 年度 2 次隊 2) 山形大学地域教育文化学部

2019 年 12 月～2020 年 3 月の 4 か月間、JICA 青年海外協力隊の体育隊員としてキルギス共和国カラコル市に派遣され、学校教員として体育授業支援の活動を行った。中央アジアに位置し、旧ソビエト連邦の崩壊後に独立した国家である。現在も、政治経済、工業、教育面においてロシアとの関係は深い。配属先はカラコル市の農村部にある 1 年生から 11 年生まで通う小中高一貫校である。教育はキルギス語で行われる。ホームステイ生活をし、住民の生活や学校教育、体育教育の現状を調査した。農村部では牧畜など農業を主とし、住民は親戚が固まって暮らしている。仕事の種類が少ないため夏季はロシアへの出稼ぎに行く男性が多い。体育教育では、教員配置が少なく、体育の目的や内容が不明確である。施設や体育用具などハードウェア面を整備していくこと、体育教員の資質の向上、教科としての体育の明確化が課題であり、日本からの体育授業支援が重要であることを指摘した。

キーワード：JICA 海外協力隊、キルギス共和国、学校、体育、支援活動

1. はじめに

本稿の目的は、JICA 青年海外協力隊の一員として派遣されたキルギス共和国（以下、キルギスと記す）の教育事情と学校体育支援の実践を報告し、国際協力活動における日本のスポーツと学校体育の可能性と課題について問題提起を行うことである。

斎藤は、大学 1 年次に青年海外協力隊員の講演を聞いたことがきっかけで開発途上国での活動に興味を抱いた。大学卒業と同時に青年海外協力隊に採用された。研修を終えた後、2019 年 12 月にキルギスに体育隊員として派遣された。着任後、キルギス東部の村にホームステイをしながら、村にひとつある小中高一貫校に勤務した。大学 4 年次に短期のスタディツアーでカンボジアに滞在経験があるが、海外での本格的な生活は初めてである。そこでの生活や学校での体育教員としての体験はすべてが新鮮であった。また、日本での高度に文明化された社会生活や、長い歴史をへて洗練された学校教育と比較して、毎日のように考える材料があった。

現地滞在して 4 か月が過ぎた 2020 年 3 月、世界に拡大した新型コロナウイルスの影響のために、緊急帰国をすることになった。ここで、約 4 か月の体験と教育実践をもとに、日本では報告例の少ないキルギスの教育事情について紹介する。

2. JICA における体育隊員・スポーツ隊員の仕事とは

まず、JICA の仕事について説明しておく。JICA は、独立行政法人国際協力機構の略称であり、ODA を一元的に行う実施機関として開発途上国への国際協力を行っている機関である。そのひ

とつの事業として JICA 海外協力隊がある。JICA 海外協力隊（青年海外協力隊およびシニア海外協力隊がある）は、現地の人びとと共に途上国の課題解決に取り組むことを目的としている。

JICA 海外協力隊の仕事には、9 の分野があり、120 以上の職種がある。体育やスポーツは、人的資源の分野に該当し、現地において人材を育てることがミッションである。体育隊員とスポーツ隊員がある。

体育隊員の活動形態には以下の 3 つがある。①小・中・高校の体育の授業や改善の助言、指導書や教材の作成、課外活動、運動会の開催支援。教員養成校での授業支援や助言。②教育省やスポーツ局でのカリキュラム改訂や研修会実施。③地域の保健局やスポーツ局での障害者や住民へのスポーツ啓発活動支援、である。

スポーツ隊員の活動は、省庁のスポーツ局に配属され、貧困層の青少年の育成、練習環境の改善、現地指導者の指導力向上、競技人口の拡大がある。あるいは、競技団体やオリンピック・パラリンピック委員会に配属されてジュニア選手やナショナルチームを指導する場合がある。近年では、障害者スポーツや女性スポーツなど、スポーツを通じた共生社会の実現に向けて支援活動する隊員もいる¹⁾

3. キルギス共和国について



図1 キルギス共和国の位置²⁾

(1) 自然と地理

キルギスは中央アジアに位置していて、中国・ウズベキスタン・カザフスタン・タジキスタンに囲まれた国である。面積は 19 万 8500 平方キロメートルと日本の約半分であり、人口は 620 万人。首都はビシュケク、キルギス語が国語であり、公用語としてロシア語が話されている。イスラム教宗派が 75% を占めている。

主要産業として農業、畜産業があげられる。農業の中でも綿花やタバコの栽培が活発である。地方では多くの家で馬や牛、ニワトリなどが家畜として飼われているのが一般的である。国内に砂漠は存在せず、イシクル湖という湖がある。イシクル湖は、長さ 182 km、幅 60 km であり、面積は 6,236 km² で、琵琶湖の約 9 倍の大きな湖である。首都ビシュケクの年降水量は 450 mm、平均気温は 1 月に -20℃、7 月に 30℃ である。日本と同じように四季があるが、春と秋の期間が極端に短い。地域によっては冬の最低気温が -30℃ になるところもある。

GDP は 84.6 億ドルであり、1 人当たり GDP は 1,323 ドル、経済成長率は 4.5% である。経済はロシアへの出稼ぎ労働者からの送金に大きく依存している³⁾。

(2) 歴史

キルギスの主要民族であるキルギス人は、かつては遊牧生活を営んでいた。しかしソビエト連邦（以下、ソ連と記す）時代に強制的な定住がすすめられ、1926 年にはキルギス自治ソビエト社会共和国に改称するなど、ソ連時代にロシアの影響を大きく受けることになる。その後、ソ連崩

壤により、1991年に独立、1993年5月に国名をキルギス共和国に変更した。

キルギスは1991年に独立したものの、ソ連時代に受けたロシアの影響が今でも国づくりに大きく関わっている。首都ビシュケクでは、ほとんどの人がロシア語を話す。また、ロシアに出稼ぎに行くことで生活を維持している家庭も多い。このように独立後30年の国づくりから現在にかけても、ロシアへの依存度はかなり高いことが分かる。

(3) 日本とキルギスの関係

キルギス人と日本人は同じ民族であり、魚が好きな人々が海を渡って日本へ行き、肉が好きな人々はキルギスに残ったという話はキルギスでは有名な伝説である。この話が本当かどうかは解明されていないが、まんざら嘘でもないと思われるほど日本人とキルギス人はよく似た顔立ちをしている⁴⁾

また、キルギスは親日国家であり、「日本から来た」というと、笑顔で対応してくれる。日本人にとってはキルギスの認知度は高いとは言えないが、それとは裏腹にキルギス人の日本の認知度は高い。

(4) キルギス伝統のスポーツ



図2 コクボル⁷⁾



図3 クズクーマイ⁸⁾

キルギスでは伝統スポーツとして馬に乗って行うスポーツが多くみられる。

①コクボル

馬に乗りながら行うラグビーのようなスポーツである。ボールはヤギの頭を落として、胴体の部分に砂を詰めて紐で縛ったものを使う⁵⁾。

②クズクーマイ

男女が1対1で直線200～300mを馬で追いかけて合うスポーツである。はじめは男性が女性を追いかけて、とらえると抱き寄せ、キスをする。次に女性が男性を追いかけて、とらえると鞭でひっぱたく。この競技は民族衣装の正装で行われる⁶⁾。

(5) キルギスの伝統料理

キルギスの食文化は、ナンと呼ばれるパンを主食とし、羊肉を用いた料理が主流である。また、家庭では牛乳を加工して多様な乳製品が手作りされている。かつての遊牧生活では強さとエネルギーを多く必要としたので、日常生活でよく食べる羊肉の他に牛肉、馬肉、鶏肉などを使用した料理が一般的である。キルギスの冬は厳しく作物が実らないため、夏の間には大量の保存食を作って冬に消費するといったサイクルで生活を営んでいる⁹⁾。

キルギスでは祝いごとなどの際に、ベシバルマックを用意する。

①ベシバルマック

祝いごとの際には必ず宴会の最後に振舞われるキルギスの代表的な伝統料理。茹でた麺と細かく刻んだ羊肉を混ぜたものである。「ベシ」はキルギス語で「5」、「バルマック」はキルギス語で「指」という意味であり、元々は5本の指でこの料理を食べていたことからベシバルマックという名前が付いたと言われている。

②トイ（祝いごとの集まり）

キルギスではよく親戚や同僚などのお客さん呼び、テーブルいっぱい並べた食べ物でおも

てなしをする。



図4 ベシバルマック



図5 トイ（祝いごとの集まり）

(6) 教育制度

表1 キルギス共和国の教育制度¹⁰⁾

教育委員会・教育担当	キルギス共和国・科学省
学校年度	1～4年生(小学校相当), 5～9年(中学校相当), 10～11年生(高等学校相当), 5～4年(大学)
義務教育期間	6～14歳または7～15歳(小学校相当4年および中学校相当5年)
学校年度	9月1日～8月31日(実際の授業は4学期制の場合は5月25日)
学期制	1学期(9月1日～10月31日), 2学期(11月8日～12月28日), 3学期(1月9日～3月31日), 4学期(4月1日～5月25日)

キルギスの教育制度は1～4年生(小学校相当), 5～9年生(中学校相当), 10～11年生(高等学校相当), 大学は4～5年間となっている。その中で, 義務教育期間は1～9年生の9年間である。学校年度は秋入学の9月1日からであり, 6～8月の3か月間は長期の夏休みとなる学校がほとんどである。また, キルギス語で授業を行う学校とロシア語で授業を行う学校がある。

表2 キルギス共和国の学校教育における在籍率¹¹⁾

教育段階	年	在籍率(%)
就学前教育	2014	25
1～4年生	2014	108
5～9年生	2014	91
10～11年生	2013	47

キルギスの教育段階における在籍率は1～9年生は9割を超えている。ここでいう在籍率とは, 通常の年齢よりも早いまたは遅い入学や留年等を理由とする該当年齢以外の在籍者を含む。

就学前教育は, 自由意思に基づくが, 有料のためうけられない児童も多い。その児童は, 義務教育前の準備として, 国立初等学校で4ヶ月間(240時限)の事前教育が無料で受けられる。義務教育期間である9年間は就学率が高いが, 統一的な指導要領が定まっておらず, 学校によりカリキュラムに差がある。さらに, 慢性的貧困のため, 義務教育ですら就学できない, または農耕期は学校にいけない児童もいる。また, 予算不足により, 学校施設の不足, 設備の劣悪さ, 教科書等の不足, 教員不足が著しい。学校の絶対数不足のため, 多くの学校で午前と午後の二部制が採用されている。

4. 任務地カラコル市ケルゲタシュ村

(1) カラコル市ケルゲタシュ村

任務地は、カラコル市のケルゲタシュ村という村落地区である。キルギスは7つの州に分けられる。の中で最も東部に位地するのがイシクル州である。カラコル市はイシクル州の東端部に位置している。

カラコル市はキルギスの人口第4位の都市である。標高1720mに位置する高原都市である。自然環境に恵まれ、トレッキングや温泉、スキーが楽しめることから、外国人観光客が多く訪れる都市である。冬の寒さは厳しく、1月の平均気温は -13.2°C 、夏は冷涼で最も暑い7月の平均気温は 15.9°C である。

ケルゲタシュ村は中心部のカラコルの東、自動車で30分のところにある。途中、カラコルから自動車で20分のところにアクスー村という大きい村がある。そこからさらに東に向かって10分走るとケルゲタシュ村に着く。

ケルゲタシュ村は、自然が豊かで空気がきれいな土地である。村には小さい商店が2軒ある。病院やスーパーはないので、隣のアクスー村まで行く必要がある。自動車を所持している人は少なく、基本的な移動手段は乗合タクシーである。また、マルシュルトカと呼ばれるミニバスがある。カラコル～アクスー村間には多くのミニバスが通っている。しかし、アクスー村～ケルゲタシュ村までの便は1時間に1本である。



図6 カラコル市の位置^{1,2)}



図7 ケルゲタシュ村の位置^{1,3)}

(2) 村でのホームステイ生活

①ホームステイ先での生活

ケルゲタシュ村で暮らした2か月間は、ホームステイをしていた。家族の一員として生活し、仕事に出た。初めて見たり聞いたりすることばかりであった。現代の文明化された日本と異なり、そこには、昔の暮らしを想像させるような生活場面が数多く見られた。

滞在した時期は、1月～3月の冬の季節であった。1日は、朝に薪ストーブをつけることから始まる。昼はそれぞれ仕事に出る。夕食は、家族全員が帰ってくるのを待ち、全員で一緒に食べる。真冬でも板一枚で囲まれているトイレを使う。家畜としてニワトリや羊を飼っている。

子どもたちはソリやスケートが大好きで、夜の22時頃まで急な坂道で遊んでいる。勤務先の学校でも、子どもたちから「先生、今日の夜、一緒にソリに乗ろうね」と誘われた。ソリの他に子どもたちの遊びとして、親が持っているスマートフォンで遊んでいる姿をよく見かけた。

村での仕事は、牧畜、教師、車の運転手が主なものである。教師や運転手は給料が安い。そのためか、ロシアに出稼ぎに行っている男性が数多くいる。また、野菜や果物などを自給自足している家庭が多い。秋には、きびしい冬に向けて保存食となるサラダやジャムを大量に作る。

キルギス人は、誕生日や結婚式、お祝いの日で大規模なパーティーから小規模の集まりまで、

人々との繋がりや関係を大切にし、それを楽しんでいる姿が印象的であった。それとは裏腹に、仕事が少ないうえに給料が安いなど経済的に厳しい家庭が多く見られた。

②家事役割分業とおもてなし文化

男性と女性の家庭における役割分業がみられる。たとえば、食文化に関して、料理やお茶を入れることは女性の役割である。キルギス特有の巨大パンや肉料理を細かくちぎったり、切ったりすることは男性の役割である。家庭の仕事に関して、家畜の世話、薪割り、薪ストーブの管理は男性の役割であり、掃除や洗濯、皿洗いは女性の役割である。女性の役割は小学生や中学生の女の子も一緒にしている。これらが固定されているようだ。

家族に関しては、子どもが多く、5人兄弟、6人兄弟は普通である。結婚後も両親の近くに住むことが多いため、親戚の家が徒歩圏内に多くある。これは「キルギスでは家族を大切にしているからだ」という話を聞いた。

また「おもてなしの文化」というべきものがある。家によくお客さんを招き、テーブルいっばいに並べた料理でもてなしをする。急にお客さんが来ることも日常的にあり、必ずお茶とパンなどを出す。招いた客をもてなすというだけでない。道を歩いていると、「家に入って」、「来て来て」と近所の人に声をかけられ、家に上がりこんでお茶を飲んで話をすることも多い。挨拶をする際には「おはよう。調子はどう？元気？」と、相手を思いやる言葉を欠かさない文化がある。

(3) アリシュパエフ学校に勤める

①アリシュパエフ学校

配属先のアリシュパエフ学校は小中高一貫校で、ケルゲタシュ村にある唯一の学校である。教員数は30歳代~60歳の約40名である。その中で男性教員は2名であり、女性教員が多い。また、生徒数は約750名である。1クラスは30名前後である。

キルギスには、キルギス語で授業を行う学校とロシア語で授業を行う2種類の学校がある。アリシュパエフ学校はキルギス語で授業を行う学校である。隣のアクスー村にはロシア語で授業を行う学校とキルギス語で授業を行う学校があり、どちらも大規模校である。そして設備や教育環境がより充実していることから、ケルゲタシュ村からアクスー村の学校へ通っている生徒もいる。

学校は2階建てである。学校設備として、教室が13部屋、職員室、校長室・事務室、図書室、体育館、グラウンド、音楽室、ダンス室、食堂がある。トイレは屋外に1つだけある。トイレトペーパーは備えてなく、自分で持っていくか、ノートの紙切れなどを使っている。

学校の目の前に小さい商店があり、筆記用具やお菓子などを売っている。生徒たちはしばしば店に行き、お菓子を買っている。



図8 アリシュパエフ学校の入り口



図9 職員室

②生徒の学校生活

生徒はリュックを背負って登校する。制服があるが、すべて同一ではなく、若干の違いが見られる。登校は徒歩であり、30分以上歩いてくる生徒もいる。1人で歩いてくる生徒もいれば、近くの友だちと一緒に複数名で登校する生徒もいる。登校してくる時間はそれぞれだが、1時間目開始の8時には間に合うように教室に入っていた。授業間の休憩は5分~10分間であるが、時間通りに授業が始まることはほとんどない。昼食の時間は確保されていない。低学年の生徒は午前

中に食堂で軽食をとっている。

1年生と7～11年生が午前の部、2～6年生が午後の部である。授業時間は1コマ45分であり、午前の部・午後の部それぞれ6時間目までである。体育は週に2回ある。

表3 アリシュパエフ学校の授業時間

時限	午前の部	午後の部
1	8:00～8:45	13:30～14:15
2	8:50～9:35	14:20～15:05
3	9:40～10:25	15:10～15:55
4	10:35～11:20	16:05～16:50
5	11:25～12:10	16:55～17:40
6	12:15～13:00	17:45～18:30

表4 8年生の時間割

	月	火	水	木	金
1	歴史	キルギス語	図工	キルギス語	歴史
2	数学	体育	数学	数学	物理
3	外国語	数学	外国語	生物	科学
4	キルギス語	OIBT	キルギス語	体育	生物
5	物理	科学	文学	地理	ロシア語
6	ロシア語	キルギス語	ロシア語	OIBT	地理

③教員

教員は、基本的に自分の授業がある時間までに出勤し、授業が終わったら退勤している。昼食は、食堂で出される軽食を食べたり、家が近い人は家に帰ったりしている。職員室はあるが、授業間の休憩時間に利用する程度で、授業が始まると誰もいなくなる。職員室の他に、図書室も同じような使い方をしているようであった。指導する時は、竹の棒で生徒の足を払ったり、怒鳴ったりする光景がみられた。生徒たちが掃除をする時間はなく、清掃員として働いている人が行っている。

(4) 体育の現状と授業実践

①体育授業の現状

アリシュパエフ学校に配属された最初の2週間、授業の実態を知るために見学を中心に行った。

授業が定刻の開始時間になっても始まらない。授業が始まる時間に体育館に行っても、誰もいない。体育館のドアが施錠されたままであることも普通である。

定刻より10分～15分遅れて先生や生徒が体育館に集まり、授業が始まる。最初に生徒たちが準備運動を行う。クラスの代表者1名が前に出て進行していた。その内容は、各部位を回す、腕を広げる、足をあげるなど、3分間程度であった。すべての学年の授業で毎時間行っていたことから、習慣として身につけていることがわかった。

準備運動後は、チーム分けをして、先生がボールを一個与える。そしてバスケットボールのゲームがスタートし、授業終わりの鐘が鳴るまで続けられる。先生はボールを与えた後はどこかへ

行ってしまう。5年生～8年生は、ほとんどの生徒がゲームに参加する。しかし、9年生～11年生では、やりたくない生徒は体育館の端に座って話をしたり、教室に戻ったりしていた。



図10 授業開始後の準備運動



図11 1週間で変形したボール

同僚の体育教員は、本来は社会科の専門である。しかし、2年前に当時の体育教員が退職したので、仕方なく体育を教えている。体育の専門でないこともあり、「体育の知識が全くないから教えてほしい」というていた。

学校にある体育用具は、バスケットボール2個、バレーボール1個、卓球台1台、ピンポン玉1個、卓球ラケット1セット、フラフープ4個、縄跳び10個程度である。体育用具が極度に少ない。さらに用具の使い方が悪いため、新しいボールもすぐに破損してしまう。

キルギスの学校体育では、体育で身につく力、体育の必要性や素晴らしさを、指導する教員自身が十分に理解できていない、または普及されていないのが現状である。しかし、子どもたちは身体を動かすことに楽しさを感じ、スポーツは身体を丈夫にしてくれるという認識がある。

②授業実践

これらの授業の現状から、授業の目的が見えないこと、計画がないこと、運動内容が限定的であることの3つの問題点があきらかになった。そこで、授業目的の明確化、授業計画の立案、多様な運動の紹介をコンセプトとした授業を立案・実践した。以下は、その一部の記録である。

表5 3月の授業計画表

時	アップ内容	バスケットボール活動の目標
1	しっぽ取り	色んなパスをしてみよう
2	人間知恵の輪	速いパスをしてみよう
3	手つなぎ鬼	色んなドリブルをしてみよう
4	へび鬼ごっこ	ドリブルとパスを組み合わせよう
5	フラフープくぐり	シュートのポイントを理解しよう
6	1～5の中で好きなゲーム	レイアップシュートをしてみよう

表6 授業実践の記録

授業の内容	<ul style="list-style-type: none"> ・準備体操 ・フラフープくぐり ・シュート練習…膝を使う，バックボードの四角を狙うことを意識させる ・バスケットボールのゲーム
生徒	<ul style="list-style-type: none"> ・すぐにやり方を覚え，楽しんでやっていた ・ずるをする生徒もいた ・シュート練習では，ポイントを意識して行う姿が見られた ・なかなかうまくシュートできない人に教えてあげる人と，笑う人がいた ・ボールが2つ，バスケットゴールが2つしかないため，待ち時間が長かった ・シュート練習の途中から，「いつゲームするの?」「早くゲームしたい」と言い出し，だんだん練習に飽きてきた
同僚	<ul style="list-style-type: none"> ・私の授業計画に沿って授業しようとしていた ・私が女子，同僚が男子を指導した ・2つのポイントを押さえて指導していた ・難易度の高い位置からのシュートをさせていた
用具	<ul style="list-style-type: none"> ・バスケットボールが2つ（1つは使えるが，もう1つはボロボロ）

③授業の成果と反省

明確な成果が2点あった。フラフープくぐりは初めての運動であったが，すぐに理解し，楽しむことができた。シュート練習では2つのポイントを何度も強調したことで，意識してシュートを打つようになった。

課題として，ボールが2個しかないため，待ち時間が長く，運動量が少なかった。さらに，1名ずつ行うことになるため，苦手な生徒がやりたがらなかった。シンプルな活動ばかりになってしまい，活動の幅を広げることが難しかった。用具が少ない中で，楽しみながら技能を高めるための方法を検討する必要がある。

生徒にとって体育の授業は「バスケットボールをする」「遊び」という認識が強く，学習意識が薄い。

ボールの扱いが悪く，ボールを足で蹴り，遠くから全力で投げて壁にぶつけていた。用具の扱い方を教えなければならない。

④提言

実践を踏まえて，「体育の必要性を認識させること」，「多様な活動を紹介すること」の2点を提言する。1点目について，「体育はなぜ必要であるのか，どのような目的で指導すべきか」を理解していない教員が多い。まず，体育の必要性を明確に認識することが，適切な指導法や良い授業づくりにつながると考える。具体的に，文章で伝える方法，スライドで伝える方法，セミナーを開催する方法が考えられる。

2点目について，「多様な活動を取り入れたいが，やり方がわからない」という声を聞いた。授業を一緒に行いながら，多様な活動を紹介したり，簡易版の指導要領を作成するなど，教員の引き出しを増やす支援が必要と考える。

5. おわりに

JICA 青年海外協力隊の一員として派遣されたキルギスでの学校体育支援の実践から，以下の点が明確になった。キルギスの学校体育の現状から，専門の教員配置が少ないこと，体育の目的や内容が不明確であること，施設や体育用具などハードウェア面が不十分なことが課題としてあげられる。このことから，体育の施設や用具を充実させること，体育教員の養成と資質を向上させ

ること、教科としての体育の目的や内容の明確化が必要である。

しかし、開発途上国のキルギスでは、上記の施設・用具の整備拡充や専門教員の養成は、多大な財政確保を必要とすることであり、容易なことではない。

そこでは日本の体育教育の蓄積を活かした支援が有効な方法であり、重要であると考え。授業において多様な運動と技術学習を指導すること、現地の教員を補助し、体育授業の計画や指導案を作成すること、お金をかけずに、施設や体育用具の工夫をした活用法などの支援が有効である。

謝辞

JICA 海外協力隊員として活動するうえで指導いただいた JICA 関係者、キルギス語の 4 名の先生方、そしてキルギスのホームステイ先のご家族とケルゲタシュ村の皆様に、心からお礼申し上げます。

文献

- 1) 独立行政法人 国際協力機構 (2020 年 11 月) <https://www.jica.go.jp/about/vision/index.html>
- 2) 資源について 各国情勢 (2020 年 11 月) http://resource.ashigaru.jp/country_kyrgyz.html
- 3) 外務省 (2020 年 11 月) <https://www.mofa.go.jp/mofaj/area/kyrgyz/index.html>
- 4) Holyclover (2020 年 11 月) <http://www.holyclover.com/kyrgyz.html>
- 5) たびのこふれ (2020 年 11 月) <https://tabicoffret.com/article/77524/index.html>
- 6) キルギスの騎馬文化 アジア文化社 (2020 年 11 月)
<http://www.asiawave.co.jp/KOKUBORU1.htm>
- 7) キルギスの騎馬文化 アジア文化社 (2020 年 11 月)
<http://www.asiawave.co.jp/KOKUBORU1.htm>
- 8) T Y M B A . K z (2020 年 11 月) https://tumba.kz/zhizn-regiona/11-zhizn-regiona/42026-Prazdnik_vozrozhdenija_mangistauscy_prazdnujut_Nauryz.html
- 9) キルギス現地旅行会社 (2020 年 11 月) <http://www.nhtabi.com/top/foods>
- 10) 外務省 諸外国・地域の学校情報 (2020 年 11 月)
https://www.mofa.go.jp/mofaj/toko/world_school/05europe/infoC51700.html
- 11) 文部省 (2020 年 11 月)
https://www.mext.go.jp/component/b_menu/other/_icsFiles/afieldfile/2017/10/02/1396864_014.pdf
- 12) 旅とアロマ (2020 年 11 月) <https://www.monteverde-aroma.com/entry/kyrgyz-ovop>
- 13) 地図 (2020 年 11 月) <https://2gis.kg/bishkek/geo/70030076136850160>