



栄養改善パートナー通信

第2巻 第2号 2023年12月22日発行



調理実習後に補完食を試食する農家グループメンバー
(撮影: Kadijah Adeboye@ナイジェリア)

世界で働くパートナー vol.30 ～専門家編～

ナイジェリア国 連邦首都区における 栄養改善能力向上プロジェクト



ナイジェリアでは、子どもの栄養不良を示す発育阻害や消耗症の割合が高く、栄養問題が深刻です。特に農村地域の乳幼児は一般的にメイズ（トウモロコシ）など炭水化物に偏った補完食を与えられている例が多く、タンパク質やビタミンA、その他の微量栄養素の摂取が不十分となる傾向にあります。この背景には、農家の人々の栄養・衛生知識の不足だけでなく、栽培作物の偏りや生産量・収入の不足、栽培技術上の課題、不適切な家計管理など複合的な要因があります。

そこで「連邦首都区における栄養改善能力向上プロジェクト（以下、CADNIP）」は「食を通じた栄養改善アプローチ」の開発を目指し、主に乳幼児と母親、妊婦の食事の質と量の改善に取り組んでいます。その手段の1つは、農業局の普及員やプライマリーヘルスケアセンター（PHC）職員が中心になって行う、農家グループ向けの研修です。対象コミュニティ内でグループのメンバー農家が栄養改善のモデルとなるよう、栄養・保健衛生、農業、生活改善に関する研修を行い、効果をあげています。（次頁へ続く）



研修用圃場で葉物野菜を収穫した農家グループの女性たち
(撮影: Kadijah Adeboye@ナイジェリア)

今月号の内容

世界で働くパートナー VOL.30～専門家編～
ナイジェリア国連邦首都区における
栄養改善能力向上プロジェクト

JICA職員リレーコラム

経済開発部 農業・農村開発第2グループ
松井 洋治 課長

栄養改善パートナーの活動

栄養改善パートナー（JOCV）勉強会
『母子保健と栄養改善』を開催

栄養改善最新情報をお届け

Emerging Markets Forum
2023年度国際会議の報告

IFNAホットニュース

課題別研修「マルチセクターで
取り組む食を通じた栄養改善」

栄養・食に関するおすすめ本！

「土を育てる」
ゲイブ・ブラウン（著）、服部 雄一郎（翻訳）

分野	ねらい・到達目標
栄養・保健衛生研修	<ul style="list-style-type: none"> ■ 3色食品群の働きとバランスのとれた食事について学び、豆類や肉・魚、野菜や果物など、日々の食事で不足している食品群を自覚する。 ■ 乳幼児や妊娠期・授乳期の女性に必要な栄養と食事について理解し、その実践や調理方法を身につける。 ■ 下痢の原因を知り、手洗いや安全な水、トイレの利用の大切さを理解する。
農業研修	<ul style="list-style-type: none"> ■ 圃場での実習を通じて、豆類や野菜を含む各食品群の作物の適正な栽培技術を学び、生産量を増やせるようになる。 ■ 食料不足の期間を減らせるよう、収穫物の効果的な保存・乾燥法を身につける。
生活改善研修	<ul style="list-style-type: none"> ■ 1年を通じて食料不足に陥らないよう、家計や食料備蓄の計画的な管理方法を知る。 ■ 家族内の話し合いを通じて栄養に配慮した作物栽培や献立の選択、家計管理ができるようになる。家父長だけでなく女性や子どもにも栄養のある食事を配分するようになる。

しかし、農家グループ向け研修だけではコミュニティ全体に効果を広げることが難しいため、CADNIPはコミュニティリーダーや小学校、他の住民や関係者を広く対象としたイベントや研修にも力を入れています。なかでも「キオスク」と呼ぶイベントは、マルチセクターの行政関係者の結束のもとで実施され、住民の注目を集めてきています。



夫婦で食事の栄養バランスチェックを行う農家グループメンバー（撮影：Isaac Adeyongo@ナイジェリア）

キオスク（栄養・保健衛生・農業に関する住民向け啓発イベント）

「キオスク」はコミュニティ内に情報ブースを設置し、誰もが立ち寄って栄養・保健衛生・農業に関する情報を受け取ることができる1日の啓発イベントです。いわゆるワンストップショップから着想を得たもので、「ワンストップ啓発センター」として、栄養改善に必要とされる多分野のサービスや情報を一か所に集めてまとめて提供することで、普及の効果と効率を高めることを意図しています。

イベント実施の際は、事前にコミュニティの様々なリーダーと打合せを行い、たくさんの人を集めるためのアイデアをもらい、広く声がけもしてもらいます。また1回のみイベントでは、欲張って難しい内容を細かく伝えても、家庭での実践につながりにくい可能性があるため、内容をシンプルにし、抽象的な知識だけではなく日々の生活で使える内容を一緒に伝えるよう心がけています。

分野 (主担当)	栄養ブース (農業女性普及員)	保健ブース (PHC職員)	水・衛生ブース (水衛生局職員)	農業ブース (農業普及員)
活動の様子				
内容	<ul style="list-style-type: none"> ■ 3色食品群の説明 ■ 補完食の調理方法の紹介 ■ 栄養バランスの良い補完食等の調理法を紹介するレシピブックの配布 	<ul style="list-style-type: none"> ■ BMIの測定 ■ 血圧の測定 ■ やせ、肥満、高血圧の住民向けの食事指導 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 手洗いや安全な水の利用の大切さ、野外排せつの悪影響の説明 ■ 簡易手洗い装置（Tippy Tap）を使用した手洗いデモの実施 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 穀類・豆類を薬剤なしで長期保管できるトリプルバッグの使用法の紹介と展示 ■ 3色食品群に属する各作物の栽培方法の紹介、リーフレットの配布
期待される効果	栄養バランスの良い食事の重要性に関する理解促進、具体的な調理方法の普及	健康への意識、PHCの利用意識の向上	衛生意識の向上と手洗いの普及	栄養バランス改善につながる作物栽培の推奨、効果的な栽培・保管技術の普及

（撮影：吉谷真子、Kadijah Adeboye）



カレンダーを使って営農計画の立て方を学ぶ農家グループメンバー（撮影：園山 英毅@ナイジェリア）

専門家の声（JIN 園山さん、中西さん、吉谷さん）

栄養不良の背景にある複合的な要因は、一つのセクターだけで解決することが難しい問題です。このためCADNIPでは、この他の活動の実施においても、農業・保健・水衛生・教育など様々なセクターの関係者が協働して課題解決の支援に取り組んでいます。毎回、住民向けの研修やイベントを行う前に、各関連セクターの行政官や普及員が集まり、その内容や実施方法を一緒に練り、誰がどの役割を担当するか話し合っています。そうすることで、それぞれの専門性や職務を活かした支援を実現し、住民の食事の質と量の改善につなげています。

HP：<https://www.jica.go.jp/oda/project/1700189/index.html>

JICA職員リレーコラム

経済開発部 農業・農村開発 第2G 松井 洋治 課長



(撮影：松井 洋治)

【次号の執筆者紹介】
人間開発部
保健第二グループ
保健第三チーム
星 祐太 氏

こんにちは。JICA経済開発部農業・農村開発第2グループの松井と申します。私は、食と農業の観点からの栄養改善を企画・実施するチームを担当しています。前回の執筆者の小澤さん同様、私も食べることが大好きです。駐在していたザンビアでは、お昼にトウモロコシの粉で作ったシマというお餅のようなもの、ザンビア産ビーフの炭火焼、つけ合わせの野菜のプレートを食べ、幸せな気持ちと満腹感からの眠気で満たされたことが思い出されます。

私のチームでは、栄養だけでなく、園芸や稲作、灌漑分野など、アフリカや中東・欧州の農家を支援する幅広い技術支援の事業をしています。業務をする中で、栄養分野と農業・農村開発で共通した視点があると感じています。それは、小澤さんが書かれたように、「知識を実践するためのしかけ」の重要性です。例えば、栄養であれば、バランスのよい食事について知ること、食事を変えるために何かの行動を起こすこと、それを継続することは、段階的に難しくなると考えます。JICAの研修に小さな子供を育てるお母さんが来て栄養バランスの知識を得たとして、毎日の食事のメニューを変えるには、メニューを決定する力や家庭内でのコンセンサス、料理に使える予算の拡大が必要になると思います。

これは、小規模園芸農家向けの研修でJICAが採用しているアプローチの視点と似ていると思います。野菜栽培の技術を教えるまえに、市場を見に行ってもらい、儲かりそうと思う作物を特定してもらう。つまり行動を起こすために知識を得る、という流れです。栄養分野の事業の話に戻すと、研修には、必要な食べ物を生産したり、農業で稼ぐ力をつけたりという農業の要素も入ります。このような知識を吸収したいと思わせる「しかけ」も必要と考えます。私は、そのヒントは、食事の質、その基盤となっている家族の状態、家族の将来像の見える化にあると考えています。読者の皆さまはいかがでしょうかお考えでしょうか。

栄養改善パートナーの活動

栄養改善パートナー(JOCV) 勉強会『母子保健と栄養改善』 を開催しました。

この度、約3か月に1回のペースで、JICA海外協力隊(JOCV)向けにオンラインで勉強会を開催することになりました。本勉強会では、①栄養改善に関わる分野(保健、農業、水・衛生など)をテーマにし、現地での活動に役立つ実践的知識/技術や実例を学ぶこと、また、②栄養改善に関わる隊員同士の情報交換や悩み相談などコミュニケーションの場とすることを目的に開催いたします。第1回は『母子保健と栄養改善』をテーマに開催しました。

栄養改善パートナー事務局による講義の後、元JOCVである(株)ティーエーネットワークの福嶋幸さんに「キャリアパス/JOCVでの活動内容/JICA母子保健案件紹介」について、現在マダガスカル国で活動中の看護師隊員である釣本みずきさんに「JOCV活動紹介/悩み相談」をしていただき、その後、参加者での意見交換を実施しました。



発表者から一言

福嶋 幸 さん

株式会社ティーエーネットワーク

この度は貴重な機会をありがとうございます。キャリアパスのお話ということで、資料を作成しながら私自身のこれまでを振り返る良いきっかけとなりました。国際協力は不思議で狭い世界です。栄養改善パートナー勉強会の参加者の方々にも世界のどこかでお会いできるのを楽しみにしています。

釣本 みずき さん

マダガスカル国看護師隊員

栄養改善パートナー勉強会では、自分の知らなかった栄養不良状態について学ぶことができた、他の国での経験や活動について聞くことができました。普段はなかなか悩みを共有したり相談することが難しいですが、ここでは自分と同じような悩みを抱えながらも工夫しながら活動されている話を聞いたり、専門家さん達も含めた場所で普段の活動についての悩み相談をする事ができ、とても良い時間となりました。



2023年10月10日から12日にかけて、モロッコ国マラケシュにおいて、世銀・IMF年次総会サイドイベントとしてEmerging Markets Forum国際会議が開催され、JICAからは武藤めぐみ上級審議役がパネリストとして登壇しました。今年のテーマは「気候変動・不平等・世界的分断に対応するためのガバナンス改善」で、栄養改善およびIFNAに関連のあるものとして「アフリカ地域の食料安全保障と気候変動」が討議されましたので、同会議の公式ウェブサイトで公開されているバックグラウンド・ペーパー等をもとに、内容の一部をご紹介します。

2020年のアフリカ地域の食料不足は深刻で、同地域の人口の約20%にあたる約6億7千万人が影響を受けました。この深刻な状況は、気候変動、内戦、経済的な衰退等によるもので、特に気候変動関連では、干ばつ、洪水、激しい嵐、沿岸農業における塩水の侵入、気温の上昇による甚大な影響が確認されています。こうした現象の発生頻度は近年増加しており、農業や食料安全保障への悪影響が問題視されています。

この課題について様々な対策が検討されていますが、政府や現場の知識、管理能力、資金不足などが制約となっています。

栄養改善最新情報をお届け

「アフリカ地域における 食料安全保障と気候変動」

~Emerging Markets Forum国際会議より~

同地域の気候変動に適応した農業を支援するため、年間約10億米ドル程度の外部資金が活用可能とされていますが、必要額には達していません。支援の効果を独立して評価する体制が整っていないことも課題です。

これらの課題に包括的に取り組む第一歩として、気候変動へ適応した農業開発計画や事業の立案が挙げられます。計画実施には多額の追加資金が必要ですが、既存の援助予算や補助金の再配分によって捻出できる可能性があります。仮に国際機関による支援の増額が実現した場合は、援助を効果的に実施するための調整機関の特定が必要です。その上で、今後も気候変動等に影響を受けるであろう農業分野への継続的な支援が求められます。

(執筆：安田 満希)

課題別研修

「マルチセクターで取り組む食を通じた栄養改善(B)」（仏語圏コース）を実施しました。

10月17日～11月9日、中央アフリカ、コンゴ民主共和国、セネガル、ブルキナファソ、マダガスカル計5か国の農業省、栄養コーディネーション組織、水・衛生省、教育省から栄養改善を担当する11名の研修員が来日し、約3週間をかけて、農業を通じた栄養改善プログラムをマルチセクターで計画・実施・管理するための知識と実践的な方法を学びました。本研修は、栄養不良の基礎や栄養改善における国際的潮流、日本の戦後の栄養改善の経験を背景として学びながら、栄養改善におけるセクター横断的な取り組みの重要性を強調し、視察・演習を多く取り組んでいることが特徴です。中央・地方行政官である研修員が帰国後すぐに活用できる実践的な学びのために、NFAや生活改善アプローチの演習にも力を入れました。



すいとん作り料理体験（撮影：小林 沙羅）

農村生活実態調査では、茨城県の米農家（大和田農園）を訪問し、問題分析ではなく「幸せ分析」を実践しました。和やかな雰囲気の中「あなたにとって幸せとは？」と尋ねると、「家族揃ってご飯を食べられること」のこと。そのために必要なこと・できることを深掘りしていきました。普段何気なくしていた「家族の団欒」が一家の幸せの大元となっていて、そしてそれが家族の健康につながっていることに気づきました。そこで調理担当のお母さんが「私は食事と同時に、家族の幸せも産み出していたんだ！」と大喜び。「更なる幸せのために毎週1回旦那さんもお飯を作る」ことがご家族から提案されました。「幸せ」＝「健康」であり、そのために栄養だけでなく「食事はTVを消して会話する」「笑いも大事」など、広く深く考えることができたセッションでした。

水・衛生の状況確認（PHASTアプローチ（Participatory hygiene and sanitation transformation））では、排泄物からの菌がどのように人の口にもでりつづのか、そのルートを討議。群馬県の研修旅行では、元生活改良普及員、生活改善グループリーダーの方々と農繁期に時短かつ栄養豊富な料理として産み出されたすいとん作りを体験。高崎市立第一中学校で学校給食について学びを深めた他、女性農家の地域資源活用の取り組みとして野菜消費拡大を目指す女性農家の農園レストラン（柴崎農園Nofu）も見学しました。

今年来日した皆さんは、来日直後から旧知の友のように仲が良く、研修中の宿題にも日々協力して取り組み、全員が本国の栄養課題に対応する実現性の高いアクションプランを作成することができました。皆さんの今後の活躍を心から応援しています！（執筆：野村 岬）



お米農家さんと幸せツリーを作成（撮影：野村 岬）

栄養・食に関するおすすめ本！

「土を育てる」－自然をよみがえらせる土壌革命－ ゲイブ・ブラウン（著）、服部 雄一郎（翻訳）

著者のゲイブ・ブラウン氏は、有効な温暖化対策「カーボン・ファームिंग」としていま脚光を浴びる環境再生型農業（リジェネラティブ農業ともいう）の第一人者です。本書は環境再生型農業の技術書というよりも、ゲイブ・ブラウン氏が自然と共存しながら持続可能な農業を実践するための挑戦と成長の物語です。彼の自然の摂理を理解した「真に生きた土」を作ることを求めた野心的な取り組みと、その背後にある哲学（詳しくは「土の健康を保つために5つの基本原則」を調べてみてください）に触れることで、読者は自らの考えを刺激され、新たな視点を得ることができるでしょう。例えば、基本原則の1つ目の「土をかき乱さない（不耕起）」には、現在に至るまで田畑を耕すことが農業とされてきたことを考えると、唖然とするかもしれません。環境再生型農業は自然環境に優しく、温暖化対策になるだけでなく、最終的にはコストも削減できるとされています。農業関係者に限らず、持続可能な未来を志向する全ての人にとってお勧めできる本です。（執筆：手島 祐子）



栄養改善パートナー事務局からのお知らせ

・次号より新コーナー『往復書簡』が始まります！

栄養改善パートナー通信の第2巻が始まり、栄養改善パートナー事務局では新たな企画を検討しています。企画名は、「往復書簡」（仮題）。途上国と日本の栄養関係者のお二人に、栄養の様々な点についてざっくばらんにやりとりをしていただくべく、鋭意調整中です。見知った途上国でも、現地の人の視点や育んできたものは我々と違わず。現地での共創のパートナーでもある途上国の方と日本人関係者との、いつもとはちょっと違う交流を通じて、色々な気づきや学びがあればと期待しています。本企画は、次号からの掲載を予定しています。どうぞ楽しみに！

- ・IFNA事務局の[英語版HP](#)が再開し、新たに[仏語版HP](#)が開設されました。併せて、[Facebookページ](#)でも情報発信をしています。
- ・Facebookページ「みんなの栄養」では、栄養関連の情報を幅広く発信してます。ぜひ[こちら](#)、または右のQRコードからフォローをお願いいたします。
- ・本パートナー通信にぜひ記事のご提供、またご意見・ご感想等をお寄せくださいませ。Email: rdga2-nat@jica.go.jp



栄養改善パートナー事務局（担当：安田 満希・手島 祐子）