



民間ワクチンセンターでの消費者向けセミナーの様子  
(提供：アサヒグループ食品株式会社)

世界で働くパートナー vol.35 ～民間企業編～

## ベトナムにおける 離乳実践ガイドの導入と普及



### ――「ベトナム国The First 1000 daysの母子保健改善事業」の概要

アサヒグループ食品株式会社は、JICA民間連携事業の中小企業・SDGsビジネス支援事業（ビジネス化実証事業）を活用して、2023年より「ベトナム国The First 1000 daysの母子保健改善ビジネス化実証事業」を実施しています。本事業では、ベトナムにおける乳幼児の栄養・食事に関する課題に対して、日本の知見や当社の製品・サービスを提供することで、社会課題の解決と当社の事業成長の両立を目指しています。

### ――栄養・食事に関する課題

ベトナムの都市部では近年、過体重や肥満の増加が見られ、その一方で全国的に未だ低栄養の課題が深刻で、栄養不良の二重負荷\*に直面しています。特に離乳食への移行がうまくいかず、6か月頃から低栄養の問題が増加しています。また、乳幼児の栄養や食事に関する課題（下記、コラム参照）も多く、これらの背景には養育者の離乳食に関する知識不足があります。具体的には、離乳食実践に関するガイドがなく、指導者の教育や養育者への指導が不十分であること、さらに情報源がSNSなどに依存しその一部は誤った情報であることが挙げられます。

\*栄養不良の二重負荷：同じ国や地域内、個人や世代間で、低栄養と過栄養が同時に存在する状態。

### 乳幼児の離乳実践によく見られる課題の例（自社調べ）

- ミルクでお腹を満たしてから離乳食を与えるため、子どもが離乳食をしっかり食べず、親も困っている。
- 子どもにミルクやドロドロ状の離乳食を与え続けているため、固形物をうまく食べられない。
- 子どもが自分で食事を食べず、親が離乳食を与えているため、自立が促されない。
- 食事の準備はほぼ母親が担うことが慣習となっており、母親の育児負担が大きい。

### 今月号の内容

世界で働くパートナー VOL.35～民間企業編～  
ベトナムにおける  
離乳実践ガイドの導入と普及  
アサヒグループ食品株式会社 石井克明さん

現地のごはんと食文化  
ヨルダンの食事

IFNAホットニュース

ケニア国乾燥・半乾燥地域における気候変動適応力強化を通じた食と栄養改善プロジェクト(IFNuS)活動報告

栄養改善パートナーの活動

オンライン研修会を通じた  
栄養教育の新たな展開  
～ポリビア栄養士隊員より～

JICA職員リレーコラム

WASHを通じた共創  
地球環境部 大塚 高弘 さん

往復書簡を終えて

オンライン対談で振り返り  
パウリナ局長、太田国際協力専門員

### ―――子供の自立を促す日本の知見を参考に

日本では、厚生労働省（現在はこども家庭庁が所管）が「授乳・離乳の支援ガイド」を作成しています。このガイドは、栄養面だけでなく、摂食機能の発達や自立も考慮されていることが特長です。離乳食はどんなに栄養バランスが取れていても、子供が食べなければ意味がありません。そのため、摂食機能の発達段階に合わせた調理法や、子供が主体的に食べたいと思えるような声掛け、自立や食習慣の確立が重要で、それらがガイドに盛り込まれています。また、乳幼児健診などでは、ガイドに基づく養育者への離乳食支援が行われ、正しい情報提供から実践までがカバーされています。

### ―――離乳食のリーディングカンパニーとして

当社が長年「和光堂」ブランドで展開しているベビーフード（BF）は、成長段階に応じて具材の固さや大きさを調整し、摂食機能の発達を促す設計となっています。また、離乳食の進め方を分かりやすく伝えるコンテンツやツール、栄養士などの専門人材も備えています。こうした知見を活かし、当社はJICA民間連携事業の一環としてプロジェクトに取り組み、日本のガイドを参考にした「ベトナム版離乳実践ガイド」の作成支援と、その普及を進めています。また、ガイドに基づいた商品を提供することで、ベトナムの乳幼児の健やかな成長と子育て環境の向上を目指しています。



ベトナム国立栄養研究所とのMOU署名式



ベトナムのイオンでの試食会の様子

### ―――これまでの取り組み

離乳食の現状に課題を感じていたベトナム国立栄養研究所（NIN）へ日本の離乳食に関する知見を共有したところ、摂食機能の発達や自立を考慮した日本のガイドに賛同が得られ、NINをカウンターパートとして、2022年10月に「ベトナム版離乳実践ガイド」の作成に協力するMOUを締結しました。先方からは「このガイドはベトナムにとって革命的なものであり、全国の専門家を巻き込んで進めなければ受け入れられない」との指摘を受けました。また、ガイドに基づく離乳食支援を広げるため、全国の母子保健施設での浸透が不可欠となり、その実現には保健省の正式な承認が必要でした。保健省母子保健局を訪問し、ガイドの作成・普及の必要性について賛同を得ることができ、ベトナム国としてこのガイドを作成し全国推進していく流れとなりました。

その後、JICAビジネス化実証事業の一環として、日本の離乳ガイドと当社のBFの有用性を検証し、2024年9月にハノイで開催した第2回シンポジウムでその成果を発表しました。この際、保健省が「ベトナム版離乳実践ガイド」の作成を正式に発表し、当社は保健省およびNINとともにガイド作成の協力に関するMOUを締結しました。

### ―――対話を重ね、相互理解を深め、一歩ずつ前進

事業を進める中で、多くの課題に直面しました。専門家の理解を得ることもその一つで、担当者が交代するたびに説明が必要となり、一人が賛成しても関係者全体の合意を得るのは容易ではありませんでした。そのため、協力者を増やし、関係者の理解を深める取り組みを進めました。ベトナムの栄養センターの専門家に対し、ガイドに基づく研修や養育者への離乳食指導を実施した際には、従来のベトナムの指導と異なるため、現場では抵抗や理解の難しさがありました。この課題に対し、日本の専門家のコメントやエビデンスを提示しながら研修を重ねた結果、徐々に理解を得ることが

できました。また、NINや保健省との連携の際には、日本で築いたネットワークを活用し、彼らの紹介を通じてスムーズに進めることができました。一筋縄ではいかないことも多いですが、健やかな子どもの成長を願う気持ちは皆同じ。対話を重ね、相互理解を深めることで、一歩ずつ前進してきました。

### ―――離乳実践ガイドを広く普及させていくために

2025年中の保健省承認を目指し、ガイドの作成が進められています。しかし、ガイドの作成だけでなく、いかに広め、養育者の適切な実践につなげるかが重要です。そのため、さまざまな機関との連携を進めています。現在、ベトナムには2歳までの乳幼児健診制度がなく、養育者に離乳食支援を行う機会が限られています。そこで、地域のヘルスセンターでのワクチン接種時に支援を実施する計画を立てています。また、多くの人が利用する民間のワクチン接種センターともMOUを締結し、専門家による支援とBFの販売を進めています。さらに、養育者に影響を与えるインフルエンサーとの連携も重要です。ベトナムではSNSを通じた情報発信が活発ですが、誤った情報も多いため、正しい知識を広めることで養育者の理解を深めることも目指しています。（執筆：アサヒグループ食品株式会社 海外ベビーフード事業推進室 石井 克明）

### アサヒグループ食品株式会社 海外ベビーフード事業推進室 石井克明さん

1996年、和光堂株式会社（当時）に入社。ベビーフードの開発やマーケティングを担当。海外企業との業務提携や、海外でのマーケティング、商品開発などを経験したあと、専門家との窓口となる学術担当も兼務。2022年からは「ベトナム国The first 1000 daysの母子保健改善事業」のリーダーを務める。



栄養相談センターでの離乳食相談の様子

先日、出張で中東ヨルダンへ足を運びました。イスラム教徒が大半であるヨルダンでは、豚肉を食べることは禁止されており、最も手ごろな鶏肉に次いで羊肉が多く消費されています。また、実はヨルダンはオリジナルの料理は少なく、周辺諸国から入ってきたアラブ料理が多く食されています。ヨルダンで定番の主食は、ホブス（平たいパン）です。レストランでメイン料理を注文すると、数枚付いてくることが多いです。お米もよく食べられ、米飯の上に鶏肉や羊肉を乗せた料理も定番です。前菜は、フムス（ひよこ豆をペースト状にし、スパイスやオリーブオイル等で調味したもの）や、ムタッバル（茄子を直火で焼いてペースト状にし、白ゴマのペースト、レモン汁、オリーブオイル等で調味したもの）がおすすめです。ムタッバルは焼いた茄子の香ばしい香りが病みつきになります。メイン料理は、やはりケバブ！日本でケバブと聞くと、回転焼き肉を挟んだケバブサンドを思い浮かべる方が多いかもしれませんが、ヨルダンでは、羊のひき肉、みじん切りにした玉ねぎ、たっぷりのスパイスを混ぜて串に刺し、炭火で焼いたものを言います。デザートは、クナファ（小麦粉のサクサク生地にはチーズを挟んでシロップ漬けにしたもの）が人気です。アラブコーヒーと相性抜群です。

ヨルダンの数少ない伝統料理にマンサフがあります。ヨルダン人に「ヨルダン料理って何があるの？」と聞くと、大体の人が「マンサフ！」と答えます。元々はベドウィンのおもてなし料理で、ヨーグルトで煮て柔らかくなった羊肉（ラム）を米飯の上に乗せ、ヨーグルトソースをかけながら、伝統的には右手でいただきます。現在もヨルダンの食文化において、客人にマンサフを提供することは「おもてなし」の象徴でもあります。マンサフは、2022年にUNESCOの無形文化遺産に認定されており、今後も重要な食文化として受け継がれていくことでしょう。（栄養改善パートナー事務局 安田 満希）

## 現地のごはんと食文化 ヨルダンの食事



ヨルダンの食事の例（上：ホブス、左：フムス、右上：ケバブ）（撮影：安田 満希）

## IFNAホットとニュース

### ケニア国乾燥・半乾燥地域における 気候変動適応力強化を通じた食と 栄養改善プロジェクト(IFNuS)活動報告

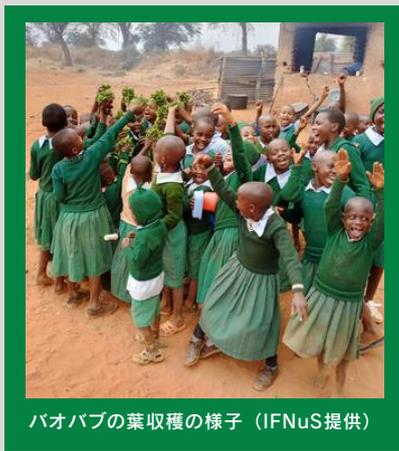


途上国での栄養改善事業では、栄養指導や栄養価の高い作物を栽培／摂取する活動が行われることが多いですが、健康にいいと頭ではわかっていても、運動や栄養バランスの整った食事を続けるのは容易ではありません。どのようにアプローチすれば、栄養価の高い食事を自然に摂取する習慣を定着させることができるのか、そこに栄養改善の重要な鍵があると考えています。

幼少期の味覚体験は、将来の食生活や食習慣の形成に重要な役割を果たします。子供は味覚の順応性が高く、幼少期に様々な味覚に繰り返し触れることで、成人期の食品受容に影響を与えることが検証されています。また、一定回数繰り返し食べることで、新しい食品に慣れ親しむことができ、嫌いだった食品でも受け入れやすくなると言われています。IFNuSでは作物栽培に適していない乾燥地で、豆とメイズ中心の食生活が主となる人々の栄養改善策を模索しています。

活動の一つとして、小学校の給食を通じて、現在は馴染みのない地域の在来野菜や野草（バオバブの葉や自生する野草）、小動物（ウサギ）など、最小限のコストで栽培可能または自然採集ができる食材を導入することで、子供たちの食生活の多様化に取り組んでいます。これは学校給食メニューを栄養バランスの取れたものにする以上に、地域で入手可能な多様な食材を子供たちに触れさせ、食習慣に取り入れることを主な目的としています。

小学校給食への食材の導入は、子供の食習慣の形成にとどまらず家庭や地域にも影響することが確認されています。給食で野草を食べた子供の大半が家庭でも野草を食べようになり、さらに、子どもが小学校に通っていない家庭の一部でも、それらの野草を食べようになったという調査結果が出ました。これは、子供が持つ家庭や地域社会への影響力の強さと、子供を通じた食習慣の普及の可能性を実証していると言えます。（執筆：IFNuS 副業務主任 満井 綾子）



バオバブの葉収穫の様子（IFNuS提供）

ボリビアでは、低体重や低身長といった栄養不良は改善傾向にありますが、過栄養が原因となる生活習慣病が増加傾向にあります。安価で栄養価の低い食品が容易に手に入る一方で、新鮮な野菜や果物も豊富に販売されています。つまり、適切な知識があれば健康的な食生活を送ることが可能な環境であるため、その環境を生かした栄養教育の重要性を感じています。

このような栄養課題があるボリビアでは現在5名の栄養士隊員が活動しており、2024年11月に栄養士分科会を発足させました。日本の約3倍の国土を持つボリビアでは、対面での集まりが難しい現状があります。教育分野の隊員がオンライン研修会を行う姿に触発され、栄養士隊員もオンラインでの活動に挑戦しました。任地での活動にとどまらず、隊員同士の連携を活かして栄養教育をより多くの人に届けたいという思いから生まれた取り組みです。翌12月にはスペイン語のオンライン栄養研修会を開催し、栄養士や医療従事者、学校の先生を含む65名が国内外から参加する盛況なイベントとなりました。

栄養士分科会では、各隊員が作成した資料をGoogle Driveで共有し、後任隊員も活用できる仕組みを構築しています。また、障がい児・者支援の現地栄養研修を準備する等、多様な取り組みを進めています。オンライン研修では生活習慣病対策や食育をテーマにしましたが、参加者からは日本食レシピ、高齢者や胃炎の方のための食事、ライフステージに合わせた健康的な食事など、多岐にわたるリクエストが寄せられ栄養分野の広さを改めて実感しました。今後は寄せられた要望をもとに、より多様なテーマで研修を企画し、現地事情と日本の知見も踏まえながら栄養教育を推進していきます。

（執筆：ボリビア栄養士隊員 松永 瑞希、近藤 真美）

### 栄養改善パートナーの活動 オンライン研修会を通じた 栄養教育の新たな展開 ～ボリビア栄養士隊員より～



- ➡ ボリビア栄養士隊員の松永瑞希さん(左)、近藤真美さん(右)
- ➡ 糖尿病クラブプロジェクトをオンライン研修会で紹介

#### 4. Programa educativo para diabetes



## WASHを通じた共創

地球環境部  
水資源グループ  
大塚 高弘 さん



こんにちは。JICA 地球環境部水資源グループの大塚高弘です。水資源グループでは、2020年から2024年にかけて、「国際NGOとの連携による学校・保健施設の衛生行動改善に関する情報収集・確認調査」を実施しました。この調査では、国際NGOであるWaterAidと連携して、タンザニア、マダガスカル、ネパールにおいて、学校74カ所と保健施設45カ所の水衛生施設の整備を行い、子供たちや医療関係者の行動変容につながる衛生啓発活動をどのように行えば良いか検討を進めました。

このコラムを読んでいる皆さんも小学生だった頃、トイレや休み時間の外遊びの後、「給食を食べる前等の機会に手を洗うことが大事だよ」という衛生啓発活動を体験したことがあるかもしれません。実はアフリカや南アジアの国の学校や保健施設では、手を洗おうにも手洗い場がなかったり、衛生的なトイレが整備されていなかったりするという現状があります。今回の調査では、施設整備と衛生啓発活動をセットで行うことの重要性を確認しています。WASH（Water, Sanitation, and Hygiene）という言葉は、日本語では水衛生とシンプルに訳すことが多いですが、水供給・衛生施設・衛生行動、この3つを一体的に取り組むことの重要性を表す言葉でもあります。栄養のマルチセクターの取り組みの中では、WASHについて皆さんと協働できることを楽しみにしています。何かお困り事や、共創のアイデアがありましたらいつでも水資源グループにお声掛けください。

## 往復書簡を終えて オンライン対談で振り返り

ガーナ食料農業省女性農業開発局長のパウリナ・S・アティさんと、JICA経済開発部国際協力専門員（農村開発）の太田 美帆さんのこれまでの往復書簡でのやりとりを終えて、オンライン対談を実施しました。

**中瀬（栄養改善パートナー事務局）：**本日はお時間ありがとうございます。約1年にわたる往復書簡の執筆、お疲れ様でした。今回のオンライン対談では、お互いに学んだことを振り返りつつ、ガーナにおける栄養改善の未来についてお話ししたいと思います。

**パウリナ局長：**25年前にガーナで暮らしていたMihoさんの指摘によって、ガーナの食生活の急激な変化をあらためて実感しました。経済成長や都市化に伴い、食文化が急速に変わり、伝統的な食事が減少し、加工食品や外食が増えています。ガーナでは平均寿命が約64歳と他国に比べてまだまだ低いですが、これは食生活の影響が大きいと思います。

**太田専門員：**Paulinaさんからのお手紙で、この四半世紀のガーナの変貌ぶりには驚かされました。25年前、ガーナの農村では電気や水道がなく、母親と娘が時間をかけて食事を作っていました。当時は不便だと感じましたが、今ではその時間が文化や愛情を伝える大切な機会だったと再認識しています。

**パウリナ局長：**往復書簡で「私たちは食べたものでできている」と言いました。つまり、食事は私たちの体だけでなく、私たちのアイデンティティをも形作るものなのです。食べるものが変わること、アイデンティティが失われてしまうことは大きな問題です。食は単なる栄養補給ではなく、私たちの文化や価値観、家族のつながりを形作っています。

**太田専門員：**同時に、「何を食べるか」だけでなく、「どのように食べるか」も重要だと思います。日本でも孤食が増え、食事が単なる栄養補給になりつつあります。特に若者の間で、一人でパソコンやスマートフォンを見ながら食事をする光景が一般的になっています。和気あいあいとした食卓の時間が減っているのは気がかりです。

**パウリナ局長：**私も伝統的な習慣の価値を見直し、週末に子どもたちに料理を教えています。伝統的な料理を作ることは、ただの食事の準備ではなく、文化を継承する行為でもあります。また、健康的な食環境を整えるために果樹の植林活動を推進しています。最近では学校での栄養改善についての相談も増えており、子どもたちが健康的な食習慣を身につけられるようなプログラムを考えています。

**太田専門員：**ガーナでは民族の共生が進み、民族や地域ごとに特色のあった文化や伝統が急速に変化しているようですね。伝統的な食文化を早急に記録しておくべきでは？日本でも各地で特色のあった行事食が簡略化され、地域文化の担い手不足は深刻です。食の変化や衰退は、地域文化の変化や衰退に直結しているように感じます。

**パウリナ局長：**私たちに、子どもたちのために未来を創っていく責任があります。伝統的な食や価値観が守られている模範的な地域があれば、そこでの様子を記録したドキュメンタリーを作成すると、多くの人が学ぶ良い機会になるのではないでしょうか。

**太田専門員：**ドキュメンタリーは、良いアイデアですね。食育は病気予防の観点からも重要ですが、人生の豊かさにもつながると思います。ドキュメンタリーが完成すれば、多くの人がソーシャルメディアを通じて健康的な食習慣について学ぶ絶好の機会になりそうですね。

**パウリナ局長：**物事は常に変化しています。私たちは永遠に同じ場所にいるわけではありません。食も同様ですが、食育として今の良い部分を残して進んでいくことも重要です。今、伝統的な食べ物や食の価値を認識している人々がいることは希望です。薬代が高むくらいなら、普段の食生活をより充実させるべきとずっと強調していきます。私も生産や消費に至る農業分野での栄養改善活動に関わって行きたいと思っています。

**太田専門員：**次はガーナでお会いしましょうね！

**パウリナ局長：**ガーナで待っていますね。一緒にガーナ料理を食べましょう！

**中瀬：**Paulinaさん、太田さん、素敵な対談をありがとうございました。さまざまな課題がありますが、それぞれの知見を活かしながら、一緒に解決策を見つけていけるといいですね。



## 栄養改善パートナー事務局からのお知らせ

- JICA栄養タスクはEARTH MARTとのコラボで大阪万博に参加します！
- Facebookページ「みんなの栄養」では、栄養改善に関わる海外協力隊の活動や、栄養関連の情報を幅広く発信しています。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。当ページへの寄稿も募集しております。

栄養改善パートナー事務局（担当：安田 満希・手島 祐子）

