栄養改善パートナー通信

第２巻　第４号　２０２４年７月１０日発行

グッドプラクティス訪問で住民ボランティアのNIAが研修する様子（撮影：畑 明彦＠マダガスカル）

世界で働くパートナー vol.32～専門家編～

マダガスカル国
食と栄養改善プロジェクト

UNICEFの母子の栄養改善の要因に係る概念枠組みに見られるように、女性や子どもの栄養不良、あるいは栄養状態の改善は、複数の異なる要因の包括的な結果として現れると考えられています。すなわち、栄養改善には複数のセクターに亘る要因それぞれが適切な状態にあること、あるいは、そのために必要な投入が適時になされることが重要になりますが、これら複数のセクターからの投入には調整が必要になります。

2019～2024年に実施された「マダガスカル国食と栄養改善プロジェクト（PASAN）」では、事前に選定された受益世帯に対し、栄養、農業、母子保健、水・衛生の4セクターによる研修を実施しました。マルチセクターからの研修の実施体制、セクター間の調整方法を考えるにあたってPASANが重視したのは、「**受益世帯が、4つのセクターの研修内容を自分ごととして理解し、意識変容や行動変容につなげられるようになるにはどうすればよいか**」ということでした。受益世帯の視点から望ましいマルチセクター研修の実施体制や、セクター間の調整方法を探るべく、情報収集と検討を重ねていきました。

（次頁へ続く）

受益者世帯が始めた家庭菜園に、中央省庁やドナー機関の代表者が訪問し、NIAや受益世帯から活動の報告を受ける様子（撮影：矢敷 裕子＠マダガスカル）

今月号の内容

世界で働くパートナー VOL.32～専門家編～
マダガスカル国
食と栄養改善プロジェクト

JICA職員リレーコラム
ザンビア事務所（元JICA筑波）
武田 翔吾 所員

栄養・食に関するおすすめ本！
「行動栄養学とはなにか?」
佐々木 敏（著）

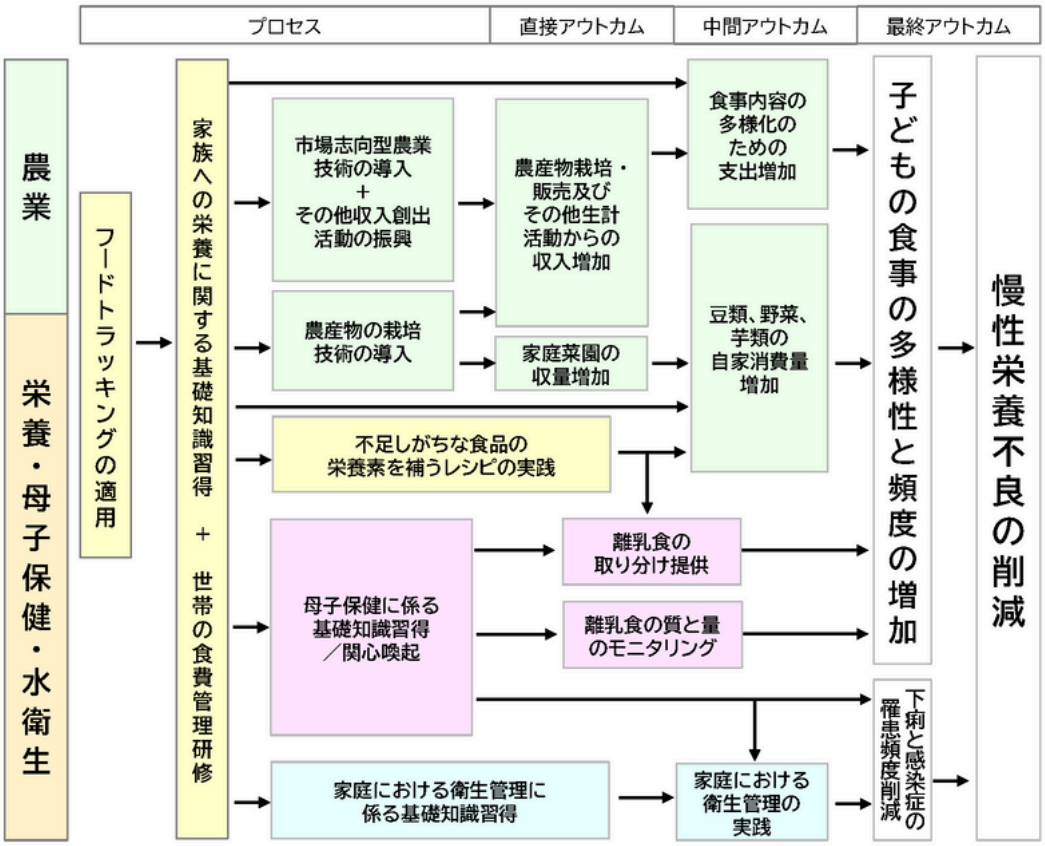
IFNAホッとニュース
IFNA地域研修のフォローアップ研修
＠タンザニア

JICA現地事務所から
現場での工夫や
マルチセクター連携への挑戦
モザンビーク事務所　高橋 スリマラ 次長

往復書簡
ガーナ食料農業省女性農業開発局
パウリナ・S・アディ局長から
太田 美帆 国際協力専門員へのお返事

そこで、**慢性栄養不良の子どもを減少させることを目的として、4セクターからの投入を予め組合わせたシナリオ、Theory of Changeを作成し、このTOCに沿ってマルチセクター研修のカリキュラムを作成**しました。セクター別にばらばらに4つの研修を実施するのではなく、4つのセクターから構成される1つのマルチセクター研修を実施することとし、セクター間の調整を事前に済ませることにしました。これによって、**受益世帯は“ワンストップサービス”を受けることが可能となり、毎月、研修はあるものの、ひと月の間に何度も拘束されることを回避**することができました。

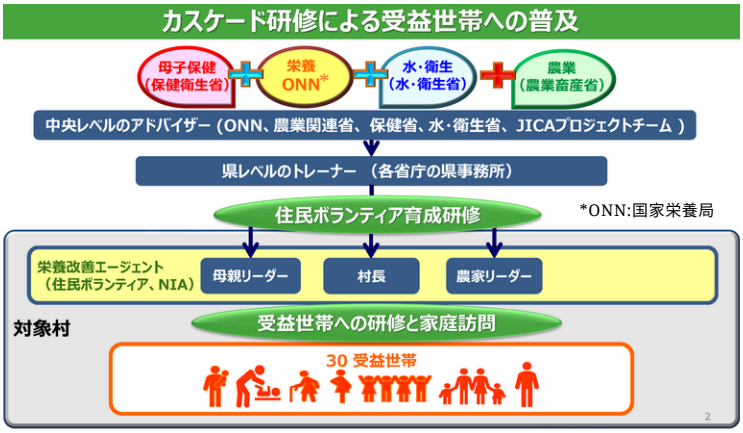
さらにもう一つの仕掛けとして、住民からの理解を促進するために、同じ村の住民にNutrition Improvement Agents（NIA）というボランティアになってもらい、受益世帯に対するマルチセクター研修の講師を依頼することにしました（カスケード研修図を参照）。



↑PASANマルチセクター介入に係るシナリオ（Theory of Change）
（上図は、農業介入のインパクト評価を行った際の整理）

マダガスカルでは、住民に公共サービスを提供するはずのコミューン（市）レベルの地方自治体は、慢性的な人材及び予算不足に苦しんでいます。そのため、保健等一部の公共サービス以外は、住民に届きにくい状態が続いています。JICAや国際NGOの先行プロジェクトでは、住民ボランティアを普及エージェントとして育成し、その他住民への普及・研修に成果を挙げていたことから、PASANでもNIAに研修講師になってもらうことにしました。NIAは各村の住民総会で、投票によって選出されました。選定基準は、(1)同じ村の住民の栄養改善に貢献する意欲があること、(2)NIAを研修講師として育成するためのTraining of Trainers (TOT) に毎月参加できること、(3)TOT後、受益世帯に対する研修と家庭訪問を毎月実施できること、(4)読み書きができること、(5)保健・栄養ボランティアではないこと、(6)男性2名、女性2名の4名で構成されること、の６つでした。NIAが各村で実施する研修には、受益世帯はもちろん、それ以外の住民も参加していました。また、NIAは村内で他の役職を兼務、あるいは複数の住民グループに所属していることも多く、研修以外の集まりにおいても、PASANで習得した知識や技術を広く共有してくれていたことが確認されています。村人から選出されたNIAが、栄養、農業、母子保健、そして水・衛生セクターの知識や技術を日常的に村の中で伝達したことは、栄養改善が重要であること、また栄養改善にはマルチセクターでの取り組みが重要であることを、村内に浸透、定着させることに貢献したと考えられます。

さらに、NIAの研修内容にかかる理解度や、実際にNIAが村で研修や家庭訪問を実施した際に直面した課題については、プロジェクトが常に把握し、対応できるようにモニタリングしていました。NIAが理解できないこと、難しいと感じることは住民にも理解されないと考えられたからです。モニタリング結果を踏まえて、研修内容や伝え方を変える等、常に住民に伝わる工夫を講じることが可能になったのも、住民として村で生活するNIAが研修講師としての役割を担ったからだと考えています。



↑カスケード研修図
案件HP：https://www.jica.go.jp/oda/project/1702562/index.html

お陰様で、ランダム化比較試験（RCT）で実施したインパクト評価では、受益世帯に栄養、農業、母子保健、水・衛生の各セクターに係る行動変容が生じており、住民代表を研修講師とするカスケード研修でも、住民の行動変容を起こすことは可能であることが確認できました。特に、子どもの最低食事頻度の増加や下痢の罹患率の減少には統計的にも有意差が見られ、PASANのマルチセクターにおける介入効果が確認されました。

栄養改善には、対象者の置かれた状況に合わせて、その要因に対応することが求められるため、いつでもどこでもPASANのマルチセクター研修の仕組みが機能するわけではないと思います。皆様も、既にそれぞれの案件や取り組みの対象者が受け取りやすい仕組み、環境づくりを進めておられると思いますので、効果の上がった事例について相互の情報交換や、比較研究ができると、将来のために有益な教訓が得られるのではと期待しています。（執筆：PASAN業務主任者 矢敷 裕子）

JICA職員リレーコラム

JICAザンビア事務所 武田 翔吾 所員

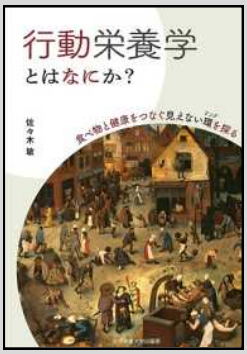
こんにちは！JICA筑波で栄養改善の課題別研修を担当していた、ザンビア事務所の武田翔吾です。IFNAの課題別研修はすべてJICA筑波で実施されていますが、私の担当は主に研修期間中及び前後の調整業務や、「研修の入口と出口」をデザインするための仕事でした。JICA事業の中で研修をどう位置づけてデザインするか、現地のどんな人材に研修を届ければよいか、帰国後の活躍のためにどんなプロジェクトと繋げればよいか？そんなことを関係者と一緒に悩みながら、日々業務を進めていました。

日本も含めて、農業は食料確保やお金を稼ぐ手段となりがちで、栄養改善は視点から外れやすいです。一昨年、ガーナの農村でインタビューをした際も、農家の方々の関心であるマラリアや子供の体調不良の原因として、お金がない（だから蚊帳を買えない）ということばかりに視点が集まっていました。不足する栄養素の種類やその入手／摂取方法といった、見落とされがちな根底にある栄養問題へのアプローチとして、どうしたら住民に身の回りにある植物などのリソースに気付いてもらい、家族の健康などの関心事を解決する手法としての栄養改善の取り組みを普及できるでしょうか？この課題に取り組むJICA筑波の研修では、日本で実施された生活改善事業に注目し、住民への働きかけのアプローチを学んでいます。元生活改良普及員さんの経験談は、全世界で通用する、農村アプローチの知恵と工夫の結晶です！ぜひ一度、JICA筑波の研修に遊びに来てください。

石垣島の伝統料理を囲む研修員と女性グループ（提供：武田 翔吾）

栄養・食に関するおすすめ本！「行動栄養学とはなにか?」

ー 食べ物と健康をつなぐ見えない環（リンク）を探るー　佐々木 敏（著）



著者の佐々木敏氏は、日本における栄養疫学分野の第一人者で、これまで『佐々木敏の栄養データはこう読む』『佐々木敏のデータ栄養学のすすめ』を出版されました。シリーズ第３冊目となる本書は、「体内の栄養学」と「モノ（食品）の栄養学」をつなぐ人の食行動に影響を与える要因は何かを探求し、人の健康に生かす学問である「行動栄養学」をテーマとしています。食行動と健康の関連をエビデンスから読み解き、様々な例を取り上げながら、栄養の本質について解説されており、そのタイトルのとおり、「行動栄養学とはなにか？」の疑問を紐解いています。例えば、「魚を食べると認知症予防になる」とよく聞きますが、本当でしょうか？食物の選択肢とその組み合わせは無限大です。また、人の食行動のパターンは、必ずしも一定ではなく、その日の体調、誰と食べるか、平日か休日かなどによっても変動します。行動栄養学は、人々の複雑な食行動を科学的に分析し、健康に寄与するために役立ちます。行動栄養学についてもっと知りたいと思われた方は、ぜひ本書をご覧になってみてください！
（執筆：栄養改善パートナー事務局 安田 満希）

IFNA地域研修の様子（撮影：IFNA事務局@タンザニア）

【新任者からのご挨拶】
2024年5月からIFNA事務局にチーフオフィシャルとして着任いたしました西村響子と申します。これまでは主に水衛生や栄養分野において緊急・開発援助にかかわる業務に従事してきました。IFNAイニシアチブを通じ、アフリカの栄養改善に向けてより一層力を入れて取り組んで参りますので、どうぞよろしくお願いします。

IFNAホッとニュース

IFNA研修

IFNA地域研修のフォローアップ研修をタンザニアで実施！

IFNA事務局では、これまでAU傘下の地域経済共同体（RECs）と協働で「地域研修」を２回実施しました。2023年10月に東アフリカ共同体（EAC）と協働で行った第二回地域研修には、国際農業開発基金（IFAD）の各国（ケニア、タンザニア、南スーダン、ルワンダ）事業の担当者や国際連合食糧農業機関（FAO）のタンザニア事務所職員も参加し、東アフリカ地域における栄養課題や各国の取り組み状況および同地域共通のガイドライン作成の可能性等について活発な議論がなされました。研修終了後、タンザニア政府職員（Tanzania Food and Nutrition Center所属）から、自国において同様の研修を州政府職員向けに実施したいという要望があり、2024年2月にタンザニア州政府に所属する栄養担当職員を主な対象として研修を実施しました。

本研修ではタンザニア本土の25州を8つの地域別グループに分け各地域での栄養課題を分析し、その解決策を話し合い、最終日にはグループごとに栄養改善に向けたアクションプランを発表しました。研修後に実施したアンケートでは回答者全員（24名）が研修内容に満足したと回答し、本研修で学んだ栄養分析の手法を日々の業務に活かしたいという声が多数寄せられました。また、本研修を主催した同国の政府職員は、IFNA/JICAの支援により本研修が実現できたことに感謝の意を表し、このような研修実施を所属機関の年間計画に入れ込み人材育成を継続したい、アクションプランが現場で実行されるためにフォローアップを行いたいと熱く語りました。IFNA事務局は2024年度も地域研修を通じて栄養に関わるアフリカの政府関係者の能力向上に取り組みます。
（執筆：IFNA事務局 山口 舞）

JICA現地事務所から

現場での工夫やマルチセクター連携への挑戦

モザンビーク事務所
高橋 スリマラ 次長

こんにちは。モザンビーク事務所で事業総括次長を務めている高橋スリマラです。こちらのコラムに登場した皆さんと同様に「食べること」に関心が高く、特に地方への出張は新たな食材や調理方法、料理を知る貴重な機会と捉え、積極的にモザンビーク料理を試しているところです。モザンビークは水産資源に恵まれ、沿岸部では美味しいエビやお魚が食べられることに加えて、沿岸部から離れている町の市場や路上販売でも様々なサイズの干し魚や干し小エビが数十円単位から購入でき、国民にとって魚介類は入手しやすい動物性たんぱく源になっています。一方で、モザンビークでは、5歳未満の子供の発育阻害は37%、慢性栄養不良は中貧困層では40%を超え、国民の多くは動物性たんぱく質の推奨摂取量を満たしていない状況です。主食としてはご飯か「シマ」（トウモロコシの粉をお湯で練りこんだもの）、おかずは「マタパ」を代表に緑野菜をココナッツやピーナッツなどと煮込んだ料理を食べるのが一般的です。

現在実施中の「栄養・食料安全保障アドバイザー」の活動では、動物性タンパク質の摂取に寄与することを念頭とした栄養と内水面養殖を掛け合わせたマルチセクトラルでの栄養改善の取り組みを検証する予定です。同アドバイザーの派遣先であり、政府内外で栄養改善の取り組みに関わっている主要な機関との調整・取りまとめを担う農業・農村開発省食料安全栄養技術事務局（SETSAN）の能力強化の一環として、漁業分野や地方政府等の関係機関との調整・連携も含め、SETSANの主体性を促しながら本取り組みを行っています。一般的に、実施機関の能力強化は予算や人員等のJICAがコントロールできない外部要因にも委ねられ、かつ時間を要するプロセスであり、SETSANも例外ではありません。このようなマルチセクトラルの栄養改善の取り組みを実施し、成功事例を作ることでSETSANの調整機関としての能力強化を推進していければと考えています。

モザンビーク料理の定番である「マタパ（Mapata）」（撮影：高橋 スリマラ）

往復書簡

パウリナ局長から太田専門員へのお返事

ガーナ食料農業省
女性農業開発局長
パウリナ・S・アディさん

JICA経済開発部
国際協力専門員（農村開発）
太田 美帆さん

第3号から開始した往復書簡。本号では、前回の太田国際協力専門員からのお便りに対し、ガーナ食料農業省女性農業開発局パウリナ・S・アディ局長からお返事が届きましたのでご紹介します。

Aooo Nyemi Miho, Oyiwaladoorn.

手紙をくれてありがとう。手紙を読んで、あなたが以前ガ(Ga)*の農村地域に住んでいた私の日本人の妹だとすぐにわかりました。私もこの往復書簡の企画に参加できることをとてもうれしく思っています。（*ガーナの主要民族の一つ。）

「blorfo vegetables（外国人の野菜）」が一般的になり、消費量が増えたのには、多くの外国人がガーナに住むようになり、彼らが自国の食文化とのつながりを求めて、自分たちの好きな食べ物を栽培したり、輸入したりしていることに理由があるように思います。都市化の進展により利便性が求められるようになり、調理や処理、保存に時間がかかる地元の食品の一部は追いやられています。ンカティ・ワヌ（落花生のスープ）やンメ・ワヌ（パームナッツのスープ）は準備に時間がかかるし、フフ（茹でたキャッサバを叩いてオオバコやココヤムと一緒に煮たもの）にも時間がかかります。一方、ほとんどの母親がフォーマルセクターの職業に就いており、インフォーマルセクターの職に就いている母親でさえも家を出なければならず、ガーナの母親たちは忙しくなっています。職場までの距離が遠くなり、公共交通機関が発達していないため、屋台の食べ物を利用することが増え、都市部では米のような食べ物がごく一般的になったのです。いまのガーナでは、フライドライスは一般的な食べ物になっていますが、これは25年前には見られなかったことです。

私たちが幼少期に食べていたものは変化し、以前よりも多くの油、砂糖、塩を摂取するようになりました。私たちが子どもの頃、両親は家にいて、放課後には温かい手作りの食事で歓迎してくれました。学校の食堂では、レッドレッド（豆のパーム油炒めとオオバコの炒め物）やワーチェ（米と豆の炒め物）のような温かい食事にペッパーソースをかけて食べていました。

今の栄養が偏った食生活は非常に心配で、この傾向を逆転させるために懸命に働く人々がいることをうれしく思います。私たちは、地元の食品を消費することや、農家がその食品を生産することを勧めていますが、それと共に私たちの食文化への理解を深めることも出来るとも考えています。 大豆は導入されましたが、私たちは地元の食品と組み合わせて、より豊かなものにすることを推進しています。ガリ（キャッサバを発酵させた粒状の乾燥製品）、バンクー（トウモロコシとキャッサバを発酵させた団子）、ケンケ（トウモロコシを発酵させた団子をトウモロコシの葉で包んだもの）、パラバソース（ココヤムの葉のシチュー）、さらには大豆で作ったケバブもあります。

私たちは栄養教育の強化を通じて、人々が適切な方法で調理できる食品の選択肢を増やせるよう促すことができます。「blorfo vegetables」も私たちの食事にうまく取り込まれていくものもあり、ガーナ料理はこれからも変化していくでしょう。

私たちは食べたものからできているのですから、健康的な食生活を促進するために努力したいと思います。

パウリナ・S・アディ

栄養改善パートナー事務局からのお知らせ

- 2024年度課題別研修「マルチセクターで取り組む食を通じた栄養改善（仏語圏、英語圏）」を6月より実施しています。
- 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。
- 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）