



栄養改善パートナー通信

第2巻 第10号 2025年12月24日発行



参加型ジェンダーアセスメントの様子@エチオピア ロメ郡

世界で働くパートナーvol.37 ～専門家編～

エチオピア国栄養センシティブ農業モデル村構築プロジェクト



――はじめに

5歳未満の乳幼児の37%が発育阻害に直面しているエチオピアでは、従来の保健セクター主導のアプローチから、各省が分掌の中で栄養改善に寄与するアプローチへと転換が図られています。「食」と「食を取り巻く取組」に携わる農業省においても、「連邦から村レベルまでの行政組織強化」、「年間を通じた食の多様性確保の促進」、「女性のエンパワーメント」等を戦略目標に掲げた国家栄養センシティブ農業（NSA）戦略が2017年に策定されています。

「[栄養センシティブ農業モデル村構築プロジェクト](#)」は、国家NSA戦略の下、農業省食料栄養室により整備された栄養センシティブ農業モデル村（NSA-MV）設立基準ガイドラインにおける栄養改善に向けた仮説を実証するパイロットプロジェクトの位置づけとして、オロミア州とアムハラ州を対象に2022年7月に始動しました。具体的には、食の多様性を図ることができる農業生態条件や灌漑整備状況、また行政機関のNSAに係る実施体制等の基準に沿って選定された、80世帯前後で構成されるパイロットサイト6村において、「組織能力強化」、「生産パスウェイ」、「意識啓発」、「収入パスウェイ」、「女性のエンパワーメント」に係る介入を通じ、出産可能年齢の女性（RAW）と乳幼児（6～23カ月）の食の多様性の改善を図る取組を実施しました。（詳細は下図参照。）



今月号の内容

世界で働くパートナーVOL. 37 ～専門家編～
エチオピア国栄養センシティブ農業
モデル村構築プロジェクト

JICA在外事務所より

JICAポリビア事務所 企画調査員
松山 優子 さん

JICA栄養関連活動ホットニュース

子どもの栄養改善を目指した
キリバスでの取り組み

栄養改善パートナーの活動

現地スタッフと築いた信頼と変化
バヌアツ国栄養士隊員 富岡 愛子 さん

栄養関連おすすすめ本！

『共食と孤食』足立 己幸 編著
――共「食事」から共「食」へ、「共「食」の
世界地図」で描き合いたい！

帰国研修員の今

コンゴ民主共和国 Alphonse さん

事業開始後1年後にはアムハラ州で、その数か月後にはオロミア州で治安情勢が悪化した関係で、JICA専門家や事業スタッフが現場訪問できなくなる困難に直面しましたが、その後、治安情勢が比較的安定していることが確認されたオロミア州において、オロミア州農業局、対象郡農業事務所職員、村の普及員が主体となり現場活動が継続されました。エンドライン調査では、オロミア州パイロットサイト3村において、過去24時間に、エチオピアの食をベースとした食事ガイドラインに示された食品6グループの内、4グループ以上を摂取したRAWの割合がベースラインの68.1%から96.6%に、8グループ中5グループ以上を摂取（WHO基準）した乳幼児の割合が43.2%から82.6%に改善する成果をあげることができました。本稿では、エンドライン調査の結果や現場の声も交えながら、今後、対象郡によって周辺村への拡大が目指される優良事例をご紹介します。

――優良事例①「フードトラッキング」と「食生活の多様性に向けた家族共同行動計画策定」による、気づきとパートナー間の相互対話の促進

マダガスカル国食と栄養改善プロジェクトで先行導入された「フードトラッキング」は、食生活の 패턴に係る主体的な気づきを醸成する有効なツールであり、本事業でも導入しました。また、ベースライン調査の結果、食や栄養に係る夫婦間の共同決定が低い（女性による単独決定が多い）状況が明らかになったことから、「フードトラッキング」の結果に基づき、各世帯で食生活の多様化に向けた共同行動計画を策定する取組も支援しました。エンドライン調査の結果、前述の食の多様性の改善に加え、食と栄養に係る夫婦共同決定の割合が、17.9%から49.0%に改善する結果となりました。対象農家のWorkuさんからは、「食生活が改善しただけでなく、みんなで協力して取組むことで、家族の絆が深まった。」という声が寄せられています。



――優良事例②「コミュニティ内で栄養価の高い食品（NDFs）を共有、循環、販売することで、相互補完的にNDFsへのアクセスと入手可能性を改善」

ベースライン調査で確認された動物性食品やビタミンA含有食品の摂取不足への対策として、養鶏（コエコック種）と栄養強化作物オレンジスイートポテト（OFSP）栽培の推進も行いました。持続的な拡大が図られるよう、初期支援は限定的に、最初に裨益した世帯がヒヨコや挿し穂となる芋づるを近隣世帯に提供する取組を促進しました。エンドライン調査では、RAWの動物性食品摂取がベースライン調査の31.9%から69.7%に、乳幼児の卵の摂取が43.2%から78.3%に、またビタミンAを豊富に含む野菜や果物の摂取が10.8%から69.6%に改善しました。対象農家のAbebechさんからは、「OFSPの栽培、消費、そして挿し穂を近所の家族と共有することは、私の家族の食生活を改善しただけでなく、私たちの食生活の多様性に持続的な影響を与えました。」との声が寄せられています。

――優良事例③「生産パスウェイ」、「収入パスウェイ」、「女性のエンパワーメント」に向けた家庭生産の促進

事業で促進した家庭菜園や前述の養鶏、OFSP生産は主に女性が携わっています。エンドライン調査により、自家生産品の家庭での消費が増加したことに加え、67.4%の女性が余剰品を販売して収入を得ているという結果が得られました。さらに、その内90%以上の女性が、その収入を野菜・果物、動物性食品、ナッツ・オイルシード等の食品購入に充てていること（いずれもベースライン調査時と比較し摂取が増加）、また80%以上が女性にとっての社会資本やセーフティネットに繋がる社会活動への支出に充てていることが確認されました。対象農家のKuriさんは、「家庭菜園の余剰品販売で得た収入は、社会活動や子どもの学用品購入に充てることができ、自信に繋がっている。近い将来、改良調理ストーブを購入したい。」と教えてくれました。

――優良事例④「意識啓発と行動変容に向けた、マルチセクター連携による複数の活動を通じた一貫したメッセージの発信」

エチオピアではバランスの取れた栄養素をエチオピアの食文化に沿った形で摂取できるよう、食材を6つの食品グループに分類した「食をベースとした食事ガイドライン」が策定されていますが、対象住民にとって6つの食品グループに係る正しい知識を得て実践に移すことは必ずしも容易なことではありません。事業では、農業、保健、教育セクターと連携し、小学校において、学校菜園やフードトラッキングを用いた栄養教育を行う「学校栄養デー」や、女性と男性の両方を対象に、含まれる食品グループを示すレシピを用いた調理実習を開催しました。エンドライン調査では、6つの食品グループについて認識する女性がベースライン調査の3.3%から64.0%に増加しました。小学校のTesfaye先生からは、「学校栄養デーを通じ、生徒の栄養クラブ活動が活発化し、学校菜園での実践は、栄養に関する授業の実践的なデモンストレーションツールとして機能しています。」との声が寄せられています。

――優良事例⑤「デジタルツールを用いたモニタリングによる、関係者間での定量的、定性的進捗の把握」

事業では、Kobo Toolboxによる月次モニタリングを導入しました。前述の5つの介入の進捗に係る定量的なデータに加え、家庭生産の余剰品販売で得た収入の用途等に係るサンプルインタビューや、優良事例や課題に係る定性的な情報の記載、また写真のアップロードができるフォーマットを設計しました。治安情勢によりJICA専門家と事業スタッフが現場に行けないという困難に直面する中、関係者間で共通のプラットフォームを持って事業の進捗管理を行うことに寄与しました。郡農業事務所のAlemayahuさんからは、「月次モニタリングにデジタルツールを活用することで、効率性とレポート提出の簡便性が向上し、質の高い報告を維持しながら時間を節約でき、業務に大きなメリットがもたらされました。」との声が寄せられました。

――終わりに

事業では、エチオピア政府の優良事例拡大に向けた取組を推進するため、コミュニティにおけるNSA介入の実践的な手順と優良事例を纏めたハンドブックをアムハラ語、オロミア語、英語の3か国言語で作成しました。事業終了前には、オロミア州パイロットサイト、及び、連邦農業省、アムハラ州とオロミア州農業局とドナー関係者を対象に、事業経験を共有するワークショップを開催しました。2025年12月24日に本事業は終了しましたが、今後、エチオピア政府の主導により、事業成果の周辺村やその他地域への拡大が目指されます。（執筆：チーフアドバイザー 西山 わか奈）



私は約15年前に教育開発を学ぶ大学院を休学してJICA海外協力隊に参加し、メキシコの現地NGOでストリートチルドレン支援を行いました。その時は、まさかその後私が協力隊の活動を支える企画調査員(VC)になるとは夢にも思っていませんでした。隊員活動後、メキシコ現地旅行会社手配業務、青年海外協力協会(JOCA)での開発教育支援、民間企業の国際営業からの駐在員経験、JICA国内機関での国際協力推進員の業務などを経て、現在ボリビア事務所では53名(2025年10月末現在)の隊員活動を支援するVCをしており、その中でも教育や保健医療・栄養セクターの隊員の分科会活動を担当しています。ボリビアは国土が広くなかなか隊員同士が対面交流する場がないため、まずはVCが隊員同士の橋渡し役をしています。各隊員のバックグラウンドや配属先での活動を知るVCが間に入り、「つながる」きっかけの場を提供し、隊員同士が連携することで生まれる研修会やセミナーの実施を推進しています。各自の配属先で悶々と悩んでいる隊員も別の場所で他の隊員と切磋琢磨し、ボリビア人のニーズに合わせた栄養改善セミナーを作り上げることでモチベーションが上がり、悩みを共有できるようになる姿を見てきました。

現在ボリビアでは6名の栄養士隊員が活動しています。オンラインセミナー実施を皮切りに、研修会後のアンケートや各配属先の声を拾い、障害児・者への食育など、「栄養×○○」という幅広いテーマを設定し活動の輪を拡大しています。県保健局の職員向けセミナー

JICA職員リレーコラム

JICAボリビア事務所 企画調査員(ボランティア事業) 松山 優子さん



だけでなく、市場で働く人々への衛生の観点も含めたセミナーの実施、小学校教育隊員とのワークショップ形式の食育など、今後も隊員同士のケミストリーが生み出す新たな取り組みやそのインパクトを楽しみにしています。今後も様々な職場で経験を積んできた私だからこそできる支援、特に隊員同士をつなげるきっかけ作りを提供し、栄養の枠にとらわれないボリビア独自の栄養改善アプローチを推し進めていきたいです。



栄養士セミナー集合写真@ボリビア

JICA栄養関連活動ホットとニュース

子どもの栄養改善を目指した キリバスでの取り組み



キリバス共和国(以下、キリバス)では、「[大洋州地域強靱な保健システム構築のための連携強化プロジェクト](#)」(他3カ国:フィジー共和国、トンガ王国、ミクロネシア連邦も対象国)を通して、COVID-19のような健康危機時においても継続した必須保健サービスが提供できるような体制構築・能力強化を目指しており、特に子ども(主に3-



第1回看護師およびナースエイド向け研修の様子@キリバス(撮影:安藤 めぐみ専門家)



JICA、他関係機関と協力のもと作成した子ども向け野菜・栄養推奨ポスター

10歳)の栄養改善に資するべく活動を進めています。キリバスにおける子どもの栄養課題の特徴は、低栄養と過栄養が混在していることです。栄養不良は子どもの命に関わるだけでなく、将来的な健康リスクにも繋がることから、対策を講じる必要があります。

栄養分野に関わる人材(保健医療従事者や看護学校の教員等)に対して、特に急性栄養失調児に対応するための知識や能力向上のためのトレーニングを実施し、「栄養失調管理ガイドライン」の作成を進めています。あわせて子どもやその保護者向けの教育ツールとして活用できる教材の作成支援を行っています。子ども向けのポスターには、国内で栽培可能であり栄養価が高いものの、食用として馴染みのなかった野菜や果物に着目し、食事に取り入れられるよう、イラストやグラフを用いて視覚的に理解しやすい工夫をしました(左イラスト参照)。また、保護者向けの教材として、クリニックの待ち時間を活用したクッキングデモビデオを提供する準備を進めています。サービスに十分アクセスできない災害時も見据え、家庭で栄養失調児の判別ができるように中上腕周囲(MUAC)テープの使用法などの説明も盛り込む想定です。さらに、学校売店スタッフに対する研修も実施し、学校弁当コンペティションを開催後、子ども向けメニューのレシピ本の作成を行う予定です。

実施機関であるキリバス保健医療サービス省に加え、教育省や農業省などの関連省庁との連携も不可欠です。関係者との定期的なコミュニケーションや協働を通して、キリバスの子どもの栄養改善へ向けた取組を進めていきます。(執筆:人間開発部 氏家 美帆)

私の配属先は、南太平洋の国バヌアツの北部3州を統括する北部州総合病院です。現在はNCD(非感染性疾患)クリニック、病棟、厨房を中心に、外来・入院患者への栄養指導・教材づくり、入院食の改善に努めています。バヌアツは野菜が豊富にとれる国で、食材自体には恵まれています。正しい栄養知識の普及が十分ではありません。そこで最初に着手したのが、NCDと健康的な食事についてまとめた啓発ビデオの制作でした。前任者から引き継いだ資料に現地スタッフによるビスラマ語の音声を加え、NCDクリニックの待合室で上映しています。

次に取り組んだのが、病棟回診と病院食の改善です。当初、病院では食事オーダーが正確に伝わらないことや、病院食が「普通食・減塩食・ブレンダー食(通常の食材をブレンダー等を使ってペースト状にした食事)」の3種類しかないことが問題となっていました。そのため毎朝ドクターの回診に同行し、患者一人ひとりの食事ニーズを把握して厨房に共有、特別食は最初の頃は私が盛りつけながら、徐々にスタッフへ伝えていきました。その結果、病院食は3種類から12種類へと拡大し、まだ完璧とは言えない部分もありますが、病棟確認も特別食の盛りつけも現地スタッフのみでも対応できるまでになりました。栄養士が毎日病棟に顔を出すことで各病棟との関係性が深まり、院長からは「来年度の病院目標の第一位に病院食を掲げた」との報告を受けるなど、病院全体で食事の重要性が共有されつつあります。また最近

栄養改善パートナーの活動

現地スタッフと築いた信頼と変化 バヌアツ栄養士隊員 富岡 愛子さん

では、私のルーチンワークをバヌアツ臨床栄養士ガイドラインの標準作業手順として採用したいと保健省から打診を受け、バヌアツのもう一人の栄養士隊員と共に作業を開始したところ。着任当初は「担当する病院で、食事が原因で患者を危険にさらしてはならない」という気持ちで走り続けていましたが、



小児病棟にて患者情報を共有している様子

今ではスタッフが自らの仕事に誇りと責任を持つようになり、大きな変化を実感しています。今後は業務を現地スタッフに引き継ぎつつ、ガイドライン整備に力を注いでいきたいです。

世界中、ひとり残らずの人が “おいしいね、楽しいね、みんな元気がよかったね、こんな食事がずっと続くといいね・・・” と思えるような食事とはどんな食事か？ 年令・経済や文化・地域や国を超えて多くの人々と共有でき、日常生活に活かせる指標は何か？ それを実現できる方法は？ 等々についてそれぞれが納得し、根拠をもって実践しあい、仲間づくりをしたいと、1969年「食生態学」が生まれました。答え探しは難関続きですが、初期段階から注目してきた一つが“共食”です。

日常生活の中で解決すべき緊急課題から出発し、国内外での事実確認をし、日本人が長い生活の中で積み重ねてきた生活の知恵を活用した先達たちの研究・実践の成果を踏まえた仮説設定をし、“生活実験”や国内外の実態調査で検証・検討を繰り返した結果を、必要な人々や関係者と共有する...という丁寧な手順を踏み、すすめてきました。本書は、当事者を含め関係者と共有できる課題解決・目的に合った内容や形態の資料・教材づくり、そして子育てを目指してきた、試行錯誤の中間報告です。これら循環の中で、国際協力活動の現地で、重要な発見、難題の検証や新案の発想が多々生まれたことは言うまでもありません。特に“共食”関係は多く、(紙面の都合等で紹介できなかったことが多々ありますが) 次のことです。

栄養改善おすすめ本！

共食と孤食 足立 己幸 編著 ——共「食事」から共「食」へ、“共「食」の世界地図”で描き合いたい！



○ 伝統的な生活様式を続けていた離島に住むトンガ人たちは、結婚すると、同じ敷地内に新しい小屋を建ててマイペース生活を始める。しかし、食事は準備・食べる・後片付けのフルコースを母屋(実家?)の側の食事棟で、大家族の共食(本書P.74)

○ 「共食の地球地図」は、上から下へ「個人」を包み込んでしまう完結型の全円でなく、左下から右上に広がる、緩やかな多層の楕円形を特徴とします。理由は、国内外の現地の人と気軽に(少し歪んでもずれてもよい)、話しながら描き合うことを願ったからです。この思いは、用紙も鉛筆もないケニアの子供たちの食事調査で地面に寝そべるようにして描いてくれた時の、共感・共創感が導いてくれました。(執筆: 足立 己幸 先生 (著者ご本人))

帰国研修員の今

コンゴ民主共和国 Djanga Alphonse Osombo Soko さん



Mr. Djanga Alphonse Osombo Soko

- ・ 国名: コンゴ民主共和国
- ・ 所属: 農業・食料安全保障部
情報管理・新技術・コミュニケーション部 地理情報システム課 (課長)
- ・ 参加: 2021年度「農業を通じた栄養改善 (Bコース)」、2022年度「マルチセクターで取り組む食を通じた栄養改善 (Bコース)」



▲ 農家への指導・小規模生産者への改良種子購入のための登録カードの配布の様子 (左: Alphonseさん) ©コンゴ民主共和国

私は、農業省で、国内の農地や作物の分布や農地の利用状況をマップにまとめる業務を担っています。部署では、全国各地から報告されるデータの信憑性を確認するために、州を実際に訪問して生産量の多い上位5種類の作物を調査しています。私たちの普段の食生活を反映して、その際挙がる作物はいつも、エネルギー源となる穀類などが中心です。食事の質を上げるために不可欠にもかかわらずあまり重視されていない、野菜や豆類の情報は見当たりません。文化的にあまり馴染みがないのです。国には栄養課題が山積しているにもかかわらず、栄養価の高い作物の栽培が重視されていない状況を、課題だと感じていました。

この課題解決の手段の一つとして、JICAの課題別研修で学んだ「栄養課題の解決に資する栄養素を特定し、その栄養を充足できる作物の生産・消費を推奨する」というNFA (Nutrition-focused Food Access Improved Approach) の考え方は、私にとって大変画期的で、これをアクションプランの柱に据えました。アクションプラン作成時に強く意識したことは、できるだけ自分の職務に即した、通常業務の中で実践できる活動とすることです。マップ作成を担当する私ならではの強みとは何でしょうか。私はまず、NFAツールを用いて「栄養課題の解決に必要な栄養素を含む作物」のリストを作成し、部署が把握している各州の情報(農産物、土壌、自然環境など)を見ながら、リストで特定した作物がどこで生産できるか検討し、結果をマップに落とし込んで可視化しました。そして、地方でのミッション(農業キャンペーンの評価、農業バリューチェーン調査、小規模農家登録のモニタリングなど)の機会に、農業普及員を通じて農家に向けてそうした栄養価の高い作物の栽培技術を普及する計画を立てました。また、普及員、栄養担当職員、コミュニティ・ヘルス・ワーカー、地元NGOなどにも、食の多様性、NFAアプローチ、作物カレンダー、24時間思い出し食事調査法、水・衛生(WASH)などの栄養教育や生活改善に関する能力強化を行いたいと計画しました。

食事の質の改善を実現するためには、農作物だけではなく畜産物や水産物の生産も不可欠であり、これらを含めた「網羅的なマップ」を作成することが私の理想です。かつて、農業・畜産・水産部門はすべて一つの省にありましたが、現在はそれぞれ独立した省に分かれており、省庁の垣根もあってデータを提供してもらうとなかなか難しいのも実情です。研修後情報共有したところ、必要な栄養素を満たすための農作物を特定できるNFAツールは、すべての省から大変好評でした。NFAが触媒となって、省庁やセクターが連携して栄養不良という共通の課題に取り組んでいけるようになると良いと思います。

研修中は積極的に講師へ質問し、研修後もアクションプランの実践について相談・共有してくれたAlphonseさん。自身の業務に即した形で、手の届く範囲から着実に活動を広げている様子が伝わります。研修で学んだNFAツールを各州で入手可能なデータと結びつけ、マッピングに応用した点も大変興味深いです。マルチセクターならではの難しさもありますが、人々の繋がりを生かし、研修での経験をもとに連携がより強まることを期待しています。

研修の実施・運営に携わられたお二人にコメントをいただきました



元IFPaT
川合 菜月 さん



元JICA筑波センター
武田 翔吾 さん

研修で学んだコンセプトをご自身の業務に落とし込まれている活躍、とても嬉しく拝見しました！ JICA筑波はオンラインから対面研修への過渡期にありましたが、それぞれの形態を受講することでより深い理解が得られたのではないかと思います。栽培状況を地図に落とし込むのは、自国の普及活動だけでなく開発パートナーを巻き込むうえでも非常に重要です。私は今隣国のザンビアにいますが、一緒に仕事ができる日を楽しみにしています！

栄養改善パートナー事務局からのお知らせ

- ・ Facebookページ「みんなの栄養」では、栄養改善に関するJICA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。
- ・ 第2巻の発行は、今回で最終号となりました。2年半の間、皆様からのご支援を誠にありがとうございました。

栄養改善パートナー事務局 (担当: 安田 満希・ 柳野 愛)

