

栄養改善パートナー通信

冬の「栄養改善パートナー通信」、少し頭をひねります。

日本では冬になり、インフルエンザが早くも流行の兆しを見せています。毎回季節感も考えながら紙面を企画していますが、日本が冬となると、栄養改善パートナーの皆さんが活動する地域にちょうどよいネタがあるだろうか？と頭を悩ませます。そこで、現地からお寄せいただいたお便りを参考に、日本ではあまり知られていない作物の話題も入れてみました。土地の気候は、地域によっても標高によっても月によっても様々なはず。それぞれの土地に由来する食の情報を、是非お寄せください。



(上) 対象地域から選考された健康推進員の研修でのグループワーク。

2018年も、どうぞよろしくお願いたします。

世界で働くパートナー④ ソロモン諸島の村民の健康改善に向けて

目次:

【シリーズ:日本の栄養改善の経験】

⑤日本の学校給食は、本当に栄養改善に貢献したか 2

【驚き!栄養改善のインパクト】
栄養不良がもたらす経済的損失③ 2

【旬の食材、現地の食材】
③キマメ(pigeon pea) 2

【マルチセクターって、どんなもの?】
⑤継続してくれた離乳食モニタリング(後編) 3

【私たちもパートナーです!】
・尾地麻奈美さん 3
・石川みどりさん 3
・恩田瑛里佳さん 3

【IFNAホットニュース】
IFNA事務局が南アで本格始動、事務局より自己紹介 4

【知っておこう】
SDGsと栄養改善の関わり(SDG2) 4

ソロモン諸島「ヘルシービレッジ推進プロジェクト」では、村人の健康改善を目的として、村落から推薦された健康推進員を育成し、これらの人々が村民への健康啓発、保健サービスの提供、保健サービスの支援を実施できるようなシステムづくりを行っています。

生活習慣病や水・衛生に栄養が絡む

これまでは、そのモデルシステムの策定、健康推進員のガイドライン策定、必要な教材作成、研修の実施などに力を注いできました。ユルユルの社会ではありますが、それなりに政府と一体感を持って進めてきているという自負を持っています。プロジェクトは、ソロモン諸島で特に課題となっている生活習慣病、栄養、水と衛生、マラリアを中心に、住民の健康改善を図ることによりしております。

ソロモン諸島の健康事情

トイレは、臭いし汚い。また床板が崩れる事故も頻発することから、人々はすぐに爽やかなビーチに戻ってOpen Defecation、です。国民の60%以上がこれを利用しています。マラリアによる死亡率は激減しましたが、罹患率が高い地域はまだ残っています。ソロモン諸島は食料が豊富だから栄養不良はないでしょう、っていうのは真っ赤なウソで、子どもと母親は栄養不良。特に低身長と貧血が問題です。それもそのはず、信じられないほどのアンバランスな食事が習慣化しているのです。そして、生活習慣病がますます人々を苦しめ始めています。特に糖尿病は深刻で、早急な取組みが必要です。この深刻な課題に取り組むJICAプロジェクトの役割は大きく、その責任も重大であると認識しているところです。

(チーフアドバイザー 力丸徹)

母子の栄養不良、糖尿病が深刻です。

プロジェクトが推進する「ヘルシービレッジ」とは、どんなものですか。

力丸: 公的保健医療サービスが十分に行き届かないなかで、住民自らが健康改善活動ができるように、(1)キーマクターとなる健康推進員が育成され、(2)健康にかかるメッセージを住民に提供し、(3)簡単な保健サービスの提供を行い、(4)アウトリーチクリニックなどへの協力を積極的に進めるコミュニティを指します。

「信じられないほどのアンバランスな食事」、気になりま

す。どんな食事で、対策は何でしょうか。

力丸: 一般的に1日2食で、夕食に大食するというスタイルがあります。アンバランスなのは、糖質に依存する度合いが高く、野菜や果物の摂取が少ないこと、海に囲まれている環境にもかかわらず魚介類などの動物性タンパク質の摂取が非常に少ないことです。野菜や果物の摂取を高めるため、スプスプガーデン(家庭菜園)の普及を図るのが一つの取り組みです。糖尿病罹患率の上昇を考え、米飯食よりもイモ類を摂取する伝統食が健康的であるメッセージを伝えることも命題となっています。

栄養改善パートナー通信

シリーズ:日本の栄養改善の経験 ⑤日本の学校給食は、本当に栄養改善に貢献したか

「学校給食が栄養改善に貢献している」。飢餓や栄養問題を扱うと、このようなフレーズを一度は耳にしたことがあると思います。そのエビデンスを得るため、日本の学校給食関連の文献を紐解きました。

学校給食の始まりは貧困救済の就学支援

日本の学校給食は明治22年、山形県の小学校で家が貧しくお弁当を持ってこられない貧困児童を対象に実施したのが始まりと言われています。その後、昭和7年には国庫から67万円が支出され、就学困難児童救済のため学校給食を奨励するようになりました。このように学校給食は、開始当初は食事提供をインセンティブとした就学支援という性格がありました。

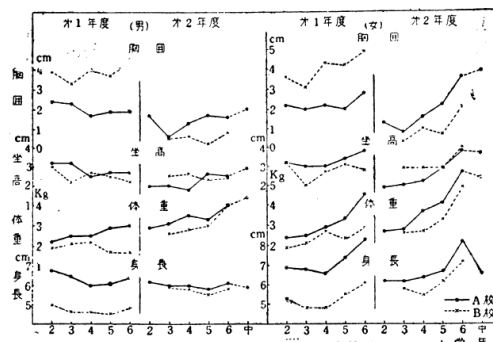
栄養不良児・身体虚弱児を対象に

その後、戦火が強まるなか、学校給食の目的は、栄養不良・身体虚弱児を対象とする

保健施策的性格を強めたと言われます。第2次世界大戦後は、極度の食料不足による子どもの発育の低下から、保健施策的性格が維持され、国庫負担による学校給食維持が閣議決定、学校給食の法制化も行われ、現在にいたります。

戦後の学校給食と子どもの発育

栄養不良児、身体虚弱児の回復を目的に、国策として実施された学校給食ですが、本当に栄養不良の改善に貢献したのでしょうか。昭和24年に学校給食を実施する小学校と実施しない小学校で児童の発育(体重と身長)の双方の増加の違いを調べた研究論文によると、確かに学校給食の質が児童の発育に影響を与えたことが結論づけられています。給食の内容が、特に日本人に不足しがちなタンパク質やカルシウムを補完するものだったことが、大きな要因として挙げられています。特に長育は、脱脂粉乳の給与量に比例しました。しかし、脱脂粉乳の投入により長育が大



(上) 2校で発育を比較したグラフ
(河合ほか(1952)「学校給食が児童の体勢に及ぼす影響」、昭和医科大学)

きく見られた反面、筋力の発達は伴っていないとも報告されていました。戦後の日本の学校給食は、確かに栄養不良の改善、特に長育という意味で大きな功績を残したと言えるでしょう。

(栄養改善パートナー事務局 新井綾香)

学校給食は、就学支援に始まり、保健施策的性格を強めた。



中米パナマではグアンドウと呼ばれるキマメ。未熟な豆を使った豆ご飯が、収穫期の国民的料理。(画像はWikipediaより)

ケニアの栄養改善パートナーから、現地BBCで食料と栄養について放映されたとのお便りが届きました。残念ながら放映ビデオクリップの閲覧は時限でしたが、その中でケニアに拠点があるICRISAT(国際半乾燥熱帯作物研究センター)が栄養価に優れた新品種を作出し、農村部の女性が豆料理を教わっている例が紹介されていました。その豆の一つがキマメ(英名 pigeon peaまたはCongo peaなど)です。

◆ インド東部原産とされ、インド亜大陸、アフリカ東部、中米で主に生産される。粗放的な

驚き! 栄養改善のインパクト 栄養不良がもたらす経済的損失③

第3号のエチオピアに続き、IFNA重点国のガーナでの状況をご紹介します。2011年のデータに基づく調査によると(注1)、ガーナでは栄養不良によりもたらされる経済的損失の合計は46億セディ(注2)、GDPの6.4%に相当します。このうち最も影響の大きい要因は栄養不良に起因する死亡による生産性の損失で、労働人口の7.3%が栄養不良による死亡で失われています。労働人口の約37%が子どもの頃発育阻害を患っていますが、これは教育達成度の低さにつながることで、成人した際の収入獲得力にも負の影響をもたらします。肉体労働に従事する人の41%が子どもの

頃発育阻害で、これは3億1900万セディ、GDPの0.44%の損失をもたらしています。肉体労働以外の人の発育阻害による生産性の損失も6億2800万セディ、GDPの0.86%の損失につながります。子どもの頃の栄養不良に起因する職場欠勤による経済的損失は約33億セディにも上り、GDPの4.5%です。

(栄養改善パートナー事務局 堀江由美子)

(注1) Cost of Hunger in Africa(AU委員会とNEPADがアフリカ各国の子どもの栄養不良による社会経済的インパクトを試算するプロジェクト)による調査報告書

(注2) 1ガーナ・セディは、約25円

旬の食材、現地の食材 ③キマメ(pigeon pea)

農業でも3~4カ月ほどで収穫できる品種は、資源の乏しい農家でも栽培可能。非常に高い旱耐性を持ち、高タンパクで栄養豊富な食料として、キマメ栽培を奨励する運動も。間作で他の作物に有機窒素(例:トウモロコシ)や日陰(例:コーヒー)を与える役目にも使われる。

◆ インドでは、ダール(豆類のスープ)の材料として使われ、菜食主義者の重要なタンパク源。葉酸の含有量も豊富。

◆ 未熟な豆は熟した豆より微量栄養素が少ないが、ビタミンCがかなり多く、脂質も少し多い。未熟な豆が含まれるタンパク質が良質なことでも知られる。

<食べ方の留意点> 食用としては、穀物と組み合わせることで栄養バランスのよい食材となる。乾燥した豆を発芽させた後に調理することで、風味が変わり、消化がよくなる。若い葉や野菜として使われ、エチオピアでは若芽や葉も調理される。(主な情報はWikipediaより)

(栄養改善パートナー事務局 梶房大樹)

マルチセクターって、どんなもの

私は、インドネシアで日本の支援により導入された**母子手帳の栄養面での活用促進**を目的に、栄養士隊員として2004年から2006年まで活動しました。当時、離乳食はあまり知られておらず、離乳食の必要性や作り方も指導されていなかったの、私は**母親対象の離乳食講習会**を企画し、**実際に離乳食を作るデモンストレーション**を行いました。4年後に会ったC/P(男性)は、私が実施した離乳食デモンストレーションが続いていると話してくれました。なぜでしょうか。



(左) 離乳食デモンストレーションの様子

「対象地域に農作物は不足していなかった。肉などは高価で買えない世帯もあったが、豆腐やテンペと呼ばれる大豆加工食品、卵などのタンパク源は、比較的安価で流通もしていた。海辺の地域では、魚も入手可能。土壌に特定の栄養素不足もなかった。感染症から重篤な栄養不良に陥ることが数例(特に1歳以上の予防接種が終了した月齢に)発生していた。離乳食に関する知識は、医療従事者も含めて低く、昔からの食べ物に関する言い伝えがあった(妊婦が魚を食べたら生臭い子が産まれる、母乳の次に与えるのはバナナでなくてはならない等)。」—離

⑤ 継続してくれた離乳食デモンストレーション(後編)

乳食デモンストレーションは、この地域に不足していた**離乳食に関する知識や間違った慣習を見直すきっかけ**となり、その様子を観察していたC/Pをやる気にさせ、さらには母親たちの関心を集め、行動変容を促したのだと思います。

こうなった大きな要因は、インドネシアには各コミュニティに**ポシアンドゥ**という地域に密着した総合保健ポストがあり、地域保健医療活動はそれを拠点としシステム化されていたことです。ポシアンドゥでは毎月、助産師および保健所スタッフにより妊産婦検診や子どもの予防接種、健康相談などが実施されていました。地域差はあったものの、母親たちは予防接種目的でポシアンドゥに通う習慣がありました。また村に常駐する助産師が疾患への対応や栄養面でのフォローをできる態勢で、5~8村に一人しかいない保健所栄養士と元々協力して仕事をしていました。しかし1歳の破傷風の予防接種が終わると、子どもをポシアンドゥに連れてこなくなる母親がほとんどでした。**離乳食講習会は、予防接種が終了しポシアンドゥに通う必要がないと考えていた母親たちの関心を引くことができた**のです。

また、ポシアンドゥでは各コミュニティから選ばれたボランティアが子どもの体重測定・記録などを行っていました。自分は男性だから人前で調理はできないと言ったC/Pは、このボランティアにデモンストレーションの調理を担当してもらいました。**各コミュニティに離乳食デモンストレーションを実践できる人材を育てた**ことは、私が想像した以上の効果があると思います。



(右) 作った離乳食の試食

農作物不足、経済的な問題、土壌、疾患、間違った慣習、知識不足、無関心など、栄養不良は様々な要因で発症します。そして多くの場合、これら**いくつかの要因が重なって発生しているため、栄養改善は多方面からのアプローチが重要**です。さらにポシアンドゥのような**コミュニティの基盤**があれば、多方面からのアプローチをより浸透させやすく、また持続的にすることが可能だと思えます。

(元青年海外協力隊インドネシア派遣(H16-1)

安藤美穂(栄養士))

村の離乳食講習会で、実際に作って試食するデモンストレーションを実施、4年後も続いていました。それはなぜ？

リレー自己紹介 私たちもパートナーです！

JOCV

尾地麻奈美 さん
(ブータン、栄養士)

活動概要: 首都ティンプルー国立病院の栄養士とともに、入院・外来患者とその家族に対する栄養指導、病院給食の運営や体制改善を支援、地域住民への健康教育等。

一言メッセージ: 「世界でいちばん辛い料理」と称されているブータン料理。唐辛子は野菜として扱われており、とにかく辛い！ ちなみに病院食のカレーにも、控えめながら常に入っています。



専門家

石川みどり さん
(グアテマラ・ジャマイカ・ガーナ・フィジー等、公衆栄養・国際栄養)

活動概要: 様々な地域・国で地域栄養活動をしています。すべての人々の食物へのアクセスの保障に貢献したいと思っています。

一言メッセージ: どんな地域でも、地元の食材を使った料理は味わい深いです。



JOCV

恩田瑛里佳 さん
(ベナン、助産師)

活動概要: 小さな村にある病院で、褥婦(じょくふ)・新生児への授乳支援や保健指導、助産師への技術指導をしています。

一言メッセージ: ライフラインが脆弱なこの国では、自身の食生活もままなりません。任地で購入できる食材は限られ、健康管理のために工夫が必要です。



リレーでのご協力ありがとうございました。次回ご紹介の皆様もよろしくお願ひします。

IFNA (Initiative for Food and Nutrition Security in Africa: 食と栄養のアフリカ・イニシアチブ)は、アフリカにおける食と栄養の改善実践を加速化するため、JICAを中心に計10の支援機関が発足させた国際イニシアチブです。2025年まで10~20カ国で、分野横断的な栄養改善活動の規模拡大に取り組んでいます。

IFNAを推進するため、JICAより企画調査員を南アフリカ共和国へ派遣し、パートナー機関のNEPAD内に事務局を開設しています。このたびIFNA事務局が2名体制となり、本格始動となりました。事務局員それぞれの自己紹介を本号と次号でお届けします。

皆さん、初めまして。IFNA事務局のチーフオフィシャルを拝命いたしました、坂賢二郎(ばん けんじろう)と申します。12月に事務局の設置されている南アに到着、今月から本格的に業務を開始しました。

この業務に就く直前まで、国際NGOスタッフとして緊急・開発援助に長く関わってきました。そのなかでもアフリカは、十数年前にケニアに駐在して以来、いわゆる草の根レベルでの支援活動に多くの時間を使ってきた僕の「原点」です。

「開発」の基本であるべき、子どもをはじめ人々の健康な生活、その基礎となる十分な栄養摂取ができない人の数は、アフリカでは4千万人以上増えている — これまでアフリカで、母子保健や食糧援助、水衛生などの事業を行うなか、個々の事業目標は達

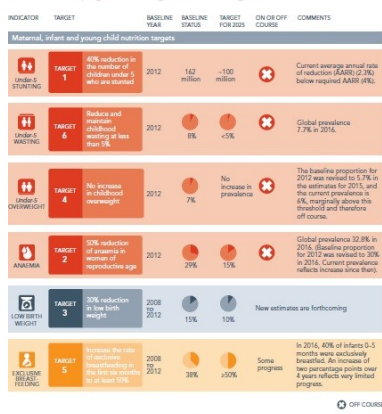
成してきたものの、根本的な問題はむしろ悪化していると感じたときは、大きなショックでした。

最終的には栄養に関わる政策をコミュニティ、家庭レベルでの生活そして栄養改善につなげる、そのために農業や保健などのマルチセクター連携で、現場の活動を促進していく。大変大きくかつ、ぶつかりがいのあるチャレンジがまさにIFNAの醍醐味であり、個人的にもこの業務に惹かれた理由です。このチャレンジは、多くの人たちの協力なくしては乗り越えられません。ぜひ皆さんと一緒に、2025年まで走り続けていきたいと思っております！

(IFNA事務局チーフオフィシャル
坂賢二郎)



FIGURE 2.2 Global progress towards global nutrition targets



Source: Authors, based on WHO, 2012, 2014; NCD Risk Factor Collaboration, 2016; Stevens GA et al., 2013; Zhou B et al., 2017 and UNICEF, 2016

(上) 国際母子栄養目標の進捗状況。赤く表示されたものの進捗が思わしくない。

(出典:「2017年世界栄養報告」31ページ)

知っておこう SDGsと栄養改善の関わり(SDG2)

2015年9月に国連で採択された2030年までに世界が達成すべき17の目標、SDGs(持続可能な開発目標)。その2番目の目標「**飢餓を終わらせ、食料安全保障および栄養改善を実現し、持続可能な農業を促進する**」の中でも、直接栄養不良の解消を謳うのが、**ターゲット2.2**「5歳未満の子どもの発育阻害や消耗性疾患について国際的に合意されたターゲットを2025年までに達成するなど、2030年までにあらゆる形態の栄養不良を解消し、若年女子、妊婦・授乳婦および高齢者の栄養ニーズへの対処を行う」です。

この「**国際的に合意されたターゲット**」とは、2012年の世界保健総会で合意された母子栄養に関する2025年までの6つの目標、①5歳未満児の**発育阻害**、②妊娠可能年齢の女性の**貧血**、③**体出生体重児**、④5歳未満児の**過体重**、⑤生後6カ月間の**完全母乳育児率**、⑥5歳未満児の**消耗症**に関する目標を指します(本紙第0号を参照)。「2017年世界栄養報告」によると、このうち①、②、④、⑥は**進展が思わしくなく、2025年までの達成が難しい**とされ、一層の取組みが必要とされています。

(栄養改善パートナー事務局 堀江由美子)

栄養改善パートナー事務局からのお知らせ: JICAホームページ内に「栄養改善パートナー」のページができました!

JICAホームページの中にある「栄養改善」のページの構成を更新し、「栄養改善パートナー」のページ(<https://www.jica.go.jp/activities/issues/nutrition/partner/index.html>)を開設しました。JICA「栄養改善」ページから左の列にある「JICAの取り組み」へ進んでください。その中に「5. 栄養改善パートナー」があるので、リンクをクリックしたら「栄養改善パートナー」のページです。「栄養改善パートナー通信」のバックナンバーは、ここにアップロードされています。今後は、栄養改善に関連した技術情報や教材などを整備していくことも計画中です。

一度ページを開いたら、是非ブラウザにお気に入り登録してくださいね。

お詫び:前号(1-5号)2ページの「ラビトウツウ・ケーキ」記事から、執筆者名が消えていました。原稿をお寄せくださったのは、マダガスカルOVの藤岡宏美さん(H27-1家政・生活改善)でした。**大変失礼いたしました。**

「栄養改善パートナー通信」第7号は、2018年2月下旬に発行予定です。

派遣国、業務経験国での食と栄養に関する情報やご相談をお寄せください。記事のなかで取りあげていく予定です。特に企画記事、「**これ、現地でウケました。**」「**旬の食材、現地の食材**」に使える食体験や食知識は、大歓迎です。ぜひJICA農村開発部の栄養改善パートナー事務局まで!

<メールアドレス: rdga2-nat@jica.go.jp>

