

**世界の人びとのための J I C A 基金活用事業
終了時活動報告書 (2024 年度採択案件)**

1. 業務の概要	
(1) 案件名	【幼児の心身の生育に関する養成プログラムの実施 - 低栄養児とその保護者対象の栄養プログラムの補完として - 】
(2) 実施団体名	特定非営利活動法人 NAROMAN
(3) 実施期間	2025 年 4 月 21 日～2026 年 04 月 20 日
(4) 実施国	東ティモール民主共和国
(5) 活動地域	首都ディリ ドンアレイソ区ベボノック村メティン 4
(6) 活動概要	<p>①活動の背景： 東ティモールでは、1,000 人当たりの 5 歳児死亡率は 47 人（日本 2 人）、0～4 歳児発育阻害率は 49%に達している。（UNICEF 世界子供白書 2023）特に脳の発達において極めて重要な時期である 3 歳までの栄養不良は、身体の発達だけでなく、認知能力面にも影響を与え、その後の学びや雇用にも大きな影響を及ぼす可能性がある。そのため早期に栄養不良を解消し、幼児の健全な心身の発達を支援することを課題としている。</p> <p>現地の保健施設などでは、妊娠期から 2 歳になるまでの「最初の 1000 日」の啓蒙はあるものの、保護者が具体的な幼児教育や、成長と発達に関する知識を得る機会は限定的である。当団体の実施する栄養プログラムには、1 回に 5-6 家族、月に約 20 名の保護者、約 30 名の子どもが参加する。その多くの子どもに発育阻害などの問題がみられ、食事内容に偏りや栄養不足が認められる。経済的な理由に加え、保護者の中には、「子どもを泣きやませるために、甘いものを与える」など、不適切な食習慣も確認される。これらを背景に、スタッフや保護者を対象に知識補完プログラムを実施し、幼児の健全な育成を支援、栄養状態の改善に寄与する。</p> <p>②活動の目標： 東ティモールにおける幼児の心身の健全な成長・発育を促進するため、当団体スタッフ（以下スタッフ）と協力者（寮生）と、近隣の保護者を対象にした教育プログラムを実施する。スタッフと保護者が子育てに関する専門的知見を深める機会を提供する。また学んだ知識をアウトプットする機会としてワークショップを実施する。今後の事業継続に向けて、当団体施設内で親子が共に学べる環境の整備することで、地域における継続的な子育て支援、子どもたちの健全な成長を促進する支援を行う。</p>

2. 業務実施結果

(1) 実施した内容

1. 栄養・医療・自助啓発の各専門家を講師として招き、以下の内容の講習会およびワークショップを実施した。

① 講義：「幼児の病気予防」

講師：マヌエル・ファティマ・ゴンザレス医師

5月24日9:30-12:30pm (対象：スタッフ4名) 場所：ナロマン事務所

- ・東ティモールの政治的・社会的背景の解説
- ・耳や鼻への異物を詰めた際における安全な除去方法
- ・保健衛生全般（感染症予防、応急処置、家庭内事故防止）の指導
- ・診療所での具体事例に基づいた、予防・対応法の解説
- ・質疑応答

6月14日9:00am-12:30pm (対象：保護者・寮生22名)

場所：サンタラファエラの家 養成センター

- ・子どもの権利と保護者の役割（生命、食事、医療、教育、保護、遊び、人格形成）
- ・DOMIN INAN & AMAN BA OAN SIRA（母と父の子どもへの愛）の重要性
- ・児童放置の現状、家庭環境の課題、および政府・社会の法的責任
- ・保健衛生（感染症予防、応急処置、家庭内事故防止）と診療所事例の紹介
- ・東ティモールの現状に即した予防・対応法の解説
- ・ヘロシパウダー（HEROCYN）の正しい使用法（2歳未満は禁止について）
- ・パラセタモールの適正投与方法（体重・年齢に応じた用量の説明と実物提示）
- ・経口補水液（ORS）の作成方法と試飲

6月28日9:00am-12:30pm (対象：保護者・寮生26名)

場所：サンタラファエラの家 養成センター

- ・6月14日と同様の保健衛生指導および薬の使用法
- ・トイレの正しい使い方と事故防止策
- ・洋式便器の誤使用（便器の上に立つ等）による事故事例の紹介
- ・正しいトイレ使用法の指導
- ・経口補水液（ORS）の作成方法と試飲

② 講義：「自立して生きる」

講師：クルス、マリア・ド・ルルド・マルティンス氏

7月3日10:30am-12:30pm (対象：スタッフ4名)

場所：Instituto Seculare Maun Alin Iha Kristu (ISMAIK)

- ・講師の経験談（ポルトガル時代、インドネシア占領期と独立後の生活の変化）
- ・無職で将来を見通せない若者が溢れる首都の現状と周囲の小学生が受ける悪影響
- ・失われた創造力と勤勉性を取り戻し自立して生きる「考え方・行動を変える要素」
- ・学校教育と保護者の役目：計画の立て方、生き方を示す重要性
- ・独立後の国際NGOのティモール国内活動の成果と影響について
- ・理論と実践を同時に行う母親への指導

10月1日 10:00am-15:00pm (対象：スタッフ4名、保護者2名)

場所：Instituto Seculare Maun Alin Iha Kristu (ISMAIK)

- ・「台所に健康があり」、家庭菜園や農作業の重要性について
- ・海外出稼ぎがもたらす弊害
- ・正しい食教育（食育）の必要性
- ・キャッサバの乾燥方法、調理法、試食

③ 見学：NGO フロントライン「母親教室」

講師：ウィンディ氏（助産師）

9月3日 9:00am-12:00pm (対象：スタッフ4名)

場所：ボボナロ県マリアナ市バリボーコミュニティヘルスセンター

- ・産後の母体ケア
- ・検診の重要性
- ・赤ちゃんの沐浴指導
- ・家族計画、妊娠中・出産後の栄養

④ 講義：「栄養の基礎と東ティモールの状況」&ワークショップ

講師：エピファニア デオリンダ マルケス氏（栄養士）

11月22日 9:30am-12:30pm (対象：スタッフ6名、寮生12名)

場所：サンタラファエラの家 養成センター

- ・栄養の定義と栄養素の種類
- ・栄養不良の判断基準と栄養状態の評価方法
- ・栄養調査の結果
- ・栄養と病気（栄養不良、がん、心臓病、骨粗鬆症、貧血）の関連性
- ・「3色食品群」を用いた栄養ゲーム

2月14日 9:30am-12:30pm (対象：スタッフ3名、保護者14名)

場所：サンタラファエラの家 養成センター

- ・「3色食品群」栄養ゲーム
- ・食事、栄養に関する質疑応答
- ・栄養不良の種類と栄養状態の評価方法の解説
- ・子どもの栄養不良対策について

⑤ 講義：「家庭での病気の予防」&身体計測、問診

講師：マヌエル・ファティマ・ゴンザレス医師

3月14日 9:30am-15:45pm (対象：スタッフ6名、保護者6名、寮生10名)

場所：サンタラファエラの家 養成センター

- ・プレテスト&ポストテスト（理解度確認）の実施
- ・下痢の定義、予防策及び発症時の処置
- ・デング熱の診断と予防
- ・高血圧・糖尿病と食事の関係
- ・身体計測（BMI 診断）、血圧、血糖値測定（※血糖値は、保護者のみ）および問診

2. スタッフによるアウトプット活動（ワークショップ）

研修を受けたスタッフ、寮生が講師となりフリースクールの子どもたちへ学びを還元した。

実施日	対象者・人数	実施内容
2025年12月3日 14:00pm-16:00pm	低学年 8名 高学年 27名	低学年：魚塗り絵 高学年：3色食品群を用いた栄養ゲーム
2026年2月20日 8:30am-10:00am	低学年 13名 高学年 14名	低学年：食材当てゲーム 高学年：3色食品群を用いた栄養ゲーム
2026年3月17日 14:00pm-16:00pm	高学年 37名	高学年：3色食品群を用いた栄養ゲーム
2026年4月17日 8:20am-10:30am	高学年 22名	講義：食品衛生（Key5） 調理実習：バナナと人参のパンケーキ

3. 子どもを預かるスペースの整備

NAROMAN 施設の研修スペースを整備した。クッションマットの敷設および玩具の導入により、子どもたちが安全にかつ退屈せずに過ごせる環境を整え、保護者が研修に集中できる体制を構築した。

（2）実施成果：

受益者数

スタッフ	保護者	寮生	フリースクール生徒	講師	計
6名	50名	34名	121名	2名	213名

知識の向上と不安の解消：診療所の現役医師から直接指導を受けることで、子どもの病気・怪我の予防に関する正しい知識が定着した。質疑応答を通じて日常の疑問を解消でき、参加者間で知見を共有する貴重な機会となった。

研修を受けたスタッフが自ら講師を務めることで、栄養や健康について自らの言葉で主体的に発信する能力（アウトプット能力）が向上した。

（3）得られた教訓など：

文化的背景への配慮：

講師の出題と受講者の質問から、科学的根拠よりも伝統的な言い伝えを重視する傾向が根強く、理論の押し付けではなく現地の価値観に寄り添った説明が必要性を痛感した。また狂犬病の予防などの公衆衛生の情報の普及には、依然として大きな地域格差があることが確認された。

例：プレテスト：デング熱にかかったら？

- ◇選択肢：A. お花を持ってお墓に行き死者に祈る B. 個人クリニックか保健施設に行く
- D. 祈祷師のところに連れて行く E. 木の葉で抑える

例：授乳期間中に1日6回以下の授乳回数だと、妊娠するのか？

- ◇妊娠と性交渉の因果関係といった基礎知識がなく、伝承のような事柄を信じる傾向にある。

例：犬・コウモリは食べてはいけないのか？

⇨犬やコウモリの摂取に関するリスク認識が低く、狂犬病予防の啓発情報が届いていない。

運営上の障壁：

保護者（特に母親）は家事や育児で多忙であり、長時間の拘束が困難である。子守の有無など当日の状況変化が激しいため、事前の人数把握が難しい。今後は連絡網（夫が経由が多いなど）の特性を考慮し、電話連絡の頻度や内容を工夫する必要がある。

コミュニケーションの特性：

「断ることは失礼」という文化背景から、事前の参加表明と当日の出欠が一致しないことが多い。また、相手を尊重するあまり、不満や改善点を口にしない傾向があるため本音を抽出するための信頼関係構築と適切な評価手法（匿名アンケート）が必要。

物理的配慮：

既存の雑誌「Lafaek」を通じて栄養に興味を持つ母親の存在を再認識した一方、空腹による参加者の集中力低下も顕著に見られた。今後の活動では、学習効果を高めるため、軽食提供など、予算・計画に組み込む必要がある。

（４）今後の活動・フォローアップの方針：

本事業の実施期間終了後においても、現地の社会・文化的背景に即したプログラムを継続し、成果の定着と地域への普及を図る。現在も活動拠点は修復工事中であるが、工事完了までは仮設拠点を活用して活動を継続する。完了後は近隣住民を対象としたプログラムを全面的に再開する計画である。

児童向け食育の定着と習慣化： フリースクール（学習支援）の一環として、遊びを取り入れた栄養教育や調理実習を定期的実施する。幼少期より食材や栄養学に触れる機会を継続的に提供することで、食への関心を高め、自発的な健康意識の定着を図る。

保護者を対象とした継続的教育： 近隣の保護者を対象とした「栄養ワークショップ」を、月1回程度開催する。参加率向上のため、土曜日の午前または午後の短時間開催とするなど、保護者の生活リズムに配慮した運営を行う。

親子スペースを活用したコミュニティ形成： 施設修復完了後には、整備したスペースを活用し、保護者と子ども両方にアプローチできる場として機能させる。

現地主導の運営体制の構築： 施設の修復完了後は、対象範囲を近隣の親子に広げ、より地域コミュニティの拠点としての活動を再開する。これまでの研修で育成したスタッフを核とし、現地主導による継続可能な運営体制を構築していく

3. その他(エピソード・感想・写真など)

(1) 活動中のエピソード・感想など

本事業を通じて、講師への素朴な質問や意見交換の中に、現地の人々の素朴な疑問や知識のギャップが凝縮されていることを強く実感した。

講習中、参加者からは「大好物のジャックフルーツを一度に大量に食べてはいけないと妻に言われるが、なぜなのか?」といった、現地の食習慣に根ざした問いが寄せられた。また、母子保健の観点からは「出生時は標準体重(成長曲線の緑色)だった子が、1歳になる頃には低体重(赤色)に転じてしまうのはなぜか?」という、深刻かつ切実な悩みも共有された。

これらの質問を通じて、住民が食事の「量」と「質(栄養バランス)」の関係や、離乳食開始時期から幼児期にかけての栄養不足という具体的な課題に直面していることを知った。スタッフや保護者がどのような疑問を抱き、何に困っているのかを直接把握できたことは、大きな収穫であった。

今回得られた知見は、単なる感想に留めず、今後の教育教材(バナーやゲーム等)のアップデートや、トレーニング内容のカスタマイズに直結させていく。現地の生活感覚に寄り添った「納得感のある栄養教育」を構築するための参考になった。

(2) 活動の写真

①



②



③



④



⑤



- ①2025年10月1日 キャッサバの天日干しと調理法
- ②2025年11月22日 栄養不良と体格差の説明説明（全員19歳）
- ③2026年3月14日 血圧測定と問診
- ④2026年4月17日 調理実習後の記念撮影
- ⑤2026年1月20日 クッションマットを敷いた部屋（仮設拠点にて）

（3）JICA 基金活用事業を実施したことで団体の成長につながった点・良かった点

活動領域の明確化と専門性の向上：医療、栄養医療、栄養、自助啓発（自立）という3つの専門的側面からアプローチしたことで、当団体が今後注力すべき活動領域がより強固かつ明確になりました。スタッフが各分野の専門家から直接指導を受けたことで、業務に対する理解が深まり、モチベーション、スタッフのやる気も向上しました。

現地マネジメント力の向上：現地主導でプログラムを回すための施設の整備や、研修を円滑に運営するための教材補充や、調理現場における器材補充、ソフト・ハード両面での基盤強化が図られました。これにより、「現地主導でプログラムを継続・改善できるマネジメント体制」が構築された。

本事業は、現場の切実なニーズに基づいた柔軟なプログラム設計が認められており、現地の文化的背景や生活リズムに寄り添った支援を追求することができました。団体の能力を一段上のレベルへと引き上げる貴重な機会となりました。