



JICA だより



モンゴル
福井陽子さん(46)
尾道市出身

モンゴルのウランバートル市に、村落開発分野のJICA海外協力隊員として2年間派遣された。モンゴルの食生活は伝統的に肉や乳製品が中心で、野菜をあまり食べない。だが生活様式の変化に伴い、生活習慣病が増えたことで、健康意識が高まってきている。新型コロナウイルス禍のある日、「日本人の健康の秘密を教えてほしい」とモンゴルで人材育成をする非政府組織(NGO)を運営する友人から連絡があった。

食生活指導 反響大きく

た。核家族化が進み、共働きで忙しく子どもの朝食すら作れていない。栄養バランスの整った食事を提供したいが、やり方が分からない。

いという悩みを抱えた母親の存在を知った。

同じ子育て世代として人ごととは思えず、栄養士の友人に協力を仰ぎ、「バラ



現地での料理レッスンの様子

の余地があることが分かった。

孤独な母親の存在が透けて見え、国を超えても共通する育児の悩みや家族愛を知り、できることがあると考えた。その後、世界の人のための「JICA基金

ンスの取れた「活用事業」に採択され、日朝食の簡単な作り方」をテーマに、オンラインレッスンを始めた。反響は予想以上だった。「家族の健康のために」と質問が絶えず、衛生管理や生活習慣にも改善の余地があることが分かった。

1年目は栄養に関する基礎知識・調理法などのレッスンを実施し、受講生である学童サービス団体が給食サービスを開始するなど具体的な成果につながった。2年目以降は現地活動により力を入れている。対象地では生ごみを堆肥化して野菜栽培を行い、食育活動との相乗効果も狙っている。

中国からの輸入野菜に依存するモンゴルで地産地消を実現できる。私たちの小さな活動が、将来のモンゴルの健康を支える一助となっていければと思う。