

~Mirary soa~

マダガスカル通信
第15号
2023年11月17日

◎プロフィール

名前：光成 沙也加 (MITSUNARI Sayaka)
隊次：2021年度4次隊 (2022/4~2024/4)
職種：看護師
派遣国：マダガスカル
任地：アンチラベ (首都から南に車で4時間)



◎フランスパンと豆乳で離乳食デモンストレーション

マダガスカルに来て、街の所々でフランスパンが売られている！ということに驚きました。しかも、**1本500アリアリ(約15円)**という破格の値段です！手軽に食べられるので、朝やお昼ごはんの時間帯に、フランスパンにポテトサラダを挟んだものを売っているのをよく見かけます。約60年前まではフランスの植民地だったという歴史から、パンの食文化は生活に根付いているようです。そんなフランスパンを使った先輩隊員の考案した**離乳食レシピ**を、村の保健施設で紹介しました。

材料は**フランスパン、豆乳、サツマイモ、バナナ**です。家事や育児で忙しいお母さんたちには、材料が揃えやすく作り方も簡単なレシピが好まれます！味もお母さんや子どもたちには好評で、レシピをメモしたり“豆乳がなかったら牛乳でもいい？”などと質問があったりしました。油たっぷりの小麦粉や米粉のおやつが多いので、離乳食としてだけでなくおやつの選択肢になったらいいなと思います。



◎マダガスカルの道路事情

雨季が近づき始めた最近、やっと家の前の**道路の補修工事**が始まりました。私が任地に赴任した1年前から家の前の道路は陥没したりデコボコしたりの道でした。そして**赤土で応急処置**をしていたため、毎日砂埃のシャワーを浴びて活動に行っていました。雨季になると水たまりだらけで避けて通るので、頻繁に大型トラックが立ち往生して**渋滞**が起きていました。

乾季になってからは、首都と任地を繋ぐ国道の陥没が補修され始め、徐々に道路がきれいになってきました。補修前よりバス移動の時間が短縮されたなど実感しています。道路が整備されてからは、渋滞や車の急停車によるストレスも減りました。少しずつ小さな変化からマダガスカルのインフラが改善されていくのかと思うと、家の前の道路の変化が楽しみな今日この頃です。



◎栄養補助食品作りを見学！

任地のアンチラベにある、とある学校を訪問し見学させていただきました。その中で、**スピルリナ(Spirulina)**という**栄養補助食品**を学校で栽培しているのを見させてもらいました！

スピルリナというのは**藍藻(らんそう)**類の一種で、**光合成**をして増殖するそうです。**たんぱく質、鉄分などのミネラル、ビタミンなどが豊富**で、日本でも粉末や錠剤、カプセルなどで栄養補助食品として売られているようです。**低栄養の幼児施設**では毎日粉末状のものをおやつに混ぜて**栄養補完食**として食べています。(海藻感の強い焼き海苔風味で、クセになる味でした。)

ここの学校では、フランスの支援で作られた貯水槽の中でスピルリナを育てており、毎日スピルリナを乾燥させて学校の子どもたちに食べさせているそうです。今回は、マダガスカルでプチ工場見学をした、スピルリナ完成までの工程をご紹介します！

①貯水槽の中のスピルリナを布で濾す



布を揺らしながら濾している様子↓



濾した後↓



④円柱状のスピルリナを筒に入れていく



③粘土状のスピルリナをこねて円柱状にする



②手動の挟み機でさらに水分を抜く



④圧をかけてスピルリナを絞り出す



⑤機械に入れて乾燥させる



⑥完成！



粉末状のスピルリナは栄養食として売られています↓

