



齋藤さんから離乳食の作り方を学んだ母親が、近所の女性たちにデモンストレーションし、知識を広めていく

PLAYERS

国際協力の担い手たち

研修員がつないだ縁で マラウイへ

「2日30品目を食べましょう」
日本人なら、そんなキャッチフレーズを聞いたことがあるはず。健康を保つためには、さまざまな食材をバラ

スよく食べる必要がある。日本では常識だが、アフリカの南東部、マラウイの食生活は真逆だ。

朝食はトウモロコシの粉で作ったおかゆと紅茶。そもそも朝食を食べていない人もいる。昼と夜はトウモロコシの粉をお湯で練ったシマに、ゆでたホ

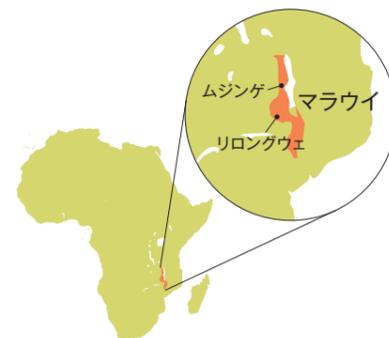
アイサップ NPO法人 ISAPH

栄養改善で子どもたちの 健やかな成長を

栄養バランスの良い食事を取れず、健康に暮らせない人が多い開発途上国。
NPO法人ISAPHはマラウイの人々を巻き込みながら、
未来を担う子どもたちの栄養改善に向けて奮闘中だ。



毎月子どもたちの身長と体重を測るヘルスセンターの職員。村のボランティアに正確な計測方法を指導する



た」と齋藤さんは苦労を話す。

調査の結果、さまざまな課題が浮き彫りになった。日中は乳幼児を連れて畑で働く母親が多いが、母乳を与える回数が少ない。消化機能が発達していない生後6カ月未満の乳児に、水やおかゆ、シマや野菜まで与えてしまっていることも分かった。

さらに、離乳食のおかゆもデンプン質に栄養が偏っている。そこで地域ごとに母親グループを立ち上げ、野菜や卵などを加えた栄養たっぷりの離乳食の作り方を伝えることに。少しの工夫で、子どもの健康を守ることができるという好評だ。

しかし母親だけに知識を伝えても、男性優位の文化を変えるのは難しい。家庭で日々実践してもらうには、まだまだこれからだ。「携帯電話のように、いくら高価なものでも、本当に必要だったら驚くほどの勢いで普及します。子どもに食べさせたい！」と思っても、伝えるレシピを広められれば、必ず栄養改善につながるはずだ。プロジェクトマネジャーを務める浦部大策 ISAPH 理事はそう意気込む。コミュニティの共用菜園でのニンニクや大豆といった栄養価が高い換金作物の栽培、シマにかけるだけで栄養が取れるふりかけの導入などを検討中だ。

まだまだやるべきことはある。マラウイの子どもたちが大きく成長できるように、ISAPHの挑戦はこれからも続く。



新しく支援を始める村を訪れ、どんな活動をするか説明する齋藤さん(右から3人目)と現地スタッフ



家族構成や健康状態などをマラウイ看護大学の教員が聞き取り調査。活動のベースとなる貴重なデータだ

ウレンソウなど野菜の付け合わせを少し。この食事がほぼ毎日続く。これでは栄養が偏り、身長が伸びなかったり体重が増えなかったりと、子どもの成長に良くない。

その現状を改善しようと立ち上がったのが、NPO法人 ISAPH。福岡県久留米市にある聖マリア病院を母体とする NGO だ。30年以上にわたり、保健医療分野で JICA の研修員を受け入れる中で、「現地の人々にもっと寄り添って力になりたい」という思いからラオスで乳幼児の栄養改善に取り組み始め、現在はマラウイにも活動の場を広げている。

その縁をつないだのは、2000年

現地の人たちが自身が 立ち上がるための後押し

首都リロングウェから北に400キロ。ムジンゲ村も含め、1万5000人ほどが暮らす26村が ISAPH の活動場所だ。「子どもの出生数も死亡数も把握されていなかったので、まず聞き取り調査を始めました。隣の家まで数キロなんてことも多くて大変でし

「直接の死因はマラリアや下痢症などの感染症ですが、栄養不良で抵抗力が落ち、感染症にかかりやすくなっています。栄養と健康が結び付いていると知っている人が少ないのです」と齋藤さん。きちんと栄養が取れば、救われる命がある。JICA 草の根技術協力事業を通じて、2013年から住民への健康教育を開始した。