

## Contents

- 02 目次  
    プロローグ Vol. 15
  
- 04 **特集 栄養改善**  
**食の不均衡に、**  
**みんなで挑む**
  
- 06 栄養についての理解を深めよう  
    マルチセクショナルな取り組み
- 08 子どもから大人までの健康を ガーナ
- 12 食の大切さを共有し、広める マダガスカル
- 14 農村で効果を上げる ナイジェリア
- 16 水環境の改善と農業・保健分野が連携 モザンビーク
- 18 “ヘルシービレッジ”で生活習慣病を予防 ソロモン
  
- 民間連携・市民参加の取り組み
- 20 日本の技術で食事療法を広げる フィリピン
- 22 さまざまな民間連携・市民参加の取り組み  
    バングラデシュ/ベトナム/カンボジア
  
- 24 **JICA海外協力隊がゆく Vol. 14**  
    モンゴル/ウガンダ/サモア
- 26 **ザ・研修⑧**  
    地域の特色を生かした産業振興を学ぶ
- 28 **地球ギャラリー Vol. 136 ソマリア連邦共和国**  
    写真・文 ● 久野武志 フォトグラファー  
    知られざる“国”の面影
- 34 **教えて！ 外務省**  
    知っておきたい国際協力⑯
- 36 JICAイベントカレンダー
- 38 広報室から、プレゼントほか
- 39 JICA PRESS
- 40 わたしが見つけたSDGs Vol. 16

# 食が つなぐ 温かな記憶

文・安東迪子

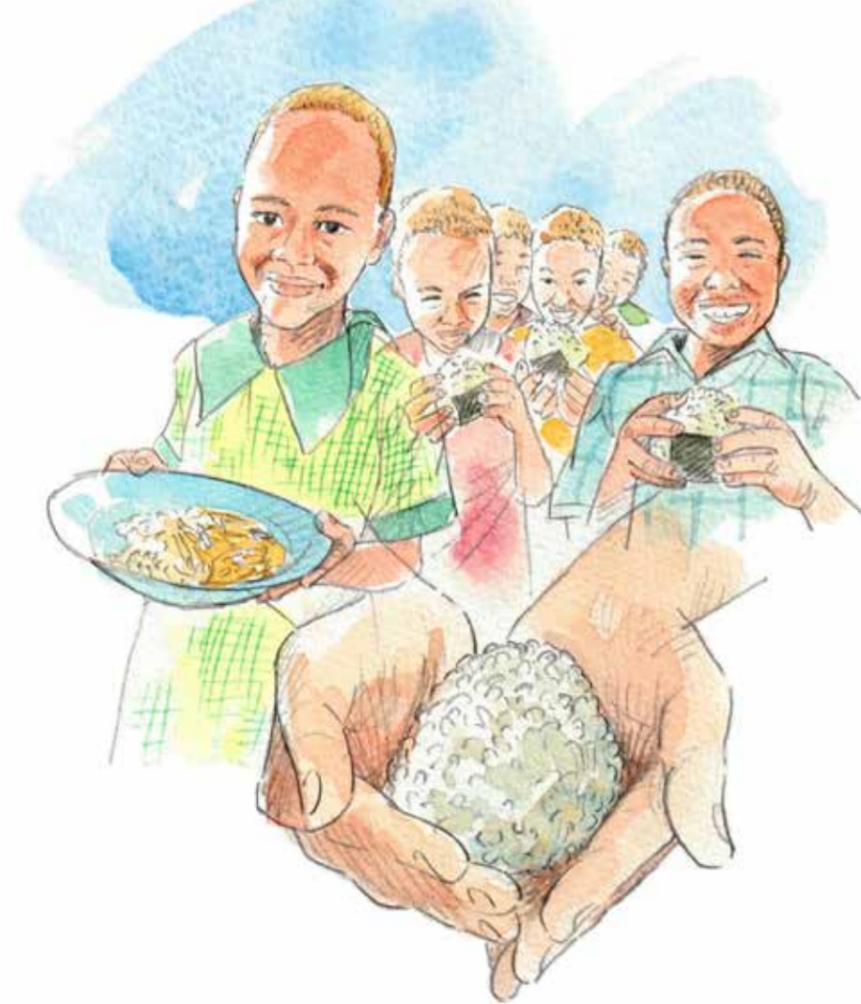
プロローグ  
Vol. 15

子どもの頃、家の近くにアフリカ料理のレストランがあった。「アフリカ料理」なんていう料理のジャンルはないはずなのだが、私たち家族はなぜかそこのお店を「アフリカ料理屋さん」と呼んでいた。店内には異国情緒を感じさせる民芸品やサバンナの写真が飾られていて、ワニ肉など珍しいものがメニューに並んでいた。初めてワニ肉を食べて「さっぱりしていて鶏肉みたい」と感じた瞬間や、楽しそうな姉の笑顔、家族との温かい時間を、今でも昨日のことのように覚えている。

子どもの頃の食の記憶は、いつまでも頭の片隅に残っている。大人になって、仕事でアフリカのさまざまな国に行くようになったけれど、まだ現地ではワニ肉にお目にかかったことがない。それでも、アフリカと聞いて頭に浮かぶのは小学生のときに食べたワニ肉、そして両親と姉がいる温かい時間の記憶だったりする。食には、栄養をとって健康な体をつくるだけでなく、心の豊かさをつくる力がある。

私たちテーブルフオートーは、アフリカやアジアの子どもたちに学校給食を提供することを通じて、栄養状態の改善に取り組んでいる。テーブルフオートーは直訳すると「2人のための食卓」。先進国の私たちと開発途上国の子どもたちが食事分かち合うというコンセプトで、社員食堂やレストランなどで対象のヘルシーメニューを1食購入すると、代金のうち20円が寄付となり、アフリカやアジアの子どもたちに学校給食1食が届く仕組みだ。

栄養価の高い給食を提供することは当然ながら、子どもたちに食を楽しんでもらえるよう、地域によっては日替わりで彩り豊かなメニューを提供するなどの工夫をしている。非日常的なイベントで、日本の食を楽しんでもらう機会を設けることもある。「アフリカ料理屋さん」での温かい記憶、あの感覚を、支援先の子どもたちとも共有したいのかもしれない。食がもたらす温かなパワーは私たちの想像を超えていく。テーブルフオートーでは、毎年10月16日の世界食料デーにあわせて、「おにぎりアクション」というオンラインキャンペーン



イラスト●中村知史

ンを開催している。おにぎりの写真を撮って専用のハッシュタグとともにSNSに投稿すると、協賛企業からの寄付で、写真投稿1枚につきアフリカやアジアの子どもたちに学校給食1食分の支援が届く、というものだ。日本発の社会事業らしく、日本の代表的な食「おにぎり」をシンボルにしたところ、毎年世界50か国以上からおにぎりの写真が投稿されるようになった。

このキャンペーンにちなんで、ルワンダやケニアで開催したのが「おにぎり祭り」。現地のお米や食材を使い、ひたすらおにぎりを握ってふるまった。お米が大好きな子どもたちは大喜びで、「おにぎりアクション！おにぎりアクション！」と歌いながら踊り出す子どもたちもいた。大人も興味津々でおにぎり作りに挑戦するが、うまく握れない。普段は威厳のある先生が、うまく三角に握れず悔しがる姿に大盛り上がりする場面もあった。最後はみな、「おにぎり大好き！」と満面の笑顔を向けてくれた。食は人と人とを柔らかくつなげ、ポジティブな気持ち呼び起こす。

学校給食は、栄養状態の改善に加え、子どもたちが学校に通って教育を受ける機会につながっている。給食支援を続けてきたルワンダのある村では、2018年に村で初めての大学進学者が出了。給食のおかげで出稼ぎに出ることなく学校に通い続けることができ、将来の道が拓けたと、彼は希望に満ちた目で語ってくれた。

給食を食べて学校に通う子どもたちは、生き生きと将来の夢を語ってくれる。教師、医師、牧師、リーダー、起業家など、夢の中心は人それぞれだ。彼らはこれから大人になって、自分たちの国を、社会を変えるべく活躍するに違いないと、私たちは信じている。そのとき彼らの頭の片隅に、おにぎりの記憶はあるだろうか。楽しかった思い出とともに残っていてほしいな、と思う。

安東迪子(あんどう・みちこ)  
NPO法人TABLE FOR TWO International代表理事。早稲田大学法学部卒業後、大和総研を経て食品輸入商社に勤務し、食料廃棄の現状に直面する。2007年TABLE FOR TWO創設に参画。10年に事務局長に就任して、国内事業ならびに組織運営の統括責任者を務める。18年より現職。東京都食品ロス削減パートナーシップ会議委員。



信頼で世界をつなぐ  
Leading the world with trust



妊産婦や母子をはじめ、大人にも栄養改善を。生涯を通じて健康であることの取り組みが進むガーナにて(写真:阿部雄介)。