

# mundi

The Magazine of the Japan International Cooperation Agency

[ムンディ]

2

2017 February  
No.41

特集 栄養改善

## 母と子の 「1000日」を守る



とも  
灯す火に願いを込めて

Ethiopia エチオピア



エチオピアでは9月末に、イエス・キリストが磔<sup>はりつけ</sup>にされた「真実の十字架」が発見されたことを祝う祭日「マスカル祭」がある。マスカルとは公用語のアムハラ語で「十字架」を意味する言葉で、マスカル祭は2013年にユネスコの世界無形文化遺産に登録された。

マスカル祭の前夜には、首都アディスアベバの中央にあるマスカル広場で「デメラ祭」が行われる。このデメラ祭は、真実の十字架が発見されて以来1,600年以上続けられている伝統的な祭りだという。広場の中央に十字架の形をした巨大なたいまつ（デメラ）を作り、そこにエチオピアの新年を象徴する花であるマスカルフラワーをきれいに飾り付け、最後に火を灯す。

広場に集合した10万人の人々が見つめるデメラの炎はとても神秘的で、宗教を重んじるエチオピアの人々の思いや願いがひしひしと伝わってきた。

エチオピア  
アディスアベバ

撮影：大里 修史（エチオピア／青年海外協力隊）

## あなたの作品募集中！

「my photo」では、あなたが撮影した写真を募集しています。貧困や環境問題などをテーマにした写真、国内外問わず国際協力の最前線で活動に励む日本人や開発途上国の人の姿、テレビや新聞ではなかなか報じられない土地の風景や人々の暮らしなど、国際協力や途上国を身近に感じられる写真を、撮影時のエピソードを添えてご応募ください。応募作品の中から毎号1枚、本コーナーで紹介させていただきます。

**応募条件** ①応募者本人が撮影した作品に限ります。②被写体に関する肖像権は、応募者の責任において了解が得られているものとします。③写真は、解像度が300万画素以上（目安）で撮影されていること、また画像の記録形式はJPEGを推奨します。

**応募方法** お名前、連絡先（電話番号とEメール）、エピソード（300～350字）、記名の可否をご記入の上、写真と共に応募先アドレスまでEメールでお送りください。

\*応募作品は本コーナーの他に、事前確認の上でJICAの広報活動に活用させていただく場合があります。ご記入いただいた個人情報はこちら以外の目的では使用いたしません。また、応募作品はご返却いたしませんので、あらかじめご了承ください。

「mundi」はラテン語で「世界」。開発途上国の現状や、現場で活動する人々の姿を紹介するJICA広報誌です。

02 my photo 灯す火に願いを込めて エチオピア

## 04 特集 栄養改善

### 母と子の「1000日」を守る

アフリカの“栄養改善モデル”を目指す ガーナ

伝統の息づく地に栄養の光を グアテマラ

農業を復興し、食生活を再建 ウガンダ

発展の第一歩は栄養改善から



- 18 JICA Volunteer Story 菅沼 弘美 青年海外協力隊／マダガスカル／助産師
- 20 PLAYERS 日本の農村の知恵を世界に NPO法人国際農民参加型技術ネットワーク(イフパット)
- 22 世界とつながる教室 世界共通の“衣食住の大切さ”を伝える 埼玉県立新座柳瀬高校
- 24 JICA STAFF 大井 綾子 JICA南スーダン事務所
- 25 JICA UPDATE

## 26 特別レポート

池上 彰さん

### パナマの農業を救えば、 パナマ運河も救われるわけ



28 ココシリ 「ここが知りたい」いろんなトピックを分かりやすく解説!

## 30 地球ギャラリー

中国

### 幻の国際鉄橋



- 36 外務省からのお知らせ
- 37 イチオン! 本・映画・イベント
- 39 MONO語り “ごみ”がポップな商品に生まれ変わった!
- 40 私のなんとかしなきゃ! 紺野 美沙子 俳優、UNDP親善大使



JICAのビジョン

すべての人々が恩恵を受ける、  
ダイナミックな開発を進めます

Inclusive and Dynamic Development

表紙

©Canopy/Getty Images

栄養改善に取り組む非政府組織のプログラムに基づき、息子に治療食を与えるリベリアの女性。単なる食料不足だけでなく、偏った食生活が、多くの国で子どもの健全な成長を阻んでいる。



## 見えざる飢餓が 子どもの成長をむしばむ

栄養不良と言われて、あなたはどんな光景を思い浮かべるだろうか。骨の浮き出した手足に浮腫で腹部が張っている姿であれば、それは急性栄養不良だ。食料の絶対的な量が足りない状態で、このまま十分な食事を取れなければやせ細って死んでしまう。誰が見ても、今すぐに食料を与えることで解決

しなければならない問題だと分かるだろう。

一方で、年の割に小柄で幼く見える子どもの姿に、強い危機感を感ずる人は少ないだろう。だが、それは子どもの一生をむしばむ慢性栄養不良かもしれないのだ。慢性栄養不良とは、がりがりにやせ細るほどではなくても食事の量が足りなかったり、量が足りていたとしても必要な栄養素が不足したりといった理由で陥る「見えざる

飢餓」だ。大人でも、食生活の偏りやせたり、肌が荒れたり、あざができやすくなったりといった不調を経験することがあるが、子どもにおける見えざる飢餓は、知能の遅れや虚弱体質など、一生埋め合わせのできない影響を与える。さらには、胎児のころに母体の栄養が不十分な状態だと「節約型」の遺伝子が発現し、生まれた子どもは飢餓には対応しやすいが過食による生活習慣病を思いやすい体

質になることも分かってきた。栄養不良が小さな子どもの死亡の大きな要因であり、胎児のころから2歳の誕生日までの1000日の栄養状態が子どもの一生に大きく影響を与えるという事実は、2008年にイギリスの医学誌「ランセット」に掲載された論文で一躍、注目を集めた。国際社会はこの衝撃的な情報にすばやく反応し、10年には国際的な栄養改善枠組み「Scaling Up Nutrition (SUN)」が

# 特集 栄養改善 母と子の「1000日」を守る

子どもの健やかな成長は、全ての親に共通する願いだ。しかし、人生子どもの未来を決める最初の1000日をどうやっ

の始まりの環境が、その願いに大きく影を落としてしまうことがある。て守り抜くか、最新の知見をもとに考える。

編集協力：神奈川県立保健福祉大学 学長 中村丁次氏

設立されている。15年に発表された持続可能な開発目標（SDGs）でも、「5歳以下の子どもの発育不良を改善し、子どもを生み育てる年齢の女性や高齢者の栄養不良を解決すること」がターゲットとして掲げられている。その半面、明らかに命に支障を来すわけではなくことから、親や周りの大人も子どもの栄養不良の深刻さを認識していないことが多い。成人・高齢者の栄養課題については子どもの

問題以上に軽んじられがちで、対策を取るのには簡単ではない。

## 日本も抱える栄養課題 解決の鍵は身近に

「近年の栄養に関する問題は、単に先進国の飽食と開発途上国の飢餓といった対立構造ではなくなっていることに留意する必要がある」と語るのは、神奈川県立保健福祉大学の中村丁次学長だ。「先

進国の中でも過食などが原因の肥満と小食・ダイエットなどによる栄養不良の問題が二極化し、途上国では富裕層の肥満が増える一方で貧困層の飢餓が解消されないという形で、一つの国の中でも問題が二分されているのです」。もちろん今の日本にも両方の課題が共存しているが、特筆すべきは貧困による飢餓を克服したことだ。

日本は第二次世界大戦後の食糧難を乗り越えるため、アメリカを中心とする国際社会からの援助物資を使って学校給食の運営に力を入れた。このことが、貧富の差に影響を受けない日本社会の栄養改善につながり、ひいては優れた労働者を社会に送り込んで高度経済成長の原動力となったと、中村学長は指摘する。

当初は援助、後には輸入という形で入ってきた小麦粉や乳製品を活用するため、日本は国家資格として栄養士を認定し、学校や医療

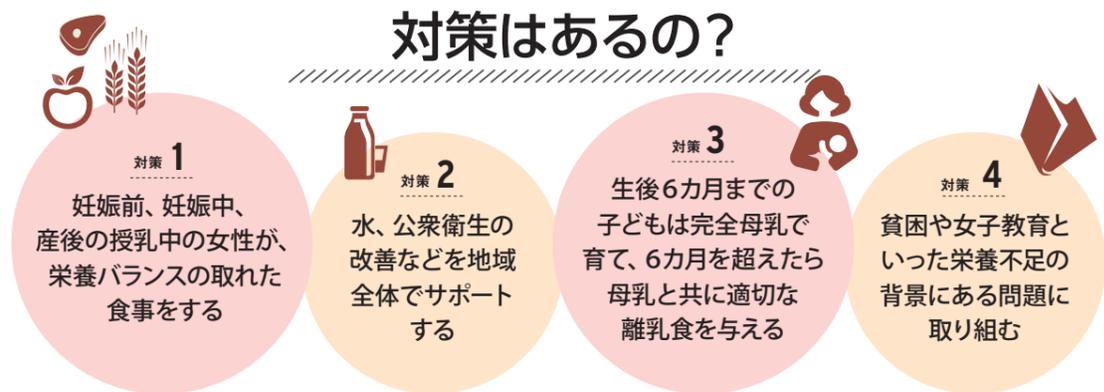
発育阻害とは…

慢性的な栄養不足の兆候を示すもので、病気などによって悪化する

どんな影響があるの？

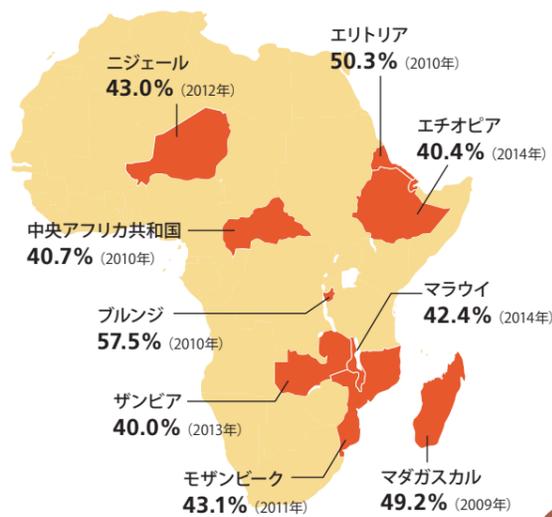


対策はあるの？



出典:「1,000 Days」のウェブサイト、<<http://thousanddays.org/>>

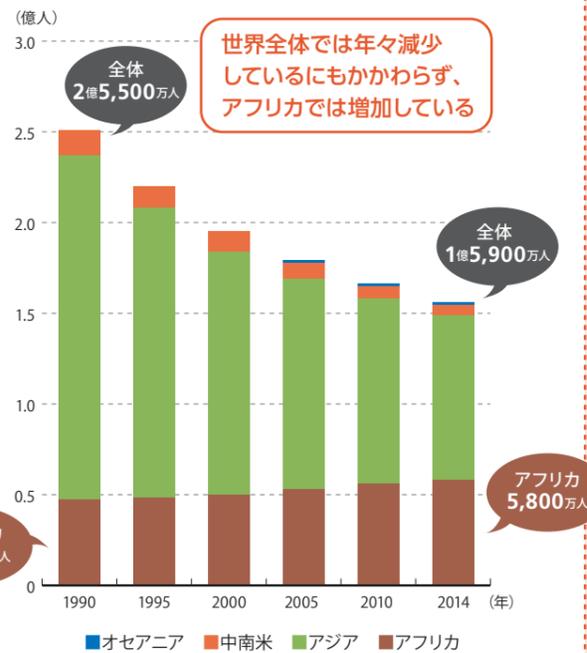
アフリカで発育阻害率が特に高い国



地図上の国以外でも、国内での格差が問題となっている場合もある

出典: 2014 Joint Child Malnutrition Estimates: Levels and Trends (September 2015 update), <<http://data.worldbank.org/child-malnutrition/>>

発育阻害の子どもの人数の地域別推移

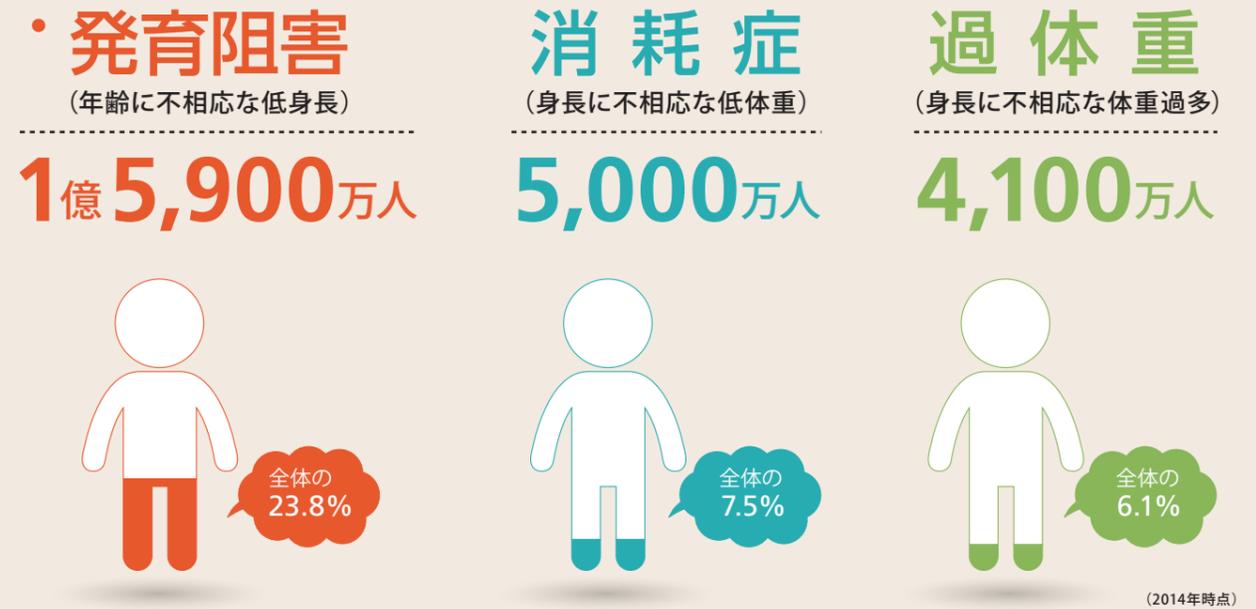


出典: Global Nutrition Report 2016

栄養改善はなぜ大切？

データが明かす子どもたちの現状

世界の5歳未満の子ども6億6,700万人のうち…



5歳未満の子どもの死因の45%が栄養不足に関連している

出典: Global Nutrition Report 2016 / R.E. Black et al.: Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries, The Lancet 2013, 382: 427-51

栄養不良と経済との関係とは

アフリカとアジアでは、栄養不良による人々の生産性の低下や生産年齢人口の減少などによって、毎年、国内総生産 (GDP) の11%を損失している

→ 栄養改善のための1ドルの投資に対して、16ドルの経済効果が証明されている

出典: Global Nutrition Report 2016

施設などへの配置を義務化した。伝統的な日本の食事はお世辞にも栄養学的にバランスが良いものとは言えず、戦後の貧困はその問題に拍車をかける可能性がありました。食の現場で健康的な食生活を推進する栄養士という制度は、伝統的な和食に栄養価の高い食品を導入し、多彩な食材を活用してバランスの取れた食事を取ることの大切さを多くの人が理解する手助けとなりました。ただ食材を渡すのではなく、教育や指導を通じて食習慣を変えていくことで全国に栄養改善の恩恵を行きわたらせた日本の経験は、世界が直面する栄養問題の解決に大いに役立つはずですよ。

食料をどのように確保し、分配するかという食料政策はあっても、食を通して人々の健康をどのように維持、増進するかという栄養政策までは作っていない国が多い。長年、世界一を誇る日本の長寿は、世界でも有数の栄養政策が育んできたものだ。そのおかげで今、私たちは自分の健康に気を付けながら、和洋中からエスニック料理に至るまで多彩な食を楽しむことができている。その経験を生かして、世界の栄養政策をリードしていくことが、日本に期待される役割だと言える。



昨年、139団体・2万6千人が参加して福島県で開催された食育推進全国大会。ガーナの研修員たちは、栄養バランスの良い献立を学ぶためのゲームに挑戦した

「マルチセクターの捉え方としては、保健、教育、農業といった分野を超えた連携と、官民連携の2つがあります。ガーナ政府にマルチセクターの取り組みを推進する組織が設立されたことは大きな進展ですが、SUNに加盟してからの3年間、新しい栄養改善活動は停滞していました。JICA国際協力専門員の萩原明子さんは、この指摘する。活動を活性化させるために何ができるのか——萩原さんは日本の栄養チームは検討を始めた。

JICAは10年以上前から母子栄養改善の集団研修を行っており、ガーナをはじめ、ベナンやケニアなどアフリカの国々から多くの人を受け入れてきた。萩原さんは14年にまずこの研修を見直し、分野間連携や官民連携に焦点を当てた講義や演習を充実させた。また、ガーナ1カ国を対象にした国別研修も同様に立ち上げた。この国別研修の特徴は、栄養士だけでなく、教育省や農業省など幅広い分野の関係者が栄養改善について学ぶ点だ。中でも、財務省からも参加者を招くことになったのは画期的だと萩原さんは話す。「これまでの集団研修で参加者からよく聞かれていた意見に、母国では政府に予算を付けてもらえないので、JICAや他の援助機関からの支援が必要だという話がありました。もちろん支援がなければ難しいこともありませんが、取り組みの持続性を高めるために重要なのは、自国の予算で回していける仕組みです。今回、財務省を研修に巻き込むことができたのは、財源としてガーナ国内の予算を念頭に置いているという点で大きな意味を持ちます」

「日本でも浸透している食育そこには多くの知恵が」  
昨年6月には3回目となる国別研修が行われ、11人の研修員がガーナから来日した。研修を指導する萩原さんは、「この研修の目玉の一つは、日本の食育の素晴らしさを伝えることです。日本の食育は、内閣府、厚生労働省、農林水産省、文部科学省などさまざまな省庁が関わり、さらに国と地方自治体、民間とが一体となって行われているので、マルチセクターの取り組みを学ぶ上で非常に参考になると思います」と話す。

その一環として、研修員は年に1度開催される「食育推進全国大会」に参加する。日本全国の食品関連の企業や団体、大学、自治体などがブースを出展し、それぞれの食育の取り組みや、栄養を考えた商品やメニューを紹介するこの大会は、毎年大勢の人たちでにぎ

鍵は「マルチセクター」  
新たな研修が始まる

3人に1人。昨年の「世界栄養報告(Global Nutrition Report)」は、世界全体で栄養不良の影響を直接的に受けている人数を、冒頭の要約でこう明記した。とりわけ、サハラ砂漠以南のサブサハラ・アフリカ地域では、慢性的な栄養不足に苦しむ人は2億人以上にのぼるといわれている。

世界栄養報告にはこうも書かれている。今日の国際社会が直面している問題で、これほど規模の大きなものはほとんどない。実際、栄養改善は国際的な課題として注目が高まっている。2010年には、政府、市民社会、国連などが参画し、開発途上国の栄養改善にマルチセクターで取り組むプラットフォーム「Scaling Up Nutrition(SUN)」が立ち上がり、アフリカの国々でも、政府を中心にSUNに加盟するための基盤づくりが進められた。このうち、ガーナでは、政府が栄養改善の「マルチセクター調整プラットフォーム」を設立し、11年にSUNへの加盟を果たした。

JICAは10年以上前から母子栄養改善の集団研修を行っており、ガーナをはじめ、ベナンやケニアなどアフリカの国々から多くの人を受け入れてきた。萩原さんは14年にまずこの研修を見直し、分野間連携や官民連携に焦点を当てた講義や演習を充実させた。また、ガーナ1カ国を対象にした国別研修も同様に立ち上げた。この国別研修の特徴は、栄養士だけでなく、教育省や農業省など幅広い分野の関係者が栄養改善について学ぶ点だ。中でも、財務省からも参加者を招くことになったのは画期的だと萩原さんは話す。「これまでの集団研修で参加者からよく聞かれていた意見に、母国では政府に予算を付けてもらえないので、JICAや他の援助機関からの支援が必要だという話がありました。もちろん支援がなければ難しいこともありませんが、取り組みの持続性を高めるために重要なのは、自国の予算で回していける仕組みです。今回、財務省を研修に巻き込むことができたのは、財源としてガーナ国内の予算を念頭に置いているという点で大きな意味を持ちます」



ランブシエ郡の栄養に関わるさまざまな部署の関係者が集まって行われたミーティング



from ガーナ  
**Ghana**  
アフリカの  
“栄養改善モデル”を目指す

栄養不足による子どもの発育への影響が深刻なガーナ。日本は、研修や民間企業の事業などを通じて、ガーナの栄養改善に取り組んできた。今、大きな課題となっているのが、さまざまな分野における行政機関の間での連携、それに政府や民間企業を横断した取り組みを推進するためのコーディネーション能力の向上だ。

アッパーウエスト州ランブシエ郡で、母親たちを集めて栄養教育を行うコミュニティボランティア。手にしているのは、プロジェクトで作成した紙芝居式の教材だ



栄養効果試験の様子。KOKO Plusの効果を検証するため採血を行って調査した

味の素株式会社とガーナ大学などと共同で開発した栄養サプリメント「KOKO Plus」



00人以上に対して、教材の活用方法などを伝える研修を行いました」と渡辺さん。定期検診や、保健所の職員が家庭訪問をする際などに教材を活用し、母親やその家族に対して栄養指導を行っている。「母子保健と栄養対策は、食生活や育児など人々の慣習が大きく関わっています。そのため、母親への栄養教育だけでなく、家族やコミュニティの理解も必要なのです」と渡辺さんは話す。

同州保健局・栄養部コーディネーターのクラ・アンソニー・ンミ

### 日本の知見を結集 取り組みの拡大を目指す

今後の課題について萩原さんは、「体重と身長を測定し、栄養不良

ンクマさんは、「栄養改善のターゲットは子どもですが、子どもたち自身が意思決定をするわけではないので、学校の先生や親などに働きかけています。学校でしっかりと食べさせてもらっているかなどを考える親が、次第に増えてきています」とこれまでの成果を実感している。



ランプシェードのプロジェクトでは、栄養改善のためのメッセージや、実際に活動に取り組む母親の声を記録した動画を上映する「ナイトビデオショー」が人気だ



子どもの成長モニタリングでは、体重だけでなく身長も測定されるように

トが進められている。そのきっかけとなったのが、15年に行われた国別研修だった。「研修にアッパウエスト州の保健局長や行政担当者も参加し、その経験をもとに、州レベルでの栄養改善の活動計画を立てました。その計画に基づいて行われることになったのが、今回のプロジェクトです」とJICA 専門家の渡辺鋼市郎さんは説明する。まずは州レベルでの分野間連携を図り、その経験を教訓にして、より垣根の高い中央政府における関係省庁や関連機関のコーディネーション能力の強化につなげることが狙いに含まれている。

すことに焦点が当てられているのだ。「研修員からはスクールフィードバックではなく、スクールランチプログラムとして栄養教育を導入したいという声も聞かれました。日本の食育をガーナの新聞で紹介したり、イベントの開催を目指したりする研修員もいて、今後の展開に期待が高まります」と萩原さんは話す。

### いよいよ実践的な活動へ まずは州レベルから

ガーナ北部のアッパーウエスト州。国内でもとりわけ貧困率が高いこの地域では、昨年3月から、マルチセクターによる取り組みの効果を実証するためのプロジェクト

プロジェクトでは、同州のランブシエ郡を対象地として、大きく分けて2つの取り組みが行われている。1つ目が、出生後の子どもの身長や体重を定期的に測る成長モニタリングだ。ガーナでは、栄養不良による低身長の子どもの数にもかわからず、定期検診の際に身長の測定は行われていなかった。そこで、同郡の全ての保健所に身長計を提供し、職員に対して測定方法の訓練を行った。

もう1つの取り組みが、栄養教育活動だ。「住民への啓発活動を行うため、イラストを多用した紙芝居式の栄養教材を作成しました。その後、保健所の職員や農業普及員の他、コミュニティから選ばれたボランティアスタッフ2

の子どもを早期に見つけ出すという試みは、既に始まっています。ただ、栄養不良と分かっていても、その後の母親に対する栄養教育はまだ十分とはいえません」と話す。この課題の解決策として期待されているのが、新しく開発が進んでいる「母子手帳」だ。現在使われている妊産婦への「妊婦手帳」と、出産後の「子ども手帳」を一本化するこの母子手帳には、子ども手帳が渡されるまでの間に新生児が死亡するケースを減らす目的に加え、もう1つ重要な目的がある

と萩原さんは話す。「新しい母子手帳には、穀類、豆類、肉類、野菜をバランス良く取る『フォースターダイエット』や、手洗いのやり方など、栄養や衛生に関するさまざまな情報を盛り込む予定です。そうすることで、子どもを持つ全ての家庭に、栄養の大切さについて知ってもらうことができます」

来年1月からの配布を目指すこの母子手帳プロジェクトとの連携を模索しているのが、味の素株式会社だ。「私たちがガーナ大学などと共同開発した栄養サプリメント『KOKO Plus』の情報を母子手帳に載せることで、より効果的な活用につながるのではと考えています」。こう話すのは、同社研究開発企画部の取出恭彦さんだ。同社は09年、栄養問題の解決をソーシャルビジネスで実現すること



開発中の母子手帳のテスト版を母親に配り、使いやすさなどについて意見を聞く萩原さん

を目指して、離乳食に加えるだけで不足しがちな栄養素を補えるKOKO Plusの開発に乗り出した。現地の約900人の子どもの対象に実施した栄養効果試験では、ビタミンやミネラルといった微量栄養素だけの摂取に比べて、タンパク質やアミノ酸も組み合わせたKOKO Plusを摂取する方が、低身長や貧血の予防により有効だと証明された。

現在は流通ネットワークをつくるため、国際NGOや現地の企業と連携しながら、母親を対象にした販売試験を行っている。「多くの方が商品を1度は購入してくれましたが、栄養の効果を実感するには時間がかかるため、短期間ですぐの効果を期待してしまいます。そこで重要になるのが、継続的な栄養教育なのです」と取出さん。今後は現地の企業を中心とした持続可能な生産・販売体制の確立を目指すとともに、母親への教育や啓発活動にも一層力を入れる方針だ。

今年、新たに北部3州で始まる地域保健プロジェクトでは、アッパウエスト州での取り組みの成果を、さらに広域に普及させる計画だ。保健、農業、教育——さまざまな分野の知見を結集し、官民連携によって前進する取り組みが、栄養問題を抱えるアフリカの国々にとって一つの道しるべとなることが期待されている。



チャプル市栄養回復センターでの2歳未満の子どもの母親を対象としたグループディスカッションの様子。深刻な栄養不良の子どもとその保護者を受け入れるこの施設では、食事に関する講義や実習を行い、退所後も継続できるように支援している

グアテマラは、5歳未満の子どもの慢性栄養不良の割合が世界的に見ても極めて高いです。偏った食習慣や貧困に加え、言語や地理的理由から保健医療サービスにアクセスしづらいことなど、原因は多岐にわたります。そう説明するのは、開発コンサルティング企業のアイ・シー・ネット株式会社の菱田裕子さんだ。JICAは昨年6月から、グアテマラの中でもマヤ系先住民が人口の9割を占めるキチエ県で、母子保健や栄養状況の改善を目指すプロジェクトを実施しており、菱田さんはその総括を務めている。

グアテマラは、5歳未満の子どもの慢性栄養不良の割合が世界的に見ても極めて高いです。偏った食習慣や貧困に加え、言語や地理的理由から保健医療サービスにアクセスしづらいことなど、原因は多岐にわたります。そう説明するのは、開発コンサルティング企業のアイ・シー・ネット株式会社の菱田裕子さんだ。JICAは昨年6月から、グアテマラの中でもマヤ系先住民が人口の9割を占めるキチエ県で、母子保健や栄養状況の改善を目指すプロジェクトを実施しており、菱田さんはその総括を務めている。

解決する上で特に重要なのは、将来の身体・知能の発育に大きな影響を与える2歳までの適切な栄養摂取だ。同国政府は現在、「1000日の窓」と呼ばれる政策の中で、妊婦と2歳未満の子どもの対象に、母乳育児の促進や生後6か月からの離乳食の改善を含む10の活動を進めている。キチエ県で実施中のプロジェクトはその取り組みを後押しするものだ。

調査で得られたデータはグアテマラの保健省やキチエ・イシル保健管区事務所などと共有し、これまで定期的に収集してきたデータと合わせて今後の活動計画の策定に利用した。「数値の背景を理解するため、現地の職員たちに、なぜ」と問い続けました。職員たちは、課題改善のためには単純な数の増減だけでなく、割合や傾向の把握が重要なこと、また、数値の分析結果や今後の予測に基づいた目標設定が必要であることなどが分かったと話しています」と菱田さん。

養改善の専門家として活動する国立研究開発法人国立がん研究センターの野末みほさんは、「6カ月までは完全母乳で育て、2歳まで母乳育児を継続することや、離乳食の量や形状を発育段階に合わせることを、乳児の1カ月健診時に、保健医療従事者がイラストのみで母親に分かりやすく説明できる媒体を作ること提案しています」と説明する。現地職員からは、「地域の識字率の低さや、文字が多すぎる既存の栄養パンフレットに問題意識を持っており、ニーズに即した支援を行う意義は大きい。」

活動の対象地域は、スペイン語が通じないだけでなく、かつて武装勢力の抗争で甚大な被害を受けた地域でもある。そのため、人々の警戒心が強く、信頼を得て課題を適切に把握しながら活動を行うことは簡単ではない。「一人でも多くの妊婦や母親、子どもたち、さらには、コミュニティの人が楽しく活動に取り組んでくれることで、地域の栄養改善につながると信じています」と菱田さん。挑戦は始まったばかりだ。



アドリアン・チャベス保健省副大臣(左から2人目)との面談。プロジェクトの目的や保健省の政策との整合性などを確認し合った

# 伝統の息づく地に 栄養の光を

5歳未満の子どもの約半数が、慢性的な栄養不良の状態にあるといわれているグアテマラ。伝統的な生活様式を残すマヤ系先住民が多く暮らす地域で、母と子の栄養改善を目指す取り組みが進んでいる。

## マヤ文明から続く 伝統的な食文化

紀元前1500年から16世紀ごろまで、中米地域一帯に複数の都市国家を展開して栄えたマヤ文明。マヤの人々は古代より森を切り開き、トウモロコシを栽培してきた。国民の半数近くをマヤ系先住民が占めるグアテマラでは、現在もトウモロコシが主食だ。すり潰したトウモロコシの粉を練って平たく焼き上げたトルティージャを、フリホーレスと呼ばれる煮豆といただくのが、最も一般的な食事。乳児にもトウモロコシの粉を主原料としたアトルという飲み物を与えるのだという。そんな同国の食生活は、ある問題を抱えている。

「山岳地で伝統的な暮らしを守って生活する先住民が多いこの国では、大人も子どもも栄養不良



地元で伝統的に分娩を手掛けている助産師(右)が同席する中、妊婦に前日に食べた食材や料理の摂取量などについて、現地で一般的に使用されている食器を用いて尋ねた。保健施設だけでなく、伝統的な助産師も活動に巻き込み、栄養改善とともに母子保健サービスの改善を目指す



聞き取り調査の内容の確認作業について指導する野末さん(左)



6カ月未満の子どもの母親に食生活に関するアンケート調査を実施。先住民の言葉話せる看護師や教師などを調査員として雇ったことで、地域の食生活に対する理解が進んだ



キチエ県

from グアテマラ  
**Guatemala**



この地域での野菜の需要は高く、作って売れば収入につながることは間違いないと大野さんはみている。多彩な食材が市場に供給されることは、将来的に地元の人たちの栄養状態の改善にもつながる

農業技術を伝えるだけでなく、農村を育てて市場に送り出し、農家の収入向上を実現する。その先に、栄養学的に優れた食料や、子どもが必要な食料についての知識、保存食の活用などの普及があります」

「農業技術の面では、いつ、何が、どの程度収穫できるかを考えた上で、効率的な作付けや施肥などの

プロジェクト責任者を務める株式会社JINの大野康雄さんは、「農業技術の面では、いつ、何が、どの程度収穫できるかを考えた上で、効率的な作付けや施肥などの

「蓄えが底をつく事態を予防すると同時に、換金作物の栽培を進め

てしまったり、子どもが多いため

に学費や食料のやりくりが苦しんだりすることもある。

収穫した食料で一年間の家族の食事を満足させることが難しい彼らにとって、何をどれくらい食べれば栄養的に良いという理想の食事を提案されても、さして食生活の改善にはつながらない。「時期にかかわらず、一年を通してしっかりと食べられるようにするための栽培から、健康的な食生活作りは始まります」と石川さんは話す。

「蓄えが底をつく事態を予防すると同時に、換金作物の栽培を進め

てしまったり、子どもが多いため

に学費や食料のやりくりが苦しんだりすることもある。

収穫した食料で一年間の家族の食事を満足させることが難しい彼らにとって、何をどれくらい食べれば栄養的に良いという理想の食事を提案されても、さして食生活の改善にはつながらない。「時期にかかわらず、一年を通してしっかりと食べられるようにするための栽培から、健康的な食生活作りは始まります」と石川さんは話す。

「蓄えが底をつく事態を予防すると同時に、換金作物の栽培を進め

てしまったり、子どもが多いため

に学費や食料のやりくりが苦しんだりすることもある。



一日中農作業に明け暮れる母親にとって、食事を準備する時間が十分に取れない日は多い。そのため、子どもたちはイモやトウモロコシだけで日中を過ごすこともある

「蓄えが底をつく事態を予防すると同時に、換金作物の栽培を進め

てしまったり、子どもが多いため

に学費や食料のやりくりが苦しんだりすることもある。

収穫した食料で一年間の家族の食事を満足させることが難しい彼らにとって、何をどれくらい食べれば栄養的に良いという理想の食事を提案されても、さして食生活の改善にはつながらない。「時期にかかわらず、一年を通してしっかりと食べられるようにするための栽培から、健康的な食生活作りは始まります」と石川さんは話す。

「蓄えが底をつく事態を予防すると同時に、換金作物の栽培を進め

てしまったり、子どもが多いため

に学費や食料のやりくりが苦しんだりすることもある。

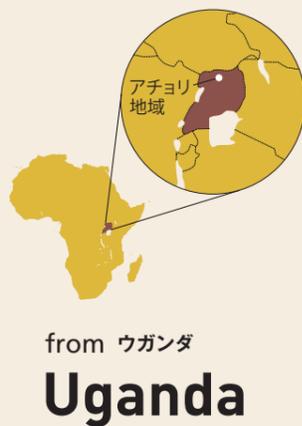
収穫した食料で一年間の家族の食事を満足させることが難しい彼らにとって、何をどれくらい食べれば栄養的に良いという理想の食事を提案されても、さして食生活の改善にはつながらない。「時期にかかわらず、一年を通してしっかりと食べられるようにするための栽培から、健康的な食生活作りは始まります」と石川さんは話す。

「蓄えが底をつく事態を予防すると同時に、換金作物の栽培を進め

てしまったり、子どもが多いため

## 農業を復興し、食生活を再建

農業に適した土地であるにもかかわらず、内戦の影響を受けて人口の8割以上が長年、避難民として暮らしていたウガンダ北部のアチヨリ地域。再び村に戻った人々の生計を改善し、健康的な食生活を広めるためには、まず農業を通して、食料の確保と販売による現金収入を実現する必要がある。



from ウガンダ  
Uganda



ある家庭の1年間の農作物の収穫・消費・換金を月ごとに追いながら、なぜ備蓄していた食べ物が5月や6月にはほとんどなくなってしまうのかを考えるワークショップ

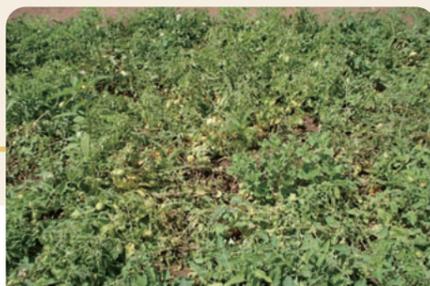
かつては広く農耕・牧畜が行われていたウガンダ北部。しかし、1980年代には内戦の影響で多くの人が村を捨て、国内避難民となることを強いられた。アチヨリ地域では、人口の実に8割から9割が家を捨てて難民キャンプに逃れ、内戦の終結を待っていたという。長年、耕してきた畑も、育てていた家畜も捨てざるを得ず、避難先では配給に頼る日々が続く。農業の伝統はすっかり失われてしまった。

2006年から国内避難民の帰還が始まり、人々は再び自分たちの土地を耕せるようになった。ウガンダ政府も内戦で破壊されたインフラの再構築に加えて農業振興に力を入れていくが、農家の技術が伴っておらず、元国内避難民の85%が自給自足の生活をしている

### 長年の空白が生む 社会の溝と知恵の断絶

のが現状だ。そこで日本がこの地域の農家の生計向上のために一肌脱ぐことになった。

株式会社JINの石川渚さんは、農家の現状を見るために半年間、とある家庭に通って農作業を手伝いながら地元の人たちの食の現状を観察した。その上で、この家族の一年間の収穫・消費・出費の動向を一覧表にしてみたところ、9月から12月にかけて採れた雑穀の一種であるソルガムや豆類の蓄えがなくなる5月から、メイズや落花生が実る7月半ばまでの間は、庭で育つキャッサバ芋以外は主食や豆類がなくなってしまうことが分かった。しかも、実った落花生の一部は、蓄えがない時期に滞納していた子どもの学費などの支払いに充てるため、収穫直後の最も安い時期に換金せざるを得ない。家庭によっては、妻に農作業を任せて自分はあまり参加しない男性がいて収穫が頭打ちになっ



簡単な栽培技術を身に付けることで、伝統的なトマトの栽培方法(左)に比べて収穫量が大きく増える(右)。収穫した野菜は市場で売れば収入になるのはもちろん、家庭で食べることもできる

## 多様な側面から栄養改善に取り組む



グラディース・ムガンビさん  
Gladys Mugambi



**私** は2009年に約2カ月間、日本で栄養改善の研修に参加しました。現在はケニア保健省の栄養学・食品学課長として、栄養に関する国の政策づくりや政府の能力向上を担当しているほか、Scaling Up Nutrition (SUN) のケニア国代表も務めています。

ケニアでは、子どもの発育阻害を含む低栄養が問題です。発育阻害とは、胎児期から2歳までの慢性的な栄養不良によって、身体や認知能力が低下することを指し、ケニアでは5歳未満の子どもの26%にこの症状が見られます。ビタミンや鉄分など微量栄養素の不足も問題です。

首都ナイロビやケニア中央部では、野

菜の摂取不足や運動不足による成人の肥満も深刻です。国内に栄養不足と栄養過多が混在する「栄養不良の二重負荷」は、ケニアにとって大きな課題となっています。また、妊婦の貧血や低出生体重児も少なくありません。こうした問題の解決には、女性だけでなく男性を含む社会全体で取り組む必要があります。

研修では、日本や研修員たちの母国の栄養政策についてディスカッションをしました。日本では栄養改善に法律が重要な役割を果たしていることを知り、良い政策とその実践が現状を変えることができるのだと学びました。また、日本での大豆や魚の保存法にも感銘を受けました。この他にも、食品成分表についての講義で栄養バランスの良い献立の作り方を学んだり、研修員たちの母国の食事を作る調理実習をしたりし、食の多様性を知る機会となりました。

日本では栄養に関する政策に基づき、

教育現場でも取り組みが実施されています。これはケニアとの違いです。私の目標は、小・中・高校で栄養教育を実施し、ケニア全土の子どもたちが栄養価の高い食事を得られるようにすることです。また、食の安全と栄養改善を推進するための分野横断的な法律づくりにも取り組みたいと思っています。研修に参加したことで、栄養の意味を多面的に捉えられるようになり、職場でもリーダーシップを発揮できるようになったと実感しています。



8月1日～7日の世界母乳育児週間のイベントにて。男性も子どもの健康に関わることの重要性などが伝えられた

## 日々の食事の大切さを伝える



ハウエナッシ・アムレ・イブさん  
HOUEASSI AMOULE Eve



**私** はベナンのラギューン母子病院で働く栄養士です。栄養不良で入院している子どもたちの栄養改善や、栄養不良の子どもを持つ母親への栄養教育などを担当しています。

ベナンでは、栄養不良は公衆衛生上の重要な問題です。2014年の調査では、全人口の4.5%が急性栄養不良に苦しんでいて、一部の人は特に深刻な状態であると報告されています。状況は地域によっても大きな差があり、国全体で栄養改善の仕組みを整えていくことが急務です。

私が2009年に日本で参加した研修は、アフリカの女性指導者を対象とするもので、食と栄養を核とした健康促進の活動

を母国で実施するために必要な知識や技術を学びました。ケニアやガーナ、ザンビアなど、アフリカ各地からの参加者と学び合う中で気付いたことは、彼らの国もベナンと同じ問題を抱えているということ。共通課題がある一方で、ベナンよりも積極的に栄養改善に取り組んでいる国も多く、刺激を受けました。研修では、糖尿病患者のための食事バランスやカロリーに関する講義、調理実習や食産業の企業視察などもあり、多くの知識を吸収することができました。

私は母親たちに、家族のより良い暮らしを実現するためにはバランスの取れた食事が大切だということを伝えています。このような活動を強化する上で、日本で学んだことが役立っています。目標は、栄養不良の子どもの数とその実態を把握し、そうした例を減らしていくことです。栄養不良の世代間の負の連鎖を断ち切るために、十代の女性や妊婦、看護師に「良

い食事”の重要性を伝え続けていきたいと思っています。今後は、トモロコシやピーナッツなど、低価格で高栄養価の粉類を提供する生産者グループを作ることや、貧困地域の衛生や飲み水を確保することなどにも取り組んでいくつもりです。日本の支援などを活用しながら、多くの栄養士を輩出することも不可欠だと考えています。



コミュニティで調理のデモンストレーションを行うイブさん

# 発展の第一歩は 栄養改善から

栄養不良は、個人の健康問題であるだけでなく、労働の質や生産性を損なうことから、国の発展の妨げともなる。適切な栄養摂取は国際社会が掲げる「持続可能な開発目標 (SDGs)」の17の目標すべてを達成するための基盤なのだ。開発途上国の栄養改善を後押しする日本の研修と、その参加者の活躍を紹介しよう。

## 研修の様子

## 母子の栄養改善に日本の経験とノウハウが貢献

昨年11月から約1カ月半、開発途上国の母子栄養改善に向けた能力強化を目指す研修が日本で生まれ、ウガンダやガーナなどアフリカ地域6カ国にラオスを加えた計7カ国11人の母子保健・栄養分野に携わる行政官が参加した。

研修員たちは、国際的な栄養改善の動向や、日本の母子保健システムや栄養政策のあゆみなどに関する講義を受けた上で、関連機関を視察。国の政策、地方自治体による栄養改善に貢献する事例など、さまざまなレベルでの日本の一貫した取り組みについて理解を深めた。

研修中盤からは約2週間北海道に滞在し、北海道庁や市町村の母子保健事業、教育機関、助産院などを視察。北海道は、厚生労働省が定める健康づくり促進の基本方針である「健康日本21」の下、「北海道健康づくり基本指針すこやか北海道21」を策定し、多様な団体と協力しながら、栄養・食生活をはじめとするあらゆる側面から健康づくりを推進してきた。また、母子の継続ケアや健康増進に焦点を置いた日本の取り組みは、研修員が母国でさまざまなア



日本の離乳食の調理実習。離乳食は赤ちゃんに優しい形で段階的に導入される。普段は料理をしないという男性研修員も包丁を握り、皆が楽しく調理法を学んだ

クターと協力体制を築きながら、包括的に栄養改善を目指していく上で大きな参考になる。

利益をもたらす仕組みだからこそ、継続的に活動できるのだと学びました」

研修員たちはこの他にも、母国での学校給食の現状や食料の保存方法など、あらゆる点を議論。研修を担当した公益財団法人ジョイセフの浅村里紗さんは、「分野を超えた連携や体系化された母子栄養改善プログラムづくりと同時に、健康促進の一環として幼少期から「食べることの大切さ」と喜びを伝えることも大切です」と指摘した。

また、研修では現在母国で活躍中の過去の研修参加者とテレビ会議を通じた意見交換も実施。今年度の研修員にとって大きな刺激となった。今後の具体的な行動計画を胸に帰国した研修員たち。各国で日本での学びを生かした母子栄養改善の活動が活発化することだろう。



北海道帯広市が市民向けに開催している「両親教室」「母親教室」を体験。実際に使用されている教材を使って、取り組みを学んだ

「助産師」

# 菅沼 弘美

SUGANUMA  
Hiromi

## 体重測定の実績付けが 栄養改善の糸口

「お産があり、母と子、そして家族の暮らしがある。世界中に共通するこの神秘にひかれたんです」。そう語る菅沼さんは、大学で助産学を専攻して助産師・看護師・保健師の国家資格を取得した。卒業後は総合病院に約3年間勤務。その後、新たな世界に挑戦するため、青年海外協力隊に応募した。

2015年10月、菅沼さんはアフリカ大陸南東に浮かぶ島、マダガスカルに降り立った。配属先はマジンガ郡の村落部にある20の基礎保健診療所を管轄

## JICA Volunteer Story

PROFILE

新潟県出身。都内総合病院の産婦人科や小児病棟などで勤務し、へき地医療支援も経験する。2015年10月から青年海外協力隊(助産師)としてマダガスカルで活動中。



体重測定後にフィードバックと栄養指導をする菅沼さん。学童期の子どもを含め、地域住民に家族計画や家計管理についても働き掛けることで、包括的な栄養改善を目指している

# 「一人でも多くの住民に、少しでも多くの栄養情報を」

作物が乏しく、貧しい家庭の多いマダガスカルの村落部で、栄養改善に取り組み菅沼さん。目の前の母と子へのアプローチだけでなく、継続的な栄養改善の土台づくりを目指して、あらゆる切り口で活動を展開中だ。



する保健局。菅沼さんはそのうちのひとつであるベロバカ基礎保健診療所で主に活動している。「保健局の管轄地域の総人口は約7万人で、その多くが貧困にあります。食料不足や知識不足などにより、栄養不良や体重増加不良の子どもが多く、栄養改善が課題です」

対策が必要なのにも関わらず、地域での栄養改善の取り組みは十分ではない上、保健局ではそもそも栄養不良児の数が把握できていなかった。そこで、菅沼さんは栄養不良児の特定から始めた。「そのためには、まず体重測定が必要です。妊婦健診や小児予防接種のために診療所に集まった母親に栄養指導を行い、病気の有無に関わらず、来院した子どもを毎日記録しました」と菅沼さん。同時に、母子手帳に掲載されている成長発達曲線の見方なども丁寧に説明し、母親への啓発と栄養に関する知識の向上に努めた。

菅沼さんの活動を支えるのは、地域を巡回して診療所外で5歳以下の子どもを体重測定や家族への栄養指導を行う、栄養保健ボランティアだ。しかし、ベロバカ基礎保健診療所が管轄する行政区7つに対して、その数は2人。人手を補うため、菅沼さんは栄養を専門としない保健ボランティアたちにも各行政区での子どもの成長確認の協力を呼び掛けた。こうして、これまでは人手が足りなかった2つの行政区で新たに体重測定が開始されたという。

## 包括的な栄養改善に 新たな協力者

活動の中で明らかになってきたのは、ベロバカ地域では妊婦の体重増加傾向や新生児の出生体重に問題はなく、母乳だけを与えている生後6カ月までは、子どもの適切な体重増加が見られるということ。「でも、その後、年齢が上がるにつれて、基準値から体



a.保健ボランティアと診療所外での体重測定。基準となる体重を下回る子がとても多いという  
b.2009年当時の青年海外協力隊が保健省などと協力して作成した「栄養改善キット」を使い、保健ボランティアと村の妊婦向けに栄養について指導する菅沼さん  
c.「健康やかに育ててほしいと切に願っています」と菅沼さん。授乳法の指導なども行う  
d.マジンガ郡の村落部では、市街地から離れると食物が手に入りにくい地域も多い。菅沼さんは、家庭で育てやすく、栄養価が高い植物「モリンガ」に注目している

重が懸け離れていくんです。つまり、離乳食の開始後の対策が鍵になるのです」と考察する菅沼さん。このことを踏まえ、菅沼さんは離乳食の適切な開始時期と内容について、母親たちに念入りに指導している。

菅沼さんは、定期的に各行政区に出向いて保健ボランティアたちの活動状況を確認したり、自ら母親や家族に栄養指導を行ったりするという。住民を集めて実施する調理のデモンストレーションは好評だが、課題もある。「家庭で生かせる栄養知識を伝えるため、安価で地産、かつ栄養価の高い食材を選んでいきます。活動の継続には、食材の持参など住民の協力が欠かせません。でも、経済的な理由や活動への理解が行きわたっていないために、協力を得ることは簡単ではなく、一層工夫が必要だと感じています」

住民にとって真に有益な情報を提供したい。菅沼さんは出産などで診療所に寝泊まりする人が持ち込む食事や、町で子どもが手にしているおやつなどを観察したり、個人の話に耳を傾けたりし、そこから集団への栄養指導の手掛かりを得ようと地道な努力を重ねた。「これまで、栄養改善の活動は個人的に協力を得ながら細々と続けてきましたが、先日、保健局長から郡内全体の栄養改善に向け、現状と解決策をまとめてほしいと言われたんです。そう話す菅沼さんは、現在、活動拡大に向けて、目標設定や資料の準備を進めている。

菅沼さんが目指すのは、目の前の母と子へのアプローチだけでなく、栄養改善の要である診療所や無償で働く保健ボランティアが無理なく活動を続けていけるようなシステム作りだ。地域の現状を正しく把握し、継続的に栄養改善を図る上でこのことは欠かせない。

「住民やボランティアなどと会える一回一回のチャンス大切にしています」。そう話す菅沼さんの周りには、栄養改善の協力の輪が着実に広がっている。



安全に調理ができるよう、新たに台所を作ることに決めた家庭も。屋根のある新しい台所ができた。次はかまど作りだ

# PLAYERS

国際協力の担い手たち

NPO法人

## 国際農民参加型技術ネットワーク（イフパット）

### 日本の農村の知恵を世界に

戦後の混乱期を乗り越え、自分の力でより良い生活をつくり出す後押しをした日本の生活改善運動。これまでの経験が世界各地の地域開発に役立つのではと、近年、再び脚光を浴びている。中南米を中心に生活改善運動を展開しているのが、NPO法人国際農民参加型技術ネットワーク（イフパット）だ。

#### 農業研修の伝統受け継ぎ 世界の農村に活力を

広大な敷地内に200人規模の宿泊研修設備を持つJICA筑波国際センター。農業研修施設もあり、水資源の技術から野菜栽培まで、さまざまな分野の実習を行っている。ここで世界各地から集まった研修員に日本の知恵を伝えていた指導員のOBたちが、自分たちの経験をより多くの人に共有したいと考えて作ったのが、NPO法人イフパットだ。イフパットが研修や開発途上国でのワークショップなど、農業・農村開発に関するさまざまな取り組みに加えて近年力を入れているのが、途上国の農村における生活改善だ。

生活改善アプローチは、10年ほど前から開発協力の現場で注目されるようになった。元になっているのは、敗戦



パラグアイのカアサバ県では、苗床や畝など、野菜を育てる基本技術を指導。子どもたちもさまざまな野菜を食べられるように



ホンジュラスのマムカ市連合会では、地元の材料を使って改良かまどを製作した。かまど作りをきっかけに台所の整理整頓が習慣になるなど、少しずつ生活全体が改善されていく。(写真提供：Mancomunidad MAMUCA)

ホンジュラスのインティフカ県では、地元の野菜や果物を生かした名産品作りが進む



を経て経済が壊滅し、土地も荒れた戦後の日本で全国的に展開された生活改善運動だ。農家の生活改善を目指すこの運動では、数多くの女性が「生改さん」と呼ばれる生活改良普及員として農家を回った。生改さんの仕事は、農家の人々、特に女性たちと共に、より良い生活を実現するためのアイデアを考え、実行すること。その象徴とも言えるのが、かまどの改良だ。

70年前の日本の農村では、土間に置かれた背の低いかまどと流しで炊事をしてきた。かまどには煙突がなく、女性たちは大量のまきを燃やした煙にむせび、身をかがめながら家事をするので、まきを集める時間がかかることに加え、健康への影響も大きかった。「生改さんたちが活動を始めた直後の日本の写真を見せると、ほんの60年前はこんな生活をしてたのかと驚くとともに、その気になれば自分たちの生活も変えられると自信を持ってもらえることが少なくありません」と、パラグアイで生活改善を指導してきた和田彩矢子専門家は話す。

他にも衛生や食習慣、栄養改善などの分野で、生改さんは農村社会を大きく変えた。女性を中心に、自ら考えて生活を変えることを、イフパットは今、中南米を中心に、JICAの草の根技術協力事業や研修員受入事業を通じて広めている。

#### 支援頼りの生き方をやめ 身の回りから変えていく

開発支援を受け入れる地域に見られる課題として、物を与えられることに慣れすぎて、受身になってしまいがちなことがある。「支援する側にとっても、



ホンジュラスのラパス県での取り組みは、ゴミの分別とリサイクル。リサイクルで作ったさまざまな品物と共に

「どれだけ物を与えたか」という数字は成果として分かりやすいので、そうした支援に偏りがちなのも事実です」と、和田さんは話す。「ですが、大切なのは新しいかまどを何個作った、農作物の種を何キロ配布した、という数字よりも、新しいかまどにどんな利点があるのか、手に入れた種をどうまき、どう育てれば収穫につながるかを知り、生かしてもらうことです。それをつかっていくかを考えると、私たちが狙っています」

お店で高いお金を払って清涼飲料水を買っても、庭になっているレモンやさまざまなフルーツを使って飲み物を作る方が健康的であると同時に、身近なもので生活を変える「生活改善」になる。中南米の多くの国の農村の食文化は豆やトウモロコシ、芋類、肉など、特定の食物に偏っており、地産地消でよりバランスの良い食生活を送れるように意識や習慣を変えていくことが、栄養状態改善の第一歩だ。

現在、コスタリカのオロテイナー市で生活改善指導に当たっている小林沙羅さんは、「当初は現地のファシリテーターから、『物がもたらえないと分かったら、皆去っていくよ』と言われました。でも、現在は村の女性たちを集めたワークショップで家庭菜園

に使う堆肥作りを学んだり、かまどの改善に取り組んだりしています。自分たちの力で変化を生み出す経験を通して、モチベーションが高まっているようです」と話す。他の地域での取り組みでは、学校の給食を地元産の野菜を使った軽食に変えたり、おやつを家庭菜園の野菜スティックに変えたりするなどの改善策も生まれている。

過去にプロジェクトを実施した地域の人たちからは、「日本が教えてくれた考え方や、与えてくれたチャンスは今でも自分の身に付いている」と感謝されるという。ホンジュラスで生活改善を指導した柳原さつきさんは「開発は外から来るものじゃなく、自分たち、内側から発信していくものだよ」と言ってもらえたときは、私たちの思いが伝わったのだと、とてもうれしく感じました」と振り返る。

「今後の課題は、一人一人の変化への取り組みを、国の政府が制度に組み込んでいくことです」と、永井和夫理事は話す。「一つの村落の生活が改善できたとしても、国全体で改善の取り組みを継続できなければ、社会に定着しません。そのため予算の確保をはじめとして、課題は少なくありません」

戦後、日本で生活改善運動に携わった生改さんたちはすでに高齢となり、今、日本では普及指導員たちが女性の就農支援などに尽力中だ。その知恵は日本のみならず世界各地で受け継がれ、農村に変化の火を起している。



## 生徒に感動を与えられる存在でありたい

「模様が手縫いできれい」「でもちょっと寒いね」

少し気恥ずかしそうな表情を浮かべた生徒たちが着ているのは、世界の民族衣装。ベトナム、インド、マレーシア、タイ、ケニア、サモア、グラテマラー、7カ国の色とりどりの衣装によって、教室はたちまち異国の雰囲気漂う空間へと様変わりした。

ここは、約700人の生徒が通う埼玉県立新座柳瀬高校。昨年12月、3年生を対象にした「ファッション造形基礎」の授業として世界の民族衣装体験が行われ、生徒たちはお互いに写真を撮り合い楽しんだ。「タイの少数民族の衣装を着ましたが、装飾が細かくて凝っていると感じました」と話すのは、将来は海外でアパレル関係の仕事に就くことを夢見る山田昇太郎さん。同じくアパレル業界を志している山田優綺さんは、「遠い存在

だった海外を身近に感じる事ができました」と話す。

興味津々な生徒たちを前に教壇に立つのは、家庭科の関美奈子先生だ。「今日はこの格好で家から学校まで来ました」と笑顔を見せる関先生は、日本の着物姿で授業に臨んだ。関先生は青年海外協力隊として、2006年からサモアに2年間、13年からグアテマラに2年間と2度の派遣を経験した。そんな自身の経験を交えながら、家庭科の授業では日本だけでなく世界の衣食住について伝えていく。この日の授業でも、地域の気候や文化によって着る服は異なること、イسلام教では肌の露出を嫌うため、マレーシアの衣装は袖やスカートの丈が長いことなどを説明した。

周りに協力隊に参加したことがある友人が多く、自然と自分も憧れるようになったという関先生。教員になりたてのころは仕事が忙しく、なかなかチャンスが訪れなかったが、2校目の赴任先での出来事が協力隊への思いを後押ししたという。「その学校でも、なんと同僚の家庭

科教員2人が協力隊の経験者でした。その1人が、ケニアの孤児院で行った活動

について授業で紹介したところ、生徒たちに大きな感動を与えたのです。すると、その話を聞いた保護者も関心を持ち始め、文化祭で講演会が開かれることになり、その後、学校で寄付を募って孤児院に届ける動きにまで広がりました。私も教員として幅を広げなければという思いが高まった出来事でした」

## 未知の地で栄養改善に奮闘

家政隊員として派遣された関先生の隊員生活は、予想外の展開で幕を開けた。「当時はサモアに家庭科の科目が導入されてからまだ1、2

## 世界とつながる教室

# 世界共通の衣食住の大切さを伝える

埼玉県立新座柳瀬高校では、青年海外協力隊に2度参加した先生が家庭科を教えている。世界を見てきた彼女が伝えているのは、どこの国でも、衣食住は健康で幸せな生活を送るために大切であるということだ。



家庭科の関先生。休みの日は着物で過ごすことが多く、「若い世代にももっと着物を着てもらいたい」と話す

年で、現地の教員の育成が任務の一つでした。ところが、到着する直前に現地の家庭科教員が海外に出稼ぎに行ってしまう、いきなり私が授業を担当することになったのです。当時のサモアでは、海外からの援助として届くインスタントラーメン、砂糖、油が食生活の中心で、糖尿病や肥満が問題となっていた。そこで、関先生は現地にある食材を使った調理実習を通じて、栄養バランスの大切さを教えることにした。また、半年がたったころには、誰にも使われずに放置されていたミシンを活用し、服作りの指導も始めた。「料理や裁縫の楽しさが伝わったのか、家庭科教員を目指して大学に進学した生徒もいました」と関先生はうれしそうに振り返る。

サモアから帰国して5年後、関先生は、飢餓や感染症などの過酷な状況下にある国についても深く知りたいと思い、再び

協力隊に参加することを決めた。派遣されたグアテマラの村で取り組んだのは、毎日小学校で提供される軽食メニューの栄養改善だ。現地の食生活はトウモロコシ、豆、砂糖を多用する偏ったものだったため、現地で豊富に採れる野菜や卵などを生かしたメニューを考案。これが反響を呼び、最終的には20校以上で活動を展開するようになり、メニューの試食会や、学校対抗のコンクールも開催された。軽食メニューを改善した学校では、実際に子どもたちの身長伸び率が上昇するなど、数字としても効果が表れた。

関先生は、「協力隊の活動を通じて感じたのは、食は人なり」という言葉通り、健康な人生を送るために食生活は何より大切で、それは日本も世界も変わらないということだ」と話す。現在、新座柳瀬高校の家庭科では、栄養や食の安全についてはもちろん、世界の伝統的な料理の調理実習や、サモアでの経験にヒントを得た、インスタントラーメンをアレンジした栄養改善メニューの紹介など幅広い授業を展開している。



家庭科の調理実習では、トマトとほうれん草を使って、インスタントラーメンをバランス食に変えるレシピを教えた

グアテマラの小学校での軽食の時間。みじん切りにした野菜をふんだんに入れたオムレツが子どもたちに大好評



関先生が授業を担当したサモアの子供たち。新聞紙で作ったかぶとをかぶって大はしゃぎ



世界の民族衣装を着た生徒たち。それぞれ国によって特徴があることを肌で感じる体験となった

### 一人でも多くの人の未来を豊かにしたい



JICA南スーダン事務所

大井綾子

Oi Ayako

大学卒業後、民放の報道記者として働いた後にイギリスの大学院に留学。UNDP東ティモール事務所、在アフガニスタン日本国大使館を経てJICAへ。人間開発部で保健・栄養分野に関わり、2015年8月から現職。

さまざまな側面からの取り組みが必要な栄養改善。JICA人間開発部で栄養タスクチームの事務局を担当し、分野横断的なアプローチの実践に取り組んだ大井綾子さんは、現在、南スーダンの深刻な栄養不良問題に立ち向かっている。

### 授業で見た番組がきっかけ 開発途上国のために何かをしたい

私が国際協力に関心を持ったのは、高校の授業で見たブラジルのドキュメンタリー番組がきっかけでした。森林伐採やストリートチルドレンのことを知り、自分も途上国のために何かしたいと思うようになったのです。大学卒業後は途上国のことを伝えるドキュメンタリー制作を夢見てテレビ局に入りましたが、2002年に東京で行われたアフガニスタン復興支援国際会議で来日したアフガニスタン人女性を取材して、自分たちの国を作っていくというエネルギーに満ちあふれた姿に圧倒され、こんな人たちと働きたいと思ったのです。

そこでイギリスの大学院に留学してガバナンスと開発を学び、国連開発計画(UNDP)東ティモール事務所や国内避難民の帰還支援に携わりました。その後はアフガニスタンの日本国大使館でガバナンスや地方復興の支援に関わり、2013年にJICAに入りました。

JICAでは、人間開発部保健グループに配属され、カンボジアとフィリピンの保健分野のさまざまなプロジェクトに関わりました。初めて手掛ける分野で専門用語の多さに戸惑うこともありまし

が、多くのことを学びました。また、当初は保健グループだけが関わっていた栄養タスクチームの事務局を担当し、国際栄養ネットワーク「Scaling Up Nutrition (SUN)」との連携や、官民共同で取り組む「栄養改善事業推進プラットフォーム」の立ち上げに携わりました。世界では、栄養改善は保健のみならず農業や教育、水など、分野を超えた対策が進められています。JICAでも複数の部署が栄養タスクに参加して取り組みを始めることができました。

### 紛争で傷ついた南スーダン 農業を通じた栄養改善

2015年8月には、南スーダン事務所に配属されました。南スーダンは11年に独立した新しい国ですが、長年の紛争と開発の遅れから、数多くの課題を抱えています。栄養面では、食料不足と栄養不良が深刻です。特に、5歳未満の子どもについては、慢性的な栄養不良だけでなく急性の栄養失調も深刻で、世界で最も悪い状況にあります。ナイル川が流れ、国土の95%で農業ができるといわれるほど肥沃な土地にもかかわらず、国内の食料自給率が低くとどまっているため、JICAは農業開発マスタープランの策定を支援することで食料と栄養を安定的



広報アドバイザーを務める漫画家のアディジャさんが描いてくれた、栄養不良対策としての農業の重要性を呼びかける漫画

に確保し、関連産業を育成することを目指しています。

南スーダン事務所では総務や広報などの仕事も担当していますが、事務所の広報アドバイザーには元ミス南スーダンや人気漫画家がいる、事務所を挙げて広報や啓発活動に力を入れています。2015年にはJICA内の広報グランプリを受賞したことは、事務所の励みになりました。

現在、治安の問題から、南スーダン事務所は隣国のウガンダを拠点に活動しており、もどかしさを感じています。それでも、これまでに築いてきた人間関係や協力の成果を維持し、少しでも多くの人々の生活を良くするために力を尽くしたいと思っています。



国の融和を目指し、昨年開催された南スーダンの全国スポーツ大会で、選手を取材

## 北岡理事長が「国際女性会議WAW! 2016」に登壇

01



ハイレベル・ラウンドテーブル会合で議論に参加する北岡伸一JICA理事長



ハイレベル・ラウンドテーブル会合での議論の様子

昨年12月13日と14日に、世界各地から政治やビジネスをけん引するリーダーや有識者を招き、女性の活躍促進のための方策を世界に発信することを目的とした「国際女性会議WAW! 2016」※が東京都内で開催されました。

「平和・安全保障における女性の参画とエンパワメント」をテーマとするハイレベル・ラウンドテーブル会合では、世界津波の日特別大使の山中燐子さんがモデレーターを務め、ジャン・プラスハート・オランダ国防大臣、メラニー・バービア・ジョージタウン大学女性・平和・安全保障研究所所長らが参加し、平和・安全保障分野への女性の参画やリーダーシップ発揮に向けた具体的な方策について議論しました。

同会合に登壇した北岡伸一JICA理事長は、冒頭、アフガニスタンの女性警察官支援とフィリピン・ミンダナオ島バンサモロ地域の女性支援の事例を紹介。その上で、JICAの経験を活かして、①紛争中や紛争後、あるいは災害後には、女性に対

するさまざまな暴力が横行するが、その対策として警察官、特に女性警察官の育成が有効であること、②貧困女性の社会的・経済的自立を支援すること、③紛争後に安定した社会を構築し、災害に備えて防災計画を策定したり、④紛争後に安定した社会を構築し、災害に備えて防災計画を策定したりする際に、女性を含む多様なステークホルダーの視点を取り込むことが重要であることなどを提示しました。

北岡理事長は、男性を含む社会全体が女性の役割に対する意識を向上させる必要性にも言及。JICAは非常時に限らず、平時からジェンダー平等に向けた支援を続けると表明しました。

その後、全体会合ではハイレベル・ラウンドテーブルの議論の概要と提言が共有されました。「平和・安全保障における女性の参画とエンパワメント」について、紛争下や災害時のリスクを削減するためには、女性・女児のニーズに関する知識や経験を持つ女性の力が有効であり、特に紛争予防において女性が重要な役割を果たす可能性があることなどが報告されました。

※World Assembly for Women

## 多くの難民を受け入れるヨルダンの改革を支援

02



署名式の様子。左から順に小林JICAヨルダン事務所長、櫻井駐ヨルダン大使、ファーフーヨルダン計画・国際協力大臣

JICAは昨年12月、ヨルダン・ハシエミット王国政府と、「金融セクター、ビジネス環境及び公的サービス改革開発政策借款」について300億円を限度とする円借款貸付契約に調印しました。

ヨルダンは、パレスチナやイラクからの難民に加え、65万人に上るシリア難民を受け入れており、直近の4年間で人口が約1.5倍に増加。政府の財政負担の増加により、水・電力などの公共サービスの提供が困難になりつつあります。また、金融セクターやビジネス環境の改善による自立的な経済発展の追求も重要な課題です。

本事業は、ヨルダン政府による二つの改革を支援するもので、「金融・ビジネス環境」分野では債券流通市場の整備や企業の信用格付制度の導入など、「公的サービス」分野ではエネルギー価格に連動した電力料金の導入や再生可能エネルギーの活用などを通じた財務効率性の改善を目指します。これらの長期的な改革を支援するとともに、短期的には周辺国の騒乱の影響で増加しているヨルダンの財政負担の軽減に貢献し、同国の難民受け入れ、公的サービスの維持を支援します。

## ネパール初の道路トンネルを建設

03



署名式でアリエル財務省対外協力局長(右)と握手する佐久間JICAネパール事務所長(左)。関係関係も同席した

JICAは昨年12月22日、ネパール連邦民主共和国政府との間で、「ナグドゥンガ・トンネル建設事業」が対象となる166億3600万円を限度とする円借款貸付契約に調印しました。

本事業は、カトマンズと主要都市およびインド国境までを結ぶ幹線道路路上にあるナグドゥンガ峠にトンネルを建設し、運輸交通網の円滑化を図ることを目的としています。

人や物の移動の多くを道路に頼っているネパールでは、輸出入の約6割を陸続きの隣国インドに依存しています。本事業で整備する道路はインドとの陸上交易の約6割を担う重要路線ですが、ナグドゥンガ峠では急な勾配やカーブによる交通渋滞が問題となっています。

そこで、本事業では同時に約2.5キロメートルの2車線トンネルを建設。これにより、ナグドゥンガ峠を通過する時間が約3分の1に短縮される見込みです。物流の円滑化が地域の発展に貢献することが期待されます。

## 段々畑を守る。パナマの森 農家の収入向上も実現

2 016年10月、私は中米のパナマを訪れました。  
パナマと聞いて、今どき最初に連想するのは、「パナマ文書」かもしれません。でも、パナマといえば、やはり「パナマ運河」です。

北米大陸と南米大陸の継ぎ目にあたるパナマの国土を縦断するように運河を通し、北極や南極を回らなくても、大型船が太平洋と大西洋を行き来できる。1914年、アメリカ合衆国の手によって開通したパナマ運河は、世界の物流の発展に大きく寄与してきました。

そのパナマ運河の運行に危機が訪れているというのです。私が取材に向かったのは、運河から2時間近く車に揺られて登った山の中腹の熱帯雨林に囲まれた村でした。

村人たちは、険しい山の斜面に「段々畑」を作っています。栽培しているのは、独特の香りで人気の高いコリアンダー。タイ語ではバクチーと呼ばれる野菜です。その脇には、バナナ、コーヒー、ライム、カカオ、ヤムイモ、キャッサバなど多彩な商品作物が植えられています。

段々畑方式の山間農業のノウハウをもたらししたのは日本でした。2000年から2005年にかけてJICAの技術協力を実施された「パナマ運河流域保全計画プロジェクト」では、活動の一環として、山間部の農家に段々畑をつくることを奨励したのです。

## 特別レポート

### 池上彰さん

パナマ運河は大西洋と太平洋をつなぐ、世界的にも重要な航路だ



かつてパナマの山間地では、原始的な焼き畑農業が行われていました。熱帯雨林を切り出して、火をつける。灰になった木が天然肥料となり、農業を営む。数年で土地の滋養を使い尽くすと、再び林を伐採して火をつけて、という工程を繰り返す。1990年代、生物多様性の宝庫である熱帯雨林が減少し、その結果、国の基幹インフラであるパナマ運河の運行に支障を来すかもしれない事態が起きました。

太平洋と大西洋をつなぐパナマ運河の水は海水ではありません。淡水です。運河のある土地の標高は数十メートル。そこに巨大なダム湖を作り、海に面した部分に水のエレベーターを用意して、航行する船を持ち上げていました。

ダム湖はパナマ運河の水源は、運河の周囲の山々から流れ込む川の水。山を覆う熱帯雨林を農家が焼き畑農業で破壊すると、山は保水力を失い、裸地になった山肌から土砂が流れ落ち、運河に堆積します。結果、運河の水が減り、水深も浅くなり、船が航行できなくなる恐れが出てきたのです。



パナマの熱帯雨林のただ中にあるコリアンダー(バクチー)の畑

山間部の農民は貧しく、焼き畑をやめたら食べていけない。パナマ政府は、日本に協力を仰ぎ、山間河川とその川が流れ込む巨大なダム湖はパナマ運河を一つの巨大な流域とみなした総合的な治水対策を行うことで、熱帯雨林を保全し、運河の危機を食い止めるとともに、農民に安定的な収入をもたらす持続可能な農業を構築しようと考えました。それが「パナマ運河流域保全計画プロジェクト」です。

都市の下水処理が進めば、パナマの漁業も活性化  
他にもパナマにおける日本の国際協力の成果には、太平洋と大西洋の魚介類を1箇所に集められる地の利を生かして1995年に約8億円を投じてできた水産市場があります。太平洋からはマグロなど外洋の大型魚が、大西洋からはサンゴ礁にすむイセエビやカニなどが水揚げされます。近年は日本の協力で、キハダマダゴの養殖に向けた調査も行われました。しかし、この漁業も環境問題の影響を受けています。国の人口の4割が集中するパナマ市は、深刻な水質汚染に悩まされています。毎日33万m<sup>3</sup>の下水が垂れ流されていたため、市内の河川には生き物の姿が消え、2001年からパナマ湾の魚介類は食用禁止となりました。そんな中、2013年には日本の円借款により整備された下水処理場が稼働を始め、水質改善に取り組んでいます。ミレイ・エングラ環境大臣は語ります。

「熱帯雨林の保全や水質改善といった環境対策が、パナマの農業や漁業といった食のビジネスを守り、さらにはパナマの基幹産業である運河ビジネスを守ります」  
環境問題への対応は、目先の経済発展に比べると後手に回りがち。でも、パナマで私が目の当たりにしたのは、環境への配慮こそが、経済の発展にも、社会の発展にも、食の確保にも直接寄与する、という事実です。私たち日本人もパナマの取り組みに学ぶところ大である、と実感しました。



日本の協力で建設されたパナマ市の下水処理場が、パナマ湾の水質を改善する

パナマの水産市場で見掛けた立派なイセエビ。パナマの漁業が盛んになれば、世界に海産物を供給できるようになる



伝統的な焼き畑農業が、パナマ運河を危機に陥れた

## パナマの農業を救えば、 パナマ運河も救われるわけ

中米随一の経済成長を誇り、金融・貿易センターとして重要な役割を担うパナマ。しかし、環境保全への取り組みが立ち遅れ、そのことがパナマ経済にも大きな影響を与えている。そんなパナマの現状改善に協力する日本の取り組みを、ジャーナリストの池上彰さんが取材した。

編集・写真：柳瀬 博一（日経ビジネス チーフ企画プロデューサー）



### Q3. 栄養改善における日本の強みとは?

A3.

日本には第二次世界大戦後の栄養不良を乗り越えてきた経験があり、長年にわたって栄養改善に取り組んできた政府や企業、団体には、その知見が蓄積されています。例えば、栄養士・管理栄養士制度や学校給食制度、政府の国民健康・栄養調査は、あらゆる国に存在しているわけではありません。栄養士や管理栄養士が学校や病院で栄養管理や食事指導を行ったり、全国で17万人もの食生活改善推進員がボランティアとして地域住民に食を通じた健康づくりを指導したりと、日本にはさまざまな栄養改善の取り組みがあります。こうした日本の知見を最大限に生かしながら、栄養改善を推進していく必要

があると考えています。

一方で、日本と途上国が置かれている状況には異なる部分もあります。相手国政府の方針を尊重することはもちろん、食材には宗教や文化上の制約も存在するため、各国の事情に沿った支援を行うことが重要なのです。



ブラジルの社会福祉施設の給食室で働く職員と日系社会シニアボランティア (撮影: 渋谷敦志)

### Q1. なぜ栄養改善は重要な?

A1.

2008年、世界で最も評価が高い医学専門誌『ランセット』の特集で強調されたのが、母親のおなかの中にいるときから2歳を迎えるまでの最初の1,000日における栄養改善の重要性です。この期間に栄養が足りていなければ、その後いくら健康な食事を取っても身体や脳の発育に影響が残ってしまう恐れがあります。つまり、子どもの健やかな成長のためには、おなかの中にいるときの母親の栄養状態が大きく関係するため、世代を超えた栄養改善が重要なのです。このことは、栄養教育についても言えます。バランスの取れた食事を心掛けている家庭は、親から子、子から孫へと栄養の大切さ

が伝わっていきます。また、栄養改善によって、病気や死亡のリスクの軽減にもつながります。

栄養改善は、開発途上国だけの課題として捉えられがちですが、ビタミン、ミネラルといった微量栄養素不足、それに過体重や肥満は先進国にとっても無縁ではなく、国際社会全体で取り組む必要があります。こうした中、2015年に採択された持続可能な開発目標(SDGs)に、栄養改善が一つのゴールとして掲げられたことは大きな進歩です。日本は、G7伊勢志摩サミットや第6回アフリカ開発会議(TICAD VI)などでも、栄養改善を重要な課題として取り上げました。

### Q2. 具体的にどんな取り組みを進めているの?

A2.

栄養改善には分野間の連携が欠かせません。母乳育児の推進といった保健分野の介入はもちろん、水分野の介入によってきれいな水を飲めるようになると、下痢が少なくなり、栄養失調の改善につながります。他にも、野菜や穀物を効果的に育てる農業分野、栄養教育や学校給食といった教育分野など、さまざまな分野の介入を組み合わせることで成り立っています。

また、政府だけが取り組むのではなく、民間企業、NGO、学術研究団体などの関係機関との連携も重要です。昨年9月には、こうした関係機関を巻き込んだ「栄養改善事業推進プラットフォーム」が立ち上がり、これは、官民連携で栄養改善を推進しようという日本政府の「健康・医療戦略」の記述に基づき設立されたもので、昨年末時点で約30の企業や団体が加

入しています。

プラットフォームの目標は、それぞれの経験や知見を持ち寄り、途上国における栄養改善のビジネスモデルを構築すること。日本政府としては、各国政府への働き掛けやニーズ調査などの面で活動を支援しています。現在はインドネシアで、工場などの職場での栄養改善を目指すプロジェクトの実施が検討されており、各企業が持つ知見で何ができるのかを協議している段階です。今後は、食品関連企業だけでなく、物流やIT業界なども巻き込みながら、活動の幅を広げていきたいと思っています。

この他、昨年はアフリカでの栄養改善を加速するための「食と栄養のアフリカ・イニシアチブ(IFNA)」をJICAが中心となり立ち上げるなど、日本主導の栄養改善の取り組みが本格的に動き始めています。



「栄養改善事業推進プラットフォーム」の発足セミナー。関心を有する民間企業、大学、NGOなどから多くの人たちが参加した

## Message from Peru

### ペルー山岳部の学校給食の改善

ペルーは、中南米で最も早く日本と国交関係を樹立した国で、ジャガイモやトマト、トウガラシなどの野菜の原産地でもあります。首都のリマ周辺には、約1,000万人が住み、美食の都市としても知られています。



学校菜園で採れた野菜 (提供: 仲尾望)

一方、シエラと呼ばれる標高500メートルから7,000メートルの山岳地帯では、いまだに栄養改善の取り組みが必要な状況です。ここでの主な問題は、必要な摂取カロリーの不足ではなく、炭水化物の摂取過多による栄養バランスの偏りを原因とする栄養不足です。伝統的にイモ類を好む食習慣が根強いことや、野菜が比較的高価であることが、その原因として考えられています。

シエラで活動しているJICAの青年海外協力隊の職種は、野菜栽培、地域コミュニティ開発、家政・生活改善などさまざまですが、活動の一環として栄養改善にも取り組んでいます。その中でも、カハマルカ州サン・ミゲル郡とサン・パブロ郡では、青年海外協力隊と、2011年から昨年まで実施していた技術協力プロジェクト「カハマルカ州小規模農家生計向上プロジェクト」が連携を回り、お互いの計画を補完しています。青年海外協力隊の隊員は、プロジェクトで結成された現地の農民組織から学校菜園の整備と管理について学び、それを地元の学校で実施する一方、栄養改善などの面で農民組織を支援しています。プロジェクト終了後も、学校に対する農民組織からの支援は続いており、学校菜園によって、高価な野菜類を購入できない学校の給食メニューの改善につながりつつあります。

(在ペルー日本国大使館 二等書記官 山崎将志)

## POINT

- 1 世代を超えた健康のためにも栄養改善は大切
- 2 日本はさまざまな分野を横断し、官民連携で栄養改善に取り組んでいる
- 3 戦後の栄養不良を乗り越えた経験こそが日本の強み

## テーマ 栄養改善

外務省 国際協力局  
国際保健政策室 経済協力専門員

## 網島 由香理

Yukari AMIJIMA

南東アジア第二課で経済連携協定(EPA)に基づく外国人看護師・介護福祉士の受け入れを担当した後、ODA評価室での「保健関連MDGsの達成に向けた日本の取組の評価」を担当。2015年3月より現職に就き、栄養の切り口から保健分野の開発協力に取り組む。



「ここが知りたい」。国際協力に関する政策を外務省の担当者が分かりやすく解説します!

# 幻の国際鉄橋

## China

【中国】

写真・文＝小竹 直人(写真家)



リウネイ かんてん  
遼寧省の寛甸満族自治県。レールはさび  
付いて雑草や雪に埋もれているが、北朝  
鮮に通じる鉄橋までつながっている



c. 朝鮮戦争で破壊された鴨緑江第1橋梁。北朝鮮側は橋脚部分だけが残る  
d. 上河口鴨緑江橋は全長673.4メートル。中国管轄部分にトラスが架けられている

遼寧省丹東市は、北朝鮮との国境の町として知られる。中朝の国境を成す鴨緑江のほとりに2本の鉄橋が朝鮮半島に向かって伸びている。いずれもかつて日本が建設したもので、上流側に位置する中朝友誼橋は1943年に建設された、道路と鉄道の併用橋であり、今なお中朝貿易の大動脈として使われている。

もう1本の鴨緑江第一橋梁は1911年に建設された鉄橋で、朝鮮半島と満州を初めて結んだ国際鉄橋となった。1950年に勃発した朝鮮戦争で、アメリカ軍の空爆によって破壊されたままの「断橋」として、その姿を今に残す。

丹東から国境沿いに車を走らせることおよそ60キロ。滔々と流れる大河のほとりに1本の鉄橋が佇んでいた。辺りは人家も少なく、通る車もあまりない。対岸は北朝鮮の清水という小さな町で、中国側と同様にひっそりと静まり返っていた。いくつかの工場の煙突が見える。それらはかつての日本統治時代のもので、廃墟と化していた。

この上河口鴨緑江橋は1940年に当時世界最大級を誇った水豊ダムの建設に伴って架けられた鉄道橋だ。朝鮮定州から清水、国境を渡り満鉄と接続する路線でもあった。実際は満州の上河口止まりで列車が運行され、ダムが完成した1944年になるといったん列車の運行が中止となった。第二次世界大戦の戦況悪化で、満鉄側の接続線の工事が頓挫していたからだ。道床やトンネルは完成していたが、全てのレールを敷設するまでには至らず、その後に終戦を迎えたことで、幻の国際ルートとなってしまった。



a. 日本統治時代の鴨緑江第2橋梁は1990年に中朝友誼橋と改名された  
b. 集落の片隅に放置されたままのコンクリート橋梁。満鉄の野望はここで途切れた



h



i

h. 楊さんは脳梗塞を患い言葉が少し不自由になってしまったが、妻の菊さんが代わりに答えてくれた  
i. 上河口に通じるこの短いトンネルは、1956年以降、国際鉄橋と同様に休眠状態となった

小竹直人 (こたけなおと)  
1969年新潟市生まれ。フォトジャーナリスト樋口健二氏に師事。1990年より中国取材を始める。中国関連書籍を多数執筆。主な著書に『中国蒸気機関車の旅(筑摩書房)』や『中朝鉄路写真紀行』(マガジンハウス)など。

【写真展案内】  
『国境鉄路』  
〜日本が中朝国境に遺した7本の鉄道橋〜  
●オンラインギャラリー(東京)  
2017年1月30日(月)〜2月8日(水)、  
11〜19時(最終日は15時まで)。  
2月2日(木)休館。入場無料。  
●オンラインギャラリー(大阪)  
2017年2月17日(金)〜23日(木)、  
10〜18時(最終日は15時まで)。  
日曜・祝日休館。入場無料。

ところが、新中国が建国されてまもなく、朝鮮戦争が勃発したことで、未完の国際鉄道は急ぎよ兵站鉄道として再建され、1950年11月に開通した。それは、丹東の鉄橋が空爆された直後の事でもあった。丹東を表ルートとすれば、上河口は裏ルート的なものだった。兵員物資輸送に活用された鉄橋も1953年の休戦によってその役目を終えた。1956年頃まで列車の往来があったが、以降60年間この橋を渡った列車は1本たりともない。鉄橋に向かうさびたレールの傍らに、一軒の古

い民家があった。小さな庭では家畜の鶏が駆け回り、軒先にはランプシェードを設えたその家は、駅舎を思わせる佇まい。そこには、ともに1931年生まれのお夫婦が暮らしていた。驚くべきことに、主人の楊さんは、兵站鉄道として再開された1950年当時の駅員であった。それから40年近くも汽車の来ることのない駅で職員として働き続けたと語ってくれた。楊さんの自宅は2003年に発電所の建設で立ち退きを余儀なくされ、かつての職場であったこの駅舎に移住

したという。なぜ、列車の来ない駅に駅員が必要なのか――。朝鮮半島に続く放置されたさびたレールや鉄橋は、今なお「戦備」であるからだ。鉄橋は24時間体制で人民解放軍の監視下にあり、鉄の門扉で固く閉ざされている。この門扉がいつ開かれるかわからないが、それが有事でないことを願うと同時に、いつか列車に乗ってこの橋を渡ってみたいと思わずにはいられない。鉄道好きの僥(はま)すざる希望かもしれないが。



e



g



e. 高さのある窓が印象的な駅舎は、ロシア人が設計した  
f. 庭の片隅に鉄路局のマークが篆刻された石票が今も置かれていた  
g. 老夫婦が暮らす、かつての駅舎の壁には文革時代に書かれたスローガンが今も残されている



# 旅の安全は日頃の準備と想像力から!

海外の旅行先で日本人が犯罪に巻き込まれる例が多発しています。  
自分の安全を自分で守るために、まずは情報収集から始めましょう。

その1

「外務省海外安全ホームページ」で渡航先の安全情報をチェックしよう!

各国の詳しい安全情報をお知らせしています。

確認はこちらから → <http://www.anzen.mofa.go.jp/>

その2

渡航の前には必ず「たびレジ」に登録しよう!

海外旅行の前に滞在先・連絡先などを「たびレジ」に登録すると、渡航先の最新の安全情報がメールで届き、緊急時には大使館・総領事館から連絡が受けられます(3カ月以上の滞在の場合は在留届を提出してください)。



たびレジ  
QRコード

登録はこちらから → <https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>

## <海外における日本人の犯罪被害とその例>

### [強盗被害の例]



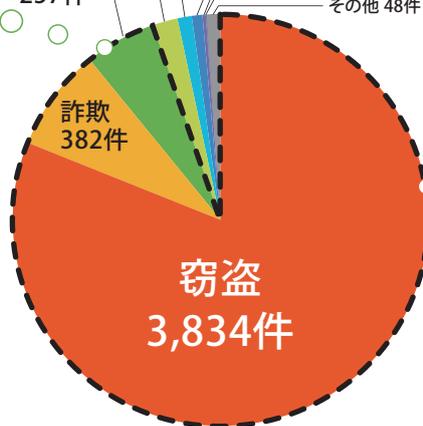
夜間に街を歩いていたら、3人組の現地に人に取り囲まれた。金品の要求を拒否すると、サバイバルナイフで襲い掛かってきた。腹部2カ所を刺されて意識を失ったが、幸いジョギング中の人に助けられた。

気を付けて!!

- ✓ 夜間は危険が増すので、グループで行動するなど、注意を払う。
- ✓ 危険を感じたら、速やかにその場を立ち去る。
- ✓ 万が一、強盗に遭遇した場合には、絶対に抵抗せず、犯人の要求に従う。

### 被害の約95%が金品を狙った犯罪です

脅迫・恐喝 53件  
傷害・暴行 95件  
強盗・強奪 257件  
詐欺 382件  
殺害・強制わいせつ 33件  
殺人 14件  
テロ 3件  
その他 48件



2015年海外邦人被害統計より

### [窃盗被害の例]



前を歩く女性がコインを落としたので、持っていたカバンを置いて一緒に拾うのを手伝った。拾い終えたコインを女性に手渡した後、ふと気がつくと、カバンが消えていた。

気を付けて!!

- ✓ 自分の手荷物からは目を離さない。
- ✓ よくある犯罪手口を調べ、対策と心構えを知っているかないかで、とっさの行動が変わります。



# ／ 新着情報 ／ イチャオシ!

## M OVIE

### 『海は燃えている ～イタリア最南端の小さな島～』

人口わずか5,500人、地中海に浮かぶイタリア最南端の島、ランペドゥーサ島。近年はアフリカから船で地中海を渡る難民の目的地となり、島の人口をはるかに超える数の難民が押し寄せた。この島に住む少年サムエレと、近海で発見された難民船のために奔走する沿岸警備隊。島に到着して医師の診察を受け、収容施設で暮らす難民たち。そして旅の途中で命を落とした幾多の人々の死亡診断書を書く医師。小さな島の日常を通して難民問題を問いかける本作品は、第66回ベルリン国際映画祭グランプリを受賞している。



© 21Unoproducts\_StemalEntertainment\_ LesFilmsdici\_ArteFranceCinéma

2016年／イタリア＝フランス／114分  
監督：ジャンフランコ・ロージ  
公開：2月11日(土)よりBunkamuraル・シネマ(東京都渋谷区)ほか全国順次公開  
URL：<http://www.bitters.co.jp/umi/>  
配給：ビターズ・エンド

## B OOK

### 『マラス 暴力に支配される少年たち』

長年、中米のストリートチルドレン取材し、NGO代表として支援を続けてきた著者。近年、マラスと呼ばれる地元ギャングの暴力を逃れてアメリカを目指す子どもたちが増えていることを知り、その実情を取材するためにホンジュラスへと赴いた。かつてはマラスの一員として名をはせたが、神に救いを求めて足抜けした青年たちと彼らを見守る支援者、追っ手を逃れてメキシコやアメリカを目指した少年たちなど、マラスの暴力に直面してきた人々の目を通して中米の苦悩を描き出す、第14回開高健ノンフィクション賞受賞作。



工藤律子 著  
集英社  
1,944円(税込)

この本を  
1人の方に  
プレゼント  
詳細は  
38ページへ

## E VENT

### 『よこはま国際フォーラム2017』

国際協力・多文化共生に関わる団体が、多彩な講演会・報告会・ワークショップなどを開催。豊富なテーマの中から、興味のある国や話題を選んで自由に参加できることから、例年1,500人以上が集まる人気のイベントだ。高校や学生団体から国際的なNGOに至まで、幅広い団体が参加しており、取り上げる話題も国内での多文化共生あり世界各地の課題ありと多彩だ。ギャラリーでは「ともに生きる横浜、ともに創る世界」展もあわせて開催される。



会期：2017年2月4日(土) 11:00~17:10、5日(日) 11:00~19:20  
参加費：[事前申込] 1日券：500円/日  
[当日申込] 1日券：700円/日 ※高校生以下は無料  
会場：JICA横浜(横浜市中区)  
問い合わせ：(特活) 横浜 NGO 連絡会  
よこはま国際フォーラム2017プロジェクト事務局  
TEL：045-662-6350  
E-mail：info@yokohama-c-plat.org

## B OOK

### 『ワールドシネマ・スタディーズ 世界の「いま」を映画から考えよう』

見る人の心を躍らせる銀幕は、社会を映し出す鏡でもある。近年の社会を鋭く描いた映画39本を選び、背景についての解説や課題解決に向けた考察を添えて紹介する本書は、映画を通して世界の「いま」を旅するための格好のガイドブックだ。世界各地から集まった映画が、国境、移民、ジェンダー、家族、多文化共生など、カメラ越しに切り取られたさまざまな問題を理解し、社会の在り方考えるためのヒントを提供してくれる。映画好きもそうでない人も楽しめる1冊。



小長谷有紀/鈴木紀/旦匡子 編  
勉誠出版  
2,376円(税込)

この本を  
1人の方に  
プレゼント  
詳細は  
38ページへ

「11月号特集「都市開発マスタープラン」を読んで」  
 ■マスタープランという概念を初めて知りました。現地に合う形でその土地の将来をデザインすることは、大きな責任を伴う活動だと感じました。表紙の写真に使われていたアフガニスタンのカブールでは、どのような取り組みが行われているのが気になります。  
 (広島県／20代／女性)

■地球ギャラリーのノラばあちゃんのお話を読んで、心に留まるものがありました。最近では日本でも「看取り」や「寄り添う医療」が注目されていますが、ウガンダにはそんな人間の終わりの幸せを感じました。  
 (愛知県／60代／女性)

「12月号特集「国際緊急援助隊30周年」を読んで」  
 ■国際緊急援助隊の仕事を深く理解することができました。自衛隊の「駆けつけ警護」など、平和と安全についていろいろと考えてしまう今日ですが、本当に困っている国への援助に、日本の力を使ってほしいと願わずにはいられませんでした。  
 (神奈川県／30代／女性)

■ネパール地震での活動の大変さや被災後の状況などを、実際に派遣された隊員の方々の声から知ることができ、考えさせられました。被災国に寄り添う支援の大切さと難しさを痛感しました。  
 (島根県／30代／女性)



本誌をご希望の場合は  
 下記方法で  
 お申し込みください。

申込方法

本誌をご希望の方には、送料をご負担いただく形で送付いたします。巻末の払込取扱票に、氏名・住所・電話番号・ご希望の送付期間・送付開始月を明記の上、指定の金額を郵便局でお支払いください。入金確認後、発送を手配いたします(入金から1週間程度かかることもありますのでご了承ください)。複数冊、またはバックナンバーをご希望の方は送料が異なりますので、下記までお問い合わせください。

申込先 (株)国際開発ジャーナル社 総務部(発送代行)  
 住所 〒102-0083 東京都千代田区麹町3-2-4 麹町HFビル9F  
 TEL 03-3221-5583  
 FAX 03-3221-5584  
 Eメール order@idj.co.jp

本誌へのご意見・ご感想や  
 JICAへのご質問を  
 お寄せください。

プレゼント  
 付き

添付のアンケートはがき、Eメール、FAXから、本誌に対するご意見やご感想、またJICAへのご質問を、氏名・住所・電話番号・職業・年齢・性別・ご希望のプレゼントを明記の上、お送りください。ご記入いただいた個人情報統計処理およびプレゼント発送以外の目的で使用いたしません。当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。

◎応募締切：2017年3月15日

Eメール: jica@idj.co.jp  
 FAX: 03-3221-5584 (『mundi』編集部宛)

- ① ジュースパック製品
- ② 書籍『マラス 暴力に支配される少年たち』(p37参照)
- ③ 書籍『ワールドシネマ・スタディーズ 世界の「いま」を映画から考えよう』(p37参照)



①



②



③

次号予告 (2017年3月1日発行予定)

## 紛争・災害と女性

紛争や災害といった社会が混乱した状況下では、女性などの社会的弱者はより大きな影響を受けるといわれています。どのような状況にあっても女性が安心して生活し、活躍できる社会をつくるには何が必要なのか。3月8日の「国際女性の日」を前に、直面する問題や近年の取り組みをお伝えします。



©Yuki Asada

## “ごみ”がポップな商品に生まれ変わった！

フィリピンから届いたカラフルなバッグや財布とペンケース。実はこれ、廃棄されたジュースパックでできている。作り手は、同国イロイロ市郊外のごみ投棄場でごみ拾いをして生計を立ててきた人々だ。投棄場の管理主体であるイロイロ市公共サービス局の後押しで誕生した住民組織「UCLA」が、ごみ拾いではない新しい生計手段として10年前に始めた裁縫プロジェクトによって、これらのジュースパック製品が生産されている。

「ジュースパックを一つ一つ洗って、乾かして、縫い合わせてっていう作業は大変なのよ。ただどうまくできたときは“やったね！”という気持ちになるわ」と、UCLAのメンバーは話す。

UCLAに対して多様な支援を行って

るのは、フィリピンを拠点に活動するNGOの「<sup>ローブ</sup>LOOB」と、それを日本で支える「特定非営利活動法人LOOB JAPAN」だ。LOOBは現地での技術支援やUCLAメンバーの子どもたちへの教育支援に加え、毎月一定額のジュースパック製品を買い取り、LOOB JAPANがそれを日本で販売している。プロジェクト開始当初3,500ペソ（約8,200円）だった買い取り額が今では10倍に増え、メンバーの子どもたちは学校へ行けるようになった。

「もともとジュースが入っていたので、耐水性や強度は抜群です」とLOOB JAPAN代表の小林幸恵さん。「今後は、素材回収から縫製までのノウハウを別の地域で生かしたいんです」。貧困のスパイラルを断ち切るための挑戦は続く。



製品作りに精を出すUCLAの女性。裁縫プロジェクトによって収入を得て、ごみ拾いの生活から脱却した

- ★ジュースパック製品を3人にプレゼント！  
→詳細は38ページへ
- ★商品はアースデイ東京、グローバルフェスタ JAPAN、アースデイ神戸、ワン・ワールド・フェスティバルなどのイベントの他、以下のオンラインショップからも購入できます。<http://loobinc.cart.fc2.com/>



フィリピン  
イロイロ市



私の  
**なんとか  
しなきゃ!**

Vol. 76

## PROFILE

東京生まれ。俳優として、テレビ・映画・舞台で活躍する一方、1998年に国連開発計画 (UNDP) 親善大使に任命され、これまでに10の国と地域を訪問。日本各地で講演会を開き、開発途上国の現状などを伝えている。著書に、親善大使として訪れた国についてつづった『ラララ親善大使』(小学館刊)がある。写真は、昨年8月のケニア視察の様子。

ある日、私のもとにニューヨーク国連本部から1通のファックスが届きました。開発途上国の援助機関である国連開発計画 (UNDP) の親善大使を引き受けてほしいという依頼でした。それまで、政府開発援助 (ODA) の広報番組でリポーターを務めたことがある以外には、国際協力との接点がなかった私でしたが、「私でも役に立てるのなら」と、貴重な機会に感謝し、引き受けることを決めました。

1998年の親善大使就任後、最初に訪れたのはカンボジアです。渡航前は地雷のイメージから不安が大きかったのですが、現地ではどこへ行っても地域の人が熱烈に歓迎してくれました。そうした喜びがある一方、実際に地雷対策センターを訪れたり、人身売買の現状を知ったりするにつれ、“ニュースで聞いていた問題は、本当に今、同じ地球上で起きているのだ”という当たり前の事実が胸に迫ってきたことも覚えていてます。

パレスチナでは、日本の無償資金協

# あなたの時間を誰かのために

俳優、UNDP親善大使 **紺野 美沙子**

KONNO Misako



© UNDP Tokyo / YukikoAbe

力で建設された病院を視察しました。すると、現地の方が「病院を建ててくれてありがとう」と私にお礼を言ってきたのです。支援に携わったわけではない私はどう答えたらよいか戸惑ってしまい、親善大使としての責任の重さを改めて痛感したのでした。国内ではODAが批判的に報道されることが少なくありませんが、日本の支援は現地の市民まで届き、社会の発展に貢献している、そう実感した瞬間でもあります。

途上国を公式訪問する際は、さまざまな方にお会いしますが、親善大使に就任してから20年近くたつ今でも、とても緊張し、大きなプレッシャーを感じます。国を支える政府関係者や、HIV/エイズで両親を亡くした孤児、不便な環境下で一途に活動を続けるJICAの青年海外協力隊など、あらゆる方と話して感じたことを、背伸びをせず、自分の言葉で伝えることが私の役目です。恵まれた日本にいる私たちだからこそ、誰かのためにできることがあるはず。そうした自分の思いや開発援助に

ついて知ってもらうため、全国各地の学校や自治体から依頼を受けて、講演活動も行っています。

親善大使としての活動を通じて、日本での何気ない生活にありがたみを感じるようになりました。朝、何事もなく目が覚めて平和な一日を過ごせること、一緒にご飯を食べる人がいること、スイッチ一つで電気がつくこと、挙げればきりがありません。幸せとは何だろう——。命や明日の暮らしを心配することなく、そう問えること自体が、恵まれている証拠なのかもしれません。

私たちは限られた時間を生きています。自分の時間を他の誰かのために少し使ってみる、そんな仲間を増やしていけたらと思っています。

「なんとかしなきゃ!プロジェクト」は、開発途上国の現状について知り、一人一人ができる国際協力を推進していく市民参加型プロジェクトです。ウェブサイトやFacebookの専用ページを通じて、さまざまな国際協力の情報を発信していきます。

「なんとかしなきゃ」で  検索