

ISAPH

アイサップ
ニュースレター

News Letter

第33号

2019年7月30日発行



写真:ラオス 調理実習で新たなレシピに挑戦する村落栄養ボランティア

ISAPHはラオスとマラウイの母親と
子どもたちの保健の向上を支援しています

NPO International Support and Partnership for Health



マラウイからの報告

地域と協力して卵の生産を目指す

ISAPH マラウイ 山本 作真

ISAPH マラウイの活動は、JICA 草の根技術協力プロジェクト「母と子の『最初の1000日』に配慮したコミュニティ栄養改善プロジェクト」を開始してから1年が経過しました。プロジェクトに先立って行われた昨年の調査では、5歳未満児の低栄養の現状や、その原因である家庭で食べられている食品の種類の少なさ、特に動物性タンパクが全く不足している状況が明らかになりました。住民の経済力に加え、食品の流通自体も不足している農村の暮らしでは、保健活動だけでは栄養状態は改善されない現実が浮き彫りになりました。

2018年末より、活動地域では住民たちによるグループ菜園の活動をスタート。雨季にあたる12月～翌3月にかけて、タンパク源となる豆類などを栽培し、収穫に至りました。

続けて、2019年からはグループでの養鶏を開始しました。卵は豊富なタンパク質の他にもビタミンやミネラルが多く含まれ、非常に有用な栄養源です。同時に、売って現金収入にすることもできます。マラウイの農村に住む人々の所得は日本より遥かに低いものの、店頭で売られている鶏卵の価格は1個約12円と、日本と大差ありません。日常的に買って食べるには贅沢品なのですが、生産者の側からは非常に魅力的なビジネスでもあります。

グループ養鶏は、以前ISAPHがプロジェクトを展開していた近隣地域でも実施していました。そこで、

その地域の中でも特に成功を収めたグループでインタビュービデオを撮影し、今回の活動地域で披露しました。ビデオの中で、苦労して得られた成果を誇らしく語る先人たちの姿に、自分たちにもできるかもしれないと、目標を見つけて目を輝かせていた人々の反応がとても印象的でした。

住民たちには、まず鶏舎の建設を指示し、並行して飼育方法を指導。鶏舎の完成を経て5月には、マラウイの農業試験場が作り出した改良品種のヒヨコを配布しました。今のところ生育は順調で、グループのメンバーたちは餌代の持ち寄りや、日々の飼育当番などを各自で話し合い工夫しているようです。

アフリカで家畜や家禽を飼育することは、日本では考えられない問題にも多々直面します。例えば、日本では買いに行けば手に入る鶏の餌は、大豆やトウモロコシの粉末、小魚のくすなどを集めて自ら配合しなければなりません。必要な栄養素が不足すると生育に悪影響だけでなく、簡単に病気になってしまいます。他には、野生動物に襲われるリスク。小屋に隙間があると、ヘビ、フクロウ、マングースなどの侵入を許し、それだけで全滅しかねません。鶏糞棒にも気をつけなければいけません。

今後も予期しないトラブルや出来事が起こるのではないかと予想しています。しかし、過去の事例から学び、目標に向かって住民たちと協力して取り組むのは、大変にやりがいを感じます。



配布したヒヨコから大きなニワトリに育て上げたグループメンバー



飼育の最優秀グループが、採れた卵と記念撮影

養鶏に成功したグループのインタビュービデオは、YouTubeのISAPHチャンネルで観ることができます。

https://youtu.be/IXJuMpYrT_A



調理実習を通し、 楽しみながら栄養改善を

ISAPHマラウイ 池邊 佳織

「好きな食べ物は何？」そう聞かれて、何と答えますか？

日本には様々な国の料理があり、答えに迷ってしまうくらいだと思います。マラウイで同じ質問をすると、きっと多くの人が「シマ」と答えるでしょう。シマというのは、マラウイの主食でトウモロコシの粉をお湯で練ったものです。

よく、「マラウイの食事はどんな感じ？」と聞かれますが、私は決まって「主食はトウモロコシで、おかずは葉野菜。味付けは基本的に塩だけ。それにトマトか油を使うくらい」と答えます。これでマラウイの食事に関して8割のことが言い尽くせていると思うくらい、バリエーションが少ないと感じます。他にイモ類やカボチャなども食べますが、やはり炭水化物が中心です。味付けも塩味で煮るか、油で揚げるとのみ。また、プロジェクト開始時に行った調査からも、子どもの成長に必要な卵や肉・魚などの動物性タンパク質やカルシウム、ビタミン類を食べる機会がとても少ないという結果が明らかになっています。それだけ農村部の食事は保守的で、食材も調味料もバリエーションが少なく、炭水化物が中心のために栄養が偏ってしまうことが問題となっています。

このような状況を改善する為、ISAPHでは住民を対象に調理実習を実施し、普段の調理にいろいろな食材を加えるアレンジ方法や、人参やガーリックなど住民に馴染みのない食材の調理方法、スコーンやお米のポリッジ（お粥）など新しいレシピの紹介などを行っています。そして調理実習を通し、もっと「食事」を



月に2回グループメンバーが集まり、新しいレシピを学ぶ

楽しんでほしいと考えています。必要だから、体にいいから、というだけではなかなか行動は変わりません。だからこそ住民には、調理実習を通し今まで知らなかった美味しくて栄養価の高い食材や調理方法があることを知ってもらいたい。そして、美味しいという感覚を楽しみ、そこから栄養改善へと繋がってほしいと思っています。

また、近年地方都市レベルではレストランでカレー粉やビーフストックを使用するようになってきました。私が初めてマラウイに来た5年前には見られなかった味付けです。少しずつですが、変化が見える今なら新しい食材や調味料が受け入れてもらえるのでは？と可能性を感じています。

先日、日本の洋菓子であるスイートポテトのレシピを紹介しました。使用したサツマイモはビタミンAが豊富な改良種で、ISAPHが活動エリアへ紹介しグループ菜園で収穫したものです。メンバーはそれぞれ食材を持ち寄るか、グループで貯めたお金で食材を準備します。何人かのメンバーは薪を頭の上に掛けてやって

きます。手際よくブロックと薪を配置し、かまどを作り、調理実習のスタートです。サツマイモの食べ方と言えば、「煮る」が主流のマラウイ。参加者たちはスイートポテトの作り方に興味津々でした。レシピは牛乳・マーガリン・砂糖・卵を使用しており、不足しがちなタンパク質やカルシウムが摂取できます。試食では子どもにも大人にも、とても美味しいと好評でした。今後も現地スタッフと協力し、新たなレシピの考案や日本のレシピの紹介を行っていききたいと思います。



スイートポテトを調理中



嬉しそうに試食する子ども



ISAPH ラオス事務所 3年間にわたる 地域母子保健プロジェクトの成果

ISAPH ラオス 佐藤 優

2016年4月からスタートした3カ年計画の本プロジェクトは、2019年3月末で計画されたすべての活動を終わりました。その節目にあたり、ラオス政府関係者を集めてプロジェクトの最終評価としての報告会を開催いたしましたので、いつもニュースレターを読んでもくださっている皆様にも、私たちの成果についてご報告したいと思います。

5歳未満児の死亡は、2016年度には6件（出生37件）でしたが、2018年度は1件（出生51件）にまで減少しました。その背景には、住民が「健康を守るための保健医療サービスを知り、より利用するようになったこと」「子どもの健康や成長にとって良い行動が何かを知ることができたこと」の2つが挙げられます。当初は妊婦の80%が、保健医療従事者がいない中で危険なお産をしていましたが、3年目には40%以下まで減少しました。ほとんど病院に行く習慣がなかった女性も、最終の年には70%以上が病院で妊婦健診を受けるようになりました。家族計画（避妊としてのピルや注射）も、最初は年に7回しか利用されていませんでしたが、最後には100回の利用が確認されました。どのような保健医療サービスであっても、「利用しなさい!」と強制したり、無理やり病院に連れて行ったりすることはできません。住民が理解・選択し、移動手段を準備し、自身（および家族）の意思決定によってサービスを受けます。私たちの活動によって住民の主体的な健康行動を後押しすることができたのは、本プロジェクトの大きな成果で、ラオス政府にも評価していただきました。

一方で、まだ改善というには十分に成果が得られなかった部分もあります。それは子どもたちの栄養状態（身体の発育）についてです。子どもの栄養状態について

は、「最初の1,000日」、すなわち、妊娠期の栄養～完全母乳栄養～適切な離乳の開始と完了が重要になりますが、食べ物の確保については環境的・経済的な影響も大きく関わってくるため、教育・啓発活動だけでは解決が難しい、というのが一般的に言われているところです。そのため私たちは2017年度以降、村のリボリングファンド支援や昆虫養殖などを取り入れてきましたが、残念ながら、まだ成果と呼べるだけの数値の変化を示すことができませんでした。

とはいえ、改善の兆しは見えつつあります。例えば、およそ半分の母親が完全母乳栄養を実施するようになったり、2017年と2018年の調査では子どもが摂取している食品の種類に増加が見られたりしました。また、私たちが栄養改善活動を強化した2017年度以降に生まれた子どもたちは、それ以前の子どもたちよりも慢性的な低栄養状態を示す低身長割合が少ない状況が続いています。一部の家庭からではありますが、少しずつ、これまでより健康的な行動に変化しつつあると感じられます。ですので、この活動を続けていけば、将来的には、5歳未満の子どもたち全体の栄養状態の改善につながると見込んでいます。

このような背景があり、この度の報告会では、本プロジェクトの期間を1年間延長することも発表しました。ラオス政府からは大いに歓迎され、「是非、最後の1年で子どもの栄養改善にかかる成果も出していただきたい」と期待の言葉を受け取りました。

本プロジェクトは3年間という短い期間でしたが、これらの変化を見ることができたのは、ラオス事務所を運営する日本人職員や活動に熱意をもって取り組むラオス人職員、そしてその熱意に応えてプロジェクトと一緒に動かしてきたラオス保健行政の職員たちが同



きめ細やかな保健指導で出産の準備をサポート



健康について、楽しみながら学ぶ子どもたち



報告会を終えて記念撮影

じ目標に向かって走り続けてきた結果だと感じています。そして、規模を縮小したり、止めたりすることなく本プロジェクトを継続できたのは、ISAPHを支えてくださる会員の皆様、助成金等を給付いただいた法人の皆様、寄付などを通じて私たちを支援してくださっ

た一人ひとりの力があったからだ、と、支えていただいたすべての方々に感謝しております。世界のどこに生まれても健康が保証され、幸せな人生が営める、そんな未来になるようにISAPHはこれからも活動が続けていきたいと思います。

事務局からの報告

2018年度収支決算報告

項 目	金 額	内 容
前年度繰越金	9,824,497	
収 入	7,586,081	
収入内訳	575,000 4,381,225 235,713 2,238,840 132,000 23,303	会費など 助成金など 寄付金など 業務委託費 実習費など その他
支 出	6,009,254	
支出内訳	3,172,416 1,414,372 139,677 1,280,725 2,064	ラオスプロジェクト マラウイプロジェクト カウンターパート研修費 管理部門（法人税を含む） その他
収支差	1,576,827	
2018年度末期預金額	11,401,324	

2019年度予算

項 目	金 額	内 容
前年度繰越金	11,401,324	
収 入	7,300,000	
収入内訳	800,000 3,800,000 2,200,000 200,000 300,000	会費など 補助金、助成金など 委託事業費 実習費など 寄付金など
支 出	6,270,000	
支出内訳	3,600,000 1,100,000 150,000 20,000 100,000 1,300,000	ラオスプロジェクト マラウイプロジェクト カウンターパート研修費 人材育成事業費 予備費 管理部門（法人税を含む）
収支差	1,030,000	
2019年度末期残高	12,431,324	

iサイクル

寄付をいただきました

iサイクル様より、185,565円の寄付をいただきました。ありがとうございました。

ISAPH事務局



ゾウムシ養殖から キャッサバ農地開墾に至るまで

NPO 法人食用昆虫科学研究会 理事長
佐伯 真二郎

2018年11月から始まった5家庭のゾウムシ養殖パイロット農家は1人も脱落することなく、1月には3シリーズの養殖指導と収穫が終わりました。2kgの乾燥キャッサバを主なエサ原料として、最低でも200g、うまく育つと最高で1,100gの収穫があり、5家庭すべてからエサ代を自己負担して継続したいとの要望があったことから、成虫と村で手に入りにくい糖蜜を提供しながら、7月になっても養殖が継続しています。継続の理由を尋ねると、子どもや家族が食べるから、近所や市場に売れるから、といった具体的な動機とつながっており、実際に昆虫を育て「実物」を手にし、周囲から反応を得ることが、養殖のモチベーションを維持できる王道だと実感しました。今後も実物を手に村人とともに計画を進めることを大切にしようと思います。

初収穫から2カ月後の3月には、養殖したゾウムシの中から新たな成虫を収穫することもでき、村人の手で完全養殖できることも確かめられました。とはいってもまだまだ農家ごと、シリーズごとに収穫にばらつきがあることから、農家がより安定してゾウムシを養殖するための技術向上が今後の課題となりました。

ゾウムシ養殖の最適化という実験テーマは、2019年4月にリバネス研究費日本ハム賞に採択され、昆虫食が未来の食材として日本からも注目されていることを改めて感じています。この助成金によって、村で自給できるバイオマスを使い、効率よくゾウムシを得られる方法を実験し、村人と知識を共有、蓄積していきます。この循環型ゾウムシ農業は、交通の便が悪い村人の経済負担を減らすこともでき、持続可能性の高い

有機農業として、日本だけでなく世界からも注目されるモデル農業になっていくと期待しています。

パイロット農家たちが自費でゾウムシのエサ費用を負担するようになってから、当事者意識も更に高まりました。2018年11月当初はキャッサバの自給栽培を成功させてから、それらをエサにするゾウムシ養殖を導入する計画でしたが、当時のパイロット農家からは「村は低地ばかりでキャッサバは育たない」「キャッサバは土地を痩せさせるので育てたくない」などのネガティブな反応が多かったことから、先にゾウムシ養殖を紹介し「実物」を手にするを最初の目標に設定しなおした経緯があります。

彼女らが自身でゾウムシを養殖できるようになり、それらが美味しく、家族が喜んで食べ、そして売れることを実感したことで、その後の合意形成はとてもスムーズにいき、5月中旬にはパイロット農家が自費でフェンスの費用を余分に捻出し、こちらから提案した規模よりも広々とした農地の開墾を了承し、ほとんど自力でフェンスの設置作業もしてくれました。各農家が200本ずつ植えたキャッサバの苗からは、ヨトウムシやキャッサバコナカイガラムシと思われる害虫の発生もあり、自然相手ですのでなかなか一筋縄ではいかないところもありますが、今後も農家とともに乗り越えていければと思います。



子どもたちに見守られながら、力強く農地を開拓するトラクター



ゾウムシをたくさん育てるコツを伝授



植え付けて2週間で早くも葉が茂り始めたカムラーさんのキャッサバ畑

村の健康を村で守っていけるように

ISAPH ラオス 登 圭紀

はじめまして。3月末より、調整員としてラオス事務所に着任いたしました登圭紀と申します。赴任後まもなくラオスで最も暑いとされる4月のラオス正月の時期を迎え、今では雨季に向けて少しずつ暑さも和らぎ、私自身も少しずつ環境や気候にも慣れてきたように思います。

ISAPH ラオス事務所は、カムアン県サイブートン郡で母子保健プロジェクトを行っています。サイブートン郡へ活動地域を移してから3年、現在は地域の母子保健に関連した活動が多岐にわたり展開されています。そういった活動に同行して過去の取り組みを学んでいく中で、今までの活動で培ってきた実績や知見はISAPHにとって大きな財産であり、今後もより良い活動を継続して行っていくために重要であると強く感じています。

母子保健と一口に言っても、何が必要であるかはところ変われば環境や状況が大きく違うため、問題や取り組むべき優先順位や手段は千差万別であると言えます。そこで生かされるのはISAPHの強みである長期にわたり継続した活動の経験や知見であり、実際にそ

こで暮らす人々への理解だと思います。そのため、最初は私自身が学ばなくてはならないことや教えていただくことばかりとなりますが、地域住民の方をはじめ行政スタッフ、ISAPHのスタッフと協働して活動を進めていきます。

主役である地域やラオスの人々が自身の健康課題を解決していけるように、そして彼ら自身が継続できる活動となるように精一杯尽力させていただきます。



栄養ボランティアの調理実習に参加

円滑に事業が展開されるように

ISAPH ラオス 野田 幸枝

はじめまして。ISAPH ラオス事務所に赴任しました野田幸枝と申します。ISAPHの活動地は首都から300km以上離れたカムアン県の内陸に位置する農村です。県中心地からの道路は、工場やベトナム国境へ繋がる交通の要衝を通り過ぎた途端に未舗装となり、乾季は砂埃、雨季には深い轍となります。

4月末、赴任して間もなくの頃、活動地へ向かう車窓からは雨が降るのを待ちわびた乾いた農地が見渡せました。主産業である稲作は一毛作で、余剰米による僅かな収入がある以外は安定的な収入源がなく、住民は季節ごとの食材を採取して生活しています。

ISAPHは母子を対象にした定期活動の他、栄養ボランティアの育成や食用昆虫養殖支援等を展開し、住民が自身や家族の健康のために自らの判断で適切に保健サービスを受けること、栄養バランスを考慮した食事を摂ることができる自助・互助システムの構築を目指しています。

さて、ISAPH ラオス事務所があるカムアン県中心部は、フランス統治時代の建物が残る閑静な市街地です。

夕刻、メコン川のほとりで空を眺めると青から朱色のグラデーションが刻々と深みを増し、夜のとばりが下りる頃には対岸の街の灯りがくっきりと望めます。川面に映る光がゆらゆらと揺れるのを眺めると、ずっと以前からここに住んでいるような気持ちになります。しかし実際はスタート地点を少し過ぎたばかりです。円滑に事業が展開されるよう、実直に業務に立ち向かっていく所存です。



栄養ボランティア研修の現場で

最近のできごと

2019年2月～2019年5月

- 2月5日～7日 【マラウイ】プロジェクト対象地域のプロモーター、世帯リーダーを対象とした戸別訪問型指導方法のトレーニングを実施
- 2月10日～16日 【ラオス】山梨県立大学のスタディツアーを受け入れ
- 2月16日～3月2日 【マラウイ】聖マリア病院国際事業部の足立基氏をマラウイに派遣
- 2月18日 【ラオス】AINプログラム：栄養調査（事業中間評価）を実施
- 2月21日 【マラウイ】ムジンバ県計画会議に出席し、ベースライン調査の解析結果について報告
- 2月26日 【ラオス】AINプログラム：第2回 VNV（2期生）フォローアップ研修を実施
- 2月27日 【マラウイ】ムジンバ県保健局にて第5回 Task Force Meetingを開催し、ベースライン調査の解析結果について報告
- 3月11日 【マラウイ】ウォジ・ヘルスポストにおいて、現地保健ワーカーのための活動拠点兼住居が完成、開所式を実施
- 3月24日 【ラオス】登圭紀がプロジェクト調整員として着任
- 3月29日 【ラオス】AINプログラム：第3回 VNV（2期生）フォローアップ研修を実施
- 4月4日 【ラオス】各村落保健委員会へ3年間の事業実績を報告
- 4月18日 【ラオス】野田幸枝がプロジェクトマネージャーとして着任
- 4月18日～21日 【ラオス】東京女子医科大学のスタディツアーを受け入れ
- 4月19日～5月10日 【ラオス】ISAPH事務局の木村をラオスに派遣
- 4月22日～5月3日 【マラウイ】聖マリア病院国際事業部部長・ISAPH理事の浦部大策氏をマラウイに派遣
- 4月25日 【ラオス】村のリボリングファンド支援：家族開発基金の稲作ローン貸付を開始
- 4月30日 【ラオス】AINプログラム：第4回 VNV（2期生）フォローアップ研修を実施
- 5月8日 【ラオス】AINプログラム：ソウムシの養殖に必要なキャッサバを自給するための農地開墾を開始
- 5月9日 【マラウイ】チセニエジ・ヘルスポストにおいて、現地保健ワーカーのための活動拠点兼住居が完成、開所式を実施
- 5月10日 【マラウイ】ムジンバ県計画会議に出席し、グループ養鶏活動について報告
- 5月20日 【マラウイ】プロジェクト対象地域として新たに5村を追加。以後、計9村で活動を展開



入会と寄付の
お願い

ISAPHの活動を発展させるために、一人でも多くのご入会、ご寄付をお待ちしております。

法人会員 年会費：30,000円

一般会員 年会費：3,000円

【振込先】

郵便振込 口座名 特定非営利活動法人 ISAPH
口座番号 00180-6-279925

入会ご希望の方、ご寄付をお願いできる方は、ISAPH事務局までご連絡いただければ幸いです。

—— 特定非営利活動法人 ISAPH ——

【福岡事務所】

〒813-0034

福岡県福岡市東区多の津4-5-13 スギヤマビル4階

TEL.092-621-8611

【東京事務所】

〒105-0004

東京都港区新橋3-5-2 新橋OWKビル3階

TEL.03-3593-0188 FAX.03-3593-0165

E-mail jimukyoku@isaph.jp

URL <http://isaph.jp/>

ISAPHの役員名簿

役 職	氏 名	備 考
理事長	小早川 隆敏	東京女子医科大学 名誉教授
理 事	深見 保正	元福岡県企業管理者
理 事	浦部 大策	聖マリア病院国際事業部 部長
理 事	江藤 秀顕	神山復生病院 医師
理 事	渡部 和男	龍谷大学法学部 客員教授
理 事	杉下 智彦	東京女子医科大学国際環境・熱帯医学講座 教授
監 事	竹之下 義弘	東京六本木法律特許事務所 弁護士

【ISAPH ニュースレター 第33号 編集スタッフ】

石原 潤子／磯 東一郎／乳井 昌史

社会医療法人
雪の聖母会



聖マリア病院

理事長：井手 義雄 病院長：島 弘志

〒830-8543 福岡県久留米市津福本町422

TEL.0942-35-3322(代) FAX.0942-34-3115

URL <http://www.st-mary-med.or.jp>

- 厚生労働省臨床研修指定病院
- 厚生労働省歯科臨床研修施設
- 厚生労働省臨床修練病院
- 地域医療支援病院
- 福岡県救命救急センター
- 福岡県総合周産期母子医療センター
- 福岡県救急告示病院
- 福岡県地域災害拠点病院

- 福岡県エイズ治療拠点病院
- 福岡県肝疾患専門医療機関
- 福岡県災害派遣医療チーム指定医療機関
- 福岡県第二種感染症指定医療機関
- 地域がん診療連携拠点病院
- 福岡県小児救急医療電話相談施設
- 福岡県児童虐待防止拠点病院
- 久留米広域小児救急医療支援施設

- A Baby-Friendly-Hospital-Initiative (赤ちゃんにやさしい病院) WHO・ユニセフ指定
- 自動車事故対策機構NASVA療護施設
- ISO 9001 認証施設
- ISO 15189 認定施設
- 日本医療機能評価機構認定施設（一般病院 Ver.6.0）
- 日韓医療技術協力指定病院
- 久留米市病（後）児保育施設

※本ニュースレターの発行は、社会医療法人雪の聖母会聖マリア病院にご協力をいただいています。