



産休サンキュープロジェクト・ニュースレター 健康なからだを作ろう！アフリカならではの工夫



マラウイの栄養教室(写真右上)。ナミビアの家庭菜園研修(写真左下) (C)国際赤十字・赤新月社連盟(連盟)

季節は秋、日本では「食欲の秋」、「スポーツの秋」と言われます。けれどそれは、豊かな食べ物や衛生的な環境、そして何より健康な身体があつてこそ。本プロジェクトで支援するアフリカの国々は、厳しい状況に直面する中、「健康のために」工夫を重ねています。今号では、そんな取り組みをご紹介します。

「産休サンキュープロジェクト」とは

アフリカ地域では、未だ多くの子ども達が、病気や栄養不足により幼くして命を落としています。その率は世界平均の約2倍。また衛生設備の不足や感染症の拡大など様々な課題に直面しているのです。未来を担う子ども達が心身ともに健康に成長するため、継続的な支援が求められています。

新しい命の誕生は、家族にとっても、社会にとっても、大きな喜びです。出産をきっかけに家族と企業が一緒になって、アフリカの子どもやお母さんのための支援に参加してみませんか。本プロジェクトは産休・育休の取得促進を応援しながら、アフリカ地域での保健課題を改善する様々な支援を行っています。

毎年4月・11月に発行されるニュースレターでは、ご支援いただいている事業の報告のほか、現地の最新ニュースやとっておきの話をご紹介します。

社内外のプロジェクト支援者への配布や、社内報等への掲載、あるいは貴社・貴団体のCSR活動報告等にご活用ください。

ご支援有難うございます

賛同企業 6社(2021年11月現在)
住友商事株式会社様
SCSK株式会社様
ヤフー株式会社様
木村情報技術株式会社様
株式会社ローズマロウズ様
タキヒヨー株式会社様
(賛同開始順)



慢性的な貧困に加え、気候変動や新型コロナウイルス感染症(以下、新型コロナ)の影響で著しい食料の不足や価格の変動に見舞われるアフリカの国々。家庭菜園や共同菜園は、経済的で安定した栄養のある食料を確保するための手段として広く普及しています。日本赤十字社(以下、日赤)も国際赤十字・赤新月社連盟(以下、連盟)を通じて、ナミビア赤十字社やマラウイ赤十字社(以下、マラウイ赤)の菜園普及活動を支援しています(詳しくは[こちら](#))。

一方で、健康な身体を作るには、正しい栄養の取り方を知ることも必要です。このような考えのもと、マラウイ赤が菜園支援と併せて実施しているのが、妊婦や乳幼児の親、親を亡くした子どもをもつ祖母向けに栄養教室の開催です。2020年度は、日赤の支援するンチシ島の3か所のヘルスセンターで合計908人が参加しました。

栄養士や行政の支援を受けてデモンストレーションを行うのは栄養についての研修を受けた赤十字ボランティア。



6つの食品群(穀物、野菜、果物、乳製品、肉・魚、油脂)を示しながら、家庭菜園や現地ですれた食材をバランスよく組み合わせて摂取する大切さを説明します。

当時妊娠していた女性は、バランスの良い食事をとることの重要性や、ホウレン草には妊娠中の女性に必要な鉄が豊富に含まれることを学んでから食事の栄養面を気にかけるようになり、健康な赤ちゃんが生まれ産後も良好だといえます。

マラウイ赤の職員は栄養教室の意義を次のように語っています。「大抵の参加者は家庭菜園を持っていて食材もそこから確保できます。問題は、彼らがその食材の栄養素や可能性、組合せによって健康的な食事ができることを知らないことなのです。例えば、現地でよく栽培されている大豆やピーナッツから豆乳や油ができることは知られていません。健康で栄養のある食事は都会の人や裕福な人しか手が出せないと思われていますが、自分たちの家庭菜園でも可能なのです。栄養教室を通じて参加者はまさに目からうろこの知識を学んでいます」。



現地の家庭料理をご紹介します！ 家庭菜園の野菜を使った栄養たっぷりレシピ※



青バナナの煮込み

<材料>

- 青バナナ8本
- トマト(中)4個
- 玉ねぎ(中)1/2個
- 塩小さじ1/2
- 水2カップ、油1/2カップ

かぼちゃのおかゆ

<材料>

- かぼちゃ(中)1個
- 塩小さじ1/4
- 水1/2カップ
- ピーナッツパウダー小さじ2
- コーンミール1/2カップ

<作り方>

1. 青バナナを皮付きのまま10分間ゆでる
2. ゆでたバナナの皮をむき、一口サイズに切る
3. 油を熱し、バナナを加え、茶色っぽくなるまで揚げたら取りだしておく
4. トマトと玉ねぎをスライスし、水2カップと一緒に煮込む
5. 4.の鍋に3のバナナを加えてしばらく煮込み、塩で味を調える

<作り方>

1. ピーナッツの殻を取り除き、粉末状になるまで細かく砕く
2. かぼちゃの皮と種を取り除き、一口サイズに切る
3. かぼちゃを柔らかくなるまで10分ほどゆでる
4. かぼちゃをつぶし、コーンミールとピーナッツパウダーの順に加えよく混ぜて、できあがり！

(C)連盟

手洗いって～アフリカではどうしているの？

アフリカでは、世界平均の約2倍の数の乳幼児が下痢や感染症で命を落としています。安全な水やきれいなトイレがあれば防ぐことができる一方、アフリカには水道が通っていない地域が多く存在します（例えば、ルワンダの農村部で水道がある家庭はわずか2.4%）。そこで、アフリカ地域の各赤十字社が普及しているのが「ティピータップ」と呼ばれる足踏み式の手洗い設備。一度に使用する水の量はわずか40mlで水の節約ができ、身近な材料で簡単に設置できます。さらに足のレバーでの水の調節や、水を貯める容器に液体洗剤を加えることで、手からの感染リスクを下げるができるという優れたもの。新型コロナウイルスの感染拡大以降は一層多くのティピータップが設置され、赤十字ボランティアたちによって、手洗いの大切さや正しい洗い方が伝えられています。

必要な材料と作り方 (C) 連盟



ルワンダの足踏み式手洗い設備。日赤とルワンダ赤十字社との二国間プロジェクトでは、村の小学校などに29基設置しました。(C)ルワンダ赤十字社



(写真上)エスワティニの足踏み式手洗い設備。新型コロナウイルスの予防啓発の一環として、ボランティアが手洗い指導をしているところ。(写真下)ナミビアの足踏み式手洗い施設。国内避難民用のテントのそばに設置された。(C)連盟



タキヒヨー株式会社



～何かをしたい、その想いをかたちに～

今年度よりご参加いただいているタキヒヨー株式会社様にインタビュー！



店頭に掲げられた、新ブランドと産休サンキューのポップ(写真右・左)。新ブランドのコンセプトは「毎日着せたいお洋服を通して、こどもたちの未来を考える地球環境と持続可能な社会に貢献すること」

「産休サンキュープロジェクト」は、赤ちゃんの生まれてはじめての社会貢献～
「新しいのちの服生」をきっかけに、アフリカの子どもたちと家族を支えるプロジェクト。
困難な環境にも負けず、こどもたちが暮らす環境を改善するために取り組む日本企業と社会の連携活動です。
Chouchoukchouはプロジェクトに賛同し、売り上げの一部が寄付されます。



創業二七〇年という長い歴史を有し、アパレル業を中心に展開するタキヒヨー株式会社様。今年、新ベビーキッズブランド(Chouchoukchou)の販売を開始し、商品に本プロジェクトロゴが入ったタグをつけ、売り上げの一部をご寄付いただくことになりました。新ブランドの商品が店頭に並び始めた今秋、ベビーキッズ部門のご担当の方々に話を伺いました。

プロジェクト参加のきっかけや想いについて教えてください。



新ブランドを立ち上げるにあたり、洋服を売るだけでなく、SDGsにも取り組んでいきたいという思いがチーム内にありました。ものづくりの企業としては、環境配慮というのはいくつかの企業でも実践されています。この新ブランドのもう一つのコンセプト、「Zero Waste」のアイデアは企画初期段階からありましたが、それだけでなく、そこからさらに一歩進んだ何かに貢献したいな、と。そんな中、「生まれて初めての社会貢献」というコピーが、ベビーキッズブランドとの親和性が高く、出産をきっかけとした社会貢献というアイデアに賛同できたこと、そして日赤への信頼感から、参加を決定しました。



シュシュクシュの商品はアカチャンホンポとネット通販「オムニ7」で販売中 ※一部店舗を除く

「プロジェクト」に期待することは何ですか。

ファッションを入口にドネーションに参加してもらう消費者の方にも、無意識でも良いので、社会貢献の輪に関わっていただきたいという想いがあります。今後は、消費者の方が洋服購入を通じて寄付していただいたお金が、実際どのようにアフリカの子ども達の生活に変化をもたらしているのか、日赤と一緒に写真やメッセージなどで伝えていけたら嬉しいです。



ベビーキッズ部門の今後の社会貢献コンセプトとして、「ippo.ippo.」未来のこどもたちのために今わたしたちができること」を発表しました。Zero Wasteの取り組みや産休サンキューへの参加をきっかけに、今後の方針としてまとめたものです。社内では、部署によっては社会貢献に対する意識の度合いが異なるので、これからこの取り組みについて積極的に周知して、これをきっかけに、社全体での意識向上にもつなげていけたら嬉しいです。

あばばいゑい通信



ルワンダの トイレのはなし



ルワンダの地図

★:首都キガリ、○:ギサガラ郡

赤十字の支援で新しく建設されたトイレ。四方が囲まれ、屋根や扉がつき安全面や衛生面が改善された。(C)ルワンダ赤十字

こんにちは！ルワンダの吉田拓です！新型コロナの影響で一時帰国していましたが、7月にキガリに戻ってきました！11月19日は、「世界トイレの日」ということで、今回はルワンダのトイレについての話をしたいと思います。

私たちが、トイレ、と一言で言うとき、何を思い浮かべるでしょうか。できれば温水機能付きのウォシュレット付きが良く、冬は便座があったまるといふ、というところでしょうか。あるいは、お父さんのあとは臭いがイヤ、と言われて悲しい思いをしている男性諸氏もいらっしゃるかもしれません（はい、私です）。

一方で、日本赤十字社（以下、日赤）とルワンダ赤十字社（以下、ルワンダ赤）の二国間プロジェクトが進行中のルワンダ・ギサガラ郡という南部の国境地帯の皆さんは、トイレについて違う悩みをお持ちです。下の写真を見てください。これは、現地の方々の平均的なトイレです。トイレは母屋から離れたところにあつて、1メートルちょっとの壁があり、ドアはありません。掘った穴の上に丸太を置いて足を乗せ、そこから用を足します。



(C)ルワンダ赤



吉田拓（よしだたく）

日赤ルワンダ代表部首席代表としてキガリに赴任。千葉県出身。世界中で仕事し、トイレを利用して来た、まさに「世界を股にかける」144歳。ゴリゴリな顔のオジサンとなりましたが、かつてお泊りに行った祖母宅のくみとりトイレに恐怖していた可愛い時期があった（本人談）。

※あばばいゑい（Ababyeyi）とはキニアルワンダ語で両親という意味です。全国のお父さんお母さんの中で、アフリカのあばばいゑいについて聞いてみたことがありましたら、ぜひお寄せください。ご連絡は下記担当まで。

日赤とルワンダ赤が合同で実施した調査によると、住民の方がトイレについて感じている問題のトップ3は、1位「夜暗いこと」、2位「臭い」、そして3位は「ハエが発生すること」ということです。プロジェクトが始まった当初はトイレがない家庭も全体の4割ほどいたことが確認されており、そういう家庭は、藪の中で用を足していました。まだ年端の行かない子どもにとっては、用を足す、という至極当然のことが大変恐ろしいことだと思います。

トイレは、単に用を足す設備ではなくて、人に見られたくない、1人にさせて欲しい欲求をかなえてくれる場所です。子どもが小学校に入るまでに、およそ14,000回トイレに行く、とされていますが、その度に暗闇に恐怖し、臭いとハエに嫌悪感を覚え、人に見られるのではないかと心配をしていたら、用を足すこと以上に、自分が大事にされること、他人を大事にすることを覚えることが難しくなるでしょう。子どもにとって、トイレは自分と他人の尊厳を守ることを学ぶところなのです。

日赤は、ルワンダ赤と協力して、事業地のトイレがない家庭、トイレの状態が悪い家庭の全てにトイレを設置することを目指しており、これまでに176世帯のトイレを建設し、あるいは改装しました。

わたしたち日赤とルワンダ赤は、用を足す場所を作っているのではなく、子どもたちが、自分と他者の尊厳を守る習慣を作る、小さな砦を作っています。引き続き皆さんのご協力をお願いします。

ルワンダでの二国間プロジェクトについてはこちら。

- ・事業概要
- ・赤十字国際ニュース2021年第29号
- ・赤十字国際ニュース2021年第7号
- ・赤十字国際ニュース2020年第36号
- ・赤十字国際ニュース2019年第43号

■産休サンキュープロジェクトに関するご意見・ご要望をお寄せください。

【お問い合わせ】 日本赤十字社 国際部 開発協力課 産休サンキュープロジェクト担当

電話：03-3437-7089

Eメール：sankyuthankyou@jrc.or.jp

特にニュースレターの内容については、どのような情報がお知りになりたいか、素朴な疑問からご感想まで、皆様の声をお待ちしています。

■個人の方でも、[Yahooネット募金](#)を通じてご寄付頂くことができます。

日赤 産休サンキュー Yahoo募金

検索

