

## テーブルの向こう側から 補足資料 ～Vol.32～

2019年12月発行

### TABLE FOR TWO(TFT) プログラムをご担当くださっている皆さまへ

日頃からTFTプログラム実施のため、多大なるご支援を頂戴しまして誠にありがとうございます。

TFTの活動は日本でのヘルシーな食生活の推進と、支援先での学校給食の提供が両輪になっています。ニュースレター「テーブルの向こう側から」では、支援先の様子と日本国内のTFTプログラムご参加団体のユニークなお取り組みについてお伝えしています。

食堂をご利用される皆さまに親しんでいただけるよう、改良を重ねてまいりたいと考えております。皆様からのご意見やご感想をお聞かせいただけますと幸いです。

### フィリピン カステリヤホスでの給食プログラム

TFTはフィリピンのルソン島西部カステリヤホスの小学校で、栄養失調と診断された91名の生徒に学校給食を提供しています。

フィリピンは火山や台風など自然災害に見舞われることが多い国です。カステリヤホスにも20世紀最大規模の大噴火となったピナツボ山噴火の被災者再定住地区があります。故郷を離れることになった家庭の子どもたちが、学校で学び、社会に羽ばたくためにも給食は大きな役割を果たしています。

### 日本国内での活動状況のお知らせ

**<これまでに寄せられたご寄付> \*TFT事務局に入金された寄付金額ベースで食数に換算**

**累計 7,284万4,255食分** (2019年10月時点)

東アフリカとアジアの6カ国(ウガンダ、エチオピア、ケニア、タンザニア、ルワンダ、フィリピン)で学校給食の提供と菜園・農業支援を推進しています。

**<「おにぎりアクション2019」へのご参加、ありがとうございました！>**

10月16日の世界食料デーを記念して実施した「おにぎりアクション2019」が無事に終了しました。多くの企業、そして個人サポーターの皆さまに、様々なかたちでご支援、応援いただいたことに、あらためて心より御礼申し上げます。

おにぎりの写真1枚の投稿につき、アフリカ・アジアの子どもたちに給食5食を届けることができる「おにぎりアクション」に、今年は30万枚ほどのおにぎり写真が寄せられ、協賛企業からのご寄付で約160万食の給食を届けることができます。

「おにぎりアクション」の結果は、<https://onigiri-action.com> でご報告しています。

Facebookページで情報発信中



[www.facebook.com/tft.jp/](http://www.facebook.com/tft.jp/)

首都マニラからバスを乗り継いで5時間ほどの場所に位置するカステリヤホスのバライバイ小学校には、園児から小学校6年生まで725名の子ども達が通っています。そのなかで発育不良と診断された生徒91人に給食を提供しています。

給食プログラムを開始した2014年当時、支援対象の子どもたちは150名ほどでした。6年経った現在は91名まで減少しました。

給食プログラムが子どもたちの健康状態の改善へ貢献していることはもちろんですが、子どもたちの母親へ提供する<栄養講習> <料理コンテスト> <菜園講習>の3つのアクティビティを通じた学びが、健康改善の効果につながっています。



◆給食受給生徒数推移（人）

2014	2015	2016	2017	2018	2019
150	150	130	123	119	91

## 栄養バランスの取れた給食の提供

子どもたちが食べる給食には、ごはん、肉や魚などのおかず、バナナやココナッツミルクなどをつけたバランスの良いメニューを提供しています。メニュー考案から調理まで生徒の母親がその役割を担っています。

今年度は、19名の母親が給食作りを担当し、6週間のローテーションで行っています。毎朝7時半から準備を始め、給食の時間が終わったあとはお皿洗いや食事の部屋の掃除まで行っています。交代制のため一人一人への負担が少なく、子どもたちのために楽しく給食を作ることができています。



本プログラムでは給食の提供に加えて、子どもたちの母親に＜栄養講習＞＜料理コンテスト＞＜菜園講習＞の3つのアクティビティを提供しています。特に栄養講習は、給食のメニューを考える際はもちろん、家庭で食事を作る際にも役に立つため、多くの母親が積極的に参加しています。



## 1) 栄養講習

子どもたちが栄養不足に陥る原因として、経済的な理由に加えて、親が栄養についての知識や重要性を知らないことも挙げられます。町にはファストフード店が数多く進出してきており、安価でお腹いっぱいになる一方、栄養は偏ってしまいます。

そうした背景から、親へのアプローチとして栄養講習を開催しています。ライフスタイルや生活習慣を変えることはすぐには難しいため、長期的な取り組みとして行っています。



## 2) 料理コンテスト

料理コンテスト開催の目的は、母親たちに手作りの料理の価値を知ってもらうこと、そして予算内でどのようにメニューを組み立てるかを学んでもらうことです。そのためお題は、“野菜を取り入れた栄養豊富なメニューを予算内で作る”という内容で行います。



今年度は2回開催し、合計27名が参加しました。栄養講習で学んだことを実践する機会となり、各々が考えてきたメニューのアイデアをお互いにシェアもできるため、参加者の満足度はとても高いです。また実際に料理のスキルも向上しています。



## 3) 菜園講習

菜園講習は、母親だけでなく子どもたちを対象にしたものも行っています。今年度は3回のうちの1回は小学6年生向けの講習を行いました。

子どもたちはプランターの代わりにとしてタイヤや卵の殻、木箱を使えることや、野菜が育つ土の作り方を先生から学びます。自分たちの手で野菜を育てることで、野菜嫌いを克服できた子どももいます。

母親たちにはより実践的な内容として、野菜の特徴に合わせた育て方や、家庭菜園がいかに家計を助けるかなどを教わっています。

