

あなたが関心を持つ“グローバルな社会課題”は？

その解決に向けて、どんなアクションを起こしますか？

【基本情報】

氏名・団体名： 市村こころ

学校名：神戸大学

- ① あなたが関心を持つグローバルな社会課題は何ですか？
その課題を選んだ理由や、きっかけとなった出来事・経験などがあれば教えてください。

私が関心を持つ社会課題は発展途上国の子供の栄養不足である。現在はこの課題に焦点を当てているものの、ここに至るまでには多くの思考過程があるため、それを順に述べようと思う。

私が初めて社会課題に興味を持ったのは小学校5年生のときである。授業でユニセフについて学び、学校に行きたくても行くことができない子供たちがいることに衝撃を受けた。その頃から発展途上国の子供の教育問題に関心を持ち、学校で勉強がしたいと感じている子供たちに学びの場を提供したいという夢を持つようになった。発展途上国での教育の現状、発展途上国におけるより良い教育とはどういうものなの

のかを知りたいと考え、2025年8月14日からルワンダ・ガショーラ村に渡航し、現地のNPOでボランティア活動を行っている。6週間滞在する予定である。渡航をしてから約2週間という短い期間で、子供たちに十分な食料や水が行き届いていないことが大きな課題だと感じた。十分な教育を受けるためには、健康な体と心が必要不可欠である。教育問題だけでなく、食事や水に関する問題も並行して解決を目指すべきだと考えるようになった。しかし、NPOの方針や人手不足などの物理的原因によって、村中の子供たち全員に食事や水を提供することは非常に難しい。子供たちの健康のために自分にできることは何なのか悩んでいた時、幼稚園に来ている子供たち全員のお腹が膨らんでいることに気が付いた。飢餓によってお腹が膨らむというのは聞いたことがあったが、念のためもう一度調べてみた結果、タンパク質不足によるものだと分かった。また、多くの子供たちが常に風邪症状を持っていて、栄養不足が深刻であることに確信を持った。食べ物を全ての子供たちに届けるのは非常に難しい。しかし、現時点で食べ物が行き届いている子供たちにはせめてタンパク質をしっかりと摂取してほしい。そのような思いから発展途上国の子供の栄養不足に関心を持つようになった。この経験から私は子供の栄養不足の問題に関心を持ち、今実際にルワンダでその課題に取り組もうと試みているのだ。そして、この子供の栄養不足の問題は決してルワンダだけで見られるものではない。発展途上国では多くの子供たちが十分な栄養を摂取できていないのである。特に深刻なのはアフリカであるが、アジアの一部や中南米でも同じような問題が見られる。世界中の子供たちが自分らしく健康に生きていくために、栄養バランスの取れた食事は必要不可欠である。

このような考えや経験から、私は子どもたちの幸せのために、子供の栄養不足の問題に取り組みたいと考えるようになったのである。



あなたが関心を持つ“グローバルな社会課題”は？

その解決に向けて、どんなアクションを起こしますか？

② その課題の解決に向けて、あなたが考えるアイデアやアプローチを教えてください。

技術、仕組み、キャンペーンなど、発想そのものを自由に書いてみよう！

Protein Project @Rwanda

～子供たちにkidney beansでタンパク質を届けよう！～

ルワンダで現地のNPOが無料で学校や幼稚園の子たちに提供している食事を調査して、どうすれば効率的にタンパク質を食事に加えられるか、このプロジェクトを持続可能なものにするためにどうすればよいのか、そしてルワンダ以外のアフリカの国々でも比較的实现可能なものにするためにどうすればよいのかを考えました！

朝ごはん



研修先のNPOが提供している朝ごはんには「ソソマ」というものが含まれていて、大豆やトウモロコシなどの粉末から作られています。昼ご飯、夜ご飯では、トウモロコシなどの粉から作られたウガリにキャベツをトマトペーストで炒めたものをかけて食べています。

タンパク質は定期的に摂取することが重要！

タンパク質は1度に消化・吸収できる量には40～50グラムまでと限度があります。限界量以上を一度に摂っても尿素やアンモニアに分解されて尿として排出されてしまいます。つまり、朝ごはんだけでなく、昼ご飯や夜ご飯でもタンパク質を摂取することがとても重要なのです！

ウガリ



アフリカの発展途上国では冷蔵庫がない場所も多く、動物性たんぱく質が摂取できる肉・魚類は保存が難しく高価です。また、卵や牛乳は高価であるため、持続的に学校給食や私の研修先のNPOが行っているような食事の提供に利用することは困難です。そこで、植物性たんぱく質である豆を利用するという考えに至りました。実際に国連やNPOが大豆を利用するための取り組みを多く行っていますが、私はKidney beans、すなわち赤いんげん豆を利用の方がよりよいと考えます！



Kidney beans

《方法》Kidney beansを畑に植え、食事に加える

- ・一つの植物から100～150gの豆を収穫することができ、食べる分も翌年の種として使う分も得ることができます。
- ・アフリカで既に育てている農家も多く、乾燥したアフリカの気候でも育てやすいです。
- ・「自給自足」につながる＝持続可能な解決策として成り立つ可能性が高いです。
- ・育った豆を一週間に一回、子供たちの昼ご飯に追加
…本来ならばもっとたくさんのタンパク質を摂取する必要があります。しかし、まずはプロジェクトとしての成功例を作り出すこと、そして少しでも多くの子供たちに豆を食べてもらえるようにすることを目指し、初期段階の目標としてこれを挙げたいと思います。このプロジェクトが仮に成功すれば、さらに規模を拡大していくことを期待しています。

Kidney beansを利用する理由＝アフリカの地で大豆よりも普及しやすいから

- ・アフリカでは主食として食べられていることもあり、食文化的に受け入れられやすいです。
 - ・既にアフリカの多くの地で育てられていることから、新しい技術導入などが必要がなく、小規模農家でも育てやすいです。
- つまり、kidney beansは消費者にも農家にも受け入れられやすいのです！

昼・夜ごはん



あなたが関心を持つ“グローバルな社会課題”は？

その解決に向けて、どんなアクションを起こしますか？

③ そのアイデアを実現するとしたら、どんな準備やステップが必要になると思いますか？

「いつ・どこで・誰と」連携するか、必要なリソースや協力体制など、実現までの道筋を描いてください。

「いつ・どこで・誰と」連携するか

【スケジュール計画】 NPO=Journey House Actions Rwanda（研修先）

日程	内容
9月1週目	・赤いんげん豆の種を植える @NPOが所有する農場の畑 連携：NPO、農場で働く方々 →芽が出るまで4、5日、芽が出たら水やり ・赤いんげん豆を購入し、子供たちの昼ご飯に加えてみる @NPOが運営する3つの学校（一部幼稚園も含む） 連携：NPO、子供たちの食事を作ってくださっている方々 →子供たちに赤いんげん豆を食べさせて何か問題が起こらないかどうかを調べるために行う
9月2～3週目	・赤いんげん豆の成長を見守り、世話をする @NPOが所有する農場の畑 連携：NPO、農場で働く方々 ・各週開始の時点で問題がなければ、赤いんげん豆を購入し、子供たちの昼ご飯に加える @NPOが運営する3つの学校（一部幼稚園も含む） 連携：NPO、子供たちの食事を作ってくださっている方々
9月4週目	・赤いんげん豆の成長を見守り、世話をする @NPOが所有する農場の畑 連携：NPO、農場で働く方々 ・9月4週目開始時点で問題がなければ、赤いんげん豆を購入し、子供たちの昼ご飯に加える @NPOが運営する3つの学校（一部幼稚園も含む） 連携：NPO、子供たちの食事を作ってくださっている方々 ・研修終了日（9/26）までにこのプロジェクトの計画書や赤いんげん豆の生産についての文書を作成し、NPO担当者に何らかの形で渡す
日本帰国後	・赤いんげん豆の花が咲くとき、さやができるとき、収穫するときを目安に沿って推測し、NPOに対し連絡をする （花：10月1週目～2週目、さや：10月3週目～4週目、収穫：11月） @日本 連携：NPO、特にNPOの農業担当者の方 ・赤いんげん豆の世話、収穫をしてもらう、その確認 @日本 連携：NPO、農場で働く方々 ・次に豆の種を植えるタイミングとその量を相談する @日本 連携：NPO、特にNPOの農業担当者の方

必要なリソースや協力体制

【予算計画】

①総予算：

28万

円

②費用の内訳（例…印刷費2万円、交通費5万円）：

- ・植えるための豆の種代6000円（おおよそ50kg、要検討）
- ・食べるための豆代4320円（食事4回分36kg、一回当たり9kg必要、調査済み）
（NPOが所有する畑のうち、このプロジェクトを始めるのに使用可能な畑の広さは現時点では1ヘクタール）
（赤いんげん豆とその種はマーケットで120円/kgで購入可能であることを確認済み）
- ・人件費25万/1作付け
（これは一例であり適正であるかどうかのより詳しい調査が必要、詳しい費用がいくらなのか現在調査中）
- …NPOが負担する可能性あり、しかし継続的に負担するのは経営上厳しい部分もある
- ・その他農業用品など代を含めた予備費2万円

③資金調達方法

（例…クラウドファンディング、学校からの補助金）：

人件費25万円

…NPOが負担する可能性あり、しかし継続的に全額を負担するのは経営上厳しい
[仮にNPOによる全額負担が困難だった場合]

- (1)支援という形で半額はNPO負担、半額はクラウドファンディングで調達
- (2)プロモーションを行い、NPO自体に支援として寄付をしてくれる団体を見つける。

豆やその種などの準備費3万円

→クラウドファンディングで調達、もしくは本コンテストの賞金の利用

あなたが関心を持つ“グローバルな社会課題”は？

その解決に向けて、どんなアクションを起こしますか？

※当てはまる方に☑をいれよう！

④ そのアイデアの実現に向かって今のあなたが踏み出せそうな一歩（アクション）はありますか？

☑すでに取り組んでいることがある：できるだけ具体的に教えてください。

□まだ実行していない：「これなら始められそう」と思う最初の一歩があれば書いてみてください。

・また、そのアクションを始めるうえで、あるいはさらに広げていくうえで、自分にとってどんな支援や環境があると助かるかも教えてください。

自分のプロジェクトのプレゼン

費用がかかるプロジェクトであるため、NPOの方々の協力を募るために、企画書を自主的に作成し、NPOの幹部の方々に自ら直接お話をしに行きました

→農場は研修先から自転車で30分ほど移動しなければなりませんが、研修期間中はこれからも定期的に通って交流したいと考えています。

←実際の企画書

具体的に何がどれくらい必要なのか、どういう目的でこのプロジェクトを行いたいのかを簡潔にわかりやすくまとめたものです。

現在、NPOとしてはこのプロジェクトを行うかどうか検討中だそうです。しかし、NPOの幹部の皆さんは全員このプロジェクトは重要だと考えてくださっています。中には数年前に同じようなプロジェクトを行おうとした方もいらっしゃいました。その方は自分の案を採用してもらうことができず悔しい思いをしたと教えてくださいました。NPOの方針に従いつつも、このプロジェクトを通じて、ボランティアという立場からでしか与えられない新しい影響をNPO全体に対して与えていきたいと考えています。



言語が通じないため翻訳をお願いしながらの交流でしたが、私の考えを聞いて皆さんが「Thank you!」と言ってくれたことが忘れられません。笑顔が素敵な温かい方々でした。

農場の訪問、農場で働く方々と交流

このプロジェクトが始まったら一番お世話になると言っても過言ではない農場で働く方々に自分のプロジェクトの説明と協力の呼びかけを行いました。