



YouMe Nepal について



エベレスト山の近くにある田舎の村に生まれた。
未だに電気やガスやきちんとした水道がない。

YouMe Nepal について



10歳のとき、全国から99人だけが選ばれる
首都カトマンズの名門学校に国費で入学。

国に恩返し

YouMe Nepal について

NPO法人YouMe Nepal を日本とネパールで創業し、2つの学校を故郷に創って、
現在700名の子どもたちの未来を変えている。



YouMe スクール（1校目）
生徒数：280名



YouMe スクール（2校目）
生徒数：390名

明治維新時代の「和の魂」を YouMe 学校に！



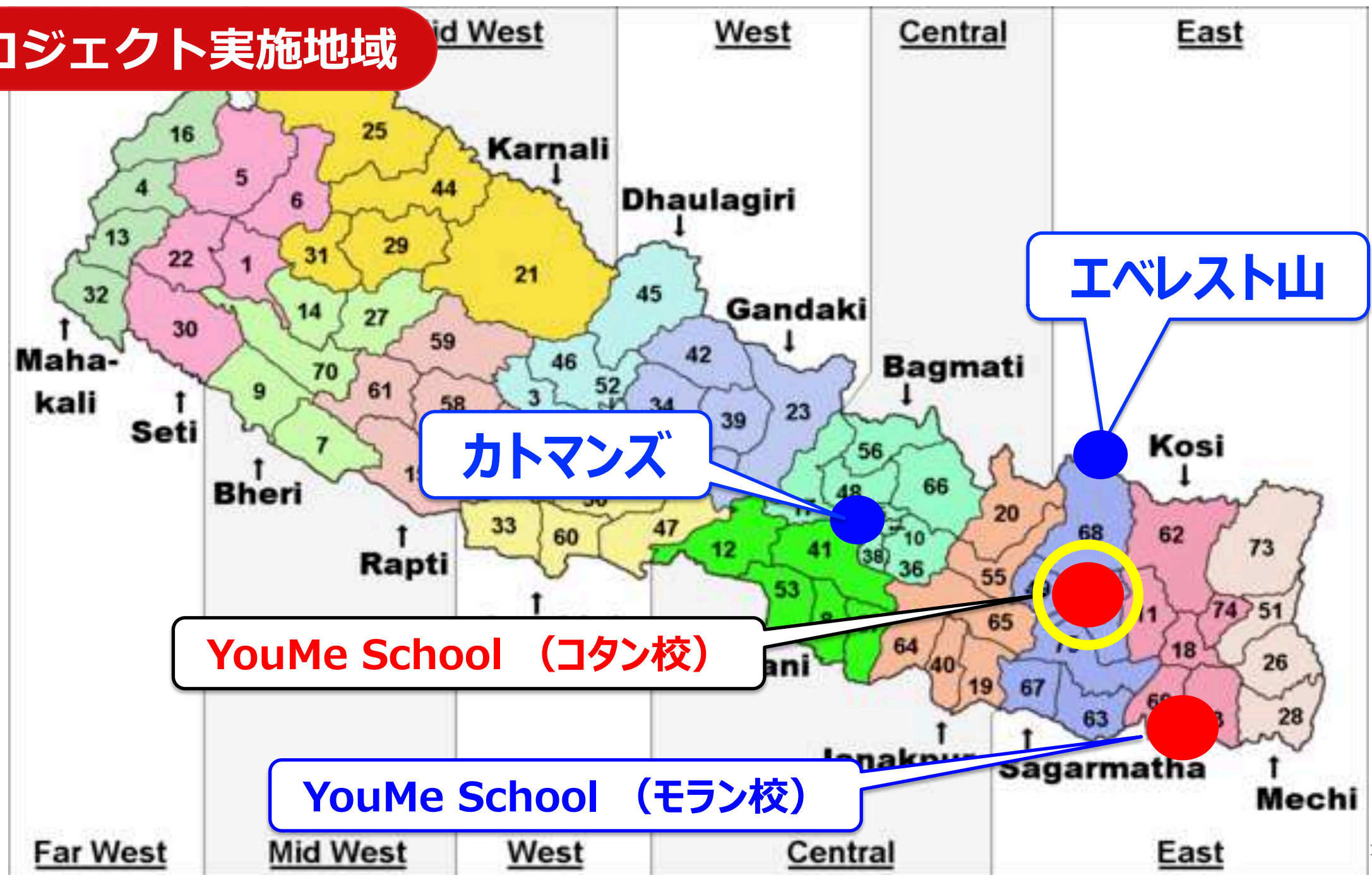


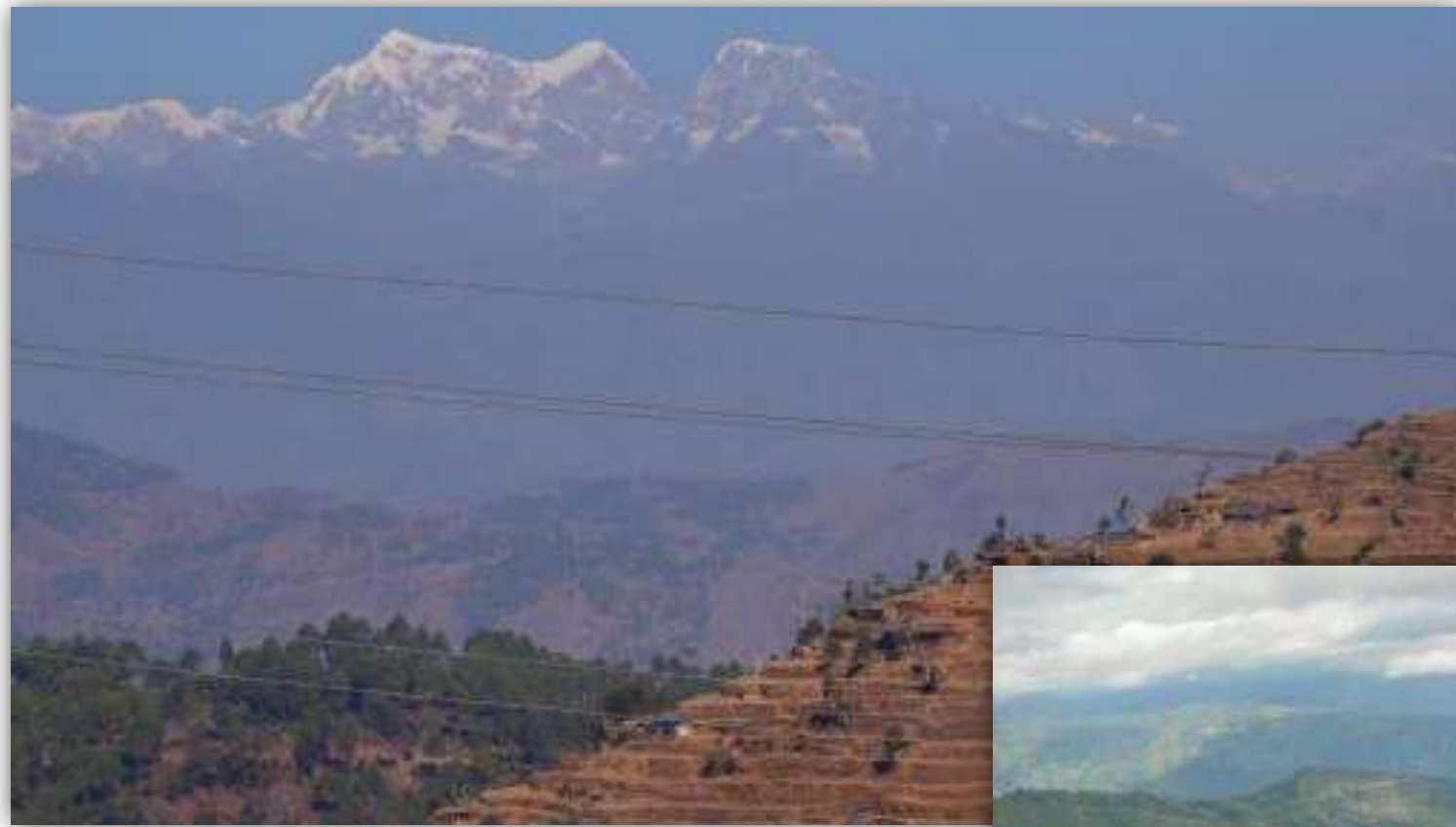
プロジェクト

**標高 2000m のネパール大秘境・コタン郡を食で豊かに！
YouMe Village（生徒寮） & Khaja プロジェクト**

背景

プロジェクト実施地域





YouMe School (コタン校)



YouMe スクール。生徒数：280名



毎日学校往復**4時間**歩く
子供たちもいる



Phase I

2017年4月～2020年3月

プロジェクト実施

**水を多く必要としない様々な種類のパン
（食パン、コッペパン、ドーナッツ等）を学校給食として提供**



Aaji Bakery を設立した

初学校給食を提供し、
日本のような学校給食の**新しい食文化**をつくた。



しかし、
食パンが飽きてしまった。

Phase II

2020年4月～2023年3月

プロジェクトの目標

YouMe School に通う子どもたち、保護者と先生たちの栄養への意識が高まり、家庭での食事状態も改善される。

指標

1. 低身長児/低体重児を割合を 27% から 10% に減らす。
2. 2020/11 までに YouMe House 寮の Phase I を建設し、12 月から 7 名の生徒たちに宿泊してもらう。寮に住んでいる生徒たちに 12 月から朝食と夕食も提供する。
3. 2021/6 までに YouMe House 寮の Phase II を建設し、7 月から 10 名追加の生徒たちに 宿泊してもらう。7 月から朝食と夕食を提供する。

測定方法

1. 1年に2回の全児童 245人の身体測定を行う。
2. 1年で2回ランダムで全児童の家庭の20%に対して調査を行い、栄養・衛生知識への理解と、十分な栄養の食事を摂れているかを確認する。

体制

日本



ライ、
プロジェクト責任者

ネパール



ニシャ、看護師 (PM)



バス、現地責任者



ヒテシュ、セフ



ロサニ、セフ



ラスミタ、セフ

アウトプット・活動

Output ①

安全で栄養価の高いYouMe Lunch(給食)がYouMe School の児童に提供される。児童と保護家庭が栄養に衛生に関心を持つようになる。

Output ②

YouMe Farm(学校農園)を 実施する。給食の原材料として賄う (費用低減)。

Output ③

児童が寮に住み、栄養のある朝食と夕食を食べる。

Output ①

安全で栄養価の高いYouMe Lunch(給食)がYouMe School の児童に提供される。児童と保護家庭が栄養に衛生に関心を持つようになる。

Output ②

YouMe Farm(学校農園)を実施する。給食の原材料として賄う(費用低減)。

Output ③

児童が寮に住み、栄養のある朝食と夕食を食べる。

2020年

2017年から提供していた
Aaji ベーカリーのパンを提供。



新しい学校給食献立

Days	Items	Calories	Protein	Carbs	Vitamins and minerals	Fat	Remarks
Sunday	Plain roti and mix veg curry	Roti:104 Veg curry:82.7	Roti: 2.6g Veg curry: 2.5g	Roti: 15.7g g Veg curry: 10.6 g	A, B1, Calcium, zinc, iron, and phosphorus	Roti: 3.7 g Veg curry: 3.9 g	High macronutrients and energy giving. Veg curry includes a mix of seasonal vegetables.
Monday	Veg fried rice (per serving 100g)	167.4	4.8 g	18 g	A, C, Calcium, and Iron	8.4 g	The addition of seasonal vegetables will increase the nutritious value.
Tuesday	Beaten rice and mix beans (serving 50g)	168.5	7g	31.8g	A, C, fiber, calcium, and Iron	1.7 g	Contains high protein and carbs
Wednesday	Thukpa (1/2 bowl serving)	79.5	2.9g	13g	A, C calcium, Iron, and fiber	1.9 g	Additional vegetables: carrots, cauliflowers, green vegetables
Thursday	Dal Bhat	172	12g	30g	A, C, Iron, Calcium, and Fibre		Additional seasonal vegetables.
Friday	Sattu (100g serving)	406	20.6%	65.2%	Fibre, calcium, iron, manganese, and magnesium	7.2%	Prevents the body from overheating and helps in hydrating. Helps indigestion.

学校給食



学校給食

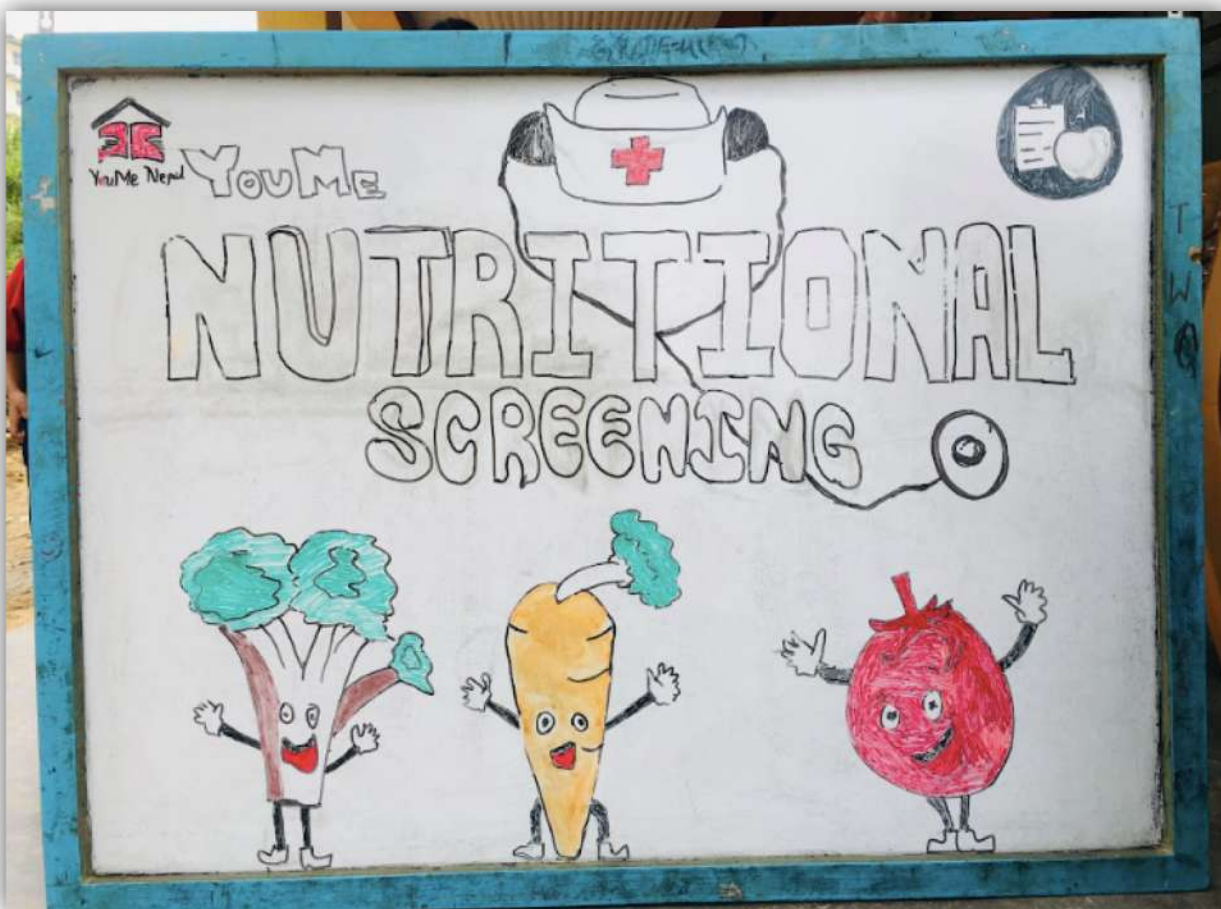




年2回身体測定











食育活動

生徒たちに栄養の授業









クイズコンテスト



栄養について弁論会



栄養について発表会



Food Exhibition (食品展示会)







栄養について ミニドラマ



1000部絵本出版



Health Camp

ヘルスキャンブ開催







家庭訪問

(96軒家庭)









論文提出

Journal: Asian Social Science (ASS)

<https://www.ccsenet.org/journal/index.php/ass>

3つの論文を作成中。

School Teachers' Perception on the Sustainability of School Nutrition Programs: A case study of Primary Schools in Khotang, Nepal

Dinesh Joshi Ratala, Graduate Program in Human Security, The University of Tokyo, Japan

Sharad Rai, Graduate Program in Sustainability Science, The University of Tokyo, Japan

Subodh Dahal, Master in International Cooperation and Development, Mid-West University, Nepal

Dr. Baburam Niraula, Visiting Researcher, Center for Spatial Information Science, The University of Tokyo, Japan

Krishnaman Rai, Faculty Member, National College (Kathmandu University), Nepal

Abstract:

Background: The school environment is crucial in the formulation of healthy eating habits, promoting healthy action and nutrition education. School Nutrition Programs conducted globally have resulted in improved nutrition knowledge, attitude and behavior of students. Such programs aim to improve school attendance and nutrition outcomes mainly through food or cash transfer, depending on nations economic conditions, food supply and health conditions. The Government of Nepal prioritizes School Feeding Programs for primary school students through support from various national and international organizations. However, School Nutrition Programs or School Feeding Programs carried throughout the country are neither similar nor widespread. Nutrition education includes curriculum enhancement, parental involvement, hands-on activities, gardening and physical activities, in this regard, teachers may influence the feasibility of nutrition education and improve dietary behavior among students of poor households. Sustainable School Nutrition Programs envisions long term operation/functioning and local development by reducing external dependency with better program activities. The sustainability of such programs depends on parents' participation, resources availability and program activities. Sustainability of the School Nutrition Program is crucial to improve student's diet quality, academic and social functioning and long-term health.

Output ①

安全で栄養価の高いYouMe Lunch(給食)がYouMe School の児童に提供される。児童と保護家庭が栄養に衛生に関心を持つようになる。

Output ②

YouMe Farm(学校農園)を 実施する。給食の原材料として賄う (費用低減)。

Output ③

児童が寮に住み、栄養のある朝食と夕食を食べる。















Output ①

安全で栄養価の高いYouMe Lunch(給食)がYouMe School の児童に提供される。児童と保護家庭が栄養に衛生に関心を持つようになる。

Output ②

YouMe Farm(学校農園)を 実施する。給食の原材料として賄う (費用低減)。

Output ③

児童が寮に住み、栄養のある朝食と夕食を食べる。

生徒寮



生徒寮



生徒寮



生徒寮



しかし、

COVID 19の恐怖で、
親子が離れたくない状況になってしまった。

学校食堂建設開始







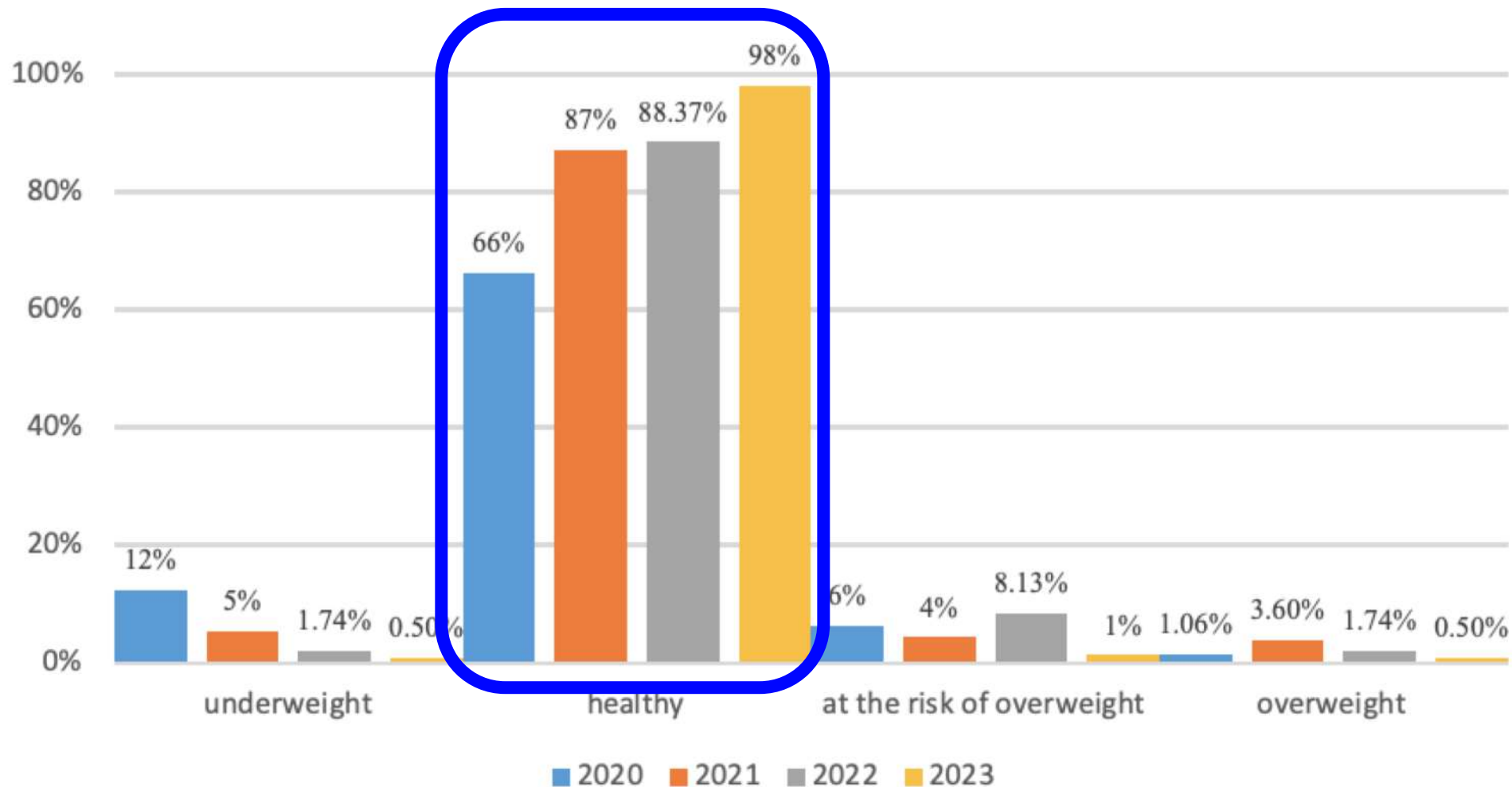




保護者たちや学校外の方々が集まる場所となっている。

結果

- ❖ 低身長児/低体重児を割合は、10%以下に減らすことができた。



結果

- ❖ 教師たち、生徒たちと保護者の栄養に対する意識が高まった。
- ❖ YouMe Farm(学校農園)の食材を、給食の原材料として賄い始めた。
- ❖ 2021 年 6 月に、生徒寮 (Phase I と II)の建設を完成できた。しかし、COVID-19 の影響で、生徒寮に子どもたちを入れられなかった。

考察

- ❖ プロジェクト開始後、すぐ COVID 19 が発生し、すべてのプロジェクトが一時停止となった。
- ❖ 学校がほとんど休みだったが、生徒寮の建設は完成できた。
- ❖ しかし、COVID 19 の恐怖のため、親が子供と離れて住むことが許さなかったため、生徒寮に子どもたちが入らなかった。
- ❖ 現在、カトマンズから学校に派遣している 13 名の優秀な若い教師たちが生徒寮に住んでいる。

Lessons Learned

- ❖ 日本のような学校給食の文化をつくるためには、学校の教師たち、保護者と生徒たちの協力が必要である。
- ❖ 学校で食べるのではなく、勉強するために行くという伝統的な考え方をネパールの一般的な社会が持っている。学校給食制度を成功させるためには、保護者たちの学校と学校給食に対しての マインドセットを変えなければならないということも学んだ。
- ❖ 新しい食堂をつくってから、多くの保護者たちが学校訪問することになりました。
- ❖ 活動が楽しくなければ続かないということも発見できた。

今後の展望

- ❖ AIN 様の支援機関終了後も、学校給食と家庭訪問と食育のための活動は継続的にやっています。
- ❖ 食堂を建設することが一番大きな課題だったが、本プロジェクトのお陰で学校食堂をつくることができましたので、学校給食も 継続的に提供できるようになりました。
- ❖ 家庭訪問 や農園やクイズコンテストやスピーチコンテストなどが引き続き実施して行く予定。
- ❖ なぜ今までの活動が継続的にできるかという、今までこれらの活動は学校教育カリキュラムの一貫としてやっていたためである。

End