

# 「ONE GOAL」を知っていますか？

「ONE GOAL」とは、アジアサッカー連盟 (AFC) が「アジアのすべての子どもに栄養を」という“ワンゴール(一つの目標)”に向かって実施している社会貢献活動です。

アジアには、栄養不良(栄養が足りない、または、栄養が多すぎる)の子どもが5億6,300万人もいます。アジアの子どもたちがより良い食生活で、健やかに成長するため、「ONE GOAL」では、アジアにいる14億人のサッカーファンとともに、各国政府、企業、市民社会と協力しながら、子どもたちの健康で活動的なライフスタイルが実現することを目指しています。

公益財団法人日本サッカー協会 (JFA) と国際NGOワールド・ビジョン・ジャパンが協力し、サッカーを通して、アジアと日本の子どもたちの栄養改善を目指し啓発活動を実施しています。



## ◀ 中西哲生さんから応援メッセージをいただきました。

プロサッカー選手に限らず、サッカーをしている人すべてにとって、「食べる」ことはとても重要です。

「You are what you eat.」という言葉をご存じでしょうか。

これは、「あなたは、あなたが食べるものでできている」といった意味の言葉です。あなたが口にするものについてより深く知ることで、効果的に栄養がとれ、しっかりした体づくりにつながると思います。

「きちんと食べる」ことを、ぜひ実践してください。



# 一緒に栄養改善のゴールを目指そう!



皆さん、こんにちは。ONE GOAL親善大使の北澤豪です。  
私がサッカーを通じて、たくさんのチャンスと世界中に多くの友達(仲間)を得ることができたのは、第一に健康で元気だったからです。  
しかし、アジアでは、栄養不良などの問題を抱えながらそのチャンスを獲得する機会すら与えられない子どもたちが多くいます。  
日本でもまたそれとは違った食糧問題があります。世界を目指すことも大事ですが、世界は多様だということを知る事が大切です。子どもたちの健康で活動的な生活がおくれる様、栄養改善のゴール(ONE GOAL)を目指そう!

ONE GOAL親善大使  
**北澤 豪**氏(日本サッカー協会理事)

皆さん、こんにちは。ONE GOAL親善大使の高倉麻子です。  
日本には、国民一人一人が自分たちの食について考えたり、食に関する様々な知識を身に付けるための、「食育」という取り組みがあります。  
強いサッカー選手になるためには、サッカーの練習だけではなく、しっかりと食えることが大切です。口から摂取した食べ物で身体はつくられているからです。  
サッカーは、万国共通のスポーツ。アジアでも、最も競技人口の多いスポーツの一つです。サッカーを通して食の大切さを学び、一人でも多くの子どもたちが健康な生活を送れるようになってほしいと願っています。

ONE GOAL親善大使  
**高倉 麻子**氏(日本女子代表監督)



## アジアの子どもたちの現状



アジアの5歳未満の子ども3億5,000万人のうち4分の1は低体重で、1億人が発育不良です。  
日本は、多くの途上国と状況は異なるものの、インスタント食品の日常化や不規則な食生活、格差社会の拡大等により、望ましい栄養摂取をできていない子どもたちがいます。

### アジア各国では・・・

#### バングラデシュ

世界の中でも**もっとも栄養状態の悪い国**の一つです。未就学児の**54%(950万人以上)**が発育不良です。

#### ベトナム

5歳未満の**子どもの3分の1**が、慢性的な栄養不足による発育不良です。

#### インドネシア

5歳未満の**子どもの36%**が発育不良である一方で、12%の子どもが栄養過多です。

#### カンボジア

新生児の**1割以上**が、2,500グラム未満で生まれてきます。5歳未満の**子どもの4割**が発育不良です。

#### インド

世界で**最も多く(6,100万人)**の**発育不良**の子どもたちがいます。一方で、世界第3位の肥満大国でもあります。

#### パキスタン

58%の世帯が食糧を安定して手に入れることができず、**たった3%の子どもしかその年齢に必要な栄養を摂取**できていません。

#### ラオス

**4割以上の子どもが発育不良**ですが、その割合は北部の高地で一層高く、約6割です。

#### アフガニスタン

5歳未満の**子どもの約4割**が発育不良です。

#### フィリピン

**400万人の未就学児**が、年齢に対して低体重です。

ONE GOAL

<http://www.onegoalglobal.org/>

日本サッカー協会

[http://www.jfa.jp/social\\_action\\_programme/onegoal/](http://www.jfa.jp/social_action_programme/onegoal/)

ワールド・ビジョン・ジャパン

<https://www.worldvision.jp/children/one-goal.html>

**ONE GOAL**  
Champions for  
Child Nutrition