

## 要請番号 (JL21523A06)

募集終了



国名	職種コード 職種	年齢制限	活動形態	区分	派遣期間	派遣隊次
コスタリカ	G111 フィジカルアクティビティ	20~45歳のみ	個別	交替1代目	2年	・2023/4・2024/1・2024/2・2024/3



## 【配属機関概要】

## 1) 受入省庁名 (日本語)

経済企画省

## 2) 配属機関名 (日本語)

保健省コトブルス支局

## 3) 任地 (プンタレーナス県サンビート市) JICA事務所の所在地 (モンテデオカ)

任地からJICA事務所までの交通手段、所要時間 (バスで約 6.0 時間)

## 4) 配属機関の規模・事業内容

配属先はパナマ国境に近いサンビート市に位置し、コトブルス地方の約40,000人の住民に対して社会福祉及び公衆衛生の向上、健康維持管理への指導等を行っている。支局の総職員数は20名で年間予算約10万ドル。配属先は、「RECAFIS(身体活動と健康のための州ネットワーク)」の代表機関の一つであり、各機関の代表が定期的に集まり、健康増進に向けた活動を行っている。2010年には、さまざまな年齢層を対象に、身体活動、健康的な食事、スポーツ、レクリエーションを促進するための作業方針を策定し、それを基に活動を行っている。

## 【要請概要】

## 1) 要請理由・背景

コスタリカ国内において、年齢を問わず、多くの人が過食や偏食、運動不足による肥満や高血圧症、糖尿病などを罹っている。コトブルス地方においても、これらの病症は年々増加傾向にある。そのため、保健省コトブルス支局はコトブルス地方にある24の老人グループ、6つの青少年グループ、4つの婦人グループに対し運動を通して様々な病気への予防や健康維持に努めている活動をしているが、十分な指導及び普及がなされていないのが現状である。今後、青少年グループを中心に無理のない、また楽しく継続的にできる運動方法等を教示し、更に老人グループや婦人グループへと普及していくことを目的に今回の要請がなされた。本案件では、1代目の隊員が2017年から2019年まで活動を行っており、サルコペニアのセルフチェックなどを活用し、活動を行った。

## 2) 予定されている活動内容 (以下を踏まえ、隊員の経験をもとに関係者と協議して計画を立て、柔軟に内容を変更しながら活動を進めます)

- 青少年グループに対して、スポーツやレクリエーション活動を行う。
- 女性グループに対して、スポーツやレクリエーション活動、健康的な食事やメンタルヘルス増進に関するワークショップを行う。
- 高齢者グループ(先住民グループも含む)に対して、健康を増進する毎日の運動やレクリエーション、食事、習慣などのセルフケアの向上を目指した活動を行う。(日本式のセルフケアの普及等)
- RECAFIS(身体活動と健康のための州ネットワーク)のメンバー等に日本で行われている健康増進にかかるセルフケアやセルフチェック等の知識・技術を共有する。

## 3) 隊員が使用する機材の機種名・型式、設備等

執務机、パソコン

#### 4) 配属先同僚及び活動対象者

配属先同僚:  
コトブルス支局医療職同僚5名

活動対象者:青少年・高齢者・先住民グループ

#### 5) 活動使用言語

スペイン語

#### 6) 生活使用言語

スペイン語

#### 7) 選考指定言語

英語(レベル:D)又はスペイン語(レベル:D)

### 【資格条件等】

[免許]: ( )

[学歴]: (大卒) 備考: 配属先の要望

[性別]: ( ) 備考:

[経験]: ( ) 備考:

[参考情報]:

- ・高齢・青年層に運動や栄養の指導等を行った経験

#### 任地での乗物利用の必要性

不要

### 【地域概況】

[気候]: (温暖湿潤気候) 気温: (16~28℃位)

[電気]: (安定)

[通信]: (インターネット可 電話可)

[水道]: (安定)

### 【特記事項】

住居は原則ホームステイ