



アクセス困難な被災地の調査は暫定政府のヘリコプターで移動(左上)、地震で壊れ、傾いた家(右上)、避難キャンプにて。カブリ・プラオ(伝統的な炊き込みご飯)のパッケージング(左下)、支援の食糧を口にするファリダさんと子どもたち(右下)

心も身も温める炊き出し  
アフガニスタン 東部地震緊急支援へ

8月31日深夜、アフガニスタン東部で大地震が発生しました。2150人以上が亡くなり、多数のけが人が出て、数多くの家屋やインフラが破壊される甚大な被害が出ました。

被災の大規模な地域は山間部にあり、アクセスが非常に困難でした。翌9月1日の朝、現場に急行したジョンのスタッフも、道路に阻まれ、車では進めなくなってしまった。

暫定政府の救助隊のヘリコプターに乗り組ねたところが、いち早く現地に向かひ、いか早く現地に向かひたことがございました。それでも、やがて何とか着陸できた場所から数時間も山道を歩かなければ到達地や木で造られた家は、地震に弱く、全半壊、ひび

石や木で造られた家は

心から感謝申し上げます。

皆様の想から支援して、心から感謝申し上げます。

## 心も身も温める炊き出し

アフガニスタン 東部地震緊急支援へ

被災者  
ファリダさんのいじめ

この食事は、力と希望の源です

カズ・クナールキャンプへ出立った36歳のファリダさんは、地震で夫を亡くし、家屋や畜生も失い、まだ幼い4人の息子と1人の娘と6人で避難していました。トントで過ぐる厳しい夜について、「毎晩、薄いテンントを泥漿が突き抜け、子どもたちは暗闇の中で震えています」と語っています。中で、ジョンが提供する食事については、「今日、子どもたちが食べられないかどのかを心配つなぐて良いのです。この食事は、ただの栄養ではなく力と希望の源です」と語つてくれました。

## 深まる危機を越えて、明日を変える一歩を積み重ねる

人道支援の仕事を始めて2年目の頃、各地で支援活動をしていたので「どこに行っても悲しい人に出会う仕事だ」と認識した。そんな仕事を続けられるのかと自分に問うた時『他者の悲しみを痛みと感じなくなったら辞めよう』と思い直し、続けることを決意した。以来、一日も早く悲しい人がいなくなり、失業することを目指して早31年。痛みが麻痺することはないまま、痛みを感じる頻度が高くなっている。人権意識が進んで紛争が減り、防災技術の発達などで被災する方も減るという未来を、人類全体が選べる可能性があったが、現在の所、そうはなっていない。

災害も紛争も多発し、支援を必要とする人が増え続ける中、今年もジェンは、支えてくださる多くの方々と共に、できる限りの支援を進めてきました。長い間、ジェンを知る人は『まだ学校再建をしているのか』と思われるかもしれないが、数千の破壊された学校に対して、再建できる学校は年に10校程度だ。それでも、数百人の子どもたちの未来が明るくなることで、その地域を、国を、地球全体を明るくしていきたい。お蔭様でアフガニスタン、パキスタン、トルコで支援を継続しながら、地震や洪水などの緊急事態にも出動し、今、命をつなぐことが厳しい状況にある人びとの暮らしを支えることができた。

それでも、これからはさらに、紛争や災害が起きる構造を変えて行ける支援を強化していきたい。共に歩んでくださる方々に感謝を込めて。

JEN理事・事務局長

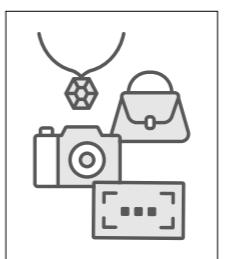
木山 啓子

### 普通の暮らしを取り戻そうと努力する人びとを支える ジェンの活動をご支援ください

年末のお掃除に!  
「お宝エイド®」を  
ぜひご利用ください!



詳細は[こちら](#)



ご家庭に眠るブランドバッグやアクセサリー、スマートフォン、金券、カメラなどを「お宝エイド」にお譲りください。査定額に約10%上乗せされた金額(一部商品除く)がJENの生計回復や教育支援活動への寄付となります。本ニュースレターに同封の専用封筒をぜひご利用ください!不要なモノをすっきりお片付けして、お気軽に国際協力しませんか。

BOOKMAGIC  
キモチ届けようキャンペーン



詳細は[こちら](#)

読み終えた本が支援につながる「BOOKMAGIC」。12月31日まで、ブックオフの「キモチと。」にて「キモチ届けようキャンペーン」が開催されます。期間中、お申込み1件につき500円が寄付額に上乗せされます。ご家庭や学校、オフィスにある本を、年末の整理を兼ねてぜひご活用ください。

■キャンペーン期間  
2025年12月1日～12月31日 お申込み分

■対象条件  
お申込み1件につき本など10点以上のご送付をお願いいたします。



※本誌掲載の記事、写真、イラストなどの無断転載は固くお断りいたします。

### 封筒に記載される住所について

現在のJENの所在地は差出人還付先に記載されている住所となります。  
皆さまにはご不便をおかけいたしますが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

特定非営利活動法人JEN 東京本部事務局  
〒107-0052 東京都港区赤坂7-5-27-305  
TEL: 03-5114-6201 FAX: 03-5114-6202  
ホームページ <https://www.jen-npo.org/> [@NGO\\_JEN](#) [ngo\\_jen](#)  
GREEN PRINTING JPN 植物由来  
FSC認定森林森林由来  
www.fsc.org Cert No. SA-COC-00000  
森林由来  
ミックス品  
FSC © 1996 Forest Stewardship Council

## アフガニスタン～フード・フォー・ワーク事業～

## 灌漑用水路の整備で、防災と食糧不安の解消を目指す

自然災害が頻発するアフガニ



防災・減災研修の参加者。後列の矢印で示した方がミアさん。

アフガニスタン東部、ロガール県に住むミア・ヌールさんは、これまでに経験した洪水や地滑り、干ばつについて語ってくれました。これまでの人生で、家畜も農地も経済も、家族の命さえも、多くのものを失つてきました。でも、どう備え、どう身を守ればいいかを教えてくれる人はいませんでした。毎回、災害に耐え、立て直すしかなかつたのです。

そのミアさんが変わるべきになつたのが、ジェンが実施した4日間の防災・減災研修でした。彼はこう語っています。

「この研修で、私の考えはすっかり

事業参加者・ミアさんの声 皆さまのご支援は、人びとの自立につながっています

2025年も終わりが近づいてきました。今年一年、ジェンの活動にご関心を寄せ、支えてくださった皆さまに、心より感謝申し上げます。現在ジェンでは、JENサポーター（継続寄付）キャンペーンを実施しています。月1,000円から始められるご支援は、困難な状況にある人びとが「自分で明日を選ぶ力」を取り戻す支えになります。

次にご紹介する、災害で多くを失つたミアさんのように、再び立ち上がりろうとする方々を支える力になります。ぜひ、キャンペーンへのご参加をお願いいたします。

### JENサポーター・キャンペーン

2025年も終わりが近づいてきました。今年一年、ジェンの活動にご関心を寄せ、支えてくださった皆さまに、心より感謝申し上げます。

現在ジェンでは、JENサポーター（継続寄付）キャンペーンを実施しています。

月1,000円から始められるご支援は、困難な状況にある人びとが

「自分で明日を選ぶ力」を取り戻す支えになります。

次にご紹介する、災害で多くを失つたミアさんのように、再び立ち上がりろうとする方々を支える力になります。ぜひ、キャンペーンへのご参加をお願いいたします。

JENサポーターの  
詳細・お申込みは  
こちら



## TOPICS

### 2025年にご寄付くださった皆さまへ 領収書についてのお知らせ

日頃よりジェンの活動にご関心とご支援をお寄せいただき、心より感謝申し上げます。ジェンでは環境への配慮などの観点から、領収書はご希望をいただいた方のみにお送りしています。JENサポーター（マンスリーサポーター）として継続的にご寄付くださっている方のうち、領収書をご希望いただいた方には、2025年1月～12月のご寄付を合算した領収書を2026年1月中旬より順次お送りします。領収書をご希望されていなかつた方で、後から必要となつた場合には、以下の問い合わせ先までご連絡ください。その際は必ず住所をお知らせください。単発でのご寄付に関しては、ご希望をいただいた方に限り、入金確認後、都度お送りしています。なお、クレジットカードでのご寄付は、実際の入金までに1～2ヶ月ほどかかります。領収書の発行日は、ジェンに入金された日付となりますこと、あらかじめご了承ください。

領収書に関するお問い合わせ

Web  
お問い合わせ  
フォーム



### グローバルフェスタJAPAN 2025ご報告

9月27日(土)と28日(日)の2日間、新宿住友ビル三角広場で開催された「グローバルフェスタJAPAN2025」に出演しました。ジャパン・プラットフォーム(JPF)の「JPFパビリオン」の一角にジェンのブースを構え、多くの方々にお立ち寄りいただきました。特にアフガニスタンでの活動に関するクイズには、2日間で120名を超える方にご参加いただき、皆さまの関心の高さが感じられました。アフガニスタンやパキスタンの現状、そしてジェンの取り組みに耳を傾けてくださった皆さま、熱心にご質問をお寄せくださった皆さま、本当にありがとうございました。



ジェンのブースの  
様子

長期的に安定した食糧を確保するには、農業生産の向上が不可欠です。その鍵となるのが農家の方々は年間で複数の作物を栽培できるようになります。この整備は、食糧の安定供給にとどまりません。防護壁も作ることで土壤侵食を防ぎ、水量を調節する仕組みによって洪水から農地と住宅地の両方を守ることにもつながり、防災の役割も果たします。

現在ジェンが支援しているのは、2024年の洪水で甚大な被害を受けたナンガルハル県パティコト地区です。ここでは「フード・フォー・ワーク」の仕組みを使い、同様の事業を以前実施した際には、参加者の9割以上が「自分たちで用水路を整備できる」と答えました。事業を通して、技術と自信の両方が育まれていることがわかります。

今後もフード・フォー・ワーク事業を継続し、自らの手で土地と食糧を守る人びとを増やしていくことを。働き手がない家庭には食糧配布のみを実施しています。※本事業は、ジャパン・プラットフォームから助成金や皆さまからのジェンへの寄付金により実施しています。



用水路の防護壁建設の様子(上)用水路整備の完了を喜ぶ地元の方と行政担当者、ジェンスタッフ(下)

2022年の大洪水で深刻な被害を受けたシンド州。その中でも総人口約259万人のうち126万人以上が被災したカイルブール郡では、特に大きな被害が出ました。多くの給水施設が洪水で破壊され、人口の約40%が安全な飲用水にアクセスできない状態にあります。州内でも最も厳しい状況です。

アバード村では、主に女性や子どもたちが2kmほど離れた場所まで水汲みに行っています。徒歩で片道30分、ロバが引くカートで20～25分、バイクやリクシャーでも10分かかります。

アバード村では、主に女性や子どもたちが2kmほど離れた場所まで水汲みに行っています。今回事業では、給水設備の修復や整備を進めていますが、頻発する停電により給水が

中止される課題もありました。そこで太陽光発電を導入します。※本事業は、外務省「日本NGO連携無償資金協力」からの助成金や、ジェンへの寄付金により実施しています。



給水設備の稼働を待ちにしていると語ったフセイン・アバード村のアミール・アリさん一家



給水設備の建設作業風景

## パキスタン～水と衛生環境の改善事業～

## 安全な水へのアクセスを村の人びとへ～大洪水被災地で進む支援～

中止される課題もありました。

セスできることを目指している。そこで太陽光発電を導入します。※本事業は、外務省「日本NGO連携無償資金協力」からの助成金や、ジェンへの寄付金により実施しています。