

PLAN NEWS

プラン・ニュース [2025 Autumn] NO. 130

特集

国際ガールズ・デー 「早すぎる結婚」のいま

新たな対象地域で
プロジェクトを開始しました！
(ベトナム)

プラン・スポンサーシップ
チャイルドへの手紙に関する
お悩みにお答えします！



Until we are all equal

公益財団法人プラン・インターナショナル・ジャパン

「早すぎる結婚」のいま

10月11日は国際ガールズ・デー。

「女の子の権利」や「女の子のエンパワーメント」の促進を、広く国際社会に呼びかける日です。プラン・インターナショナルは、18歳未満で結婚を強制される「早すぎる結婚（児童婚）」について、子ども、特に女の子の権利侵害であるとして、その防止にむけて多角的に活動してきました。その成果や取り組みについて振り返るとともに、改めてこの問題について考えます。



早すぎる結婚について話し合う女性たち（ネパール）

早すぎる結婚（児童婚）が 起こる背景

- 貧困
- 伝統・慣習
- 法律の未整備
- 名誉のため
- つらい暮らしから逃れるため

早すぎる結婚（児童婚）の 問題点

- 教育の機会を失う
- 「早すぎる妊娠」の危険
- 配偶者や家族による暴力・虐待

プラン・ユースに聞く 「早すぎる結婚」の現状 （ナイジェリア）

2025年8月、横浜で開催された第9回アフリカ開発会議（TICAD9）でのプラン主催イベントに登壇するため、ナイジェリアからプラン・ユースのファティマさんが来日しました（詳細は13頁）。紛争の影響を受けている地域に住む彼女に、身の回りでの「早すぎる結婚」の実情を聞きました。

——あなたの周りで早すぎる結婚をしている人はいますか

ファティマ…ナイジェリア全体について話すことはできませんが、私の地元のコミュニティでは、18歳未満の女の子の10人に6人くらいが結婚していると思います。そのうちの何人かはすでに母親になっています。女の子が自分から結婚を望んで家族に紹介するケースもあれば、親や親族などから結婚するように言われた場合など、結婚に至る背景はさまざまです。

——早すぎる結婚をした女の子たちは、その後どのように過ごしていますか

ファティマ…結婚した女の子たちの多くは教育を中断せざるを得な

い状況にあります。特に妊娠した場合、家事や子育てなどがあり、学びの機会や働く機会が制限されています。一方で、プランや行政などによる啓発活動により、早すぎる結婚の数は少しずつ減少していると感じています。

——今後、どんな未来を望みますか

ファティマ…私はさまざまな支援を受けることで復学することができ、教育によりスキルと自信を得ることができました。しかし今なお、私のような機会や励ましを待っている何百万もの女の子がいます。すべての女の子が状況に関係なく学び、成長し、成功する機会を持てる世界になることを望んでいます。

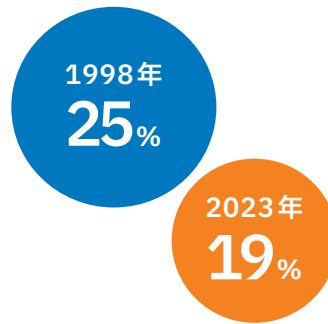


インタビューに答えるファティマさん

25年の成果

プラン、UNWomen、ユニセフが2025年にまとめたレポートによると、この25年で児童婚率は25%から19%に減少しました。しかし、持続可能な開発目標（SDGs）では、目標5「ジェンダー平等を実現しよう」の達成のために2030年までに早すぎる結婚をなくすことが掲げられています。残りあと5年で道のりはまだ半ばといわざるを得ません。

児童婚率
（18歳未満で結婚／婚姻関係にあった20～24歳の女性）



アジアでの「早すぎる結婚」撲滅のために

プランのアジア・太平洋地域統括事務所は2030年までに児童婚を根絶することを目指し、



ユース・アクション・プラットフォームのウェブサイト
<https://youthactionplatform.org/>

「早すぎる結婚根絶のための地域プログラム」を展開しています。アジア地域は、家父長制社会が根深く、女の子の主体性、自立性、社会参加などへのアクセスが制限されがちです。プランは女の子のエンパワーメントにむけた取り組みや、ユース主導での参画促進などにより、現地の人々、特に若者が主体的に活動できるよう支援してきました。

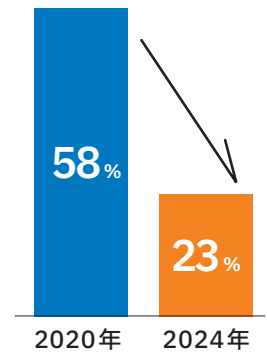
そのうちの一つが、「ユース・アクション・プラットフォーム」です。このプラットフォームでは、社会課題を解決するために声をあげる若者を支援するため、プロジェクトの基本原則、多様な事例や参考になる出版物などを見つけることができます。今後は、能力向上を支援するトレーニングコースも開設予定です。

ネパールにおける成果

このプログラムの対象国であるネパールは、早すぎる結婚の割合が最も高い国の一つです。プランはこれまでに女の子の就学支援や、性と生殖に関する健康と権利（SRHR）の啓発活動、若者の自立支援などを実施してきました。この結果、プロジェクトを実施した地域では、2020年に58%だった児童婚率が、2024年には23%にまで減少したことが報告されています。

プランは、現在もマデシ州で「ジェンダー平等推進のための教育」プロジェクトを実施しています。社会規範やジェンダー規範を変えていくのは、長い時間がかかりますが、引き続き早すぎる結婚の撲滅を目指していきます。

プロジェクト実施地域の
児童婚率（ネパール）



国際ガールズ・デーイベント

PLAN GIRLS MOVEMENT2025～未来のチカラになる言葉～

女の子のリーダーシップや、ジェンダー課題の解決への働きかけを目指し、「言葉のチカラ」をテーマにしたイベントを開催します。

ステージでは、人生の転機が多いU25世代の女の子が抱えるモヤモヤについて、知識人や著名人、企業の方々のトークや女性ラッパーによるパフォーマンスで、言葉のチカラを体感する場となります。

また、会場でおこなわれるインフルエンサーによるチャリティバザーや国際ガールズ・デーに関する展示はどなたでもご参加いただけます（申込不要）。

日時：2025年10月8日(水)
場所：スパイラルホール(東京・表参道)
時間(会場)：15:00～19:30(申込不要)

【ステージのみ申込みが必要です】
募集人数：50名(25歳以下の女の子、先着順)
時間(ステージ)：16:00～18:30(要申込)
締め切り：2025年10月6日(月)17:00まで



詳細はこちら



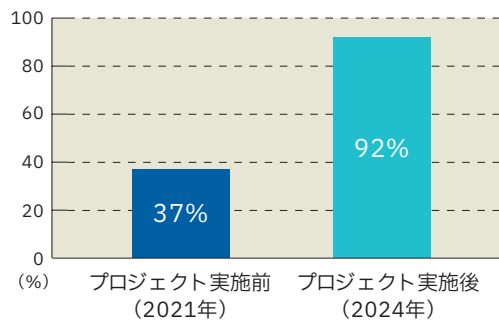
寮で生活する女の子たち

プランの活動に参加する子どもたち

安心して過ごせる学校の寮・水衛生設備の新設や修繕、教員・カウンセラーに相談できる保健室の修繕、SRHRについての教員研修、地域住民への啓発活動など、教育環境と人々の意識の両方を改善することで、すべての子どもたちが安心して学び、自分の未来を自分で決めることができる社会の実現を目指します。

これらの成果から、支援の対象地域を変更して活動を続けることにしました。今回のプロジェクトでは、対象を小中学生や教員に絞り、より早い段階から子どもたちの生活環境の改善と、性と生殖に関する健康と権利（SRHR）の知識向上を図ります。

「結婚は大人になってからがよい」と考える未婚の子どもや若者の割合



教育環境を整えることが早すぎる結婚の防止につながる

プログラム部 水上友理恵 職員

2025年5月からベトナムに駐在し、本プロジェクトを担当しています。これまでは生計向上など多様なアプローチで「早すぎる結婚の防止」に取り組んできましたが、今回はSRHRの教育、寮や保健室の整備を通じて、このテーマに取り組めます。対象コミュニティで、母親たちに「月経について子どもに教えていますか？」と尋ねたところ、恥ずかしそうに口をつくむ姿が印象的でした。プロジェクトを通じて、子どもたちがジェンダー平等やSRHRについて自信をもって話せるようになること、そして望まない早すぎる結婚や妊娠をなくすことが目標です。引き続き、皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。

ベトナム

「早すぎる結婚の防止」プロジェクト

新たな対象地域でプロジェクトを開始しました！

2025年4月よりベトナムで開始した新しいプロジェクトについてご紹介します。これは2024年6月まで実施していた「早すぎる結婚の防止」の後継プロジェクトです。これまでの成果を生かし、新たなコミュニティで活動を展開していきます。



全国平均を大きく上回る18歳未満の結婚と出産

ベトナム北部のティエンクアン省やライチャウ省において、この地域に多く住むモン族が18歳未満で結婚する割合は51・5%と国内で最も高く、18歳未満の女性の出産件数も全国平均の2・5倍に達しています。

この地域に住む少数民族の多くの家庭では、娘を早く結婚させることが重要視されています。多くの人が農畜産業に従事していますが、貧困から脱却することが困難です。毎年、家族から1名のみ参加できる職業訓練コースがありますが、男性の参加が優先されるため、女性がトレーニングを受けることは多くありません。また、山岳地帯で交通の便が悪く、啓発活動や支援が行き届きにくいことも影響しています。学校の数も不足しており、教育の質も不十分です。卒業後の就職機会も限られるため、多くの子どもたちが途中で学業をあきらめ、働か結婚する道を選ばざるを得ないのが現状です。

安心して学べる環境を

この地域では、通学に2〜3時間かかるという状況も珍しくなく、小学校低学年から寮で暮らす子どもが大半です。しかし寮では、シングルベッドを2、3人で使うため十分な睡眠がとれない、お湯が使えないため冬季は身体を清潔に保てないなど、安心して学習できる環境ではありません。また、6歳頃から親元を離れるため、月経や思春期の身体の変化、



ティエンクアン省の風景



ベッドを共有して寮で生活する子どもたち

こころの問題などを相談できる大人が限られます。異なる民族の場合、言語や文化の違いから、子どもたちが教員に相談するのも難しい状況です。結果として早すぎる結婚や妊娠に至り、中途退学をせざるを得ない子どもたちが多くいます。また、メンタルヘルスの問題を抱え、自死を選ぶ子どもたちもいることが問題となっています。

プロジェクトの成果を生かして

2024年6月まで実施してきた「早すぎる結婚の防止」プロジェクトでは、「結婚は大人になってからがよい」と考える未婚の子どもや若者の割合は、プロジェクト開始前の37%から終了時には92%へと大きく改善しました。また、家計を管理す

illustration by Noriyuki Goto

東ティモール

「移動図書館」が支える 学びの機会

東南アジアにある東ティモールは、2002年に独立した、18歳未満の人口が約半数を占める若い国です。東ティモールが抱える課題の一つに教育機会の不足があります。プランは教育省と連携し、「移動図書館」を通じて子どもたちに学びの機会を提供しています。



東

ティモールは、国土の大半が山岳地帯からなる小さな国です。特にプランの活動地域は、道路や電気、水道などのインフラが十分整備されておらず、幼児教育も十分普及していません。プランは幼稚園の建設や保護者むけの子育て講習を実施していますが、子どもたちの学びの機会は限られています。



そ

こで、動き出したのが「移動図書館」プロジェクトです。「移動図書館」は、車に本をのせて貸し出すだけではありません。プラン職員やボランティアによる読み聞かせやスポーツアクティビティなども同時に行うことで、子どもたちが主体的に活動に参加する機会を提供しています。



スポンサーの皆さまへ

プラン・東ティモール 移動図書館プログラム責任者 マリア・サルメント 職員



私たちが実施する「移動図書館」プログラムは、農村地域に住む子どもたちへ質の高い教育へのアクセスを提供し、子どもたちだけでなく親子での読書習慣を育んでいます。このプログラムは、特に教育の機会が限られている地域において、生涯にわたる読書と学びを促進するための重要なツールとなっています。

日本のスポンサーの皆さまからのご支援は、東ティモールの子どもたちが学び、成長し、繁栄する未来を作ることに繋がっています。あなたの寛大で継続的なご支援に心から感謝申し上げます。これからも東ティモールの子どもたちを見守ってください。

13 歳のマルシアは、8歳のときから「移動図書館」を利用しています。「最初はあまり字が読めなかったけど、カラフルな絵を見るのが大好きだったし、お兄さんやお姉さんが話してくれる物語に耳を傾ける時間がとても楽しかった」と話します。



14 歳のソフィアは家事やきょうだいの世話のため、なかなか学校に通えず、いままも小学校で学んでいます。ソフィアのように家庭の事情で学習が遅れたり、中途退学してしまった子どもたちのために、「移動図書館」は学校の教科書も積んでいます。「移動図書館が来るたびに、分からないことをスタッフや友だちに聞いて勉強しています」

2 020年に開始した「移動図書館」は対象地域を拡大し、教育省や学校と連携を深め、これまでに2万人以上の子どもたちが利用しています。東ティモールの子どもたちに学びと参加の機会を運ぶ「移動図書館」はプラン・スポンサーシップのご支援者の皆さまに支えられています。

プラン・スポンサーシップについてはこちら



お悩み3 何を書いたらいいかわからない

**回答：メッセージは短くてOK！
身近な話題と質問で
会話のキャッチボールを続けましょう。**

毎日の生活や、家族など、日常について知りたいチャイルドが多いようです。自分のことを書くと同時に、チャイルドに簡単な質問をしてみてもいいかがですか？チャイルドのお誕生月にバースデーの便箋を送るだけでも喜ばれます。

手紙送信フォームには、たくさんの例文や便箋がそろっていますので、ぜひご活用ください！

例

日本からこんにちは！今は、月がきれいにみえるので「お月見」の季節です。月の模様がウサギにみえるともいわれています。あなたは何の模様に見えますか？



日本では、ごはんとお味噌汁、お魚などをよく食べます。便箋のイラストのような食事です。あなたが好きな食べ物は何ですか？



8歳のお誕生日
おめでとう！



知育レターキャンペーン 約 1,000 件のお手紙を送りました！

2025年1月から約1カ月実施した知育レターキャンペーン。数字の順番に線をつないでいくと「雪だるま」ができあがるという知育レターには、約1,000件のご参加があり、たくさんのチャイルドから回答が寄せられました。

雪を知らない地域のチャイルドからは想像力豊かな回答も。「雪だるま」以外で多かった回答は「熊のぬいぐるみ」「アヒル」など。ディズニーのキャラクター名を答えたチャイルド

もいたほか、雪だるまの絵を描いて送ってくれたチャイルドもありました。今後もさまざまな企画を展開していきますので、ぜひご参加ください！

実際にチャイルドが完成させた「雪だるま」



プラン・スポンサーシップで
ご支援の皆さま

チャイルドへの手紙に関する お悩みにお答えします！

2025年5月4日よりセキュリティ強化のため、マイ・プラン・ページのIDとパスワードの条件を変更しました。それに伴い、チャイルドへの手紙送信にはマイ・プラン・ページのログインが必要となりました。今回は、最近よくお問い合わせいただく、チャイルドへの手紙に関するお悩みに回答します！

チャイルドへの 手紙の送信方法

- ① マイ・プラン・ページにログイン
- ② 「手紙を書く」をクリック
- ③ 手紙送信フォームで、「便箋」を選び、本文を入力（文例を選んでOK!）

お悩み1 マイ・プラン・ページにログインできない

回答：新パスワードの設定は完了していますか？

パスワード設定ページからSP（スポンサー）番号、メールアドレスを入力し、パスワードを（再）発行してください。詳しくは登録方法の動画をご覧ください。

登録方法の動画は
こちら



お悩み2 絵や写真を送りたいが、方法がわからない

回答：手紙送信フォームの写真のアップロードを活用しましょう。

送る方法はカンタンです。手紙送信フォームにある「写真の添付（任意）」から、「ファイルを選択」をクリックして、スマートフォンやパソコンに保存してある写真のデータを選んでください。写真の説明をお手紙の本文に入れていただくと、チャイルドにもわかりやすいです。チャイルドがまだ小さい場合は、絵やイラストを送るのもおすすめです。

※手紙送信フォームが使えない場合は、事務局あてにお手紙を郵送するか、以下までご連絡ください。
※写真の添付ができない場合は、本文を手紙送信フォームから送っていただき、写真は以下までお送りください。
支援者窓口 レター担当：letter@plan-international.jp

例

私はペットの小鳥と遊ぶのが好きです。ペットの写真を送りますね。あなたが好きな動物は何ですか？



動画で分かる
「チャイルドへの手紙
の送り方」はこちら



「チャイルドへの手
紙」に関するヒント
や注意事項はこちら



「今が一番若い」 人生初のアフリカー人旅

Kさん



初めてトーゴを訪れたKさん

私は子育てが一段落した43歳のときに看護学校に入学し、卒業後は看護師として働いていましたが、大病で退職。77歳の現在は行政で働いています。経済的に自立できたことで自由を感じるようになり、女性の経済的自立と教育の重要性を身をもって実感しました。また、教師として働く高校時代の同級生と「戦争のない世界をつくるためには、子どもの教育が何より大切だよ」と語り合い、いつかアフリカに学校をつくりたいという夢を持つようになりました。そんななか、プラン・インターナショナルの「一口100万円

プロジェクト」を知り、迷わず寄付を決めました。しかし、その直後の大けがで3カ月間の入院生活。アフリカへの思いが背中を押し、リハビリに励みました。長年の夢が実現し、プランをはじめ、協力してくれた友人知人、家族や職場の人に感謝しています。

よく「老後の貯金が大事」と言われますが、私は今が一番若いし、死後はお金を持っていけないので、できるときに寄付をすることも大切と思います。今回の寄付を通じて、私の地元に住民が作った「きやまかるた」を子どもたちに渡すなど、素晴らしい思い出ができました。昔、学校の先生から「思い出は自分で作るものだよ」と教えていただいたことを今でも覚えています。トーゴの学校の壁に自分の名前があることを確認して、これからずっと自分の名前がアフリカの学校に残ることをとて

支援のさまざまなカタチ

一口100万円 プロジェクト

Vol.9

ひとつのプロジェクトを
複数の方々と一緒に支援



お土産の「きやまかるた」について子どもたちに説明しました

教育こそ平和への鍵
学校を建てる夢を形に

トーゴの子どもたちと
感動的な出会い

寄付を通じて得た
かけがえのない経験

握手を交わした瞬間、この村がこれからもっと良くなっていくことを心から願い、「遠くまで来て本当に良かった」と胸が熱くなりました。

も嬉しく思います。トーゴ訪問は私にとってかけがえのないものになりました。今年の春からはプラン・スポンサーシップで偶然にもトーゴのチャイルドとの交流がはじまりました。これからの交流が楽しみです。

Kさんが支援した

「トーゴの小学校の教育環境を整えるプロジェクト」とは？

雨が降ると授業を中止せざるを得なかった学校に、安全で天気に左右されない教室と男女別トイレ、井戸を建設したほか、備品や遊具などを提供。教師用宿舎も建設し、安定した教師の確保にも寄与しました。



プロジェクト実施前の校舎



完成した教室で学ぶ子どもたち

株式会社サザビーリーグ

ジュエリーを楽しむことで 広がる支援の輪



PR & Promotion Coordinator
瀬川紗映子さん

サザビーリーグは、2018年にジュエリーブランドARTIDA OUD（アルティードアウド）を立ち上げました。「ありのままの姿が放つ煌めき」をコンセプトに、インクルージョン（内包物）のある石も積極的に使用しています。また、社会貢献活動を商品開発に組み込んでいるのも特徴で、プラン・インターナショナルとの関わりも長く続いています。

今年9月から販売を開始したブレスレットは、お客様からデザインを募集し、多くのアイデアのなかから選ばれ、実際にジュエリーとして形にしたもの

です。採用されたデザインを考えた方は、なんとプラン・スポンサーシップを通じて女の子支援を行っている方でした。改めて、プランとの深いつながりを感じます。

自然と寄付に
つながる仕組みを

届けることができました。

アルティードアウドのジュエリーの多くはインド・ジャイプールで制作されており、プロジェクトを通じてインドへの還元につながることは大きな喜びです。



プロジェクトで建設された幼稚園



プランの支援者がデザインした
“I am” Donation bracelet

純粋にジュエリーの可愛さに惹かれて購入される方もたくさんいます。これからも、心から欲しいと思っていただけのジュエリーを作り続け、その結果として自然に寄付につながっていく。そんな仕組みを大切にしていきたいと考えています。

今年の国際ガールズ・デーイベントにも協賛しています。今年のテーマは「言葉のチカラ」ですが、支援先のインドでは、子どもたちが「警察官になりたい」「英語が好きだから先生になりたい」といった純粋な言葉で夢を語る姿に、大きな力を感じます。幼稚園の建設を通して、こうして未来を描く場を作れることは、私たちにとって何よりの喜びです。

“I am” Donation® プロジェクトという名前には、世界中の誰もが「私が私であるために（I am）」と発信し、自分らしく活躍できる環境が広がっていくようお願いを込めました。ジュエリーを通して、その思いが現地の子どもの夢を語る言葉と響き合い、未来を切り拓く力となることを心から願っています。

多くの人々の支えと協力からなる プラン・スポンサーシップ

スポンサーとチャイルドの交流をつなぐ、渡邊職員の仕事を紹介します。



今回紹介する人
リレーション開発部
渡邊よし恵 職員
「1年の歩み」を担当
するボランティアさ
んと渡邊職員(中央)

私

がプラン・インターナショナルで働きつかけとなったのは、夫の駐在に伴って訪れたフィリピンでの経験です。街中で物乞いをする幼い子どもたちや、学校に行かず路上で遊ぶ子どもたちを日常的に目にしたのです。帰国後、別の支援団体を通じて寄付をしていたのですが、寄付だけでなく自分ができることはないかと考えていたところ、プランでボランティアを募集していることを知り、お手伝いすることになりました。それから5年後、職員採用の機会に恵まれ、今に至ります。

現在、日本では、3万人以上のご支援者がチャイルドと交流をしています。私の仕事は、チャイルドの成長を伝える大切

な報告書である「1年の歩み」を作成してご支援者にお届けすることです。そのため、チャイルドの情報や写真に間違いがないように細心の注意を払っています。現地からデータで届くチャイルドの写真は一枚一枚確認しますが、ごくまれに違うチャイルドの写真が紛れていることもあります。活動地域では多くのコミュニティ・ボランティアが、実際にチャイルドの暮らす地域に足を運んで写真撮影やデータの収集をしているのですが、活動地域の通信環境が十分でなかったり、多くのデータを扱うため苦労も多いと思い

ます。しかし、もし間違いがあれば、車で何時間もかけて再度チャイルドの住む地域まで正しい写真を撮りに行ってもらうこともあります。私たちのチェックが最後の砦だと思って、気を引き締めて対応しています。

ボランティア時代から10年以上ずっとこの仕事を担当していますが、職員になってからは、現地の状況も見えるようになりまし。例えば、チャイルドが学校に行っていないのはなぜかと現地に問い合わせると、家庭の経済的な事情で学校には行っていないが、代わりにプランが勉強の場を提供していたり、両

親に生計向上の支援を働きかけていた、ということもあります。そうした事情を聞くと、多くの人々の支えと協力があってプラン・スポンサーシップが成り立っていることを実感します。

今後、「1年の歩み」を受け取りチャイルドの成長や変化を感じたら、ぜひお手紙で感想や喜びを伝えていただけると嬉しいです。チャイルドや家族はもちろん、現地のボランティアにもその気持ちが伝わることで、彼らの苦労もきつと報われることでしょう。それがプラン・スポンサーシップにかかわる職員全員の喜びでもあります。

チャイルドの「1年の歩み」ができるまで

STEP1

現地で作成されたデータをダウンロード

個人情報なので、アクセスできるのは限られた人のみ

STEP2

名前や写真に間違いがないかチェック

不備がある場合は、
現地事務所に問い合わせ。
ボランティアさんが丁寧に写真を
照合します



STEP3

日本のプランのシステムに登録

毎年「1年の歩み」がお届けできていることを確認します

STEP4

支援者のみなさまへ郵送

地域の「1年の歩み」とあわせて
発送します

完成!



『『RUN×HOPE』特別対談 増田明美さん×角田光代さん』を開催

イベント



過去の視察を振り返りながらの対談

2025年8月22日、東京マラソンチャリティでプラン・インターナショナルのアンバサダーを務める増田明美さんと、作家でプランの支援者でもある角田光代さんを迎え、「RUN×HOPE」をテーマに対談するイベントを開催。40人以上の方が参加しました。

対談では、プランを通じて継続的に活動地を視察しているお二人が、現地での写真を振り返りながら語り合いました。増田さんが「最初は無表情だった子どもたちが、走り始めた途端みんな笑顔になる」と話すと、角田さんも写真を見比べて「本当にその通り!」と納得。また、ロヒンギャ難民キャンプを視察した角田さ

んは、プランが運営する識字教室に参加する若者が「以前は1日中やることがなかったけど、今はやることがある」と話すのを聞いて、読み書きができなければ未来を考えることも難しいとし、難民キャンプにおける教育の重要性を訴えました。

質疑応答では、「チャイルドから『夢は兵士になること』という手紙がきたが、どう返事をすべきか」という質問に対し、角田さんは「戦時中の日本の教育を考えると回答は難しい。ほかにもいろいろな仕事があるよ、と伝えてみては」と回答するなど、参加者との距離も近く、和やかなイベントとなりました。



終始和やかな雰囲気イベント

ナイジェリアの ユースが TICAD9に登壇

アドボカシー



壇上で堂々とスピーチするファティマさん

外務省主催の第9回アフリカ開発会議(TICAD9)において、プランは2025年8月20日、公式テーマ別イベント「危機状況下における教育支援とジェンダー平等」を開催しました。このイベントは、紛争や災害が頻発する世界において「どのような状況下でも子どもや若者の教育は継続されるべきである」ことを伝えるために企画され、ナイジェリアからプラン・ユースのファティマさんが登壇。紛争の影響で、何度も移住と教育の中断を余儀

なされた彼女は、プランなどの支援団体の協力によって復学し、現在は中学生として学校に通っています。イベントに参加した約150名を前に、自身が経験した困難を語り、「日本の政府と人々、そしてすべての支援者の方々に感謝します。あなたの支援は私を学校に戻すだけでなく、再び夢を見る機会を与えてくれました。私の夢は教師になることです。そして私と同じように不安定な状況にいる女の子たちを支援したいと思っています」とスピーチしました。

プランを「広める活動」にご協力お願いします

2025年7月より、新たな広告キャンペーンをスタートしています。こちらのポスターの掲示や、プランの活動を紹介するチラシ等を設置いただける企業、学校、団体を募集しています。

到着希望日の2週間前までにご希望の種類と枚数、送付先(住所、電話番号、担当者名)をメールでご連絡ください。

Mail: library@plan-international.jp
種類や詳細は、QRコードよりウェブサイトをご覧ください。

詳細はこちら



ポスター

プラン支援者の会からイベント開催のお知らせ

🌐ウェブサイト 📘フェイスブック

上記アイコンのある会については、下のQRコードをご確認ください。

■支援者の会に関するお問い合わせ先：
プラン・インターナショナル支援者の会担当
Mail: P-kai@plan-international.jp



プラン支援者の会については
こちら

プラン群馬の会

国際交流の集い 出展

- 日時：10月12日(日) 11時～15時
- 会場：ピエント高崎 高崎市問屋町2-7
- 内容：世界の人々との交流を通じて国際理解を深めるための「国際交流の集い」にブース出展。水汲み体験や国旗の缶バッジ作り、プランの活動の告知をします。

- 参加費：無料
- 連絡先：星野 branca.hoshino@gmail.com

※当日ボランティアで参加してくださる方を大募集！
詳細は、上のQRコードから「開催スケジュール」をご確認ください。

プラン多摩の会

職員出張報告会

- 日時：10月18日(土) 14時半～16時半(受付14時より)
- 会場：立川市子ども未来センター 201会議室
- 内容：プラン職員報告会。国際ガールズ・デーに関する報告や、ロヒンギャ難民キャンプにおける東京マラソン寄付金の使途の報告など(予定)

- 参加費：無料
- 事前申し込み：不要

あなたも
参加しませんか？

プラン・奈良の会

外国料理教室

- 日時：11月9日(日) ※予定
- 会場：生駒市たけまるホール 調理室
生駒市北新町9番28号
- 内容：フィリピン料理をみんなで作りながら、支援者同士の交流を深めましょう(予定)

- 参加費：未定
- 事前申し込み：要
- 連絡先：富山 j-tomy@kcn.ne.jp

※詳細は、左のQRコードから「開催スケジュール」をご確認ください。

プラン名古屋の会

チャイルド訪問報告会

- 日時：11月15日(土) 13時～15時
- 場所：ソレイユプラザなごや12F研修室
名古屋市中区栄1-23-13
- 内容：フィリピンのチャイルドを訪問をした支援者の方々の報告会とフリーディスカッション

- 参加費：500円
- 申し込み：要 なるべく事前にご連絡ください(当日参加もちろん歓迎)
- 連絡先：久世 plan.nagoya.party@gmail.com
電話：080-6952-3170

PLANサポーターズ(札幌)

北海道国際協力フェスタ ブース出展

- 日時：12月6日(土) 10時～16時(予定)
- 場所：北海道クリスチャンセンター 札幌市北区北7条西6丁目(北向き)
- 内容：毎年恒例のイベントが今年は会場をかえて開催されます。ブース出展のほか、今年も実行委員として全体の企画・運営に携わります。

- 参加費：無料
- 連絡先：松澤 namaskar@jcom.home.ne.jp

※ブース運営やイベント広報など様々なボランティアを募集中。お問合せはお気軽に。

領収証明書をお送りします

確定申告にむけ、
2026年1月下旬にお届けします

皆さまの寄付金は、「所得控除」または「税額控除」のいずれか有利な方法を選択し、確定申告することにより、一部税金の控除を受けることができます。最大約4割が還付されますので、ぜひこの機会にご活用ください。

※プラン・インターナショナルへのご寄付は、年末調整で寄付金控除を受けることができません。2026年2月16日(月)から開始される確定申告でお手続きください。

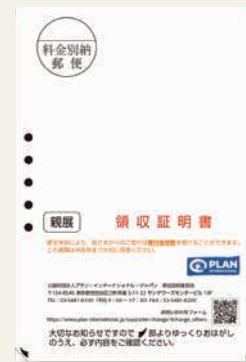
住所や名前が変わっていたら、
早めのご連絡を！

ウェブサイトの問合せフォームおよび電話(03-5481-6100)にて、ご変更内容をお知らせください。2025年12月25

日(木)までのご連絡分は、1月下旬発送の領収証明書に反映させていただきます。

クレジットカード、コンビニ送金の
受領日について、ご注意ください

領収証明書には、プランの受領日が1月1日から12月31日までのご寄付を記載いたします。クレジットカード、コンビニ決済/振込によるご寄付の受領日は、決済日/振込日ではなくカード会社・決済代行会社からプランに入金された日付となります。このため、11月下旬以降のクレジットカード、コンビニでのご寄付は、2025年の領収証明書に含まれず翌年2026年の領収証明書に含まれることがあります。



ハガキにてお届け。申告時まで大切に保管してください(画像はイメージ)

問合せフォームは
こちら



イトーヨーカドー・ヨーク全店での募金10年目

株式会社イトーヨーカ堂は、2025年9月1日(月)から3カ月間、全国のイトーヨーカドー・ヨーク店舗で「地域主導型の小学校給食(カンボジア)」のための募金を実施しています。プランを通じた海外の子ども支援は今年で10年目を迎えました。カンボジアの農村部では、貧困のため空腹で授業に集中できず、学校を中途退

学する子どもが多くいます。プランは学習効率を高めるため、学校に給食を導入する活動を行っています。集められた募金は、調理室や菜園の導入校を広げ、給食が継続されるための支援にあてられます。店頭にお立ち寄りの際はぜひご協力をお願いいたします。またセブンマイルプログラムWEB募金も行っています。



店内ポスター

SRHR for JAPAN #一億人のためのSRHRキャンペーン開始のお知らせ

プランは、2025年7月30日(水)より、日本における命と心を守る教育の推進を目指し、他団体、専門家、企業、行政などと連携した「SRHR for JAPAN #一億人のためのSRHR」キャンペーンを開始しました。

現在の日本では、性や身体、心に関する知識や理解が十分に広がっておらず、

性暴力や望まない妊娠、性的同意に対する理解不足など深刻な課題があります。被害を受けた人が声を上げにくい環境や、互いの違いや選択を尊重する文化の未成熟さも大きな問題です。

プランは今後3年8カ月にわたり、次のステートメントを掲げ活動します。

SRHR for JAPAN
#一億人のためのSRHR

ウェブサイトは
こちら



未来が選べる。
その“あたりまえ”をすべての人に。
たとえば、いつ・どこで・誰を好きになるか。
どんな働き方をしたいか、どんな家族や関係を築きたいか、
そして、どんなふうに生きていきたいか――。

自分の心や身体、大切な人との関係、
そして一人ひとりの権利について学び、語り合い、
互いの違いや選択を尊重し合うこと。
すべての人が自分の人生を自分で選び取れる
社会をめざします。

※本事業は、シャネル財団の助成を受けて実施されます。



あなたのひとこと、 お待ちしております！

「プランのひろば」をご存じですか？

プラン・インターナショナルのウェブサイトには、支援者の方が「ひとこと」を投稿できるページがあります。

「プランのひろば」は、支援者の皆さんが投稿・共有できるコミュニティです。

あなたの思いが、多くの人に響き、共感を広げていきます。

ほかの支援者の方が、どんな気持ちを投稿していらっしゃるか、ちょっとのぞいてみませんか？

前回のテーマは、[支援って「〇〇」だと思う]でした。投稿の一部をご紹介します。



支援って「変革」だと思う

自分が支援することで、困っている人の人生を変えることができるから！人の人生、将来を変えるってすごいことだと思います。

(ニックネーム ゆきな)



支援って「生きがい」だと思う

人生生きていけば色々なことがあるけれど、どんな状態であっても自分は誰かのためにになっているという貢献感を持てることは、自分にとってとても大きなことだから。

(ニックネーム みゆん)



支援って「希望」だと思う

性差別なく、健やかに、本人の意思で、成長する力を信じています。少しでも応援できますように。

(ニックネーム はな)

募集中

現在募集中のテーマ

あなたが描く未来プラン「世界の子どもたちが〇〇できる未来」

子どもたちにとって、どんな未来が実現できたら理想でしょうか。

ぜひ、「プランのひろば」でシェアしてください。

あなたの投稿が支援の輪をさらに広げ、子どもたちの未来を明るくする力になります。



投稿はこちら

プランのSNSをフォローしてください

各国でのプランの活動や子どもたちの様子、事務局の日々のあれこれを発信中！



※「国際NGOプラン・インターナショナル」で検索してください。



表紙写真ストーリー

2025年8月、ナイジェリアから来日したファティマさんは、日本のプラン・ユースなど約15名と交流しました。ユースが事前に作成したクイズでお互いの国を学んだり、ナイジェリアの学校についてファティマさんに質問するなどしました。TICADでは緊張した様子のファティマさんでしたが、ユースとの交流に笑顔がこぼれました。最後は、全員で折り鶴を折ってファティマさんにプレゼントしました。

ご意見、ご感想をお寄せください



プラン・ニュース130号
アンケート

PLAN NEWS

2025 AUTUMN NO.130

表紙写真：日本

発行：2025年9月

公益財団法人プラン・インターナショナル・ジャパン

〒154-8545 東京都世田谷区三軒茶屋2-11-22 サンタワーズセンタービル10F

TEL：03-5481-6100 FAX：03-5481-6200

www.plan-international.jp

※ご連絡はウェブサイトの「お問い合わせ」フォームよりお願いいたします。



Until we are all equal