

小さな国の大きな人々 —ミクロネシア連邦の肥満問題と食生活習慣改善

新潟医療福祉大学大学院 医療福祉学研究科 関千鶴, 宇津木隆, 小林容子, 村山健一郎, 森脇健介, 古西勇, 村山伸子 (新潟県立大学), 瀧口徹

【背景】

青年海外協力隊 (JICA) 経験者として、今後国際保健舞台で活躍していける人材を目指すうえで、保健・健康問題を客観的に分析し最も現実的・効果的であると考えられるプロジェクトを計画する考え方を学ぶため、本学の国際保健医療福祉演習Ⅱの授業の中で、赴任国の健康・疾病の変化を過去の保健データを基に客観的視点で問題を抽出し、自身の経験を生かした改善策を検討した。

【方法】

赴任国ミクロネシア連邦政府及び国際保健機関 (WHO) などから、保健・健康に関する長期間の時系列データを集め疾病の変化を調査・分析した。参考文献および自身の経験をもとに改善が最も必要な疾病を抽出し、問題解決・改善のために実現可能・効果的なプロジェクト案を検討した。

【結果】

表 1. Mean Body Mass Index 年次推移

年	男性	女性
1980	24.4	25.7
1984	24.9	26.5
1988	25.5	27.4
1992	26.1	28.3
1996	26.7	29.1
2000	27.2	29.9
2004	27.7	30.6
2008	28.1	31.3

ミクロネシア連邦では諸外国の影響を受けた近代化と発展に伴った食生活 (脂肪分が多い不健康な輸入食品中心の食生活) と生活習慣 (運動量の低下) の変化等によって、肥満者 (BMI を指標として) は増加する一方¹⁾ である。WHO²⁾ は 2008 年の時点で過体重 (BMI \geq 25) の成人男性は 67.9%、女性は 82.5%、また肥満 : obesity (BMI \geq 30) の成人男性は 28.1%、女性は 53.2% であると推定している。肥満と関連のある病気として心臓病、脳卒中、糖尿病等が挙げられるが、これら非感染性疾患 : NCD により世界で毎年 36 万人が命を落としている。その中の約 80% (29 万人) は低所得国、低中所得国に住む人々であり、ミクロネシア連邦は経済協力開発機構開発援助委員会 (OECD-DAC) によって後発開発途上国で低中所得国と位置づけられている。NCD は WHO²⁾ 等により世界的な健康問題として捉えられている。ミクロネシア連邦も糖尿病患者の入院率を 2015 年までに 10% 下げ目標³⁾ を掲げているが NCD で命を落とす人は増加傾向にあり、WHO は同国の 2011 年の時点での死因が約 67% の NCD であると推定²⁾ している。また 25 歳から 64 歳の生産年齢にある世代が死亡者数の約 42% を占め、そのうち NCD である冠動脈性心疾患が死亡原因の 1 位になっていることから NCD は同国民の生活基盤を脅かす大きな健康問題であることが示されている。

性別に年齢区分と肥満者率の増減傾向 (Cochran-Armitage 傾向検定) を見ると、男女とも青年期から壮年期にかけて肥満率が有意に上昇している。この結果から、この時期の肥満対策が特に重要であると考えられる。この時期に過体重・肥満である者は、長期間に渡って肥満による健康障害を受けることになる。小児期・青年期の過体重・肥満の主要原因はエネルギー摂取の増加と運動不足によるものであると推測されるので、肥満対策として、運動量の増加と植物由来の食品、野菜や果物の摂取量増加によるエネルギー摂取と消費のバランス調整を行うべきである。根本的な予防として、普通体重者の体重を維持し、過体重者が肥満になるのを防ぎ、更に小児肥満者の健康障害の減少及び普通体重への移行を目指す肥満対策を効果的に行うため「学校を中心とした伝統現地食の地産地消」プロジェクトを開始した。学校を中心としてプロジェクトを行うことで高リスク者 (肥満者) へのスクリーニングと保健指導 (high-risk strategy) のみならず Population Base での介入 (population strategy) が可能で相乗効果が期待できると考える。また、本法は学校、児童、保護者間で意義を共有できコミュニティーを巻き込んで持続可能性を高める可能性が期待される。

【考察】

プロジェクト実施においては、ミクロネシア連邦の政府機関 (公衆衛生省、教育省、農業省など) をはじめ、地元 NGO 及び資金・技術提供者 (JICA など) として児童・保護者の協力が重要になってくる。協力者にプロジェクトの必要性を認識してもらうためにも今回収集し分析した結果は役に立つと考える。

【結論】

ミクロネシア国民の生活基盤を脅かす NCD 問題の中心に深刻な国民的肥満増加問題がある。本現象は社会的、公衆衛生的に多要因であり解決には多くの研究と行政的、公衆衛生的対策が必要であるが、著者らは学校を中心とした伝統現地食の地産地消による改善の試みを開始した。本法を普及・定着させるためには国・世界レベルの多くの関係機関・関係者の協力を得ることが重要である。そのために本法に対する今後疫学的評価とそれに基づいた PDCA サイクルを確立することが必要と考えられた。

【文献】

- 1) Cassels, S. (2006). Overweight in the Pacific: links between foreign dependence, global food trade, and obesity in the Federated States of Micronesia. *Globalization and Health*, 2(1), 10.
- 2). (March 2013). WHO Obesity and Overweight. In WHO World Health Organization. Retrieved July 27, 2013, from <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>.
- 3) <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs355/en/>
- 7) Federated States of Micronesia, Department of Health and Social Affairs. (2012). Fourteen Health Indicators. Retrieved from <http://www.sboc.fm/index.php>