

ミクロネシア連邦「『減量・肥満予防プログラム』導入事業」

2017年10月～2021年8月



授業の合間に運動習慣

背景/課題

ミクロネシアでは、「肥満の増加」という大きな健康問題が直撃している。高い肥満率の背景には、食習慣の変化が第一に指摘されており、これまで様々な取り組みが行われてきたが、肥満人口の増加を抑制するには至っていない。

目的

- 児童、保護者、その他の地域住民を巻き込んだ健康増進および肥満問題の解決を図る。

活動内容

- 小学校区単位で児童・保護者、その他の地域住民も巻き込んだ肥満によるリスクや食事改善に関する理解を促進する活動を実施
- 特別な施設や器具を必要としない運動方法を指導

成果

- 「肥満の健康リスク親子教室」を開催したことで、教室参加者は肥満が健康にどんな影響を及ぼすのかを正しく認識した。
- 「減量・肥満予防のための食事指導」により、減量を考える人が食事の改善など、食に関して適切な行動をとれるようになった。
- 現地の事情を考慮しながら、特別な施設や器具を必要としない運動方法を指導したことで、ミクロネシアの人々が文化的に受け入れることができ、かつ各自の無理のない取り組みにより、健康増進が図れるようになった。