

## 「低栄養」と「過栄養」 複雑化する栄養の問題

私たち日本人は子どものころから、家庭や学校で主食・主菜・副菜のバランスのいい食事をするように教えられ、日々当たり前のように栄養に気をつける習慣を身につけてきた。

しかし世界に目を向けてみると、飢餓に対しては長年多くの取り組みがなされてきたものの、栄養のバランスについて注目され始めたのはここ10年あまりとまだ歴史が浅い。

その契機となったのが、2008年にイギリスの医学誌「ランセット」の「母子低栄養特集」だ。この記事で、胎児期280日+生後2年間の「人生最初の1000日間」の栄養不良が、子どもの身体的・知的発達に遅れを引き起こすと報告された。この時期に十分な栄養がとれないと脳の発達や、さらにはその後の就学や労働にも影響が出るなどとして、結果的に国家経済の発展にもブレーキをかけるおそれもあると指摘された。

さらに13年の同誌の「母子栄養特集」では、低栄養と過栄養という両面の課題が存在しており、その2つの課題が重なる「二重の負荷」と呼ばれる問題が示されている。

低栄養とは、栄養不足で体重や身長が年齢の標準値に満たない状態、あるいは微量栄養素の欠乏などを指す。過栄養は、食物の過剰摂取によって肥満や生活習慣病を引き起こす状態だ。

JICA国際協力専門員の野村真利香さんは「これまで低栄養は途上国、過栄養は先進国で多く見られました。しかし最近は一とつの国の中で都市部では過栄養が、地方では低栄養が見られたり、世帯の中でお母さんが痩せているのに子どもは肥満になったりといった状況も発生しています。またひとりの人生の中でも、母の栄養不足から低体重で生まれた子どもが、そのために太りやすい体質になり生活習慣病にかかるなど、栄養不良の二重の負荷はさまざまなかたちで表れています」と問題の複雑化を指摘する。

## 「栄養サミット」東京で開催 日本の好事例をアピール

これら栄養不良の改善のために国際社会も動き出している。12年のWHO（世界保健機関）総会では「5歳未満の子どもの発育阻害の割合を40パーセント減らす」など、6項目からなる25年までに達成すべき「国際栄養目標」を採択した。

「さらにSDGs（持続可能な開発目標）では、30年までに『あらゆる形態の栄養不良の終焉』を目指すことが明記されており、チャレンジングな目標に挑む国際社会の決意が示されています」と野村さんは話す。

20年に東京で開催される栄養サミット（34ページ参照）では、国際栄養目標の達成に向けた取り組みの中間評価が行われ、さらに日本が取り組んできた栄養政策の歩みもアピールされると

## 特集 栄養改善

# 食の不均衡に、 みんなで挑む

世界では多くの人々が栄養状態になにかしらの問題を抱えている。その背景には、経済状況や慣習、住環境などさまざまな要因があり、解決には多角的なアプローチが必要だ。JICAは分野の垣根を超えた“マルチセクトラル”な協力によって、人々の健康向上に取り組んでいる。

文●光石達哉

いう。

「日本は終戦直後に米国から技術支援を受けて国民健康栄養調査を行い、現在まで続いています。また栄養士を育成し、学校給食や食育を行ってきました。その結果、先進国の中でも長寿で肥満も少ない国になっています。こうした日本の経験は、途上国の栄養問題を考えるうえで大いに役立つはず」と野村さんは話す。

## マルチセクトラル 分野の垣根を超えて

栄養改善では、多くの分野が垣根を超えて協力し合うマルチセクトラルな働きかけが行われている。

「背景が複雑な栄養の課題には、ひとつのことだけ取り組んでも大きな成果は望めません。食物は、生産から口に入り、適切に消化・吸収されるまでさまざまな人やプロセスが関係するため、多様な分野の効果的な連携が必要となります」と野村さんは訴える。

たとえば農業分野では、農産物の生産を増やして十分な食料を手に入れるようにする取り組みが行われている。

衛生分野では、野外排泄の撲滅が課題のひとつ。乳幼児が汚染された水や食べ物を摂取して下痢症にかかることを起こしたり、食欲が減退して栄養

不良へとおちいっていくため、トイレの利用を促す取り組みも重要だ。

母子保健の分野では、特に重要な「人生最初の1000日間」に対して、母子手帳を通じた栄養教育や、栄養食の普及などの取り組みが行われている。栄養が改善されれば子どもの健康状態がよくなり、感染症の予防にもつながる。

このほかにも水資源、教育、コミュニティ開発など、栄養の課題には、さまざまなアプローチがなされている。

こうした取り組みを実践するためには、JICAだけでなく民間、大学、NGO、ボランティアとの連携も重要だ。JICAは16年に設立された「栄養改善事業推進プラットフォーム」に運営委員会の共同議長として参加。民間企業のアイデアを具体化するための支援を行っている。野村さんは「例えば工場労働者向けに栄養のある職場給食を提供して福祉や労働生産性向上を図っている取り組みなどは、JICAが介入することが難しい途上国の民間企業にアプローチしており、連携には大きな意義があります」と説明する。

国際栄養目標を25年の期限までに達成するためには、さまざまな分野の関係機関が手を携えて取り組みを拡大し、支援を受ける人々の主体的な関わりも必要になる。栄養改善は、みんなで挑む課題なのだ。



カーナ第二の都市クマシ郊外にて。JICA栄養専門家の櫻井杏子さん（右から2人目）と、母子手帳を活用した栄養カウンセリングサービス強化研修参加者および、講師のみなさん（p.08）。