

ネパールの都市部の子どもの食習慣 ブハワナ・ウパデヒアユ（ネパール）

数カ月前、私は親友に誘われ、新しくネパールにオープンしたピザ屋で夕食をとりました。親友には 8 歳になるひとり息子がいるのですが、この男の子の大食ぶりに私は本当に驚きました。親友が食べる量を抑えるように何度も注意したにもかかわらず、その男の子はミディアムサイズの厚い生地のチキンピザを 1 枚、しかもチーズトッピングをプラスしたものをペロリとたいらげ、ラージサイズのペプシをごくごく飲んだのです。さらに、デザートとしてアイスクリームを 2 つも食べました。これを見た私の親友はとてもバツが悪そうにしていますが、私の親友がこの男の子に教えてしまった食習慣を、私は本当に信じられない思いで見っていました。

■肥満化する子どもたち

1980 年から 2008 年までの 200 カ国以上のデータを用いたある調査結果によると、あらゆる地域の国々で肥満の増加が着実に広まっていることがわかりました。国家の経済レベルにかかわらず、こうした傾向は各国で見られます。現在、ネパールでは都市化が進み、これに伴いライフスタイルにも変化が見られます。外で遊ぶ子どもたちの姿が都市部から急速に消えつつあり、その代わりに、テレビの前に何時間も座ってカウチポテトを決め込む子どもや、椅子にお尻がへばりついたようにコンピューターの前で何時間も過ごす子どもが増えているのです。こうした子どもたちの間では、繊維、たんぱく質、炭水化物が豊富な普通の食事ではなく、脂肪と糖分の多い出来合いの食事をとる機会が徐々に増えつつあるのです。

■インスタント食品の普及

研究によると、インスタントの出来合いの食事という概念が広まったことで、糖分、脂肪、塩分、強化剤などの体に悪い添加物がたくさん入った加工食品が広まるようになりました。規制や施行のメカニズムがまだ貧弱なネパールのような国々では、安い商品を販売するというマーケティング戦略が一般的であり、こうした戦略が有効であることが証明されています。最も肥満になりやすいのは子どもなのですが、この戦略は特に子どもに有効なのです。

例えば、あるインスタントヌードルは、「ビタミンなどの栄養が豊富」として広告で売り出すことに成功し、学校に通う子どもたちがお昼に食べています。最近、政府は学校でジャンクフードを食べることを禁止する決定を出しており、こうした決定は高い支持を得ています。学校のカリキュラムとして実施される、栄養の摂取、身体の運動、肥満予防といったプログラムは、肥満の予防策を補う緊急措置になるかもしれません。衛生プロジェクトを推進する際、ほとんどの開発組織が現在、「コミュニティ主導型総合衛生（CLTS）」や「学校主導型総合衛生（SLTS）」などのアプローチに従っており、肥満に関連した介入を実施する際にも、これらのアプローチと歩調をあわせることは簡単でしょう。

■政府の対応

好ましくない食習慣から人びとを守る上で、政府には果たすべき重要な役割があります。2011年の国勢調査では、ネパール政府は身体の運動や食事摂取に関する項目を外し、これらの項目に関するデータ収集のチャンスが奪われました。このことから明らかなように、政府にはビジョンがないのです。

■食生活の見直しが健康への第一歩

ネパールにとってもう1つの脅威は、対応すべき重要な問題として、非伝染性の各種の疾病があまり重視されていないことです。ネパールの衛生政策では感染症が重視されています。というのも、子どもが亡くなる最大の原因が感染症だからです。ある研究によると、特に幼少期の食習慣は、その後の摂食行動や身体の運動により改めることも可能であり、改善に向けた余地はまだ残されています。私たちや子どもたちが健康でいられるように、責任ある人びとには大きな課題が課せられています。