

厚生労働科学研究費補助金（地球規模保健課題推進研究事業）

分担研究報告書

**東アジア、オセアニアにおける生活習慣病対策推進のための学際的研究  
—パラオ調査準備および社会学調査実施—**

研究分担者 三田 貴 大阪大学未来戦略機構第一部門特任講師

**研究要旨**

パラオ共和国における生活習慣病の要因を探るために、パラオリソース研究所の協力を得て、現代パラオ人の健康に関する行動と意識について社会学的調査を実施した。調査地はコロール州およびアルコロン州で、一般住民およびキーインフォーマントを対象とした聞き取り調査を実施した結果、パラオでは、タバコやアルコールなどの嗜好品や脂質や糖分が多い食事が好まれる場合が多いこと、身体的動作が伴う活動の機会が大きく減少していること、コミュニティの結束力が弱まっているといった認識を人々が持っていることなどが明らかになった。現代パラオでは、人々は生活習慣病の発生や増加に貢献しうる重層的な要因に囲まれている状態が示された。また、この調査から、生活習慣病対策には、家庭や学校での健康な食事の実践を担保するための法や制度の整備の必要性だけでなく、国や地方のリーダー層への啓発活動の必要性や、当事者同士が小規模なピアグループを形成して生活習慣の改善のためにコミュニティ成員が協働して取り組むことの必要性が示された。

## A . 研究目的

急速にライフスタイルが変化しているパラオにおいて平成 24 年度の社会学的調査の実施および平成 25 年度以降の疫学調査の実施にむけてパラオ側関係者と協議し現地社会の状況と文脈に合うように調査の準備を行う。また、社会学的調査により、パラオの人々のライフスタイルとその社会的背景を明らかにすること、生活習慣病の社会的な要因を明らかにすること、それらを特定することによりパラオの社会構造上の制約と可能性を考慮したうえで生活習慣病予防対策を検討するための議論に役立てることである。

## B . 研究方法

### 1. 疫学調査および社会学的調査準備

平成 24 年 4 月から 6 月にかけて文献および訪問前にパラオ在住者からの聞き取りにより予備的調査を行うとともに、現地関係者と調査の方法について協議を行った。

平成 24 年 9 月 7 日 - 10 日および 11 月 10 日 - 19 日にパラオを訪問し、現地関係者(保健省、在パラオ日本国大使館、JICA パラオ支部、大統領府、社会文化省芸術文化局、パラオコミュニティカレッジ、パラオリソース研究所)と協議するとともに、コロール州(ゴスペル幼稚園・パラオコミュニティカレッジ、高齢者センターにおける食生活・生活習慣調査)・アルコロン州(保健センター訪問)・ガラルド州(一般家庭における伝統料理調査)・ペリリュー州(保健センター訪問)を訪問し、調査候補地の選定とライフスタイルに関する調査を実施した。

### 2. 社会学的調査の過程

平成 24 年 4 月から 6 月にかけて文献および訪問前にパラオ在住者からの聞き取りにより予備的調査を行った上で、平成 24 年 9 月および 11 月にパラオを訪問し、パラオ保健省、パラオリソース研究所、パラオコミュニティカレッジの関係者・協力者と社会学的調査の手続きと内容について協議した。

社会学的調査は、平成 24 年 12 月から平成 25 年 2 月にかけてインタビュー調査をパラ

オにて実施する計画であったが、平成 24 年 12 月上旬の台風 24 号のパラオ襲来により、計画の実施が困難となったため当該調査経費を翌年度に繰り越した。

平成 25 年 4 月から 6 月の間に現地で調査の実施に協力していただくパラオリソース研究所と調査実施のための再調整のための協議を行い、平成 25 年 8 月から 9 月に社会学的調査を実施した。

### 3. 社会学的調査 調査方法

台風により繰り越した平成 24 年度予算を用いて、平成 25 年 7 月 31 日から 8 月 3 日までパラオ共和国を訪問し、パラオリソース研究所およびパラオ共和保健省公衆衛生課との社会学的調査開始前の最終確認を行うとともに、調査員に対して調査方法について訓練し調査実施体制を整えた。

平成 25 年 8 月から 10 月にかけて、パラオリソース研究所の研究員によって社会学的調査を実施した。

本調査の目的は、パラオの人々のライフスタイルとその社会的背景を明らかにすること、生活習慣病の社会的な要因を明らかにすること、それらを特定することによりパラオの社会構造上の制約と可能性を考慮したうえで生活習慣病予防対策を検討するための議論に役立てることである。

本調査は質的調査で、グループインタビュー(8 回)とキーインフォーマントインタビュー(8 名の学識経験者・社会的リーダー)から構成されている。本調査のインフォーマント総数が限られているため、できるだけパラオ社会の中の多様性を反映できるようにインフォーマントの選定を行った。調査実施地はコロール(都市部)とアルコロン(地方部)の 2 箇所にて定めた上で、コロールとアルコロンでそれぞれ 4 つのグループ(18 - 30 歳、31 - 45 歳、46 - 60 歳、61 歳以上)に分けた。

各グループのインフォーマント数は最大 5 名までとした。インフォーマントは、それぞれの調査地の中で大きな地域的偏りがないようにすることと、職業に多様性を持たせることに配慮して選定した。また特定の教会の信者に偏らないように配慮した。

パラオは人口が 2 万人という小さな国であり、調査予定地のコミュニティも小規模の

ものであり多くは知り合い同士である。そのため余所者（外国人を含む部外者）に対して真意を語ってくれない可能性があることから、本社会学的調査では外国人研究者が調査者として前面に出るのではなく、地元で信頼された NGO（パラオリソース研究所）がインフォーマントに調査協力要請と説明を行うとともに、パラオ語によりインタビュー及びグループ・セッションを行うことにより、インフォーマントに信頼感と安心感を与え、調査結果の精度をより高めることを目指した。

調査時には、パラオ共和国社会文化省芸術文化局が定める調査参加同意書を用い、調査実施後にインフォーマントには謝礼を渡した。

キーインフォーマントインタビューまたはグループ・セッションによって聞き取った内容（質問項目）は次の5項目であった。1) あなたの健康によいと思うことであなたが実践していることは何か、2) あなたの健康に悪いと思うことであなたが行っていることは何か、3) 健康に貢献することでどのようなパラオの伝統的知識と実践を知っているか、4) パラオ人の健康状態に貢献するあるいは影響を与えると考えられる家族生活に関する実践・コミュニティの生活における実践にはどのようなものがあるか、5) 生活習慣病を減らすことに貢献しうるアイデアや方法は何か。

#### （倫理面の配慮）

平成 24 年度内に実施した調査は、社会学的調査の準備のための予備的な観察と一般住民の生活の様子を通常の会話の中から聞き取るものであり、調査票を用いた調査ではなく、プライバシーに関わる項目は含まれていないことから、パラオ政府の倫理審査を要件とされる調査ではなかった。

繰越となった社会学的調査では、個人の行動や認識について調査するもので、回答にはプライベートな内容が含まれる。そのため、調査結果を公表する際にはインフォーマントの個人名を出さないこととした。平成 24 年 11 月にパラオ共和国社会文化省芸術文化局の倫理審査を経て承認を得ている。本研究には疫学調査（平成 25 年度に実施）が含まれるため、パラオ共和国保健省の倫理審査を受け社会学的調査についても同時に承認を

得ている。インフォーマントのプライバシーを保護するために、社会文科省芸術文化局の倫理審査で定められているとおり、同局の連絡先を記した同意書を調査実施前に配布し、調査に疑問がある場合はインフォーマントが同局に連絡・照会できるように配慮している。

## C . 研究結果

### 1. パラオにおける調査実施準備

平成 24 年 9 月の訪問時に、パラオ保健省職員、パラオリソース研究所（NGO 組織）職員と調査研究計画について協議し、これまで同国内で実施されてきた WHO の STEPS 調査の情報を得た。Johnson Toribiong パラオ共和国大統領に面会し、パラオ共和国における調査研究計画を説明した。在パラオ日本国大使館にて貞岡義幸特命全権大使に、JICA パラオ支所にて臼井太二支所長に本調査研究計画を説明した。パラオ政府と日本政府関係機関（大使館・国際協力実施機関）に調査研究計画を周知することで、調査実施に向けた準備を整えた。

平成 24 年 9 月および 11 月の訪問により、社会学的調査に必要な質問項目をパラオの社会状況の文脈に合致した形で策定するために、パラオの都市部および地方部の人々のライフスタイルおよびパラオの伝統的な食文化と現代の食生活の実情について調査した。具体的には、社会学的調査の実施候補地であるバベルダオブ島北部ガラルド州およびアルコロン州を訪問し、周辺地域での調査の実行可能性を検討するとともに、一般家庭を訪問し、パラオ伝統料理の準備と作り方および伝統農業について調査した。

アルコロン州は北部地域の中核的存在であり、保健センターが設置され、調査の実施拠点になり得る。隣接するガラルド州には複数の宿泊施設があり、アルコロン州は調査実施地としては有力な候補地となりうることを確認した。ペリリュー州では生活事情や医療事情を医師などから聞き取り調査をした。離島である同州では野菜が限定的にしか流通しておらず、生鮮食料品は高価で入手も難しいという状況を把握した。

パラオの伝統料理は、タロ、タピオカ（キ

ヤッサバ)、魚介類を中心としたものであるが、その材料の調達と料理の準備には相当の時間と人手が必要である。現代パラオでは、労働人口の多くが政府や民間部門で雇用される給与所得者となっている。そのため、伝統的農業は高齢の女性と外国人労働者によって賄われている。食生活は、米や輸入された肉類、缶詰を中心としたものとなっていて、高脂質で塩分濃度の高いものを多く摂取する機会が多い。パラオ全体としては自給自足的農業は衰退傾向にあるが、アルコロン州周辺およびペリリュー州においてはタロ栽培地も多く存在し、伝統的ライフスタイルが都市生活に共存する形で伝統的要素が比較的強く残るため、有力な調査候補地であると特定することができた。

しかしながら、ペリリュー州は離島でありアクセスの問題が存在するため、調査対象地として選定することは困難が伴うことも併せて判明した。

パラオコミュニティカレッジを訪問し、政治学の授業(Loyora Darius 講師担当)を受講する大学生と健康とライフスタイルに関して意見交換をした。その結果、彼らは、缶詰製品とパン・ライスなどを日常的に食していて、タロなどの伝統的食材はあまり利用していないことがわかった。

Gospel Kindergarten(私立幼稚園)の訪問では、子どもの生活事情と給食について調査した。給食は都市生活をする多忙な保護者の要望により導入されたもので、コロールにあるレストランが給食の提供を請け負っている。弁当から給食に切り替えたことにより、幼稚園児が食べる食事はバランスのとれたものとなった。

## 2. 社会学的調査の延期の決定

平成24年11月のパラオ訪問時に現地協力者と協議のうえ同年12月から社会学的調査の実施を計画していたが、12月上旬にパラオが台風被害に遭い、社会学的調査を予定通り実施できなくなったため、社会学的調査を平成25年度に延期させる必要が生じた。

24年12月2日から3日にかけて、台風24号(Typhoon Bopha)がパラオ共和国付近を通過し、パラオ全土に大きな影響と被害を与えた(パラオにとって1960年代以降最大規模の台風であった)。人的被害はなかったも

の、家屋の大規模損壊被害が666件に達し、350人が避難所で生活する状況となった。パラオ政府は、国際機関やNGO、民間企業の協力を得て復旧作業にあたっている。社会学的調査の実施予定地であるコロール州およびアルコロン州には、被害地域出身者も多数居住し、特にコロール州は復旧・復興活動の拠点となっている。また、調査員となるNGO職員の中には被災した州の出身者もいる。

このような状況の中、数十年に一度の自然災害からの復旧・復興期の最中に調査を実施することは、被調査地域および対象者、調査員に過度の負担をかけるとともに、調査結果の質が担保できなくなる可能性があることから、現地関係者と協議の上、平成25年4月以降に調査実施時期を延期することが適当であると判断し、社会学的調査のために必要な経費を次年度に繰越した。

## 3. 社会学的調査の結果

調査の結果、生活習慣病あるいはそれに結びつく可能性のある要因について、食事に関すること、身体的運動に関すること、社会・文化の変化との関連について、以下の主要な意見・認識を把握した。

## 4. パラオにおける生活習慣病の要因 - 主に個人の食べ物等に関する事項

以下にインフォーマントの具体的な認識を抜粋して示す。

- 食事に缶詰を多用していること
- 甘いものを多く摂取していること
- 米国統治とともにコンビーフが導入されNCDの問題が始まったこと
- 檳榔樹の実にタバコをはさんで噛むことと、それが常習性を伴うこと
- ソーダ飲料を多く摂取していること
- 脂肪分を大量に含んだ油を多く含んだ食品を好むこと
- 店舗で購入する食品は利便性が高いため日常的に多用すること
- 輸入された食品のほうがパラオで生産された食品より安価であること
- かつては食料をパラオ人が生産していたが現在は購入するようになったこと
- 学校給食はソーセージとご飯などの単純なメニューとなっていること

- コミュニティの集まりには脂肪の多い食事とソーダ飲料が大量に振舞われること
- 伝統儀式に際しての集まりの特別料理を食す機会が多く、そのことで食事の制限が貫けなくなってしまうこと

## 5. パラオにおける生活習慣病の要因 - 運動に関する事項

以下にインフォーマントの具体的な認識を抜粋して示す。

- 農作業は自分たちではせずにバングラデシュ人などの外国人労働者に任せるようになったこと
- キンロウハウシ(日本語の勤労奉仕=コミュニティ内での共同の屋外作業で肉体労働を伴う)の機会がなくなったこと
- 余暇時間は家庭内でゲームをしたりパソコンを使うことが多くなったこと
- 薪を採集することがなくなったこと
- 冷蔵・冷凍庫が普及したため日常的な食料確保をしなくなったこと
- バンプーラフト(竹製のいかだ)と竿を使った移動や漁をしなくなったこと
- 移動手段として自動車が使われるようになったこと
- 水路やマングローブの手入れをコミュニティでしなくなったこと

## 6. パラオにおける生活習慣病の要因 - 社会的・文化的な変化に関する事項

以下にインフォーマントの具体的な認識を抜粋して示す。

- 伝統的な政治リーダーの力が弱まっていること
- コミュニティ内での分業や共同の漁労の機会が失われていること
- 人と人とが直接顔を合わせて会う機会が少なくなっていること
- 親が子供の前で飲酒するようになったこと
- 他人の子を教育したり叱るといったことをしなくなったこと
- アルコール、薬物、タバコの使用にたいしてコミュニティの目が届かなくなったこと
- 食料は自給自足で賄っていたが現在

- は店舗で購入するようになったこと
- 大家族での活動が減り個人単位の活動が占めるようになったこと
- 家族内成員の行動がバラバラになり時間が合わないこと
- 親が子どもに直接接する時間が少なくなっていること
- 食事を家族で顔をあわせてすることが少なくなっていること
- 家族の一体感がなくなっていること
- コミュニティの中に発言力を持つ人物が少なくなり、代わりに金持ちが注目されるようになっていること
- かつては存在した村の中心に皆が集まる場所がなくなり、共同で教育する場もなくなったこと
- かつては大量に(食べきれないほどの)魚を取るとコミュニティ成員に戒められた

## 7. 生活習慣病対策に関する提案に繋がる意見

インフォーマントより、パラオにおける生活習慣病の改善についての多様なアイデアや意見が出された。以下にインフォーマントの具体的な意見を抜粋して示す。

- 缶詰に高率の税をかけること
- 母親たちと父親たちが子供にたいして変化を与える主体であるべきこと
- 食べものにたいして貪欲になってはいけないこと(聖書の教え)
- 適量を食すること
- 家庭や学校で健康な食品を生徒に強制的に与えること。そのために社会的な合意が必要であること
- 女長老と伝統首長の評議会でこの問題を話し合い知恵を出し合うべきこと
- 議会は必要な法整備をすべきこと
- まずは小さな集団からはじめるべきこと
- 食品のラベルの読み方の研修・啓発活動が必要なこと
- 学校では一定の取り組みがあるが親を対象としたものがないので導入すべき
- ラジオトークショーでNCDの問題を取り上げる
- 病院・保健省のスタッフだけでなくコミ

- コミュニティもその活動を支援し連携をとるべきである
- 地元の食べ物を使った料理のレシピを開発する
  - 車などの魅力的な商品を伴った減量コンテストの実施
  - 小さなグループを作り嗜好品などについて達成しようとしていることについて励まし合う
  - 信仰に関すること、精神的なこと、社会的なこと、環境的なことの全てを考慮した対策をするべきこと
  - 今回体験したグループ・セッションを地域内で広げていくべき
  - 個人の問題に留まらず国家の問題でもあるのでリーダー層の啓発もするべき
  - パラオ人自身がパラオ人同士で助け合って解決する力があるはずだ

## 8. 結論

平成 24 年度の短期訪問による調査および平成 25 年度に実施した社会学的調査により、健康と生活習慣病に対するパラオ人が持つ認識の一端が明らかになった。現代パラオ社会では、タバコやアルコールなどの嗜好品や脂質や糖が多い食品が好まれること、自動車の普及や農作業や漁労など機会減少により身体的動作が伴う活動の機会が大きく減少していること、またコミュニティの結束力が弱まっていることが示された。

個人の食べ物との関わりとしては、現在は比較的高価となった地元産の伝統的食品の利用の機会が減り、より安価な輸入食品に頼ることが増えていること、特にアルコール、タバコ、ソーダ類といった嗜好品、缶詰や加工食品といったものが日常的な食事に頻繁に利用されて、また好まれて消費されるようになってきていることが示された。また、量が多く脂肪分が多い食事が伝統儀式で提供されることが多く、その食事を拒みにくいことが示された。

パラオの人々の労働と身体的作業に大きな変化が起きていることも、調査結果で特徴的に示された。かつては漁労や農作業など、自らが手作業で労働し、そのどれもが身体的運動が伴っていたが、現在ではそれらをほとんど実践しなくなっていることが判明した。その理由として、近代化によって道具や技術

が普及するとともに、現金収入が増えたことによって外国人労働者(主にフィリピン人やバングラデシュ人)を農作業や家事労働のために雇用するようになったことが示された。

第二次世界大戦後の米国統治時代以降、伝統的リーダーの弱体化に伴いコミュニティ自体も結束力を弱め、コミュニティ成員や親が自分や他人の子どもに対してかつてのように教育やしつけをすることは難しくなっているという認識も、この調査で示された一つの特徴である。

インフォーマントから、生活習慣病対策に繋がるアイデアを提供してもらったところ、家庭や学校での健康な食事の実践を担保するための法や制度を整備することの必要性、リーダー層への啓発活動の必要性、当事者であるコミュニティ成員が小規模なピアグループを作って生活習慣の改善のために励みあいながら取り組む仕組みづくりの必要性に関する意見が特徴的であった

## 9. 考察

以上の結果から、現代パラオでは、急速な近代化に伴って、食生活の変化や運動の機会の減少、コミュニティの弱体化といった、生活習慣病の発生や増加に貢献しうる重層的な要因に囲まれて生活していることを確認した。

社会学的調査のインフォーマントは、嗜好品を多用することや缶詰をそのまま食事に利用することに対しては、「よくないこと」という認識を持つものの、それに対しどのように対処すればよいか悩んでいることも判明した。このことは、生活習慣病や健康に関する知識の普及という点では、これまでの保健省などの施策が一定程度浸透していることを示唆する一方で、そうした知識が必ずしも行動に結びついていない可能性があることを示している。この点を、疫学調査の結果と合わせて共同研究チームとパラオの関係者とで議論していく必要があるだろう。

生活習慣を改善することに関し、インフォーマント達は個人が一人で取り組むことには限界を感じており、むしろグループを形成して助け合いながら改善に取り組むことを検討していく必要性が示されことの意義は大きい。パラオでは伝統とコミュニティの結束力が強く残っていると考えられており、伝

統的儀式が実践され続けていることはその表れであるが、同時に個人主義的志向も浸透している。個人の社会的関わりが限定的になる中で、生活習慣の改善を個人の行動だけに求めるのではなく、地元でグループを形成してコミュニティの問題として協力し合っていることが、それがパラオ的な問題解決の糸口になり得る可能性を持つ。

伝統首長の役割が縮小し、コミュニティが弱体化しているとすれば、社会の成員を地域社会が効果的に教育することができていないことを意味する。健康に関する情報や知識、実践方法についても次世代に継承されていきづらくなるので、生活習慣病の問題性の認識や対応の方法の普及にも障害となり得る。家庭内やコミュニティにおける生活習慣上の規律を保ちにくくなると、生活習慣病に対する予防のための教育も効果が弱いものにとどまってしまう可能性が高い。同時に、公的な教育機関の持つ役割が益々増大していることから、教育省や各学校と連携を取ることの重要性も非常に高まっていると言える。

生活習慣病対策をきっかけにして、弱体化しつつある現代パラオのコミュニティの結束力を再び活性化させ、パラオの人々が主体的に問題に取り組んで行動していくことができるよう、共同研究チームとパラオ側の関係者が協働していくことが今後必要になってくるだろう。

#### **D . 健康危険情報**

研究代表者による総括研究報告書参照

#### **E . 研究発表**

該当なし

#### **F . 知的財産権の出願・登録状況**

特になし