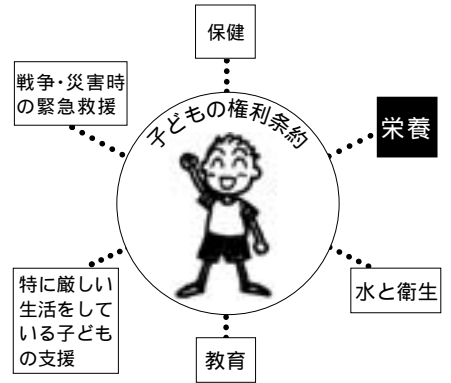


基礎講座

UNICEF

「栄養不良に苦しむ子どもたちに食べ物を送りたいのだけれど……」このような問い合わせがよくあります。はたして、食べ物を送れば子どもの栄養不良は解決するのでしょうか？
今回は栄養事業についてです。



第2回 栄養

? 「飢え」と「栄養不良」のちがい

新聞やテレビなどで、食べるものがなくて骨と皮ばかりになった子どもの姿が報道されることがあります。開発途上国の多くの子どもたちの命を脅かしているのは、食べ物が足りないための「飢え」なのでしょうか？

実際はそうではありません。餓死は途上国の子ども（5歳未満）の死因の3%程度にすぎないのです。それも、戦争や自然災害など緊急事態で食べ物が手に入らなくなったためによるものがほとんどです。餓死の問題は確かに深刻な問題ですが、「飢え」と「栄養不良」とは違う

のです。そして、「栄養不良」の方が「飢え」よりもひっそりと、しかも多くの子どもたちの命を脅かしているのです。

では「栄養不良」とはどのようなものなのでしょうか？「栄養不良」は、食べ物の不足ではなく栄養(素)の不足を意味します。例えば、朝・昼・晩とトウモロコシしか食べなかったら、おなかはいっぱいになっても、たんぱく質が足りなくなります。また、もしお母さんが離乳食に必要な栄養のことを知らなかったら、せっかく子どもにもものを食べさせても、子どもの成長に必要な栄養がとれないことになりま

す。「おなかいっぱい食べさせているのにどうして自分の子どもが栄養不良になるのだろうか？」……栄養の知識がなかったり、栄養がかたよった食事が「栄養不良」の原因になっていることが多いのです。

現在、開発途上国の5歳未満の子ども3人に1人が栄養不良で、子どもの死因の54%に栄養不良が関連しています。「栄養不良」になると、子どもたちは体の抵抗力が落ち、病気にかかりやすくなり、その結果命をなくしてしまうことが多いのです。

栄養不良の子どもたちは、食べ物がなくて飢えて死んでいくわけではないのです。



(注) 数値は、1997年7月に発行された「国々の前進」のデータに基づき、変更しています。

? 栄養不良の原因とユニセフの対策

栄養不良の原因

ユニセフの対策

育児に必要な栄養の知識がなかったり、栄養がかたよった食生活をしていること。	←	栄養指導員を育て、お母さんに子どもの食事についての栄養の知識を広める。
家事や畑仕事が忙しくて、子どもの食事を作る時間が十分とれなかったり、子どもの食事の回数が少なくなってしまうこと。	←	井戸を作って水くみの時間を減らしたり、自動粉引き機を使って粉引きの時間を減らすなど、家事の負担を軽くする。
繰り返しかかる病気やげりやで、栄養の吸収が悪くなったり、栄養が体の外に出てしまったりすること。	←	子どもの病気やげりを防ぐための保健事業（母乳育児、発育観察、予防接種、ORTなど）や給水・衛生事業（井戸やトイレの設置）の充実。
妊産婦に対する保健ケアの不足により低体重児の出生が多いこと。	←	妊産婦に対する定期検診、栄養指導などの保健ケアの充実。
貧しいため食べものが買えないこと。	←	野菜のたね、ひよこ、稚魚などを配り、育て方を教えて自分たちの力で必要な栄養がとれるようにする。同時に余った野菜や家畜を売って収入を得られるようにする。
日常の食生活ではヨードやビタミンAなど特定の栄養素が不足しがちな地域で生活している場合。	←	ヨード添加塩の普及、ビタミンAカプセルの配布。
戦争や自然災害などで食糧が手に入らなくなるこ。	←	緊急の食糧援助。ユニセフは、戦争や自然災害などの緊急事態を除いては、食べ物を送ることはしていません。



© UNICEF/93-1996/Giacomo Pirozzi



© UNICEF/HQ96-0094/Giacomo Pirozzi



© UNICEF/DO194-1233/Giacomo Pirozzi

このようにユニセフの活動は、子どもの成長にはどんな栄養が必要なのか人びとに知ってもらい、必要な栄養を自分たちの力で手に入れられるようにし、栄養不良の原因となる問題を自分たちで解決できるようにしていく、ことを基本にしています。つまり人びとの自立を考えて活動しているのです。