

## 医学班 坂本龍太

### 医療事情からみたラダック・ドムカル

ドムカルで病気になった場合にまずかかるのは、多くの場合、Health Center である。アムチという伝統医にかかる方もいるが Health Center を利用する方が圧倒的に多い、という。ドムカルは川沿いにできた約 200 世帯、人口 1,500 人ほどの地区で、ほとんどの住民が歩いて 10 分以内に Health Center にたどりつく。ただし、上流の地域では標高 3,900m ほどあり、家から Health Center までの道は平坦ではなく、我々は、5 分かけて Health Center に通うだけでもかなり息が切れる。Health Center には Pharmacist (薬剤師) 1 名、Midwife (助産師) 1 名、Nurse-midwife (看護助産師) 1 名の 3 人体制であり、聴診器、血圧計、体温計、クスコ、妊娠反応検査薬などはあるが、心電図、レントゲン、超音波、内視鏡などはなく、体重計は壊れていた。薬剤は、抗生剤、降圧薬、鎮痛剤、気管支拡張剤、鎮静剤、カルシウム剤、ビタミン剤、局所麻酔剤などを有しており、1 年ごとに、車で 1 時間ほどのカルチェという町にある元締めめに申請をし、1 ヶ月ごとに薬剤などが届く。カルチェには Subdistrict Hospital があり、医師が 4 名 (外科助手 2 名、小児科 1 名、内科 1 名) いるが、外科医 2 名は主に、州都レーから時々来る外科医の手術を補助をする役目を担う、という。カルチェの病院に行かず、車で 5 時間程かけて直接レーの Government Hospital に行くことも多い、という。

我々の健診に 79 歳のおじいさんが杖をついて訪れた。10 ヶ月ほど前に転倒して以来、杖なしでは歩くことができず、椅子から立つ時は、腰ほどの高さの L 字杖を両手でしっかり握り、力を込めて立ち上がる。診察上、右脚の転子部の付近に圧痛があり、右大腿骨頸部骨折あるいは転子部骨折を疑った。聞くとおじいさんは、受傷後直接レーの Government Hospital に行き、レントゲン撮影後、骨折があると言われ、手術をせずに約 1 ヶ月後に退院した、という。手術の場合、骨折部位や安定性によって、内固定や人工骨頭置換術などが選択されるが、個々の患者さんに合った screw、

plate、人工骨頭や透視装置などがなければ、レーの整形外科医は手術を選択しづらいだろう。日本でも転位がみられない非転位型骨折の場合に手術を行わない保存療法を行うことがあるが、14~62%に偽関節 (骨がくっつかずに異常可動を示すもの) になるため、全身状態が手術に耐え得る患者さんの場合、手術が奨励されている。このおじいさんの場合も手術を行えば杖なしで歩行できた可能性が十分あったのかもしれない。

この方は若い頃、農業と牧畜をされていた。昔は冬に雪が腰まで積もったが今は足首までだという。奥さまは亡くなられ、今は 3 人の息子さんとそのお嫁さん、そして、6 人のお孫さんと一緒に暮らしている。自分の健康状態には不満があるが、家族関係、友人関係、経済状態にはとても満足しており、幸せだという。今どういう時に幸せを感じますか、という問いに、「お祈りをしている時。」とお答えになり、今までで一番幸せだった出来事は何ですか、という問いには、「妻との結婚。」とのことであった。



ドムカル上流地区にある Health Center



おじいさん、おばあさんの健診現場に遊びにきた子供たち

文化班 平田昌弘  
ラダック移牧民の高地適応

ヒマラヤ山脈やカラコルム山脈といった高地で、人々はどのように生業をおこない、何を食べ、いかに高地適応しているのか。これまで低地の牧畜民を追いかけてきた私にとって、これらの点が高所プロジェクト文化・生態班（ラダック研究グループ、グループリーダー：月原敏博氏）に参加するにあたっての根本的な問題意識であった。チベット系移牧民ラダックの人々を対象に、食生活の栄養学的視座から高地環境への適応戦略を検討するために、2009年3月にラダック地区ドムカル村で予備的調査をおこなったので、ここに結果を報告し、高所適応論の素案を述べてみたい。

表に示した通り、ドムカル・コンマ村のラダック移牧民の食料摂取における最大の特徴は、普段の食においては肉をまったく摂取していないということである。その代わりに、豆を中心とした野菜と乳製品（バターとチーズ）を多用し、穀物類を摂取することにより、必要な大部分の栄養素がまかなわれていた。では、ラダックの人々は、家畜を飼養しながらも、なぜ肉を摂取せずに、野菜、穀物、乳製品に依存して食を成り立たせているのだろうか。ここが問題なのである。

肉を摂取しない理由として、生産効率の優位性が指摘できる。豆や野菜をそのまま摂取した方が、牛肉の16.7倍も利用できる。つまり、家畜の肉1kgを生産・摂取するには野菜が16.7kgも必要であるということである。肉を摂取するよりも野菜を摂取していた方が、



ドムカル村を貫通するU字谷。狭い谷底に農耕地や居住地が展開する。

単位面積当りの人口をより多く扶養することができる。肉を摂取せず、野菜を摂取する利点がある。

では、ラダック移牧民に肉を摂取しないことを強要させた背景は何なのであろうか。それは、限られた生産用土地面積であるということである。ドムカル村はU字谷沿いに下村・中村・上村と展開している。いずれもU字谷の小川沿いの極めて狭い平地に発達した村である。この狭い限られた土地で、住居や家畜小屋を建設し、農地を切り開いている。家畜の放牧には、季節的上下移動して平坦な土地を探し求めて利用している。このような限られた生産可能な土地においてラダックの人々が取った戦略は、肉を食さないということで、野菜と乳製品とを摂取し、より多くの人々と共存しようとしたものと考えられる。逆に、肉を食していたならば、山間部という限られた極狭な土地では、ある一定の人口しか扶養できなかったものとも考えられる。肉を食わない戦略は、彼らの限られた農業・牧畜生産性においては極めて有効な生存戦略であるといえる。彼らは肉という贅沢品を食うという食欲性よりも、より多くの人々と共存せんがために野菜・穀物や乳製品を食うという「謙虚性」で生きているのである。

このように、ラダックの人々が家畜を飼養しながらも、その肉を食さないのは、限られた農業・牧畜生産土地面積において、食材の利用効率を最大限に高めるために、人々と共存せんがために、野菜・穀物と乳製品とを利用する食生活パターンとなった、とまとめることができる。

このラダックの人々の食の「謙虚性」は、食文化に留まらず、彼らの立居振舞、農業生産形態、生活様式、宗教、生活観まで通ずる、いわば彼らの高地適応戦略のコア概念を形成していることが想定される。この高所プロジェクトの活動中に、低地適応と比較検討しながら、高地適応における「謙虚な文明」論を今後展開していきたいと考えている。

	エネルギー kcal (%)	タンパク質 g (%)	脂質 g (%)	炭水化物 g (%)	灰分 g (%)
1日当りの食料総摂取量	2052	54	49	338	12.6
自給量 (自給率%)	473 (24.8)	23 (43.8)	5 (11.8)	86 (27.4)	4.2 (33.3)
購入量 (市場依存率%)	1578 (75.2)	31 (56.2)	43 (88.2)	252 (72.6)	8.4 (66.7)
合計	(100)	(100)	(100)	(100)	(100)
肉の自給量(食料総摂取量への自給寄与率%)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0 (0.0)	0.0 (0.0)
乳製品の自給量(食料総摂取量への自給寄与率%)	20 (1.1)	2 (3.6)	1.2 (2.7)	0.6 (0.2)	0.1 (0.6)
オオムギの自給量(食料総摂取量への自給寄与率%)	258 (14.0)	8 (15.0)	3 (7.1)	49 (16.2)	1.2 (9.7)
豆類の自給量(食料総摂取量への自給寄与率%)	151 (7.9)	11 (21.2)	0.6 (1.4)	25 (7.9)	1.5 (11.7)
乳製品の購入量(乳製品の市場依存率%)	188 (9.2)	3 (5.3)	11 (21.8)	20 (6.1)	0.7 (5.7)
コムギの購入量(コムギの市場依存率%)	656 (30.1)	17 (31.0)	4 (7.2)	131 (36.6)	2 (16.0)
コメの購入量(コメの市場依存率%)	324 (15.5)	6 (10.1)	0.8 (1.7)	70 (20.2)	0.4 (3.0)
豆類の購入量(豆類の市場依存率%)	40 (1.9)	3 (5.5)	0 (0.4)	7 (1.9)	0.4 (3.4)
合計	(79.8)	(91.7)	(42.3)	(89.0)	(50.1)



ラダックの人びとは、高地でどのような物を食べているのだろうか。

■ 統括班 ■ 安藤和雄  
ラオスの村人の「足を知る」幸せ

木々にかこまれた雨季のラオスの村を訪問していました。トヨタ財団アジア隣人ネットワーク・プログラムの助成をうけて、ラオスのラオス国立大学農学部、NGOのPADETCと東南アジア研究所の実践型地域研究推進室が、2008年10月より2年間、共同事業を始めました。事業名は、「農村文化・歴史を重視するアジア農村発展モデルの提唱ーアジアの開発途上国と日本の実践的ネットワーク構築による農村文化再創造活動ー」です。2009年6月15日、国立大学農学部キャンパス近くの二つの村で、村人参加のアクション・リサーチを開始するため、村のリーダーたちとの会合をもちました(写真1)。また6月16日には、農学部にて、地方行政、村、PADETC、農学部の関係者、日本からは安藤、矢嶋、虫明(以上東南アジア研究所実践型地域研究推進室)が一同に介して、プロジェクトのオリエンテーションを兼ねたワークショップを開催しました。

日本では中山間農村の急激な過疎化の進行で、農村コミュニティの維持さえも厳しくなっています。しかし、現在、日本の過疎地域の一部では、「自文化」を再評価し、その延長上に、村の発展を模索することが定着しつつあります。この新しい日本農村の変化を、経済発展が農村開発のすべてであるという考えが根強い、アジアの開発途上国の村人や関係者に伝えたいのです。2009年2~3月にラオスの3名の教員を、亀岡市、南丹市美山町、滋賀県守山市のスタディ・ツアーに招きました。京都府の奥座敷といわれ、過疎化が進行している美山町北集落での民俗資料館の活動がよほど印象に残ったのでしょう。農学部の教員がワークショップでその経験を報告しました。ワークショップ参加者は、皆、美山町北集落のスライドや教員の発表の話に熱心に耳を傾けていました。日本に招待した3名の教員を通じて、私たちの問題意識は、ラオスの関係者に多少伝わったようです。

私は、6月15日に訪れたター・チャンパ村での会合で、以下に記した、村人のコメントを、ワークショップで紹介しました。ター・チャンパ村は、20年ほど前に、村の半数をしめる黒タイ族の人々が他の地域から政府のすすめに応じて移住しひらかれました。新しい村です。村の会合で、私は、日本の状況から、村の自文化を評価することが農村開発にとって大切であることを説き始めました。日本では急激な過疎化で、多く



写真1 ラオスのサイタニ郡ター・チャンパ村でのリーダーたちとの会合(2009年6月15日。安藤撮影)

の村人が都会にでていったことと、全国的にうつ病がはやり、自殺者が3万人を超えていると話す、参加した村人の誰もが不思議そうな顔をしました。60歳はこえたリーダーの一人が「ラオスじゃ、十分な米と、住む家と家畜(牛)がいればそれでいい」、「街(都会)をおっかけ、新しいことばかりに目をうばわれると悩むことも多い」とコメントしてくれました。村には現在でも森が多く残り、炭焼きと陸稲的な堀棒で田に穴をあけ種籾を点播する天水稲作を多く見かけました(写真2)。村の全世帯は88世帯で、40台の織機があると聞きました。機織も盛んです。村では仏教ではなくピー(精霊)が信仰されています。

「足を知る」という実践哲学がここでは生きているのです。地球規模の環境や開発の問題の解決を模索する上で、もっとも基本的な生活態度であり、生き方なのかもしれません。ラオスの村人は穏やかです。大声を出しての言い争いを極力避けると言われています。経済発展をがむしゃらに追い求め、目立つこと、競争し、評価されることばかりに窮々としている都市化した日本社会がどこかに置き忘れてしまった美德です(ラオ語から日本語への通訳は虫明悦生さん)。



写真2 ター・チャンパ村の隣村での掘り棒をつかった播き穴あけ作業。(2009年6月17日。安藤撮影)。

## 例会報告

### 高所プロジェクト第1回定期勉強会レポート

日時: 2009年5月29日 16:30~19:00

場所: 京の山・杉人工房「空」

講師: ツルティム・ケサン氏(大谷大学名誉教授)

奥山直司氏(高野山大学教授)

はじめにツルティム・ケサン氏は、チベット仏教がインド仏教から直接伝わった経緯から、中国を経て伝わった日本の仏教との違いや、本当の仏教を理解する上でのチベット仏教の重要性を概説された。またチベット人が居住する広大な地域は、アジアを流れる大河の源流にあたるため、環境問題の視点からも注目されることを指摘された。そして、2008年にツルティム氏が出版された『ツォンカパ中観哲学の研究VI』の中から、チベットでは人間だけでなく生き物全般をも含めた他者と自分とを平等とする見方があること、人間にとって一番の財産は「満足できること」であること、などの要点を取り上げて解説された。最後に、現代の日本人は信仰をなくしたから不安なのではないか、という問題提起もなされた。

次に奥山直司氏は、チベット高原では7世紀から絶え間ない軍事活動と植民地支配が行われ、その結果チベット仏教圏が形成された過程を、多くの写真をまじえて概説された。具体的には、青海省黄南藏族自治州同仁県の6月会は、古代にチベットの中央から派遣された辺境防衛軍の戦勝祝いの名残である可能性や、アルナーチャル・プラデーシュ州のタワン・ガンゼン・ナムギェ・ラチューは当時対立していたブータンを牽制するためのダライ・ラマの出先機関であったことが指摘された。さらにチベット自治区や青海省、さらにムスタンや北京にまで残された数々のチベットの史跡を取り上げて解説され、

高所プロジェクトの調査地である青海省やアルナーチャル・プラデーシュ州西部の歴史は、チベット仏教圏形成の力学との関連において捉えることが重要だとされた(文責・小坂康之)。



講演するツルティム氏



講演する奥山直司氏

## 海外出張

- ・奥宮清人  
アルナーチャル (6月23日~7月3日)  
ラダック (7月14日~8月5日)
- ・坂本龍太  
ラダック (7月14日~30日)
- ・小坂康之  
アルナーチャル (6月1日~10月20日)