

ザンビア共和国南部州の異なる生態学的環境に暮らす成人男女における
地域ごとのライフスタイルの特徴
-食事・身体活動・行動パターンの分析-

今小百合¹, Thamana Lekprichakul², 山内太郎¹
¹北海道大学大学院保健科学院, ²総合地球環境学研究所

要旨

昨年度のプロジェク報告書において、ザンビア共和国南部州の生態学的に異なる3地域に暮らす成人男女は、地理的に隣接しているにも関わらず各地域で栄養状態（体格）が異なっていること、さらに体重の季節による変動パターンが地域で異なっていることを示した。これらの結果から、地域ごとに特徴的なライフスタイル（食生活、行動パターン）が存在し、住民の栄養状態および体重の季節変動に影響を及ぼしていることが示唆された。

上記の知見を踏まえ、2010年8～9月に、身体計測の対象者の中から56人の対象者を選定して食事・身体活動・行動範囲に関する詳細な調査を行った。本稿は、これらの結果について地域間および同地域の男女間のライフスタイルの違いに焦点を当てて報告する。

エネルギー摂取量、消費量およびエネルギーバランス（摂取量－消費量）においては有意な地域間差はみとめられなかった。しかし、栄養素摂取量、主要栄養素におけるエネルギー比率、エネルギー・主要栄養素摂取量に占める食品群別摂取割合をみると、食生活の地域差が確認された。また、身体活動レベルや行動半径の結果から、身体活動・行動パターンの地域差が明らかになった。

各地域について簡単にまとめると、まず下部平地（Lowland）では、他の2地域と比べて、食事および身体活動において性差が大きいことが示された。これは調査を実施した乾季に、男性が副業のため家庭をあけることが多いという理由によると考えられる。また、湖に近いという地理的特性から魚類の摂取割合が高く、男性では自家製の発酵酒を飲む者が多かった。次に中間傾斜地（Hillside）では、男女ともに3地域で最も行動範囲が広く、とくに女性では3地域で最も身体活動が高いことがわかった。最後に上部平地（Upland）では、3地域で唯一サツマイモが食べられていることが特徴的であった。さらに、乾季でも夫婦揃って農業に従事する世帯が多いことから、空間利用・身体活動パターンが男女で類似していることがわかった。