

# JAICOH NEWS LETTER

NO : 50 2006年7月発行



歯科保健医療国際協力協議会

Japan Association of International Cooperation for Oral Health

事務局：〒344-0003 埼玉県三郷市彦成3-86 Tel & Fax : 048-957-2286

発行：深井穂博 編集：榎崎正子、梁瀬智子

## 過疎地域からの参加型国際協力活動

たてやま歯科クリニック 菊池陽一

30年振りにUターンして生まれ故郷に帰ってから5年が過ぎ、開業も順調で今日に至っている。年をとったら田舎へ帰ろうといつも思っていたのは長い途上国生活で危ない目にあうたびに頭によぎっていたからだ。

当初心配していたのは経営より単調な田舎暮らしの生活に飽きてしまうのではないかという自分の「心の移り気」が心配だった。フーテンの寅さんのように定住した経験がなかったからだ。年齢が増すと安定思考が強くなるもの、50才なら年には勝てないだろう。私は農耕民族なのだからと意を決して故郷に帰った

私の故郷の丸森町は、宮城県最南端に位置し人口16,000人。典型的な東北の山村の過疎地域で人口減少の高齢者が多い田舎町である。

私には途上国で農業指導や、村落開発という「村おこし」と公衆衛生活動経験がある。プロジェクトを行う場合、その地域の情報収集、分析、計画、実施そして評価という順序でやってきた。しかし、今度は違う。そんな事は必要なく、毎日を楽しく自分の医院の経営を守りのんびり生活すればよいのである。しかし、経験というのは恐ろしい。

開業1年目、丸森町を観察（情報収集）し歯科に関して丸森町の特徴が見えてきた。

1) 人口1万6千人のこの町には外国人花嫁たちが100人以上生活。その子供達も150人以上になる。当然、この子供達のう蝕がダントツに多い。

2) 3歳児う蝕は宮城県が日本では最も多い県の一つ。宮城県内でも丸森町は多い地域。

乳幼児のう蝕を減らすためのフッ素事業を2年目に町に提案。3年目で計画実施し4年目の昨年からう蝕が減少した。

現在、歯科以外の多くの分野の村おこし（例：子供の食育、老人問題、外国人花嫁を通しての国際交流等）への提案や参加などを積極的に行っている。それは歯科という職業を通して「町おこし」が可能であり、歯科医師という職業を上手に利用することができるからだ。

今年5年目、この町の国際協力のモデル地区を目指すこと。これはJICAと丸森町が協力して国際協力推進モデル地域とすることである。主な目標は、1. 地域住民が国際協力の理解を深めること。2. 国際協力に参加する人達を増やすこと。現在、地域内の小中高校に出前講座（子供達に途上国の理解を深める）や海外途上国からの研修員の受け入れ（農業分野）が始まっている。

私の夢は、将来、丸森町と住民が一体となって途

上国でボランティア活動できることだ。その1つの方法としてJICA草の根援助を利用しフィリピンでプロジェクトをもつこと。理由としては、現在KADVOのフィリピン歯科保健プロジェクトで年4回活動経験があることや距離的に近くて、受け入れやすく楽しいボランティア活動が出来ると確信しているからだ。丸森で生活しているフィリピン人花嫁たちが主体的になってフィリピンとの交流を進め、

町の住民がボランティア活動等で野菜作り、植林、井戸掘り等で当たり前に行くことが出来ることが夢だ。

のんびりと生活できると思っていた田舎の歯科医院開業医は反対に忙しい。これこそ楽しいライフワークとして本物の国際協力活動が出来そうだ。

歯ばかり見て町（世界）を見ない歯科医師にだけはなりたくないものだ。

菊池陽一先生／フィリピン国農業省での技術指導を初め、カンボジア歯科保健、カンボジア難民、クルド難民、タンザニア母子保健、フィリピン国セブ島フリークリニック、その他、NGOやGOで約15年間国際協力活動。日本国内では3大ドヤ街の一つ横浜寿町で外国人不法労働者支援、障害者施設の作業所支援等のNGO活動。2000年7月、宮城県丸森町「たてやま歯科クリニック」開業。現在診療を中心に、村おこし事業、外国人花嫁支援、障害者施設歯科室、特養老人ホーム内での口腔ケア、フィリピン歯科保健プロジェクトや里親奨学金制度等のNGO活動。丸森町「国際協力推進モデル地区」支援。

#### JAICOH 会員活動報告

### 発展途上国こそ、口腔の健康から！

日本大学松戸歯学部社会口腔保健学  
講師 有川量崇

戦後日本社会は急激な経済成長の発展と共に医療が充実したことにより、現在日本は世界一の長寿国となった。しかしながら、長寿ではあるがQOLが低い高齢者が多いことや医療費の増大など問題は山積である。疾病予防に重点をおき寝たきり高齢者を減少させ、元気に生き生きと健康長寿でQOLの高い高齢者が増えることを国としても個人としてもみな希望している。そういう背景から、抗加齢医学（アンチエイジング医学）というものが注目されている。

老化研究において、遺伝子レベルから霊長類に至る長期にわたる長寿に関する研究が盛んに行われてお

り、老化に関するメカニズムが解明しつつある。百寿者（100歳以上の長寿者）の研究によると、血管年齢・ホルモン年齢・筋年齢・骨年齢・神経年齢の均質なバランスを保つことが健康長寿になる近道であることが報告された。また、老化のメカニズムに酸化ストレス（フリーラジカル）が深く関与していることも明らかになってきた。

抗加齢には我々口腔も深く関わっていると考えられる。口の老化によって、全身のエイジングにも影響を与えることが数多く報告されている。歯周病菌の菌体成分が歯肉から毛細血管に入り込み、歯周病

が動脈硬化を助長するという報告がある。歯周病罹患患者は、歯周組織が健康な人と比較し、狭心症の発作などを起こす確率が約3倍も高いことが米国の研究で示されている。これらを実証するため現在、JAICOH 理事である宮田先生（OISDE 理事長）を中心としてカンボジアの住民を対象としての疫学研究も実施され、歯周疾患と心疾患の関連性が解明されつつある。歯周病と糖尿病の深い関連性もよく知られるようになった。歯周病原菌に感染することによって過剰に産生されたサイトカインが、インシュリンを産生するβ細胞に影響を与え、高血糖状態にしてしまうことが原因である。また、口腔環境が著しく悪化すると口腔内の常在菌が増殖し、これが誤って気管支に入ることによって、誤嚥性肺炎が起こることに関しては多くの介護従事者、医療従事者が知っている。加えて、嘔むという行為は、脳への刺激として重要であり、口腔環境の悪化は、脳への刺激が激減し、痴呆などをさらに助長することも報告されている。唾液を十分に分泌させることも大切であり、唾液にはEGF（上皮成長因子）やNGF（神経成長因子）など脳の若さを保つ物質が多量に含まれていることが報告されており、よく噛んでたくさん唾液を出すことは、脳を活性化させるきっかけになることが期待できる。

また、私の研究によると、口腔の健康と医療費との関連性をみると、高齢者における健全歯数と医療費発生額の間には、非常に明瞭な負の相関関係が男女共に示された。すなわち歯科保健の充実によって、

高齢期の医療費総額を相当程度抑制できる可能性があると考えられる。

以上のように、口腔環境を管理することにより、メタボリックシンドロームを含む生活習慣病を予防、改善することができ、また、唾液分泌をコントロールすることにより脳を活性化させ、酸化ストレスをもコントロールできることが分かっている。口腔のアンチエイジングを行うことによって、全身のアンチエイジングにも繋がるのがこのように科学的に実証されている現在、JAICOHのメンバーが積極的に発展途上国の歯科保健を推進することが非常に重要であり、発展途上国の国力アップ、国民力アップ、平均健康長寿率アップのためにも、我々の責務と仕事はますます増えていくのではないかと考えられる。

しかしながら、発展途上国において「歯科保健の充実」→「全身の健康」→「国力アップ」というサイクルになるのが非常に困難なことは私も承知している。自分らのアンチエイジングも考えながら、歯科保健に関わる若輩者として、今後もJAICOHの活動を通し、国際保健、歯科保健を考えつづけることができれば幸いである。

最後に、日本大学松戸歯学部国際保健研究会を作って5年になりました。これも深井先生をはじめとしたJAICOHの先生方のおかげだと思います。最初は数名ではじめたこの部活も常に30名を越える、日大松戸歯学部の文化系では最大の部活に発展しました。今年の10月に5周年記念の会を開催する予定です。卒業生も含めこの研究会で勉強したものの50名の同志と楽しく交流ができればと思います。是非ご参加を！

有川量崇先生／日本大学松戸歯学部社会口腔保健学講座 講師 博士（歯学）、鹿児島県出身。

1998年 日本大学松戸歯学部卒業 1999年 日本大学松戸歯学部口腔衛生学講座 助手

2005年 日本大学松戸歯学部社会口腔保健学講座 講師 2006年 鶴見大学アンチエイジング外

来 非常勤講師 2001年度 コロンビア大学公衆衛生学部 客員研究員

<<2月に開催された初のJAICOHとJICAの共同研修会。参加された感想をネパール歯科医療協力会の隅田実希先生にレポートしていただきました♪>>

今年2月19日(日)、JAICOHとJICAの合同セミナーが開かれました。演題は<歯科医療分野における国際協力とJICA草の根技術協力事業>に関して、三つの講演が発表されました。はじめの講演は「歯科保健医療国際協力協議会会長」・深井穂博先生による「歯科保健医療国際協力協議(JAICHO)設立より現在まで17年間の歩み」で、我が国の歯科保健医療におけるのNGOについてと口腔保健の世界的動向と今後の国際協力の課題についてが発表されました。続いては、草の根技術協力チーム前チーム長・小林雪治先生による「JICA草の根支援事業について」で、事業提案書の書き方などを教えていただきました。三題目は歯科医学教育国際支援機構・宮田隆先生による「草の根技術支援カンボジア村落地域に対する歯周感染症による全身被害の予防・啓発およびプライマリーヘルスケアプロジェクト」で、劣悪な生活環境因子が老化の原因である体の酸化を促進させ、歯周感染症に有意に関連しているということを統計学により証明されたとのことでした。

卒後二年目で歯科ボランティアに興味を持ち始めたばかりの私にとって、国際歯科保健におけるNGO団体についての情報を多く知ることができ、大変いい機会を持つことができたと思います。ボランティアに興味はあるけれど歯科医療関係者として何ができるかと足踏みしている方はこういった会に参加し、具体的な活動内容を知り、コミュニケーションを広げていくと自己実現の第一歩になるのではないかと思いました。また、今回はJAICOHとJICAの合同セミナーということで、二つの会の間で情報交換が行われ、コミュニケーションが活性化し、非常に有意義であったと確信しました。

隅田実希先生/日本歯科大学卒業、  
ネパール歯科医療協力会19次隊参加



# 国際歯~~運~~載！保健協力とは



今号から4回にわたり連載をお送りします。テーマは「国際歯科保健協力とは」。内容は「国際歯科保健医療学」中村修一 編 をニュース編集の榑崎が要約したものです。

## 第2回 国際保健の現状

### 1. 5歳未満児死亡率

南北問題に起因する途上国の貧困は健康に大きな影響を及ぼしている。5歳未満児の死亡率(人口1000人あたりの死亡数)は、母親の健康や栄養や環境などの因子に影響を受ける因子といえる。1人当たりのGNI(国民総所得)と5歳未満児の相関図からは1人当たりのGNIが1,000ドル以下になると5歳未満児の死亡率が急上昇していることがわかる。このように経済と健康は関連している。

### 2. 感染症

世界では年間約5569万人が死亡している。WHOによると、環境因子に影響される原因による死亡者/1778万人(31.9%)(→感染、出産や育児、栄養不足)  
環境因子の影響が少ない原因/3285万人(59.0%)(→癌、心臓病など)  
外傷/506万人(9.1%)  
環境不全による死亡者の多くは途上国の住民であり、国際保健協力の対象であるといえる。また結核、マラリア、ジフテリア、狂犬病、HIVによる死亡者の多くは途上国の住民である。このように、地球上には適切でない衛生環境に住む人が24億人いる。これら感染症は簡単な環境改善によって、下痢症90%、慢性呼吸器疾患の60%、マラリアの90%が回避できるとされている。

地球上に清潔な水を利用できない人が11億人いると推定され、不潔な水と環境不全のため毎年1200万人が死亡している。水不足も深刻な問題である。2000年で31カ国、5.08億万人が水不足に直面しているが、2050年には48カ国、30億人に増加し、人間にとって最低限必要とされる50リットルの水を確保できない人が42億人(2050年の推定人口の45%)に達するであろうと推測されている。現在途上国では、下水の90~95%、工業用排水の70%が処理されずに河川などに流されている。途上国での上下水道や、水資源の確保は早急にすすめる必要がある。

1985~1995年までの10年間の人口増に食糧生産量が追いつかない国は、発展途上国105カ国中64カ国あり、アフリカに多い。慢性栄養不良状態の人は8億人いて20億人が栄養所要量を満たしていない(国連2001)。世界人口白書1999によると世界の子供の5分の1が食事からとるエネルギー量と成長に必要な蛋白質の摂取量が不足している。

#### 【著者プロフィール】

中村修一 先生/九州歯科大学助教授(生理学講座)、ネパール歯科医療協力会理事長、九州歯科大学国際交流・協力室長、1989年~2005年ネパール歯科医療協力隊19回のミッションに隊長として参加

〜編集後記〜 ワールドカップの決勝トーナメントが始まりました。CMでロナウジーニョが言うように、裸足でボールを追いかけている子供達もきっと世界のあちこちでスーパープレイに心躍らせているのでしょう。

さあ、栄冠はこの国に?!

(榑崎、梁瀬)