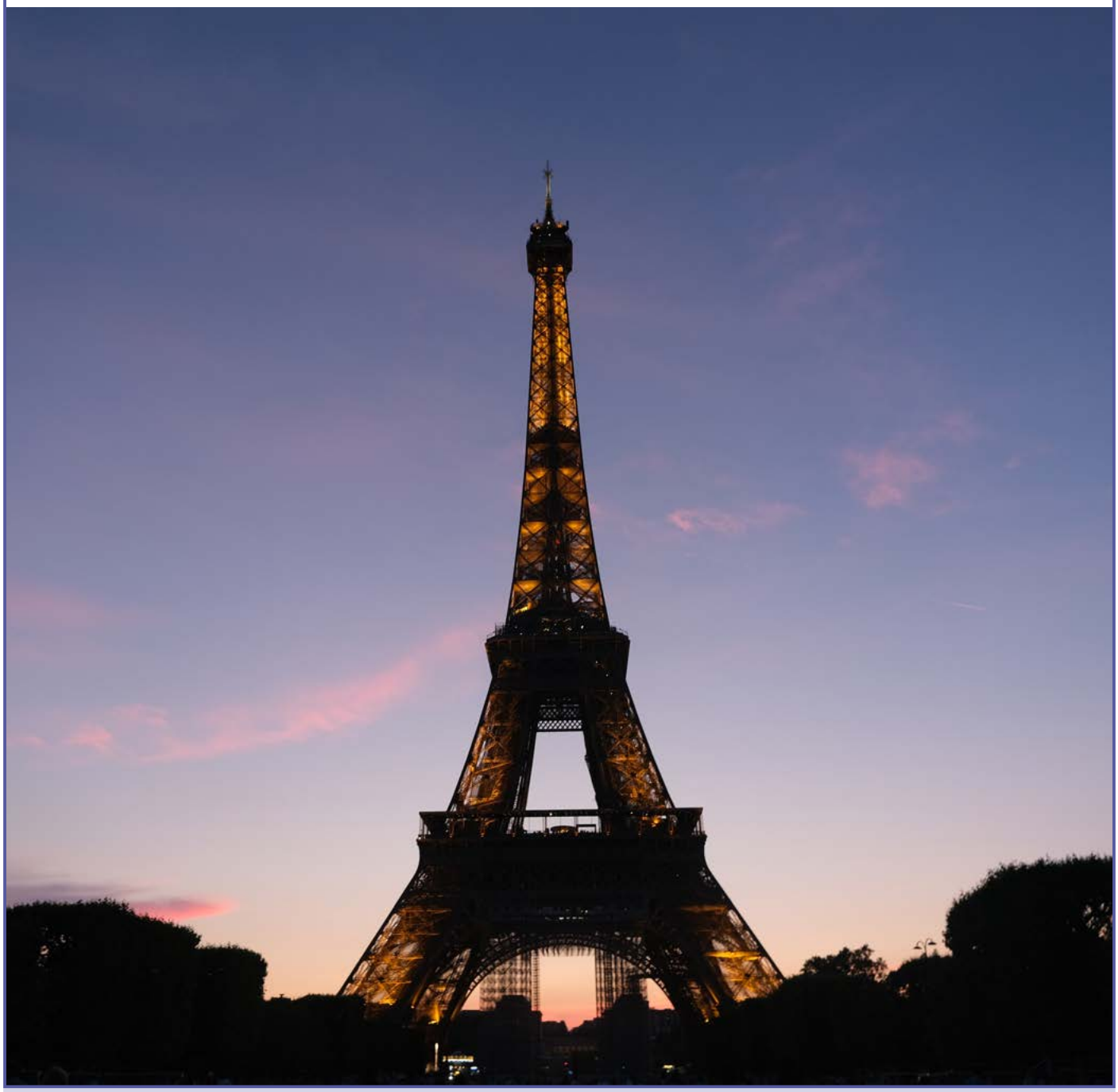
THE NEWZ

日本語版

03

January 2023



＼海外留学中の大学生が考える／

日本と海外の医療制度の違い

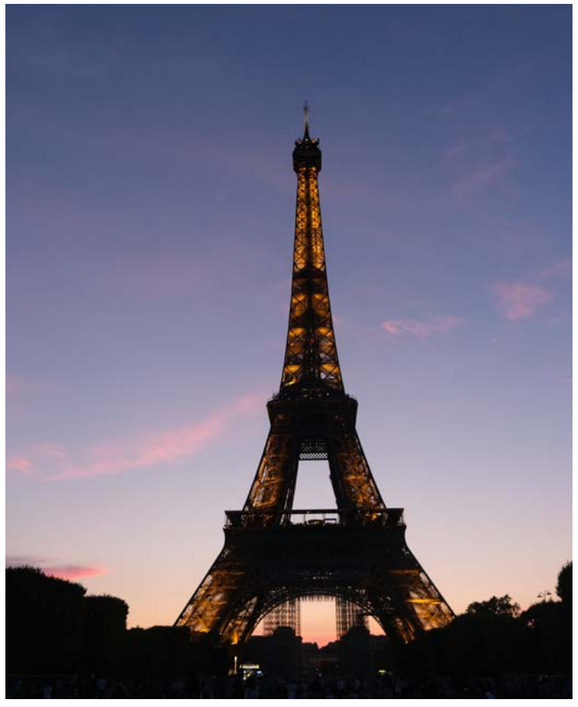
GHCC Global Healthcare Communication Consortium

新時代戦略研究所 INES

THE NEWZ

JANUARY 2023　VOL.3

日本語版



撮影場所：エッフェル塔（フランス・パリ）　撮影者：山﨑栞奈

CONTENTS

2　ニューズレター発行にあたって

＼海外留学中の大学生が考える／

日本と海外の医療制度の違い

3　アメリカ　橋詰加菜　アメリカのジェネリック医薬品

5　アメリカ　池田唯花　人工妊娠中絶は権利なのか

7　イギリス　山﨑栞奈　イギリスの外国人看護師受け入れ制度

9　フランス　助川実雨　日本での医療用大麻解禁に向けて～タイの教訓～

11　マレーシア　丹治いつき　マレーシアの肥満問題

13　メンバー紹介

15　参考文献

ニューズレター発行にあたって

日本の国民は国民皆保険制度の下、医療を享受する機会に恵まれてきました。

しかし少子高齢化の進行に伴い、若年層における社会保障費の負担増大が見込まれることに加え、コロナ禍で海外と比較した際の医療制度の欠点が露呈する等、現在、日本の医療制度を見直す必要性が高まっています。また、海外諸国と比べて医療サービスの受益者である患者（国民）の声が医療政策に反映されにくいという課題もあり、社会保障費の負担感が高い若者の間では、医療制度設計に参画したいとの声も高まっています。

この現状を踏まえ、新時代戦略研究所とジャパン・カウンセラーズは、将来の日本を担う若年層に向けて、今後の社会保障・医療保険制度や医療制度の在り方を考えるきっかけ作りとなる、マンスリー・レポートの発行を行うこととしました。海外留学生が現地の医療制度と日本の医療制度との違いを象徴するようなエピソードを情報収集、取材して日本語、英語でレポートを執筆します。

タイトルの「The NewZ (ザ・ニューズィー)」は「Z 世代」が意識されています。このニューズレターはプロジェクト立ち上げから原稿執筆、編集までのすべてを「Z 世代」の大学生が中心となって担っています。読者の皆さんが自分の世代の医療制度、さらにはその先の未来の医療制度に関心を持ってくだされば幸いです。

英語版はこちら

アメリカのジェネリック医薬品

橋詰加菜　アメリカ・リンデンウッド大学

私がアメリカの薬局で驚いたことは、薬の種類の多さです。CVS や Walgreens には、日本の薬局では販売していないような強い効果のある薬まで店頭に並んでいます。また、全ての薬が対象となっているわけではありませんが、様々なブランドの薬に対してジェネリック医薬品が多く販売されています。そこで今回は、アメリカと日本のジェネリック医薬品の普及度にどのような違いがあるのかについて紹介していきたいと思います。アメリカの医療費は日本よりも高く、軽度な風邪や痛みの症状の際には、病院には行かずに薬局の薬を使う人がほとんどです。私もこれまでに何度か、風邪や痛み止めの薬を買うためにドラックストアに行きました。そして様々な商品に対して、ブランドが出しているものとその薬局のジェネリック医薬品があることに気がつきました。例えば、私が風邪を引いて近くのドラッグストアに行った際、有名な VICS が出している風邪薬と、名前もパッケージも同じ CVS が出している商品がありました。内容も見た目もほとんど同じだったのですが、私はアメリカの薬に少し抵抗があったので、信頼度の高い VICS を選んで買いました。その他の薬も、ブランドが販売しているものとその薬局独自で販売しているものがありました。

アメリカと日本のジェネリック医薬品普及率

アメリカでは、処方薬の約 90% がジェネリック医薬品で代用されています。一方で日本では、処方薬の約 80% がジェネリック医薬品で代用されています。

アメリカでのジェネリック医薬品の普及率が高い背景には、処方薬の値段の高さがあると考えられます。アメリカの処方薬の値段は、他の国の 2~6 倍となっています。また、アメリカの処方薬が高額な理由としては、多額の研究費が挙げられます。

2019 年には、一人当たりの処方薬の費用は $1,615(現在のレートでは日本円で約 220,057 円) でした。そこで、アメリカの処方薬の値段の高さが分かる事例をご紹介したいと思います。Lantus という、糖尿病の患者が糖分をコントロールするために使う薬の注射 5 本分の費用は、アメリカでは $419(57,092 円) です。しかし、南アフリカでは同量の薬が $55 (7,494 円) となっています。(2019 年時点）また、日本では注射 3 本分で 8,360 円となっており、これの 3 割を患者が負担します。(レートは 2022 年 12/18 のもので 1 ドル約 136 円で計算しています)

アメリカでは、他国とは異なり、政府が医薬品の値段を決めるようなことはありません。したがって、製薬会社は研究にかかった費用などを考慮して決めることができます。その結果、独自開発された薬などは値段が高くなる傾向にあります。製薬会社は新薬を開発するために幾度となく実験を行います。そして試薬ができてからも、その安全性や効果を確かめるために多額の資金を投入して何度もテストを行います。新薬の開発に成功すると、特許期間中はその薬を独占販売できます。その特許期間中は、他の製薬会社が類似品を作ることはできません。

フォーミュラリーリスト

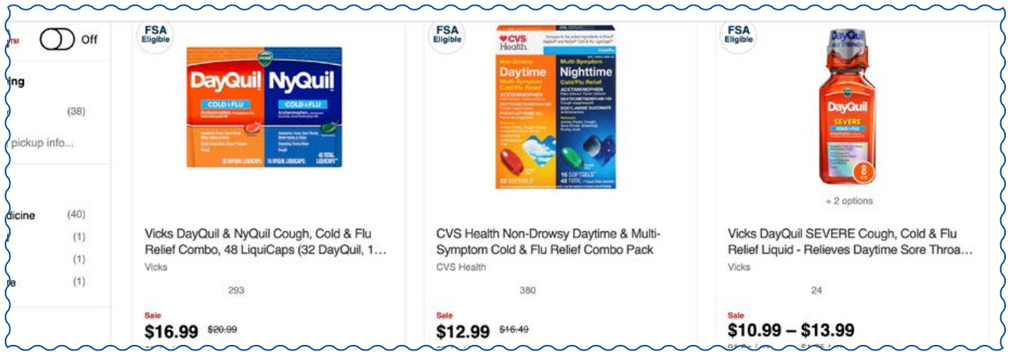
フォーミュラリーリストとは、どの薬が保険適用なのか、保険適用の薬の場合いくら払うことになるのかが記載されているものです。もし自分の保険会社のフォーミュラリーリストに処方箋の薬がない場合、保険適用外となります。フォーミュラリーリストは定期的にカバーされる医薬品が追加され、積極的にジェネリック薬品が適用されており、先発医薬品よりも保険が適用されるジェネリック医薬品の処方が多くなっています。また、患者さんが必要な医薬品にジェネリック薬品がある場合、保険側はジェネリックの費用分しかカバーしません。そのため、アメリカのジェネリック普及率が日本と比べても高い数字となっています。

ブランド薬とジェネリック薬

ブランド薬とは、その薬をオリジナルとして開発した製薬会社により販売されている医薬品です。一方で、ジェネリック薬は、ブランド薬の特許の期限が切れた後に、別の製薬会社により製造、販売されている薬です。ブランド薬と同様に FDA の審査を受けた上で販売、輸出をしているので、ブランド薬品と効能はほとんど同じです。ジェネリック薬品を販売するときは、その薬品の名前や容量などが同じでなければ販売することができません。ジェネリック医薬品がブランド薬よりも低コストな理由は、ジェネリック医薬品の申請者は動物試験や臨床試験を何度も行う必要がないためです。製品にもよりますが、一般的にジェネリック医薬品の価格は、20-70% ほどブランド薬よりも安くなっているそうです。

FDA と CDER について

FDA とは、「Food Drug Administration」の略で、「アメリカ食品医薬品」のことです。アメリカで医薬品を販売したり輸出したりする際は、必ずこの FDA の承認を得る必要があります。FDA と同様に、CDER (Center for Drug Evaluation and Research) の認証も必要になります。この 2 つの機関による認証はとても重要で、認証を得ずに販売輸出してしまうと、懲役刑が課せられることもあるそうです。市販薬品、ジェネリック医薬品のどちらの販売、輸出でも、FDA と CDER の認証が必要となります。例えば、CVS というアメリカで有名なドラッグストアのオンラインストアを訪れると、CVS が販売している医薬品とブランドが販売している商品がありますが、どちらにも FDA 認証済みというマークがついています。



CVSのホームページのオンラインサイト：VICSとCVSが独自で販売しているVICSのジェネリック両方ともにFDAマークがついています。

日本にいた頃は、軽い症状でもすぐに病院に行き、薬をもらっていました。特に皮膚科では、ジェネリックを勧められることが多々ありました。しかし、日本は国民医療保険があり、高額な医療費を支払う必要がなかったので、あまりジェネリックの重要性を感じていませんでした。ドラッグストアでも、パブロンやロキソニンといったようなブランド薬しか見たことがありませんでした。しかし、アメリカのドラッグストアでは、ジェネリック医薬品の数が多くなっています。そこが日本のドラッグストアとは異なるところだと思いました。私は、アメリカのブランド薬を買うことにもいまだに抵抗があります。また、ジェネリック薬を服用することはそれ以上に抵抗があり、いつも VICS などのブランド薬を買ってしまいます。しかし、今後ブランド薬とジェネリック薬がある場合には、ジェネリック医薬品を試してみようと思います。

人工妊娠中絶は権利なのか

池田唯花　アメリカ・ワシントン大学

アメリカの中絶問題の現状

2022 年 6 月、アメリカの連邦最高裁判所は、49 年前の「中絶は憲法で認められた女性の権利」という判断を覆しました。

1973 年に中絶を認める根拠としたのは、合衆国憲法の修正第 14 条です。憲法には、中絶について明確に示されていません。しかし連邦最高裁は、女性が中絶するかどうかを決めるのは、個人的な問題を自分の意思で決定するというプライバシー権に含まれると判断しました。それ以来、これが判例となり、中絶は憲法で認められた女性の権利だとされてきました。

しかし最近になって、アメリカ南部などの中絶に反対する共和党の支持者が多いとされる地域で、女性が自らの体に関わることを自分で決められる権利よりも宿った命こそが大切で、その命にも人権があるとして、人工妊娠中絶を厳しく規制する法律が相次いで成立していました。

そしてアメリカ連邦最高裁の多数派の判事が示した新たな判断の一文には次のような文言があります。「憲法は中絶する権利を与えていない。49 年前の判断は覆される。中絶を規制する権限は市民の手に取り戻されることになる」。これは中絶を規制するかどうかは憲法上の問題ではなく、それぞれの州の判断に委ねられるということを意味しています。このため連邦最高裁の新しい判断が出るのとほぼ同時に、中絶を原則禁止する法律を発効する州もいくつかありました。

加えてアメリカの中間選挙では中絶権問題が勝利の鍵とも言われています。ロイター通信が米東部時間 11 月 9 日午前 0 時すぎに行った出口調査によると、共和党支持者はインフレ対策を重視し、民主党支持者は中絶問題を最も重視していると答えました。また有権者全体の 4 人に 1 人が、投票の際の最優先課題に中絶問題を挙げ、ピュー研究所の調査では、アメリカ人の 61%が、ほぼ全ての事例で中絶は合法であるべきだと回答しています。

中絶問題を巡る意見

アメリカでは今まで女性の権利として人工妊娠中絶は広く認められてきました。特にシアトルが位置するワシントン州はアメリカの中でもリベラルな地域として知られていて、LGBTQ などの社会問題にも非常に寛容な地域です。そのため今回の人工妊娠中絶についての判決結果は私たちに大きな動揺をもたらしました。

写真 : ダウンタウンの様子

6 月にシアトルのダウンタウンでは "Just Woman Supports" という掛け声と一緒に中絶擁護派のデモが行われました。私はルームメイトたちとこのデモに参加し、想像していたデモとは異なり、お祭りのような楽しい雰囲気で参加しやすいイベントでしたが、中絶についてしっかりと自分の意見を考えるきっかけになりました。イベントが開催されている間はダウンタウンの道路が閉鎖され、そこでパレードやデモが行われて屋台のようなお店も道路脇にありました。デモに参加して帰宅してから、出身地の違うルームメイトたちと自分の国では中絶がどのような捉え方なのか、中絶をするにあたりもしくは中絶をしないための公的サポートはどのくらいあるのか話をしました。

日本の場合、妊娠 22 週未満であれば中絶手術を受けられること、そして避妊方法としてコンドームがあり、ピルはあまり日本では主流ではない (マイナスなイメージをもたれやすい) ということを話しました。インド人のルームメイトは、日本と同様に妊娠 24 週までであれば中絶手術の権利があることを教えてくれました。しかし地方では、

望まない妊娠の割合が未だに多いようです。また残りの 2 人のルームメイトはアメリカ出身です。1 人はテキサス出身で中絶が州の法律で禁止されているため、もし中絶手術や中絶薬が必要であれば合法の州まで移動して入手しなければいけないと話していました。もう 1 人はジョージア州出身で妊娠 6 週以降に中絶することが違法なので、この期間がさらに短くなったり中絶すること自体が違法になったりするのではないかと恐怖を感じると話していました。

私自身は中絶擁護派なのですが、「中絶は殺人」という反対派の意見も理解できます。しかしながら、子どもは産んで終わりではなく、産まれてからの時間の方が長いため、子育てをする環境がまだ十分に整っていないのにも関わらず、中絶の選択権を女性から奪ってしまうのは、あまりにも残酷だと思います。よって、中絶という選択肢は残したまま、中絶をしないための性教育を学校だけでなく家庭でも行ったり、出産した後の経済的または労力的なサポート体制を整えたりすることが大切だと考えます。

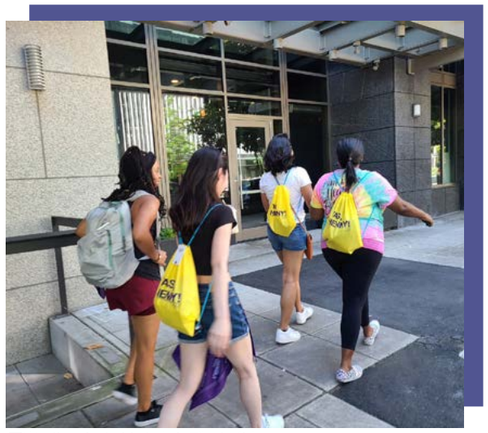
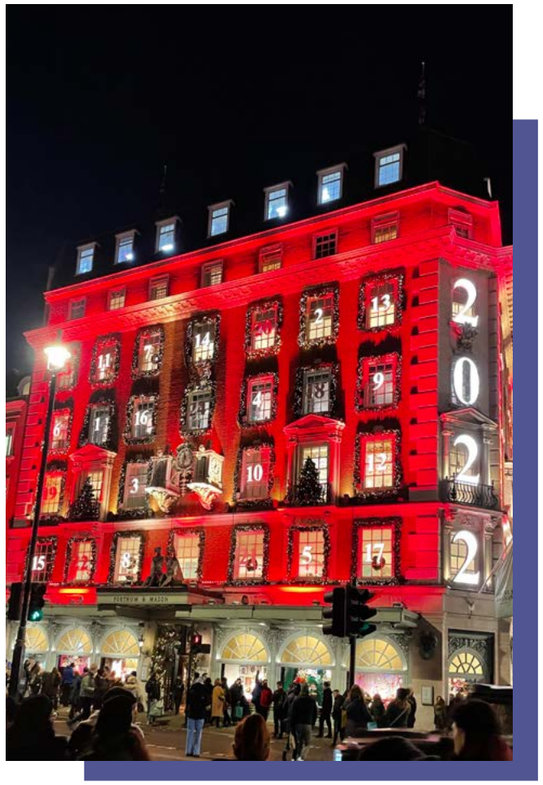


写真 : ルームメイトたちとデモに参加

イギリスの外国人看護師受け入れ制度

山﨑栞奈　ロンドンで就労中（金沢大学休学中）

こんにちは！雪が降り始め、気温が冷え込み、街中クリスマス仕様になっているロンドンからお届けしています。このニューズレターが発行されているのは１月半ばだと思うのですが、この記事を執筆しているのは 12 月中旬でまさにクリスマスシーズンです。本題に入る前に、まずは現地からクリスマス事情を少しお伝えできたらなと思います。イギリスでは、11 月下旬からクリスマスのライトアップやクリスマスマーケットが始まります。つい最近までハロウィンで盛り上がっていたのに、気が付けばロンドンの街並みがクリスマス一色になっています。街中どこに行ってもクリスマスソングが流れています。ロンドンでは、クリスマスに合わせたイベントやクリスマスマーケットが各地で行われているのですが、その中でも一際人気なのが、中心地 Hyde　Park で行われている「Winter Wonderland」というこの時期限定の移動式遊園地です。クリスマス期間限定の遊園地とは思えないくらい豊富なアトラクション、大きなマーケット、アイススケート、ミニゲームなど…提供するアクティビティはその数なんと 200 種類以上です。イルミネーションで装飾された会場の中にある壮大なアトラクション、キラキラと光るライトアップ、美味しそうな匂いを漂わせるマーケット、そこで過ごす時間はまるで夢のような空間でした。



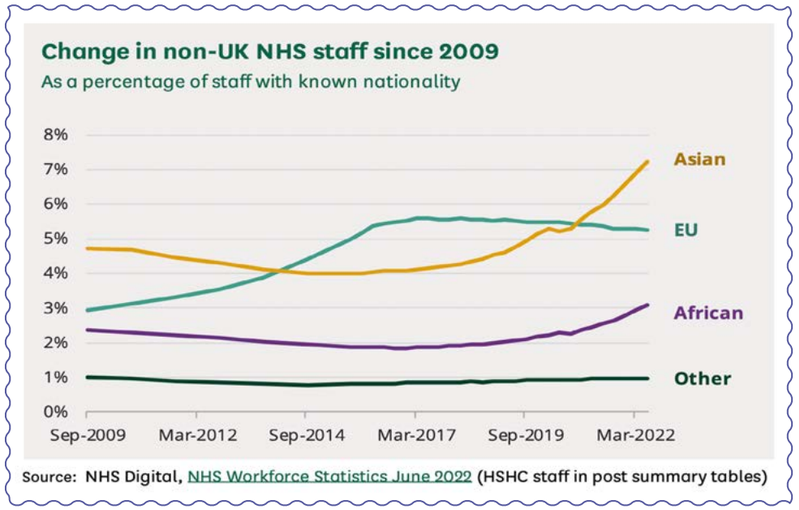
写真：クリスマスのライトアップ

国際都市ロンドン

様々な人種の人が生活しているロンドンは、言わずもがな国際都市です。実際、英国の人口の 14%が外国生まれで、ロンドンに至っては人口の 35%を占めているほど、全体的に見ても移民が多く住んでいます。私が働いているカフェでも同僚の 6 割程度が移民で、その中でも特に東欧諸国出身の人が多い印象です。専門的な言葉を使わず、いわば日常会話程度の英語力があれば支障がないホスピタリティ業界（特に飲食店）では、英語が第一言語ではない移民もかなり受け入れている印象があります。イギリス国民の雇用が移民に奪われていることが問題となり EU からの離脱が決定されましたが、そのブレグジット後であっても、日本人の目からすれば移民の数は未だ多いと感じます。

外国人看護師の割合

前述のように、移民労働者が多いイギリスでは、医療の現場でも移民受け入れの制度が確立しています。UK Parliament が発表している統計によると、NHS で働く看護師のうちイギリス国籍を持つ人の割合は 76% で、その他は外国人看護師が占めています。そして、全体の 14% を占める看護師がアジア国籍を持っており、そのうちの 95% がインド人またはフィリピン人となっています。次に、EU 国籍を持つ看護師の割合が 5%、アフリカ国籍を持つ看護師の割合が 4% と、意外にも外国人看護師の半分以上をインド人とフィリピン人が占めています。外国籍を持つ NHS スタッフ全体の動向を見てわかるように、近年、アジア国籍の労働者が急激に増えています。イギリス全体の移民数を見てみても、インド出身者が人口の 9.3% を占めています。新首相のリシ・スナーク氏も、イギリス初のインド系首相であることが話題になりました。外国人看護師の多くをアジア出身者が占めていることは、イギリス全体の国別移民率と比べてみると納得できます。



グラフ :2019 年からの NHS スタッフの外国人国籍の割合推移

イギリスの外国人看護師受け入れ制度

外国人看護師がイギリスで看護師・助産師として働くには、NMC(Nursing and Midwifery Council) に登録する必要があります。NMC とは、イギリス保健省の「看護助産規定 2001（Nursing and Midwifery Order）」に基づき、看護師の登録や教育の規範の制定などを行っている機関です。実は、イギリスは日本と違い看護師の国家資格がないのです。そのため、NMC に登録することで看護師と助産師の免許を取得することができます。NMC に登録するためには、①看護教育を 3 年間履修すること（学士号の取得）、②規定の英語試験を合格することという 2 つの条件を満たしている必要があります。また、NMC は、国民に安心で効果的な保健医療サービスを提供するため、外国人看護師に受け入れ研修を義務付けています。この受け入れ研修では、イギリスの大学が大きな役割を担っています。PL(Protected Learning) と呼ばれる必須研修では、NMC が認証した教育機関、つまり大学で講義や演習が行われます。NHS の仕組みからケアに関わる法・制度まで、イギリスで看護師として働くために必要な知識を網羅的に習得します。PL の終了後は、SP(Supervised Practice) という臨地実習で実習プログラムが行われます。この内容は、申請者の教育や経験によって決められます。外国人看護師が希望する分野に関して、母国での教育や経験がないとみなされた場合は、それらを補うような SP を指定されます。SP の期間は、1 人 1 人に対して必ずメンターがつきます。このメンターは、NMC が定めた条件を満たした現役で働いている看護師が担当します。このように、イギリスで働く外国人看護師は、NMC の機関のもと行われる演習や実習を終えた後に、実際に現場で働くことになります。

最後に

日本やイギリス以外の国でも、コロナ禍以前から看護師不足が懸念されていました。しかし、コロナ禍以降はその状況が一層深刻化しています。その状況を改善するために、どの国も外国人労働者に依存しています。日本でも、在留資格の「特定技能」の介護分野で、外国人受け入れを促進しています。外国人労働者を受け入れることで人手不足に対応するためには、外国人に選ばれる国になる必要があります。そのためには、研修や制度の充実ももちろんですが、日本全体が外国人との共生社会のあり方を深く考える必要があります。

日本での医療用大麻解禁に向けて
～タイの教訓～

助川実雨　フランス・パリ政治学院

今回のレポートの議題はフランスではなく、私が日本の次に愛する国、タイです。

私は長年タイに住んでおり、14 歳の時に日本に引っ越ししてからは毎年タイを訪れていました。2020 年もタイに行く予定だったのですが、コロナ禍で 2 年間見送り、2022 年 8 月にようやくタイに帰省することができました。

タイは経済発展中ということもあり、訪れるたびに新しいビルが建っているような、変化の激しい国です。しかし今回の変化は、今までとは比べ物にならないくらいのものでした。それは、医療用大麻の解禁です。日本のニュースでも取り上げられたように、タイでは 2018 年に医療用大麻が合法化されました。また、2020 年に民間で医療大麻の栽培および認可を受けた医療機関、研究所への販売が許可されました。さらに、2022 年にはタイ政府が大麻草 100 万本を全土の世帯に無料配布しました。タクシーに乗っているだけで大麻のシンボルを掲げた店がちらほら目に入るだけでなく、デパートで大麻を使った化粧品の展覧会が行われているなど、タイはすっかり大麻の国になっていました。

日本でも 2022 年 9 月 29 日に、厚生労働省の大麻規制検討小委員会が大麻取締法などの改正、すなわち医療用大麻の解禁に向けた方向性を取りまとめました。これらのニュースを踏まえて、今回のレポートではタイの大麻事情が示唆する日本の医療用大麻解禁による影響についてお話していきます。

「医療用」大麻とは

現在、医療大麻は 50 の国や地域で、末期がん患者の痛み緩和ケア、不眠症、アルツハイマー病などの治療に利用されています。しかしそもそも「医療用」大麻とは何を指すのでしょうか。私たちがよく知る「麻薬」としての大麻と何が違うのでしょうか。

大麻に含まれる薬効成分であるカンナビノイドは 120 種類以上あり、その中でも主なものが THC と CBD と呼ばれる成分です。THC は幻覚作用等を有する成分であり、化学合成されたものは麻薬として規制されます。一方、CBD は幻覚作用を有さず、抗てんかん作用や抗不安作用等を有し、比較的毒性は低いということから、海外において一部治療薬として利用されるようになりました。その一つが Epidiolex と呼ばれる英国の GW Pharmaceuticals 社が開発した医薬品で、抽出・精製された大麻成分 CBD を主成分とする経口液剤です。アメリカや EU では Epidiolex が重度のてんかん症候群であるレノックス・ガストー症候群とドラベ症候群の治療薬等として承認され、販売されています。

同時に、国際機関でも医療用大麻に対する規制の緩和を求める潮流が生まれています。2020 年に国連麻薬委員会 (Commission on Narcotic Drugs, CND) は、医療や研究目的の大麻を国際条約が定める「最も危険な薬物」から削除するよう求める勧告を可決しました。具体的には、これまで大麻は「スケジュール I（乱用のおそれがあり、悪影響を及ぼす物質）」及び「スケジュールⅣ（特に危険で医療用途がない物質）」という規制カテゴリーに位置付けられていましたが、今後スケジュールⅣのカテゴリーから外すことが可決されました。これはスケジュール I としての規制を課すことは求めつつ、医療上の有用性が認められたことを意味します。

日本での医療用大麻規制緩和にむけた動向

日本においても上記の Epidiolex について国内治験が始まっています。一方、現行の大麻取締法においては、大麻から製造された医薬品の治験は認められているものの、施用・受施用大麻製品の輸入を禁止していることから、仮に医薬品医療機器等法に基づく承認がなされたとしても、医療現場において活用することは認められていません。このことから厚生労働省は 2022 年 9 月に有効性・安全性が確認され、薬機法に基づき承認されたものについては、輸入・製造、使用を可能とするよう大麻取締法を改正する方向性を示しました。

タイの現状からの日本への示唆

では一足先に医療用大麻を解禁したタイの現状について紐解いていきましょう。前述したように、タイでは大麻栽培の市場で景気拡大や医療ツーリズムなど観光業の再生を目的に、THC の含有量が 0.2% 以下である大麻の家庭栽培が合法化されています。一方で依然として娯楽目的の使用は解禁されていません。しかし現実では娯楽目的の使用が活発化しています。写真は私がタイの島の一つであるクラビ等の商店街で撮ったお店です。看板では堂々と大麻使用を謳っており、アムステルダムで嗅いだ大麻の匂いが道まで広がっていました。

十分な対策を講じてなかったと批判されたタイの保健相は 7 月に「医療で大麻を必要とする患者や不況に苦しむ小規模事業者のために法整備を待つことができなかった」と苦し紛れに釈明しました。現在も娯楽目的の大麻使用の法整備はなされていません。

これらの事象は、医療用大麻の解禁によって、大麻乱用につながる誤った認識が広がることを防ぐための手立てが必要であることを示唆しています。厚生労働省は大麻の使用罪を新たに加えることを検討していますが、タイの二の舞になる可能性も否めません。

医療用大麻で救われる命がある一方、大麻の乱用による治安の悪化、依存患者の増加というリスクがあります。法律だけではなく、大麻の正しい認識を促す教育や依存症回復プログラムの充実などの社会的な側面も考慮していく必要性があります。長くなりましたが、このレポートが医療用大麻について詳しく知るきっかけになれば幸いです。

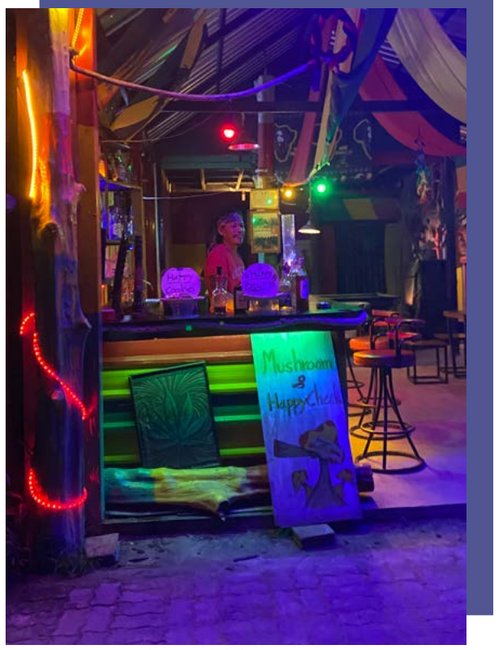
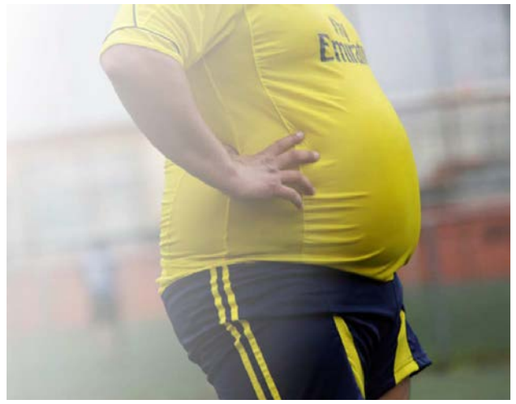


写真 : タイのクラビ島にある商店街

マレーシアの肥満問題

丹治いつき　マレーシア・モナッシュ大学

私が留学しているマレーシアでは、国民の肥満が社会問題となっています。世界的に見ても、アメリカやニュージランドは比較的国民の肥満率が高いと想像していました。しかしながら、マレーシアは肥満率が高い国だというイメージがなかったので、実際に留学をしてみて、マレーシアの肥満率の高さに驚きました。実際にデータで見てみてもわかるように、2010 年の世界保健機関 (WHO) の発表によると、マレーシアは世界で第 4 位の肥満大国です。さらに最近の発表では、40% 以上の成人が体重過多か肥満体形であることが分かりました。また、若年層は 20%、小学生は 26% とこちらも非常に高い数値になっています。そこで、今回は肥満大国マレーシアが抱える肥満から起こりうる問題とその原因、またマレーシア政府の問題解決に対しての取り組みについて述べていきます。



写真：マレーシア人の肥満

糖尿病

肥満によって引き起こされる大きな問題が糖尿病です。世界銀行によると、20 ～ 79 歳で糖尿病にかかる人の割合は世界平均が 8.5% なのに対し、東南･南アジアは 9.3%、なかでもマレーシアは 16.7% と世界平均の約 2 倍の数値になっています。それに加え、マレーシアのズルキフル・アフマド保健相は、国内の糖尿病患者が 2025 年までに 700 万人に倍増する可能性があると指摘しました。さらに、そのほとんどの方が二型糖尿病であることも驚きです。

ここで、一型糖尿病と二型糖尿病の違いを簡単に説明します。一型糖尿病は膵臓のランゲルハンス島という部分にあるβ細胞が破壊され、その結果、血糖を下げる役割であるインスリンを作り出せずに高血糖の状態が続く疾患です。一方で、二型糖尿病は遺伝的な原因によるインスリンを作る能力の低下と、生活習慣の乱れから膵臓のインスリンを作り出す量が少なくなり、高血糖の状態が続く疾患です。

マレーシア人の糖尿病患者の多くが二型糖尿病である原因は、生活習慣の乱れであると考えられています。そして、とりわけ問題視されているのが食生活の乱れです。マレーシアでは、炭水化物と油料理を基本とした食事が多く摂られています。私も身をもって体験しましたが、どんな料理も油で揚げられている上に、炭水化物メインの食事が多いです。さらに、このような料理はカロリーが異常に高いのに対し、タンパク質などの栄養素がほとんどゼロに近いです。また、マレーシアでは極度に甘い物を好む人が多いです。デザートのケーキなどがとても甘いのは当たり前で、コーヒーやお茶にも練乳や砂糖を過度に入れるため、血糖値が上がる一方です。そのため、健康意識が高い人やダイエットをしようと考えている人は自炊が必須になります。しかし、マレーシアは外食やデリバリーフードが非常に安いため、自炊をする方が時間もお金も手間も余計にかかってしまいます。

その他の原因として考えられるのは、マレーシア人の多くが日本を含めた他の国の人よりも運動をしないということです。その背景として、マレーシアは 2014 年に世界第三位になる程の車社会だからです。国民の車保有率は 90％を超え、ガソリンも安いです。さらに、道路もしっかりと舗装されていない場所が多いため、自転車を利用している人も滅多に見かけません。また、ジムに通う人も多くありません。そして、マレーシアには Grab(グラブ) という東南アジアでは主流の配車サービスアプリがあります。これは、低価格で利用できるタクシーのようなサービスです。車を持っていない人でも、移動にこのサービスを利用するため、結果的に歩かず、運動不足になります。

マレーシア政府による肥満対策

学校売店でのチョコ & キャンディーの販売禁止

前述の通り、マレーシアでは若年層の肥満率が年々高まってきています。この問題を受けて、マレーシア教育省が学校売店ガイドラインの改訂版を発表しました。学校売店で販売できる食品は 227 種類あります。マレーシア料理として一般的なチキンライスやチャーハン、ナシレマ、フライドチキンなどがありますが、それらの量とカロリーが制限されました。それに加え、キャンディー、チョコレート、炭酸飲料などの高糖質な食品や飲料の学校での販売を禁止しました。そして、マレーシア教育省では、肥満指数 (BMI) 調査を一年に一回から二回に増やす方針も示しました。これらの取り組みにより、マレーシア政府は若年層の肥満改善に繋がると期待しています。

写真 : ナシレマ

写真：チキンライス

砂糖税を導入

2019 年 7 月 1 日、マレーシア政府は健康増進政策の一環として、いわゆる砂糖税を導入しました。これは、砂糖を含む飲料に課せられる税で、対象になる飲料は 1 リットルあたり日本円で 12 円が課せられます。政府発表によると、課税対象飲料の製造者・輸入者が申告し、販売量に応じて課税される納付制度です。現在は、飲料が砂糖税の対象となっていますが、今後は飲料のみでなく砂糖を多く含む食べ物も対象になっていくかもしれません。

最後に

私自身、マレーシアに留学をして、マレーシアの生活スタイルを体験しました。その結果、私を含めた多くの日本人留学生の体重が増えました。これはやはりマレーシアの食生活や生活習慣が引き起こす問題であり、マレーシア政府は現在取り組んでいる対策以外にも策を講じるべきであると感じました。また、肥満や糖尿病などは、マレーシアだけでなく、日本でも問題になっています。特に、日本では 40 代、50 代の糖尿病患者が多いです。よって、マレーシアの砂糖税などの取り組みの成果によっては、日本でも同様の取り組みを行うことを検討してみてもいいのかもしれません。

[Members]

橋詰加菜（はしずめかな）

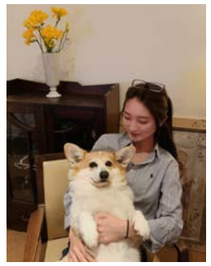
リンデンウッド大学

ニュースレターを通して、多くの方が医療制度の違いについて関心を持っていただけたら嬉しいです。今後もよろしくお願いします。

池田唯花（いけだゆいか）

ワシントン大学

ニュースレターの製作に携わることができてとても嬉しい気持ちです。よろしくお願いします。



山﨑栞奈（やまざきかんな）

ロンドンで就労中（金沢大学休学中）

The NewZ のレイアウトやデザインにも携わっています。
これからよろしくお願いします。

助川実雨（すけがわみう）

パリ政治学院

フランスに来てから医療保険の大切さを改めて学びました。ただ加入の面倒臭さは両国変わらないのでペーパーレス化を進めて欲しいです。

丹治いつき（たんじいつき）

モナッシュ大学

マイナーな国であるマレーシアの医療制度について発信できることを嬉しく思います。これからはマレーシア以外の国の医療制度についても発信していきます。

岡河萌（おかがわもえ）

函館大学

The NewZ に編集担当として携わりました。このニュースレターが世界や日本の医療制度に関心を持つきっかけとなれば幸いです。The NewZ は月 1 回のペースで配信予定なので、ぜひ次号もお楽しみください。

参 考 文 献

橋詰加菜　アメリカのジェネリック薬品

アメリカと日本のジェネリック医薬品普及率

日本：https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_25028.html#:~:text=%E5%BE%8C%E7%99%BA%E5%8C%BB%E8%96%AC%E5%93%81%E3%81%AE%E4%BD%BF%E7%94%A8%E5%89%B2%E5%90%88%EF%BC%88%E5%85%A8%E5%9B%BD%E5%B9%B3%E5%9D%87%EF%BC%89%E3%81%AF%E3%80%8179.24,%E3%81%AE%E5%A2%97%E5%8A%A0%E3%81%A7%E3%81%82%E3%81%A3%E3%81%9F%E3%80%82

アメリカ :https://healthpolicy.usc.edu/research/u-s-consumers-overpay-for-generic-drugs/

アメリカ＆サウスアフリカのランタス注射針５本分：https://www.goodrx.com/healthcare-access/drug-cost-and-savings/why-are-prescription-drugs-more-expensive-in-the-us-than-in-other-countries

日本のランタス注射３本分の費用 : https://dmic.ncgm.go.jp/content/080_100_01.pdf

アメリカのブランド薬の価格の高さの比較 : https://consumer.ftc.gov/articles/generic-drugs-low-cost-prescriptions#:~:text=Generics%20have%20the%20same%20active,to%20your%20doctor%20and%20pharmacist.

池田唯花　人工妊娠中絶は権利なのか

https://www.bbc.com/japanese/features-and-analysis-63580078

山﨑栞奈　イギリスの外国人看護師受け入れ制度

Japan Local Government Centerhttps://www.jlgc.org.uk/jp/ad_report/ 英国の移民の歴史 /

UK Parliament https://commonslibrary.parliament.uk/research-briefings/cbp-7783/

https://core.ac.uk/download/pdf/291654056.pdf

丹治いつき　マレーシアの肥満問題

https://www.medister.info/medicalnews/%E3%80%90%E3%83%9E%E3%83%AC%E3%83%BC%E3%82%B7%E3%82%A2%E3%80%91%E7%B5%8C%E6%B8%88%E7%99%BA%E5%B1%95%E3%82%92%E8%B1%A1%E5%BE%B4%E3%81%99%E3%82%8B%E8%82%A5%E6%BA%80%E5%95%8F%E9%A1%8C/#:~:text=2010%E5%B9%B4%E3%81%AE%E4%B8%96%E7%95%8C%E4%BF%9D%E5%81%A5,%E9%9D%9E%E5%B8%B8%E3%81%AB%E9%AB%98%E3%81%84%E6%95%B0%E5%80%A4%E3%81%A0%E3%80%82

https://www.todayonline.com/world/malaysian-obesity-proves-countrys-prosperity-says-bn-mp

https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0263139https://www.thestar.com.my/business/business-news/2014/04/16/car-ownership-in-msia-third-highest-in-the-world/