

尿中ヨード濃度(UIE-test 於 ネパール・シンドウパルチョーク郡チョウタラ病院)

尿中ヨード濃度($\mu\text{g/L}$)	WHO検査基準	2012年(%)	2013年(%)	2015年(%)	2016年(%)	計
150未満	欠乏症	28(28.6)	27(27.0)	23(25.2)	16(18.0)	94 (24.9)
(150-249)	正常	32(32.6)	17(17.0)	29(31.9)	27(30.3)	105 (27.8)
(250-499)	亢進症	34(34.7)	25(25.0)	39(42.9)	46(51.7)	144(38.1)
500以上	危険	4(4.1)	31(31.0)	0	0	35(9.2)
計	計	98(100)	100(100)	91(100)	89(100)	378 (100)

ヨードの過剰摂取による亢進症発生の原因を探求するため、ある地域に限られた家庭でのサンプル調査を実施しました。分析の結果、食塩の摂取量の問題よりは、食塩に添加するヨード濃度の高低差による品質管理の不具合と結論し、ネパール政府に提言した経過をもっています。

■年度末に当たり感謝のメッセージ

① タパ マガール レジマさんから
みなさまへ

去年の4月に日本に来て留学生生活を始めました。今回を入れて日本に来たのは三回ですが、時間が経つにつれてだんだん日本の生活になれて、今は気持ちに余裕が出て楽しく学校生活を送っています。今は自分が育ってきた文化と社会とのちがう環境で生活しているので、今までよりも広く世界を見たり、ものの見方を広げることが出来ました。学校では日本語はもちろん日本の文化も学



ぶことができ、とてもうれしいです。学校の勉強以外にも色々なことにチャレンジしています。アルバイトとボランティアです。そのおかげで日本人についてもっと知ることができて、日本人は礼儀正しくて、優しいと思いました。

日本にいる間にたくさんいい経験をしたいと思っています。周りの方々が協力的なので、もっとがんばっていきます。そして、来年日本語の勉強を終えて、栄養の専門校に入る予定です。

いつも応援とサポートを下さりどうもありがとうございます。日本語の勉強をがんばってあなたのサポートのおかげで日本の生活を楽しんでいます。2023年3月14日

② バッタライ ルビーさんから
みなさまへ

日本に来て11ヵ月になりました。今京都三条通りにあるYMCAという専門学校で日本語を勉強しています。日本に来たばかりのころさびしくて大変でした。家族と離れて別に住むのは初めてです。はじめのころは毎日のりこさんと一緒にいろいろな所に行ってJAFSやロータリークラブのメンバーにあってとてもたのしかったです。学校の勉強がはじまったあとは生活するのが大変でした。また去年の8月からロータリークラブのメンバーの前田さんという方の喫茶店でアルバイトを始めました。日本語の練習のためにその仕事をしています。最初は日本語が全然話せませんでした。今は日本人と日本語で話せるようになりました。学校とアルバイトのおかげでたくさんの日本語が理解できるようになったと思います。毎月ロータリークラブのかいぎにしゅっせきしています。

休みの日に京都のいろいろな場所を訪れます。このことから日本の文化も学ぶことができると思います。日本の生活になれてきました。でも京都の気候にはまだ慣れていません。これからもう一年日本語学校で日本語を勉強して来年栄養の学校に入りたいです。自信をもってもっとがんばります。

いつもサポートをくださりどうもありがとうございます。皆さんのおかげで私は日本の生活を