

## 「インドの健康と肥満動向」 ～急速な都市型生活・食と健康の知識不足、そして日本企業の活躍の可能性～

エルエス・パートナーズ（株）代表取締役社長 松野小百合

高カロリーで濃い味の食べ物が大好き、しかし運動が大の苦手なインド人。かといって食生活の改善・定期的な健康診断を受診する習慣が全く浸透していないため、肥満に伴う疾患（糖尿病・心臓病等）は増える一方です。

「健康オタク」とも言える我々日本人から見ると、生活習慣病・心臓病・動脈硬化一直線にしか見えません。とはいえ、ハリウッド映画（ムンバイで撮影される映画）を見ると、俳優陣はまるでハリウッドスターのようにスリムで健康的なボディラインばかり。インド人の中でも、美の意識がぼっちゃり・ぷにぷに系からスリム系へとシフトしつつあるのでしょう。

そんな風潮があるものの、まだまだ健康と食、運動に関する基礎的・体系的知識はほとんど持ち合わせていないのがインド人。我々日本人は、学校で小学校の時から緑黄色野菜や果物摂取の重要性や運動、身体の基礎的な知識は学校の保健体育や家庭科の需要、給食等を通じて当然のように学んでいます。

ここインドは、学校といえばほぼ日本でいう塾と同じような科目しか教えておらず、国語・英語・数学・科学といった科目がほとんどでそれ以外の教養科目（音楽・体育・保健・家庭科等）は一部私立のお金持ち学校だけが近年少しずつ取り入れ始めているのが現状です。そのため、インドのエリート層であっても驚くほど健康や食の知識がなく、ダイエットというと突然食事を抜いたり、ひざを痛めるような激しい運動を柔軟体操せずやってしまい怪我をする等、信じられないような極端な取り組みをしている姿を散見します。

食事についても、食の欧米化が進み、高カロリーで栄養がないファーストフード等を食べるのがステータスとなっています。加えて、インド人は高カロリーな間食を毎日食べ、夕ご飯も夜 10 時前後に食べるのが一般的です。家事労働も、中間層以上になると当たり前のようにパートタイムでメイドさんを雇っているので、日本人よりもずっと家庭労働の負荷が少ないといえます。さらに、インフラ整備が悪いため、舗装道路が極端になく、歩いて通勤したり自転車を活用することはほぼ不可能です。そのため、歩く時間は東京に比べて随分少なくなり、運動不足になりがちです。

子供に関しても、スポーツが脳科学によいということもほとんど知られていません。

インド人は子供のころからスポーツを体系的に取り組んだことがないため、みかけは恰幅の良い体型であっても、骨や筋肉は驚くほどもろいのです。

例えば、インド女性が必ずつけているブレスレットですが、実は私を含む日本女性（かなりのスリムな日本人女性でも）がサイズを探すのにインドでは苦勞するのです。見た目は日本人女性のダブルサイズもあるように見える女性でも、そのほとんどが脂肪であるため、ブレスレットをはめる際に脂肪が縮み、ブレスレットが簡単に入るのですが、我々日本人はカルシウムや筋肉があるので見かけがインド人よりもスリムであっても、ブレスレットが骨にひっかかりインドサイズが入らないのです。弊社のスリムな日本人女性社員数名で、インド人のかなりの大型な女性のブレスレットでトライしたこともありますが、いずれも全く骨が引っ掛かり装着することができ

ませんでした。この時に、インド人の栄養不足と脂肪過多の状況に改めて驚かされました。

現在、インドの成人病患者の数は現在世界3位ですが、今後中国・アメリカを近いうちに追い抜くと予想されています。当然、成人病に直接関連する製薬・医療機器メーカーのビジネスチャンスはあると思いますが、予防の面に関しても今後大いに日本企業のチャンスはあると思われます。

食事、運動、美容、食の教育等々、健康と結びついた形でのビジネス化はインドではまだまだ整っておらず、この分野での日本のビジネスノウハウは大いなる商機だと思われます。

### エルエス・パートナーズ株式会社

世界38か国97社の現地専門企業と提携する新興国ビジネスの市場参入前から参入後の収益拡大までを支援するビジネスコンサルティング会社。現地市場に造詣深い専門家が、現地視点から日本企業へアドバイスをを行います。インドのムンバイに子会社があります。

### エルエス・パートナーズ株式会社レポート

#### 「インドの健康と肥満動向」

～急速な都市型生活・食と健康の知識不足、そして日本企業の活躍の可能性～

2014年9月 執筆

当レポート記事の転載・使用によって発生する事に関して、弊社は一切の責任をもちません。

#### 【お問い合わせ】

担当：松本

〒160-0023 新宿区西新宿7丁目17番14号-5

電話：[03-3365-0510](tel:03-3365-0510) Email: [info@ls-partners.com](mailto:info@ls-partners.com) HP: <http://www.ls-partners.com/>