

## 第2回 WHOヘルスプロモーションの理念・理論

順天堂大学名誉教授・広島国際大学客員教授  
日本ヘルスプロモーション学会会長  
日本HPHネットワークCEO

島内 憲夫

### 1. 基本理念

世界保健機関（WHO）主催の第1回ヘルスプロモーションに関する国際会議で採択されたオタワ憲章（1986年）で述べられているヘルスプロモーションは、現代のバイブル的存在であり、その理念を示すものである。つまり、ヘルスプロモーションはヘルシズム（healthism：健康至上主義）を否定し、健康は生きる目的ではなく、生活の資源と捉えている。また、ヘルスプロモーションは、病気になった個人（犠牲者）を非難するという犠牲者非難（Victim Blaming）をしない。それゆえ、その責任を私的（個人）ではなく、公的（社会的）責任に置いている。

イローナ・キックブッシュ博士は、健康格差時代における健康問題の是正においては、「19世紀以来の病理学的パラダイムによるネガティブなアプローチは、現代の要請にてきさない…（中略）…現代及び将来は、ホリスティック医学のパラダイムや社会生態学的パラダイムによるポジティブなアプローチを必要としている」<sup>1)</sup>と述べている。これからのヘルスプロモーション推進にあたり、保健医療にかかわるすべての者がヘルスプロモーションの理念を理解し、ホリスティック医学や社会生態学的パラダイムによるポジティブなアプローチへ転換する必要があると言う。

### 2. ヘルスプロモーションを支える理論

#### (1) ヘルスプロモーションとは何か

バンコク憲章（2005年）は、ヘルスプロモーションの定義として、キックブッシュが考えたオタワ憲章での定義を基本としつつ、新たにナットビームらが提唱する「健康の社会的決定要因」が加

えられた。オタワ憲章では「ヘルスプロモーションとは、人々が自らの健康をコントロールし、改善することができるようにするプロセスである」<sup>2)</sup>と定義されたが、バンコク憲章では、「ヘルスプロモーションとは、人々が自らの健康とその決定要因をコントロールし、改善することができるようにするプロセスである」<sup>3)</sup>と定義されている。

ヘルスプロモーションの推進において重要なことは、自分の人生の主体は自分にあると考え、セルフエフィカシー（自己効力感）を高めていくことが大切である。よりよい人生を健康で幸せに生きていくためには、自分のライフスタイル（生活様式）を考察するとともに、自分を取り巻く環境や制度とのかかわり、つまり自然とのかかわりについて深く考察する必要がある。この考察が、ヘルスプロモーション活動の基礎・起点なのである。

そして、ヘルスプロモーション活動の中心的な課題は、運動、睡眠、禁煙といった個人の生活習慣の改善はもとより、家庭、学校、職場、地域などの生活の場（環境）の改善、そして親きょうだい、友人、恋人など人間関係の改善、さらに労働や余暇、そして制度といった社会生活の質を改善することまで拡大している。また、ヘルスプロモーション活動は人々の健康課題を共有し、解決し、ともに推進することに焦点を置いている。

その理由は「健康はともに生み出すものだ」と考えているからである。ヘルスプロモーション活動においては、人々の協同（分野間協力・住民参加・パートナーシップなど）を必要としている。この協同は、人間が経験したことのないワクワクするほど価値がある活動であり、人間性復活への活動（健康のルネサンス）であり、健康格差時代を力強く生き抜いていくための知恵なのである。21世紀

を生きるわれわれは未来をコントロールし、人生をあらゆる面において豊かなものとする、かつてないチャンスを与えられている。われわれは自分の能力を全面的に発揮し、人生を楽しみながら、すべての隣人とともにヘルスプロモーション活動を実践しなければならない。そうすることによって、われわれは真の自由と幸福を獲得する道を開くことができるからである。(図)

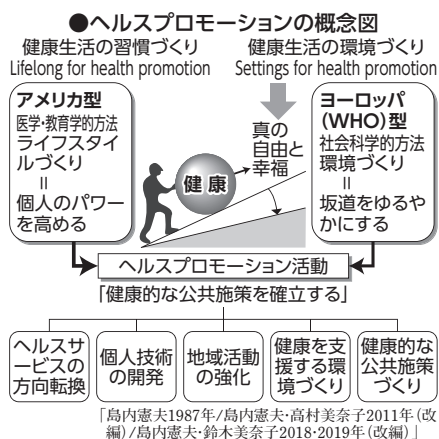
## (2) ヘルスプロモーションを支える理論

ヘルスプロモーションを支える理論は、個人から集団・組織・コミュニティ、そして政策レベルまでの実践を導く幅広い内容を有している。具体的には、①個人に焦点を置いた健康行動変容理論(保健信念モデル、理由づけされた行動理論、段階的行動変容モデル、社会的学習モデル)、②コミュニティの変化と健康のためのコミュニティ活動を説明する理論(地域社会の動員、イノベーション普及モデル)、③行動変容をもたらすコミュニケーションを導くモデル(ソーシャル・マーケティング)、④組織の変容を説明するモデルと健康を支援する組織的実践創造モデル、⑤健康的な公共政策の展開を理解するモデルなどがある。<sup>4)</sup>

## 3. ヘルスプロモーションの立役者

ヘルスプロモーションの推進で重要な役割を果たした人物としてキックブッシュとナットビームをあげたい。2017年4月12日～14日にオーストリアのウィーンで第25回H P H国際カンファレンスが開催された。カンファレンスの最終日のセッションでのキックブッシュの講演内容を紹介したい。彼女は、「オタワ憲章ではヘルスサービスの方向付けを行ったが、その内容は時代遅れではない。ますますその輝きを増している。」とし、<sup>5)</sup>さらに、「ヘルスプロモーションの最大の敵は貧困、究極の目標は平和である。人々は人々なりの健康の定義を持っており(主観的健康観)、オタワ憲章での健康は医師や薬によってつくられているのではなく、人々が生活する場(学び、働き、遊び、愛する場)でつくられている。その意味で、ヘルスプロモーションは生活戦略であり、政治戦略である」と力説している。

ナットビームは、長年にわたりヘルスリテラシーの大切さを訴え続けているが、それをヘルスプ



ロモーションのアウトカムとして位置づけ、個人や社会を変化させるための「資源」として捉えることの大切さを述べている。

バンコク憲章で加筆された「健康の決定要因」については、オタワ憲章が採択される以前から、ナットビームが「健康の決定要因」<sup>6)</sup>の重要性について論じていたことを明らかにしておきたい。また、キックブッシュとナットビームの共通の指摘は、「健康」も「ヘルスリテラシー」もともに生活・社会の資源と捉えている点である。

## 〈参考文献〉

- 1) kickbusch: lifestyle and Health, An Introduction. European Monographs in Health Education Research. 1983; 5:219-4-6. (島内憲夫・鈴木美奈子著:ヘルスプロモーション～WHO:オタワ憲章～、垣内出版:2013.104-105)
- 2) 島内憲夫・鈴木美奈子著:ヘルスプロモーション～WHO:オタワ憲章～、垣内出版、79、2013.
- 3) 島内憲夫・鈴木美奈子著:ヘルスプロモーション～WHO:バンコク憲章～、垣内出版、2012.
- 4) Nutbeam, D, Haris, H 著. 島内憲夫編訳:ナットとハリスのヘルスプロモーション、ガイドブック、垣内出版、2003
- 5) 第25回H P Hカンファレンス・プログラム、2017
- 6) Nutbeam, D, Health promotion -Concept and Principal-, Policy Work, Copenhagen,WHO Regional Office for Europe, 1986)