

## 第11回 対談「連載をめぐって」

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・池田 汐里

今回は順天堂大学国際教養学部卒業後、私の指導を求めて順天堂大学医学研究科修士課程に入学し、昨年4月に医学研究科博士課程に入学した池田汐里さんと連載をめぐっての対談をしたいと思います。

島内：最初に、私の連載（第1回～10回）を読んで、何か疑問点とか、理解できない点があれば、率直に質問していただきたいのですが……。

池田：そうですね。島内先生の「WHOヘルスプロモーション（以下WHO/HP）とは何か？」の連載を読んで、疑問に思ったことをお話しさせて下さい。第1回の「WHO/HPへの招待」で、冒頭に「世界の人々は健康のために一体何を試みて、何を編み出してきたのか？」とありますが、これにはどのような意味合いがありますか？

島内：結論的に申し上げますと「病気や障がいがない」と言ったような狭義の健康のための医学的な活動は試みてきたと思いますが、それは「病気や障がい」を治療することを意識した身体的な健康へのアプローチであり、精神的、社会的な健康の獲得のための活動は展開してこなかったことを意識してもらうために意図的に指摘しました。

池田：「第2回 WHO/HPの理念・理論」では、「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、現代の要請にすぎない……（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」と指摘していますが、この点について、今後はどうなるとお考えでしょうか？

島内：従来は、病気の原因は1つ、例えばコレラにはコレラ菌、結核には結核菌が関係していると

言ったように、ひとつの病気にはひとつの原因が関係していると考えられていたのですが、「第6回 健康とは何か？—資源としての健康—」で述べたように、健康が個人を取り巻く全ての環境と関係しており、その環境への適応する過程のなかに健康がある、またその健康は「人生・生活の目的ではなく、人生・生活を豊かにするための資源である」と指摘しました。

さらに、病気をターゲットにした「疾病生成論」ではなく、たとえ病気や障がいをもっていたとしても生き生きと生きる、生きようとしている姿のなかに健康はあると考える人々の物語を意識した「健康生成論」へのパラダイムシフトの必要性について指摘しました。このように考えていただければ、ポジティブなアプローチの必要性が理解いただけるのではないかと思います。今後は、このような考え方が主流にならなければなりません。

池田：健康に対する考え方や対処方法も歴史とともに変化してきていることがよく理解できました。

それから、「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……」と指摘していますが、ナットビームのヘルスリテラシーについてももう少し説明していただきたいと思います。

島内：ナットビームは、「ヘルスリテラシーは、よりよい健康を促進し、維持する方法に関する情報にアクセスし、理解し、利用するための個人の意欲や能力を決定する認知的・社会的スキルである」と定義しています。さらに次の3つのレベルを想定しています。レベル1は、機能的ヘルスリテラシー、レベル2は相互作用のヘルスリテラシー、レベル3は批判的ヘルスリテラシーです。人々は、批判的ヘルスリテラシーのレベル3に到

達することが大切だと述べています。詳細は、ドン・ナットビーム、イローナ・キックブッシュ著（島内憲夫編訳）『ヘルスリテラシーとは何か？～21世紀のグローバル・チャレンジ～』（垣内出版、2017）を見て下さい。

池田：「第4回 WHO/HP に関するバンコク憲章（2005）のなかで、「オタワ憲章を採択して以来、国家、国際レベルでのかなりの数の決議が WHO/HP を支援するために調印された。しかしながら、ほとんどが活動までには及んでいない」と指摘していますが、もう少し具体的に説明してほしいのですが、可能でしょうか？

島内：はい、世界の関連国は調印したけれども、遅々として WHO/HP 活動は進展しない状況にあります。それは、どのようなことが原因としてあるかと申しますと、最も大きいのは、人々が新しい考えを受け入れるには時間がかかるということです。日本でのことですが、WHO/HP を1987年から健康社会学研究会の代表として、2002年からは日本ヘルスプロモーション学会の会長として、そして2015年からは日本 HPH ネットワークの CEO として広げてきました。この事実をみても明らかですね。

池田：なるほど、日本でも30年近い時間がかかっていますね。しかし、確実に WHO/HP は広がっていますね。

それから「第7回 幸福とは何か？—ヘルスプロモーションの究極目標—」のなかで、永田勝太郎先生の『<死にざま> の医学』という著書のなかの次の文章「死を意識したあと、何らかの『生きていてよかった』と心の底から叫べる心地よい体験『至高体験』をへて、『素直でしたたかな人生観』へと 転換する」を引用されていますが、この「至高体験」ってどのような体験なのでしょう？先生は体験したことがありますか？

島内：そうですね。しいて言えば、「日常生活を悩むことなく営んでいる普通の人間では体験できない体験のこと」かな。永田先生が述べているように「がんや障害があっても『生きていける、生きていってもよい』という知恵がわいてくる。その究極は『生きる意味』への気づき」の体験のことだと思います。別の言い方をすると「WHO/HP の究極目標である真の自由と幸福」を謳歌・

実感できていることではないでしょうか。私自身は、このような意味合いでの「至高体験」をしたことはありませんので、実感はありませんが、日常生活での小さな幸せ（朝起きすてきな太陽を見たとき、真っ青な空を見上げたとき、愛犬との散歩、夜明けのコーヒーを飲んでいるときなど）を感じていることが「至高体験」なのかも知れません。

島内：最後に、今回の連載を通して WHO/HP について、池田さん自身があらためて気づいたこと・学びがありましたら、お話しして下さい。

池田：WHO/HP の歴史から昨今の新型コロナウイルス感染症のことまで幅広く学べる、WHO/HP 入門には非常に分かりやすい連載だと感じました。この連載を読んでみて、こんな考え方もあったのかと新鮮な気持ちを抱いた人もいないでしょうか。

私自身も島内先生に、WHO/HP に出会わなければ、健康は病気でないことと置いていたでしょうし、家庭・学校・職場・病院・地域・街が健康を支援する場になると思わなかったことでしょう。しかし、実際に自分が手伝っていたボランティア活動など思い返してみれば、あれは WHO/HP につながっていたのだなという発見がありました。このように WHO/HP は、私たちにとって一番身近な学問だと考えています。だからこそ、多くの人に知っていただきたい。特にこのコロナ禍で、多くの人が根拠のない情報に惑わされ、ヘルスリテラシーの重要性を目の当たりにしました。今もそしてこれからも何を、誰を信じるかという取捨選択を自分自身で行っていかねばなりません。自分の身を自分で守るため、またこれからも生き生きと生きていくために WHO/HP があるのです。今一度、自分自身の健康や幸福、愛などといった普段当たり前だと思っていること、特別意識してこなかったことを見つめ直してみるのもよいかもしれません。この連載を通して WHO/HP のすばらしさが少しでも皆さんに伝われば嬉しいです。

島内：池田さん、お付き合いありがとうございました。WHO/HP とそのコアカリキュラムの1つである「健康社会学」を専門とする研究教育者をめざしているあなたの将来の活躍に心より期待しています。がんばって下さい。