

## 5) 全国大学保健管理協会〔会誌〕(第25号)への投稿

### 健康を管理するとは？

金沢大学保健管理センター 東福 要平

長い間、患者さんばかりを対象として、病気のことを考え続けていた立場から、現在のポストについて2年になりました。

医学の分野に興味を抱いて、最近漸く、多少とも自信らしきものが身についたような気がしていましたが、この分野では最も関心をもつべき問題である、健康というものについてはこれまで全くといっていい程、頭をめぐらしたことはありませんでした。

誠に恥しい限りではありますが、更にいうならば、一体、健康とは何であるか、という問についても、自分自身の解答をもっていないことに気づきました。

この2年間、保健管理研究会の地方部会や全国集会に参加して、多くの先生方からいろいろのお話をうかがうことができました。そしておぼろげながら、健康に対する自分なりのイメージができつつあります。しかし、ここで気づいたことは、健康というものに対する考え方には実に多くのものがあって、WHOの定義とはおよそ無関係に、各人各様の解答をもっておられるということです。これらの研究会でとりあげられるテーマには、いずれも“健康”という言葉が使われています。そして、それらのテーマについて各演者の先生方の興味深いお話を聞くことができます。それでもやはりそこに、各先生方の健康に対する考えの、微妙な違いを感じることができます。

私はいま、結局健康というものは各人それぞれ自身のものであって、それに対する考え方も、自分自身が思っている通りのものでいいのではないかと考えています。人は健康のために生きているのではなく、より価値ある人生をおくるために健康でなければならないからであると考えています。

以上のように考えてくると、それでは健康を管理するということは、一体何を意味しているのでしょうか。管理する立場にある私達にも、管理される立場にある学生達にも、それぞれの“健康”感があります。そしてそれは、すべておたがいに異っている可能性があります。とすれば、健康を管理する上に一定の共通した基準というものは、存在しないのではないかと考えられます。もしあるとすれば、それは一体どのようなものなのでしょうか。このような疑問を抱きながら、2年間が過ぎてしまいました。

現在、私達のセンターでは、“健康度”というものを想定して、その基準作りにとりくみつつあります。その中には実に多くのいろいろのものが含まれていると考えています。その中の何が最も重要であるか考えるかは、各人の問題であると考えています。自分の身長と体重を知っているだけで満足する者もあるかも知れませんが、また、心電図検査や肺活量、あるいは筋力まで測定しても、まだ満足しない者もあるかも知れません。以上は身体的機能に関するものばかりですが、更に精神

的健康度、社会的健康度に関する問題もあります。これらの問題について、より客観的な尺度は何か、それを1つ1つ科学的につきつめていかなければならないのではないかと考えています。より多くの学生に、より共通した健康度の基準となる尺度を、1つでも多くとりあげていかなければならないと考えています。

そのためには、学生自身が各自の健康についてどのように考えているかを、私達は知らなければなりません。私は昨年の全国大学保健管理研究集会（1988年10月、京都にて）において、大学生の栄養状態と日常生活様式との関係について一般演題を報告させていただきました。1学部学生のアンケート調査に基いた考察に過ぎませんが、私達が正常であると考えている体重と、学生各自が理想と考えているそれとの間には、かなりの相違があることがわかりました。大学在学中に体重の増加した者も、逆に減少した者も、いずれも学生各自がそれぞれ理想としている体重に、より近づこうとしている傾向が明らかでありました。これは単に体重というものを基準にした場合であります。が、極端に受けとめるならば、1つ体重を例にとりあげても、私達の考え方と学生達の考え方に、そのいずれにより正当性があるかは別として、あるギャップが存在するといえます。このような現実を十分に念頭において、健康度の指標、尺度を考えていかなければならないと考えています。

大学の保健管理センターの役割は、現在のように医療施設がよく整備され、利用しやすくなっていく時代においては、設立当初のものとは大きく変化してきていると指摘されています。保健管理センターの学内における意義も再考されねばならないとの主張もあります。疾病をより早期に発見し、適切な治療を施す、あるいはより高級な施設へ紹介するといった、いわゆる手軽な診療所的な存在から脱皮して、今後は健康教育へもより積極的にとりくむことの重要性が指摘されています。このような社会的背景の変化、保健管理センターに対する要望を十分にくみとっていかなければならないと思います。

そのためには、健康というものを従来のような一人一人の主観的な概念のままにしておくのではなく、より科学的なとらえ方をしていく必要があり、上に述べた“健康度”把握のための客観的な基準を考察することが、当面の1つの方向であろうと考えています。そして、学生各自がそれぞれの健康度指標に基いて、自分で自分の健康というものを理解していけるような教育ができるならば、更に一步進んだ保健管理センターとして期待できるのではなかろうかと夢みております。経験もまだ少ない若輩者のたわごと、御批判を賜わることができれば幸いです。

（平成元年3月発行）