

S-face

SFC makes the future through researches

コミュニケーションと これからのWell-being

秋山 美紀

VOL.

009 /100

2015.Nov 発行

和の色・芥子色

X



健康長寿社会を実現するための コミュニティ・エンパワーメント

人類の歴史でも類を見ない超高齢社会を迎えた日本。長い人生の中では、大きな病気を患つたり喪失を経験することもあります。

そんな時も希望や夢を失わずに生きていくには、人とのつながりはもちろんですが、

健康や幸せといった概念をその時々で捉えなおすことも大切になります。

一人ひとりの“Well-being”を実現する鍵である情報とコミュニケーションによって、

秋山美紀准教授は、地域住民や患者をエンパワーし、主体性の確立と社会参加の促進を目指しています。

超高齢社会で問われる Well-beingの意味

世界一の長寿社会となった日本においては、「健康」のあり方の再認識・再定義が求められていると思います。そうした中で私は、コミュニティとそこで暮らす人々のWell-beingを実現するために、コミュニケーションの設計・実践・評価を行っています。

Well-beingには「健やかで幸せに生きる」という意味があります。そのための働きかけは、個々人の身体や心の健康づくりというミクロレベルだけでなく、人ととのつながりや社会参加、地域コミュニティをつくるといったメゾンレベル、さらにその先には自治体や国の政策立案といったマクロレベルまでがあります。

私自身の取り組みは、地域の住民や患者を情報やコミュニケーションでエンパワーすることにより、主体性と社会参加を促進することを目指しています。

コアになるのが、人が健康に関する行動を起こすための理論と実践の学である「ヘルスコミュニケーション」という領域です。健康に関するコミュニケーションは、人と人、人とメディア、政策立案者と市民、そして個人の心の内部などあらゆる場で起きているものです。より良いヘルスコミュニケーションの環境をつくり出すことで、主体間の信頼が生まれたり、ケアの質が上がったり、人々の社会参加が実現したりするのです。

※個人や集団が内面にもっている力を引き出し、自身の人生や健康をコントロールしやすくなること。

「半学半教」の精神と からだ館健康大学

2007年11月、慶應義塾大学鶴岡タウンキャンパス内(山形県鶴岡市)に、市民が誰でも利用できるがん情報ステーション「からだ館」を開設しました。以来、地域の皆さんと協働しながら、疾患や予防に関する学び

の場や、月例がん患者サロンのようなピアサポートの場を、運営してきました。毎年夏休みには、SFC(慶應義塾大学湘南藤沢キャンパス)の学生が企画に参加して、小学生に命や健康の大切さを伝えるワークショップも開催しています。私たちが地域で行っている研究の成果や専門知識を分かりやすく提供するためのノウハウの構築、それらを伝え人材の育成なども活動の柱です。

今では「からだ館」は、がんという疾病に限定しない健康に関する総合的な情報ステーションとして、地域の皆さんの主体的な学びの支援、そして当事者としての市民参加を強化する活動に力を入れています。

その具体的な例のひとつが、「からだ館健康大学」です。これは参加者である住民が、健康につながる行動を起こし、それを継続することを目指した、双方向の学びの場です。ここでは、慶應義塾の創立者・福澤諭吉の「半学半教」の精神を込めて、あえて「大学」と命名しました。

教える者と学ぶ者を分け隔てることなく、相互に教え合い学び合うしくみを具現化し、学ぶ側は同時に教える側にもなるという、地域住民の「知」の向上と循環を目指しています。



健康をベースとした 地域づくりに取り組む

高齢社会が急激に進展する中で、これらは私たち一人ひとりが、自分自身や家族の健康維持に努めることはもちろん、地域社会に役割をもって参加することが、今まで以上に求められるようになるでしょう。世界的に見て日本の高齢化は主要国のトップにあり、ここで成功モデルを作っておくことは人類にとって重要だと思います。

市民が地域の担い手として成長するためには、情報やコミュニケーションという視点から、一人ひとりの活力を引き出しエンパワーしていくアプローチがますます重要になります。健康に関する科学的なエビデンスを、健康づくりの現場へ伝えるだけでなく、現場で新しいエビデンスを生み出し、それを次の健康政策に反映させていくということも、コミュニケーション的な課題のひとつです。

健康をベースとした地域づくりは、全国各地で注目されているものの、その取り組みは即効的ではなく、一定の時間と労力を必要とするものです。地に足をつけて、長期的に持続する取り組みとして、今後も情報とコミュニケーションの視点からアプローチしながら、研究・実践・人材教育に取り組んでいきます。

“Karada-kan” Health Information Station

からだ館



地域の医療機関や行政と大学が連携・協働して、地域住民のニーズに応えていく新しい「地域協働」のプロジェクトとして、鶴岡タウンキャンパス内に2007年に設立された。

Citizen's College of Health and Well-being

健康大学



慶應義塾の創立者・福澤諭吉の「半学半教」という精神のもと、参加者である地域住民が、健康に繋がる行動を起こすことを目的とした双方向の学びの場となっている。



Peer Support Group for Cancer Patients

患者サロン



「からだ館」の開設当初から行われている、月例のがん患者サロン。毎月20名ほどのがん患者が集まり、互いに語り合うなかで生きる元気を取り戻していく場となっている。

Workshops for Children

子どものための健康ワークショップ



将来、地域を担うべき子どもたちへの啓発も重要な活動のひとつ。子どもを対象にした命や健康の授業を通じて、Well-beingやヘルスコミュニケーションの考え方について学んでもらう。

詳しくはWebサイトへ

詳細インタビューや動画も
ご覧いただけます

S-face

検索



Profile 秋山 美紀



慶應義塾大学環境情報学部准教授。同大学大学院政策・メディア研究科博士課程修了。専門は健康情報とコミュニケーション、疫学、公衆衛生、健康政策、博士(政策・メディア)。

慶應義塾大学SFC研究所

慶應義塾大学 湘南藤沢事務室 学術研究支援担当

Tel: 0466-49-3436 (ダイヤルイン)

E-mail: info-kri@sfc.keio.ac.jp