

保育内容（健康）における「健康」の定義について On the Definition of "Health" in 'Content of Childcare(Health)'

大 森 宏 一

OOMORI Kouichi

【要約】

本研究は、「健康」についての定義に関する研究である。「健康」は英語の「health」を語源としており病気との対比として使われることが多いが、その定義づけについては明確なものがなくそれをすることは非常に困難であるとされている。今回は、WHO 憲章における定義づけおよび幼稚園教育要領・保育所保育指針の保育内容健康を参考にその意味を検証した。

今回の憲章では「健康」は、日常会話的に使われる健康と本来の意味を考えたときに大きな差があることがわかった。ここでは「健康」の定義についての新たな提案はできなかったが、「幸福感を感じられること」と「どんな状況においても自分らしく生きることができる強さを持っていること」また「人間が願う最低限のものであり且つ最高のものでもある」の3点のキーワードが考えられた。

キーワード：健康 保育内容健康 WHO 憲章

1. はじめに

平成 15 年 4 月厚生労働省より国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な方針について「健康増進法」¹⁾ が告示された。これは国民の高齢化や疾病の変化に伴う視点から健康の増進を図ることを目的としている。

普段の生活中でも健康第一、健康食品、健康づくりなどと「健康」という言葉は日常的に大変多く使われている。それだけ現代の我々の生活の中では「健康」という言葉は身近なものであり、日常的な言葉として使われている。しかしながら「健康」とは何かを定義づけることは難しくどのように説明することがよいかわからないのが現状である。

健康の定義についてその定義づけの難しさを小泉²⁾ は次のような言葉で、指摘している。「健康とは何かを正確に定義づけることがむつかしいとしても、人々がそれを願い求めているのは事実である」。として定義づけの難しさと我々の日常生活に密着しており困難ながらもそれを求めて必要としていることを述べている。

また「健康」は抽象的な概念であり、その諸説の多さからも統一化することは非常に難しい。

本研究では、この「健康」についてその定義を考えてみたい。ただし「健康」の新たな定

義を提案し定義づけをするわけではない。しかし今回はその最初の取り組み作業の一つとしてとらえたい。またその中で「保育内容健康」についての考察も深めてみたい。

2. 「健康」という言葉について

北澤³⁾によると、日本語において「健康」という言葉を用いたのは、緒方洪庵(1810-1863 蘭学者であり蘭法医)であるとしている。(ただし北澤は、表現としての「健康」は 1796 年「波留間和解」にみられると報告しているが、オランダ語の *welstand*, *welzyn* の訳語として用いられたのでこれは考慮しなくてもよいとした。)

(参考) 以下北澤のまとめによる。

- 1790 年代 オランダ語の訳語の一つとして健康という語が作られる。
- 1810 年代 複数の類義語が試される。
- 1830 年代 生理的概念としての健康の使用例が増える。
- 1850 年代 医学書の中で健康が支配的になる。
- 1870 年代 啓蒙書で類義語と一緒に使用される。
- 1890 年代 一般的に広く知られる語となる。

竹山⁴⁾は、この緒方が用いた「健康」は江戸時代末期においては専門用語であるため一般的ではなかったとしている。そして「健康」が一般的になるのは明治時代であるとしている。

さらに竹山は「健康」を一般的語録に貢献した人物として、福沢諭吉(1834-1901)を挙げている。福沢諭吉は「学問のすすめ」第 4 編(明治 7 年, 1874 年)の中で「健康」を用いて下記のように述べている。

すべてものを維持するには力の平均なるべからず。譬^{たと}えば、人身の如し。これを健康に保たんとするには、飲食なるべからず、大気光線なるべからず、寒熱^{つうよう}痛痒^{よう}より^{より}刺衝^{ししゅう}してうちよりこれに応じ、もって一身の働きを調和するなり。今^{いま}俄^{わか}この外物の刺衝を去り、ただ^{ただ}生力^{せいりきょく}の働くところに任してこれを^{ほう}頓^{とん}することあらば、人身の健康は 1 日も保つべからず。⁵⁾

ここで用いられる「健康」は明らかに身体の生理的現象に対してのものであり精神衛生的な観点や社会的な観点は考慮されていない。その後、明治時代に知識人によって「健康」が使われ始め、学校教育(高等小学修身書, 國光社, 1882 年)の中で浸透していったと思われる。

これが竹山による日本語として「健康」という言葉が浸透していった経緯である。

ここで考えられることは、さも当たり前のように、当然皆が知っているように（理解されているかのごとく）日常的に使われている言葉であるが近代西洋医学的な概念であった「health」を語源として 1800 年代に鑄造され一般化した言葉であることがわかる。

（参考：福沢諭吉は当初 health を精神と訳していたこ．北澤一利 健康の日本史 平凡社新書 p229 2000 年）

3. 辞典による「健康」の意味から考える

広辞苑によると⁶⁾「身体に悪いところがなくすこやかなこと。達者。丈夫。壮健。また病気の有無に関する体の状態」と定義している。

健康について考えるとき、病気ではなく、無傷であることは第一の概念であることは否めない。

このことが第一の概念ではありそこからこの言葉ができたといえるが、では慢性疾患やアレルギー疾患、生まれつきもしくは何らかの事故で身体に障がいのある人は、健康になれるのかということを再考察する必要がある。

小泉⁷⁾は、「どこと言っても健康上に問題がなくても自分はがんにかかっているのではないか、などの心配に明け暮れている人とすでにがんの診断をうけ知らされいながら、毎日の生活を充実させ、家族や社会に対してなしうることを可能な限り続け、あるいは創作活動を尽くしている人とではどちらが『健康的』であろうか？」と論じている。

このことから、「健康」とはなにかという疑問に対して、単なる病気や障がいがあるかないかということは、一つの概念に過ぎないことになる。さらに全く病気や、障がいがない人がどのくらいいるであろうか。そのことを考えると現在「健康である」といえる人は非常に少ないのではないだろうか。

さらに、「健康」を考えるとき病気や障がいとの対比ではなく「幸福」との関連性を見ていかなければならないと考えられる。小泉は「さまざまな立場におかれた人それぞれの自己実現の姿としてみることはできないか」という投げかけをしている。

このようなことから「健康」を考えるとき、病気や障がいがないことは一つの要素ではあるもののそのことが「健康＝病気・障がいなどが無い」であるということにならない。

これらのことをまとめて以下のような点を疑問点として考える必要がある。

- ① 病気であっても「健康」であるといえないか。
- ② 病気があってもその症状をうまくコントロールしていて、もしくはうまく症状と付き合っていることは「健康」であるといえないか。
- ③ 慢性の病気にかかると「健康」であるといえないのか。
- ④ 身体に障がいがあれば「健康」にはなれないのか。

これらの疑問点からも「病気・障がい」と健康の概念は一つではないと考えられる。

注) 本来であれば疾病と病気はその概念上の違いから分けるのが望ましいと思われるが、「疾病とは、病気を論理的・客観的に構造化した概念説明」とされていることから本稿では、病気と疾病について特に分けていない。

4. 世界保健機関 (WHO) 憲章における「健康」の定義

「健康」の定義というところまず世界保健機関憲章の全文にある文言が定義として確認される。世界保健機関は、61 か国の署名により 1948 年 4 月 7 日より効力が発生した国際連合の専門機関⁸⁾である。この世界保健機関の前文において「健康とは」の記載があるが、正確には本文は英語 (6 か国語の公用語の中には日本語はない) であり日本語の表記はない。したがって日本語訳ということになり、また冒頭の「Health」を日本 WHO 協会の訳では下記のように「健康」と訳している。

Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

健康とは、病気ではないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいいます。⁹⁾

ただし、1998 年に下記のような提案があったが、採決を見送りとしている。

Health is a dynamic state of complete physical, mental, spiritual and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

静的に固定した状態ではないということを示す **dynamic** は、健康と疾病は別個のものではなく連続したものであるという意味付けから、また、**spiritual** は、人間の尊厳の確保や生活の質を考えるために必要で本質的なものだという観点から、字句を付加することが提案されたのだと言われています。¹⁰⁾

WHO 憲章においても、健康と疾病は連続したものとしてとらえようとされていることがうかがえる。

また梶原¹¹⁾は **spiritual** の意味について、その由来をラテン語の **spiritus** までさかのぼり、日本において「スピリチュアル」や「スピルチャリティ」が浸透し始めたのを 1990 年から 2000 年ごろであるとしている。

さらに梶原は、神学者 (窪寺)¹²⁾、死生学研究 (藤井)¹³⁾ 社会福祉分野 (木原)¹⁴⁾

医療関係者（三澤）¹⁵⁾ を引用して定義を検証している。そして、その定義づけに関して、その機能・存在様式・存在領域など捉える基準が異なるためにそれぞれの立場から受け止めて理解することが必要であり重要であると述べている。

さらに梶原は、「人が生命体として存在するその根底にある力、命を支えている力である」と理解しようとしている。

また人間の身体や精神は常に変化するものであるが「スピリチャリティ」はそれらの根底を支え養っている動的な実態であるとしている。これ自体が成長したり退化したりしないものとし、身体や精神が脆弱になったり危機に瀕した時にその生命体それを支えるものであると考えている。よって危機的状況により「スピリチュアル」を感じる機会になるとも言っている。

このように梶原の研究から見ていると世界保健機関が 1998 年に付加を提案した「spiritual」にはキリスト教やイスラム教などの宗教になじみの薄い日本人にとっては特に認識がむつかしいと思われる。（日本人にとって仏教および神道は非常に浸透しているように思えるが日常の中に自然と組み込まれおり特に意識として表面化していないと考えている）

しかしこの見送りとなった提案から「健康」とは、社会的な状況が良いことや病気や障がいではないというだけではないことのほかに、目に見えない力の存在を否定するものでなく、むしろそれだけにとどまらない地球に存在する生命体としての存在意義を認めるものであることとらえようとしたことがわかる。

梶原の考察より筆者はその定義づけについていくつかのキーワードがあげられるように思われた。

- * 自分らしく生きる
- * どのような状態に置かれても強く生きる
- * 信念をもって生きる
- * 生きることへの意味・目的をもって生きる

などである。さらに筆者は spiritual については「生かされて生きている」をも考慮すべき点であると考えた。

上記のキーワードと病気の関連については全く関係がないとは言えない。しかし「健康＝病気ではない」ということよりもその時々の人間の環境を含めた状況においてどのように生きるかという生き方が大きく関連しているように思われる。

ここで「健康」とは状態であることも大切であるが、生き方といった方法論的観点も含まれていることから定義づけは困難であると思われる。

5. 「健康」と保育内容「健康」について

はじめに、ここでの検証と考察は保育内容「健康」についてその記述の方法や内容について批判をするものではなく、その内容から「健康」および「保育内容健康」についての意味をより深く読み解こうとするものであることを記しておく。

平成 20 年に改訂された幼稚園教育要領¹⁶⁾および保育所保育指針¹⁷⁾において幼稚園(保育所含む)修了までに育つことが期待される生きる力の基礎を幼児の発達の側面から 5 つの領域にまとめ示している。その中に心身の健康に関する領域「健康」がある。よって子どもの「健康」をどのようにとらえようとしているか保育者および保護者の視点からわかる。

幼稚園教育要領および保育所保育指針またその解説書やさまざまな養成校で使われている教科書などにおいて、筆者の調べた限りにおいて、健康の定義を明確に示している文献は見当たらない。

前項で述べた WHO 憲章の全文より考察を含めて示唆されているものは多々あるが、これが「健康」の定義であるというような文言は見つけられていないのが現状である。

桐原¹⁸⁾は「健康」について「個々人がそれぞれの状態の中で可能な限りの身体的、精神的、社会的活動ができ、かつ、社会もそれを認めて受け入れ、共に行動ができる状態」という説明をしている。この「それぞれの状態」「可能な限り」「社会もそれを認めて」にキーワードがあり、より包括的になるように思われる。しかし包括的な内容にすればするほど本来の意味が薄れてしまうということも配慮しなければならないと思われる。

保育内容「健康」における目標として「健康な心と体を育て、自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養う」とある。

冒頭に「健康な心と体」と記述があるが、「健康」にはすでに心身の状態などそれらをむくめたポジティブな概念が入っており改めて記述しなくてもよいと考えられる。

このような記述を見ると、改めて「健康」の定義が不明確であり日常的に使われている「健康」の概念と日本語としての「健康」の定義に違いがあること考えられる。

問題点として、日常的に使われている「健康」とのギャップが大きく「health」から始まった「健康」があまりにも一般大衆化されさまざまな意味を含めたしかも「病気」と相反する言葉としての要素が大きいものとして定着したと思われる。

保育内容「健康」のねらい^{16) 17)}には①明るく伸び伸びと行動し、充実感を味わうとある。明確な「健康」の定義が示唆されていないとはいえ、ねらいにはこのような記述がある。これは前項の梶原の考察から考えられる人の生き方にかかわるものであると考えられる。

子どもが保育施設において、明るく伸び伸び行動していることは、子どものあるべき姿として望まれるものでありそれを妨げる物的・人的環境を整えることは保育内容にとって重要な課題である。

また充実感を味わうことは、病気や障がいという概念とは別に保育内容において取り組まなければならない重要な「健康」の要素であると思われる。

さらにその③^{16) 17)}には、「健康、安全な生活に必要な習慣や態度を身に付ける」とある。ここでも「健康、安全な」と冒頭に健康の記述があるが、これは明らかに病気にならないように衛生管理に留意して過ごすことの大切さとそのための生活習慣を整えることの重

要さが述べられていることからわかる。

一般的に用いられている「健康」とのギャップの中で、保育内容「健康」は子どもが病気やけがをすることなく生活することを示しているほか、生きている今をいかに幸福感をもちながら生きるか、また自ら成長発達しようとしている子どもの成長の芽を温かく寄り添い見守る保育者（保護者を含む）の姿勢について示されている。

WHO 憲章では、社会性についても述べられておりそのことは一個人としての状態と同様に重要なポイント（「⁹」・・・だけではなく（略）・・・」という記述から）として記述があるが、保育内容健康においてはその内容の部分で、「先生や友達と触れ合い、安定感をもって行動する」といった記述がある。

このことは WHO 憲章の「社会的にも満たされている」という部分とリンクしており保育内容の人間社会に生きる基礎を培う部分と大いに関連すると思われる。

これらのことから保育内容「健康」における意味として、下記のキーワードが考えられた。

- *子どもの成長発達を妨げないようなかかわり
- *病気やけがをしないような生活習慣の確立のためのかかわり
- *生き方として、幸福感をもてるようなかかわり
- *社会性をもって生きることができるようなかかわり

これらのことは、保育者として子どもの健康を考えた時のかかわりとして考えられることであるが、「健康」の願いの中には、人間が願う「最低限でありながら最高の願い」でもあると考えられる。

6. おわりに

本稿では、「健康」の定義について、健康に関する過去の文献および、WHO 憲章と保育内容健康をもとに検証を行った。

ここでは、「健康」が「health」をもとにつくられて 1800 年代以降の言葉であること。

そのために、一般的な解釈と定義づけをしようと試みている定義との間にかなりのギャップがあること。

またその定義については、さまざまな見解があり定義づけがむづかしいことが分かった。

保育内容において、その定義を明らかにしている文献は見当たらなかったが、くつかの示唆があることなどが明らかになった。

さらに「健康」には人間の生き方そのものを問う要素が含まれており、それぞれの状況や環境によってかなり違いがあることも考えなければならないと思われる。

そして、その人の「幸福感」と大きくかかわっておりそれを感じ取るための生き方について状況が許すときには「強さ」を養うことも必要であると思われた。

特に成長期における子どもの場合「幸福感を感じられること」と「強さ」を養い育てることは、養育義務のある大人が再度考えなければならないことであると感じている。

今回は、「健康」の定義づけについてその提案もすることはできなかったが、このまとめとして、「幸福感を感じられること」と「どんな状況においても自分らしく生きることができる強さを持っていること」また「人間が願う最低限のものであり且つ最高のものでもある」の 3 つのキーワードを提示したい。これらは目的と手段が混在しているように思われるが、現在使われている「健康」があまりにも大きな意味を含んでいるために今回はキーワードとして提示したい。

今後の課題として、「健康」の定義についてその提案へ進むための調査と研究を行いたい。

引用文献

- 1) 厚生労働省「健康増進法の概要」 www.mhlw.go.jp/shingi/2004/12/dl/s1202-4g.pdf (2016.9.28 アクセス)
- 2) 小泉明「健康の本質をめぐって」 *Health Science*, 2(1) 1986 年
- 3) 北澤一利 野村一夫ら「健康ブームを読み解く」 青弓社 2003 年
- 4) 竹山重光『「健康」の概念化』北海道大学文学部哲学倫理研究室, 科学研究費「応用倫理学各分野の基礎的諸概念に関する規範倫理学およびメタ倫理学研究報告書」66 頁 2005 年
- 5) 福沢諭吉「学問のすすめ」岩波文庫 36 頁 1942 年
- 6) 新村出編「広辞苑」岩波書店 1996 年
- 7) 小泉明『「健康」の考え方』特別講演より 産業医学 29 卷 304 頁 1987 年
- 8) 外務省, 国際連合システム <http://www.unic.or.jp/files/organize.pdf> (2016.9.29 アクセス)
- 9) 公益社団法人日本 WHO 協会, 健康の定義 http://www.japan-who.or.jp/common_img/header_logo.jpg (2016.9.29 アクセス)
- 10) 前掲
- 11) 梶原直美「スピリチュアル」の意味 - 聖書テキストの考察による一試論 - 川崎医療福祉学会誌 第 24 号 No.1 pp11-20 2014 年
- 12) 窪寺俊之「スピリチュアル学序説」三和書店 2004 年
- 13) 藤井美和「スピリチュアルの本質 - 死生学の視点から -」老年社会科学 31 卷 4 号 pp522 - 528 2010 年
- 14) 木原活信「対人援助の福祉エートソーシャルワークの原理とスピリチャリティ」MINERVA 福祉専門職セミナー 10 ミネルヴァ書店 2003 年
- 15) 三澤久恵「今を生きる高齢者のスピリチャリティとそのケアを求めて - 老年看護の視点から -」窪寺俊之監修「スピリチュアルケアの根底にあるもの - 自分が癒され, 生かされるケア」遊戯社 pp100 - 127 2012 年

- 1 6) 幼稚園教育要領 (平成 20 年 3 月, 文部科学省告示第 26 号)
- 1 7) 保育所保育指針 (平成 20 年 3 月, 厚生労働省告示第 141 号)
- 1 8) 桐原由美「子どものこころとからだを育てる保育内容健康」高内正子編 保育出版社 pp18 - 19 2008 年