

こもれび 武蔵野市社会教育委員だより  
発行日：平成 31 年 3 月 1 日  
編集：社会教育委員の会議  
発行者：武蔵野市教育委員会教育部  
生涯学習スポーツ課 TEL 0422-60-1902  
表紙ロゴ：亜紀ロゴイラスト工房  
初版：500 部



## 武蔵野市社会教育委員だより

平成 31 年 3 月 1 日 第 5 号 号外

平成 30 年度東京都市町村社会教育委員連絡協議会 交流大会・社会教育委員研修会  
平成 30 年 12 月 15 日（土）13 時 45 分～16 時 45 分 武蔵野公会堂ホール

### ➤ 第 2 部 社会教育委員研修会

講演 「きょういく（教育）」、「きょうよう（教養）」で元気になる

～今日行くところは、今日用事があるところは～

講師 岩室 紳也 氏

医師・ヘルスプロモーション推進センター（オフィスいわむろ）



この講演の抜粋と要旨は、岩室氏によって講演当日に使われたパワーポイント 191 コマと、当日の聴衆の一人であった筆者のメモを元に執筆されたものである。紙幅の関係から多くの部分を割愛せざるを得なかったのみならず、岩室氏の巧みな語り口と、パワーポイントの卓越した画面のデザインと音響は、到底、紙面の上では再現出来ないことがもどかしい。90 分の講演時間中、すべての聴衆を惹きつけて片時もその心を離さなかった岩室氏のプレゼンテーションの内容と技法に、この場を借りて心より敬意を表したい。（宇佐見義尚）

### ➤ 講演の抜粋と要旨

#### 医師になって 38 年目になります

医師に関して、皆さんはどのようなイメージをお持ちでしょうか。広辞苑第七版には、「医療」とは、「医術で病気を治すこと」と同時に「医学的知識をもとに福祉分野とも関係しつつ、病気の治療・予防あるいは健康増進をめざす社会的活動の総体」とあります。私は、ここで「社会的活動の総体」とあることを特に強調したく思います。本日の研修会で、医師としての私が社会教育の実践にたずさわっていらっしゃる皆様とこうしてお話できることもまたこの「社会的活動」の一つだと、大変うれしく思っています。お招きいただき、感謝いたします。

#### 理解できないことの連続

世の中には、理解できないことが連続して起こっています。新聞記事には連日のように「危険運転認め懲役 18 年」「19 人刺殺 障害者標的」「同級生を殺害遺体切断」「秋葉原無差別 7 人殺害」。なぜ、こうした事件が起こるのでしょうか。なぜ、彼らはこうした事件を起こすのでしょうか。本日は、健康づくり、犯罪予防、まちづくり、現代社会の諸問題などについて、これまでの私の経験を踏まえての率直なお話をさせていただきます。

#### 平均寿命は、こうやって延伸—陸前高田市の場合—「今日行く 今日用事」

岩手県内市町村別平均寿命（女）で、陸前高田市は 2000 年 29 位、2005 年 10 位、2010 年 1 位、2015 年 1 位になりました。陸前高田市食生活改善推進協議会、陸前高田市保健推進員、健康文化都市陸前高田市「健康りくぜんたかた 21 プラン」「はまってけらいん かだってけらいん」運動などの活動の成果であろうかと思えます。

#### ノーマライゼーションという言葉のいらぬまちづくり（アクションプラン 陸前高田市）

一人ひとりが、自分自身の、そして相手の、障害、年齢、過去の一切を意識することのない、誰もが暮らしやすい、住みやすいまち。ノーマライゼーションということが必要なまちとは、過去を意識しながら暮らさざるをえない、ストレスの多い、生きづらいまちのこと。

#### 居場所について考える—浦安市の場合—いのちとこころの支援対策協議会の事例

「居場所」とは 一人ひとりの居場所、私の居場所、地域の中の居場所。楽しいイメージを持つすべてのことができれば、そこが居場所になる。居場所はその人の置かれている環境や年代によって異なる。心地よい居場所のみを選ぶのではなく、つらい居場所も体験することが必要。一人で居ても居場所があります。大勢といっても居場所がないこともあります。仲間からの声かけが居場所になる。若い世代—地域とは限らないが、趣味、職場が居場所になっている。子育て世代—学校や保育など、こどもを通して知り合った方とのコミュニティを大事にしている居場所。職場が

居場所になることも多い。職場を転々とする非正規雇用は職場が居場所になりえていないという社会構造的問題もあります。居場所を多く作っていくとリスクが分散されます。「外とのつながり」という居場所が大切なのだと思います。居場所づくりは「共通のきっかけ」があれば、地域でも人間関係でも進む。場所だけではなく、目標や夢に向かう取り組みも居場所になります。支えるときも、支えられているときもそれが居場所。急がば回れ、メタボも若者の生きづらさも居場所づくりから始めれば、解決の糸口が見えてきます。

### 健康日本 21 (第2次) 概念図—健康寿命の延伸・健康格差の縮小

ソーシャルキャピタルの向上のために、地域のつながりの強化、多様な活動主体による自発的取組の推進。健康づくりに主体的に関わる国民の割合の増加、健康づくりの活動に主体的に取り組む企業数の増加、健康づくりに関して身近で専門的な支援・相談が受けられる民間団体の活動拠点数の増加。健康格差の縮小、健康格差の実態を把握し、対策に取り組む自治体の増加が不可欠な目標になります。

#### つながりについて考える

「つながり」と言えば「絆」。絆はどう読みますか。「きずな」と読めば「つながり、むすびつき」を意味します。「ほだし」と読めば「手かせ足かせ束縛迷惑」の意味になります。ソーシャル・キャピタル（絆がある居場所）の三つの要素は、「信頼」、ネットワーク（つながり）、お互い様（規範・互酬性）。ソーシャルキャピタルの効用—ソーシャル・キャピタル（絆）がある居場所には、健康面の効用として—総死亡率低下、自殺率低下、喫煙率低下、自覚的健康度上昇、健康行動上昇、運動習慣上昇。健康以外の効用として—行政効率、まちおこし、防災対策、治安・防犯、子育て、教育、就労、経済成長、技術革新があります。

#### 見ている問題は氷山の一角（性 ころろ 薬物 ネットについて）

問題の根底は、性（中絶、HIV、AIDS、STI）、若者のトラブルの根底にあるもの。「生きづらさ」の背景、「生きづらさ」の数々、自己肯定感が低い 自分に自信がない、傷つくことが怖い、愛されていない、失敗を避ける、人と比べる、自己嫌悪、人見知り。居場所がない、関係性が希薄か喪失、他人の目が気になる、周囲に合わせる、人間関係が面倒、SNS が居場所、家族に依存、相談するのが苦手、無関心。思考パターンがシンプル、コミュニケーション能力が低い。寂しさより楽を取る。生きづらさとは、正解を押し付けられ続けた結果、居場所が見つけれられないこと、依存先を増やせないこと。

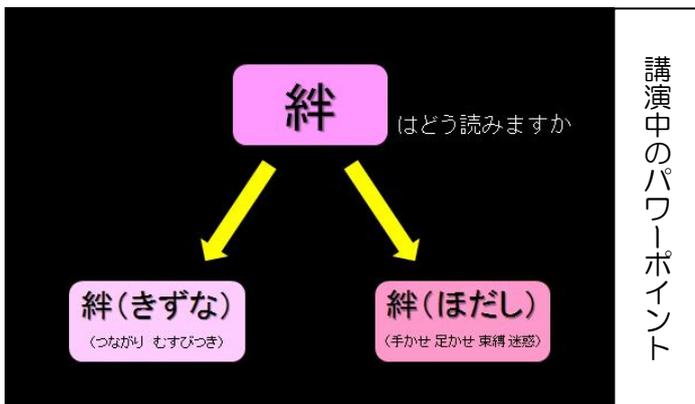
#### 治療からみた「ころろの病」は「環境の整備」で対応する—

実態は薬が主役になっていることが問題。

#### 結論—問題の根底

関係性、自己肯定感、居場所、依存性、甘え先の喪失、傷つきたくない病、承認欲求が満たされず、自己顕示欲発散不足、コミュニケーション能力低下。誰もが直面する「性」と向き合い、お互いを育てながら生きていこう、いまこそ一人ひとりの個性を支え合い尊重し合う社会を、持ち物より持ち主が大事、いろんな人がいるからいいんじゃない、いろんな人の間に私があなたがいる、童貞も・処女も経験者も時間の問題、「性」だけは、私に、あなたに序列をつけない、いろんなカラーの人がいるからいいんじゃない、Only One がつながり共に生きる社会に、いろいろ（ヘテロもゲイも）いるのが当たり前、迷うな、あせるな。

多様な大人とつながる中で子どもが育つ社会を、多様な価値観があるのが自然、中絶反対、ピル推進、結婚前提なら OK、道徳を教えたい、命の大切さ、できることから一歩ずつ、純潔が一番、ゲイも OK、ノーセックスかコンドーム。どれも OK。Only One が大切にされる、多様性と関係性で支えあう、愛情・感謝・褒め言葉があふれる地域づくりをしたい。できる人ができることを。みんながつながる 家庭、保健福祉、地域、学校、医療、政治。



### ➤ おすすめ書籍：岩室 紳也 著

『つながりから考える薬物依存症』（大修館書店、2018年）、『イマドキ男子をタフに育てる本』（日本評論社、2013年）、『思春期の性—いま、何を、どう伝えるか』（大修館書店、2008年）