



いちき串木野市立羽島中学校

12月には「大雪（たいせつ）」という季節を表す言葉があります。雪がよく降る頃，という意味です。その「大雪」の後に「冬至（とうじ）」があります。冬至にはかぼちゃを食べ，柚子（ゆず）を入れたお湯につかって，健康に過ごせるように願う風習があります。健康にすごしたいと願うことは，今も昔も変わらないですね。

さて，「健康」って，どういうことでしょうか。

「健康の定義」は，WHO（世界保健機関 World Health Organization）が提唱した

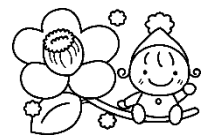
**健康とは，病気でないとか，弱っていないということではなく，
肉体的にも，精神的にも，そして社会的にも，すべてが満たされた状態にあること**

が有名です。

WHOは1948年，すべての人々の健康を増進し保護するために，多くの国が協力する目的で設立されました。そして，1978年に，143か国の政府代表と67の機関（国際機関やボランティア団体を含む）が参加した1週間にわたる会議の最終日に「アルマ・アタ宣言」が採択されました。その宣言の中で，世界共通のゴールとして「2000年までにすべての人々に健康を！」(Health for All by the Year 2000) という目標が設定されました。

2023年の今，世界の人々の健康状態はどうでしょうか。戦争や貧困により，健康が身近ではない人々がまだまだいます。健康には，社会的な問題や経済的な問題，政治的な問題が関係していることが分かると思います。では，私たちはどうでしょうか。肉体的にも精神的にも，社会的にも満たされ，健康にすごせているのでしょうか。12月には，健康について，大きな視点で考え，そこから自分の健康を見つめる作業をしてほしいと思います。

さて，WHOの「すべての人に健康を！」という目標を達成するための戦略が，プライマリ・ヘルス・ケア（PHC：Primary Health Care）です。



健康であることを基本的な人権として認め，全ての人々が健康になること，そのために地域住民を主体とし，問題を住民自らの力で総合的にかつ平等に解決していくアプローチをプライマリ・ヘルス・ケアといいます。

自分の健康だけを考えると，自分の体は自分のものだから，どうしようと勝手だと言いたくなるかもしれませんが，大きな視点で考えると，健康には，様々な分野（農業，教育，通信，建設・水利，社会，経済，文化，政治，人権など）が関係してきます。その様々な分野が，連携して問題に取り組むことによって，初めて「すべての人の健康」の実現へと向かいます。そして，すべての人の身体の実現が，こころの健康，地域の健康，社会の健康，平和な世界へとつながることと思います。

行事が盛りだくさんでしたね。



11月29日には「がん教育」、30日には「血液教室（3年生）」がありました。そして、12月13日には「薬物乱用防止教室（1年生）」が行われます。健康について考える行事が続きます。

「がん教育（いのちの授業）」では、講師の三好さんが「がん」になってどう感じ、どう人生をとらえ、考え、生きてきたのかを教えていただき、いろいろと心が動かされたことと思います。

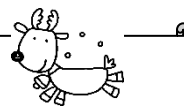
また、お人柄もステキな方でしたね。日ごろから、「仕事には人柄がにじみ出る」と思っていました。三好さんから、かもし出される雰囲気や言葉は温かくて、そこから学ぶものもありました。

みなさんの感想の中にも、ステキな言葉があったので、紹介したいと思います。

- 周りから何を言われようが、自分らしく生きることが大切だと思いました。（1年生）
- 支えあって生きていきたいです。（1年生）
- 「がん」は怖くて何かを失ってしまう病気だと思っていたが、三好さんの話を聞いて、がんになったら失うことがあるけれど、何かを得ることができる病気だと「がん」のイメージがとても変わった。（2年生）
- 私はよく、いろいろなことに悩んだり、思い返したりして、後悔していました。けど、今を生きているんだと気付かされました。（2年生）
- 三好さんの「必ず、悩みをわかって聞いてくれる人がいる。」という言葉聞いて、すごく心が救われました。（3年生）
- もっと、自分が今、生きていることに感謝したいと思いました。（3年生）
- 夢は〇〇なので、三好さんとは違う方向から命の大切さを伝えて、人の生きる希望になれるような〇〇になりたいと思います。（3年生）



保健室からのつぶやき



世界平和



2年生の教室に、2年生と学年部の先生方の願いや目標が書いてあります。

私の願い事は「世界平和」。

本気で考えていますが、友達には冗談と捉えられたりします。私がなぜ、世界平和を考えたようになったかという、この仕事を通して、子どもたちが仲良く心穏やかにくらししていくにはどうしたらいいとか、健康とは何か、と考えたときに行きついた先が「世界平和」でした。健康と平和。関係ないようでとても関係が深いです。自分の心が平和になる、と想像してみてください。ほっとした気持ち、安心した気持ち、穏やかな気持ちになりませんか。クリスマスには、「愛と平和」という言葉が似合います。

みなさんが、今年最後の月を穏やかにすごせますように！

