

小 象 の 会

金塚 東

「小象の会」の活動 ——「社会医学研究会」から学んだこと——

はじめに

千葉大学医学部85年史を見ると、昭和21年に「社会医学研究会（社医研）」は誕生したと記されています。“最悪の状態にあった社会ならびに衛生環境をまざまざと見、体験した医学生の一部は、その改善策を憂慮し、併せて、医学、医療、医師のあり方、医学生の進み方を再検討すべき”と相集い、週1回の例会をもち討論したのを社医研の発祥としています。そして“思想にこだわらず、良心の命ずる所に従い、荒れ果てた社会に少しでも何かの役に立つならばという気持ちを結集し”立ち向かったとあります。

私が千葉大学へ入学した昭和42年当時、ベトナム戦争による悲惨な状況が毎日のように新聞、テレビで伝えられていました。米国やフランスを中心に、世界的な規模で青年による反戦と既成の社会体制に対する反発がありました。そんな状況が反映されて、日本でも大学紛争が巻き起こり、千葉大学も例外ではありませんでした。特に医学部では、インターン制度と青医連問題があり、全国的に医学部紛争が起りましたが、千葉大学医学部においては“二内科紛争”も絡み、多くの学生や若年医師が不安定な日々を送ることになりました。私も不安定な日々を送る医学進学課程の時期に、梶尾高根先生から勧められ社医研に入会しました。しかし、85年史に見られる学生の気概に乏しい私は社医研の活動を疎かにして、大学紛争そして、その後日々の学生生活へ埋没していきました。そのような私に、数少ない社医研の活動で記憶に残るのが、「長野県伊那郡阿南町における活動」です。

長野県伊那郡阿南町における活動の記憶

同地区は、山村へき地であり、過疎化の著しい地でした。調査活動の内容は当100周年記念誌に詳細が述べられ、“長野県伊那郡阿南町における和合地区を中心にした社医研活動の概要”として一覧表にまとめられています。1961年から活動が開始され、

保健・医療・社会保障の実態調査に始まり、食生活に関する問題の掘り下げ、更に老人問題、地域保健医療にまでその活動を進められたことが記録されています。私が参加した時期には、青年会との交流・学習、部落懇談会、診療所後援会との懇談、婦人会との話し合い、子ども会との交流等々を合宿して行うものでした。具体的な内容、成果については、大変恥ずかしい限りですが殆んど記憶にありません。診療所の先生と夜遅くまで、内容は覚えていませんが、車座になって話し合ったこと、そして子どもたちと山間の校庭で走ったり、ボールを蹴ったりして遊んだ記憶だけが残っています。

保健・医療・社会保障に関する問題、食生活の問題、老人の問題は、40年以上を経た今日において、また一山村へき地を超え国レベルにおいて極めて重要な課題であることは、現在ならば周知の事実です。住民と共に取り組み、実践した中から提起されたが故に、その内容が時代とともに変遷したとはいえ時代を超えた、また地域を越えた普遍的な問題を課題として捉えることができたと思います。社医研で積極的に活動された諸先輩の先生方に脱帽する次第です。そして、私の中に、個々の活動についての記憶が失せても、“医療に関する諸問題を解決するには住民との対話の重要性、必要性”が脳髓の奥深くに記憶されることになりました。

糖尿病の診療を経験して

大学を卒業後、第二内科に入局し糖尿病を専攻、診療と臨床研究の日々を送ってきました。来院する患者の診療に従事し、糖尿病学の著しい進歩に興味を持ち、最新の診療と研究に心を砕いてきました。しかし、糖尿病患者は年々増加し、“糖尿病は国民病”とまで言われる憂慮すべき事態となってきました。更に血液透析の第1位の原因疾患が糖尿病腎症となり、虚血性心疾患の最大の危険因子が糖尿病であることも明らかにされました。糖尿病学の進歩のみでは、また病院内での診療のみでは糖尿病の発症、進展を、そして合併症を抑制できないことは明白でした。そんな思いでいたある日、医局の後輩、篠宮医師（千葉大学50年卒業）から、小児の肥満・

第5章 交友の広がり

糖尿病患者が増大していること、何らかの方策を講じないと将来大変な社会問題になるだろうとの警告を聞かされました。

学生時代に体験した社医研での活動で脳髓の奥深くに記憶された意識，“医療に関する諸問題を解決するには住民との対話の重要性，必要性”が蘇えたのか？篠宮医師をはじめ後輩医師達と共に，知り合いになった市民の方々にも呼びかけて「NPO法人生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会（愛称 小象の会）」を設立しました。

NPO法人 生活習慣病防止に取り組む市民と医療者の会（愛称 小象の会）

2005年6月に同会を設立し，同年9月に千葉県よりNPO法人として認証されました。以下は，“小象の会”が発行する会報誌の創刊号に，私が寄稿した“小象の会 発足にあたって”と題した文章の一部です。

生活習慣病を抑制するために“生活スタイル”を改善する必要があります。しかし，医療者のみでこれを実現することは不可能です。例えば，小児期の食事や身体の問題は将来の糖尿病の発病に大きく係わるでしょう。子どもの本来あるべき生活スタイルとは，3度の食事をし，学校で勉強し，戸外で遊びあるいは部活動で汗を流し，夜は疲れて早く寝ることです。現代社会の諸々が子供からこれらを奪っているのです。小児肥満は“現代社会の生活スタイル”を如実に示した社会現象です。成人も同様に本来あるべき生活スタイルの多くが奪われているのではないのでしょうか。医療が，学校が，地域社会が，企業が，マスコミが，行政が，即ち社会全体が力を合わせなければ解決できない難問題です。しかしこの問題を解決しない限り肥満と糖尿病は増加し続けます。「小象の会」の愛称は，子供が本来あるべき生活スタイルを取り戻し，健康に成長することを願ってつけられました。

現在，会員数は262名で，千葉県内医療施設と企業を含めた21団体と241名の個人会員が参加しています。個人会員のうち，医療者138名で，医師が78名です。医師の多くが，千葉大学出身で，多くの先輩諸先生方そして後輩医師が参加して活動をしています。“小象の会”の活動について，簡単に紹介します。私たちが発足以来，活動の基本としてきた姿勢です。

1. 市民と医療者が相互に交流し，関連団体と連携する。
2. 実績を生かしながら，常に新しい活動を新しいやり方で進める。
3. 他の類似団体では出来ない活動をする（本会の特長を発揮し，それを積極的に発信する）。

即ち，市民と医療者が，生活習慣病を抑制するために交流し，模索しながら，私たちでなければ出来ないことを実践していくことです。

この基本姿勢のもとに進めてきた活動内容は次の通りです。

1. 調査及び情報の収集・提供事業として，会報誌の発行，ホームページによる健康に関連した情報の提供，そして高校生の生活習慣病健診の実施です。
2. 講演会・セミナー・イベントの企画及び開催事業として，“小象の会フォーラム”の開催，児童・生徒への講話，ロッテ球団との連携による啓発活動，出前講演の実施です。
3. 関連団体との連携・協力事業を推進します。

これらの内から主な活動について紹介します。

“小象の会フォーラム”の開催：2006年春に第1回フォーラムを“フードファディズム”をテーマとして開催して以来，毎年春と秋に開催してきました。医療者が一方的にテーマや演者を決定するのではなく，市民が希望するテーマと医療者が必要と思える意見を出し合い，テーマを決め実施してきました。“スローフード”，“心の健康”，“咬合・咀嚼と健康”等々をテーマに第7回まで開催してきました。今後も，生活習慣病を抑制するために必要な内容をテーマとして開催していきます。

児童・生徒への講話：“現代社会の諸々が子供からこれらを奪っているのです。小児肥満は“現代社会の生活スタイル”を如実に示した社会現象です。”と記しましたが，児童・生徒たちに“あなた達はすばらしい身体・脳を持って生まれてきた！（心臓は1回に80mlの血液を送り出し，1日で8トンになります。全身の血管をつなぐと10万km，地球を2回半する距離です。大脳細胞は140億個 1秒に1個づつ数えると1日で8万個 1年で3千万個 全部数えるのに444年かかります。等々を語る）”を伝え“すばらしい身体・脳を大事にしよう！！！”とのメッセージを送ります。篠宮医師を中心に医師達が頑張っています。

ロッテ球団との連携による啓発活動：千葉ロッテマリーンズの試合には多くの観客が観戦します。児

童・生徒たちとそのお父さんやお母さん，若者グループに健康メッセージを伝えることの重要性を球団側もよく理解してくれました。2007年秋から，バックスクリーンに“小象からのメッセージ”を試合開始前と試合の合間に映します。“肥満や糖尿病が増えてるよ！いろいろな病気の原因になるから気をつけよう。朝飯食べて，スナック控えめにしよう。外で元気に遊ぼう。早寝早起きしよう”と伝えます。また，球場前に張られたテントで，血圧，体重・血糖を測定し，呼吸機能や筋力検査を実施しています。高血圧や糖尿病の若者が散見されます。“喫煙しているので心配だから呼吸機能検査を受けたい”若い女性がいるのに愕然とします。父親向け，お母さん向け，若者向け等のパンフレットを配って，健康の大切さ，生活習慣の大切さを喚起しています。

高校生の生活習慣病健診：厚生労働省の班研究として企画され，その実施に小象の会は，篠宮医師と栗林医師（千葉大学55年卒業）達を中心に積極的に参加しました。健診実人数が1306名，その内千葉県で728名と半数以上でした。“1．高校生の生活習慣病に関するデータを評価する。2．生活習慣病の診断基準を作成する。3．生活習慣病一次予防のための提言をまとめる。”を目的に実施されました。約45%の高校生で，肥満，高血圧，異常脂肪血症，高血糖のいずれかを持っていることが判明し，驚くべき結果でした。動脈硬化症は10代から発症することが知られていますが，今後ますます増加することが予測され，対策が急務に思えます。また，これらの防止に運動（運動部での活動）と食事（朝食の摂取）が重要であることも判明しました。

これらの他に，多くの健康フェア，例えば“ふなばし子育て応援メッセ”“船橋健康祭り”“わくわく健康づくりプロジェクト”，“ヤクルト健康教室”等に参加し健康キャンペーンや出前講演を実施してきました。また，他の団体，特に「日本糖尿病協会千葉県支部」の活動，“青葉の森ウォークラリー”や“千葉県民の糖尿病教室”を積極的に支援しています。（財）千葉市保健医療事業団が進める「新世紀ちば健康プラン推進協議会」に参加し，行政との関わりも大事にしています。

「社医研」から「小象の会」へ

「社医研」は，約半世紀前に，“最悪の状態にあった社会ならびに衛生環境をまざまざと見，体験し

た”医学生の一部が集い，そして，“良心の命ずる所に従い，荒れ果てた社会”に立ち向かった。その実践は，“住民の要求の実現やそのための住民運動に，学生としていかに住民と連帯し協力し得るか”を念頭に進められました。若くして立ち上がった先輩たちの気概と活動に，そしてその後を立派に継いだ後輩の方々に敬服するばかりです。吉田亮先生，渡辺武先生や佐久間光史先生を始め多くの「社医研」で活躍された先生方がご自身の医学，医療活動の中で「社医研」の精神，実績をさらに発展させられました。また，後輩の方々も行政で，研究施設で同様に奮闘されています。

私も，医学，医療の進歩と社会への貢献は病院内の診療や研究施設内での研究だけで達成されるものでないこと，「社医研」の精神が必要であることを遅ればせながら知りました。臨床医として，また医科学者として Evidence-based Medicine を基本に思考し，診療することが大切です。と同時に，市民の声を聞きながら，社会の問題に正面から取り組むことの大切さを思い起こしました。「小象の会」の活動は，「社医研」が歩んできた道程，“住民とともに取り組む実践”を現代社会に置き換えていることです。脳髓の奥深くに記憶した“医療に関する諸問題を解決するには市民との対話の重要性，必要性”を強く意識に甦らせさせたものです。

おわりに

「記念誌出版委員会」と佐久間光史先生から，135周年記念誌の原稿を依頼された際，先生にお断りのお手紙をいたしました。私は，学生時代に「社医研」の活動に積極的に関わりませんでした。また，卒業後，後輩の面倒をみて，その後の「社医研」の発展に何ら貢献することはありませんでした。その様な私に執筆の資格は無いものと思ったからです。今でもその気持ちに変わりはありません。しかし，「小象の会」の活動，脳髓の奥深くに記憶した「社医研」の精神を具現した活動の紹介でよろしければお受けいたしますと返答しました。先生の是非にどのような言葉に背中を押され執筆した次第です。「社医研」の精神は全ての医師にとって必要であり，多くの医療の問題を解決する道に繋がると確信します。私も「社医研」の精神を持って日々の診療とともに「小象の会」の活動を更に進めていきたいと思えます。

（かなつか あづま）