

もろ
ろ
こ
こ
から
だ

266

子どもたちの 将来を守る 「いのちの授業」②

長尾クリニック院長
長尾和宏さん

あつてはならない健康格差。 「子どもものうちから 健康教育を！」



「子どもたちはこれから自分の力で人生を切り開いていかないとけない。それには健康が第一だと授業でも話します」と長尾和宏さん。



△取材文／上村悦子▽

尼崎市のある県立高校で年に数回開かれる「いのちの授業」。同市で開業する校医の長尾和宏さんが、「校医は年に1回の健康診断だけでなく、子どもの健康を守り、維持すべきではないか」と十数年前に始めました。授業以外の時間に元の医師が行う「健康教育」について、子どもたちは何を考え、何を学ぶのでしょうか。

「いのちの授業」は禁煙講座に始まり、違法薬物や糖尿病、心筋梗塞、出産、認知症、介護、在宅医療、看取り、死についてなど、さまざまな授業が行われてきました。

「当初、驚かされたのが生徒の喫煙です。息を吐いて一酸化炭素を測る『スモーカーライザー』で、10以上だと確実に喫煙しているのですが、それ以上の子がいました。また『プリンクマン指数（1日の喫煙本数×喫煙年数）』で、指数が400（1日に20本を20年間喫煙）を超えると、肺がん発病率が上がるため禁煙治療の対象になるのですが、なかにはそれに匹敵する子がいたんです」
長尾さんは「これは、えらいことや！」と禁煙授業からスタートしました。

「尼崎市はがん訂正死亡率が全国ワーストワンです。それから脱却するには第一にタバコをやめよう、メタボ、糖尿病にも気をつけよう」と訴えた。タバコは副流煙の方が害が大きいなど、受動喫煙や依存症についても教えました」

ただし、普通に話すだけでは子どもたちは興味を示しません。長尾さんは毎回、手づくりの映像とプロジェクトやスクリーンを用意。「タバコを死ぬまで吸うサルやネズミのデータ」や、「タバコが原因で咽頭がんになり人工発声になった人のビデオ」を見せるなど、あの手この手を使って継続してきました。

「高校からの依頼で始めた薬物の授業でも、普通に薬物の種類を見せたり話したりでは注目してくれません。元野球選手や芸能人など、活躍していた当時と薬物乱用後の映像を比較して見せて視覚や感情に訴える。そして『絶対にやったらあかんぞ！』セツカクこの世に生まれてきたんやから、やったら人間終わりやぞ！』と繰り返しました」

ある日の「タバコの害と薬物依存」の授業後には子どもたちからお礼の言葉が語られ、涙が出そうになったと話す長尾さん。アンケートでも素直な声が寄せら

れました。

「タバコの怖さを改めて知った。自分が吸わなくても、煙のせいでがんになるのは怖い」「依存症が恐ろしいと思った」「先生の話聞いて申し訳ない気分になった。やめたいがやめる自信がない。物心ついた時から家族が吸っていたので当たり前だと思っていた」など。

「成人して、

病気になってからは

遅いんです」

「糖尿病や心筋梗塞の講座にはクリニックの管理栄養士を同伴して食品の話をしてもらう」という長尾さん。ひじきや昆布など体にいい食物と、炭酸飲料やスナック菓子など食べすぎると体に悪い食物を分類して教えたり、お好み焼きなど炭水化物を食べ過ぎるとメタボになってしまう。また、在宅医療に力を注ぐ長尾さんは認知症や介護の講座も。

「子どもは認知症の人を支える大切な存在。認知症の授業では『認知症の人は君たちと触れ合うことで、君たちからエネ

ルギーをもらう。そんな大きな存在になれるんや」といったことも話します。人間として生まれたからには介護や死は全員共通のこと。そういう教育はできるだけ早い方がいいんです」

長尾さんは、「子どもたちは多感で、聞いてないようでも感じ取る力はある」と、キーワードを連呼するのだと言います。そして「十数年後に『あの時、先生に教えてもらったから健康に目覚めてよかった』という子が出て来てくれたらうれしいですね」と。

「1つの高校に、歯科や眼科など科別に5〜6人の校医はいるはず。だから、それぞれの医師が、年に1回でいいから健康の授業をやってくれたらいいと思う。大人になって病気になってからじゃあ遅いんです」

■長尾和宏なおかずひろさん

1958年香川県生まれ。東京医科大学卒業後、大阪大学第二内科入局。1995年尼崎市で長尾クリニックを開業。外来診療から在宅医療まで「人を診る」総合診療をめざす。医学博士。日本慢性期医療協会理事、日本尊厳死協会副理事長、日本ホスピス在宅ケア研究会理事など。近著に『糖尿病と膵臓がん』『男の孤独死』『痛い在宅医療』『ブックマン』社など多数。

風薫る5月、のどかな風景が広がる丹波篠山へ。海をゆくホテルのような、船旅も楽しい!

2019年4月10日(毎月10日発行) 通巻367号

ステーション co-op

5

2019 MAY
本体 205円+税



特集

丹波篠山!

新緑の城下町さんぽと、丹波焼のふろしき入。

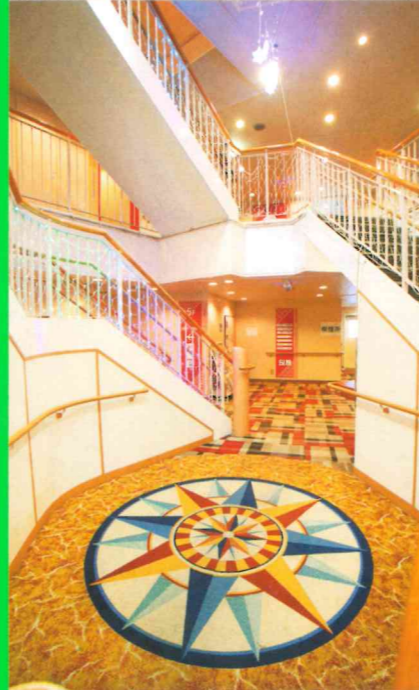
初夏のまち歩き。



特集

初めての船旅!

大分、新門司、高松、小豆島へ、フェリーの旅。



健康なカラダ、見直そう。夏に向かって、健康ダイエット!

ホームページ <http://station.kobe.coop/>

ご意見・ご感想をお寄せください 受付●月～金曜 10:00～17:00
編集室直通ダイヤル ☎078・842・3636