

CBSY-1

コロナ禍に考える子どものレジリエンスとヘルス・リテラシー

高橋 孝雄

慶應義塾大学医学部小児科学教室

新型コロナウイルスの蔓延が長期化し、多くの対策が試行される中、かつてない状況が子どもたちの心身の健康に重大な影響を与えていることは間違いありません。休校や外遊びの自粛など、社会全体を覆う感染対策の波が、子どもたちの健康に及ぼす影響については、実態を正確に表す具体的なデータに乏しく、世間の関心もそれほど高くないことが気がかりです。ウィズコロナの生活によって、物言わぬ子どもたちが最大の被害者、犠牲者になり得る点は、あまり意識されていないようにも思われます。感染対策や経済活動も重要ですが、弱者である子どもたちにいち早く手を差しのべる小児保健の考え方が今こそ重視されるべきです。

一方、コロナ禍である今こそ、子どもたちの強さに目を向け、それを伸ばしていく良い機会でもあるのでは、と思うのです。この講演では、子どもたちのレジリエンスとヘルス・リテラシーを高めるために、この状況下で私たち小児保健、小児医療に携わる者は何をすべきかについて、ご一緒に考えてみたいと思います。

さて、日本の子どもの「精神的な幸福度」は最低レベルであると言われていています。「身体的健康度」が高いレベルにある一方、自己肯定感や共感力、意思決定力のような非認知能力の育成が課題となっています。ここでは、共感力を育むことがレジリエンスを高めることにつながるのではないかという視点、意思決定力を育むことがヘルス・リテラシーを高める基本ではないかという視点でお話をさせて頂きたいと思います。

子どもたちには、危機的状況から力強く立ち上がる生命力（レジリエンス）があります。このような苦境にあっても、子どもたちの回復力に期待し、それを伸ばしていくようなサポートが必要ではないでしょうか。互いに共感し合える親子関係、社会環境を築くために、コロナ禍という苦境を好機と捉えることができるのではないのでしょうか。

我が国のヘルス・リテラシーは低いと言われていています。“自分で選び、手に入れた健康”という意識が日本人はととても弱いのです。そのことが、平均寿命は長くても幸福感が低いという結果に繋がっているとされています。これは良くも悪くも私たちが代々受け継いできた文化のようなものであり、今の世代で急に変えようとしても難しいでしょう。でも、子どもたち自身が少しずつ考え方を変えていくことはできるはずです。コロナ禍という苦境を、そのための好機と捉えることができるのではないのでしょうか。

生まれつきの障害、慢性の疾病、あるいは貧困や不適切な養育環境などによって長期にわたって困難を背負い続ける子どもは少なくありません。一方、それらの子どもたちが、心のこもったケアによって、すくすくと育っていくことも私たちは知っています。“病気の時ほど良い思い出を”とは以前、ある小児科医から教えられた名言です。“コロナ禍に育った子どもほど幸せに”と願うばかりです。