

折れやすさとレジリエンスとしての健康

2024年9月21日 愛知教育大学

松田 純

<https://life-matsujun.jp/>

1

2

シンポジウム開催の趣旨

- ・自他の折れやすさとの正しい付き合い方
- ・折れてしまった状態から立ち直るには？
- ・時間の経過にまかせるという以外に我々がなすべきことは？
- ・レジリエンスはどのような方法で引き出されるのか？
- ・我々が構築を目指すべき社会は、折れやすさが誰にとってもさほど弱点にならない社会

目 次

- 1 絶望から生き直す力はどこから？
それは「物語ること」ナラティヴから
- 2 自律・自立と依存
- 3 レジリエンスとしての健康
- 4 ケアの政治学

3

4

シンポジウム開催の趣旨

- ・自他の折れやすさとの正しい付き合い方
- ・折れてしまった状態から立ち直るには？
- ・時間の経過にまかせるという以外に我々がなすべきことは？
- ・レジリエンスはどのような方法で引き出されるのか？
- ・我々が構築を目指すべき社会は、折れやすさが誰にとってもさほど弱点にならない社会

1 絶望から生き直す力はどこから？ それは「物語ること」ナラティヴから

5

- ・ひとは人生の中でさまざまなものを獲得する
- ・学歴、職業、キャリア、地位、財産、伴侶、家族など
- ・同時に、ひとは人生の中でさまざまなものを失う可能性がある
- ・健康、活動能力、職業、地位、経済的基盤、親愛なる人々、自分の命……

人生は喪失のプロセスそのもの

- ・わたしたちはこうした喪失を回避しようと、多大なエネルギーと時間を傾注している
- ・けれども、不本意にも大事なものを失い、「折れてしまう」のが人生
- ・私たちはこうした喪失とどう折り合っていくのでしょうか？

6

挫折から復元する力
＝レジリエンス、
「絶望から生き直す力」は
どこから来るのでしょうか？

7

それは「物語ること」ナラティヴから

- ・ひとは自らのライフストーリーの筆者であり、人生の重要な出来事について、意味のある説明を行おうと一生懸命になっている
- ・このような説明ができる前提が、思いがけない出来事や不条理な出来事（例えば、事故や重篤な病気、かけがえのないものの喪失など）によって疑問視される事態も生じる
- ・そのときには、自分のライフストーリーを書き直し、改訂し、**大幅に編集し直す**
- ・それは、**物語り**によって自分の人生の意味を見つけ直そうとする試み

ニーマイア『喪失と悲嘆の心理療法——構成主義からみた意味の探究』

8

人生を語る言葉にはメタファーが溢れている

- 人生は旅、人生行路(航路)
- 道、マイ・ウェイ
- 人生の伴侶etc.

9

川の流れのように

知らず知らず
歩いて来た
細く長いこの道
振り返れば 遥か遠く
故郷が見える
でこぼこ道や
曲がりくねった道
地図さえない
それもまた人生

秋元康（作詞）

10

人生を語る言葉にはメタファーが溢れている

- 人生やキャリアを,
起点→経路→目標
という観点から話す

人間は物語りのなかに住み,
意味を再構成する存在

レイモンド・W. ギブズ Jr. 比喩と認知—心ことばの認知科学 p.467 ニーマイア『喪失と悲嘆の心理療法——構成主義からみた意味の探究』

11

物語の書き換えの例

1995年阪神・淡路大震災で
573人の子どもが親を亡くした

- 「震災遺児」=「親を亡くしたかわいそうな子供たち」というまなざし
- 「標準家族」でないという否定的な意味でのマイノリティ
- 「かわいそうな子供たち」というまなざしに反発しながら頑張ってきた。

波内知津「震災孤児 という自己」、樽川 典子編『喪失と生存の社会学—大震災のライフ・ヒストリー』2007 12

10年後のインタビュー

- こんだけ辛いことを経験してんねんから両親おってホカホカ過ごしてるやつにはわからんやろうって。絶対俺の方がいい経験してる。100%ネガティブから100%ポジティブに変わったような、それが強みになったというか……。(20歳 男性)

波内知津「震災遺児 という自己」、樽川 典子編『喪失と生存の社会学—大震災のライフ・ヒストリー』2007
一部 読みやすいように変更。以下同様

10年後のインタビュー

- 親がいた自分よりも今の自分が好きだ。親いたら、つまらん人になってた気がする。自分でもすごい腐った人間かなんかすごい変なダメな人間になったと思うんですよ。(17歳 男性)

波内知津「震災遺児 という自己」、樽川 典子編『喪失と生存の社会学—大震災のライフ・ヒストリー』2007

10年後のインタビュー

- 地震の前はお父さんもお母さんもおって当たり前やったから何も考えなかつたけど、地震があってから自分の考え方も……視野が広くなった……、地震の直後よりは今の方がなんか余裕あるし、今やから思えるのは別に悪いことばっかりじゃなかつたなあ。(18歳 女性)

波内知津「震災遺児 という自己」、樽川 典子編『喪失と生存の社会学—大震災のライフ・ヒストリー』2007

10年後のインタビュー

- 親父の死は無駄になってない。やっぱそれは残念ですけど、今あしながの高校生の集いとかレインボーハウスのみんなに会えたというのが、学校の友達と違つて、本当に心から親友って思える友達でね。本当に無駄になつてない。本当に一生大切にできる一生親友ですね。(17歳 男性)

波内知津「震災遺児 という自己」、樽川 典子編『喪失と生存の社会学—大震災のライフ・ヒストリー』2007 16

10年後のインタビュー

•ただの出会いじゃなくて、すごいこれからも付き合っていける。だからお父さんがくれたものだから、この仲間は一生大切にしたいし傷つけてたくないし、なくしたくないと思ってる。(17歳 女性)

波内知津「震災遺児 という自己」、樽川 典子編『喪失と生存の社会学—大震災のライフ・ヒストリー』2007 17

10年後のインタビュー

•地震がなかったら今の友達とも会ってなかつたと思うし、人の死んだ気持ちとかをも痛いぐらいに多分わかってなかつたりしてるとと思う。お父さんが死んでいっぱい出会いがあつて、お父さんが死んだことによってたくさんの人と会って、それもそれでいいかなと思う。(16歳 女性)

波内知津「震災遺児 という自己」、樽川 典子編『喪失と生存の社会学—大震災のライフ・ヒストリー』2007 18

- 震災直後はかなり折れていたのではないか
- 親を亡くしたかわいそうな子供たち=「震災遺児」というまなざしに反発しながら物語を書き換えてきた
- おそらく何度も 物語の書き換えが行われたであろう

- 過去の事実は変えられない
- しかし、その意味づけを変えることはできる

現在の時点から過去を再構成・再解釈する
物語行為
ナラティヴによる意味づけの変更
(野家啓一『物語の哲学』)

ドミナント・ストーリー

- 親を亡くしたかわいそうな子供たちという「震災遺児」像もドミナント・ストーリー
- 「刻苦勉励→偏差値の高い大学への合格、立身出世、マイホームの夢……」**資本主義社会で支配的な物語**もドミナント・ストーリー
- これは、**高度産業化・大衆消費社会**によって**煽り立てられ再生産され続ける「操作された欲望」**(荻野美穂「美と健康という病」『病と医療の社会学』1996,p.172)
- 生きられた経験を十分に表していない(同)

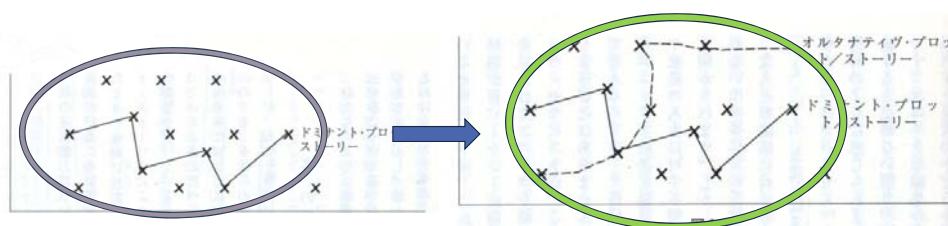
21

ドミナント・ストーリーを解体し、
もう一つの代替ストーリー
オルタナティブ・ストーリー
を構成できる

アリス・モーガン『ナラティヴ・セラピーって何?』

22

オルタナティブ・ストーリーへ



これまでとは異なる視点から自分を見つめ直し
これまでさほど注目してこなかった経験に新たな光をあて
これまでと異なるオルタナティブ・ストーリーを構成できるようになる

アリス・モーガン『ナラティヴ・セラピーって何?』小森康永・上田牧子訳、金剛出版、2003

23

10年後のインタビュー

- 地震の前はお父さんもお母さんもおって当たり前やったから何も考えなかつたけど、地震があってから自分の考え方も……視野が広くなった、地震の直後よりは**今の方がなんか余裕ある**(18歳 女性)

波内知津「震災遺児 という自己」、樽川典子編『喪失と生存の社会学—大震災のライフ・ヒストリー』2007

これまでとは異なる視点から自分を見つめ直し
これまでさほど注目してこなかった**経験に新たな光をあてている**

24

汲み残された経験に光をあて、オルタナティブ・ストーリーを構成できる柔軟さが求められる

- 物語の書き換えは本人にしかできないが、それを支援することはできる
- 本人の語りに耳を傾け、本人の物語を肯定する
- 意味の再構成を支援するケア

25

シンポジウム開催の趣旨

- 時間の経過にまかせるという以外に我々がなすべきことは？
- レジリエンスはどのような方法で引き出されるのか？

- オルタナティブ・ストーリーの構成
- 本人によるナラティヴの書き換えに寄り添う支援

26

シンポジウム開催の趣旨

- 自他の折れやすさとの正しい付き合い方
- 折れてしまった状態から立ち直るには？
- 時間の経過にまかせるという以外に我々がなすべきことは？
- レジリエンスはどのような方法で引き出されるのか？
- 我々が構築を目指すべき社会は、折れやすさが誰にとってもさほど弱点にならない社会

27

2

自律・自立と依存

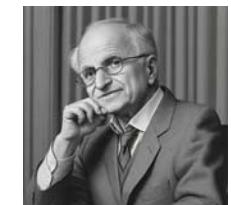
28

- ・自律・自立が強調され
- ・「依存」は忌み嫌われる言葉
- ・小中学校では、教育基本法に基づいて、
自立的な人間に成長し、国家・社会に役立つ人間となることが教育の国家目標
- ・自己責任→**折れやすさ**

29

自立・自律を一面的に強調する新自由主義

- ・ミルトン・フリードマン
- ・「国が諸君に何をしてくれるかを問うな。諸君が国に対して何ができるかを問え」(1961年、ジョン・F. ケネディ大統領の就任演説)
- ・**自分のことは自分で責任を取るという
自由人の考え方**
- ・自由人にとって政府とは一つの道具や手段にはかならず、**何か施しをしてくれる優しい庇護者ではない**



ミルトン・フリードマン『資本主義と自由』村井章子訳

30

- ・個人の権利をなによりも尊重
- ・福祉の軽視
- ・社会生活への国家の介入を拒否
- ・自由市場の役割を大きく、国家の役割を小さく(小さな政府)「最小国家」論

競争資本主義のなかの自己責任

31

自律尊重
米国バイオエシックスでは、とくに重視

- ・個人の能動性
- ・(患者)個人による意思決定
- ・自己決定能力・自己責任

32

＜自律・自立した個人＞=強い個を前提

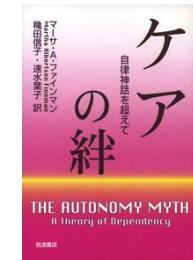


米国での主流に対する批判的思潮

33

マーサ・ファインマン 自律神話 依存の理論

Martha Albertson Fineman,1943-
米国のフェミニスト法理論家・家族
法学者,エモリー大学教授



34

The Autonomy Myth:
A Theory Of Dependency
2005

ファインマン『ケアの絆
自律神話を超えて』
岩波書店, 2009

ファインマン『自律神話 依存の理論』

- アメリカ独立宣言は、生命と自由と幸福追求の権利など譲ることのできない権利を表明
- 独立 independence がアメリカ人のアイデンティティの中核
- 自治(自律) Self Government (autonomy) こそ理想

ファインマン『ケアの絆 自律神話を超えて』穂田 信子/速水葉子訳

35

ファインマン『自律神話 依存の理論』

- アメリカ人の信念や神話にとって、
依存 Dependency はぞつとする存在
- 自律的で独立し、自活した個人を理想としてあがめる。「こうした特性を誰もが達成できるはずだ」
- 達成できない者には落伍者の烙印が押される
- 依存はアメリカの政治や大衆の良識においては、魅力のない、スティグマのつきまとう言葉

ファインマン『ケアの絆 自律神話を超えて』穂田 信子/速水葉子訳)

36

- 日本にも似たような雰囲気がある
- 小中学校では、教育基本法に基づいて、**自立的な人間に成長し、国家・社会に役立つ人間となることが教育の国家目標**
- 「弱い自己」への落胆 → **折れやすさ**

37

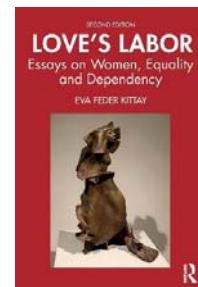
しかし、自律・自立の価値だけを強調することは一面的である

- 私たちはまずは無力な赤子として産み落とされ、**他者に全面的に依存して成長していく。**
- 健康な成人となれば、自律・自立した個人になりうるが、
- 病気や加齢による心身の衰えから、**最期は他者に再び全面的に依存して看取られる。**
- 人生の最終段階で、誰もがもはや自律・自立的であることができない。

38

成長、衰弱、病は
自然の存在としての人間に不可避

- Love's Labor: Essays on Women, Equality and Dependency, 1999
- エヴァ・フェダー・キティ『愛の労働あるいは依存とケアの正義論』岡野八代・牟田和恵監訳、白澤社、2010



Eva Feder Kittay, 1946-



39

私たちはみんなお母さんの子供である

- 私たちはみな一定期間依存状態にある
- 100% 依存的な赤子を母親がケアする
- 産後の母親も**助けを必要とする**
- 産後の母親への支援、そのおかげで母親は子供をケアすることができる

40

- ・どんな文化も依存の要求に逆らっては 1世代以上存続することができない
- ・**自由で平等な自立した個人の集合**として理解されたリベラルな社会という理解は社会の**一面**に過ぎない。これだけで社会をとらえようとすれば**虚構**となる

キティ『愛の労働あるいは依存とケアの正義論』

41

- ・出産し新たに母となって赤ん坊をケアする女性をサポートする人 = 女奴隸 δούλα (doula ドゥーラ), ヘルパー
- doula 仕える, 奉仕 **人間存在の原点**

キティ：ドゥーリアdoulia の原理

42

キティ『愛の労働あるいは依存とケアの正義論』

- ・助けを必要とするものを助けるもの、その人たちをサポートする一連の**支援者**
- ・ケアする人をケアする**入れ子状の依存**



キティ『愛の労働あるいは依存とケアの正義論』 43

- ・弱さ, 傷つきやすさをモデルとした道徳的な関係性
- ケアするものを支援する社会環境
- 相互支援を前提した社会編成

44

現代社会は自律と自立が重視され、
依存はネガティブにとらえられる

- しかし、依存という面があったからこそ、今日に至るまで的人類文化の発展があった
- 子供のとくに母への依存は文化の継承の基盤
- 入れ子状の依存関係→人と人との絆の文化、医療・介護制度、社会保障制度を築くことができた

45

アドルフ・ポルトマン(1897-1982) 生理的早産

- サバンナの哺乳類動物は生まれて間もなく、立ち上がり、歩くことができるようになる
- でないと、生き延びれない



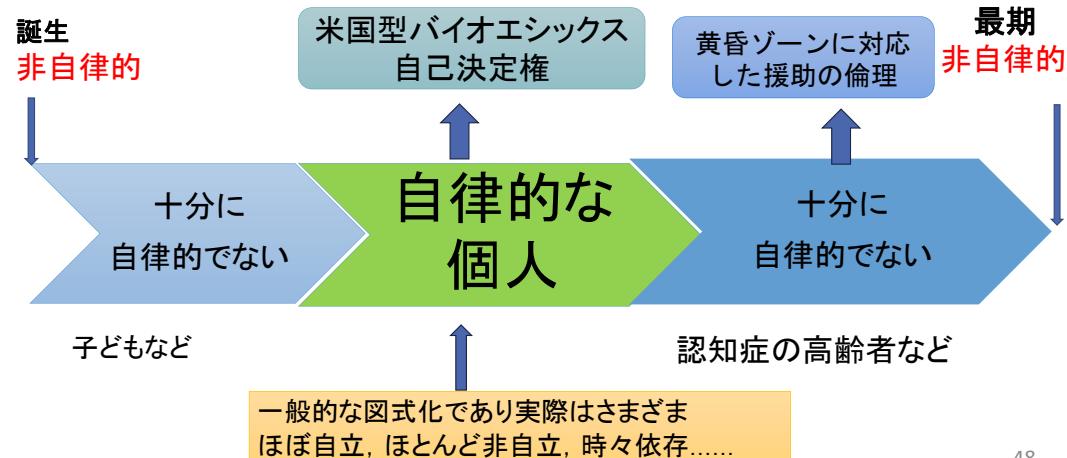
アドルフ・ポルトマン「人間はどこまで動物か——新しい人間像のために」高木正孝訳、岩波新書、1961 46

アドルフ・ポルトマン(1897-1982) 生理的早産

- 「人間は他の哺乳動物の赤ちゃんに比べて1年早い状態で生まれてくる」
- 生理的早産 physiologische Frühgeburt
- ヒトは二足歩行をするようになり、骨盤が小さくなつた
- これ以上、子宮の中にいると脳が大きくなりすぎて産道を通らなくなる→生理的早産

アドルフ・ポルトマン「人間はどこまで動物か——新しい人間像のために」高木正孝訳、岩波新書、1961 47

人生には不可避の依存期間がある



48

こうした生の実相を見えるならば

人間は

自由にして依存的な存在

ドイツ連邦議会審議会答申『人間の尊厳と遺伝子情報—現代医療の法と倫理(上)』知泉書館、松田純監訳、2004年、p46

49

ドイツ連邦議会「現代医療の法と倫理」
審議会最終報告書 2002年5月



『人間の尊厳と遺伝子情報—現代医療の法と倫理(上)』『受精卵診断と生命政策の合意形成—同(下)』
知泉書館、2004年、2006年、松田純監訳

米と欧の生命倫理学の違い

米国生命倫理学
4原則

- 1 **自律尊重**
- 2 無危害
- 3 善行
- 4 正義

大陸欧洲の生命倫理学
バルセロナ宣言 1998
4つの指導的な考え方・原則

- 自律
- 尊厳(人間らしく扱われる)
- 統合性(Integrity: 不可侵の統合体としての人間)
- **傷つきやすさ(への配慮・ケア)**

「バルセロナ宣言 欧州委員会に対する生命倫理と生命法における基本的な倫理原則」
(1998年)、村松聰訳「バルセロナ宣言」、『医療と倫理』7巻、2007年

51

誰もが**傷つきやすい、傷つけられやすい**
↓
**傷つきやすい者への
配慮(care)の倫理**

ヨーロッパ生命倫理学
自律は、傷つきやすさをふまえ、
他者への配慮の文脈のなかに
置かれなければならない

52

3

レジリエンスとしての健康

WHO の健康定義「完全な良好な状態」は
自己決定至上主義と符合
病気が治らない→大きな挫折、折れる

53

世界保健機関憲章前文 1946年国連で採択

WHOの健康定義

「単に疾患がないとか虚弱でない状態ではなく、
身体的、精神的、社会的にも完全に
良好であること」 a state of **complete** physical, mental
and social **well-being** and **not merely** the absence of disease or
infirmity

55

健康とは？ WHOの定義



世界保健機関
World Health Organization



スイス・ジュネーヴにあるWHO本部

54

WHOの健康定義に対して

「完全に良好な状態
complete well-being」は
あるのか？

56

WHO World Report on Disability
障害に関する世界報告書 2011年

- 第3章 General health careの冒頭に憲章を引用
- Health can be defined as “**a state of physical**, mental, and social **well-being** and not merely the absence of disease or infirmity” (1).
- 注(1)でWHO憲章を指示

憲章では、Health is **a state of complete** physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity.

57

- 一時的な障害は克服できるかもしれない
- 永続的な障害とは、一生付き合つていかなければならない

59

『障害に関する世界報告書』発表記念セレモニー
2011年6月9日



世界保健機関事務局長(当時)
マーガレット・チャン博士

障害は人生の一部です。私たちのほぼ全員が、人生のある時点で、**永続的にあるいは一時的に**、障害を負うようになるでしょう。.....

58

- WHOは憲章の健康定義を引用する際、「**完全なcomplete**」をはずしている
- 「**完全に良い状態**」を「障害に対するGeneral health care」の**目標**にすることはできない
- **無理に目標にしたら、さまざまな弊害が生じるから**

60

「完全な」



使い物にならない定義

WHOはみずからの憲章を正確に引用できることを分かっている！

61

- 「完全な良好な状態」というWHOの健康定義は、完全な自立・自律（強い個）を表す状態であり、ケアや介護を必要としない状態でもある
- 自己決定至上主義と符合している。ところが

63

- WHOの健康の定義は1946年に国連で採択された
- 近代医学が感染症に対して圧倒的な勝利をおさめていく時代
- 「医療＝病気を治すもの」というイメージ

改正の挫折については、臼田寛・玉城英彦・河野公一「WHO の健康定義制定過程と健康概念の変遷について」日本公衛誌51巻10号、2004年参照

62

- いま医学の主要な対象は「治らない病気」ゆっくりと進行する慢性疾患
- いろいろ批判があり、改正の動きもあったが、結果的に78年たった今も変わっていない

改正の挫折については、臼田寛・玉城英彦・河野公一「WHO の健康定義制定過程と健康概念の変遷について」日本公衛誌51巻10号、2004年参照

64

「完全に良好であること」→ 弊害

- 「完全に良好であること」=健康
医療=病気の治療、健康回復→治せない治療に意味はない。
- 「無益な医療」として中止=「尊厳死」、安楽死
- → 必要な医療ケアを受けられない

難病者、障がい者、高齢者が適切な医療を受ける権利が奪われるのでは？

65

高齢化や疾患傾向が変化している
現代において、WHOの定義は
望ましくない結果を生む



「病気→治療→完治」とは
別のモデルで健康を
新しくとらえなおす

66

- Huberら：「われわれはどうのように健康を定義すべきか？」BMJ英国医学雑誌
2011

BMJ

BMJ 2011;343:d4163 doi: 10.1136/bmj.d4163

How should we define health?

The WHO definition of health as complete wellbeing is no longer fit for purpose given the rise of chronic disease. Machteld Huber and colleagues propose changing the emphasis towards the ability to adapt and self manage in the face of social, physical, and emotional challenges

Machteld Huber
オランダの医師

Page 1 of 3

67

ヒューバー らの 健康についての新しいとらえ方

- 「健康とは、社会的、身体的、感情的な難題に直面した際に適応し自らを管理する能力(the ability to adapt and self manage やりくりする力)」

68

Machteld Huber et al., How should we define health? *BMJ* 2011, 343(4163):235-237

ヒューバーほか「われわれはどのように健康を定義すべきか？」

松田純訳、厚生労働科学研究費補助金「難治性疾患克服研究事業「希少性難治性疾患－神経・筋難病疾患の進行抑制治療効果を得るための新たな医療機器、生体電位等で随意コントロールされた下肢装着型補助ロボット(HAL-HN01)に関する医師主導治験の実施研究」研究代表者中島孝 平成25年度総括・分担研究報告書、2014年3月、181-185頁

抄訳をまじえた解説を松田純「新しい健康概念(要約)
マフルド・ヒューバー他、われわれはどのように健康
を定義すべきか？ <https://life-matsujun.jp/>

69

病気を治すことはで
きないが、症状を悪
化させず、症状をコ
ントロールする薬

補装具
医療機器

医療スタッフや介護スタッフや
家族の支援に支えられて

70

<病気による苦境を様々な
方法を駆使して乗り切ってい
<力・対応力・適応力・復元力
レジリエンス>としての健康

治し支える医療・介護・対人援助

71

社会保障制度改革国民会議報告書 2013

•医療の目的は、従来の「治す医療」から、
よりQOLを重視した「治し・支える医療」
への転換が求められる

医学モデルから生活モデルへの転換

72

4 ケアの政治学

折れやすさが誰にとってもさほど
弱点にならない社会

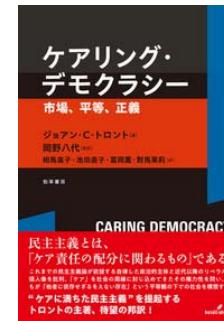
•近代の人間觀
は**自立的・
自律的・
理性的個人**
•自活的な人間
觀
を前提

•すべての人間
の本質的特徴
=脆弱性
•ニーズを伴った
存在
•ケアを必要とす
る存在

ジョアン・C・トロント『モラル・バウンダリー ケアの倫理と政治学』／杉本竜也訳、勁草書房、
2024年、訳者解説、p205f.

75

ジョアン・C・トロント
『ケアリング・デモクラシー
一市場、平等、正義』
岡野八代 監訳
2024年、勁草書房



ケアを政治概念化



- 新自由主義、「ケア」を周縁に封じ込めてきた政治や権力を問い直し
- 民主主義を「ケア責任の配分に関わるもの」と定義し、ケアの倫理を踏まえた社会の変革

74

ジョアン・C・トロント
モラル・バウンダリー ケアの倫理と政治学

- 人間の社会は自立的・自律的・理性的個人による意識的な契約で形成されているのではなく、
- 弱さと避けようのない依存関係によって形成されている

76

ケアとは

- 最も一般的な意味において、ケアは人類的な活動であり、私たちがこの世界で、できる限りよく生きるために、この世界を維持し継続させ、そして修復するためになすすべての活動を含んでいる
- この世界とは、私たちの身体、私たち自身、そして環境のことであり、生命を維持するための複雑な網の目へと私たちが編みこもうとするあらゆるものを作っている。

ジョアン・C・トロント『モラル・バウンダリー ケアの倫理と政治学』／杉本竜也訳、勁草書房、
2024年、訳者解説、p112、元は1991年

77

ケアの倫理の政治概念化
ケア関係は多層的、相互的

- 100%非自律的な赤子を母親がケアする
- 赤子のケアで手一杯の母親をケアする
- ケアするものがケアされるという入れ子状のケア関係
- 相互支援の環境を保障する社会的支援、社会保障、民主主義的な社会をケアすること

78

ケアの倫理の政治概念化
ケア関係は多層的、相互的

- グローバルなケア：民主主義的な社会・国家を維持するための国際環境
- 地球生態系・地球環境へのケア
- これまで地球生態系に守られて人間や生物は生きてきた。ところがその環境を大きく狂わせるだけのとてつもない力を持った人類の登場
- 人新世には人間自身が生態系をケアしなければならない

79

このように折れやすさへのケアは実に多層的

- 大文字のケアCAREの理論
- 折れやすさが誰にとってもさほどの弱点にならない社会の構築を目指す

人間は自由にして依存的な存在だから

80