
【巻頭言】

エビデンスと地域性を融合したガイドライン作成・普及の試み

岡田 真平^{1,2)}

1) 公益財団法人身体教育医学研究所 2) 東京医科大学公衆衛生学分野

研究会から学会となって初めて迎える学術集会(第17回)に参加するため、長崎に向けて出発しようという日の朝にこの原稿と向き合っていることに、何かしみじみと感じるものがあります。私事ですが、体育系(身体教育学)の研究室から突然地域に飛び出したのが1997年9月(運動疫学研究会発足のちょうど1年前!)、そのときは、公衆衛生とは何か? 疫学とは何か? など何も知らず、考えずに、ただただ「スポーツ科学で地域貢献を」などと大それたことを考えていました。それはそれで、それなりの手応えは感じながら活動し始めたものの、たとえ5,000人程度の村(合併前の長野県北御牧村、現在は東御市)とはいえ、向き合う地域の方々、そしてそこにある健康課題は大きくて深く、時間の経過とともに路頭に迷いそうな感覚をもっていました。そんな頃に、筑波大学とのご縁から運動疫学研究会の存在を知り、藁をも掴む思いでセミナーに参加(2006年から3年連続)したことを思い出します。ちょうどEBM, EBH, EBPHなどが、否が応でも耳に入り始めた時期(エクササイズガイドが出た頃)でしたから、この出会いはラッキーだったのかもしれませんが…、という個人のノスタルジックな話はさておき、近頃の長野県での取り組みをご紹介します。

長野県では、「健康づくりのための身体活動基準2013」および「健康づくりのための身体活動指針(アクティブガイド)」の発表を受けて、逸早く「長野県版身体活動ガイドライン」を作ろう、と動き出しました。この逸早い動きには伏線があり、私が所属する日本健康運動指導士会長野県支部では「エクササイズガイド」が出たときに、「ずくサイズガイド」を作ろうじゃないか、と勝手に盛り上がった経緯がありました。「ずく」とは、長野県民にとって親しみのある方言で、その言葉がもつ意味のなかに「面倒なことを取敢てすること」や「まめに動くこと」といったニュアンスが含まれています。面倒くさがって動かない人のことを「あの人は“ずくなし”だ」と咎め、逆の場合には「ずくがある」、「小ずくがある」と評価する文化・風土が根付いていることから、これを何とか長野県に暮らす方々へのメッセージに活かさないだろうか、と考えたわけです。少し硬くいえば、エビデンスを「伝える・使う」というフェーズに地域性を織り込もうという試み、とあって良いでしょう。「エクササイズガイド」のときは残念ながら話だけに終わってしまいましたが、そのネタだけは県庁(行政)の耳にも入れておいたので、「アクティブガイド」に至って更に「ずく」のニュアンスと合致することを理解して長野県が県版ガイドライン作成を予算化し、県健康づくり事業団が事務局として受託して、日本健康運動指導士会長野県支部役員を中心とした検討委員会が組織化され、そこに国のガイドラインプロジェクトリーダー宮地元彦先生もアドバイザーとしてお迎えすることができました。「長野県版身体活動ガイドライン(ずくだすガイド) <http://www.pref.nagano.lg.jp/kenko-choju/kenko/kenko/kenko/undou/zukugaido.html>」の発表は国のちょうど1年後ですから、それなりのスピード感をもっての動きでしたし、今年度はその普及員的な地域の人材を県全体で育成しようという事業にもつながっていますから、今後の展開に期待して取り組みたいと思っています(疫学的にも評価したい!)

なおこの事例は、長野県だけのことでなく、各地域が自分たちの地域性をふまえつつ科学的知見をいかに地域づくりに活かすか、という点で、全国、全世界にも通用し得る発想だと思っています。そのためには、地域で活躍する人たちがエビデンス、疫学に触れることもまた重要であり、そういう意味でも日本運動疫学会が果たす役割はますます重要になると考えます。私も微力ながら本会と地域の発展に引き続き取り組んでいきたいと思っています。