

“東海学園大学は健康を大切にしている大学”

私が健康を大切に理由

学長就任に当たって“健康を大切にしよう”と考えたのには幾つかの理由があります。まず第1に、3年もの長きに亘るコロナ禍で私たちは多くのことを学びました。その一つが健康の大切さです。コロナ禍は社会の動きを止めるほどの脅威をもたらし、健康がいかに大切であるかを改めて気付かされました。アフターコロナとなった今こそ健康の大切さを再認識し、それを目指すべき時だと思えます。

第2に、本学には開学以来大切にしてきた教育の理念「共生」があります。この「共生」の“生かされて生きる”、“まわりの人々や社会、自然環境に感謝し、また自分も精一杯、いきいきと生きる”の文面の意図するところには、“(健康で)いきいきと生きる”という考え方が含まれていると思えます。

第3に、私には学長として、医師として、また産業医として教職員や学生の皆さんの健康を預かる責務があります。同時に、健康の大切さを実感した苦い経験があり、自分の身の周りの人たちには自分と同じ轍を踏んでほしくないとの強い思いがあるからです。若い頃、集中治療医として3日に一度の当直があり、過酷な勤務の中で不規則な生活習慣や食習慣の毎日でした。ただラグビーやテニスなどの運動をしていたことから健康に対する不安は全くありませんでした。“運動をしていたら健康”という考えは浅はかでした。人生50年の節目の年齢になった時、生活習慣病である狭心症を発症し心臓バイパス手術を受ける羽目になりました。死を考える大病を経験して健康の大切さを身に染みて痛感し、それからは規則正しい生活習慣や食習慣、運動習慣に気を付けるようになりました。病気になるから健康の大切さを認識するのはばかげていると思えます。

健康経営に取り組む理由

本学が健康増進を積極的に取り組むためには、健康診断の実施、ストレスチェック、運動や禁煙のすすめ、良好なコミュニケーション、働き方改革など健康に関する取り組みが全て網羅されている健康経営に取り組むのが最も合理的だと思います。近年、国が積極的に推進していることもあって健康経営に力を入れている企業が増えています。健康経営とは“企業が職員の健康に配慮することによって、経営面で大きな成果が期待できる”との基盤に立ち、健康管理を経営的視点から考えることです。健康とは単に病気でないということではなく、心身共に健康で生き生きとして働ける状態です。本学は教職員・学生の皆さんの健康を重点項目と位置づけ、一人ひとりが自らの健康増進を意識し、心身ともに健康で生き生きと学び・働くことができるように健康経営の取り組みを通して教職員・学生の皆さんの健康づくりを積極的に行っていきたいと思えます。さらには、色々な社会貢献活動を通して、地域の人々の健康増進にも貢献していききたいと思えます。

健康経営の取り組みの幾つかは、すでにスポーツ健康科学部や健康栄養学部で取り組まれています。今必要であるのは一部の学部だけでなく、全教職員・学生の皆さんが一丸となって全学的に取り組むことです。そして“東海学園大学は健康を大切にしている大学”というイメージが社会に認知されるようになることです。それが達成できれば、本学の重要な柱の一つになることは間違いないと確信をしています。教職員・学生の皆さんのご協力をよろしくお願いいたします。

文責 石川 清 (学長)