

# 健康生成論および sense of coherence に関する 研究の動向と今後の課題

戸ヶ里泰典<sup>\*1</sup>

目的：近年の IUHPE において健康生成論 (salutogenesis) と sense of coherence (SOC) に関する研究は一つの大きなトピックとなっている。そこで、第21回 IUHPE 世界会議における健康生成論と SOC に関する報告を整理・俯瞰し、当該領域における研究の動向と課題を探ることを本報告の目的とした。

方法：第21回 IUHPE 世界会議における健康生成論と SOC に関する各報告について、関連するシンポジウムおよび sub-plenary セッションとその概要、一般演題における報告の概要と特徴、それ以外でみられた報告の概要と特徴、のそれぞれの観点で整理した。

結果：「Salutogenesis」関連の報告は8月26日の一日に集約されており、その名を冠するものは sub-plenary セッション「健康生成論的アプローチにより非感染性疾患を減少させるために」1件と、社会的少数集団における SOC の検討に関するシンポジウム1件にとどまった。ただし、セッションタイトルにはないものの、ヘルスリテラシーに関するセッション、および capacity building、ヘルスプロモーションに関するセッションなどの中で報告が見られた。

考察：全体として健康生成論や SOC に関する報告は、単独セッションよりもヘルスリテラシーをはじめとした各分科会の中でみられ、IUHPE においては基礎理論の一つとして明確に位置づけられていた。欧州連合諸国のように、我が国におけるヘルスプロモーション・健康教育学領域において、健康生成論・SOC に関する研究・取組の位置づけを明確化していく必要性が伺われた。

〔日健教誌, 2014; 22(1): 69-75〕

キーワード：健康生成論, sense of coherence, 資源, ヘルスプロモーション, capacity building

## I はじめに

タイ・パタヤで開催された第21回 IUHPE 世界会議は、パタヤ市街の喧噪からほど離れた Royal Cliff Resort エリアにあるパタヤ展示・会議ホールで2013年8月25日～29日にかけて開催された<sup>1)</sup>。筆者は前回第20回より参加のため、当会議において議論されているテーマの変遷については十分に把握できていないが、表題の健康生成論 (salutogenesis) と sense of coherence (SOC) に関する話題は、本会議における一つの主たるトピックの一つ

になっているように見える。

健康生成論とは、Aron Antonovsky によって提唱された学問的見地である<sup>2)</sup>。Antonovsky は危険因子を探求し、それを除去すべく疾病予防、治療、回復支援を行う既存の医学的見地を疾病生成論 (pathogenesis) とした。それに対して、何が健康をつくるのか、という問いのもとで生じる要因を健康要因 (salutary factor) とし、健康要因を探求し、健康の維持・増進につながる方策をうちだす学問的見地を健康生成論とした<sup>2)</sup>。さらに、この健康生成論と疾病生成論は車の両輪であり、相補的なものとされている<sup>2)</sup>。

また、Antonovsky はこの健康生成論を、心理学的ストレス理論を踏まえて具体化させた、健康生成モデルを提唱した<sup>3)</sup>。この健康生成モデルにおける、健康の維持増進に重要な役割を果たす健康

<sup>\*1</sup> 放送大学教養学部

連絡先：戸ヶ里泰典

住所：〒261-8586 千葉県美浜区若葉2-11

放送大学教養学部（生活と福祉コース）

TEL & FAX：043-298-4146

E-mail：ttogari@ouj.ac.jp

要因が、「汎抵抗資源」と呼ばれる、人の内外にわたり多種多様に存在している「資源」である。また、この「資源」を機能させる形でモデルの中核に位置し、生活・人生の中にあまねく存在する多種多様なストレスに対して対処の成功に導く健康要因がSOCである<sup>4)</sup>。

SOCと健康との関係性に関しては、きわめて多くの実証研究が行われている。とりわけシステムティックレビューの結果よりほとんどの研究で健康との関連性が実証されていることがわかっている<sup>5)</sup>。また、この健康生成論は、世界保健機関のヘルスプロモーションに関するオタワ憲章、およびバンコク憲章における基礎理論として評価されている<sup>6)</sup>。

そこで、今回の会議における健康生成論とSOCに関する報告を整理・俯瞰し、研究の動向と課題を探ることを本報告の目的とする。

## II 整理の方法

第21回 IUHPE 世界会議における健康生成論およびSOCに関連するとみられた各報告について、以下のように整理する。すなわち、第1に、会議全体における報告の位置づけの特徴、第2に、関連するシンポジウムおよびsub-plenaryセッションとその概要、第3に、オーラルセッションとポスターセッションにおける報告の概要と特徴、最後にそれ以外にみられる報告の概要と特徴、のそれぞれである。

## III 結 果

### 1. 第21回 IUHPE 世界会議における健康生成論とSOCに関する報告の位置づけと特徴

前回第20回世界会議では、IUHPE Global Working Group on Salutogenesisを率いるBengt Lindström氏らにより、会期中連日午前午後にわたりシンポジウムやワークショップやパラレルセッションが行われており、会議全体がさながら「Salutogenesis」一色といっても過言でない状況であった。しかしながら今回はその色は後退し、「Salutogene-

sis」関連の報告は8月26日の一日に集約されており、その名を冠するものはsub-plenaryセッション1件とシンポジウム1件にとどまった。

ただし、セッションタイトルには「Salutogenesis」という用語はないものの、ヘルスリテラシーに関するセッション、およびcapacity building、健康の不平等研究に関するセッションなどの中で、「Salutogenesis」を掲げたタイトルの報告がみられた。また、タイトルにはないものの健康生成論を踏まえている内容の報告がしばしば見られていた。

また、SOCに関する研究報告はシンポジウム内の報告を含めて10題にとどまった。

### 2. 健康生成論とSOCに関連するシンポジウムおよびsub-plenaryセッションとその概要

シンポジウムとしては8月26日午後、イスラエルのSagy氏により、SOCのこれまで検証されていない「その他」集団における機能について実証するテーマで報告が行われた。「その他」集団とは、これまでに繰り返し検討されてきた一般的な集団ではなく、いわば社会的少数集団を指している。すなわち、こうした集団の人々は高度な抑圧に見舞われることが多く、はたして実際にこうした状況下でもSOCは機能しているのかどうかという関心の下でのセッションであった。

ここでは、イスラエル—パレスチナ紛争下のミサイル標の下で生活する思春期を対象とした研究、イスラエルネゲブ地域におけるベドウィンというアラブ系遊牧民の女性を対象とした研究、などが報告されていた。結果として、こうした過酷な状況下での生活や、まさにマイノリティの中のマイノリティというような状況下にあってもSOCと不安や抑うつといったメンタルヘルスとの関連性が明らかにされていた。ただし、SOC自体のバックグラウンドとの関係については、一般人口におけるそれとは若干異なる結果の報告もあり、今後の検討課題とされていた。

Sub-plenaryセッションは8月26日午後、ノルウェーのLindström氏により、健康生成論的アプローチにより非感染性疾患を減少させるために、

というテーマで実施されていた。ここでは、アジア、ヨーロッパ、アフリカ、北米の4パートに分かれて、報告がなされていた。筆者が参加したアジアおよびヨーロッパにおける報告では、概ね能力の向上と資源の整備に焦点を当てた取り組みが紹介されていた。

このうち、スイスの Bauer 氏は、資源に焦点を当てたアプローチとして労働者を対象とした「Job Demands-Resource-Health Model」の提唱と検証を報告していた。このモデルは、不眠や疲労、痛みといったネガティブ・ヘルスに影響を与える要因として時間的圧迫や役割の不明瞭さ、質的負荷といった仕事の要求度を挙げ、満足やコミットメント、仕事の熱中といったポジティブ・ヘルスの要因として管理者からの支援や評価、同僚からの支援や評価、コントロール度といった仕事の資源を挙げたものである。Bauer 氏は前者を疾病生成論的關係、後者を健康生成論的關係とし、実証研究の結果、その関係性が検証された旨が報告された。ただし、資源とネガティブヘルスの間には負の関連性があったが、要求度とポジティブヘルスとの間には関連性がなかった。また、Bauer 氏は資源と要求度の比に着眼しており、資源が要求度を上回ることによって、ネガティブヘルスは減少し、ポジティブヘルスは増加することを報告していた。また、疾病生成論的な視点だけでなく、資源とポジティブアウトカムに着眼する健康生成論的な視点を導入することにより健康的な組織作りが大きく進展する旨を述べていた。

さらに、オーストリアの Pelikan 氏は、WHO によるヨーロッパ地域の非感染性疾患対策のアクションプランにおける、「医療サービス機関のありかたの再方向付け」というテーマを取り扱っていた。Pelikan 氏は、このテーマを、健康生成論的に模索する必要があるとし、その検討結果について報告していた。つまり、伝統的な医療サービス機関の位置づけは治療を行いリスクファクターの除去をする疾病生成論の場所であったが、あえて健康生成論と健康生成モデルと照らし合わせること

で、医療サービス機関の新たな価値と意義の抽出をはかったという分析・検討結果を報告した。

その結果、健康生成論的にとらえなおした、いわば「ヘルスプロモーション・ホスピタル」における役割は、個人レベルとシチュエーションレベルの2つに分けられるとした。前者の個人レベルの役割としては、健康習慣や健康管理に関連する知識や技術、ヘルスリテラシーを強化することが挙げられた。また、シチュエーションレベルでは、患者情報や教育・相談、セルフケア・自己管理を支援する健康・社会サービス、健康グッズ（薬・栄養など）、住まいや衛生、といった関連インフラの利用可能性やアクセスの改善が役割として挙げられた。つまり、医療機関は、ヘルスリテラシーの向上や行動能力、自己効力感の向上といった、「健康的 (salutogenic)」であるための資源を創出する場所でもあると報告していた。

### 3. 健康生成論と SOC に関連するオーラルセッションおよびポスターセッションとその概要

8月26日午後のオーラルセッションでは、ノルウェーの Moksnes 氏らにより、13歳から18歳の思春期を対象として、SOC と抑うつとの関連性の検討が報告され、性、年齢によらず強力な負の相関関係があることが示された。

8月26日のポスターセッションでは、まず、インドネシアの Mochny 氏らの報告で、2010年の第20回会議を機にインドネシア語版の SOC スケールが開発され、その検討が進んでいる旨が報告された。さらに、今回は大学生を対象として SOC とウェルビーイングとの正の関連性が示されたことを報告していた。

次に、香港の Ngai 氏らは、家族 SOC (family sense of coherence) 概念を用いて、子育て中の夫婦を対象として家族関連ストレス、家族 SOC、quality of life (QOL) との関連性について報告していた。ここでは、ストレスと QOL の精神的側面との関連性において、家族 SOC は媒介変数として機能する点について報告されていた。

また、日本からは、Kubo 氏らにより労働者を

対象とした研究においてSOCがワークライフバランスの維持に機能する可能性について言及した報告があった。また筆者らにより、成人労働者を対象とした4年間の縦断調査結果で、職場の裁量度、スキルアップの機会、職場と家庭の調整のしやすさ、雇用の安定性の心理社会的職場環境それぞれによるウェルビーイングへの影響においてSOCが媒介していた点と、潜在曲線モデルで、心理社会的職場環境の水準およびその向上があることでSOCの向上が見られた点について報告した。

#### 4. その他の健康生成論とSOCに関連する報告

「Salutogenesis」は冠していないが、関連が強い他のセッションにおける報告としては、先述のPelikan氏およびLindström氏によるヘルスリテラシーのシンポジウム、あるいはワークショップにおける報告があった。Pelican氏は8月26日午前のシンポジウムで、非感染性疾患対策における組織や医療機関の役割を再考するにあたっての発想源の一つとして、健康生成論と健康生成モデルを位置づけ、問題解決のキーワードとしてヘルスリテラシーを掲げていた。Lindström氏は、8月26日午後のワークショップで、ヘルスリテラシーにおける「ヘルス」のとらえ方についての健康生成論的アプローチの言及をしていた。

また、8月26日午後の、組織の健康開発のための能力形成に関するシンポジウムでは、Bauer氏により先述の仕事の要求(job demands)と資源(job resources)のモデルの解析結果の報告があり、要求と資源の比、およびwork related sense of coherence (work-SOC)の存在が、よりその関連性を解釈する上で有効な要素となる可能性について言及されていた。

その報告を受けて、スイスのVogt氏は、work-SOCの開発と報告を行った。Work-SOCは9項目から成る7件意味微分法による多項目尺度である。自身の現在の職業や仕事の状況をどの程度主観的に把握しているのかについて聞いている。項目の例としては、管理できる—管理できない、予測可能—予測不能、などがある。実証研究の結果、

ソーシャルサポートやコントロール度を含む仕事上の資源と、ワークエンゲイジメントとの関連性において強力な媒介効果があることが報告されていた。こうしたことから、実践的にも健康生成的な労働条件の質を評価する方法として位置づけられ、組織的介入の必要度の評価にも使用できるであろうと結論づけられていた。

他方で、8月26日午後に行われたIUHPEヘルスプロモーション研究ワーキンググループのシンポジウムは、研究領域としてのヘルスプロモーションの認知というテーマでおこなわれた。この中で、Bull氏らは、Antonovsky自身は健康を「健康—健康破綻」の連続体で定義をしているものの、ウェルビーイングのポジティブな側面について触れていない点について言及した。また、これまでの多くの健康生成論や健康生成モデルに基づく研究においては、疾患や障害をエンドポイントとして焦点を当てているものが多く、健康のポジティブな側面に焦点を当てるものが少ないとした。そこで、ヘルスプロモーションに関する研究、特に健康生成論的なアプローチによる研究においては、今後はより、ウェルビーイングのポジティブな側面に着眼する必要性を報告していた。

なお、「Meet the Authors」においては、蝦名玲子氏によるSOCに関する2件の著作の紹介のほか、Bauer氏による健康生成的組織に関する著作、Roy氏らにより健康生成論とヘルスプロモーションに関する著作についての報告があった。

## IV 考 察

第21回IUHPE世界会議において健康生成論およびSOCに関するセッションは前回会議とは異なる様相であった。つまり、様々なテーマセッションの中に、健康生成論的なアプローチや健康生成モデルがちりばめられている印象であった。また、アジア圏からの報告においては、SOCに関する研究報告は除いて、健康生成論的な観点が含まれたものは極めて限られていた。

こうした中、本会議にみる健康生成論および

SOCに関する研究動向の特徴としては以下の3点が挙げられる。第1に健康生成論やSOCに関する研究の潜在化である。つまり、これまでは、その学問的立ち位置について研究者間で十分なコンセンサスが得られていなかったことから、健康生成論とは何か、あるいは、SOCとは何か、という観点の基礎研究、いわば健康生成論のための研究や、SOCのための研究が行われ、学会などでもその名を冠するセッションがもたれてきたように思われる。しかしながら、こうしたスタンスは、前回第20回大会で一つの到達点を迎えたのではなかろうか。今後の健康生成論・SOCの有り方としては、健康生成論・SOCに関する基礎研究から応用研究に、すなわち、他の研究目的のために健康生成論やSOCを用いて、より説明可能にし、評価や介入をより可能とする糸口を提供する理論・概念としての有り方に進化していくのではないだろうか。また、これは、今回のIUHPEにおける報告に限らない、国際的な研究動向としても言えよう。

第2に、第1の点と関連するが、ヘルスプロモーションに関する取り組みにおける、基礎理論としての健康生成論や健康生成モデルの位置づけを明確にした報告が多くあった。これは資源と能力へのアプローチへの焦点化を図った、sub-ple-naryセッションでよりはっきりしたと言える。健康生成論的立場では「疾病予防」という用語はなく、あくまでもそれはリスクファクター除去を念頭に置く疾病生成論的な考え方であるとされている。こうした観点から、このsub-ple-naryセッションでも極力「予防」という用語は使用していなかった。その代り、健康生成論における健康をつくる因子（健康要因）として重要な位置にある「資源」と、資源の中でも個人内のいわゆる内的資源に相当する「能力」に着眼したアプローチの有効性について明確になったと言える。また、ヘルスリテラシーは、健康生成論的にも有力な「資源」あるいは「能力」であるという位置づけが明確になされていた。さらに、資源間の均衡を調整する鍵となる資源でもあるSOCの役割と意義について

も、労働分野における報告で大きく取り上げられていた。

第3に、社会的少数集団を対象としたSOCに関する研究の有効性である。また、ハイリスク群とされる集団に焦点を当て、その集団内におけるSOCの分布やSOC自体の機能について検討することの重要性である。この検討は、単純に健康状態や、社会経済的状態の評価だけでは見えてこない、健康生成におけるメカニズムが明らかとなり、こうした集団への支援の在り方に関する手がかりを得る可能性が高いことが改めて示された。

Sagy氏らによるシンポジウムでは、対象となったマイノリティや、非常事態下におかれている人々における生活や健康、QOLの検討においてはSOCを用いた調査研究の意義や有効性が示されていた。しかし、患者や障害者を対象とした研究報告はなかった。またこうした研究は世界的にも研究の蓄積が少ないが、SOCを用いた研究を実施することで重要な示唆を得る可能性がある。

最後に、本会議にみる、健康生成論とSOCに関する研究や取り組みに関する今後の課題としては以下3点が挙げられる。第1に、SOCの形成やSOCへの介入に関する研究・検討の蓄積の必要性である。これは個人を対象とした研究も考えられる一方で、会社や学校といった組織ぐるみで環境に働きかける介入の在り方も考えられる。実際にスイスの研究者らにより後者の取り組みは進んでいるとのこと、今後の報告が期待される。また、他研究者グループにおいても更なる検討がなされていく必要があるだろう。

第2にアジア圏における健康生成論・SOCに関する研究の必要性である。今回はタイにおける開催ということでアジア圏からの報告が期待されたが、十分な研究が行われているとは言い難い状況であった。しかし、インドネシアのように、前回第20回会議における健康生成論とSOCのキャンペーンを機に着眼がすすんだという地域も見られていた。また、IUHPEから離れて視野を広げると、SOCに関する研究は中国をはじめ多くのアジア

ア諸国から続々と発信されていることから、アジアにおける研究動向については今後引き続き注目していく必要がある。

第3に日本国内におけるヘルスプロモーション・健康教育学領域における健康生成論・SOCに関する研究・取組の位置づけの明確化の必要性である。特にヘルスプロモーション領域においては、日本国内における健康生成論的アプローチや健康生成モデルを謳った研究や取組は、一部の研究者グループにおいて行われているのみである。また、資源や能力の開発に対するアプローチの強力な背景理論となりうるが、着眼がすすんでいるようには見えない。

今回、欧州連合（EU）諸国から報告されていた、ヘルスリテラシーへの着眼がすすむ非感染性疾患対策の現状や、一見パラドキシカルな「ヘルスプロモーション・ホスピタル」という用語にみられるように、EU諸国では医学領域においても健康生成論が応用された取組みや発想が打ち出される土壤があるように見受けられた。しかし、日本においては、「資源」・「能力」の開発に向けた健康生成論的アプローチではなく、あくまで疾病予防という疾病生成論的な考え方が研究者内、さらには行政担当者内においても優勢を占めているのではないだろうか。また、実質健康生成論的なアプローチをとった研究や実践活動をしていてもそれに気づかれることなく、あまりに強力な疾病生成論的な取組みの中に埋もれてしまうというパターンもあるのかもしれない。

こうした現状を踏まえると、我が国においてはまだしばらくは、健康生成論やSOCに関する基礎研究の蓄積が必要であり、成果を上げていく必要があるのかもしれない。ただし、SOCに関する研究は日本国内においても目に見えて増えてきており、世界水準にも近く、一定の到達点にたどりつきつつあるようにも見受けられる。他方、肝心の

健康生成論や健康生成論的アプローチという、学問的視点やその有効性の浸透は、ヨーロッパ諸国の後塵を拝していることは否めない。我が国においても、特に日本健康教育学会を中心として健康生成論的な視点やアプローチの有効性を追求し普及するグループがあっても良いのではないかとも思われた。

また、会議のトピックであったヘルスリテラシーへのアプローチはまさに健康生成論的アプローチであった。逆転してはいるが、このヘルスリテラシー概念や、我が国でも多くの研究者が注目しているSOC概念への着眼を機に、その基礎理論としての健康生成論に、そして健康生成論的アプローチによる「資源」や「能力」開発に向けた研究・取組みがすすんでいくことも期待したい。

#### 利益相反

利益相反に相当する事項はない。

#### 文 献

- 1) 衛藤隆. ヘルスプロモーション・健康教育国際連合（IUHPE）第21回世界会議（2013年8月、タイ王国パタヤ）の概要. 日本健康教育学会誌. 2014; 22: 57-58.
- 2) Antonovsky A. Health, stress, and coping. San Francisco: Jossey-Bass; 1979. 12-37.
- 3) Antonovsky A. 前掲書2): 182-197.
- 4) 山崎喜比古. ストレス対処能力SOCとは. 山崎喜比古, 戸ヶ里泰典, 坂野純子編. ストレス対処能力SOC. 東京: 有信堂高文社; 2008. 3-24.
- 5) Eriksson M, Lindström B. Antonovsky's sense of coherence scale and the relation with health: a systematic review. J Epidemiol Community Health. 2006; 60: 376-381.
- 6) Eriksson M, Lindström B. A salutogenic interpretation of the Ottawa Charter. Health Promot Int 2008; 23: 190-199.

(受付 2013.11.29. ; 受理 2014.1.20.)

# Trends and issues in the study of salutogenesis and sense of coherence at the 21st IUHPE World Conference on Health Promotion

Taisuke TOGARI\*<sup>1</sup>

## Abstract

**Objective:** Salutogenesis and sense of coherence (SOC) have been two of the most important topics at the IUHPE World Conference on Health Promotion in recent years. The aim of this paper was to explore the trends and issues in these areas by sorting out and examining the studies of these topics at the 21st IUHPE World Conference on Health Promotion.

**Methods:** Topics relating to salutogenesis and SOC at the 21st IUHPE World Conference on Health Promotion were sorted as follows: relevant symposiums and sub-plenary sessions, oral and poster sessions, and sessions in other areas.

**Results:** Salutogenesis-related presentations were organized into one day, August 26th. There were two sessions with titles in which “salutogenesis” or “salutogenic” were included, namely, “Salutogenesis and intergroup relations: Can the sense of coherence predict openness towards the ‘other?’” and “Focusing on people’s resources and competencies: to reduce NCDs through a salutogenic approach.” In addition, there were some relevant presentations in the sessions related to health literacy, capacity building, health promotion research, and so on.

**Conclusion:** On the whole, presentations about salutogenesis and/or SOC were not grouped together under a specific session bearing the term “salutogenesis” but were found in the various working-group sessions. This may mean that salutogenesis comprises one of the basic theories at the IUHPE. As European Union nations, it is necessary to take a position on salutogenesis and SOC in Japanese health promotion and academic fields.

[JJHEP, 2014 ; 22(1) : 69-75]

**Key words:** salutogenesis, sense of coherence, resource, health promotion, capacity building

---

\*<sup>1</sup> The Open University of Japan