

2024年10月1日(火) 晴

今日からビジネスバックを秋用に変えようと思った。中のものと移し始めたが、やめた。陽ざしが夏のように強い、気温は真夏日を超える予報。今日もまだ夏。

— 自分から追って —

先週金曜、仕事で運動指導にあたっている人と会った。仕事の主な話はおわって、雑談にはいったとき、「運動系には国家資格がないんですよ」。地域の健康関連の委員会のメンバーに推薦された出席してみると、委員のほとんどは医師や研究者。現場で活動している人はほぼ自分一人だったとか。

「健康寿命」をのぼすとして国レベルでも提唱されているし、予防医学に運動は推奨されている。運動系の団体も政府にずいぶん働きかけてきたけど、運動の専門家制度はできていない。本気でやる気はあるのか、はたまた表にみえない「不都合な真実」があるような気がしたそう。

運動系に国家資格は無いとは、今さらながら気がついた。その世界に入ってみないとわからないことが多い。自分にとって身近な世界のことで、マスメディアが報じていることを見たとき、本質が見えていないなあと感じることがある。同じようなことが別の世界でもあると想像はつく。

日曜、視聴期限が30日だった座談会の動画を視た、聴いた。世代が少しずつ異なる精神医学の重鎮たち3人の話だった。いちばん納得した話は、精神医療のさまざまな療法を、今では、患者に応じて組み合わせさせて使おうとする考え方が主流になってきたということ。

、仕事上でも心の問題についてはそれなりに知っておく必要性を感じたのは3年前だった。本を買って読んでみると、病名が多いし、療法もまた多い。それらを総動員しても、そう簡単に解決できないのが心の問題ではないかと感じていた。座談会での話は、“そうでなくっちゃ”の感。

ものごとの本質や背景、そういったものは自分から追っていかないとわかりにくい。ここ数日、そんなことをあらためて感じた、考えた。