



「マイ健康ポータル」の画面。歩数計を通信トレイに載せ、パソコンにデータを送信すると、どのくらい歩いたか、県の地図を使って示される(県庁で)

「病気を手前で治す」発信

未病を見つめる

「未病」とは、まだ病気の症状は表れていないものの、病気に向かいつつある状態を言う。進行すれば「病気」になり、治

れば「健康」に戻る。東洋医学的な考え方で、約2000年前の中国の医書「黄帝内経」に「名医はすでに生じた病気を治すのではなく未病のうちに治す」との記載がある。

未病を治す……。県は昨年1月、未病をキーワードに県民の健康対策を推進することを宣言した。22、23日には箱根町で「未病サミット」を初開催し、未病の考えや取り組みを国内外に発信する。

まずは足元から

都内で9月30日に開かれた報道機関向けのサミットの説明会。会場の大型スクリーンに流れた動画「未病って何かな?」が、出席者の目を引いた。「健康」と書かれた白い台と、「病気」と書かれた黒い台の上で男性2人が綱引きしており、「未

病の段階で気づき、改善すること、は、あなたの健康につながる大事なきっかけ」と音声

が流れる。未病に関心を持ってもらうため県が制作し、動画投稿サイト「ユーチューブ」にもアップした。

「まずは足元から」と、県庁は昨年10月に全職員を対象に「マイ健康ポータル事業」を始めた。専用のソフトと歩数計を使い、毎日の歩数や消費カロリーなどのデータが自分のスマートフォンやパソコンで確認できる。健康診断データなどを基に、職員一人一人の注意するべき病気や、病気にかかった場合の医療費なども分かる。8月末現在で53%の職員が参加する。

海外でも関心

未病は海外でも「MEIBYO」と呼ばれ、関心を呼んでいる。米ハーバード大公衆衛生大学院には2013年7月、日米共同の研究機関「日米未病研究プロジェクト」(イチロー・カ

ワチ教授主宰)が設立された。未病対策を訴えた黒岩知事の講演がきっかけになったという。

同機関では、がんを予防するライフスタイルの研究や、世界の未病の取り組みを調査している。首席研究員で未病医学研究センター(東京都世田谷区)所長の天野暁さん(59)は、「研究で、日本人の長寿の一因は個人を取り巻く生活環境が影響していると分かった。長生きする人は、例えば隣の家にお裾分けをするなど人との絆を大切にしている。生活のストレスを減らし、未病を治す生き方だ」と話す。

県主導で設立した一般社団法人「ライフィノベーション国際協働センター」(川崎市高津区)では、シンガポールの科学技術研究庁と協定を結び、アジア市場を念頭に医療機器の開発などで協力を始めた。「未病を軸に世界的なネットワークが構築されつつある」。黒岩知事はこう強調する。

◇ 「未病サミット神奈川」の開催を前に、未病を巡る新たな動きを紹介する。