

式 辞

雪が舞い散る肌寒さむさの中でも、春の訪れが見え隠れる弥生の良き日に、保護者の皆さまにご出席いただき、「卒業証書授与式」を挙行できますことは、大きな喜びに満ちたひと時でございます。

まずは、3学科63名の皆さん、ご卒業、誠におめでとうでございます。本校を代表し、心より新たな門出をお祝い申し上げます。また、皆さんをこれまで育て、励まし、支えてくださった、保護者の皆様方にも、この場をかりて、心からのお祝いと感謝の気持ちをお伝えしたいと思います。

さて、卒業生の皆さん、皆さんが入学されたこの数年間の国内外の状況に意識を向けると、様々な問題が噴出し始めていることが思い浮かぶことでしょう。新型コロナウイルスのパンデミック、気候変動、国際的な政治的緊張、戦争や紛争の勃発、経済の不確実性、さらには、自然災害など、これらはまさに私たちが直面する現実です。

一方、皆さんの多くが進まれる北海道の医療分野においても、道民の高齢化、医療人の地域偏在や医療格差、さらには、働き方改革も含まれてくるため、新たな医療サービスの導入や地域住民との連携強化などの取り組みが、益々必要であると考えられています。勿論、これらの問題には簡単な解決策はありませんが、国内外の人々が協力して取り組むことが不可欠になっていると考えられます。

今日は、そうした大きな問題ではなく、社会人として個人としての健康について少しお話しさせていただきます。なぜなら、皆さんが医療の現場で仕事を続けていく上では、まずは、「皆さん自身が常に健康であり続ける」ことが、「必要十分条件」となっているからです。

「健康について」といっても、「遺伝子と健康」というちょっと変わった切り口でご説明させていただきます。遺伝子というと、複雑でとらえどころがなく難しいものと感じるかもしれませんが、簡単に言えば、「細胞の中で遺伝子が正常に働くと、私たちの心身の健康が保たれる」という理解で結構です。逆に言えば、「私たちの心身が健康であるということは、それぞれの細胞内の遺伝子が正常に機能している」ということになります。

実は、2003年、皆さんが生まれた前後で、世界的な共同研究によってヒトゲノム・プロジェクトがほぼ完成しました。このプロジェクトによって多くの成果が得られましたが、一つには「ヒトの細胞には約4万個の遺伝子が存在する」ことが明らかになりました。そして、それら4万個の遺伝子の働きを同時に解析できるようになったのです。

その後、皆さんが成長してこられたこの20年間ほどで、更にエビデンスが積み重ねられてきたことがあります。それは、親から受け継いだ遺伝子の大半は自動的に働きますが、一部の遺伝子は環境によって働きが左右されるということです。

つまり、私たちをとりまく環境は、私たちの一部の遺伝子の働きに影響を与え、それが、その後、自動的に働く大部分の遺伝子にも2次的な影響を与えるということが明らかになってきたのです。

それでは、「どのようにすれば、常に正常な遺伝子の働きをずっと維持し、ずっと健康的であり続

けられるか」ということが次の大きな関心事になってくるかと思います。しかし、残念ながら、この問いに対する解答というか、確立した手法はまだありません。

しかし、一つのヒントがあります。それは、私たちが、「楽しい」、「面白い」、「興味深い」、「夢中になれる」、「心地よい」、「安心できる」「落ち着く」、「充実感・満足感を感じる」、「飽きないで集中できる」など、私たち自身が積極的、意欲的、あるいは、穏やかな気持ちになれる環境が重要であることが示唆されています。

ですから、医療現場で仕事をされる皆さんには、まずは、求められることはすべてに習熟してほしいのですが、その次のステップとしては、より「積極的」、「意欲的」、あるいは「穏やか」になれる業務や分野を選んで頂きたいと思います。もちろん、仕事以外の趣味や実益などでもその何かを見つけることも良いことと思われまます。そうすれば、遺伝子の働きをいちいち調べなくとも、前向きの日々を過ごすことがきっと実感できるはずですし、同時に、健康的であることすら意識せずに過ごしていけることになるでしょう。

学生ホールに飾られたスナップ写真を見ていると、皆さんの笑顔がとても印象的ですし、イキイキとした表情が伝わってきます。きっと、このような状態を保つことができれば、遺伝子の働きによって心身の健康が維持され続けることでしょう。ただ、「人生にはどうすれば良いか」の答えがすぐに見つからないことも多くありますので、自ら見つけ出そうとする働きかけだけは続けてほしいものです。

最後になりますが、卒業生全員が医療人として経験値を増やし、その上で、さわやかで、すこやかな人生を、歩んでいけますように祈念して、私の式辞とさせていただきます。改めまして、本日はおめでとうございます。

令和6年3月2日

学校法人稲積学園
北都保健福祉専門学校長
林 要喜知

