



3. ヘルスコミュニケーション学関連学会賞 2023年度優秀書籍賞受賞者コメント

中山和弘

聖路加国際大学大学院看護学研究科看護情報学分野

受賞

これからのヘルスリテラシー 健康を決める力. 講談社 2022年

このたびは素晴らしい賞をいただきありがとうございます。選考委員と関係者の皆様に心よりお礼を申し上げます。

これを機会に、この本の出版に至るプロセスを振り返ってみました。メールを確認すると、2020年の7月ですから、新型コロナウイルス感染症の第2波に差し掛かる頃にいただいた、講談社サイエンティフィックの方からのメールがスタートになります。担当者の方が、コロナの感染拡大でメディアから真偽がわからない大量の情報が発信されたことによる不安や混乱の中で、「ヘルスリテラシー」という言葉を知り、私が運営するサイト『健康を決める力』を発見して学ばれたということでした。そこで、医療系の学生のみならず、できるだけ幅広い方々のヘルスリテラシーを高めるための書籍ができないかという相談でした。With/after コロナにおけるヘルスリテラシーの教科書づくりの提案です。

ちょうどそのころ、私の研究テーマの2本柱であるヘルスリテラシーと意思決定支援について、ようやく整理された講義ができていたもので、それらをうまくまとめられないかとは思いはじめていたところでした(本のタイトルは出版社の提案どおりにしたのですが、出版後に意思決定という言葉も入れれば良かったかなと思いました。最初のメールの返事には「ヘルスリテラシー：情報と価値観に基づく意思決定」という提案もしていたのでした)。さらに、翌年2021年の1月(2回目の緊急事態宣言下)に実施した、健康情報の評価スキルである「か・ち・も・な・い」と合理的な意思決定のスキルである「お・ち・た・か」とヘルスリテラシーの関連を明らかにする調査の準備をしていた時でもありました。データをまとめて投稿できたあとに発刊できればと思いました。それまでこれらのスキルをメディアや雑誌などで紹介していたものの、ヘルスリテラシーと関連しているというエビデンスがなかったことから、それを改めて確かめました。同時に、日本人はこれらのスキルを学ぶ機会に恵まれていないこともわかり、これらの普及を目指す妥当性が確認できました。この本に続き、その翌年の4月には、「か・ち・も・な・い」と「お・ち・た・か」の普及のための動画(<https://www.youtube.com/@healthliteracy-skills>)を作成し公開したのでご覧いただければと思います。

この本の前にも、ヘルスリテラシーについての出版の提案はいくつかあったのですが、健康情報にだまされないためにといったハウツー本的なもので、日本でもまだエビデンスが十分でないこともあって時期尚早と思ってお断りしていました。また、講談社サイエンティフィックとの話が進んだ後も、コロナ禍からヘルスリテラシーへの関心が高まり、何社からか提案がありました。すでに先約があって書きたいことはすべて書くつもりだと伝えると、「残念ですが、楽しみにしています」というお返事でした。

ただ、ゼロから書き起こすのは大変なので、ちょうどコロナによって講義をオンデマンド化するために、スライドすべてにナレーションを付けてあったので、その文字起こしをお願いしました。これは、以前書いた『看護学のための多変量解析入門』(医学書院、2018)のときに、講義を録音して文字起こししてはどうかと誘われてうまくいったからです。実際の作業としては、相当直したり追加したりするので、時間的にはそれほど変わらない気もしますが、全体の分量の確認ができることと、すでに文字になっていることでいつか完成はするだろう安心感があります。ただ、多変量解析の本は、安心しすぎたのかテープ起こしから10年以上もかかってしまって迷惑をかけたので、今回は、コロナ禍のうちにと思い執筆に全集中して完成させました。

また、講談社に決めたのは、知名度もさることながら、フルカラーで2千円台できるという他社にはできない特典があると紹介されたこともあり。ただ、カラーをフルには生かしていない上、サイト『健康を決める力』の閲覧者にも読んでもらえるように、大幅に内容を更新したことで文字数が30万字以上と増えてしまったため、価格を抑えるには、版を大きくして文字を小さくせざるを得なくなりました。自分でも読むのはギリギリの大きさと、校正も苦労しましたが、書きたいことは書けたと思っています(もちろん、その後、書き加えたいことはいろいろと出てきていますが)。

つぶさに読んでいただいた保健師の方からは「私にとって宝箱のような本」と言ってもらってうれしかったです。たくさんの方に読んでいただけているようなので、さらにあちらこちらでレビューやコメントを書いていただければ、次につなげることができそうですのでありがたいです。引き続きよろしく申し上げます。