

季報 8 (75-IV) 健康を考える (I)



人間たれでもさかれれば健康第一と答えるであろうが、その健康とすると夫々に漠然としていて、病気でないから健康だろうという人が少なくなると、互に病気とはと問いかけると、健康を害されている状態と云って、病気が判らなくなってしまう。そこでWHO(世界保健機構)で「健康とは身体的精神的社会的に完全なよい状態であって、単に病気がないは欠陥がないだけのことではない。それは人種宗教政治的的信念経済的或は社会的条件の差別なく各人の基本的権利である」と云っている。完全といふところに意見があるけれど、今回はこれを引用して「健康を考える」という標題をえらんでみた。できれば季報7の冒頭を、もう一度眺めていたがきたい。

1. 心身の状態と環境とのかわり
2. 健康診断
3. 休む時
4. 養生養生
5. 鍛錬

1977年

日本脳管病院 精神科 室長

