

Present by Asaki Abumi

# ノルウェーの医療と福祉制度

(一財) 自治体国際化協会ロンドン事務所  
第40回オンラインセミナー  
2025年2月4日 (火) 18:00~19:00

# 鐙 麻樹

あぶみあさき



北欧・国際比較文化ジャーナリスト、写真家  
ノルウェー国際報道協会役員  
多言語学習者/ポリグロット（8か国語）



上智大学フランス語学科卒、  
オスロ大学大学院メディア学修士課程修了  
（副専攻：ジェンダー平等学）  
同大学院サマースクール「北欧のジェンダー平等」  
修了  
ノルウェー政府の産業推進機関イノベーション・ノ  
ルウェーより活動実績表彰



# 福祉って？

---

ウェルビーイング、幸福  
楽しい時間を過ごすこと、あなたがいい状態にいること  
お金で買える十分な物品を所有していること  
友情、家族の絆、健康  
福祉制度とは貧困やその他の社会問題に対処すること  
社会保障や社会サービス  
日本で語られがちな無償の教育や医療だけではない  
メンタルヘルス、性教育、多様性

# ノルウェーでの 病院体験

## 子宮の全摘出手術 1泊

数年前に卵巣嚢腫のみ摘出した時は、一人暮らしなので1泊  
(家族がいるなら同日退院)

無料 (退院後に必要な追加の傷跡テープなどは自己負担)

受付スルー「ありがとうございました～」のみ

タクシー無料



# Egenandel / 医者での自己負担

- 医者にかかると、治療費のほとんどがカバーされる。通常、自己負担額を支払う必要があるが、これは「無料医療サービスを受ける権利」にカウントされる。
- 医師、その他のセラピスト、サービス・プロバイダーは、承認されたすべての自己負担額を少なくとも14日ごとに医療経済管理局 Hefo に報告する責任あり。免責金額は自動的に登録。
- 国保からの給付を受けるためには、主治医が Hefo と直接決済の契約を結んでいる必要あり。
- 開業医の場合、承認された自己負担額のみが、無料ヘルスケアカードの資格にカウントされる。

## 一般開業医による診察

日中 179 ノルウェークローネ (2429円)

夜間 301 ノルウェークローネ (4084円)

## GPによる診察や治療に対して自己負担金を支払う必要のないグループ

- 16歳未満の子供
- 労災 (労働福祉局NAVの承認要)
- 兵役中の兵士
- 妊婦健診を受けている妊婦
- 親しい間柄で暴力を受けたり、性的虐待を受けたりした後、緊急援助を求める人の初診
- 一般的に危険な感染症に罹患している人、またはその疑いがある人

# Frikort / フリーカード



一定額以上の自己負担金を支払った場合に発行される医療サービス免除カード。数年前まではアナログで紙に印刷されたカードが郵送されたが、今は完全デジタル化。フリーカードがあれば、その年の残りの期間、自己負担金を支払う必要はない。対象になると、決定がSMSまたはEメールで通知される。

自己負担分を全額または一部を支払う必要がないグループ

- 16歳未満の子供
- 職業傷害の認定を受けた居住者（一部の医療サービス）。
- 最低年金受給者は、青色処方箋の医薬品、食品、医療消耗品の自己負担を支払う必要はない。

**2024年の自己負担額 3165ノルウェークローネ(約4万2900円)※毎年、値上がり**

## 自己負担に含まれるもの

- 薬局
- 医師、心理士、理学療法士による治療
- 病院 / 外来診療所
- 検査機関およびレントゲン機関
- 歯科疾患の一部
- 患者の交通費
- 地域保健局（RHF）と運営契約を結んでいるトレーニングセンターおよびその他の民間リハビリテーション施設での滞在
- オスロ大学病の支援による海外治療交通費



# Blå resept 青い処方箋

薬局ではいろいろな買い物をするけれど、レシートが0円になる時がある。

長期的な治療が必要な慢性疾患や病状の場合、医師は青い処方箋で薬や器具を処方。薬局で処方箋を受け取る際、自己負担分を支払い、残りは国が負担する。例えば、私の喘息やアレルギーは青い処方箋対象

- 風邪→「イエデ ネテロ」と受付で追い払われる
- 予約は2~3週間後
- 緊急病院では何時間も待たされた挙句、薬ももらえず、「イエデ ネテロ」→悪化することも
- 日本より薬あまり出したくない、市民も自然的な復活を望む→「コーラとフルコーンのビスケットを食べていたら治る」。1~2週間、病欠の社員はあるあるエピソード。
- 白人ばかりの心理士は移民を理解する教育受けていない→サイコパス扱いされた
- ベッド数足りない→とにかく家に帰すしかない

# 北欧の福祉 びっくりり& 不便な時も



- 「NAVの人だと見られたくない」現象（日本の生活保護に対するものと似ている）
- 「NAVのお金に依存して復帰したくない人」現象（働いているより、国からのお金で生活するほうが楽だと、完治したがい人）
- オスロ大学→アレルギーで辛かったら試験時間の延長。ストレス弱い？試験前に「病気」になる人増加。私は仮病ではないかと疑われたほど、試験の時期は「病気」の学生が出る。
- 先住民は福祉制度を同等に享受できていない（差別と抑圧の歴史を受けてきた過去を持たないから、なぜ苦しんでいるのか理解できずに、無意識にきつい言葉をかけてしまう。サーミ人の男性コミュニティ社会は知られていないので、男子の問題が見過ごされがち）



# 教育費

- 基本的に無償だが、生活費・教材費・食費・セメスターフィーが発生するため、生活は苦しい（裕福な親を持つ学生との格差）
- 学費無料（だけどセメスターフィー、教材は自己負担）  
セメスターフィー＝学生組合費、オスロと隣県の学生福祉機関 SiOなら毎年二回690NOK (9500円)
- 著作権で保護された教材のコピー料金 220NOK(3025円)
- 紙の本の物価は日本の3～5倍ほど。教材は1冊安くても5000円以上はするので、教材の調達は数万円～数十万円（古本でなんとかしようとする人もいる）
- 学生寮（一人部屋／家具あり・なし／シャワー共同・個別）  
6900～10800NOK 9万4700円～ 14万8200円  
※カップル・家族向けの部屋もあり、料金は高くなる
- 日本と異なり、高校を卒業したら、親が同じ地域に住んでいても、別々で暮らすのが基本
- ずっと親と暮らしていると自立できていないと思われやすい

The picture is virtually furnished

写真：SiO

# 医療者の育成

- 医師になるには、6年間の医学専門課程を修了。6年後には医師として認可され、医学部卒業後は、特定の分野の医学を専門に学ぶことができる。
- 4つの大学が医学プログラムを提供： オスロ大学、ベルゲン大学、トロンハイムのノルウェー科学技術大学、 Tromsø のノルウェー北極大学
- 「ノルウェーの医学課程は質が高く、他方では熟練した医師が育っています。」 → ここは批判的にみたほうがいい
- 北欧は受験制度がなく、高校の平均点で選考科目が決まる（大学名で相手を判断しない、見られるのは科目）。入学よりも卒業が難しい。医学研究プログラムを開始するには、高等学校での化学、数学、物理の単位の良い成績が必要。
- 北欧は学費は無償だが、物価が高いため、労働は必須 → 医療従事者の学生向け労働組合あり

# 医療の現場、今日の問題

---

- パワハラ問題、優秀なリーダーの不足（我慢の限界がきたら、メディアや他組織に密告するシステム使う）
- 政府が組織の統一化しすぎてカオス、責任の所在の不明
- 地方では、インターンシップや指導医の不足
- 医学教育の質に影響を与え、学生が必要な臨床経験を積む機会が減っている
- 新米医師の労働条件についても議論が続いている。多くの医師が高い労働プレッシャーを経験しており、特に地方では人材確保が最大の課題となっている。このことは、新医学生の採用や学業修了へのモチベーションに影響を与える可能性がある。
- 2023年のNAVの企業調査によると、ノルウェーの医療サービスでは14,600人が不足。熟練した医師、心理学者、精神科医、看護師の不足は特に深刻。多くの住民が満足な医療サービスを受けられないまま放置され、待ち時間は長くなっている。
- 自然と田舎町の雰囲気などの魅力でいかに外国人労働者をリクルートするか？（課題は語学力、英語だけでは不十分、他国の学歴チェックの品質保証）
- 北欧の場合、将来的な医療者不足は確実なので、AIなどのテクノロジーを使い、無駄な事務作業を減らすなどの早急なDX・AI化が急務。しかし、個人データをどう共有・商用利用できるようにするかが絡むために、国・政府が国境を越えて他国と協働しないと進まない。医療現場の人に押し付ける課題・責任ではない（というプレッシャーを国に与えることも必要）

# 学生民主主義

## 医療・福祉には 若者・学生が深く関わる

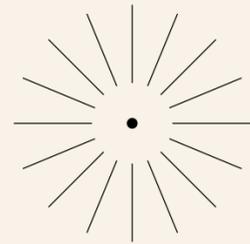
学生民主主義は、学生を代表するものであり、学校における質の向上と開発活動の中核をなすものである。

生徒と学校との良好な対話によって認識され、生徒が実施したいと望む変更が取り上げられ、生徒が自らの学習日に影響を与える機会が与えられる。

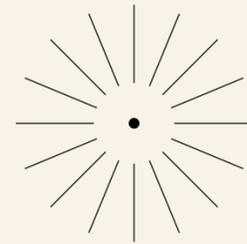
生徒自身が授業中に生徒代表を通じて質問や要望を伝えることによって達成される。



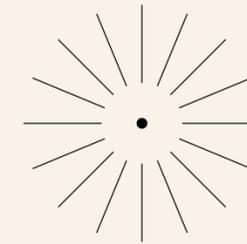
# なぜ学生民主主義が重要なのか？



学生自身が教育機関の構造や学習プログラムの形成の前提設定に関与することを保証するのに役立つ。



うまく機能することで、自分たちに関係する事柄に学生の声が届くようになる。その結果、学業と心理社会的条件の両方が守られ、学生は最良の学習体験ができる。



幅広い代表を擁することが重要である。そうすることで、すべての人に成長と学習の余地を提供する包括的なセクターが生まれる。



**大学選挙にも「政党」がある。**

**国会に議席を持つ政党や各政党の「青年部」ともまた違う、学生選挙のために組織された独自の「政党」で、オスロ大学では「リスト」とも呼ばれている。**

**各大学や専門学校という高等教育のキャンパスには、「学生議会」がある（各大学によって名称は異なり、大学内での「学生選挙」によって代表者が選出される）。各学生議会からさらに代表者が絞られ、彼らは複数の大学の代表者が集まった「福祉議会」に派遣される**



## 福祉議会

大学生のための「福祉政治」に的を絞り、特に自治体議員と話し合う場を持ち、毎年の自治体の予算案に影響を与えることができる。大学生のための政策といっても幅が広いが、メンタルヘルス、学生寮、奨学金制度など、とにかく全ての「大学生が必要とする政策」が「福祉政策」として交渉される。

議員・自治体の予算案・SiO・大学関係者を「直接的に変える力」をもつわけではないが、「影響を与えることができる」という表現にこだわっていた。

**福祉議会はオスロ市議会の議員と話す際に、都市開発計画における学生のための空間確保、交通費、学生寮の増設計画、資金援助、カウンセリング、メンタルヘルス問題などについて話し合う。自治体の議員との交渉が優先されるが、政策によっては国政が深く関わることもあるので、国会議員とも話す。**



**福祉議会の活動はつまり本格的な「ロビー活動」**

**議員が福祉議会の代表と話し合う時間をもつことは「義務」ではないが、もししなかったら「奇妙だ」**



自治体予算案や国家予算案は毎年発表されるため、政治家との会談の日程を決める、予算案を提案するなど、福祉議会はロビー活動を1年中していることになる

「ノルウェーの政治家には耳を傾ける伝統があります。同意はしないかもしれないけれど、私たちが歓迎し、話を聞きたいと思っているときには耳を傾けてくれます。これはノルウェーのスタンダードのようなものです」

「もし政治家が人を招き入れる文化がなかったら、ノルウェーはもっと大変なことになっていたでしょう」

# 性教育

保健省の公式HPで幼稚園・保育園～高等教育、大人、ノルウェーでの滞在期間が短い人、またはノルウェー語の能力が低い人向けそれぞれのリソースが提供されている

- 公共局が重要な教材になっている
- 授業中だけでなく、団体などでも情報周知（北欧は団体加入大好き市民）
- 教師の負担が減るように教材がネットにも豊富
- ニュースで議論が活発化することで、市民の知識が更新される

# ボードゥ自治体「Æ E M Æ」

子どもに対する暴力や性的虐待を  
防止するための包括的モデル



## BARNEHAGE

Barna får et begrepsapparat for å snakke om kroppen og øver på å kjenne egne og



## 7. KLASSE

Elevene får lære om kropp, grenser, følelser, kjærlighet og seksualitet.



## RUSSEN

Russen får lære om hva som er voldtek og konsekvensene for

ksuelle lavalderen er ment for å beskytte unge, vil det være relevant å snakke om modenhet når lder sex, ansvar for bruk av prevensjonsmidler, se for hva et samtykke er, om det er eget eller idres ønske om å ha sex og lignende. Få elevene lektere rundt dette, se diskusjonsspørsmålene mpler.



#### GE BEKYMRINGER

om at sex aldri skal være smertefullt, selv om kevel opplever at det kan være vondt å ha : første gangen. Det skal føles godt for alle og dersom det gjør vondt eller er ubehagelig t være lurt å stoppe og eventuelt prøve noe Noen tror fortsatt det er mulig å se inn i en

Snakk om vanlige følelser knyttet til å ha sex for første gang. For noen er det spennende og fint, mens andre er veldig nervøse. Det er viktig å påpeke at man bare skal ha sex fordi man har lyst, ikke fordi noen andre vil eller fordi man føler at det er noe man burde gjøre. Snakk om at sex for første gang som regel er annerledes enn på film eller i porno. Noen av de vanligste bekymringene er at det kan være vanskelig å få på kondomet, at man ikke er "god nok", at det kan gjøre vondt, at skjeden ikke blir våt nok, at ereksjonen svikter eller at utløsningen kommer for tidlig.



#### DISKUSJONSPØRSMÅL

- Spør elevene hva de tenker når de hører ordet seksualitet, eller hva de tror andre unge forbinder med seksualitet.
- Diskuter hva forskjellen på barns, ungdoms, voksnes og Eldres seksualitet kan være. Hva betyr det at seksualiteten endrer seg i løpet av livet?
- Hvor har elevene fått kunnskapen sin om seksualitet og sex fra? Er det noe alle har lært om på skolen eller er det andre steder de har hørt om disse temaene?
- Hvorfor har mennesker sex?
- Hvordan vet vi om vi er klare for sex? Hva bør vi reflektere over på forhånd?
- Hvis sex er mer enn vanlig samleie, hva kan det bety å ha sex for første gang?
- Er det et press om å debutere seksuelt? Er det likt for alle kjønn? Hva kan et slikt press føre til?

#### TIPS TIL AKTIVITETER

- Lag en ordsky (for eksempel mentimeter.com). Spør elevene: Hva er sex? Gi en begrepsforklaring av ordene som dukker opp på skjermen. Spør elevene hvis det er ord du ikke forstår eller kan. Dette kan være en fin samtalestarter for å fortelle om ulike former for sex og hvilke forventninger ungdommer har.
- [Hvordan kan jeg utforske seksualiteten min på en trygg måte? - Ung.no på YouTube](#)

# Sex og Samfunn セクシュアリティ教育中等 教育レベルの教材ガイド

# 例えばこんな質問を してみてもいいかな

- 身体へのプレッシャーはどこから来るのか？
- 身体の恥辱を減らすために、若者は何ができるでしょうか？
- 体液（精液、生理、おりものなど）のような自然なものが、なぜ恥ずかしくかったり、話しづらかったりするのでしょうか？
- 良いガールフレンドとは？
- 嫉妬という感情を定義し、議論しなさい。嫉妬は愛と同じか？嫉妬することはどのように感じますか？
- 親密な関係になりたいと感じない場合、「ノー」と言うのが難しいのはなぜか？それが好きな人であれば簡単なのか、それとも難しいのか？
- 同意とは何だろうか？どうすれば同意があると確信できるのか？
- 拒絶されるのはどんな気分？どう反応してもいいのか？
- ポルノと現実のセックスの違いについて、何か聞いたことがありますか？
- ネットでいちゃつくのが現実の生活より難しい、あるいは複雑なのはなぜか？対面ではなくオンラインでいちゃつくことの難しさとは？
- 自分の親密な写真を拡散された経験のある友人を、私たちはどのようにサポートできるでしょうか？
- もしノルウェーで自己決定による中絶が違法になったら、社会はどのように変わるでしょうか？

## Zanzu, min kropp i ord og bilder



Kropp



Familieplanlegging og  
graviditet



Infeksjoner



Seksualitet



Forhold og følelser



Rettigheter og lover



# Zanzu

ドイツのウェブサイト  
zanzu.deの内容をもとに、  
ノルウェー保健局が開発。

ドイツ語版、ベルギー語版  
、オランダ語版も提供。

各国の権利や法律を反映さ  
せるため、内容はサイト  
によって異なる。



## Samlivsproblemer og bekymringer



Ulike typer samlivsproblemer



Å forelske seg i en annen person



Sjalusi



Rutine



Partnervold



Æresrelatert vold



Beskytte og respektere grenser



Godt forhold



Pornografi



家族の名誉は、多くの場合、家族の中の女性の行動と関連しているが、少年少女、女性、男性ともに名誉に関連した暴力を受ける。

例えば

- 処女かどうか疑わしい
- 結婚せずに性的関係を持つ
- 見合い結婚を拒否する
- 家族の意向と異なる行動や服装をした場合
- 中絶をする

ノルウェーでは、他人に対するあらゆる形態の暴力が禁止されています。したがって、名誉に関わる暴力も法律で禁止されており、処罰の対象となります。

# 性の多様性

- LGBTQよりも「クィア」という言葉のほうがよくつかわれる
- 世界的に見れば受け入れられているが、まだまだ差別はあり、テロの対象にもなっている
- 顔を出すことを怖がる人が多いので、組合などの集まりが、代表として声をあげる
- 右派・左派で最も同意点が多い政策がジェンダー平等。政権交代しても、政策が引き継がれる・後退しない（感動的）
- ただし、イスラム教徒に眉をひそめる人も増えがち
- プライド月間はみんながエネルギーを充電する期間
- プライドイベントでは、医療に関する催しが非常に多い
- アメリカでの状況は、残念ながらじわじわと北欧にも伝染しがち（英語・SNSの影響もある）
- 北欧でこの知識が市民全体で高めなのは、教育現場でジェンダー平等が専攻科目に関係なく必須だから

# 医療福祉の政策に参加する若者たち

政党青年部の存在  
＋学校政策＋模擬選挙

大学議会、生徒団体、学生団体

メンタルヘルス、保健士の不足  
奨学金、学生寮、給食



Photo: ASAKI ABUMI



Photo: ASAKI ABUMI



Photo: ASAKI ABUMI



Photo: ASAKI ABUMI



Photo: ASAKI ABUMI



Photo: ASAKI



Photo: ASAKI ABUMI

OK  
According to international  
chain from cotton to  
manufactured environ  
by an independent  
cre

QY  
The official EU label for Greener Products. Eco  
comparatively modest impact on air, water,  
consumption, glob

All of the cotton is Fairtrade cert  
producers. Fairtrade means fairer to  
for cotton producers in developing co  
and communities for a sustaina

SA8000 is based on the principl  
measures the performance of  
forced labour, treat  
lab

# 労働党青年部 (AUF) の保健政策

AUFは、修理するのではなく、健康な人を作ることが重要だと考えている。現在、医療制度で扱われる疾病は、生活習慣病が大きな割合を占めている。このような課題に対処する最善の方法は、公衆衛生と予防に焦点を当てた包括的な健康政策である。公衆衛生が良好であることは、健康で幸福な人々のために不可欠。私たち一人ひとりが自分の健康に責任を持つことを促進するのは、地域社会の責任である。

効果的な予防は早くから始め、生涯にわたって続けなければならない。ノルウェーの健康状況を見ると、社会的背景が健康状況に大きく関係していることがわかる。豊かさや資源が増えれば、健康状態も良くなる。AUFは、資源や居住地、社会階層に関係なく、誰もが健康になるべきだと考えている。そのため、学校、幼稚園、職場といった共通の場が予防に取り組み、健康を創造することが重要だ。

- 栄養と食事、身体活動の利点に関する広報活動を強化する。
- 国民が森や野原、歩道やサイクリングロード、標識のあるスキーコースなどを利用できるようにする。
- より健康的な食生活と運動量の増加を促進するために税制を利用する。
- アルコールとタバコに対する高水準の課税を維持する。
- 現行の規制下でたばこを販売できる者であれば誰にでも与えられる、たばこ販売の免許制度を導入する。未成年者への販売を含む乱用の証拠があれば、免許を取り消すことができるようにする。
- 幼稚園・保育園や小学校では、子どもたちに自然を活動の場として利用することを教える。
- 医療機関は、より健康的でバラエティに富んだ食事を提供すべきであること
- 中学校で果物・野菜制度を再導入し、全生徒に果物・学校給食を導入するための作業を開始する。

# 極右・進歩党 青年部の保健政策

公的部門だけでは、医療制度におけるすべての課題を解決することはできない。

医療サービスは競争に開放されるべきであり、市民が迅速で質の高い治療を受けられるよう、公的、非営利、民間の医療提供者は平等に扱われるべきであると考える。

- 医療サービスを競争にさらす
- 治療の自由選択の導入
- 歯科医療サービスを自己負担制度に含める。
- 子宮内膜症、子宮腺筋症、その他の女性特有の病気に関する全国的な能力・治療センターを設立する。
- 女性の健康に関する新しい研究・知識が教育・治療制度に含まれるようにする。
- 女性の自己決定による中絶の権利を守る。
- 現在の規制を撤廃し、18週目までの無料中絶を導入する。
- すべての人は、成年に達したとき、実の親の身元を知る権利を有する。
- 酒とタバコの18歳制限を継続する。
- 酒とタバコの広告と提供は許可されること
- 合法的な商品の販売を許可する者を国家が決定すべきではないこと
- アルコールの販売は、販売店自身が望む限り開放すべきである。
- タバコを含まないニコチン入り嗅ぎタバコの製造販売は許可されるべきである。
- すべての薬物の使用と販売を合法化し、規制すべきである。
- 麻薬常用者には、罰よりも助けを与えるべきである。

# 医療現場のDXなぜ進む

- 北欧の民主主義と「信頼」文化を理解せずして、全体像は決して掴めない
- 幸福度調査トップにもつながる、汚職の少なさ、権力者との近い距離感、市民らしい政治家、白人男性以外の議員で溢れた国会と政府、情報の公開と透明度の高さ、原稿を見ずに真摯に答えて説明しようとするリーダーたち、労働者に敬意を払う歴史

信頼 + 平等 + 透明性 =

競合やライバル気にするよりも、業種の垣根を超えた連携+官民連携

他社や他者と一緒に協働しながら、未来の世代にいいものを遺すぞ！

+

家族と自分の時間を大事にする → 早く帰りたい → デジタル化いいじゃん

↓

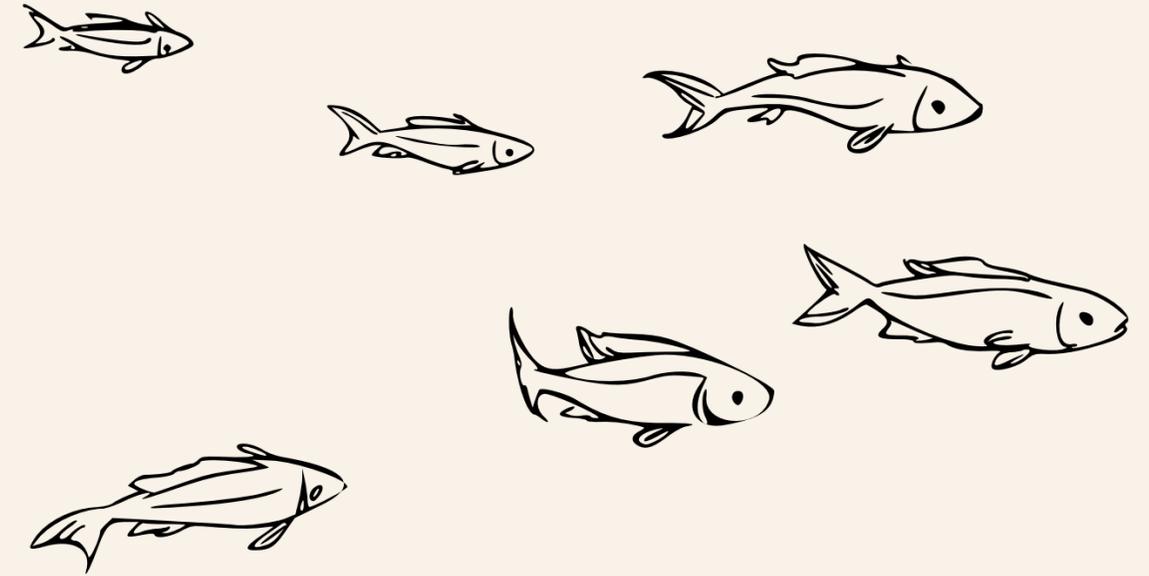
信頼できない政府や政治家に、個人データは安心して委ねられない

北欧はゆっくりと時間をかけて個人番号制度などを導入してきた

日本は、できる限りみんなの代表者を対話のテーブルに招待して、民主的なプロセスを得たか？

# 「魚の福祉」って何？

---

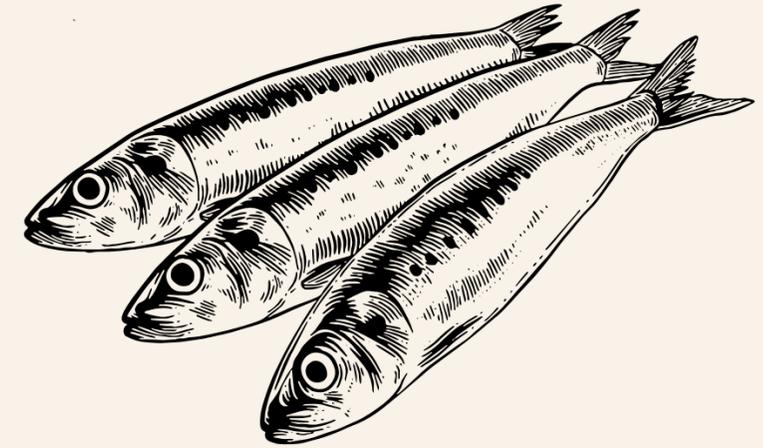


## 魚も動物、苦しむ

魚は豊かな感覚と比較的大きな脳を持っている。また、優れた学習能力と記憶力を持ち、高度な個体行動と社会的行動をとる。したがって、魚には質的に意識的な存在の経験があり、魚の福祉を心配することが適切である。

ノルウェー海洋研究所

ノルウェー動物福祉法（2009年）は、  
魚類、ザリガニ、ミツバチ、イカを含む  
すべての脊椎動物を保護している。



---

第23条では、「動物の飼育者は、動物が種の典型的なニーズと個々のニーズに基づき、良好な福祉を提供する環境で飼育されることを確保しなければならない」と規定

素や安全といった重要なニーズは、それが欠乏することで恐怖や不快感を引き起こし、その結果、魚は危険な環境を避けようとする。

# 良い福祉指標の例

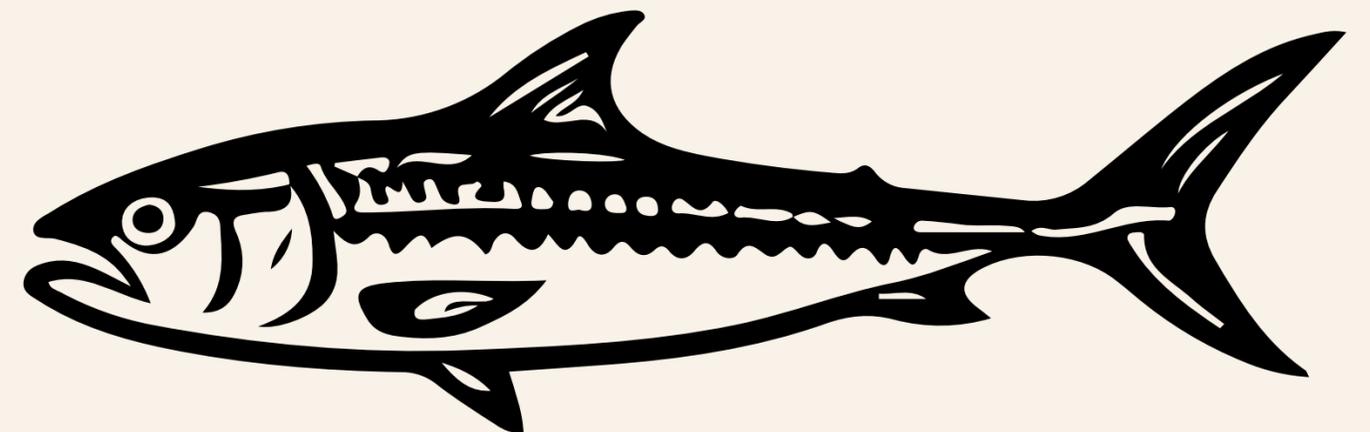
---

魚の成長

健康と生理機能

魚の行動

酸素、温度、二酸化炭素、その他の代謝物のような重要な環境パラメーターの測定





北欧・ジェンダー平等  
社会のつくり方

あぶみあさき

ハイヒールを履かない女たち



同性婚したパートナーと一緒に  
プライド・パレードに参加する大臣。

ジェンダーギャップ指数 世界ランキング **3位**

ノルウェーの  
性差別のない  
社会のつくり方



10代からの  
政治と選挙

北欧の  
幸せな社会の  
つくり方

選挙小屋で党员とおしゃべり  
政党が文具やコーヒーを無料配布  
小学生が政治家にインタビュー

グレタを  
生み出した  
自由で楽しい  
北欧民主主義

ノルウェー在住  
ジャーナリスト  
あぶみあさき



かもがわ出版

asakiabumi@nordicoffice.jp

---

THANK YOU

---

*Yahoo! ニュース エキスパート*

*Instagram、X、Threads、note、Facebook  
@asakikiki*