

温泉を活用した健康なまちづくりに於ける住民参画

— 2012-16 倉吉市関金温泉プラチナプロジェクト —

○ (株)パルフィットシステム 古賀 眞澄 (004203)

〔キーワード〕 地域保健、保養温泉地、ソーシャル キャピタル

1. 研究目的

倉吉市では関金温泉を、観光・健康・介護分野を連携した保養温泉地として、地域保健事業を展開し、関金温泉まちおこし有志、倉吉市医療保険課・観光交流課、関金温泉旅館組合の施策連携により、地元住民及び新たな保養観光客のニーズに沿った「新湯治・プラチナプロジェクト」として取り組んでいる。そして、地域のソーシャル・キャピタル（社会的人間関係ネットワーク）に立脚した活動を展開と、多様化・高度化する住民ニーズに即した取組みを検証し、推進の一助とする。

2. 研究の視点および方法

従来の温泉保養の「ゆったり入浴し骨休め、美味しい料理を食べて英気を養う」だけでは、運動不足で食べ過ぎの生活習慣病予備軍には健康づくり効果は得られない。そこで、アクアセラピー理論を元に温泉の浴槽内での運動「関金温泉湯の花体操」と和室での「湯上り体操」を活用し、保健課主管で地域保健事業として「ヒザ腰シャキッと教室」を開催した。また、住民のボランティアリーダーを養成し、教室修了者主体の自主サークル活動へと展開している。平成27年度は健康づくりに取り組む温泉保養地として、保健・医療・福祉分野との連携(表1)を更に進めている。

3. 倫理的配慮

参加者及び市職員・温泉関係者に対する教室前後データ比較、アンケート・ヒアリングは性別、年齢、居住地区以外の個人情報記入を求めている。個人の特定は出来ないように配慮されている。

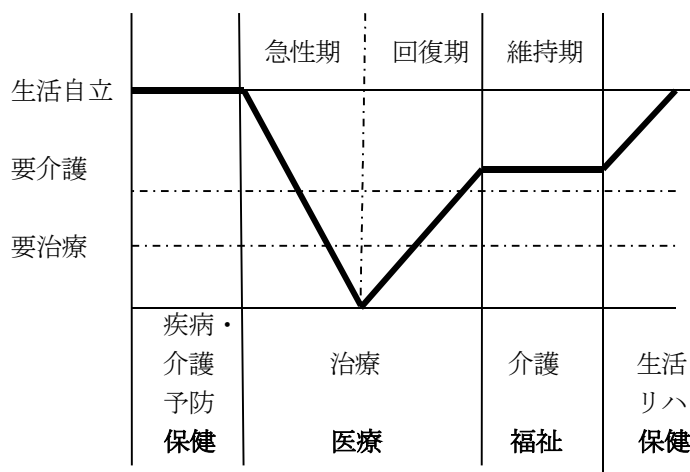
4. 研究結果

倉吉市の疾病統計(2012年11月～2013年10月)により、統合失調症、高血圧症、慢性腎不全、糖尿病、高コレステロール血症、高脂血症、腰部脊柱管狭窄症、変形性膝関節症等の疾病の医療費の抑制が求められている。また、「倉吉市介護保険認定の疾病診断2013-15」では、認知症、高血圧症、関節症(膝・腰・股関節等)からの転倒骨折、糖尿病が要介護の主たる原因疾患である。関金温泉の保養効果として、①慢性の関節症の痛みの軽減、②高血圧症の血圧適正化が期待される。平成25年度倉吉市関金温泉を活用した保健福祉事業を実施した。平成25年度第Ⅰ期ヒザ・腰シャキッと湯中運動教室医療費比較結果 1. 対象 Ⅰ期受講生 17名のうち国保の被保険者で前後の比較のできる人 9名 2. 方法 教室前後6か月間のレセプトを抽出し、疾病分類ごとに医療費・受診日数・調剤料を比較【筋骨格系及び結合組織の疾患】については医療費+調剤料の合計が4,890,350円減少した。これは2名の方が教室前に手術等で入院されたことも影響すると推察される。①【筋骨格系及び結合組織の疾患】で受診された5名のうち教室後に4名が医療費・日数・調剤料ともに減少している。(2)医療費と調剤料の合計額も減少 医療費+調剤料は4,532,980円減少している。平成25年度湯中運動教室及びリーダー養成参加者は延べ610名、湯中運動自主サークルの参加者は延べ496名である。平成26年湯中運動教室及びリーダー養成参加者は延べ358名、湯中運動自主サークルの参加者は延べ1396名である。サークル登録者52名、湯中運動リーダー認定者17名(平成27年4月現在)である。

5. 考察

厚生労働省の健康増進事業の指針である「健康日本21(第二次)」では、①健康寿命の延伸と②健康格差の縮小を目標として掲げている。その実現の為に倉吉市では、関金地区の地域資源の「温泉」と地域コミュニティをソーシャルキャピタルとして活用し、健康づくりの三要素「運動」「栄養」「休養」に即したプログラム開発に取り組むことが有効と考えられる。

保健・医療・福祉の役割分担（表1）



関金健康温泉の役割

- ① 疾病予防 住民健診前後の具体的健康づくり支援
- ② 介護予防 要介護者数肥大の抑制及び自立レベルの維持・改善
- ③ 維持期・生活リハビリテーション 退院者のリハ通所受け入れ
- ④ 生きがいつくり 湯中運動自主サークル・リーダー会活動支援

平成 25 年度	リーダー養成 【1 期】	毎週水曜日	計 12 回	75 名
	リーダー養成 【2 期】	毎週水曜日	計 12 回	105 名
	湯中運動教室 【1 期】	毎週火曜	計 12 回	192 名
	湯中運動教室 【2 期】	毎週火曜日	計 12 回	198 名
	無料体験会		計 4 回	40 名
	サークル述べ参加者	25 年 10 月～26 年 3 月		240 名

平成 26 年度	リーダー養成 【1 期】	毎週水曜日	計 12 回	62 名
	リーダー養成 【2 期】	毎週水曜日	計 12 回	59 名
	湯中運動教室 【1 期】	毎週火曜日	計 12 回	162 名
	湯中運動教室 【2 期】	毎週火曜日	計 12 回	75 名
	無料体験会		計 4 回	40 名
	サークル述べ参加者	26 年 4 月～27 年 3 月		1395 名