

健康都市の実現に向けた 健康づくりと地域づくりの融合型事業の開発と評価

研究者 ▶ 医学部 看護学科 教授 田高悦子 准教授 有本梓 准教授 大河内彩子 助教 伊藤絵梨子
助教 白谷佳恵

地域課題

横浜市全市における高齢化率（2015年現在：23.1%）は、今後、急速に進展し、2025年には、30%に達することが予測されている。また総人口の減少、後期高齢者の急増、単身世帯の増加、疾病構造の変化等、地域社会を取り巻く状況の大きな変化等も予測されている。そのような中で、将来の横浜の姿を見据え、個人や家族、行政機関のみだけではなく、地域住民が主体となる、「健康づくり」と「地域づくり」を融合した取り組みにより、一人ひとりの健康長寿の実現と活力ある地域コミュニティの構築に資する「健康都市づくり」を実現することが重要な課題となっている。

課題解決の方法

横浜市立大学医学部地域看護学教室では、H27年度（初年度）に横浜市ならびに金沢区等と連携し、今後の健康都市づくりの推進にむけた課題やニーズを明らかにするため、横浜市金沢区並木地区に在住する40歳以上の男女、概ね6,000名を対象に無記名自記式調査および身体機能測定ならびに健康相談事業を実施した。

H28年度は、H27年度に明らかになった「健康都市づくり」の課題解決にむけて、横浜市並木地区の壮年期と高齢期の地域住民を対象（主体）に、壮年期と高齢期における「健康づくり」と「地域づくり（地域人材の育成を含む）」を趣旨とする融合型プログラムを開発し、金沢区並木ラボの拠点において並木1～3丁目の地域住民を対象に展開した。

具体的には、金沢区福祉保健センター、地域ケアプラザ等と連携し、①健康づくり講座（ロコモティブシンドロームや軽度認知機能障害等の予防を含む）、②子育て支援講座（発達障害児の養育者への支援等を含む）、③高齢期の社会的孤立予防と終活支援講座（在宅介護への支援等を含む）、④壮年期の労働者のライフワークバランスプログラムを開発し、実施した。

H29年度は、以上の①～④の取組みを発展させ、各取組みの主体となる地域住民における、「健康づくり」と「地域づくり」におけるプロセスおよびアウトカムについて定性的かつ定量的に評価する。また各取組みにおける地域全体への一般化を目的に地域住民と地域の健康度指標を用いてその有効性を検証することである。

実施内容

事業の目的は、「健康都市づくり」にむけて、横浜市並木地区の地域住民を対象（主体）に、初年度から取り組んできた「健康づくり」と「地域づくり（人材育成を含む）」を趣旨とする融合型事業プログラムを発展させ、評価することである。平成29年度は、4月より1年間にわたり継続的かつ定期的に、①健康づくり講座（ロコモティブシンドロームや軽度認知機能障害等の予防を含む）、②子育て支援講座（発達障害児の養育者への支援等を含む）、③高齢期の社会的孤立予防と終活

支援講座、④壮年期等の住民のライフワークバランスプログラムおよび総合相談事業（並木保健室）の各取り組みを運営し、その効果を検証した。

成果・効果

各講座、①健康づくり講座（ロコモティブシンドロームや軽度認知機能障害等の予防を含む）、②子育て支援講座（発達障害児の養育者への支援等を含む）、③高齢期の社会的孤立予防と終活支援講座、④壮年期等の住民のライフワークバランスプログラムおよび総合相談事業（並木保健室）は1年にわたり月4～5回、通年おおむね60回開催され、地域住民おおむね240名が参画した。また各講座の取り組みプロセスについて質的に評価した結果、1)参加者の「健康づくり」と「地域づくり」にかかる目的・目標の共有化、2)参加者の地域における健康づくりへの取り組みの機会・場の創出、3)地域人材（グループ）・ネットワークの創出が確認され、計画どおりの成果を上げた。

各講座①～④の1年にわたる、月4～5回、通年おおむね60回の開催をとおして、1)対象者における健康度（健康指標）の向上、2)地域志向性の向上、3)地域における当該計画以外への活動の広がりや住民グループの創出等、「健康都市づくり」にむけた地域住民における「健康づくり」と「地域づくり」への動機付けや活動の実績がつけられたことであり、当初計画どおりの成果を上げたと評価できる。

今後の課題と展開

壮年期以上の地域住民における、ロコモティブシンドローム予防等に焦点化した主体的な取り組み、子育て中の地域住民における主体的な取り組みや資源開発、さらには生活圏の地域特性を考慮した終末期を見据えたエイジングインプレイスへの取り組みについてのおのおの関連付けながら地域人材を発掘、支援し、地域に根差した活動としてさらに推進すること、また全市への政策提言に繋げること等が課題である。



頭と身体の健康チェック講座の様子



前向き子育て講座