

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」を融合した取組により、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、平成26年度に横浜市ならびに横浜市金沢区等と連携し、市民における健康状態ならびに施策の周知度、利用度等を把握し、今後の健康都市づくりの推進にむけた課題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。

本申請では、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）」ならびに壮年期と高齢期の「多世代交流」を趣旨とする融合型プログラムを開発し、課題解決に向けた地域の拠点（住民組織）と人材育成をはかり、住民の健康度の改善や地域の指標を用いてその効果を検証する。

なお、本事業は、横浜市健康福祉局、横浜市金沢区福祉保健センター、横浜市地域ケアプラザ等をはじめ関係機関と連携し、推進する。

実施内容

金沢区福祉保健センター、横浜市地域ケアプラザ等と連携のうえ、並木ラボにおける具体的取組として、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壮年期の労働者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を開発し、実施した。なお、①～③については定性的評価を実施し、また④については定量的評価（横浜市を含む都市在住在勤企業労働者336名）を対象に、心の健康づくりと地域づくりの観点から疫学調査を実施した。

成果・効果

①～③においては、H28年4月～H29年3月までの1年間で金沢区在住の地域住民概ね120名（延べ）を対象に講座を開講するとともに、終了後のフォローアップインタビューにより、健康づくりにおける動機づけが確認された。また④においては、横浜市を含む都市在住在勤企業労働者336名を対象に心の健康づくりと地域づくりの観点から疫学調査を実施し、日常生活におけるストレスの認知的評価の実態を把握するとともに、それに関わる個人のeヘルスリテラシー能力や地域環境の特性が明らかにされた。

今後の課題と展開

①～③における課題は、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組の必要性である。また、子育て中の地域住民における、気がかりのある子ども（発達障害の疑いを含む）の子育てに焦点化した主体的な取組や資源開発も必要である。さらには生活圏の地域特性を考慮した壮年期からの終末期を見据えたエイジングインブレイスの機会創出や人材育成と組織化の必要性である。すなわち「健康づくり」と「地域づくり」を融合した機会、場、人材（グループ）づくりのさらなる推進が課題である。