

# ③ 地域の健康づくり―神奈川区三ツ沢地区保健活動推進員の活動

■田中政一

## 1―はじめに

平成13年度横浜市では、地域の保健衛生生活動のリーダーである「保健指導員」を少子高齢化社会の進行や疾病構造の変化に的確に対応し市民の生涯にわたる健康づくりや子育て支援の一層の充実を図るため名称を「保健活動推進員」と改めた。

その様なか、神奈川区においても13年6月27日に保健活動推進員に新しく346人の区民が委嘱され、地域の特性を踏まえた積極的な地域の健康づくりが期待されている。また、その日の記念講演では東京都立大学大学院星教授の健康で生涯現役で長生きをして年金1億円を獲得しようなど、健康づくりの講演があり、参加者は1億円に心を動かされるとともに健康への関心が多いに高まった。

その後、この講演が縁で幸運にも星教授の協力をいただき、神奈川区三ツ沢地区で健康に関する調査を実施し、その結果を分析し「町ぐるみ健康づくり事業」として実施することとなった。

今回は、その調査結果について報告するとともに、住民の主体的活動をベースに「町ぐるみ健康づくり事業」の今後の進め方について考察したい。

## 2―神奈川区三ツ沢地区の概況

当地区は神奈川区の南西に位置し、町の中央には横浜市営地下鉄がとおり、三ツ沢上町と三ツ沢下町の2カ所の駅がある。三ツ沢地区は農業を中心とした古くからの町であり地元三ツ沢小学校は創立100年の歴史を持ち、親子2代、3代で同じ小学校出身という家もめずらしくない。幹線道路沿いには商店も多いが、少し奥にはいるとせせらぎ散歩道や閑静な住宅が広がっている。また、最近マンションの建設により若い核家族世代など新しい住民も増えている。

## 3―三ツ沢地区の活動の歴史

### ①昭和53年

三ツ沢地区民生委員・児童委員協議会及び地区社会福祉協議会の活動として「地区社会福祉大会」を開催。一人暮らし老人の日帰り旅行会を実施。

### ②平成元年度

「ボランティア講座」を開催。ボランティアの結成。

### ③平成2年度 ふれあい会食会を実施。

### ④平成6年度

## 4―「町ぐるみ健康づくり事業」の調査の実施について

・神奈川区地域ケアサービス総合調整推進会議で「高齢者に対する地域の支援のあり方に関するモデル実施」を行うにあたり「一人暮らし・ねたきり」等の高齢者が住みなれた地域で生活するための保健・医療・福祉のニーズの把握を目的に調査を実施した。その結果地域でふれあい配食サービスを開始。  
・「暮らしやすい地域を考える」学習会を地域で開催。

以上の活動は現在も継続中

## 4―「町ぐるみ健康づくり事業」の調査の実施について

### ①事業内容

平成12年度開始事業で全区で実施中。地域住民が中心となって自治会・町内会などで行う自主的な健康づくり事業で、神奈川区では2地区で実施中。

### ②調査内容

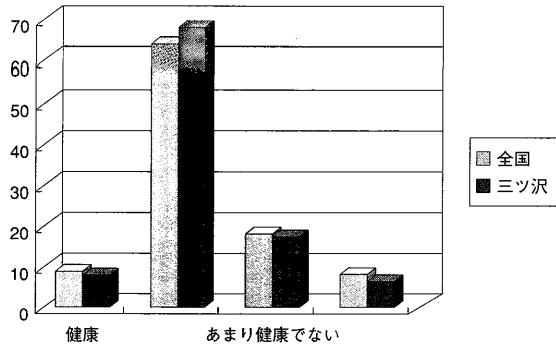
- ・対象者 三ツ沢地区65歳以上の一人暮らし
- ・または高齢者世帯
- ・調査配付数 939人
- ・調査回収数 923人(回収率98・3%)
- ・アンケート内容

表 三ツ沢地区の人口等の変化

	総人口	世帯数	65歳以上 (人口比)	一人暮らし (65歳以上)
平成4年10月	14,754	6,360	1,910 (12.9%)	128
平成13年3月	15,805	7,399	2,719 (17.2%)	246
差	+1,051	+1,039	+806 (4.3%)	+117

- 1―はじめに
- 2―神奈川区三ツ沢地区の概況
- 3―三ツ沢地区の活動の歴史
- 4―「町ぐるみ健康づくり事業」の調査の実施について
- 5―終わりに

### 1 自分の健康についてどのように思うか



※自分を健康だと感じている人は長生きしている。ただし、他の項目との関係をみていく必要がある。

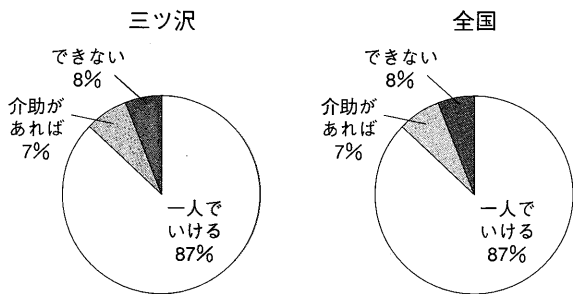
身体の状態、治療を受けている病気、健康について、日常生活について、生活満足度、家庭環境、人間関係、近所の付き合い、お小遣い、年間収入等19問  
 ・調査集計 東京都立大学大学院星旦二教授の協力にて実施。

### ②アンケート調査結果

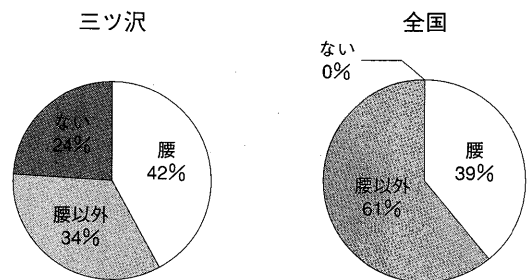
アンケート内容に沿って、三ツ沢地区と全国の調査結果をグラフで比較し、他の調査等で得られた結果も参考にコメントをつけている。

この結果で全国としているのは、都立大学大学院星旦二教授が主任研究者として実施した平成12年度厚生科学総合研究事業で当地区と同じ内容の調査を実施した北海道門別町、ニセコ町、新潟県上越市、群馬県上野村等16市町村の結果を表している。

### 4 バスや電車を使って外出

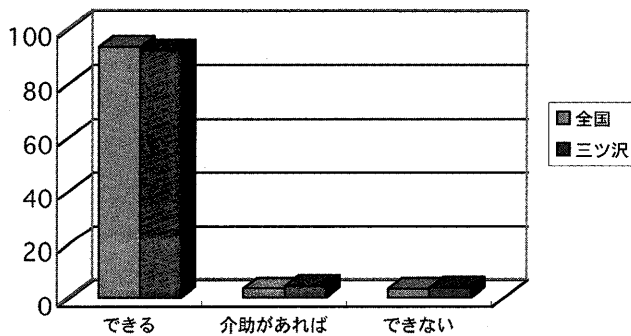


### 2 痛みを感じる部位



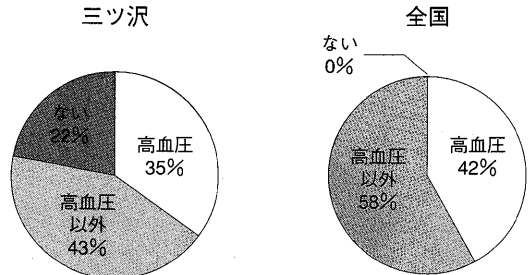
※全国調査では下肢の痛みが、その後の寿命や閉じこもりと関連がある。

### 5 近所に1人で外出



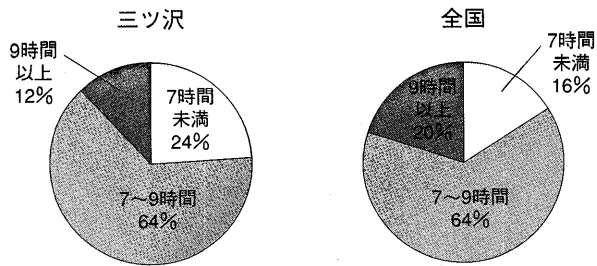
※全国調査では一人で外出できなくなると、2年後に亡くなる割合が高くなる。

### 3 治療を受けている疾病



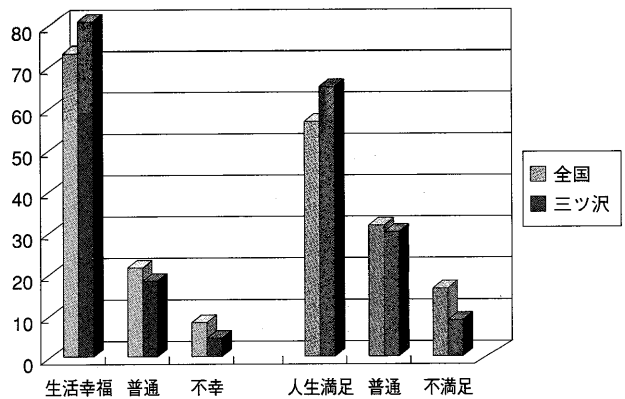
※三ツ沢は、高血圧で治療中の人は少ない。

### 10 睡眠時間



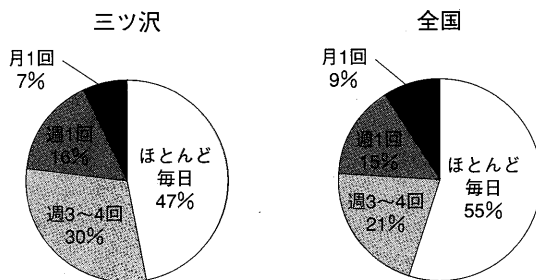
※三ツ沢は、睡眠時間7時間未満で睡眠時間が少ない人が多い。睡眠時間は、疾患と社会背景が影響する。

### 6 幸福感 7 人生満足感



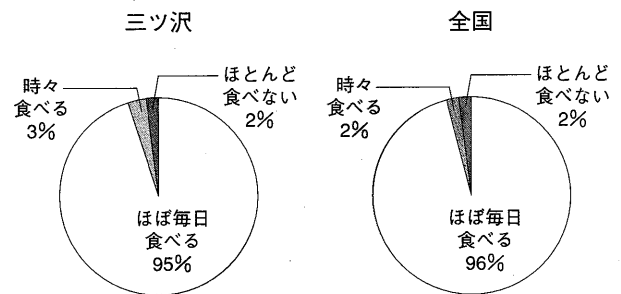
※三ツ沢の人は、生活幸福感、人生満足感ともに高い。これは、収入が高いことと関連あり。

### 11 散歩や軽い運動

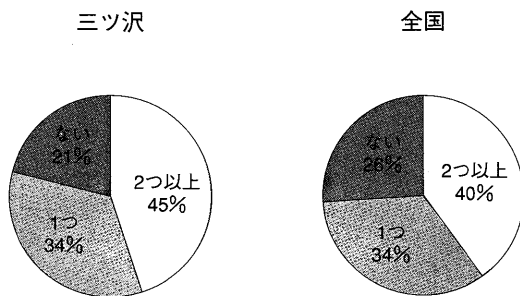


※三ツ沢は、週3~4回運動している人が多い。

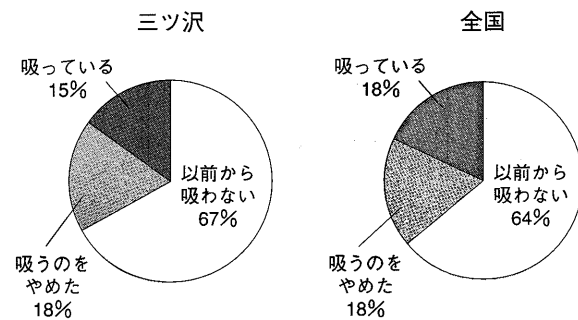
### 8 朝食は食べるか



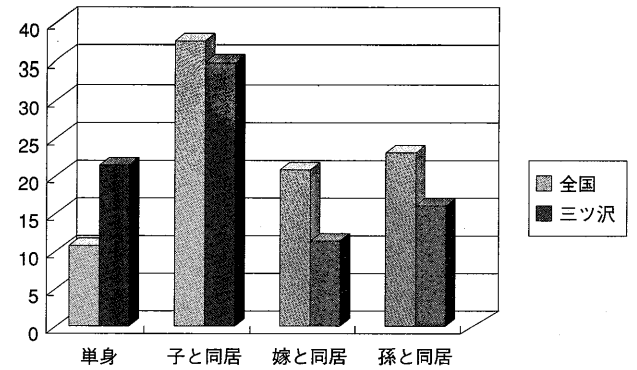
### 12 趣味



### 9 喫煙

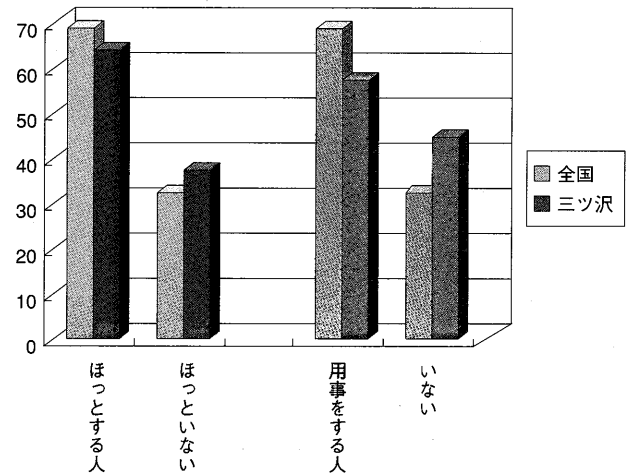


### 13 14 15 16 世帯形態



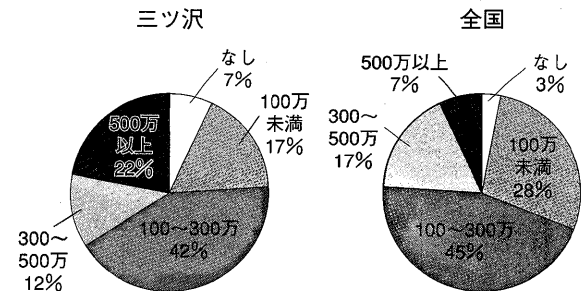
※三ツ沢の独居高齢者は、全国の2倍である。嫁との同居は、半分。孫との同居も少ない。全国調査では孫との交流がある人は、「いきがいがある」という人が多い。

### 17 一緒にいてほっとする人 18 用事・お使いをしてくれる人



※用事・お使いをしてくれる人「いない+あまりいない」44%

### 19 収入



※三ツ沢は、年収500万円以上の高収入の人が多い。

### ③ 今後の町ぐるみ事業の進め方

三ツ沢地区は神奈川県の中でも、先進的に福祉大会やふれあい会食、配食など積極的に実施し地域住民が活気ある地域と自負しているが、今回「町ぐるみ健康づくり事業」を実施するにあたり調査を実施し、改めて健康の問題を考えてみた。

星教授の学説である長生きする人の生活様式は役割を持ち地域社会とのつながりがあり、趣味などの生きがいを持った人とのことだが、現在積極的に地区活動に参加している

人はまさにこの人物像であり、自分自身を含め地域には当てはまる人が多くいる。

しかし、改めて今回の調査から見えてきた「外出をしない人」「ほっとする友人がいない人」「日常の用事をたのむ人のいない人」など、特にその中でも一人暮らしの人が地域との接点を持つためにはどのようにしたら良いかを「町ぐるみ健康づくり事業」の中で考えていきたいと思う。

### 5 終わりに

星教授の協力を得て今回当地区の保健活動推進員、民生委員・児童委員が中心となり調査を行ったが回収率が98・3%と極めて高率であった。このことは、日頃の地域活動結果のたまものと考えられる。このことを大切に今後の「町ぐるみ健康づくり事業」を進め健康な町三ツ沢地区を目指したい。

△神奈川県保健活動推進員会長・神奈川県三ツ沢地区保健活動推進員会長