

217. 健康文化創造による村づくりのための住民

意識調査-大洋村健康づくりプロジェクト 10-

○石津政雄¹、西嶋尚彦²、相馬りか³、坂戸洋子⁴、
武藤孝司⁵、松田光生²、岡田守彦³、久野譜也³

¹大洋村村長、²筑波大体育、³筑波大 TARA、⁴大洋村
役場、⁵順大公衆衛生

【目的】茨城県大洋村は人口約 1.1 万人の農村である。そのうち 65 歳以上の高齢者は約 2600 人、全人口の 22.4% を占めている(H9 調査)。全国平均と比較すると 5% 以上も上回っており、急速な高齢化が進んでいることがわかる。いきおい、医療費や老人介護費の増高による財政の悪化や、社会活力の低下が懸念される。こうした背景から大洋村では、「健康文化の創造」を柱にハード・ソフト両面において住民の健康づくりに取り組んできた。さらに合目的的施策の必要性から、住民の意識やライフスタイルの把握と既施策の評価を目的として、「村づくりに関する意識調査」を行った。

【方法】対象は村内の 20 歳～80 歳代の成人男女 1,067 名(成人人口の 11.4%)であり、主に健康、スポーツ活動、食生活等について集合直接面接法で行った。

【結果および考察】村民の健康観については、「大いに健康」「まあ健康」をあわせて 84.8% と高い値を示した。この値は総理府の「体力・スポーツに関する世論調査」(H9.10 実施)とほぼ同じ傾向であるが、年齢別に見ていくと、高齢になるほどあまり健康でないという人の割合が高くなる世論調査とは異なる傾向が見られた。村民のスポーツ活動について見ると、過去 1 年間の運動やスポーツの実施状況は、行った(39%)、行わなかった(59%)であった。行わなかった理由としては、仕事が忙しかった(41.1%)、機会が無かった(21.9%)、などが大方を占め、施設の有無を理由にしている人は極めて少なかった。また、今後運動やスポーツの実施願望者は 54.6% と高い値を示し、運動意欲が高いことが認められた。その目的としては、体力・健康づくり(68.4%)や運動不足解消(49.1%)などの健康を意識した理由が高い割合を示した。具体的に実施したい種目としては水泳(22.8%)とウォーキング(21.6%)が上位を示した。また、総合健康施設「とっぷ・さんて大洋」(温泉、プール、トレーニングジム、陶芸等)を利用する人の割合は約 5 割に達し、うち 50 歳以上の人々が 7 割を占めているという現状が示された。したがって本施設は高齢者の健康づくり施設としての機能を十分に果たしていると考えられる。

【まとめ】本調査結果を踏まえて、今後は健康のために運動が必要だと意識している人々を実践に結びつけるためのソフトの開発が望まれる。さらに、健康づくりに携わる人材の育成も急務である。既存の運動施設を有効利用するための創意工夫、ならびに運動を日常的かつ気軽にできるハード・ソフトの開発が課題になってきた。次のステップとして医療費の視点から施策の再評価を行うと共に、将来的には運動だけでなく総合的な健康づくりシステムの開発が必要となってくる。