

市民フォーラム

市民フォーラム「温泉と健康増進」



コーディネーター 五味 愛美

こみ あいみ
五味五感企画主宰

五味五感企画主宰。
静岡県出身。神戸女学院大学人間科学部卒業。
キープ協会企画室を経て、婚活de八ヶ岳推進委員会、FM八ヶ岳・ラジオパーソナリティ、帝京学園短期大学、非常勤講師、自然ガイド、インタープリター等、北杜市&八ヶ岳地域の情報発信、環境教育、婚活関係など幅広く活躍。

市民フォーラム

「私たちが増富地域で目指す事」



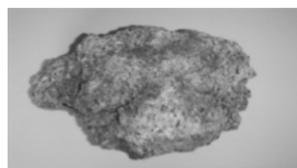
小山 芳久

こやま よしひさ
護持の里たまゆら
代表理事

増富に行く価値とは何か。都会で暮らしていればその方が「楽」……
「あえて増富を訪れる必要があるのか」その価値をどう作り上げていくべきか。とても考えさせられます。
増富における「健康づくりの場」は自分の力で「食べられる」「歩ける」「入浴できる」というゾーンに不便を感じている人たちが増加している現状を踏まえ、将来への不安を解消し、できるだけこのゾーンから離れて行かないような「繋ぎとめる仕組み」を考えております。
現場サイドから感ずることですが、温泉には「生きる力」が備わっています。この力は、地域のお年寄りたちの元気づくりに役立ちます。
滞在型の保養地創りを目指すにあたり、地域全体の「場の力」・「雰囲気」を感じて、自分にとってプラスかマイナスか、訪れる価値があるかないかを判断するそんな時代が来たような気がします。
そのためには、お年寄りたちが講師となり、地域の文化をつなげる重要な任務についてもらう場も必要で、この様な地域特性が基礎基盤に在る事で、外からの来航者には温泉の魅力だけではなく地域力をお伝えしなければなりません。
増富地区の説明ですが、地形的には1000万年前日本海側のプレートと太平洋側からのプレートに押し上げられ地盤全体が隆起した地形で、多くの鉱物質が露出したエリアです。

平成26年に増富温泉で開催された国際生命科学学会シンポジウムに於いて、増富地域の放射線等、環境調査が実施され、新たにカリウム・ゲルマニウムの物質の発見があり、自然放射線のラジウムの持つ抗酸化作用、カリウムの持つナトリウム・尿酸の調整作用、内臓強化作用、脳神経に作用するゲルマニウムの存在が認められ、増富における保養地として必要な「心と体のケアをする場」の構築により自信を持ちました。
繰り返しますが、奥秩父にあり環境省「国民温泉保養地」指定の増富エリアは滞在型保養地として必要な条件がコンパクトにまとまっている場です。澄みきった空気・清流・太陽・森林・山岳信仰の地、瑞牆山金峰山を抱えたこの地は1000万年前の地殻変動で隆起し露出した岩盤の基にあり、様々な鉱物質が入り混じり、自然の波動(エネルギー)を発しています。

この自然の環境下でラジウム温泉という特質した源泉を利用した温泉療養を加え、心と体のケアのお手伝いをします。



我々は、「癌」「糖尿病」等の生活習慣病・「認知症」「リワーク」「ひきこもり」等のストレス病・介護予防」等の加齢による機能障害、これらの問題を自然療法で解消するための環境整備を構築し続けます。

また、医師や学者・カウンセラー、自然療法のインストラクターなど、それぞれ独自のスキルを持った人達が、専門分野での問題解消策を探るためのプロジェクトチームを作り研究を進めています。

具体的には、ラジウム源泉を利用した温泉療法や、自然散策をして自然のエネルギーを得るための自然体験、農薬を使わない農地での農作業、収穫した安全な野菜を食する食育の実践をします。



また、大学との連携事業としては安全な農地を作るために、BMW(バクテリア・ミネラル・ウォーター)やクロレラを培養し、それを散布する農地づくりの研究も進めています。

大学との連携では源泉とBMWを利用してファンゴ(泥)に微生物を育て、痛みのケアに活用する研究もしています。



増富の自然を科学し研究をする会が発足されました。
 自然科学健康増進会
 ●研究テーマ
 ○自然治癒力の創造
 自然治癒力の源は、命の元と言われる血液にあります。
 陰陽のバランスを保ち、肉体と意識をつなぎ、生体のバランスを確保。
 水による良好な血流、体温維持。
 大自然からの生命情報エネルギーの提供。
 ○脳の機能と細胞間のコミュニケーションサイエンス
 腸内のフローラという言葉のごとく、脳とバクテリアのコミュニケーションが肉体の調整役を行っている。
 腸内のバクテリアの良き働きをエネルギーとして健康づくりの基本とする。
 ○脳と潜在意識
 脳は五感を通じ「環境」から膨大な情報を受け取っている。
 ポジティブな意識に素敵な偶然「セレンティビティ」を生む。
 ○食の豊かさと安全

ミネラル農法による自然農法の確立。
 (現代農法は、化学肥料、農薬、除草剤の中にある。)
 これらのファクターを活用し、滞在に耐えられる環境を構築していきます。
 私たちの目指す和の保養地創り形成の為に目指す仕組みとは以下の通りです。
 1. 悪い食生活(体質)が改善できる=(良質の食材でストレスが解消できる)
 2. 都会から離れてリラクゼーションできる=(温泉入浴も含めて)
 3. 自然環境の中で運動不足が解消でき、ぐっすり眠れる
 4. 日中を通ず場所がありセルフケアの方法が学べる場である
 この仕組みを通して、「世の中の抛り所になる場」を作り、不安を持っている人達が、問題の解消ができるという自信や勇気が持てる場を作ることです。
 これは温泉という貴重な宝を授かった私たちの使命であると思っています。

最後にリーゼンヒュッテで試作している滞在型モデルプログラムの一日を紹介します。

リーゼンヒュッテ手作り遊歩道・心身ケアの場作り



リーゼンヒュッテ・モデルプログラム		
1日の生活	リラクゼーション	リーゼンヒュッテ
起床	源泉浴	夕食
玄米茶・ハーブティー	ホルミシス体験浴	休息
氣功・呼吸法等	オンドル瞑想浴	夜の講座
目を閉じて歩く	増富の湯で源泉浴	グループセラピー
小休止 日光浴	昼食	リラクゼーション
裸足の道を歩く	瑞牆山氣功	娯楽時間
手作り遊歩道ウォーキング	自然エネルギー療法体験	小休止
朝食	小休止	夜空を感じる
		睡眠

市民フォーラム



中田 薫

なかだ かおる
 中田医院院長

東海大学医学部卒業
 東京都立豊島病院を経て、
 中田医院開設。
 北京中医药大学日本分校卒業。
 国際中醫師、漢方専門医。

著書に『漢方医として、私は病をこう思う』等がある。また、ラジオ放送や健康教室を通じた市民の健康増進に取り組んでいる。

健康教室(増富の湯)にて、毎月第3土曜日午後3時~(1時間)「中国医学からみた健康作り教室」を無料で実施。

病気になるために

- ・発病原因を少なくする(例:全ての仕事は病気になるためにしています)
- ・抵抗(免疫)力を増やす(体に良い飲食物:日本で収穫した天然の種の飲食物を室温以上のお温度で摂取する)

病気とは? (私見)

そこに座って(増富温泉に入り)目を閉じて全身の力を抜いてください
 臓器や組織の存在を感じたらそこが病気です(冷え、喉が渇く、疲れ、喉に何かつかえた感じ、排尿感等々)
 但し、感じた臓腑の症状が生理的な欲求ならばそれを満たしてから、又試してください
 例えば喉が渇いたと感じたら水分を補給してから又試してください

飲食で気を付けること 1/3

- ・天然の物を食べましょう
- ・旬の物を食べましょう
- ・日本で収穫したものを食べましょう
- ・その地方に昔から伝わる習慣で食べましょう
- ・全ての飲食物は井戸水より温度の高いものを摂取しましょう
- ・なま物(刺身や生野菜等)は控えめにしましょう
- ・過食は駄目です
- ・絶食(ぶち断食)は止めましょう
- ・良く噛んで食べましょう

飲食で気を付けること 2/3

- ・日本人が飲んでもよい酒を飲む(本格焼酎と純米酒です。日が暮れてから一日に種類だけ飲みましょう)
- ・好き嫌いをしては駄目です(食物過敏症の人は例外です)

- ・楽しく食事をしましょう
- ・規則正しい食事をしましょう
- ・間食は駄目です
- ・味の濃いもの、脂の多いもの、甘すぎる物、辛すぎる物は摂取してはいけません
- ・飲食物で競争(大食い、早食い)は駄目です
- 飲食で気を付けること 3/3**
- ・健康補助食品や民間療法に惑わされないようにしましょう

生活で気を付けること 1/2

- ・生活で気を付ける事
- ・夜は寝ましょう(夜勤は体のためになりません)
- ・規則正しい生活をしましょう
- ・禁煙!!
- ・精神抑うつ(すとれず)は控えましょう
- ・頭を使う趣味をしましょう
- ・向学心を持って生活しましょう
- ・自然の状態ではない環境の仕事は駄目です

生活で気を付けること 2/2

- ・房事(性行為)は程々にしましょう
- ・病気はなるべく早く治しましょう
- ・人ごみの中には行けないようにしましょう
- ・休みすぎ、働き過ぎは駄目です
- ・自然を体を感じる生活をしましょう

生き方

- ・人生は「良い加減(よい加減)」
- ・「適当(適度に良い)」がいいのです
- ・人に任せられることは任せましょう
- ・何事も程々にしましょう(なに 大丈夫だ!)
- ・明日出来る事は今日するな!
- ・偉そうなことを言っても、早死にしたら、今まで言ったことは全部「嘘」です。長生きしましょう



中田医院 中国医学研究所 408-0112
 山梨県北杜市須玉町若神子615 電話
 0551-42-2740 模写伝送装置
 0551-42-4267 電話互連網
 aho@gaea.ocn.ne.jp 電子郵便
 nakadaain.com

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30 ~ 12:00	○	○	△	○	○	○
午後 3:00 ~ 5:30	○	○	△	○	○	○
〈休診日〉水曜・日曜・祝日						



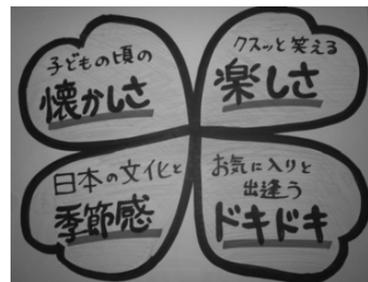
八巻 苗美

やまき なえみ
不老閣 女将

さて皆様は、湯治から何を連想するでしょうか？
病気になるって温泉で療養すること、農休みに疲れた身体を温泉で休めることなど、それぞれの思いがあることでしょう。

私は、お客様のある「お手紙」から湯治の奥の深さを知りました。ご主人の突然の病気から始まった湯治生活。それは、数年間に渡りました。家を出発してからすぐに始まる、湯治場に向かう二人だけの時間、二人だけの会話、食事をした空間、目にした光景、おみやげ選びなどなど、二人がともに過ごした全てが大切な湯治だったとの手紙に心を打たれました。

そこで本物の湯治を考えて見ました。



1 温泉
ラジウム泉という特別な泉質なので温泉のプロとして、希望者には入浴指導を行う。



2 空間
～4つのテーマで飾り付ける
①子供の頃の懐かしさ
②くすっと笑える楽しさ
③日本の文化と季節感
④お気に入りとお出逢うドキドキ



3 食
～野菜中心の献立で、安心安全なメニュー、カロリー計算



4 感動
①10年続けているコンサート
②8年続けている子供コンサート



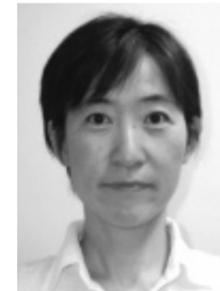
5 交流
①お客様主催のお茶会
②友の会のイベント



6 情報発信
①お客様の体験談
②地域のお店紹介
③女将だより

ファシリテーター 合田 純人 (NPO法人健康と温泉フォーラム常任理事)

「温泉地の利用推進と魅力向上に向けた環境省の取組について」



中島 尚子

なかじま なおこ

環境省自然環境局
自然環境整備課
温泉地保護利用推進室長

平成6年、環境庁（当時）入庁。以来、主に自然環境局において国立公園の保護管理や自然環境調査、国際条約に関する調整業務等に携わる。関東地方環境事務所国立公園課長、自然保護統括企画官を経て、昨年12月より現職。

1. 温泉地をめぐる現状と課題

温泉は、古来わが国において国民の休養・保養の観点から極めて重要な存在であり、現在に至るまで、地域の貴重な自然観光資源となっている。しかしながら、時代の変遷とともに、温泉の利用形態・志向の変化、日帰り入浴施設の増加、特に地方における過疎化・高齢化の進行に伴い、温泉地における宿泊利用の減少が進んでいる。

一方、「温泉」は国内外からの旅行者の目的として各種調査では常に上位にランクされており、温泉が有する魅力や誘客のポテンシャルは今も変わらず高いものと考えられる。また、全国の入湯税の総額は過去数年 200-250 億円程度で横ばい傾向となっている。

我が国の人口が減少し、国内旅行市場が縮小傾向にあるなか、好調なインバウンド需要を背景として、我が国の観光政策は訪日訪客の誘客に大きく重点をおいている。本年3月末に政府が取りまとめた「明日の日本を支える観光ビジョン」では、訪日外国人旅行者数の従来目標を大幅に引き上げ、2020年には4000万人、2030年に6000万人との意欲的目標を掲げた。特に、地方部での外国人延べ宿泊者数目標（2020年に7000万人）の達成のためには、我が国が誇る「キラークンテンツ」ともいえる「温泉」をはじめ、地域の豊かで多様な観光資源を世界水準に磨き上げ、その価値を国内外にわかりやすく伝えていくことが極めて重要である。

環境省では、従来より温泉法の運用を通じ、温泉の保護及び利用の適正化を進めているが、昨年12月、自然環境局に「温泉地保護利用推進室」を設置し、上述の政府方針を背景として、温泉地

の利用促進に係る施策を一層推進すべく体制の強化を行った。以下に、当室における最近の取組状況及び「環境省温泉地活性化プロジェクト」の実現を中心とした今後の施策展開について紹介する。

2. 国民保養温泉地制度の活用

環境省では、温泉地の利用促進及び環境整備に関する制度として、温泉法第29条に基づき、昭和29年以降、現在全国で94か所となる国民保養温泉地を指定している。国民保養温泉地は、療養に適した泉質と湯量、自然環境・まちなみ・歴史風土等を有することのほか、温泉地の利用施設整備・環境改善に係る計画策定、医学的な立場から利用指導が可能な人材配置等が選定条件であり、全ての国民の健全な保健休養、レクリエーションの場として整備育成することが目的である。

指定温泉地をめぐる近年の環境等の変化を踏まえ、環境省では、平成24年度に選定標準の一部見直しを行うとともに、平成25年度より既指定の国民保養温泉地における温泉地計画の改訂作業を順次進めている。さらに新規指定の動きも生まれており、昨年5月には、「芦ノ湯」（神奈川県箱根町）が新しい国民保養温泉地としては14年ぶりに指定され、大幅拡張等が行われた竹田温泉群（大分県竹田市）とあわせて北川環境副大臣（当時）から箱根町長及び竹田市長への指定状交付が行われた。また、本年5月には、二岐・岩瀬湯本・天栄温泉（福島県天栄村）及び五頭温泉郷（新潟県阿賀野市）を新たに指定し、区域拡張等を行った「鳴子温泉郷」（宮城県大崎市）とともに、後述する全国温泉地サミットの機会にあわせ指定式を開催した。

3. 全国温泉地サミットの開催

本年5月、観光振興・健康増進・再生可能エネルギーの推進といった多様な視点から我が国の温泉の価値を再認識し、今後の温泉地の活性化に向けた課題と取組を共有するため、初となる全国温泉地サミット、「温泉地の現在（いま）、そして未来へ」を都内で開催した。

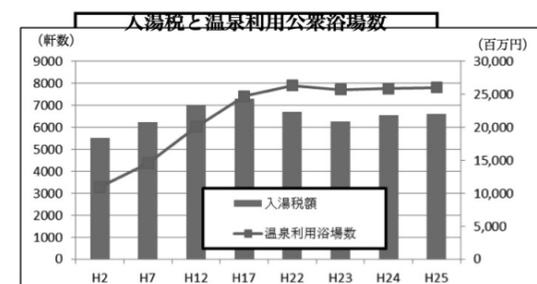
第Ⅰ部の「全国温泉地所在自治体首長会議」では、全国から34の自治体首長等が出席し、各自治体から健康づくりやエネルギーとしての利活用に係る事例報告のほか、今後の各省連携の必要性、サミットの継続開催によるネットワーク構築等について意見が出された。さらに、竹田市首藤市長より「温泉を活かした地域活性化・地方創生の推進に係る要望書」について提案があり、満場一致で賛同・署名の上、鬼木環境大臣政務官（当時）に要望書が手交された。

第Ⅱ部の公開シンポジウムには、第Ⅰ部からの出席者も含め約230名が参加し、冒頭挨拶に引き続き鬼木政務官より、今後の環境省の温泉地活性化策の方向性を示した「環境省温泉地活性化プロジェクト」を発表した。その後、前田勇立教大学名誉教授による基調講演に続き、有識者によるパネルディスカッションが行われ、地方自治体、旅行者、温泉旅館事業者等の代表を交え、温泉地の活性化に向けた課題や取組等について議論が行われた。

4. 「～温泉で元気に、温泉を元気に～」環境省温泉地活性化プロジェクトの概要

温泉地サミットで公表した「温泉地活性化プロジェクト」は、環境省におけるこれまでの取組を包含しつつ、特に国民保養温泉地を軸とした今後の施策方針を示しており、その内容は以下のとおりである。

なお、現在環境省では、「明日の日本を支える観光ビジョン」の重点施策としても盛り込まれた「国立公園満喫プロジェクト」の実施を通じて、優れた自然を有する我が国の国立公園を世界水準の「ナショナルパーク」としてブランド化を図り、インバウンド誘客を進めることとしている。来年度以降、同プロジェクトと連動しながら、



世界に冠たる「ONSEN」の魅力の磨き上げと発信・普及を進めることにより、温泉を核として自然、まちなみ、食、歴史・文化など多様な地域資源を活用した温泉地の総合的な魅力づくりに貢献していきたいと考えている。

(1) 温泉と自然を活用した地域の魅力向上

①「新型湯治プラン」

我が国の豊かで多様な自然環境を活かしながら、特にインバウンドに対する新たな温泉の魅力の磨き上げを進める。例えば、日本の温泉文化である湯治等による健康増進効果を踏まえた新型湯治プラン（仮称）の作成など、多様な温泉利用プログラムの開発・普及、多言語化対応等のプログラムを提供する。

②「温泉力」を活かした地域の魅力向上 ～未利用熱による地域活性化～

特に温泉排湯といった未利用熱は地球温暖化対策に非常に有効な手段であることから、これらの熱源を活かす取組を推進する。

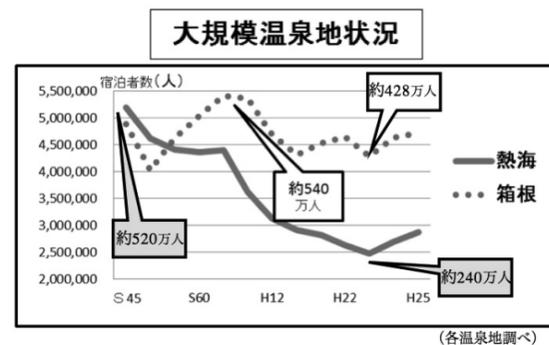
(2) 温泉地のブランド化の推進とPR

温泉地を単なる「観光」のみならず「滞在・体験を通じた療養・健康増進を図る場」へと転換し、温泉の魅力の再発見とブランド化への取組を進める。その一例として、国民の保健休養に資する温泉地としての国民保養温泉地の新たな指定や地域が一丸となる取組を応援し、温泉の価値を更に高める。

(3) 温泉地に関する産・官・民の連携

温泉に関わるさまざまなセクター間の協働は、温泉地の利用推進・魅力向上のために必要不可欠な要素であり、環境省が必要に応じ仲介役を果たしながら関係者の連携を促進・支援していく。

- ①民間企業と温泉地の連携
(官民協定の締結支援など)
- ②温泉地関係者の全国的なネットワークづくり
(温泉地サミットの開催など)
- ③関係省庁の連携による施策の推進
(厚労省、経産省、観光庁施策との情報連携など)



地域活性化フォーラム



上口 昌徳

かみぐち まさのり

石川県山中温泉
観光協会会長
かよう亭代表取締役

昭和7年 石川県山中町生まれ
法政大学大学院卒業
昭和39年～山中町町議会議員
昭和42年～石川県議会議員
昭和48年 山中温泉観光協会会長
平成元年 北陸観光協会会長
平成8年 山中町商工会会長
平成16年 健康と温泉フォーラム
理事就任現在に至る

♪ 山が高こうて山中見えぬ ♪
山中恋しや山憎くや ♪ (旅人)

♪ 今宵も来ぬかと月黒谷の ♪
ぐちを岩間の水の音 ♪ (山中衆)

暖かい旅人との心の交わりを謡った有名な山中節の1節である。

日本の温泉宿の心づかいに触れ、カルチャショックを受け、感嘆する欧米人が増えている。戦後日本人が見失った心づかいを頑固なまでに護ってきた温泉宿が北陸の山中温泉にある「かよう亭」だ。絶滅種に登録されそうな客室10室の小さな宿である。一万坪を超える山麓に、木の梢より高くせず、秋田の棟梁が厳選した木を丹精して創り上げた数奇屋づくり純和風の宿である。40年前に客室50室の旅館を廃業、ご主人が目配せができるのが10室までなので、いまのしつらえに全面建て替えた。

「かよう亭」のかよはご主人の母上の名前である。主人含め20名のスタッフ、一日に使う温泉は一般に100室収容の温泉ホテルが利用する湯量で、もちろん源泉かけながしで、一切手を加えていない。料理人はお客の様子を聞き、食材を選ぶ。見えないところ、にコストをかけ、そのことあたりまえとする主人も合わせて絶滅品種と顧客は心配もし、改めて全国の温泉宿の凋落振りを憂うのである。この主人が上口昌徳である。私は日本の心と、温泉地と温泉宿の原点を見つめることをはじめ、上口氏から実に多くのことを学んできました。

(文責、ファシリテーター合田純人)

地域活性化フォーラム



坂本 誠

さかもと まこと
NPO法人ローカル・
グランドデザイン理事

1975年高知県生まれ。
博士(農学)。東京大学法学部、
同大学院工学系研究科社会基盤
工学専攻を経て(財)とっとり
政策総合研究センター、(独)農
研機構農村工学研究所、全国町
村会を経て2015年より現職。
農山漁村地域の持続発展策、市
町村合併・地域自治組織など地
方自治制度に関する研究を行う。

私からは、農山村における地域活性化について、前半は昨今しきりに取り沙汰されている人口減少問題にどう向き合えばよいのか、後半では農山村経済の再生方策について、日頃考えていることをお話し上げます。

1. 人口減少問題への向き合い方 (1) 地域の力は「人口」の大小で決まるものではない

農山村一特にここ増富地区に代表されるような「中山間地域」と呼ばれる地域では深刻な人口減少に見舞われており、このまま人口減少が続けば、やがて消滅する地域が続出するのではないかとそんな警告も発せられています。

けれども、「人口」という1つの数値指標だけが地域の力や持続可能性を決めるわけではありません。大事なのは、地域に住む1人ひとりが地域の中で生き生きと暮らせるかどうかであり、そして互いにどれだけ紡ぎ合い、支え合えるかです。よく農山村は「過疎」だと言われますが、人口密度でなく住民間のネットワークを基準に据えれば、都市よりも農山村の方がよほど「密」であり、むしろ「過密」であるとさえ言えるぐらいです。これまで農山村は、その「過密」とも言える強固なネットワークの力で地域を支えてきました。

高齢化率50%を超えた集落を「限界集落」と称する向きがあります。私は仕事柄そうした地域を訪ねる機会が多いのですが、高齢化率50%を超えても集落は「どっこい」生きていま

す。なぜなら、農山村では高齢者も皆さん現役だからです。もちろん歳を重ねるにつれて「できないこと」も増えてきます。たとえば車の運転が難しくなったり、農業機械が扱えなくなる…。でも、農山村ではそれを「できる」高齢者がごく自然な行為として補い支えています。農山村では互いが「できる範囲」で支え合う互酬性(おたがいさま)の関係が根付いているのです。

(2) 「連帯人口」という視点

また、地域は「定住人口」だけで支えられているわけではありません。「交流人口」という言葉は皆様もご存知でしょう。「交流人口」を増やすことにより地域の活力を高めていこうという取り組みは、これまでも盛んに行われてきました。

ここではもう一歩踏み込んで「連帯人口」という考え方を提案したいと思います。都市と農山村を行き来する「交流人口」だけでなく、地域を支えていく一員としての意識を持ちながら地域に関わっていく「連帯人口」を増やしていくという発想です。

これまでの「交流」は、一過性のイベントや都市住民を「お客さま」として迎え入れるような「農山村側が頭を下げる交流」となりがちだったように思われます。これからは、「交流」から一歩進んで、農山村の住民と都市住民とが互いに手を取り合って地域を支えていく「連帯」関係の構築を目指していくべきではないでしょうか。

増富地区にも、東京から毎週のように足を運び、農業生産のみならず地域文化の継承活動などにも取り組みながら、地域住民と一緒に増富地域を支えていこうと頑張っておられる方々（増富 BASE の西川さん、山田さん）がいっぱいいます。

「定住人口」を増やす努力も必要ですが、「定住人口」のみに拘らず、西川さんや山田さんのような方々を「連帯人口」として積極的に認知して活動を支援していく動きを広げていけないでしょうか。

2. 農山村経済の再生方策

(1) 農山村の疲弊～その要因としての多様性の喪失

つづいて、農山村経済の再生方策について考えてみたいと思います。

なぜここまで農山村が疲弊してきたのか。私はその要因の1つとして、農山村が本来もつ多様性を喪失したことがあると考えています。

かつて農山村は、田畑や山など豊かな地域資源を活用しながら多様な生業を育み、自律的に暮らしを営んできました。ところが、近代化は農山村の生業を次々と捨象し、モノカルチャー化していきました。まず、「農（田畑）」の営みと「山」の営みが切り離されました。「山」は材木だけではなく薪炭（エネルギー）、家畜飼料（飼葉）、肥料（草肥）の供給源として多方面に活用され、農村生活と密接に結びついてきました。しかし近代化（機械化による役牛馬の消滅、化学肥料の導入、燃料革命）は木材供給以外の用途を奪い、当時の拡大造林政策も相俟って、「山」はスギ・ヒノキの乏しい林相を成すに至りました。こうして生まれた「林業モノカルチャー」は、「山」の暮らしの木材価格への依存をもたらしました。木材価格が高騰していた折には山村は繁栄を極めましたが、木材価格が低迷する昨今では、往時の繁栄は見えない影もありません。

「農」の営みもやがてモノカルチャー化していきました。かつて「農」は米だけでなく麦や大豆など穀類や野菜、そして畜産も含めた複合経営が基本でした。ところが、生産性の高い自立経営の育成を目指した戦後の基本法農政は、食糧制度にもとづく高米価政策（米価支持政策）と相俟って、米単作化を誘起し稲作モノカルチャーとも言える経済構造を創りだしました。「稲作モノカルチャー」は農家経営の高米価政策への依存をもたらしました。高米価に支えられているうちは農村は一定潤いましたが、やがて食糧制度が廃止され、高米価政策が終焉を迎えると、その安定は脆くも崩れ去りました。

こうして疲弊した農山村経済をなんとか支えようと公共事業や工場の誘致が試みられました。こうした取り組みは一定の成果を上げ、農山村の雇用を下支えしてきましたが、残念ながら長くは続きませんでした。財政的な限界から公共事業は1990年代半ばをピークに急減し、安価な労働力を期待して農山村に進出した工場も、より安価な労働力を求めて海外に流出しました。この結果、農山村からの人口流出は2000年代に入ってますます加速しています。

(2) 多様性の回復に向けてできること

こうした事態を打開するためには、農山村経済の多様性を回復することが不可欠です。

まずは生産の多様化。土壌や気候など地域の特性に応じた多様な品目を育てていくことです。たとえば増富地域では、高地の冷涼な気候を活かした花豆の生産が推進されていると聞きます。同じ北杜市でも麓の地域では米や果樹、そして首都圏に近い立地を活かした生鮮野菜の生産が盛んなようです。森林資源に関しても、木材生産だけでなく薪炭やチップ生産も含めトータルで山を活用していくことが重要です。山に人が入り続ける（続けることが大事であって、

皆伐や切り捨て間伐など持続的でない林業は逆効果）ことが獣害予防にもつながります。「担い手」（生産者）も多様に捉えたほうがいい。専業・大規模農家の育成も大事ですが、中山間地域では高齢農家も立派な「担い手」と捉えるべきです。年金暮らしの方に「経済的に充足するためには、月にあといくらの収入が必要ですか」と尋ねると、多くが月5万円かそれ以下の数字を答えます。増富のような中山間地域において農業だけで生計を立てるのは大変ですが、「年金プラス60万円」を稼ぐのであれば、直売・加工やグリーン・ツーリズムなど6次産業化に取り組むことにより十分手が届く範囲です。同じく、兼業農家も無碍に否定する必要はなく、「担い手」の一員として扱うべきでしょう。

そして、地域複合経営の視点をもつことです。たとえば薪炭エネルギーの活用は、環境面だけでなく、域内消費の向上を通じて地域経済にも恩恵をもたらします。また、北杜市のように標高差が大きいところでは、市内でさまざまな品目の生産が可能であり、さらには同じ品目でも旬が異なりますが、これはやり次第では販売面でも大きな武器になりうるばかりか、生産面でも標高差で作業時期が異なることを活かして農業機械や労働力を融通し合うことができるなどメリットになりえます。

(3) 温泉とともに生きる地域、地域とともに生きる温泉へ

地域複合経営の観点に立てば、温泉も地域の多様な資源の1つとして、そして温泉旅館や施設は地域を構成する多様な生業の1つとして捉えることができます。

たとえば域内農産物の活用。もちろん価格や品質の確保、安定供給の観点から限界はあるかもしれませんが、それでも域内の生産者との信頼関係を育みながら域内消費の向上に取り組む努力は続けていく必要があります。鳴子温泉では、旅館経営者が地元農家と手を携えて地元産の米の積極消費に努めたり、「田んぼ湯治」「地大豆湯治」として農業体験を組み合わせた新たな湯治スタイルを提案するなど、温泉と地域農業との連携に取り組んでいます。また、温泉施設でのチップボイラーの活用や、施設園芸への温泉熱の活用など、エネルギーを介した域内消費、域内循環の向上にも引き続き取り組んでいくことが重要です。

そして、この場ではあらためて申し上げるまでもありませんが、来訪者だけでなく地元住民の健康を育む場として温泉を位置づけることが、地域経営の観点からも欠かせません。冒頭に申し上げたように、地域の力はそこに住む1人ひとりがどれだけ生き生きと暮らせるかでも左右されるのであり、そのためには1人ひとりの身体的かつ精神的な健康の維持確保は不可欠な要素ですから。

さらに、雇用確保の面からも温泉旅館や施設が果たせることはもっとあると考えています。最近、農山村における就労ニーズを細かく調査していますが、皆が皆、通年・フルタイムでの仕事を求めているわけではありません。たとえば子育て中のお母さんは、子どもを保育所や小学校に送り出してから夕食の支度を始める頃までに終わる仕事を求めています。第1次産業は時季によって繁閑の差が大きく、閑散期の仕事の確保、逆に繁忙期には臨時労働力の確保に苦労しています。かたや温泉旅館や施設も時間ごと・時季ごとに繁閑の差があるかと思えます。互いの足らざるところを補い合いながら、共同して雇用問題への対応に取り組めないでしょうか。

このように、温泉とともに生きる地域、地域とともに生きる温泉を目指して、それぞれができることから始め「おたがいさま」の関係を築いていけば、農山村を含めた地域の将来は決して暗くはない。そう私は確信しています。



昨年は、仙北市玉川温泉に於いて「健康と温泉フォーラム2015仙北市」として、日本の名湯百選を同時開催させていただき、全国各地より多くの参加をいただき、誠にありがとうございました。

フォーラムではいろいろとヒントを得ることができ、仙北市とともに「温泉医療ヘルスケアツーリズム」構想を協議しているところでもあります。玉川温泉の利用者で驚くほど病氣・ケガが回復されている多くの方々を長年見てきて、温泉の効果を実感し、自然の恵みに感謝しているところがございます。この温泉をもっと治療に活用できないかと常々考えていたところに、仙北市が地方創生・近未来特区に認定され、さらに温泉利用型健康増進施設の認可基準が緩和されて、玉川温泉としてひとつの大きな転機が訪れたように感じます。

長年、手つかずの状態であった玉川温泉が、新しい湯治スタイルの確立を目指して関係機関と協議している一部を紹介します。

◆温泉医療ヘルスケアツーリズム構想

玉川温泉は、強酸性の温泉入浴と天然岩盤浴を組み合わせた湯治スタイルが特徴です。玉川温泉自然研究路を進んでいくと、玉川温泉の源泉「大噴（おおぶぎ）」が見えてきます。毎分9,000ℓもの源泉（98℃）が勢いよく湧きあがり、1ヶ所からの湧出量は日本一の量といわれており、しかも強酸性（pH.1.2）であり、日本では唯一、特別天然記念物「北投石」が生成され、微量のラジウムを含有しております。

湯治客の口コミやテレビ放映などの影響で「がんに効く」と言われ、多くのがん患者も湯治されております。それゆえ、岩盤浴や入浴は皆さん真剣に取り組んでおり、仲間同士で予定を合わせて来湯されるなど、お客様同士のコミュニケーションも盛んであります。

このような湯治スタイルですので、重病なお客様や体調を崩すお客様も少なくありません。必然的に救急車の要請も多く、また、最寄りの救急病院まで1時間30分ほどかかる山間の温泉でありますので、湯治客の

生命が危ぶまれることもあり大きな課題となっております。

藁をもすがる思いで来湯されたお客様の中には末期がんのお客様もいらっしゃいます。湯治中に容態が悪くなり救急車で病院に運ばれることもしばしばあります。搬送先の病院では、この患者はどのような病気でどのような状況であるかを全く知らずに受け入れざるを得なく、治療方針の判断が非常に難しいと医療機関からも指摘されております。

玉川温泉の立地条件、湯治形態、客層などを考えると、このような課題をクリアするためには、どうしても医療機関との連携は欠かせない事項でありました。

温泉利用型健康増進施設の認定による新しい連携体制の確立

健康増進施設利用による医療費控除の申請者が非常に少ないと聞き及んでおりますが、その理由として、①利用者が医療費控除になることを知らない、②主治医が温泉療法医ではない、③手続きが煩わしい、などいろいろ理由はあろうかと思われまます。健康増進施設の認定を受けた場合は、予約を受ける時点で医療費控除の案内や療養湯治プランの提案などで利用機会を作り出すことが出来るようになり、更には主治医の紹介状を持参するよう案内ができるようになると思えます。主治医が温泉療法医であれば、そこで指示書を発行していただくことも可能ですが、実態は温泉療法医であることは稀ではないかと思えます。

玉川温泉はJR秋田新幹線田沢湖駅が最寄り駅となりますが、JR田沢湖駅前に仙北市立田沢湖病院があります。主治医が温泉療法医でなければ指示書は発行されないわけですので、温泉療法医がいる医療機関を受診しなければなりません。しかし、一般の方は、温泉療法医がいる医療機関を探すことは非常に難しく、面倒だということになり利用しないことに繋がります。

そこで医療機関と新しい連携体制を構築し、利用者に対し、田沢湖駅を降りたら目の前の市立病院に立ち寄り、主治医の紹介状等を医師に渡し、診察を受けて湯治の指示書を書いてもらい、玉川温泉で指示書に基づいた入浴指導を行うという一つのシナリオが考えられます。主治医が指示書を交付できなくても、



チェックイン前に田沢湖駅前の病院に立ちることによって指示書が交付されることになります。実際にどの程度のお客様が利用されるかは未知数ですが、利用するきっかけとなり大きな可能性をもったものであると考えます。また、わざわざ初診料を支払って病院に立ち寄るかどうかという問題がありますが、医療費控除に限らず利用者が納得できるメリットが見いだせれば、利用者を増やせるものと確信しております。

また、医療機関との連携により、チェックイン前とチェックイン後に病院に行くわけですから、指示書ごとに療養の効果測定のデータが収集できることにもなります。

療養湯治を揺るがない位置づけにするには、温泉の効能・効果に関する一定のエビデンスを示すことも重要となり、仮に、市立病院との連携ができた場合は、湯治前と湯治後の検査データの有用な分析も可能となるのではないかと考えております。

遠隔診療システムの構築

玉川温泉の立地状況を考えると、遠隔診療に関する確立も大きな課題であると認識しております。

通信技術が発達した現在では、テレビモニターを通じて遠隔での医療相談が可能であります。お客様が温泉に居ながら病院の医師と遠隔で医療相談が行える環境整備ができた場合、療養湯治するお客様にとって非常に安心できます。

診療費用の問題や医師との連携、薬の処方などいろいろ課題はありますが、重要な位置づけであると考えております。

更には、近未来特区を活用して、ドローンにより医療機関から医薬品を運搬したりすることも可能になるのではないかと創造の輪を膨らませております。

医師が常駐して診療

従来、玉川温泉では、一般社団法人玉川温泉研究会附属診療所において医師が無料のお客様の健康相談を数十年の間行ってきまし

た。医師は月に数回程度しか来湯できませんのでタイムリーには行えない課題がありました。また、玉川温泉研究会に所属する医師も高齢化で、医師不足の現状でこのあと何年続けられるか不安要素をもっております。それらを補完する意味で、前述の遠隔医療も有効と考えますが、やはり直接診療していただくことはこの上ない安心を与えてもらえます。

医師の相談日には、行列ができるほど混みあいますが、限られた時間で相談にのれるのは限界があり、お断りせざるを得ない状況であります。療養目的での利用者は、医師に相談することで一定の安心感を得ることができ、利用者が望んでいる重要なサービスであることがうかがえます。

仙北市は医療特区のさきがけとして外国人医師による臨床修練制度を掲げており、玉川温泉として何ができるかを協議しております。

実施に向けては多くの課題がありますが、その中で何ができるか、どうやったらできるかを関係機関と十分に協議していきたいと考えております。

これが可能になると、玉川温泉で外国人医師が湯治客とタイムリーに直接診療ができることになり、安心して湯治療養に専念できる湯治場としての環境が整うものと大いに期待しております。

仙北市には多くの温泉がありますので、玉川温泉に限らず、乳頭温泉郷、水沢温泉郷などお客様の状態にあった温泉を紹介し指示書を発付できるようになり、市内全域の温泉で湯治療養のお客様を受け入れる体制ができ、さらにはインバウンドの新たな開拓ができ、仙北市独自の温泉医療ヘルスケアツーリズムが確立できるものと考えます。

いろいろと課題は山積しておりますが、仙北市との協力・連携を一層強化し、効果的な温泉利活用が出来るように、一歩ずつできることから進めたいと考えております。



1 五頭温泉郷（出湯温泉・今板温泉・村杉温泉）と周辺環境

五頭温泉郷の位置する新潟県阿賀野市は、市名の由来となった大河「阿賀野川」が流れ、県立自然公園に指定されている「五頭連峰」を背に、のどかで美しい田園風景が広がる自然豊かなまちである。

市の観光を代表するものとして、ラムサール条約登録地として有名な白鳥の湖「瓢湖」があり、昨年の冬には1万羽を超える白鳥が飛来し、優雅な姿を間近で観察することができる。

また、多彩な登山ルートを持ち、子供から高齢者までその力量に合わせて自然散策やトレッキング、そして本格的な登山までを楽しめる五頭山があり、全国森林浴の森百選の山麓一帯には、薬用植物園やキャンプ場等の森林レジャー施設が整備されている。

阿賀野市は、稲作を中心とした農村地帯で、阿賀野川や五頭連峰から流れ出る豊富な水と肥沃な大地で高品質で良食味のコシヒカリはもとより、野菜や山菜、果物、牛乳（県酪農発祥の地）等、環境保全型農業による安全で安心な農産物のほか、3軒の蔵元を有する地酒や地ビール、乳製品、和洋菓子、餅、豆腐、油揚げ、味噌、しょうゆ等の特産品も数多くあり、まさに食の宝庫で、四季を通じて安全で安心な「食」が提供されている。

また、「健康寿命日本一のまちづくり」を目標に掲げる阿賀野市は、「阿賀野スタイル」健康福祉プロジェクトを立ち上げ、健康づくりや介護予防を目的に「ノルディックウォーキング」や「ヨガ」そして「ラジオ体操」等の多様な健康づくりプログラムを展開し、市民に定着してきている。

当温泉郷は、こうした「食」「運動」に「温泉」や「自然環境」を結び付け、温泉地にある「食と緑の交流センターうららの森」を拠点に、「温泉」「森林浴」「自然散策」「ウォーキング」「トレッキング」「登山」「自然体験」「健康食」等を総合的に提供できる健康増進型保養温泉地づくりに努めている。

(1) 出湯温泉

809年に弘法大師が湯杖をついて湧出させた伝説が残り、開湯1200年の県内最古の温泉地と言われている。アトピー性皮膚炎に効果がある温泉地として知られ、治療に訪れた人がその効果から定住している事例も多い。

(2) 今板温泉

出湯温泉と村杉温泉の真ん中に位置し、弘法大師が五頭山を開いた時に自噴していた原潜を発見したのがはじまりといわれ、弘法大師によって刻まれた薬師如来像がまつられる薬師堂を持つ一軒宿の静かな温泉地である。

(3) 村杉温泉

1335年に足利家の武将であった荒木正高が戦乱を逃れてこの地に着き、薬師如来のお告げにより発見したと伝えられる。

大正3年には新潟大学の薬学博士中山蘭教授によって温泉成分が分析され、ラジウム含有量が世界記録にあるとまで発表され、当時の新聞で大々的に報道された。

日本有数のラジウム含有量を今も誇り、特に婦人病に効果があることから、「子宝の湯」として知られている。

2 五頭温泉郷の主な取り組み

(1) 五頭温泉郷エコ計画

常に新鮮、そして安全で安心な食を提供できる環境に配慮するために、五頭温泉郷内で使用するシャンプーや石鹸を生分解性の高いものに替え、また使い捨てていた割りばしを繰り返し使える天然木の塗り箸に切り替える等、早くから環境対策事業に取り組み、環境省環境管理局水環境部長や阿賀野川水系水質汚濁対策協議会から優良団体として表彰された。

(2) 村杉ラヂウム温泉風景利用策の復活

大正10年、後に日本の公園の父と言われる東京帝国大学林学博士、本多静六教授が当温泉地を訪れ、ラジウム温泉と雄大な自然環境を活用した壮大なる計画「村杉ラヂウム温泉風景利用策」が提案された。

この提案には、温泉地一帯の土地利用計画が示された平面図も添付され、ラジウム温泉の効能はもちろん、森林浴ができる登山道、遊歩道、展望台等の整備や活用法、そして名物品や土産物に至るまで、時代を見越した理想的な温泉地整備計画が描かれていた。

五頭温泉郷では、100年近くも眠らせていたこの構想の実現を目指し、地元関係者に専門家を交えてワークショップを展開し、遊歩道やホテルが息できる水辺環境整備をはじめ、薬用植物や草花の植栽等、健康づくりの要素を取り入れた魅力ある温泉地づくりに努めている。

(3) 「健康ビジネス連峰政策」への参画

新潟県が推奨する「健康ビジネス連峰政策」に参画し、ラジウム温泉と地域資源を最大限有効活用したヘルスツーリズムやアンチエイジングキャンプ等に取り組み、大学や健康関連機関との連携により「エビデンス」の取得等を図りながら、健康増進型保養温泉地としての「ブランド化」を目指している。

◇『ラジウム温泉でリフレッシュ＆リラックス』

新潟薬科大学や新潟バイオリサーチパーク(株)との連携によって、新たな温泉利用型健康増進プログラムを開発し、提供している。



内容は、温泉入浴指導員による正しいラジウム温泉の入浴法の説明や、食薬同源の健康料理の提供、ストレッチ運動や健康ヨガの体験、専門家を招いての健康講座等、「癒しと健康増進」をテーマに誘客を図り、定期開催している。

◇『アンチエイジングキャンプ』

アンチエイジング（老化予防）に関する研究の第一人者、順天堂大学大学院白澤卓二教授監修のラジウム温泉と周辺の自然資源を活用した2泊3日のアンチエイジングキャンプを開催している。
内容は、白澤教授の講演をはじめ、プロスキーヤーで登山家でもある三浦豪太氏による川魚掴み取り体験や沢登りといった遊び（生きがい）体験、トータルフィットネスコーディネーターの中尾和子先生によるボールエクササイズによる運動体験、温泉入浴指導員による正しい温泉入浴講座等、3日間に亘ってすべてに健康をテーマとしたプログラムを提供し、ソバ打ちやエゴマ絞り、葉草入りの餃子作り等、地元食材を生かした体験メニューも取り入れている。
特に食に関しては、白澤教授監修によってカロリーや繊維質が管理され、フードマイレージを重視したアンチエイジングメニューを提供している。

◇『たんぱく調整・食と学びのツアー』

市内企業（株）バイオテックジャパンと連携し「たんぱく調整による食と学びのツアー」を開催している。内容は、たんぱく調整による新たな医療食や介護食の研究開発をしている（株）バイオテックジャパンの工場見学や、その技術を生かして、地元食材を使用した医療向け新会席料理を提供し、併せて当地の自然とラジウム温泉で身体の中と外の両面からリフレッシュやリラックスをしていただくツアーを開催している。

◇『ラジウム温泉浴による健常成人の循環応答への影響調査』

一般社団法人健康ビジネス協議会との連携事業で、新潟薬科大学産官学連携推進センターの平山匡男教授によって「ラジウム温泉浴が健康成人の循環応答に及ぼす影響調査」が行われ、ラジウム温泉が、入浴中及び入浴後の血流依存性血管拡張反応率（FMD%）と血管拡張径を増加させ、更に血圧の低下や自覚的体感も向上させる利点もあることを見出し、新潟医学会誌に掲載された。

（4）『国民保養温泉地の指定』

平成28年5月、五頭温泉郷は環境省から全国93番目の国民保養温泉地としての指定を受けた。

国民保養温泉地とは、温泉の公共的利用増進のため、温泉利用の効果が十分期待され、かつ、健全な保養地として活用される温泉地を「温泉法」に基づき、環境大臣が指定するもので、下記基準により選定される。（環境省ホームページ抜粋）

- （1）温泉の効能、ゆう出量及び温度に関する条件
ア 泉効が顕著であること。
イ ゆう出量が豊富であること。
ウ 利用上適当な温度を有すること。
- （2）温泉地の環境に関する条件
ア 環境衛生的条件が良好であること。
イ 附近一帯の景観が佳良であること。

ウ 温泉気候学的に休養地として適していること。

エ 適切な医療施設及び休養施設を有するか又は将来施設し得ること。

オ 医学的立場から適正な温泉利用、健康管理について指導を行う顧問医が設置されていること。
カ 交通が比較的便利であるか又は便利になる可能性のあること。

キ 災害に対し安全であること。

まずは、この国民保養温泉地の指定を受けた「温泉」を多くの人に体感してもらおうと、五頭温泉郷の全入浴施設（旅館・共同浴場・足湯）の1日無料開放イベントを開催し、県内外から多くの来場者を受け入れた。

また、今秋には国民保養温泉地指定記念イベントとして、プロスキーヤーで登山家・医学博士でもある三浦豪太氏を講師に招き、「五頭リンピック2016」を開催した。

この五頭リンピックは、国民保養温泉地に指定されたエリアで、温泉に親しみながら登山やウォーキング等の運動と健康的な食事を3日間に亘って体験できる五頭温泉郷での滞在モデルイベントとして開催し、健康をテーマに多数の参加者を受け入れ、好評を得た。

さらに、このイベントをきっかけに、地元の五頭薬用植物園を活かし、五頭温泉郷の各旅館や飲食店で提供できる薬膳料理の開発にも着手することができている。

3 国民保養温泉地の指定を活かした五頭温泉郷の今後の展開

五頭温泉郷は、国民の保養に適した温泉地であると国に認められたものであり、この指定を活かし、さらに発展させた取り組みが求められている。

温泉は、日本国内においても「行ってみたい旅行タイプ」の1位になる等、魅力的なコンテンツであることは言うまでもなく、温泉を単なる「観光」のみならず「滞在、体験を通じた療養、健康増進を図る場」へと転換し、温泉の魅力の再発見とブランド化への取り組みを進めたい。

五頭温泉郷は、新潟県が実施した「新潟県観光地満足度調査」において、総合満足度で3回連続県内総合第1位を獲得することができている。この結果はたいへん喜ばしく、励みになるものではあるが、直接的に当温泉郷への入込客数の増加に繋がってはならず、観光情勢は益々厳しさを増している。

国民のニーズは日々多様化し、また観光地の果たすべき役割も多岐にわたる中、五頭温泉郷では、地域の自然・歴史・伝統・文化等の再確認、再発見、再探求に努め、点在する豊富な資源を結び付けて有効活用することにより、この地域ならではの付加価値を付けた「五頭温泉郷ブランド」を確立することが急務となっている。

併せて、今後は少子高齢化が全国的に課題となる中、福祉や介護に対する取り組みも進め、社会問題にも貢献できる健康増進型保養温泉地づくりを推進するものである。



旧老舗旅館をリノベーションしたカフェ

関金温泉では、「観光分野」「健康分野」「介護分野」が連携しながら、健康増進ができる保養温泉地をつくるプラチナプロジェクトを進めてきました。この取り組みは、宿泊客の減少やそれに伴う旅館の減少といった課題について、温泉を核とした新たな視点での展開による地域全体の再興を目指しているものです。来年には、開湯1300年を迎え、新たな100年に向けた温泉地づくりを目指し「源泉回帰」(※)と題し、官民連携、住民団体が一体となる活動を続けています。

(※) 源泉回帰

原点回帰を文字った合わせ言葉。源泉に立ち返って様々な角度から温泉地を見つめなおすこと。

1. 関金温泉の紹介

関金温泉は、鳥取県のほぼ中央、人口5万人の倉吉市の山間部にあり、西側には中国地方最高峰の大山、南側には西日本の軽井沢といわれる蒜山高原に囲まれています。山陰と山陽を繋ぐ備中街道の要所にあることから、宿場町として栄えた温泉地です。

開湯の歴史は、「行基菩薩が発見した」、「弘法大使が再興した」、「鶴が発見した」、など諸説ありますが、奈良時代に伯耆国の国庁が10 Kmほど離れたところに置かれたことから、奈良時代の発見と考えられています。

泉質は無色透明の単純弱放射能泉で、湯の美しさから「白金（しろがね）の湯」と呼ばれています。昭和45年に国民保養温泉地に指定、平成23年に日本の名湯百選に選ばれています。

温泉街を奥まで進むと、行基が創建したと伝わる地藏院があり、鎌倉時代に作られた仏像は国の重要指定文化財になっています。

温泉地としての最盛期は1980年代で、当時は10軒の旅館がありましたが、その後、時代の変遷とともに、現在は4つにまで旅館が減少しています。そのうち2軒は行政からの指定管理による旅館とされています。また、日帰り入浴施設が2軒あり、4つの介護保険施設が温泉を引いています。

温泉街の高台に上ると、向かい側の山に総合運動公園、その麓に目を向けると、川沿いに遊歩道があり、親水公園が整備されています。視線を遠くにもっていくと、稲作、梨、和牛、養豚などの農地が広がっています。

2. プラチナ（白金）プロジェクトの取り組み

プラチナプロジェクトは、温泉を観光資源だけでなく、地域住民にとっての資源として、健康や介護分野での活用に広げ、自治体や温泉地が持つ課題解決に取り組んでいくためのプロジェクトです。「プラチナ」とは、後期高齢者となるプラチナ世代と、関金温泉の異名である「白金（プラチナ）」から名付けたものです。後期高齢者が元気に輝き続けるという意味を込めています。

■観光

家族・グループ旅行に対応した、体験と交流のできる着地型の観光商品として、関金地区の団体と連携しながら、自然環境を生かした農村体験・自然体験と温泉を組み合わせたツアーを実施しています。関金地域全体をアクティビティフィールドとして捉え、体験を中心とした観光戦略を進めています。

また、廃業した旧老舗旅館を地域住民がリノベーションし、イベント&cafeスペースとしてオープンしました。ここは、地元住民同士の交流、更には、地元住民と観光客の交流拠点となっています。

■健康

温泉の保養効果を高めるためには、適度な運動をおこなうことが必要です。運動不足、過食の生活習慣の人は、温泉に浸かるだけではその効果が十分に期待できません。そのため、温泉でゆっくり過ごす時間と合わせて、温泉を使った健康運動「湯中運動」や温泉地でおこなう「ノルディックウォーク」「ヨガ」などを組み合わせ、保養ができる温泉地づくりを目指して取り組んでいます。

特に、湯中運動では、官民連携による取り組みが進んでおり、運営主体は旅館組合が、活動主体は自主サークルとして「ひとはな会」が中心となっています。健康状態の把握や運動前後の改善経過などを分析し、利用者の増加に努めています。毎年実施する湯中運動教室のデータでは、20名の参加者の内、17名について、収縮期血圧、拡張期血圧、長座体前屈、開眼片足立ちに改善が認められました。また、保健師が参加者からヒアリングした身体の痛みや不調の程度においても、軽減10名、維持4名と、高い改善効果がありました。



こうした取り組みと合わせ、地域として栄養や休養など、運動と連携した受入体制を整えているところです。

■介護

高齢者の増加に伴い、介護を取り巻く環境は地域の課題となっています。高齢者は温泉好きな方も多く、生涯活動におけるコミュニティの場として温泉は重要な役割を果たしていると考えます。関金温泉旅館組合では、社会との接点としての温泉を生産利用し続ける仕組みづくりのために、介護施設と連携し、旅館で食事と温泉入浴のサービスを利用できるようにするための実証実験をおこなっています。昨年は、2組の要介護度2、3の方とその家族を、短時間でも旅行気分を味わっていただくために、温泉付き貸別荘において受け入れました。介護施設からのスタッフ派遣

により、ハード面で設備が整っていない部分をソフト面でカバーし、利用者にとって満足度の高い内容となりました。また、その反面、課題も多く、今後数回の実証実験を重ねていく計画を立てています。

3. 開湯1300年「源泉回帰」プロジェクト

来年迎える開湯1300年は、1年の「祭」で完結しない、新たな100年のスタートの年にするため、このプロジェクトの中心である「温泉」という最大の資源に核をおく「源泉回帰」をテーマに、旅館組合、地域づくり団体、地域おこし協力隊、地域住民、行政が一体となり進めています。このようなさまざまな取り組みが展開されていくことで、温泉地の魅力が磨き上げられ、特色ある温泉地になっていくものと考えます。

関金温泉プラチナプロジェクト

- ・1300年の歴史。ラジウム含有量日本屈指。白金の湯。
- ・国民保養温泉地 (S54)、日本の名湯百選 (H23) 認定。
- ・休養、保養、療養にふさわしい温泉地。

休養、保養、療養効果の高い「温泉」を中心とした取り組みが必要

▼ 観光

- ・心身の休養を求める個人・グループ客をターゲット
 - ・自然に触れ、体験を通じ住んでみたいと思う旅
 - ・心身リセットできる旅
- 体験・健康・教育旅

▼ 健康

- ・健康のため保養を求める個人客をターゲット
- ・病気になる健康づくりが出来る温泉運動
- ・健康寿命保つプログラム
- ・湯中運動・健康マイレージ

▼ 介護

- ・二・三代で介護者と療養求める家族ターゲット
- ・介護者が家族と一緒に気軽に旅館で過ごせる休日
- ・社会参加途切れない温泉介護付旅館利用
- ・家族風呂

☆関金エリアの強みを集結

開湯1300年について

開湯1300年メインテーマ **源泉回帰** 関金で最も古い伝記として残る「伯耆民談記」を原点として、関金の歴史を紐解くとともに、新たな関金の価値を創造していく。

- ・開湯1300年に際し、旅館組合を中心として、関金に関わる他団体、企業、人と有機的につながり、関金の資源(歴史、温泉、自然)を活かした持続的な事業を行う。
- ・開湯1300年を契機に、1年の「祭」で完結しない、新たな100年のスタートの年にすべく、新養老年間のはじめの年と位置付けて取り組みます。
- ・2つの視点でプロジェクトを進行させる。1つは、地域にとっての関金。もう1つは、利用者(観光客、訪問客)にとっての関金。両方向での取り組みは、地域＝利用することでのインセンティブをどう創るか。利用者＝観光客数を増やす、満足度の高い商品をつくる、外貨を稼ぐ。
- ・源泉回帰として、源泉、歴史から学び(紐解き)、そこから新たなイノベーションを生むことを中心事業とする。よって、新たなチャレンジを応援していくことも1つの事業とする。



1. 「わかさず、ぬるめず、循環させず」 菊池温泉は、九州・熊本県の北部に位置する温泉郷です。



昭和29年に湧出し、自然のお湯を100%使った温泉は、湯量豊富で無色透明・アルカリ性。



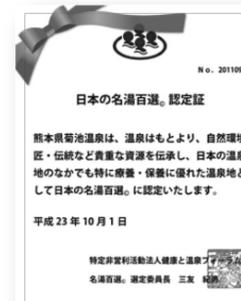
- 泉質 アルカリ性単純温泉
- 湯温 42～46度
- pH 9.19pH
- 飲泉 可能(旅館によって異なります。)
- 浴用効能 疲労回復・美容・健康増進・リウマチ・神経痛・関節痛・筋肉痛の緩和など
- 飲泉効能 胃腸病、肝臓病など
- 味 ほんのりと硫黄臭で、なめらかな甘味がある
- 立寄り湯 旅館・ホテル 10施設で日帰り温泉立寄り湯が可能

その肌に優しく柔らかい泉質は源泉45度の温度を常に保ち、美容・神経痛・リウマチなどに効能があることから、別名「美肌の湯」「化粧の湯」と呼ばれるほど肌ざわりがよく、女性をはじめ多くの観光客に親しまれています。

熊本地震での影響は、温泉施設自体に直接の影響は無かったものの、本市の観光スポットである菊池渓谷をはじめ、熊本城や阿蘇といった周辺の観光スポットが大きな被害を受けたことや風評被害により発災直後は宿泊予約が全てキャンセルとなり、現在は、九州旅行応援のための国のふっこう割や、菊池市が発行している菊池旅行応援券の効果により、宿泊者数は通年の8割程度まで回復しています。

2. 「日本の名湯百選®」に認定

NPO 法人健康と温泉フォーラムの「温泉療法医がすすめる温泉」に菊池温泉は、日本の温泉地の中でも特に療養・保養に優れた温泉地として認定を頂きました。



また、宿泊施設の接客マナーの向上を目指し、覆面調査員の派遣や健康増進施設の取得を目指した女将さんの温泉利用指導者等の資格取得支援や泉質調査等も行っており、旅館の魅力と基礎体力の向上に繋がっています。さらに、菊池温泉の内発型発展を目指し、「健康と温泉フォーラム」と協働し健康長寿な街づくりのために、「マーケティング等の資源調査や温泉療養の医学的検証」を行い、魅力の発掘を進めています。

3. 「マーケティング等の資源調査や温泉療養の医学的検証」

菊池温泉の内発型発展が可能となるよう「まち・ひと・しごと創生総合戦略事業」で次の事業を実施しています。

- ・温泉を利用した健康づくり実施検証教室(くまもと健康支援研究所) / 菊池温泉の旅館を中心に全12回 定員30名
- ・温泉を利用した健康づくり教室時体力測定及び血液検査(菊池養生園) / 全2回・30項目検査
- ・資源調査・温泉療養の医学的検証(企画・評価委員会) / 全3回

参加対象は 菊池市在住で40～74歳の方 医師に運動・入浴を禁じられていない方 3ヶ月間の教室受講が可能な方 健診の結果を改善したい方 腰痛、膝の痛みが気になる方 体力測定等にご協力いただける方 としています。 今回のこの実施検証事業に関し、企画・評価委員会を開催し専門性の高い各委員からのアドバイスにより温泉療養や漢方、そして、食膳・自然環境等各分野に精通している委員とし事業効果や成果について検証。

現在、中間となって各自の意欲が見え初めてきたところであります。また、デトックス効果の高い温泉や自然などの地域資源を活用した健康サービス事業「スマート・ライフ・ステイ」を通じ、ヘルスツーリズムの本格始動へ取り組み、健康長寿なまちづくりを進めています。

温泉を活用した健康づくり実施検証教室

平成 27 年度 地方創生加速化交付金 採択事業

菊池温泉の紹介

菊池温泉は、旧名隈府温泉、昭和 20 年代末に開湯した比較的新しい温泉である。総源泉数 77 本、うち利用泉 66 本、泉温は 25℃～42℃未満が 25 本、42℃以上が 49 本である。湧出量は、15,053 L/分（自噴 246 L/分、動力 14,807 L/分）で大変豊富な資源である。泉質は、アルカリ性単純温泉で、成分含量は、塩分 0.5 g/kg 以下、陽イオン主成分はナトリウムイオン、陰イオン主成分は炭酸水素イオンと炭酸イオンである。菊池市街地の中に利用施設として、宿泊施設 34 軒、公衆浴場 45 カ所が点在し、地元の利用が盛んである。収容定員は、3,400 名、収容定員 1 名当たりの温泉量は 4.4 L/分で、我が国の温泉の平均値 1.9 L/分の 2 倍以上に達し、我が国で最も湧出量が多い別府温泉に勝るとも劣らない大変豊富な温泉資源として特徴づけられる。

ほっこり湯中体操のご紹介

ほっこり湯中体操① ～心と体ほぐし～

ほっこり湯中体操② ～上半身の体操～

よかよか湯上り体操のご紹介

よかよか湯上り体操① ～上肢の関節運動～

よかよか湯上り体操② ～体と心ほぐし～

目的

温泉を活用した運動・講義及び、食事等の指導による事業効果を測定し、健康・医療関係産業と観光・農業等の連携による、健康長寿なまちづくりを目指すもの。

スケジュール

事前検査の実施

肺機能検査、心電図、身体計測、検尿、血圧、血液検査（脂質、糖代謝、肝機能、血液一般、腎機能）、内臓脂肪 C T、体力測定、A B I（血圧脈波検査）、痛みのスケール他

温泉を活用した運動・食事等の指導教室

集団浴中運動プログラムと主な講義内容等
「正しい入浴方法と温泉の効能について」

3
カ
月
間
・
週
1
回
・
全
12
回

- 栄養講話 「あなたに合ったエネルギー摂取量とは？」
- 栄養講話 「気をつけたい血糖値改善のためのポイント」
- 運動講話 「運動の 3 原則」ストレッチ・筋トレ・有酸素運動
- 運動講話 「正しい姿勢で効果的なウォーキングを！」
- 運動講話 「変形性膝関節症とその予防法とは？」
- 運動講話 「腰痛症とその予防法の方法とは？」
- 運動講話 「運動の効果について」
- 郷土講話 「菊池市の歴史について」
- グループワーク 「ウォークラリーのマップ作製」
- グループワーク 「菊池市内のウォーキングとウォークラリーマップの確認」
- グループワーク 「ウォークラリーマップ発表会」
- 健康講話 「養生（中国医学）と食がちなげろ
菊池温泉の魅力再発見（仮題）」

事後検査の実施

肺機能検査、心電図、身体計測、検尿、血圧、血液検査、内臓脂肪 C T、体力測定、A B I、痛みのスケール他

企画・評価委員

氏名	専門	所属団体等
三友 紀男	温泉療法専門医	NPO 法人健康と温泉フォーラム 会長
合田 純人	温泉療養の社会的サービス設計・指導	NPO 法人健康と温泉フォーラム 常任理事
牧野 直樹	温泉療法専門医	九州大学名誉教授
中田 薫	温泉療法専門医	中国医学研究所所長
小山 芳久	温泉利用指導者	一般社団法人 護持の里 代表理事

事業主体：菊池市役所 健康推進課

協力団体：特定非営利活動法人 健康と温泉フォーラム

公立菊池養生園診療所（菊池広域保健センター）
（株）くまもと健康支援研究所

資料

健康づくり・介護予防における温泉の利活用に関する研究報告（概要）

原田 啓一郎
駒澤大学法学部教授

ほらだ けいいちろう

長野県生まれ。専門は社会保障法。2002 年駒澤大学法学部専任講師。パリ第 1 大学にて在外研究に従事（2008～2010 年）。研究テーマのひとつとして、社会保障・福祉制度とのかかわりから、健康づくり・介護予防と温泉の利活用について関心を寄せている。主な論文として、「社会保障制度と温泉」（特定非営利活動法人健康と温泉フォーラム編『温泉実務必携』（2016 年）所収）がある。

1. 調査研究の背景と経緯

日本はいまや世界有数の長寿国となる一方、急速な高齢化の進展とともに疾病構造も変化し、医療保険や介護保険にかかる国民の負担は増大しています。高齢社会は人類が理想とするひとつの到達点でありますが、人々の健康増進と高齢期の医療・介護のあり方をどのように考えていけばよいのでしょうか。こうした問いは世界のどの国も経験したことの無い高齢社会を迎えている日本に課された大きな宿題であります。

わが国では、こうした課題に取り組むために、生活習慣病予防や介護予防など健康・福祉の増進にかかわる様々な施策が現在進行形で展開されています。特に、シニア世代については、健康寿命の延伸や、身体が不自由になってもできる限り生活の質（QOL）を維持・向上させることを目指し、健康や生活機能を総合的に支えるためのケア・リハビリテーション・健康づくり活動が必要とされています。温泉をこよなく愛する国民性に鑑みると、健康づくりや介護予防において温泉を利活用することは、魅力的かつ有力な選択肢のひとつであると思われれます。この点、古くから親しまれてきた日本の伝統的な湯治を現在のライフスタイルや価値観から再評価し、これからの人々のライフステージに積極的に温泉を取り組んでいこうという試みが全国のいくつかの温泉地ですでに始まっています。

2. 調査研究の概要

本調査では、「ラジウム・ラドン温泉広域連携」に参加している自治体と、「温泉力地域協力協定」を締結している自治体が存在する温泉地の関係者に対して、各温泉地での特色ある取り組みの現状と課題、健康づくり・介護予防に関する市町村の取り組みと温泉とのかかわりの有無を中心にヒアリング調査を実施いたしました。具体的には、豊富温泉（北海道豊富町）、玉川温泉（秋田県仙北市）、五頭温泉郷（新潟県阿賀野市）、増富温泉（山梨県北杜市）、三朝温泉（鳥取県三朝町）、関金温泉（鳥取県倉吉市）、長湯温泉（大分県竹田市）の 7 温泉地と、大湯リハビリ温泉病院（秋田県鹿角市）を訪問いたしました。各温泉地の具体的な取り組みについては、各温泉地からの報告に委ねることとし、以下では、各温泉地での健康づくり・介護予防における温泉の利活用の現状（2016 年 3 月時点）

を中心に調査研究の概要をまとめておきます。

(1) 湯中（水中）運動

水には身体を支える作用があり、理想的な運動環境のひとつであるといわれています。水中での運動には、水圧、浮力、抵抗の観点から数多くの運動効果が認められており、湯中運動の場合、これに水温の観点からの効果が加わります。今回調査で訪れた温泉地のうち、阿賀野市（水中運動（温水プールで実施））、倉吉市関金温泉（湯中運動（温泉施設で実施））、竹田市（湯中運動（温泉施設で実施））で湯中（水中）運動に取り組んでいることが確認できました。こうした運動教室は、国民健康保険制度の保健事業や介護保険制度の介護予防事業を活用しながら実施されている点がひとつの特徴です。各地では、心身機能のデータ（握力、血圧、開眼片足立ちなど）を測定し、運動開始前と後の変化を測定しています。測定結果の分析によりますと、利用者の心身機能は軒並み維持・改善傾向が見られ、健康づくり・介護予防に一定程度寄与していました。また、湯中（水中）運動は、温泉でおこなわれる運動教室をひとつの寄り合いの場として、参加者による自主的な組織の展開や参加者同士のコミュニケーションの促進により、地域における高齢者の孤立化を防ぐつながりづくりにも寄与していることが明らかになりました。

(2) メディカルステイ

メディカルステイとは、温泉地に滞在しながら生活習慣病などをチェックし、病気の療養や健康づくりを行う滞在プログラムをここでは指します。メディカルステイの形態は、ここでは旅行気分人間ドックを利用して健康管理に役立てるプログラムや、温泉療養を取り入れた健康増進を目的とするプログラム、何らかの疾患を抱えていて温泉療法の提供を受けるための滞在療養プログラムなど、多岐にわたります。今日では、こうした療養型滞在または健康管理型滞に加えて、保健指導・介護予防型滞在も登場しており、多様化しています。今回調査で訪れた温泉地のうち、三朝温泉では、「現代湯治」のひとつとして、当地の病院で診察を受けるために、宿泊施設経由で病院での診察予約を行い、必要に応じて各種温泉療法を受けることができるプログラムを展開しています。



ることができるプログラムを展開しています。こうしたメディカルステイは、温泉地での滞在日数を増やすことに寄与する一方、病院の受入体制の継続性や滞在者にとってメディカルステイを利用しようとする意義付け等の課題があることが明らかとなりました。他方、診療報酬体系の見直しや患者像の変化（疾患の重複化・障害の重度化・認知症の合併）も相まって、医療機関における温泉療養は、医療機関のサービスあるいは他の病院との差別化の手段という意味しか持たなくなりつつある、という厳しい現状が浮き彫りとなりました。

(3) 健康づくり・介護予防に向けたインセンティブの提供

自分自身の健康づくりに対して関心が低いなど健康づくりの取り組みを実施していない層（いわゆる「健康無関心層」）に対して、個人の健康づくりに向けた意識を喚起し、具体的な取り組みとして一人ひとりがそれぞれの選択の中で第一歩を踏み出すきっかけづくりとなるように、様々なインセンティブを提供する施策を展開する自治体が近年増えてきました。今回調査で訪れた温泉地のうち、阿賀野市（「あがのいきいきマイレージ」「あがのポイントサービス」）と倉吉市関金温泉（「健康マイレージサービス」）では、健康ポイントやヘルスケアポイントの付与というかたちで、インセンティブを提供する取り組みがみられました。温泉とのかかわりでは、①ポイントの利用時に温泉入浴や宿泊が利用対象となる（ポイント利用時）、②ポイント付与の対象となる健康プログラムに関連させた温泉入浴や宿泊にポイントを付与する（ポイント付与時）という2つのかたちがみられました。こうしたインセンティブの提供と温泉の利活用の促進がどのように影響し合っているのかについては、今後検証が必要でしょう。

(4) 温泉療養保健システム

温泉療養保健システムは大分県竹田市

の取り組みで、温泉療養保健パスポートを受け取った利用者が竹田市の宿泊施設または立寄り浴施設を利用し、利用客の事後の申請により3泊以上の宿泊施設利用料金分1泊500円または対象立寄り浴施設利用分1回200円が支給されるシステムです。支給内容からみると、宿泊施設利用料金または立寄り浴施設利用料金の補助という性格を有します。事業開始後、パスポート発行部数は年々増加し、申請者数も増加しています。財源は入湯税を活用しており、入湯税を活用した温泉地活性化のひとつのモデルとして各温泉地でも導入に向けた検討が期待されるところです。

(5) 滞在型療養温泉地／保養温泉地の展開

温泉とその地域資源を活用しながら、当該温泉地を療養地または保養地として整備しようとする試みは、これまでも各方面で展開されてきました。古くは湯治を行う温泉がこれに該当しました。今日の滞在型療養温泉地では、現代型の療養スタイルに合わせた滞在の提供を温泉地全体で取り組む点がひとつの特徴です。その例として、皮膚疾患の方を中心に療養の地として親しまれている豊富温泉の取り組みが挙げられます。豊富温泉では、療養に訪れた湯治者が地域とかかわりをもつことができる様々な仕掛け（コンシェルジュ・デスクの設置、湯治者が講師となる講座、療養者の移住促進など）が地域全体に組み込まれています。また、温泉療養の拠点（豊富温泉ふれあいセンター）・湯治療養者・地域住民が相互につながり合いながら生活を支える豊富温泉のスタイルは、滞在型療養温泉地のひとつのモデルとして評価することができます。

この他、国民保養温泉地の選定標準の改定に伴い、新たな国民保養温泉地の指定計画書の策定を通じて、温泉地の特性を活かした温泉の公共的利用の増進を図るための取り組みや、平成28年3月の温泉利用型健康増進施設の認定規定の改



正をうけ、地域一帯の温泉利用型健康増進施設（連携型施設）としての認定を目指した計画が各地で進められています。

3. 健康づくり・介護予防における温泉の利活用と地域

社会保障・福祉の分野では、要介護状態になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護予防・生活支援が一体的に提供される「地域包括ケアシステム」を各地域で構築する動きが進んでいます。健康づくりや介護予防の観点からは、将来的に要介護状態の発生をできる限り遅らせるための自主活動や自らの健康管理（セルフケア）、地域コミュニティでの住民相互の支え合いに重点が置かれています。こうした活動には、自発的かつ継続的な参加が必要となりますが、ここに温泉を多面的に組み入れて、魅力ある健康づくり・介護予防活動のメニューのひとつとすることにより、健康づくり・介護予防が促進され、温泉地の活性化にもつながるものと思われる。このためにも、健康づくり・介護予防活動を各自の努力に委ねるだけではなく、個人の主体的な健康づくりを、地方自治体、医療保険者、介護保険者、民間企業など関連する機関・団体と地域住民が一体となって、地域（あるいは社会）全体で支援していく体制を整えていく必要があると考えられます。

今回の調査により、温泉地の宿泊施設や医療機関、地方自治体、旅館組合が連携し、観光で訪れる人のみならず、地域住民の健康づくりや介護予防に温泉が利活用されている実態を多く把握することができました。これらの取り組みでは、これまでの温泉施設利用者という観光的な温泉の個別利用関係の視点をこえて、温泉を広く社会共通の財産として認識し、療養から運動までを含めた温泉の利活用の促進とともに、実際の温泉をめぐる地域資源（サービス）の利用を地域全体が担っていく仕組みの胚芽をみることができました。今後のさらなる展開と汎用性のある仕組みづくりに向けて、

あらためて以下の点を確認しておきたいと思います。

(1) 温泉の利活用による健康づくりと生きがいづくり

温泉の利活用による健康づくりや介護予防では、「心身機能」への働きかけのみならず、生きがいづくりや社会参加の促進に寄与する仕掛けづくりが大切です。これまで、シニア世代の介護予防は身体機能の改善を目的とした機能回復訓練に偏りがちでした。しかしながら、私たちの日常生活では、「座る、立つ、歩く等ができる」といった「心身機能」のほか、「掃除、洗濯、料理、外出、食事、排泄、入浴ができる」といった「活動」（ADL、IADL）、「地域の中に生きがいをつくること、家庭内での役割づくり」を支援する「参加」といった要素も重要であることが多くの研究で明らかにされています。シニア世代における介護予防では、3つの諸要素にバランスよく働きかけることにより、日常生活の活動を高め、家庭や地域・社会での役割を果たすことで、一人ひとりの生きがいや自己実現につなげ、生活の質（QOL）の向上を目指すことが重要となります。この点、関金温泉の湯中運動の取り組みは、「心身機能」の維持のみならず、自主サークルによる「参加」に働きかける取り組みが組み込まれており、生活機能・身体機能の維持のための健康づくりに加え、生きがいづくりや社会参加の促進などへの広がりを実現した先駆的な取り組みであるといえます。

(2) 温泉を核とした医療・保健・介護・観光の一体的な取り組み

戦後、温泉地は観光政策と密接に結びついて発展してきた経緯もあり、健康づくり・介護予防における温泉の利活用については、旅館・ホテル等の宿泊施設や観光協会が主体となる観光的視点による取り組みが先行していたように思われます。このため、温泉を利活用した健康づくり・介護予防活動を取り組もうとした場合、市町村行政の内部では、観光担当の課が先行し、医療・保健・介護の関連各課と問題意識を共有できず、具体的検討に進めないといった事例が散見されます。健康づくり・介護予防における温泉の利活用を促進するためには、運動継続の効果検証のための心身機能調査の実施など、医療・保健・介護分野との協働が不可欠です。



地域資源の活用で 市民の元気とふるさと創生

また、国民健康保険が行う保健事業や介護保険の介護予防事業の活用のほか、健康保険や健康保険組合等との連携も積極的に検討されるべきです。そのためには、温泉を核として医療・保健・介護・観光が一体的に取り組むことができる場を、属人的なタスクとしてではなく、仕組み化する必要があります。

(3) 温泉利用者像の変化への対応

温泉地での滞在は、心身の健康維持や世代を越えた家族内交流の機会創出という健康・福祉的な営みであり、人生を豊かにする生きがいのひとつとなります。高齢期を迎えても、温泉地での滞在を通じて、健康・福祉的な営みを可能な限り継続することは高齢者とその家族の生活を質的に豊かにします。しかしながら、心身機能の低下や家族構成（高齢者夫婦や単身高齢者）によっては、様々な不安が伴い、温泉地での滞在あるいは温泉入浴は「諦めざるを得ないもの」となります。少子高齢社会の進展で生活機能が低下していく高齢者の増加が現実視されているなか、「諦めざるを得ないもの」とし続けるのは、温泉地への来訪者数の観点からも、生活機能が低下していく高齢者の社会参加あるいは自己実現のための観点からも、問題であると認識しています。この点、すでに、多くの温泉地ではバリアフリー化によるハード面の環境整備を図ってきましたが、生活機能が低下した高齢者には、入浴・移動・食事・トイレ・就寝など滞在地での日常行動について多くの不安があります。温泉地全体がこうした一つひとつの不安に向き合い、これを可能な限り解消することにより、より多くの幅広い年齢層の人が安心して温泉を利活用できるものと考えられます。

4. 各地の取り組みからみた増富温泉

今回の調査を通じて、各温泉地での健康づくり・介護予防における温泉の利活用が非常に多岐的で、また取り組みも多岐にわたることが明らかになりました。これは、地域の諸主体が、地域固有の資源を活用して、地域の特性にあった仕組みの構築を指向している現れであるといえます。こうした多様性のなかでも、一ないし複数の旅館等の宿泊施設が行う取り組みを超えて温泉地全体で休養・保養・療養を支える体制づくりを指向する「温泉地全体で支える」視点と、地域の住民が健康づくり・介護予防に参画する「地域住民の参加」の視点は多くの温泉地で共通にみられました。

増富温泉は、今回調査をした他の温泉と同様、泉質は名高く、全国各地から数多くの方が湯治に訪れています。加えて、「信玄公の隠し湯」といわれるように、日本百名山の金峰山と瑞牆山を望み、秩父多摩甲斐国立公園の四季折々に彩られた木々と清流の音に耳を傾けることのできる自然環境は、関東圏内

から比較的短時間でアクセスできる場所ではなかなか得がたいものであり、ここに増富温泉の大きな魅力があります。

増富温泉では、こうした豊かな自然環境を活かし、休養・保養滞在プログラムの策定に向けた取り組みを試みています。特に、医療機関と連携したメンタルヘルス分野に特化した休養・保養滞在プログラムの試験的導入は先駆的であり、注目すべき取り組みであるといえます。こうした試験的取り組みを温泉地全体で支える体制づくりがこれから必要になると考えられます。

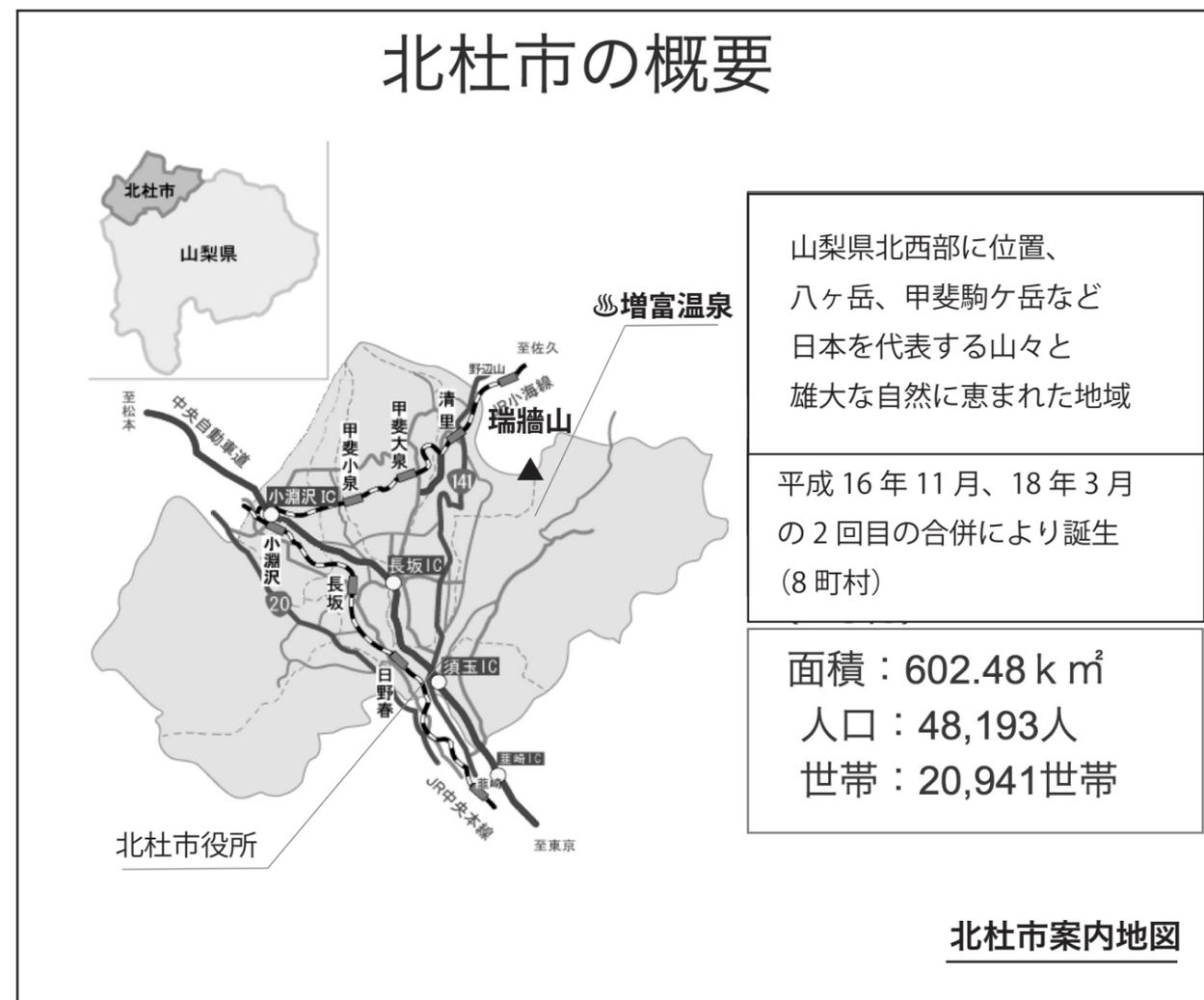
また、休養・保養滞在期間中のプログラムとして、地域の様々な人々が増富温泉を訪れた人に地域の文化を伝え繋げるプログラムの構想があります。増富地区には、自然とともに、摩子の人穴や金山平など興味深い歴史や見所がたくさんあります（つなぐ NPO まちミュー友の会編『まちミューガイドブック 北杜市須玉町増富地区編』（2008年）、増富地域再生協議会『そろそろんフットパス 03 北杜市須玉町増富編』（2016年）を参照）が、残念なことに増富の地を訪れる人はあまり接する機会がありません。地域の高齢者が増富地区の歴史や文化を発信するプログラムは、訪れた人には増富の魅力を見出す機会を提供し、他方で、地域の高齢者の元気づくりや生きがいづくりにもつながる大切な試みとなると思われます。

さらに、増富温泉を拠点とした健康づくり・介護予防プログラムの普及促進もひとつの方策として重要です。ここでは、増富温泉を核とした医療・保健・介護・観光の一体的な取り組みが求められます。

増富温泉には、健康づくり・介護予防への温泉の利活用に必要な諸条件はそろっています。こうした貴重な資源を活かすのは、まずもって温泉に親しみをもつ市民・地域住民の方の理解と意欲であると思われます。増富温泉における取り組みの今後の展開に注目していきたいと思えます。

【謝辞】 本調査研究の実施にあたり、特定非営利活動法人健康と温泉フォーラムと各温泉地の数えきれないほどの方々にお世話になりました。特に、一般財団法人日本健康開発財団・理事長栗原茂夫氏と特定非営利活動法人健康と温泉フォーラム・常任理事合田純人氏には研究全般の実施にあたりお力添えをいただきました。本研究を見守ってくださったすべての皆様に、ここに記して感謝申し上げます。

北杜市の概要



編集・発行 特定非営利活動法人健康と温泉フォーラム
〒151-0066 東京都渋谷区西原1-5-0-2
☎・FAX 03-6804-8575
E-mail info@onsen-forum.jp <http://www.onsen-forum.jp>
制作 ryoondo-tea 涼音堂茶舗
E-mail info@ryoondo-tea.jp <http://www.ryoondo-tea.jp>

装画：工藤耀日
本名 工藤 賢司 77歳 1939年北海道利尻島生まれ武蔵野美術大学油絵科卒業、同大学で4年間助手をして、その後第三文明展、青砥展などに大作を発表。1986年から2004年まで中国に居住し、墨彩画の創作をする。中国美術館を始め、西安、南京、杭州、青島等各地の美術館、展示中心での個展。重慶教育学院、西安美术学院で客員教授を歴任。2004年に山梨県北杜市に移住。山につつまれ、空気のいい土地・増富の廃校「旧増富中学校」をアトリエとして創作活動。
○美術館、練馬区立美術館、新倉三ヶ寺、画廊などで個展。2006年画号を「耀日」にする。2008年旧増富中学校の木造校舎をそのまま生かして「工藤耀日美術館」として再生開館。