

# 妙高型健康保養地推進事業

## 自治体情報 新潟県 妙高市

人口 / 35,664人 標準財政規模 / 12,465百万円

**担当課** 企画政策課 未来プロジェクトグループ

**電話番号** 直通 0255-74-0044

**実施主体** 妙高市

**関連ホームページ** [http://www.city.myoko.niigata.jp/log/topi2/c\\_note.cgi?v=575](http://www.city.myoko.niigata.jp/log/topi2/c_note.cgi?v=575)

**事業期間** 平成 23 年度から平成 27 年度まで

**関係施策分類** ④、⑤

## 予算関連データ

総事業費：4,565 千円

名称	所管	金額(千円)
シンポジウム助成	(財)自治総合センター	500
一般財源	-	4,065

## 施策のポイント

妙高の持つ自然環境や温泉等の地域資源を活用して、高騰する社会保障費や超高齢化社会への対応、停滞する観光産業の活性化を図るため、医学的なエビデンス（証拠）に裏付けされた気候療法や温泉療法を推進し、地域全体を『妙高型健康保養地』としていく。

## 施策の概要

### 1. 取組に至る背景・目的

県平均を上回る高齢化の進展により、高齢者の健康寿命を延ばしていくことが必要となっている。また、観光客の入込客数は、減少傾向が続いており、これまでの冬季主体の観光から豊かな自然を活用した観光への転換が求められている。

### 2. 取組の具体的内容

#### ①事業概要

市民や観光客に対して、温泉や食材、景観などの豊富な自然資源を活用した気候療法や温泉療法を実施し、その効果を検証し、新たなプログラムづくりを行う。

#### ②事業内容

- ・市民向け健康プログラム実施調査（3週間で気候療法+温泉療法を実施）
- ・滞在型ヘルスツーリズムモニター調査（3泊4日で気候療法+温泉療法を実施）
- ・短期型ヘルスツーリズムモニター調査（2泊3日で森林セラピー、ノルディックウォーキング、温泉ソムリエ講座等を実施）
- ・健康保養地まちづくりシンポジウムの開催（定員：200名）

### 3. 施策の開始前に想定した効果、数値目標など

- ・数値目標：健康改善された参加者の割合90%

### 4. 現在までの実績・成果

- ・8月22日（水）から9月11日（火）まで実施した市民向け健康プログラム実施調査においては、参加者全員がほとんどの項目において健康改善された。

＜改善値＞※参加者平均

①体組織：ウエスト周囲長（-3.98cm）、ヒップ周囲長（-4.46cm）の減少

②身体機能：動的バランス（+3.35cm）、歩幅能力（+26.81cm）、柔軟性（+5.29cm）、腹筋（+6回）、下肢筋力（+6.67回）等の向上

- ・9月6日（木）から9日（日）まで実施した滞在型ヘルスツーリズムモニターツアーにおいては、ストレステストを実施した結果、「全体的健康感」や「気分尺度」が向上した。

### 5. 導入・実施にあたり工夫した点や苦労した点とその対処法・解決策など

- ・事業の実施前後で、身体検査、体力テスト、ストレステストを実施し、改善値の数値化を図り検証を行った。
- ・検証結果から、エビデンスに基づいた新たな健康プログラムの作成を行う。

### 6. 今後の課題と展開

- ・市民の健康増進や介護予防対策に、温泉や景観などの豊富な自然資源を活用して、気候療法や温泉療法を推進することで、エビデンス（証拠）の蓄積を図り、利用者ごとのプログラムを確立していく。
- ・観光客向けのヘルスツーリズムの商品として、多様な滞在型プログラムを考案し、観光ツアーとして確立していく。