

# 地域保健・産業保健・親子保健・学校保健の連携による 生涯を通じた身体活動促進戦略

えがわ けんいち  
江川 賢一 (財団法人明治安田厚生事業団)

**【背景】** 生涯を通じたヘルスプロモーション活動において、個人や集団全体の身体活動促進戦略の開発が求められている。従来の保健事業は個人のライフステージのある時点における行動変容を主眼としており、経時的要因が十分に考慮されていない点に限界がある。

そこで、これまでに従事した地域、職域、親子および学校保健事業での経験を概括し、これらの連携の方向性について運動生態学の観点から議論する。

**【地域保健での経験】** 地域保健では高齢者の介護予防と中高年者の生活習慣病予防対策が中心的な課題である。地域在宅高齢者を対象とする健康教室の頻度が高いほど生活体力が改善した (体力研究 100, 1-10, 2002 年)。

基本健康診査受診者において食事と運動の行動変容を促すと、健診成績が改善した (体力研究 102, 15-29, 2004 年)。また、地域における肥満・過体重者の減量効果も同様に認められた (日公衛誌 54(12), 847-856, 2007 年)。

**【産業保健での経験】** 職域においては勤労者の生活習慣病対策とメンタルヘルス対策が急務である。定期健康診断によりハイリスクとされた集団において、運動と食行動変容により危険因子が改善した。さらに、短時間で高頻度の運動支援は職場での実用性が高かった (体力研究 106, 20-25, 2008 年)。

**【親子・学校保健での経験】** 親子保健は妊娠期の母体の健康と乳幼児期の発育発達、学校保健は学童期の発育発達が課題となり、医療、福祉、教育の連携が不可欠な領域である。就学前児童の

遊びを促すために、保育所で土曜日午前中に開催した「親子遊び」プログラムは実用性が高かった (体力研究 108, 18-23, 2010 年)。小中学生をもつ家族において、運動習慣がある家族の健康状態は良好である関係が認められた。子どもの遊びは幼児期の発育発達を促し、家族の運動習慣は学童期の家族全体の健康づくりに寄与する可能性が示唆された (日本発育発達学会第 9 回大会記録集, 89-93, 2011 年)。

**【ラウンドテーブルへの問題提起】** 介護予防、生活習慣病予防、メンタルヘルス対策上、個人を対象とした保健事業の恩恵を受けることができるにも関わらず、集団全体としての要介護者割合、罹患や自殺に伴う社会経済的損失は増加傾向が続いている。個人の行動変容の支援に加えて、集団全体の環境整備が必要な根拠の一つとして考えられる (日健教誌 19(2), 145-150, 2011 年)。

個人をリスクコースとしてとらえた場合、個々のニーズと提供されるサービスが適合しているか？必要とされる集団に必要なサービスが提供されているか？既存事業でカバーされないサービスはないか？また、事業間でサービスが重複していないか？我が国における環境整備による集団への健康影響や、ライフコースとしてとらえた個人の行動変容に及ぼす効果については十分な知見が得られてはいない。

このラウンドテーブルでは、生涯を通じた身体活動促進戦略を構築する上で、様々なバックグラウンドの参加者とともに議論を深め、問題意識を共有することが目的である。

E-mail ; egawa@tai-ken.jp