

商店街を拠点とした 「まちの保健室」における 保健活動の実際

上田雪子 前 NPO 法人せわやきネットワーク理事，前「まちの保健室」担当



生涯にわたる健康づくりの実現を目指し，住民の生活に密着した保健活動の充実をねらいとして，NPO 法人せわやきネットワークは「まちの保健室」の活動に取り組んできた。

この活動は，山口市の中央部にある「中市商店街」に設置された高齢者等交流施設「ほっとさろん中市まちのえき」（以下，まちのえき）内で実施されている。商店街はあらゆる年齢層の人々に身近で，生活に密着した存在であるため，商店街に保健室の機能を取り入れることで，プライマリヘルスケアによる健康寿命の延長を図ることができると考えている。

■果たして健康づくりに貢献できているだろうか？

2003 年 4 月から 2007 年 3 月までの 4 年間，「まちの保健室」を利用した人の属性，健康相談内容および支援内容等を記入した相談票の記載内容を分析し，「まちの保健室」における保健活動が健康づくりに貢献できているかどうかを検討した。

2006 年度「まちの保健室」活動の概要

開催日時：毎週水曜日を除く毎日 10 時～17 時（ただし，盆と年末年始を除く）
担当者：保健師 1 名，看護師 3 名
内容：身体測定（血圧，体重，体脂肪，身長，視力），健康相談，生活習慣病に関するパンフレット配布，山口市の保健事業リーフレットの配布，健康教室の開催など
記録：個人情報取り扱いについて口頭で説明し，利用者の承諾を得て，属性や健康相談内容等を担当者が相談票に記入している。記入項目は，属性（氏名，年齢，性別，居住地，家族構成），既往歴，主訴，身体測定結果（利用者の希望により測定を実施），健康相談内容および支援内容，相談内容や支援過程が読み取れるよう自由記載形式。

利用者の属性および身体測定結果は単純統計量を算出し，自由記載の質的データは利用者の健康相談内容および支援内容の意味を読み取り，帰納的に分類し，数量化した。

■利用者の状況

2003 年に開設してから利用者は漸増し，2006 年度は実数で 506 名，延べ人数 6340 名が利用するようになった。1 日平均利用者数は 21 名であり，うち 1 か月間に 1 回～数回利用した継続利用者は 506 名中 68 名（13.4%）であった。

また，延べ人数 3691 名（58.2%）は 65 歳以上の高齢者であり，50 歳以上の利用者は 5049 名（79.6%）を占めた。30 代以下の青少年の利用は，延べ人数 789 名（12.4%）であった。利用者の居住地は，山口市内 456 名（90.1%）と，ほとんどの利用者が山口市内に居住している。山口市商店街近郊に居住している人は，206 名（40.7%）。

■身体測定結果および健康相談の状況

2006 年度に実施した身体測定は，血圧が延べ 6207 名（88.5%）と最も多く，続いて体重・体脂肪が 579 名（8.3%），身長 213 名（3.0%），視力測定 18 名（0.3%）であった。

健康相談の状況については，総数が延べ 1508 件であり，そのうち健康問題は，高血圧症が 52.3%と半数を超えていた（図 1）。次いで，心疾患，糖尿病，高脂血症が多く，不眠や便秘など身体症状に関するものが続いた。その他，精神疾患，禁酒や禁煙に関するものもあった。

生活上の問題では，不登校，知的障害者の就労問題，家族の健康や病氣，介護の悩み，更年期障害や家庭内暴力，医療に関する不信や不満および疑問などの相談もあった。

■支援状況

2006 年度の支援件数は，506 名の利用者に対し延べ 5040 件で，人間関係の調整や心の健康管理，コミュニケーションによる支援が多かった（図 2）。

健康管理に関しては，慢性疾患を有する利用者が多いことから，高血圧や高コレステロールなどの病態説明が多く，関連して肥満や糖尿病等の食事療法など，食事指導を多く行なっていた。また，日常生活のなかにおける運動の機会の増加や休養の効果的なり方なども勧めた。すでにウォーキングや水泳などのスポーツを行なっている人に対しては，現状の健康管理方法を支援し，今後も継続できるようアドバイスしていた。身体症状に関する相談では，対処方法，専門家の紹介，医療機関の利用などを勧めていた。

生活上の問題に関する相談では，社会的交流が不足している高齢者に対し，「まちのえき」で毎週 1 回実施している茶話会への参加を促した。青少年の利用者に対する支援では，10 代の不登校の高校生に，利用者へのお茶の提供や話し相手になることを促し，学校に復帰したケース，20 代の知的障害者に更生相談所を紹介し就業が可能となったケース，また，「まちのえき」が精神疾患を有する 30 代の利用者の安寧できる居場所となったケースなどがあった。

図1 健康相談の状況(2006年度)

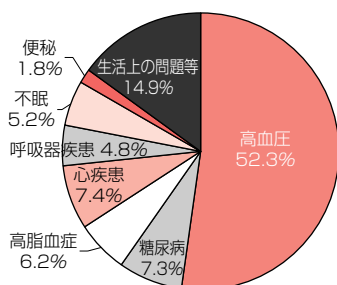
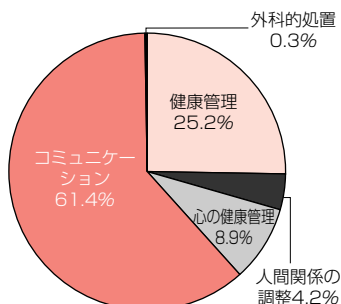


図2 支援の状況(2006年度)



「まちの保健室」活動の様子



■利用者に関する考察

2005年の県庁所在地である山口市の老年人口割合は21.5%、年少人口割合は14.5%である。また、2000年の国勢調査による山口市の中心市街地の老年人口割合は27.0%、年少人口は年々減少し、12.2%となっている¹⁾。つまり中心市街地は、山口市全体に比べ、早いペースで少子高齢化が進んでいる。

これは、①「まちの保健室」の利用者の90%以上が山口市内に居住していたこと、②利用者の40.7%が中心商店街近郊に居住している人であったこと、③利用者の約60%が65歳以上の高齢者であったという本調査結果と強く関連している。

高齢になるにつれ健康づくりへの関心は高くなり、何らかの相談機関を利用したいと考えていることが先行研究から明らかになっている²⁾。利用者との会話から、利用者は保健福祉施設のような相談機関に出かけるにはためらいがあり、もっと身近な場所で、何かのついでに相談できる場を求めているのではないかと推察された。

このような観点から考えると「まちの保健室」は高齢者にとって相談に訪れやすい場になっている可能性が高い。利用者には生活に密着した保健指導が実施され、状況によっては山口市の保健事業や関係機関につなげ、保健行動や受療行動を促す機会が提供されている。

高齢者だけではなく、30代以下の青少年の利用者が、延べ人数789名で12.4%を占めたことは注目すべ

き結果である。住民にとってなじみの深い商店街にある「まちの保健室」だからこそ可能となったケースと考えられる。

■「まちの保健室」の存在意義

「まちの保健室」のように、あらゆる年齢層の人が憩える場所があることで、商店街を訪れる人が増え、商店街の活性化の一翼を担うことにもなる。これは山口市中心市街地活性化基本計画にある「にぎわいのあるまち・暮らしやすいまち・自然と文化の薫るまち」のまちづくり構想とも合致している。商店街を拠点とした「まちの保健室」の活動は、相談に訪れやすい場という点でも魅力的であり、プライマリヘルスケアの実現を図る有効な手段と考えられる。

茶話会に参加している高齢者は、手作りを楽しみ、フリーマーケットに作品を出店するなど、利用者仲間の活動を広げている。このような活動によって、「地域社会での役割がある」「所属する集団がある」ことを実感でき、健康寿命の延長につながると考えられる。

また、担当者は利用者の相談に時間をかけて耳を傾け、健康相談にとどまらず、生活上の相談にも親身に対応している。このようなコミュニケーションそのものが支援となっていると考えられる。今後は質問紙調査等により利用者のニーズを明らかにし、住民一人ひとりが満足できるような支援を目指していきたい。

■「まちの保健室」における保健活動の分析結果

- 1) あらゆる年齢層の人に対して、生涯にわたる健康づくりに向けた意識の高揚およびその機会を提供する働きかけができていた。特に高齢者の健康づくりに向け、生活に密着した保健指導が継続されていた。
- 2) 住民にとって相談に訪れやすい場となっている可能性が高かった。
- 3) 住民の声を受け、山口市の保健事業や関係機関につなげるなど、プライマリヘルスケアによる健康寿命の延長を図る機会となっていた。
- 4) 商店街での保健活動は山口市中心市街地活性化基本計画にあるまちづくりの構想にも合致していた。

●引用・参考文献

- 1) 山口市商店街活性化基本計画
<http://www.city.yamaguchi.lg.jp/dan-nai/soshiki/toshi/kihonkeikaku.pdf>
- 2) 松尾恵子ほか：「まちの保健室」における看護ニーズ，地域看護，34，3-5，2003。
- 3) 厚生統計協会：国民衛生の動向2006年，厚生指針，53(9)，2006。
- 4) 山内一史ほか：超高齢地域における在宅高齢者の日常生活活動と社会的役割・健康状況の分析，宮城大学看護学部紀要，3(1)，91-98，2000。