

## 資料

### 首都圏に在住する勤労世代が求める 上越・妙高地域における「メディカル・グリーン・ツーリズム」の要素

Elements of “medical green tourism” in the Joetsu-Myoko region that are desired by the working generation from metropolitan areas surrounding Tokyo

酒井禎子<sup>1)</sup>, 小林綾子<sup>1)</sup>, 山田真衣<sup>1)</sup>, 水口陽子<sup>1)</sup>, 平澤則子<sup>1)</sup>, 永吉雅人<sup>1)</sup>, 杉田 収<sup>2)</sup>

Yoshiko Sakai<sup>1)</sup>, Ayako Kobayashi<sup>1)</sup>, Mai Yamada<sup>1)</sup>, Yoko Mizuguchi<sup>1)</sup>,

Noriko Hirasawa<sup>1)</sup>, Masato Nagayoshi<sup>1)</sup>, Osamu Sugita<sup>2)</sup>

キーワード：首都圏, 勤労世代, グリーンツーリズム, 健康ニーズ

Key words: metropolitan areas, working generation, green tourism, health needs

## 要旨

本調査は、「メディカル・グリーン・ツーリズム」の概念に基づき、首都圏在住の勤労世代の健康ニーズ、上越・妙高地域の観光資源に対する関心、「メディカル・グリーン・ツーリズム」への期待を調査し、首都圏在住の勤労世代が上越・妙高地域の「メディカル・グリーン・ツーリズム」に求める要素を探索することを目的とした。首都圏在住の30～50歳代の市民16名を対象とし、半構成的インタビューガイドと調査用紙を用いた面接法を実施した。首都圏在住の勤労世代は、生活習慣病のリスクや身体の不調を背景に、健康な食と適度な運動を行いながら健康状態をより良いものにしたいという願いをもち、観光資源では食や温泉、森林セラピーへの関心が高かった。首都圏在住の勤労世代が求める「メディカル・グリーン・ツーリズム」の要素として、運動や温泉・食などを含む包括的な健康増進プログラムを基盤に、「多様性」「独自性」を加味することが挙げられた。

## I. 緒言

新潟県立看護大学看護研究交流センター特別研究部門では、平成22年度より「メディカル・グリーン・ツーリズム」の概念に基づいた研究活動を行ってきた。グリーン・ツーリズムとは、「農山漁村地域において自然、文化、人々との交流を楽しむ滞在型の余暇活動」（農林水産省, n. d.）であり、本学では、そこに「メディカル」の要素を加え、地域の自然環境と医療・看護・福祉に関する資源を用いて、都市部と地方に暮らす人々の交流を活発にしながら「健康な暮らし」をめざす「メディカル・グリーン・ツーリズム」という概念を提案し、モニターツアーを企画してきた（杉田ら, 2012）。

平成27年3月に北陸新幹線上越妙高駅の開業を迎

えた上越市・妙高市において、来訪者の増加や地域の活性化に向けて、健康・看護の視点から行政・観光・地域などのさまざまな関係者との連携を通してまちづくりに貢献していくことは本学の地域貢献の新たな課題ともいえる。そこで、首都圏在住の勤労世代が①どのような健康ニーズを持っているか、②上越・妙高地域の観光資源に対してどのような関心をもっているか、また、③「メディカル・グリーン・ツーリズム」に期待することとはどのようなものかの3つの視点から面接調査を行い、首都圏在住の勤労世代が上越・妙高地域における「メディカル・グリーン・ツーリズム」に求める要素を探索することとした。

2015年10月2日受付；2015年11月10日受理

1) 新潟県立看護大学 Niigata College of Nursing

2) 元新潟県立看護大学 Formerly of Niigata College of Nursing

## II. 用語の操作的定義

勤労世代：職場での仕事や家事等を通して社会において中心となって働いている世代であり、本調査では30歳代～50歳代の年齢層にある市民とした。

上越・妙高地域：新潟県上越市及び妙高市をあわせた地域。

健康ニーズ：首都圏在住の勤労世代の健康に関連した関心事や気になっている健康状態、健康な生活に向けて取り組んでいる、あるいは取り組みたいと思っていること。

## III. 調査方法

### 1. 調査対象

対象は、首都圏（東京、神奈川、千葉、埼玉、茨城、栃木、群馬、山梨）在住の30～50歳代の市民で調査協力の同意が得られた者とし、研究者の知人並びに大学関係者や調査に参加した研究対象者等の協力を得て紹介を得る便宜的抽出法を用いた。なお、本調査では、調査時の職業の有無や上越・妙高地域への来訪経験の有無は問わないこととした。

### 2. データ収集方法

平成25年9月から平成26年6月に、半構成的インタビューガイド及び調査用紙を用いた面接法を実施した。研究者が直接あるいは紹介者を通じて調査協力の内諾を得た対象者と連絡をとり、面会に都合のよい日時・場所を相談の上、対象者が希望する場所に訪問した。その際、改めて調査の依頼を行い、同意が得られた対象者に対して面接を実施した。質問内容は、①「健康ニーズ」として、健康に関する関心事、日頃の健康状態や健康に対する取り組みを聴取した。また、③「メディカル・グリーン・ツーリズムに期待すること」として、本プロジェクトとそのツアーに求めること等を聴取した。調査にあたって、対象者には、「地域の自然環境と医療・看護・福祉に関する資源を用いて、都市部と農山村部に暮らす人々の交流を活発にし、双方の人々の健康な暮らしをめざそうとする取り組み」という研究者らが考えているメディカル・グリーン・ツーリズムの定義をふまえて、首都圏在住者のニーズにあった、地域の自然や温泉などの資源を用いた健康のためのツアーを検討していることを説明した上で、どのようなツアーであれば参加したいと思うか、プロジェクトへの期待等について自由に語ってもらった。②「上越・妙高地域の観光資源に関する関心」については、これまで本プロジェクトで企画したモニターツアーのプログラム内容に新たな項目を追加した計14

項目の観光資源を挙げ、これらに対する関心の程度を‘とても関心がある’～‘まったく関心はない’の5段階で回答を求めるとともに、その評価の理由についても聴取した。

### 3. 分析方法

面接内容は、対象者の許可が得られた後録音し、逐語録を作成した。逐語録から、①対象者の健康ニーズおよび③「メディカル・グリーン・ツーリズム」に期待することを表す文脈を抽出し、その内容を端的な文章で表現した後、意味の類似性と相違性に基づいて分類し、その意味を表す名称をつけた。また、②観光資源に対する関心は、各項目における5段階評価の分布を集計し、対象者の評価理由から回答の背景にある因子について検討した。そして、これらの結果をもとに、首都圏在住の勤労世代が求めていると考えられる上越・妙高地域における「メディカル・グリーン・ツーリズム」の要素を考察した。

### 4. 倫理的配慮

調査に際しては、研究の目的・方法ならびに調査の参加への自由意思の保障、プライバシーの保護等の倫理的配慮に関して書面と口頭で説明するとともに、同意書への署名を得た。なお、調査に先立って、本学倫理委員会の承認を受けた（承認番号013-05）。

## IV. 結果

本調査の対象者は計16名（男性4名、女性12名）であり、30歳代4名、40歳代7名、50歳代5名であった。居住地は、東京9名が最も多く、次いで、神奈川、埼玉、群馬が各2名、千葉が1名であった。茨城、栃木、山梨の在住者は含まれなかった。また、就労状況は、2名が自営業、9名が公務員や会社員等の常勤勤務、1名が派遣社員、3名は家事をしながらアルバイトに従事しており、1名が学生であった。

### 1. 健康ニーズについて

対象者の語りから、表1のような13のニーズが抽出された。肥満や生活習慣病の予防・改善、あるいは年齢を重ねても健康や体力を維持・向上したいという健康増進に対するニーズの他、体調が悪い、疲れやすいといった体調の不具合を感じており、その体調の悪さが運動不足からくるものではないかと感じていることや、規則正しい生活ができないことや仕事によるストレスがあるという声も聞かれた。日頃生活上の配慮として、カロリーを控え、栄養バランスを意識した食事をする、野菜を多く食べるなどの食生活の工夫をしていることが伺われたものの、時間的な余裕がないな

表 1 首都圏在住の勤労世代の健康ニーズ

- ・肥満を予防したい
- ・年齢を重ねても健康・体力を維持・向上したい
- ・生活習慣が関連すると思われる体調の悪さがある
- ・運動習慣をつけたい
- ・脂質異常症や高尿酸血症の改善のために食事に気をつけたい
- ・骨粗鬆症を予防したい
- ・規則正しい生活ができないことや仕事によるストレスがある
- ・飲酒・喫煙の身体への影響が気になる
- ・美容やエステに関心がある
- ・女性の妊孕性に関心がある
- ・がんに関する情報が知りたい
- ・サプリメントや健康食品に関心がある
- ・有機栽培のものを食べるようにしている

どの理由から、スポーツジムに行ったりウォーキングをしたりといった運動を行いたいと思いつつも定期的な運動習慣につながらず気にかけている様子も見受けられた。その他、飲酒・喫煙の身体への影響、肌の美容、女性の妊孕性、がん、市販のサプリメントや健康食品等への関心や有機栽培の食材を買うようにしているという声もあった。

2. 上越・妙高地域の観光資源への関心

上越・妙高地域の観光資源 14 項目に対する関心の程度は図 1 のとおりであった。‘とても関心がある’‘まあまあ関心がある’と答えた者が多かったのは、上位より「上越野菜・海産物などの食」「温泉」「森林セラピー」の順であった。運動では、自然を楽しむとともに、森林浴や癒しの要素もある森林セラピーに関心が

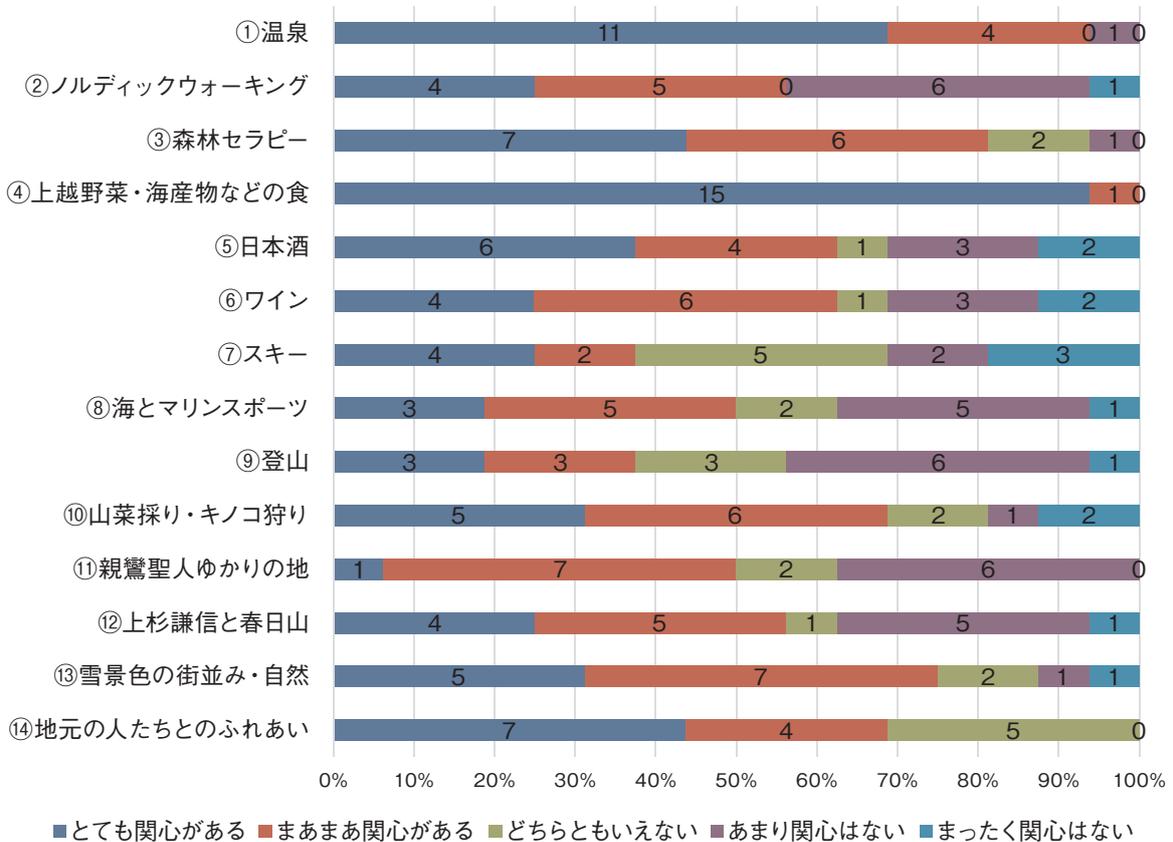


図 1 上越・妙高地域の観光資源に対する関心 (n=16)

表2 メディカル・グリーン・ツーリズムに期待すること

テーマ	健康増進や自己治癒力を高めるプログラム
	楽しみやオリジナリティがある人間ドックツアー
期間	休日を利用して行きやすい1～2泊のツアー
	温泉療養をイメージした滞在型ツアー
特徴	食・運動・リラクゼーションなど多様な要素を包括的に体験できるプログラムであること
	選択肢や自由度があること
	参加することで得られるものがあること
	多様な対象が楽しめるものであること
	地元の食材・おいしいものが食べられること
	地域の特性・資源を活かしたプログラムであること
	リピーターを増やすシリーズ化した企画
アクセス	駅からのアクセスの利便性
	首都圏から夜行バスや観光バスを利用したツアー
広報	テレビやインターネットを使用した情報発信

高まった。「地元の人たちとのふれあい」に関しては約7割が関心をもっており、旅先での地元住民との何気ない会話の中にも楽しい思い出ができる、そこでしか得られない情報が聞ける、生活や歴史などの地域の文化に触れるのがよいといったことが理由として語られていた。

### 3. 「メディカル・グリーン・ツーリズム」に期待すること

対象者が期待することとしてあげた内容は、テーマ、期間、特徴、アクセス、広報の観点から表2のような14項目が挙げられた。

温泉や自然の中での運動、地元の食が堪能できて健康につながるような、身体にいい食・運動・リラクゼーションなどを包括的に体験できるツアーに対する期待は高く、またそのプログラムにある程度の自由度があり、希望にあわせた選択肢があるものがあるという意見があった。休日を利用して行きやすい1～2泊のツアーへのニーズの一方で、温泉療養をイメージした長期滞在型ツアーや、温泉やレジャーも楽しめるオリジナリティのある人間ドックツアーへの関心もみられた。これらのツアーにおいては、健康増進や自己治癒力を高めるような生活をしたと望む人たちのためのプロジェクトであってほしいという期待が語られていた他、ダイエットや体力向上などのテーマがあり一

定の期間の中で成果が得られる、ツアーの中で健康に関する情報が得られるなど、参加することで得られるものがあるという意見もあった。その他、障害者や食事制限の必要な慢性病を持っている人、高齢者、子ども、あるいは一人で参加しても楽しめるような対象者の多様なニーズにあわせたツアーの工夫、地元の食材を使ったおいしいものが食べられること、自然を活かしたスキー・トレッキングやその季節しか見られない風景など上越・妙高地域の特性・資源を活かしたプログラムであること、そして、リピーターを増やすためのシリーズ化された企画などのアイデアが得られた。

その他、アクセスにおいては、上越妙高駅から各観光地への移動手段を心配する声が聞かれ、広報においては、インターネットで検索した人の興味を引くことや、テレビの情報番組を活用した視覚的な情報発信が有効ではないかとの意見もあった。

## V. 考察

「メディカル・グリーン・ツーリズム」は、科学的根拠に基づく健康増進を理念に、旅をきっかけに健康増進・維持・回復・疾病予防に寄与する「ヘルスツーリズム」(NPO 法人日本ヘルスツーリズム振興機構, n. d.) の1つであるといえる。日根 (2007) によると、「へ

ルスツーリズム」の概念は曖昧であるものの、その1つとして森や温泉などの地域資源を用いて、運動、休養、栄養、リフレッシュに関するカリキュラムや体験をプログラムにした保養型旅行が地方自治体で取り組まれている。本調査の対象者も「メディカル・グリーン・ツーリズム」において、食・運動・リラクゼーションなどを包括的に体験できるプログラムの「多様性」への期待があった。

首都圏の勤労世代の健康ニーズには、生活習慣病のリスクや身体の不調を背景に、多忙な生活の中でも健康的な食と適度な運動を行いながら健康状態をより良いものにしていきたいという願いが含まれており、運動をする機会をいかに創り出していくかが課題となっていた。このようなニーズに応えるためにも、上越・妙高地域の自然を活かしたアクティビティを紹介しながら、自宅でも効果的に運動を続けられるような健康教育につなげていくことが期待される。また、観光資源として、海産物などの食や温泉、豊かな自然への関心も高いことから、対象の健康志向を満たしながらも、「旅」の楽しみやリラクゼーションの要素も含んだツアー、さらには、対象の個別的なニーズに応じてプログラムの内容を選択できるような自由度も求められていると考えられた。

さらに、その季節しか見られない風景や地元の食材への期待が語られたように、当地域への集客を高めるためには、上越・妙高地域の自然・食・歴史や文化などの強みを活かした「独自性」を価値づけることも1つの課題と考えられる。高田公園の桜や妙高の紅葉など季節特有の景観の中でのリフレッシュ体験や、地域特産野菜を用いた郷土料理等をツアーに組み込み、情報発信していくことも1つの方策であろう。同時に、健康増進を願って参加した対象が、ツアーでの体験で得られるものがあつたと感じられる成果や意味づけを高めることができるよう、プログラムの内容と健康との関連について科学的根拠を蓄積することも重要である。

今後の課題としては、都市部と上越・妙高地域の人々との交流を深め、「双方の健康な暮らし」を高める方策を検討していくことが挙げられる。本調査では、都市・地方の双方向性を示す活動の要素は抽出されなかったが、約7割が地元の人々とのふれあいへの関心をもっていた。ツーリズム事業の効果として、地方の活性化をもたらすことが指摘されているが(大社, 2008; 辻本, 2012), 本プロジェクトではさらに「健康」の概念に焦点をあて、共に運動や食を楽しみ、互いの

文化を尊重しながら健康について語り合える場となるよう、双方にとっての健康増進、さらには Quality of Life の向上につながるプロジェクトに開発していくことが望まれる。

## VI. 結論

首都圏在住の勤労世代が求める「メディカル・グリーン・ツーリズム」の要素として、上越・妙高地域の豊かな自然の中で行う運動や温泉・食などを含む包括的な健康増進プログラムを基盤に、「多様性」「独自性」を加味することが挙げられた。今後の課題として、プログラムにおける健康への科学的根拠の蓄積と、都市と地方の交流を促進し双方の健康に寄与するプロジェクトになるよう工夫することが示唆された。

## 謝辞

本調査にあたり、インタビューにご協力くださった研究参加者の皆様、またそのご紹介者様に深く感謝いたします。なお、本研究は、平成25・26年度新潟県立看護大学看護研究交流センター特別研究部門の活動の一環として実施したものであり、本資料は、平成26年度看護研究交流センター活動報告書に掲載した報告を加筆・修正し、資料としてまとめたものである。

## 文献

- 日根かがり (2007) : 地域振興からみたヘルスツーリズムの意義と課題, 日本渡航医学会誌, 1 (1), 6-9.
- 農林水産省 (n. d.) : 「グリーン・ツーリズム」とは, [http://www.maff.go.jp/j/nousin/kouryu/kyose\\_tairyu/k\\_gt/](http://www.maff.go.jp/j/nousin/kouryu/kyose_tairyu/k_gt/) (検索日 2015.8.20)
- NPO 法人日本ヘルスツーリズム振興機構 (n. d.) : ヘルスツーリズムとは, <http://www.npo-healthtourism.or.jp/about/> (検索日 2015.9.28)
- 大社充 (2008) : 体験交流型ツーリズムの手法, 学芸出版社, 京都.
- 杉田収, 酒井禎子, 小林綾子, 他 (2012) : 特別研究部門活動報告, 平成23年度看護研究交流センター活動報告書, 36-60.
- 辻本千春 (2012) : ヘルスツーリズムの展開における拠点と要因に関する一考察—天草と室戸の事例から—, 日本国際観光学会論文集, 19, 83-89.