

特別研究部門報告

メディカルグリーンツーリズム

杉田 収, 水口陽子, 酒井禎子, 永吉雅人, 山田真衣
新潟県立看護大学看護研究交流センター 特別研究部門

I. 活動の始まりと組織

従来のグリーンツーリズム (GT) の考えに, 新たにメディカルの視点を加えて, 上越地域の活性化をめざしたメディカル GT 部門の活動は, 新潟県と共に平成 22 年 4 月から以下の新潟県立看護大学の組織で始められた. 看護大学以外の委員 (外部委員) も平成 23 年 2 月から加え総勢 18 名で活動した.

【大学関係者 11 名】

渡邊学長, 水原アドバイザー, 粟生田看護研究交流センター長, 杉田特任教授 (当該部門長), 水口准教授, 酒井講師, 永吉助教, 山田(真)助教, 佐々木事務局長, 大林係長, 特別な委員として平澤准教授, (事務担当は看護研究交流センター 大越, 高山)

【大学以外の関係者 (外部委員) 7 名】

金子 上越ツーリスト代表取締役, 市川 上越市高齢者支援課副課長, 若山 上越観光コンベンション協会企画課長, 齋京 正善寺食のネットワーク, 遠間 温泉ソムリエ家元, 敷根妙高自然アカデミー理事長, 内田 UCHIDA SPORTS

II. メディカル GT 部門会議の開催記録

- 1) 第 1 回 日時: 平成 22 年 (2010 年) 3 月 10 日 10:00-10:40 場所: 学長室
部門方針打ち合わせ
- 2) 第 2 回 日時: 平成 22 年 4 月 8 日 17:20-18:20 場所: 大会議室
部門イメージ磨き合わせとスケジュール
- 3) 第 3A/B 回 日時: 平成 22 年 4 月 20 日, 及び 28 日 場所: 学長室
上越タイムス社, 及び上越地域学校教育支援センター理事と打ち合わせ
- 4) 第 4A 回 日時: 平成 22 年 5 月 11 日 (火) 16:30-18:00 場所: 多目的室
部門イメージ磨き合わせ: 当該事業プログラムの狙いは健康維持と介護予防
- 5) 第 4B 回 日時: 平成 22 年 5 月 24 日 (月) 13:30-15:00 場所: 多目的室
ニーズ調査: 首都圏在住者が上越市 (上越地域) に求めているものの把握
- 6) 第 5 回 日時: 平成 22 年 6 月 8 日 (火) 16:30-18:40 場所: 多目的室
ニーズ調査内容案作成
- 7) 第 6 回 日時: 平成 22 年 7 月 6 日 (火) 16:30-17:45 場所: 多目的室
ニーズ調査内容の最終修正と送付
- 8) 第 7 回 日時: 平成 22 年 9 月 7 日 (火) 16:30-18:50 場所: 多目的室
ニーズ調査結果: J ネット会員に配布 611 部 (7 月 30 日締切) 346 部回収
- 9) 第 8 回 日時: 平成 22 年 10 月 5 日 (火) 16:30-18:30 場所: 多目的室
各コースと関係する外部委員の検討
- 10) 第 9 回 日時: 平成 22 年 11 月 2 日 (火) 16:30-18:10 場所: 第一会議室
各コース担当者の決定とモニターツアーに向けたシミュレーションについて
- 11) 第 10 回 日時: 平成 22 年 12 月 14 日 (火) 16:30-18:25 場所: 多目的室
人間ドックを受け入れる医療機関の検討, 金子外部委員参加
- 12) 第 11 回 日時: 平成 23 年 1 月 11 日 (火) 16:30-18:30 場所: 多目的室
各コース案の検討と確認
- 13) 第 12 回 【第 1 回 検討会議同時開催】 日時: 平成 23 年 2 月 8 日 (火) 16:30-18:30 場所: 多目的室
平成 23 年 9 月実施予定のモニターツアー案を 4 名の外部委員と共に検討

- 14) 第13回 日時：平成23年3月8日(火) 16:30～19:00 場所：多目的室
モニターツアー実施計画検討、金子外部委員と協議して4コースを3コースに絞り込む

III. 活動成果

1. 首都圏からのツーリストが上越地域に求めているものの調査^{資料1}の実施
 - 1) 首都圏「ふるさと上越ネットワーク(Jネット)」(和久井会長) 会員611名にアンケート調査 346名分回収(回収率56.6%)^{資料2}
 - 2) 首都圏在住者が上越地域に求めているもの(資料2の一部を記載)
 - ① 回答者はほぼ60歳代と70歳代で73.7%
 - ② 首都圏から上越地域への訪問頻度、年数回の方は128名/346名で37.0%、主に親・親戚・友に逢うため
 - ③ 北陸新幹線開業後の訪問頻度は、上越に来る人の64%が利用
 - ④ 首都圏在住者が「上越地域のツアーに求めているもの」の順位(複数回答)

『健康チェック』コース	156名(26.0%)
『リフレッシュ体験』コース	125名(20.9%)
『健康づくりプログラム』コース	114名(19.0%)
『健康改善プログラム』コース	85名(14.2%)
『健康食体験』コース	61名(10.2%)
『介護準備』コース	58名(9.7%)
 - ⑤ 回答者が上越地域に親を抱えている方は21%(72名/346名)
 - ⑥ 介護される親本人が上越地域で介護を希望する方は82.9%(63名/70名)
2. 上越市の高齢者介護施設(72カ所)の実態調査^{資料3}(以下資料4の一部を記載)
 - 1) 調査紙を平成23年1月4日に送付、51施設(回収率70.8%)より回答^{資料4}
 - 2) 回答内容の一部を以下に記載
 - ① 施設・ホームの現在の入居状況は満室、或いはほぼ満室が45施設/50施設、空き室ありが4施設/50施設
 - ② ツアー者の見学受け入れは50施設で可能、見学人数は10名程度で1時間以内
 - ③ 満室施設の新たな入居者の受け入れ数は年間400名～500名
 - ④ 入居経費は特養老人ホーム、有料老人ホームを含む全施設で月0円～21万円
3. コース案の作成とコース準備
 - 1) 4コース案の作成^{資料5}

Jネット会員611名のニーズ調査結果と、今後の社会的要請を考慮して、健康チェックコース、健康改善・リフレッシュコース、介護付き旅行コース、介護準備・学習コースを設定した
 - 2) 各コース案の準備

人間ドック受け入れ施設、上越らしい「食」を提供する施設と人、リフレッシュ事業者と温泉などの施設、安全安心な観光旅行コース、上越市の高齢者介護施設を調査・検討した
 - 3) 各コースと外部関係者、及び外部委員との関係

協力を得ている方々は、人間ドック受け入れ担当病院院長、食担当外部委員、リフレッシュ担当外部委員3名、観光ガイド担当外部委員、ツアー担当会社の外部委員、上越市高齢者支援担当外部委員である
 - 4) 外部委員を含めた複数の担当者による実地予備調査(シミュレーション)の実施

上越地域の主な観光スポットのトイレ環境、旅館・ホテルのバリアフリー環境、食事処の内容と上越らしい「食」の検討、及び所要時間等を調査したが、一部雪解けを待ってのシミュレーションが残っている
4. コース案の絞り込み
 - 1) 平成23年3月第13回定例会議で、4コース案を3コースに絞り込んだ

健康チェックコース^{資料6}、健康改善・リフレッシュコース^{資料7}、介護準備・学習コース^{資料8}、に絞り、介護付き旅行コースを本事業案から除外した

2) 除外理由の主な事項

- ①介護付き旅行コースは、旅行が主な内容であり、看護大学が関与する部分はほとんどない
- ②体が不自由な方々に対する安全・安心な旅行対策は、これまでの議論とシミュレーションで理解され、旅行会社（本事業の外部委員）のみで対応可能であると考えられた
- ③上記旅行会社は既に介護士を新たに採用し、介護付き旅行者の受け入れが可能な段階である

5. コース案の特徴・魅力

(1)健康チェックコース^{資料6}

このコースの魅力は人間ドックの医療的な質と適正な指導が鍵を握っているが、幸いなことにドック受け入れ先の新潟労災病院松原要一院長は数少ない人間ドック認定医であった。院長自らドック終了後の受診者に対する指導（1時間）を申し出て頂いた。このことがこのコースの特徴・魅力になり得ると考えられる。

(2)健康改善・リフレッシュコース^{資料7}

このコースはニーズ調査で多くの方々が見られた内容をまとめ、関係するそれぞれの指導者（外部委員）と共に、健康維持を意識したリフレッシュを楽しめるように組み上げた。「食」は野菜ソムリエ、宿泊は温泉ソムリエ、運動は森林セラピストとノルデックウオーキング指導者が担当する。これらの方々には地域で既にそれぞれの分野でもっとも活発に活動されている。

(3)介護準備・学習コース^{資料8}

ニーズ調査では希望者は少なかったコースであるが、時代の要請、看護大学の資源利用、地域貢献から組み上げたものである。上越地域の全ての高齢者介護施設の現状を調査したこと、上越市の高齢者支援課との協働体制が可能になったこと、さらに看護大学の施設を利用した看護系教員による基礎介護技術指導体制が組まれたことは、ツアー参加者に現在すぐに役立つ介護情報と、近い将来のための介護準備・介護予防情報を提供できると考えられる。

6. メディカルGTを支える上越地域の資源情報の収集^{資料9}

- 1) 当該事業を進めるにあたり、必要な情報を収集した。最初は上越市市民協働係長（ふるさと上越ネットワーク担当）に逢い、得た情報を資料 No. 1 としてまとめた。順次資料 No. 39 親鸞聖人ゆかりの地めぐり（上越市主催）参加情報までをまとめ、看護大学 U ドライブに情報蓄積を行った。
- 2) 記録した主な情報収集先は 37 カ所、出向いた当該部門員は延べ 56 人／日である。主な所は上越市及び妙高市のメディカルGT事業に関係する課（健康づくり推進課、観光振興課、高齢者支援課、農業政策課など）、移動担当会社、観光ガイド担当組織、宿泊・温泉・食事処、ツアー者見学先の高齢者介護施設、人間ドック担当病院等である。

IV. 今後の予定と残されている作業

1. モニターツアーの実施

- 1) 平成 23 年 9 月～10 月に、各コース当たり 10 名、3 コースで合計 30 名によるモニターツアーを実施する予定である
- 2) モニター募集先は主に J ネット会員 611 名を予定している

2. J ネット会員に対するメディカルGT事業の広報活動

- 1) パンフレットを平成 23 年 6 月上旬に作成する。主に J ネット会員に対する広報活動になるが、他にパンフレットによる東京表参道「ネスパス」での広報を予定している
- 2) J ネットサロン（J ネット会員の定期的な集い）での口頭による広報活動を強める。すでに J ネット事務局には適宜こちらの進捗情報を伝え、さらにメディカルGT部門員の水原・酒井

がJネットサロンに参加して、こちらの情報を伝えているが、今後も東京在住の水原を中心に同様な活動を続ける

3. モニターツアー参加者によるメデイカルGT 事業評価の準備

- 1) モニターツアー参加者から事業評価を得るべく、通常のアンケート調査と、看護系教員が利用する調査紙法による定型のリラックス評価を行う
- 2) モニターツアー参加者に過大な負荷がかからない範囲で、今後の事業に有効な評価方法を検討している

4. 今後の予定のまとめ

時 期	モニターツアー	システム検証	外部委員検討会議
22 年 度	11月		○検討会議の開催
	12月		
	1月		
	2月		
	3月		
23 年 度	4月		○検討会議の開催
	5月		
	6月		
	7月		
	8月		
	9月		
	10月		
	11月		
	12月		
	1月		
	2月		
	3月		

※学内会議は月1回開催

5. 県立看護大学が企画したツアーの更なる特徴・魅力づくり

- 1) 健康チェックコースは、人間ドックを実施する新潟労災病院院長、及び担当者との打ち合わせで、「ツアー参加者に対する適正な個別対応法」を検討する
- 2) 健康改善・リフレッシュコース参加者用の健康関連小冊子は、Q & A方式の分かりやすいものを準備する
- 3) 介護準備・学習コースの看護大学で行う予定の研修内容の組み立ては、担当組織と概略内容は決められたが、詳細な内容はこれからの検討である

上越地域御出身の皆様

「メディカルグリーンツーリズム」に関する調査御協力をお願い

新潟県立看護大学 学長 渡邊 隆

初夏の候、ますますご活躍のことと推察申し上げます。

最近、都市と農山漁村の交流の活発化をめざす「グリーンツーリズム」という考え方が注目されるようになってきました。これは、都市部にお住まいの皆様と、地域の豊かな自然環境や食文化、そして心つながる故郷を結ぼうとする取り組みです。このたび新潟県立看護大学では、新潟県とともに、そのグリーンツーリズムの精神を基盤とし、人々の健康なくらしと地域の活性化をめざす「メディカルグリーンツーリズム」という新たなプログラムを検討することとなりました。具体的には、首都圏在住の皆様とそのご家族を対象とし、皆様が望んでおられる健康増進、疾病予防・早期発見、その他看護や介護に関連したサービスを、この上越地域の資源を活用して提供することを目指すものです。

そこでこのたび、上越地域ご出身である皆様にご協力をお願いし、皆様がどのような健康ニーズをもち、どのようなサービス提供を望まれているかを知るためのアンケート調査を企画いたしました。この調査の目的と趣旨をご理解の上、よろしくご協力をお願いいたします。

下記の調査内容の調査に御協力頂ける場合は、御回答頂いた調査用紙を返信用封筒（切手不要）に同封のうえ、平成22年7月30日（金）までに無記名で御投函下さるようお願いいたします。本調査用紙の返送をもって、調査への同意をいただけたものとお取り扱いさせていただきます。なおこの調査についての問合せや調査結果報告書を御希望の場合は本調査紙末尾の欄に御氏名、送付先などを御記入下さい。よろしくお願いいたします。

平成22年 7月 9日

問1 御記入頂くあなたご自身のことについて、該当するものに○を付けて下さい。

（なお、他に、御家族で御回答頂ける方がおられる場合は、恐縮ですが、本調査紙をコピーして御記入下さい。）

1. 性別 a. 男 b. 女

2. 年齢

a. 30歳代以下 b. 40歳代 c. 50歳代 d. 60歳代
e. 70歳代 f. 80歳代以上

3. 出身

a. 旧上越市内 b. 柿崎区 c. 大潟区 d. 吉川区 e. 頸城区 f. 浦川原区
g. 大島区 h. 三和区 i. 牧区 j. 安塚区 k. 清里区 l. 板倉区
m. 中郷区 n. 名立区 o. 妙高市 p. 糸魚川市 q. 十日町市 r. その他

4. あなたの健康状態

a. きわめて健康
b. 健康に少し不安がある
c. 健康に非常に不安がある

5. 日常生活

- a. 身の回りのことはすべて自分でできる
- b. 移動に杖を使用するが、あとは自力でできる
- c. 移動に車椅子を使用するが、あとは自力でできる
- d. 寝たきりではないが、移動、食事、排泄など日常生活すべてに介助が必要である
- e. ほぼ寝たきりである
- f. その他

6. 同居ご家族

- a. 同居家族がいる
- b. 一人暮らしである

↓

*同居されている続柄の方に○をつけてください。

- a. 配偶者
- b. 親
- c. 子ども
- d. 子どもの配偶者
- e. 孫
- f. その他 ()

問2 あなたの上越地域への来訪状況についてお尋ねします

1. 上越に来られる主な目的は何ですか。(複数回答可)
 - a. 親に逢う
 - b. 親戚に逢う
 - c. 友達に逢う
 - d. 冠婚葬祭
 - e. 祭りや地域行事への参加
 - f. レジャー目的の旅行
 - g. 仕事
 - h. その他 ()
2. 上越においでになる頻度はどの程度ですか。
 - a. 月に1回以上
 - b. 年に数回程度
 - c. 年に1回程度
 - d. 2-3年に1回
 - e. 3年以上帰っていない
3. 上越への移動は、主に何をお使いですか。
 - a. 電車
 - b. 自家用車
 - c. 場合によって使い分ける
 - d. その他
4. 2014年に「北陸新幹線」が開通予定となっています。

今後新幹線が開通したら、上越においでになるにあたって、どの程度北陸新幹線のご利用をお考えですか。

 - a. 北陸新幹線を利用して、現在より数多く上越に来訪すると思う
 - b. 北陸新幹線を利用して、現在と同じ程度上越に来訪すると思う
 - c. 上越に来訪するにあたって、北陸新幹線はほとんど利用しないと思う
5. あなたご自身は、今後上越に移り住みたいとお考えですか。
 - a. はい
 - b. いいえ
 - c. わからない

問3 あなたご自身の健康についてお尋ねします。

1. あなたご自身の健康について、日ごろから関心をお持ちですか。
 - a. 強く関心をもっている
 - b. 時々関心をもつことがある
 - c. あまり関心がない
 - d. まったく関心がない
2. 健康に関連する下記の内容の中で、関心をもっていることに○をつけてください。

(複数回答可)

- a. ご自分の健康状態に関すること
- b. ご自分の生活習慣病予防に関すること
- c. ご自分のストレス解消・気分転換に関すること
- d. ウォーキング、栄養指導などの健康づくりに関すること
- e. 安全な食に関すること
- f. ご自分の介護予防や介護準備に関すること
- g. その他 ()

問4 健康プログラムへのご希望についてお尋ねします。

1. 下記のコース (案) の中で、参加してみたいと思うプログラムはありますか。(複数回答可)
 - a. 人間ドックなどの健康診断で疾病の早期発見を行う『健康チェック』コース
 - b. 高血圧、糖尿病、肥満改善のための『健康改善プログラム』コース
 - c. 温泉やリラクセーションを主とした『リフレッシュ体験』コース
 - d. ウォーキングや健康講座を組み合わせた『健康づくりプログラム』コース
 - e. 地域の福祉施設の状況や介護保険の話などを実際に見聞きする『介護準備』コース
 - f. 栄養指導を含む健康な食生活に関する『健康食体験』コース
2. 上記のプログラムに参加する場合、上越地域に滞在される期間ほどの程度を望まれますか。
 - a. 日帰り b. 1泊2日 c. 数日間 d. 1週間～10日間 e. それ以上
3. 上越地域で宿泊する場合はどのような所を希望されますか。(複数回答可)
 - a. ホテル (洋式) b. 旅館 (和式) c. 故郷の自宅 d. 親戚の家
 - e. 公営宿泊施設 f. 民宿 g. その他 ()
4. プログラムに参加する場合、条件として望むことはどのようなことですか (複数回答可)
 - a. 滞在地での生活・移動において介護サポートがあること
 - b. 適当な滞在経費であること
 - c. 駅からの移動手段が準備されていること
 - d. 夫婦での参加ができること
 - e. 親子での参加ができること
 - f. 土日祝日を利用した日程であること
 - g. その他 (具体的に)

問5 あなたのご両親の状況についてお尋ねします。

*現在、ご健在のお父様あるいはお母様についてお答えください
(お二人ともご健在でいらっしゃれば、複数回答でお答えください)

- ① あなたのお父様・お母様は上越地域にお住まいですか。 a. はい b. いいえ

以下、a. はいと回答された方にお尋ねします。

- ② お父様・お母様の年齢はおいくつですか
a. 50歳代以下 b. 60歳代 c. 70歳代 d. 80歳代 e. 90歳代以上

- ③ お父様・お母様の健康状態は次のいずれに該当しますか。
- きわめて健康である
 - 健康に少し不安がある
 - 健康に非常に不安がある
- ④ お父様・お母様の日常生活のご様子は次のいずれに該当しますか。
- 身の回りのことはすべて自分でできる
 - 移動に杖を使用するが、あとは自力でできる
 - 移動に車椅子を使用するが、あとは自力でできる
 - 寝たきりではないが、移動、食事、排泄など日常生活すべてに介助が必要である
 - ほぼ寝たきりである
 - その他 ()
- ⑤ あなたは、上越地域でお住まいのお父様・お母様の介護について、次のいずれの地域で行いたいとお考えですか。
- 上越地域
 - あなたが今お住まいの地域
 - その他
 - わからない
- ⑥ ご両親は、次のいずれの地域で老後をすごしたいとお考えですか。
- 上越地域
 - あなたが今お住まいの地域
 - その他
 - わからない
- ⑦ 上越地域でご両親の介護をするために、上越の福祉施設の状況や介護保険の話などを実際に見聞きすることのできるツアーがあったら、参加したいと思われますか。
- はい
 - いいえ

このアンケートに関連して、ご自身の健康やご両親の介護などについて、自由にご希望ご意見をお聞かせ下さい。

ご協力ありがとうございました。

この調査は無記名ですが、メディカルグリーンツーリズムプロジェクトについての問い合わせや集計結果の送付等を御希望の方は、御氏名・住所などを御記入下さい。

御氏名 _____ 御住所 (〒 _____)
 TEL _____ FAX _____ Mail _____

【問合せ先】 〒 943-0147 上越市新南町 240 番地

新潟県立看護大学看護研究交流センター ・メディカルグリーンツーリズム部門

特任教授 杉田 収 sugita@niigata-cn.ac.jp

助教 永吉雅人 nagayosi@niigata-cn.ac.jp

TEL 025-526-2811 (大学代表) FAX 025-526-2815 (大学代表)

ふるさと上越ネットワーク会員に対するアンケート調査の結果概要 平成22年9月24日

【平成22年7月のアンケート依頼文です】

上越地域御出身の皆様

「メディカルグリーンツーリズム」に関する調査御協力をお願い

新潟県立看護大学 学長 渡邊 隆

初夏の候、ますますご活躍のことと推察申し上げます。

最近、都市と農山漁村の交流の活発化をめざす「グリーンツーリズム」という考え方が注目されるようになってきました。これは、都市部にお住まいの皆様と、地域の豊かな自然環境や食文化、そして心つながる故郷を結ぼうとする取り組みです。このたび新潟県立看護大学では、新潟県とともに、そのグリーンツーリズムの精神を基盤とし、人々の健康なくらしと地域の活性化をめざす「メディカルグリーンツーリズム」という新たなプログラムを検討することとなりました。具体的には、首都圏在住の皆様とそのご家族を対象とし、皆様が望んでおられる健康増進、疾病予防・早期発見、その他看護や介護に関連したサービスを、この上越地域の資源を活用して提供することを目指すものです。

そこでこのたび、上越地域ご出身である皆様にご協力をお願いし、皆様がどのような健康ニーズをもち、どのようなサービス提供を望まれているかを知るためのアンケート調査を企画いたしました。この調査の目的と趣旨をご理解の上、よろしくご協力をお願いいたします。

下記の調査内容の調査に御協力頂ける場合は、御回答頂いた調査用紙を返信用封筒（切手不要）に同封のうえ、平成22年7月30日（金）までに無記名で御投函下さるようお願いいたします。本調査用紙の返送をもって、調査への同意をいただけたものとお取り扱いさせていただきます。なおこの調査についての問合せや調査結果報告書を御希望の場合は本調査紙末尾の欄に御氏名、送付先などを御記入下さい。よろしくお願いいたします。

平成22年7月9日

【アンケートの発送】

ふるさと上越ネットワーク会員611名に、アンケート（調査紙）を送付（平成22年7月7日）。

【アンケートの集計結果概要】

問1 御記入頂くあなた自身のこと

- 1, 性別 a. 男236名68.2% b. 女100名28.9% 未記入10名2.9% 計346名(回収率56.6%)
- 2, 年齢
a. 30歳代以下 4名(6.2%) b. 40歳代 9名(2.6%) c. 50歳代 38名(11.0%)
d. 60歳代 122名(35.3%) e. 70歳代 133名(38.4%) f. 80歳代以上38名(11.0%)

【回答者は主に60歳から79歳】

- 3, 出身地
a. 旧上越市内 257名(74.3%) 他の出身地は0名から17名で多くは3~4名
- 4, 健康状態
a. きわめて健康と b. 健康に少し不安があるの合計93.1%
- 5, 日常生活
a. 身の回りのことはすべて自分のできる 321名(92.8%)
- 6, 同居家族
a. 同居家族がいる 293名(84.7%) b. 一人暮らし 40名(11.6%)

【回答者の多くに家族は居られるが、一人暮らしの方が約12%】

- a. 配偶者と同居 257名(59.4%) b. 親 16名(3.7%) c. 子ども 118名(27.3%)
- d. 子どもの配偶者 14名(3.2%) e. 孫 19名(4.4%) f. その他 9名(2.1%)

【配偶者と同居は約59%、親と同居は約4%】

問2 あなたの上越地域への来訪状況についてお尋ねします

1, 上越に来られる主な目的は何ですか。(複数回答可)

- | | | | |
|----------|-------------|----------|-------------|
| a. 親に逢う | 71名(11.7%) | b. 親戚に逢う | 148名(24.4%) |
| c. 友達に逢う | 122名(20.1%) | d. 冠婚葬祭 | 175名(28.9%) |

【上越に来られる目的のほとんど85.1%が親・親戚・友に逢うため、多くは墓参りと同級会】

2, 上越においてになる頻度はどの程度ですか。

- | | | | |
|-----------|-------------|-----------|------------------------|
| a. 月に1回以上 | 19名(5.5%) | b. 年に数回程度 | 128名(37.0%) |
| c. 年に1回程度 | 103名(29.8%) | | 【上越へ年に1度以上来られる方は72.3%】 |

3, 上越への移動は、主に何をお使いですか。

- | | | | |
|-------|-------------|---------|------------|
| a. 電車 | 175名(50.6%) | b. 自家用車 | 91名(26.3%) |
|-------|-------------|---------|------------|

4, 2014年に「北陸新幹線」が開通予定となっています。

- | | |
|---------------------------------|-------------|
| a. 北陸新幹線を利用して、現在より数多く上越に来訪すると思う | 55名(15.9%) |
| b. 北陸新幹線を利用して、現在と同じ程度上越に来訪すると思う | 167名(48.3%) |

【上越に来られる方の約64%は北陸新幹線を利用される見込み】

5, あなたご自身は、今後上越に移り住みたいとお考えですか。

- | | | | | | |
|-------|-----------|--------|-------------|----------|------------|
| a. はい | 19名(5.5%) | b. いいえ | 236名(68.2%) | c. わからない | 70名(20.2%) |
|-------|-----------|--------|-------------|----------|------------|

【上越に移り住む可能性のある方は約26%、残りの方は上越以外に住まわれる】

問3 あなたご自身の健康についてお尋ねします。

1, a. 強く関心をもっている 213名(61.6%) b. 時々関心をもつことがある 113名(32.7%)

【ほとんどの方(94%)が自分の健康に関心を持っておられる】

2, 健康に関連する下記の内容の中で、関心をもっていることに○をつけてください。

- | | |
|-----------------------------|-------------|
| ① ご自分の健康状態に関すること | 262名(31.6%) |
| ② ご自分の生活習慣病予防に関すること | 158名(19.1%) |
| ③ ウォーキング、栄養指導などの健康づくりに関すること | 115名(13.9%) |
| ④ ご自分のストレス解消・気分転換に関すること | 100名(12.1%) |
| ⑤ 安全な食に関すること | 96名(11.6%) |
| ⑥ ご自分の介護予防や介護準備に関すること | 83名(10.0%) |
| ⑦ その他(配偶者の健康、生きがい等と記載) | 14名(1.7%) |

問4 健康プログラム(案)への参加希望についてお尋ねします。(複数回答可)

- | | |
|----------------------------------|-------------|
| 1, ① 人間ドックなどの健康診断を行う『健康チェック』コース | 156名(26.0%) |
| ② 温泉やリラクゼーションを主とした『リフレッシュ体験』コース | 125名(20.9%) |
| ③ ウォーキングなどの『健康づくりプログラム』コース | 114名(19.0%) |
| ④ 高血圧、糖尿病、肥満改善のための『健康改善プログラム』コース | 85名(14.2%) |
| ⑤ 栄養指導を含む健康な食生活に関する『健康食体験』コース | 61名(10.2%) |
| ⑥ 福祉施設の状況などを実際に見聞きする『介護準備』コース | 58名(9.7%) |

2, 上記のプログラムに参加する場合、上越地域に滞在される期間はどの程度を望まれますか。

- | | | | |
|--------|-------------|-------------|-------------|
| a. 日帰り | 25名(7.2%) | b. 1泊2日 | 151名(43.6%) |
| c. 数日間 | 112名(32.4%) | d. 1週間~10日間 | 6名(1.7%) |

【上越での滞在は1泊2日か2泊3日程度】

3, 上越地域で宿泊する場合はどのような所を希望されますか。(複数回答可)

- | | | | |
|------------|-------------|-----------|------------|
| a. ホテル(洋式) | 162名(32.7%) | b. 旅館(和式) | 62名(12.5%) |
| c. 故郷の自宅 | 104名(21.0%) | e. 公営宿泊施設 | 87名(17.5%) |

【ホテル・旅館が45.2%、自宅・公営宿泊施設が38.5%】

4, プログラムに参加する場合、条件として望むことはどのようなことですか(複数回答可)

- | | |
|---|-------------|
| ① 適当な滞在経費であること | 216名(41.5%) |
| ② 駅からの移動手段が準備されていること | 139名(26.7%) |
| ③ 夫婦での参加ができること | 81名(15.5%) |
| ④ 土日祝日を利用した日程であること | 55名(10.6%) |
| ⑤ 滞在地での生活・移動において介護サポートがあること | 14名(2.7%) |
| ⑥ 親子での参加ができること | 9名(1.7%) |
| ⑦ その他(妻が認知症で外出しにくい、日程が早めに分かると良い、春か秋が良い、足が不自由なため自家用車で参加したい等) | 7名(1.3%) |

問5 あなたのご両親の状況についてお尋ねします。

1, あなたのお父様・お母様は上越地域にお住まいですか。

- | | | | |
|-------|------------|--------|-------------|
| a. はい | 72名(20.8%) | b. いいえ | 135名(39.0%) |
|-------|------------|--------|-------------|

【Jネット会員の約21%の親が上越で生活している】

2, お父様・お母様の年齢はおいくつですか

- | | | | |
|-----------|------------|---------|--------------|
| a. 50歳代以下 | 1名(1.4%) | b. 60歳代 | 4名(5.5%) |
| c. 70歳代 | 9名(12.3%) | d. 80歳代 | 40名(54.8%) |
| e. 90歳代以上 | 19名(26.0%) | | 計73名(100.0%) |

【上越に住む親の約81%が80歳以上である】

3, お父様・お母様の健康状態は次のいずれに該当しますか。

- | | |
|----------------|--------------|
| a. きわめて健康である | 7名(9.6%) |
| b. 健康に少し不安がある | 38名(52.1%) |
| c. 健康に非常に不安がある | 28名(38.4%) |
| | 計73名(100.1%) |

【上越の親の健康は不安・非常に不安が約91%】

4, お父様・お母様の日常生活のご様子は次のいずれに該当しますか。

- | | |
|--------------------------|------------|
| ① 身の回りのことはすべて自分でできる | 39名(52.0%) |
| ② 移動に杖を使用するが、あとは自力でできる | 13名(17.3%) |
| ③ 日常生活すべてに介助が必要である | 10名(13.3%) |
| ④ 移動に車椅子を使用するが、あとは自力でできる | 6名(8.0%) |
| ⑤ ほぼ寝たきりである | 4名(5.3%) |

【自力で動ける人は69.3%、移動に介助が必要な人は21.3%】

5, あなたは、上越地域でお住まいのお父様・お母様の介護について、次のいずれの地域で行いたいとお考えですか。

- | | |
|-----------------|------------|
| a. 上越地域(回答数76名) | 62名(84.9%) |
|-----------------|------------|

6, ご両親は、次のいずれの地域で老後をすごしたいとお考えですか。

- | | |
|-----------------|------------|
| a. 上越地域(回答数70名) | 63名(82.9%) |
|-----------------|------------|

【上越の親の介護は、子供も親も上越でとの考えである】

自由記載

- | | |
|-------------------|-------------------------|
| ○上越は心のよりどころ | ○上越に安価な介護施設があればありがたい |
| ○目的が不明なアンケートである | ○貴大学のアンケートそのものに興味を持った |
| ○健康プログラムに参加したい | ○上越に友達・親戚がいるので自分の所へは来ない |
| ○Jネットを利用して宣伝したら良い | ○市内各学校事務にミニ同窓会を呼び掛けたらよい |
| ○年を取ったので旅は無理 | ○年寄りが入居できる公的介護施設を増やして |
| ○年2回ドック受診を実施中 | ○全国で「ここだけの魅力・売り」が不可欠 |
| ○上越に戻りたくも実家がない | ○今は高田高の同窓会に参加するのみ |
| ○リフレッシュコースに参加したい | 他 |
| | 以上 |

上越市の福祉施設関係者様

「メディカルグリーンツーリズム」に関する調査御協力をお願い

平成 23 年 1 月 4 日

新潟県立看護大学 学長 渡邊 隆

明けましておめでとうございます。貴施設のご活躍をお慶び申し上げます。

本学の学生教育・実習等では何かとお世話になっております。さて最近、都市と農山漁村の交流の活発化をめざす「グリーンツーリズム」という考え方が注目されるようになってきました。このたび新潟県立看護大学では、新潟県とともに、そのグリーンツーリズムの精神を基盤とし、それに「人々の健康で安心なくらし」を加えた「メディカルグリーンツーリズム」という新たなプログラムを検討することとなりました。具体的には上越地域出身の首都圏在住の方々と、その御家族を対象に、健康チェック、健康改善・リフレッシュ、介護に関連した何種類かのサービスを、地域の自然環境、観光、福祉などの各種資源を活用して提供することを計画しました。

介護に関連しましたサービスには介護付旅行コースと介護準備・学習コースを計画しています。介護付旅行コースは介助・介護が必要な方に上越地域の観光旅行を楽しんでいただくプランです。一方介護準備・学習コースは上越の福祉サービスの現状をお伝えして、これからの介護生活の設計に役立てて頂くプランです。この介護準備・学習コースのプランは各種介護施設やホームの見学と、上越市職担当者からの上越市の現状説明を予定しています。つきましては貴施設・ホームの入居状況や今後の見通し、また外部者の見学を御許可頂けるものかどうか、別紙の調査紙に御記入頂きたくお願い致します。よろしくご協力をお願い致します。

別紙の調査に御協力頂ける場合は、御回答頂いた調査用紙を返信用封筒（切手が貼ってあります）に同封のうえ、**平成 23 年 1 月 17 日（月）**までに御投函下さるようお願い致します。

以上

メディカルグリーンツーリズムの介護準備サービスに関する調査

施設・ホーム名 _____

記入者様御氏名 _____

御役職名 _____

該当する□にvを、また _____ (アンダーライン部分) に該当数字を御記入下さい。

問1, 貴施設・ホームの入居者は上越市民のみを対象にされていますか はい□ いいえ□

問2, 貴施設・ホームの現在の入居状況は満室、或いはほぼ満室ですか はい□ いいえ□

1) 満室、或いはほぼ満室の場合、新たな入居者の受け入れは例年どの程度ですか

通常1年間に1~3名□

4名~9名□

10名~20名□

それ以上□

2) 満室でない場合、現在の受け入れ可能な入居者数ほどの程度ですか

1~3名□

4名~9名□

10名~20名□

それ以上□

問3, 貴施設の見学は可能ですか

はい□ いいえ□

受け入れて頂ける場合に以下の問いにお答え下さい

1) 事前連絡が必要ですか はい□ いいえ□ その他 ()

2) 見学者数は10名以内ですか はい□ いいえ□ その他 ()

3) 見学時間は60分以内ですか はい□ いいえ□ その他 ()

問4, 貴施設への入居後の家族によるサポートはどの程度必要ですか

_____ 時間/週, _____ 時間/月, _____ 時間/月

問5, 貴施設に入居する場合は、入居一時金が必要ですか

はい□ いいえ□

問6, 貴施設の必要入居費用は月平均(及び居室タイプの料金幅は)どの程度でしょうか

平均 _____ 万円/月 (料金の幅は _____ 万円から _____ 万円)

御意見などがありましたら自由に御記入下さい。

平成23年1月17日までに御投函下さるようお願い致します。

ありがとうございました。

【問合せ先】 〒 943-0147 上越市新南町 240 番地

新潟県立看護大学看護研究交流センター・メディカルグリーンツーリズム部門

事務局 大林賢治 TEL 025-526-2811 FAX 025-526-2815

特任教授 杉田 収 sugita@niigata-cn.ac.jp

助教 永吉雅人 nagayosi@niigata-cn.ac.jp

介護準備サービスに関する調査結果

平成23年2月8日 メディカルGT部門

上越市の高齢者介護施設（72カ所）宛に、本学学長名で調査紙を平成23年1月4日に送付、1月17日に51施設（回収率70.8%）より回答があった。以下にそれをまとめた。

問1、貴施設・ホームの入居者は上越市民のみを対象にされていますか

はい27（主にグループホーム） いいえ24（主に特養・老人保健施設）

問2、貴施設・ホームの現在の入居状況は満室、或いはほぼ満室ですか

はい45 いいえ4

1) 満室、或いはほぼ満室の場合、新たな入居者の受け入れは例年どの程度ですか

1年間に1～3名：22 4名～9名：6 10名～20名：10 それ以上：6

○入居者20名以上の受け入れ施設は、老人保健施設の5カ所と特養の1カ所

2) 満室でない場合、現在の受け入れ可能な入居者数ほどの程度ですか

○1～3名：軽費老人ホーム2ヶ所

○10名～20名：有料老人ホーム

○20名以上：介護付き有料老人ホーム

問3、貴施設の見学は可能ですか はい50 いいえ1

受け入れて頂ける場合に以下の問いにお答え下さい

1) 事前連絡が必要ですか はい44 いいえ5 その他3

2) 見学者数は10名以内ですか はい34 いいえ14 その他10

3) 見学時間は60分以内ですか はい38 いいえ10 その他7

問4、貴施設への入居後の家族によるサポートはどの程度必要ですか

○特養：不要の施設（2ヶ所）もあるが、数時間／月が6ヶ所

○グループホーム：必須ではないが1～4時間／月が8ヶ所

○（介護付き）有料老人ホーム：4～10時間／月が2ヶ所

問5、貴施設に入居する場合は、入居一時金が必要ですか はい12 いいえ36

○入居一時金が必要な施設はグループホーム7カ所と特養1カ所、（介護付き）有料老人ホーム4カ所、介護付き有料老人ホームの1カ所は、入居一時金を取らず、毎月の入居費用に入居一時金を上乗せするコースを用意している

問6、貴施設の必要入居費用は月平均（及び居室タイプの料金幅は）どの程度でしょうか

○特養：減免措置があり0円／月の方もいるが、月平均4.2万円から14万円

○保健施設：介護度別費用であるが10万円から17万円

○ケアハウス：7.5万円から16万円

○グループホーム：8.3万円から16万円

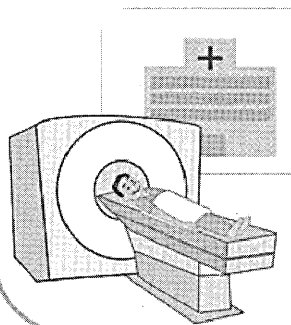
○（介護付）有料老人ホーム：15万円から21万円（入居一時金上乗せは別）

以上

メディカルグリーンツーリズム(メディカルGT)4コース案
平成23年9月モニターツアー実施予定

平成22年12月13日
新潟県立看護大学 看護研究交流センター
メディカルGT 特別研究部門

★温泉：鶴の浜・桑取・赤倉・関・燕・松之山
★人間ドック：医師会センター




温泉旅行

人間ドックに温泉旅行を兼ねて、ゆったり過ごしていただくプラン


「健康チェック」
1泊2日コース

★温泉ソムリエ・自然ソムリエによる講座
(温泉めぐり・森林浴・ウォーキング)



上越の自然環境を生かした心身リフレッシュのためのプラン

「健康維持・リフレッシュ」
1泊2日コース




「介護付き旅行」
1泊2日コース

介助・介護が必要な方でも、安心・安全な観光と温泉旅行を楽しむプラン

★介護者付添い・介護タクシー使用可
★親鸞聖人ゆかりの地めぐり観光

老人ホーム



「介護準備・学習」
1泊2日コース

上越の福祉サービスの現状を知ること、これからの介護生活設計に役立てていただくプラン

★介護施設見学と、看護大での介護技術の基礎研修
★市職員による介護福祉関係の現状情報

新潟県立看護大学 メディカルグリーンツーリズム

1. 健康チェックコース (1泊2日)

「人間ドックに『温泉旅行』を兼ねて、
ゆったり過ごしていただくプランです。」

人間ドック

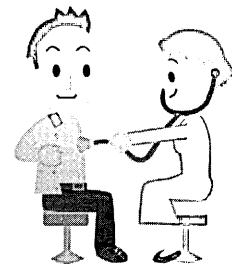
- ・人間ドック認定医が対応します
 - ・あなたの健康問題に合わせたドッグプログラム、
『〇〇さんのための人間ドック』です
- ※事前に人間ドックの希望検査項目の調査、および健康で気になっていることやドックへの希望等に関する事前調査を行います
- ※人間ドック受診日は朝食ぬきで受診していただきます

観光・ショッピング・温泉

- ・地場産食材を使った料理・温泉ドック以外の時間は、思い思いにゆったり過ごしていただきます
- ・上越地域のバスツアー、ショッピングを楽しめます

< 日 程 >

- 1日目 12:30 直江津駅集合 (バスが迎えに行きます)
- 12:30~14:00 昼食 (烏まん)
- 14:00~17:00 観光(親鸞聖人ゆかり地めぐり)
ショッピング (魚勢)
- 17:00~18:00 桑取温泉へ移動 (周辺散策)
- 【宿泊】 くわどり湯ったり村 21:00 以降は飲食禁止



2日目 【人間ドック】 朝食なし

労働者健康福祉機構 新潟労災病院

(松原要一院長, 地域医療支援病院, 地域がん診療連携拠点病院, 所在地: 上越市東雲町1-7-12)

- 7:30 温泉宿泊先出発
- 8:30 新潟労災病院 到着
人間ドック実施
- 15:00~16:00 人間ドック認定医 (新潟労災病院院長) による保健指導
- 17:00 直江津駅・解散

企画: 新潟県立看護大学
看護研究交流センター 特別研究部門
問い合わせ先: (旅行会社)

新潟県立看護大学 メディカルグリーンツーリズム

2. 健康改善・リフレッシュコース (1泊2日)

「上越の自然環境を生かした
心身のリフレッシュのためのプランです。」

健康改善

- ・ 食事指導
地元の食材を活かした調理・加工の体験
- ・ 運動指導
ノルディックウォーキング
自然散策



リフレッシュ

- ・ 温泉講座
- ・ 森林セラピー

など、上越地域の
自然環境を生かした
プログラム



< 日 程 >

- 1日目 10:10~10:40 直江津駅から正善寺工房へ移動(バス)
10:40~12:00 正善寺工房で安心・安全の食説明, 健康食作り体験(上越野菜, 米粉ピザ等)
* 野菜ソムリエの調理指導, 買い物, 漬けもの, 味噌等の注文・自宅等へ送付手続き
12:00~13:00 手作り食で昼食
14:00~16:00 【運動体験】ウォーキング
妙高パインバレー周辺 ノルディックウォーキングのガイド付き
16:30【宿泊】 妙高赤倉温泉到着
17:00~18:00 【温泉ソムリエ講座】温泉ソムリエによる講座

2日目

【運動体験】ウォーキング(森林セラピー)

晴れの場合

- 10:00 【運動体験】ウォーキング
笹ヶ峰周辺 森林セラピストのガイド付き
12:30~13:30 昼食(弁当)
14:00~15:00 いもり池の足湯で休憩
元気な人はいもり池散策
15:20~16:00 新井道の駅で土産の買い物
16:30 直江津駅到着・解散

雨の場合

- 10:00 【運動体験】ウォーキング(傘使用)
池の平周辺 森林セラピストのガイド付き
12:00~13:00 昼食(弁当)
13:00~14:30 温泉入浴
15:00~16:00 新井道の駅で土産の買い物
16:30 直江津駅到着・解散

企画：新潟県立看護大学
看護研究交流センター 特別研究部門
問い合わせ先：(旅行会社)

新潟県立看護大学 メディカルグリーンツーリズム

4. 介護準備・学習コース (1泊2日)

「上越の介護サービスの現状を知り、基礎介護技術の研修をとおして、
これからの生活設計に役立てていただくプランです。」

上越の介護と基礎介護技術研修

- ・上越地域の介護施設を見学し、上越市の介護サービスの現状を知ることができます
- ・基礎介護技術の研修が受けられます
- ・希望者は体験宿泊が可能な介護施設に宿泊できます
- ・少人数(1名)の参加から対応します
- ・自家用車での参加も可能です

介護学習と観光

- ・上越市の担当者から市の介護サービスの現状を聞きます
- ・看護大学で基礎的な介護技術が学べます

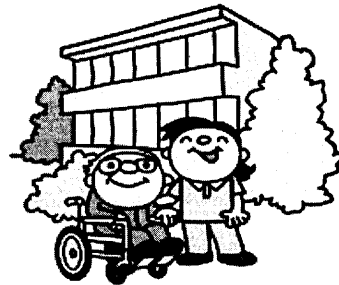
オススメの観光は

春なら高田の桜と小林古径亭、歴史がお好きなら謙信公のゆかりの地めぐり

秋なら寺町と浄興寺、歴史がお好きなら親鸞聖人のゆかりの地を御案内

< 日 程 >

1日目	11:00	直江津駅 集合
	12:00~14:00	昼食(長養館で豪華な昼食)
	14:00~17:00	施設見学(2~3施設選択) (有) グループホーム 癒しの家(清里区岡嶺新田) (株) 介護付有料老人ホーム スローライフもんぜん(下門前) (福) 介護老人福祉施設 和久楽 (株) サンシャイン上越(介護付き有料老人ホーム) (株) サンクス高田自在館 響 (有料老人ホーム)
	18:00	宿泊施設へ移動(赤倉ホテル)
2日目	9:00~12:00	介護研修と上越市の介護サービス
	12:00~14:00	昼食(会心、又は軽いけれど おいしい食事処を御提案)
	14:00~17:00	観光 親鸞聖人ゆかりの地を御案内
	17:30	直江津駅 解散



企画：新潟県立看護大学
看護研究交流センター 特別研究部門
問い合わせ先：(旅行会社)

メディカルグリーンツーリズム 情報収集訪問先一覧

訪問先	面会者
上越市役所 自治・市民環境部共生まちづくり課	太田 貫治 市民協働係長 (ふるさとJネット担当)
頸城自動車株式会社	中澤 正樹 係長
上越市役所 農林水産部農業政策課	宮下 敬一 課長, 清水 信寿 担当, (野口 和広部長) 主に2名
上越市役所 健康づくり推進課	柳沢 美恵子室長 他1名
上越市役所 産業観光部 観光振興課	山田 幸江 交流促進係長 丸田 健一朗交流促進主任
正善寺工房	斎京 貴子 氏
上越市社会福祉協議会 シニアサポートセンター	池田氏
財団法人 上村病院	上村 晃一理事長, 上村 浩子統括部長, 宮澤 裕子健康管理室室長
妙高市役所 観光商工課	池田 潤 主査
遠間旅館	遠間 和広氏 (温泉ソムリエ家元)
アルゴス (株)	久保 博一氏 (取締役総務部長)
サンクス高田自在館	山口 宗夫施設長, 太田 邦夫営業部長
ザ・サンシャイン上越 (ツクイの介護付有料老人ホーム)	施設長 石野 美代子 介護福祉士
(財)にいがた産業創造機構 表参道・新潟館・ネスパス	館長 桑原 勝史 氏
有限会社 上越ツーリスト	代表取締役 金子 久司 氏
雁木通りプラザ多目的室 (高田の本町にある)	中川 泉 看護師 他2名
上越市福祉交流プラザ内 カフェ ア ポアン	カフェ ア ポアンで働いておられる給仕担当の女性
上越ツーリスト, (株式会社リボン) 天然温泉付き幼老複合施設スローライフもんぜん	上越ツーリスト 金子社長, リボン・ワークライフふじまき・ 新潟県シルバーワーキング 久保田 正氏, リボン・スローライフもんぜん副施設長 江口義幸氏
上越地域総合健康管理センター	富田 くみ子氏
上越医師会	事務長 立入 充氏
上越市総合政策部新幹線・交通政策課	吉田 正典 副課長 三井田 正志 主任 岩澤 紀之 主任
人間ドッグ一覧 <一覧表参照>	
高齢者福祉施設 <一覧表参照>	
独立行政法人 労働者健康福祉機構 新潟 労災病院	松原 要一 院長
社団法人 上越観光コンベンション協会 2階事務室	若山 秀樹 総務企画課長 担当 宮澤 生久子

上越市役所 健康福祉部 高齢者支援課	市川 重隆 副課長 (介護保険担当 ichikawa.sh@city.joetsu.lg.jp)
新潟県立中央病院事務長室	樋木 正行 事務長, 武田 みゆき 看護部長, 綱島 正司 医事企画員
健康ビジネスサミット うおぬま会議 2010 温泉サミット 日本の湯治文化を考える	ひなの宿千歳 柳 一成 専務他
正善寺工房	齋京 貴子 氏
モンセルヴァン (自然ソムリエ経営のペン ション) 妙高市赤倉サンモリッツ	敷根 俊一 氏
ウチダスポーツ	内田 洋介 氏
新潟県立柿崎病院	藤森 勝也 院長, 布施 一成 事務長
有限会社 藤田企画 グループホーム 癒しの家	柳澤 美直 代取締役社長, 小山 克博 事務長
(社)上越医師会 上越地域総合健康管理センター	第1事業部 飯吉 幸男部長, 石川 美佐子企画課参事
上越市 自治・市民環境部 文化振興課	田中保行副課長, 南 博幸課長
金谷山に桜植樹	電話インタビュー: 金谷山さくら千本の会 相澤 紀 会 長樹木医)
正善寺工房・藤間旅館	齋京貴子氏様 ・ 遠間和広 氏
五木寛之 著 親鸞 (しんらん) に関する情報	講談社 上・下巻 2010年発行 親鸞と恵信の関係を まとめた
正善寺工房	齋京貴子 氏
きらり発見 じょうえつ散歩 親鸞聖人没後 750 年記念	事業主催: 上越市 旅行企画・実施: 頸城自動車株式 会社 申込先・問合せ先マルケー旅行センター高田店 電話: 025-523-4930 上越市観光ボランティア 岩崎吉 一 氏 上越観光コンベンション協会 電話: 025-543-2777