

県民連携事業

中山間地域自治体のケーブルテレビ
放送を活用した健康づくり評価事業

事業代表者：高橋 秀治

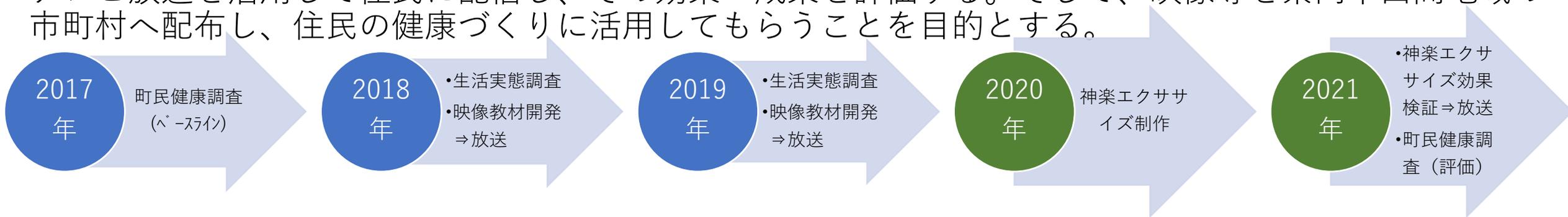
事業概要

背景

- 日之影町を保健師教育課程の実習フィールドの一つとしており、学生が直接住民へ働きかけることで一定の成果を上げており、保健活動への支援の要望を受ける。
- 町保健活動を行う上で、若年者や労働者へ介入が困難な現状がある。
- 若年者や労働者への健康づくりの介入としてICT（情報通信技術）活用が注目。町内全域を光ケーブル網が整備されているが、健康施策に十分活用できていない。
- 住民のケーブルテレビの視聴状況について、7割が「視聴をしている」＝活用可能性 大きい
- ケーブルテレビを活用した保健活動を展開し成果を上げることができれば、その活動で用いた映像を活用してもらうことで県内中山間地域の他市町村の保健活動の一助にもなる。

目的

本事業では本学学生とともに中山間地域の特性を踏まえて健康に関する映像教材を制作し、ケーブルテレビ放送を活用して住民に配信し、その効果・成果を評価する。そして、映像等を県内中山間地域の市町村へ配布し、住民の健康づくりに活用してもらうことを目的とする。



実施結果（2020年）

映像教材の制作

神楽エクササイズの開発

前年度妥当性の評価を行ったエクササイズ試案をもとに、町独自の体操として住民に活用してもらえるように、住民や関係機関と協働して神楽エクササイズとして映像教材を開発した。

動きのポイント等を教示するパートは、研究事業組織メンバーで検討を重ねて撮影を進めるため大学内で制作した。

さらに、住民により親しみをもって視聴してもらうため、多くの日之影町住民や関係者が出演していただけるよう、日之影町内で共同研究者（日之影町保健師）が撮影を行い、保育園から高齢者サロンまで幅広い年代の16団体の撮影協力を得ることができた。



実施結果（2021年）

1. 映像教材の放送

制作した神楽エクササイズ映像教材を令和3年6月から放送を開始した。これまで制作した4つの映像教材と合わせて、24時間いつでも視聴できる環境を整えた。また、同映像を収録したDVDを作成し、町の保健福祉事業や希望する町内高齢者施設で活用していただいている。

2. 健康づくり効果の評価

神楽エクササイズの効果

神楽エクササイズの放送開始に合わせて、ケーブルテレビ放送等を活用した神楽エクササイズの有効性を評価するため住民に協力を得て体力測定を4回（6月、7月、9月、12月）実施し、延べ85名の参加があった。

町民健康調査

ケーブルテレビ放送の住民の健康への効果評価するために、全住民のうち年齢・性別を考慮して層化無作為抽出した1,000人を対象として、高血圧に関する知識や食事に関する生活習慣の状況や精神的健康状態など質問紙調査を令和4年1月に実施した。



実施結果

事業成果の公表（学会発表・論文投稿）

「住民とともにつくる地域に根ざした高血圧予防を目指した健康番組」

雑誌「保健師ジャーナル」に、本事業の活動を共同研究者（日之影町保健師）と事業代表者が報告した。

「神楽の動きを取り入れたエクササイズの開発」

国際学会「Transcultural Nursing Society Conference in Japan2020」で開発した神楽エクササイズの開発過程及び検証結果を報告した。

事業報告書の作成

5年間の活動を報告書としてまとめ、ケーブルテレビを活用した健康づくりやご当地体操の開発等の保健活動に活かしていただけるように中山間地域自治体を含む県内の市町村等に配布し、報告書を配布した。



考察・今後の活動方針

- 新型コロナウイルス感染症の流行下であったため、神楽エクササイズの効果検証の協力者を集めることが難しく、予定していた実施計画の大幅な変更により、参加人数も想定よりも少なくなってしまった。
- しかし、住民を対象とした体力測定会は感染予防対策を徹底して、円滑に実施できるように研究事業組織で検討を重ねて実施した。参加者からは、「神楽エクササイズの継続することで体力の向上等が実感できた」との声があり、また、体力測定の分析結果からも握力と椅子立ち上がりなどの項目の向上がみられ、神楽エクササイズの効果を確認できた。
- 住民全体の健康づくり効果について、今回実施した健康調査結果に基づいて研究事業組織で分析を行い、分析結果は日之影町のホームページ等で公表していきたい。また、神楽エクササイズの活用方法も含めて、今後の町の健康づくりの方策について引き続き研究事業組織を中心に検討を行っていききたいと考える。