

「健康支援型」道の駅利用で健康に！

～道の駅利用者で主観的健康感不良者が約33%減少～

千葉県睦沢町、パシフィックコンサルタンツ株式会社が代表企業として設計・整備・運営を行うむつざわスマートウェルネスタウン株式会社は連携して、主観的健康感の向上を目的とした先進予防型まちづくりに取り組んでいます。外出や人と出会う機会が健康観向上に寄与するという研究結果を踏まえ、2019年度に先進予防型のまちづくりの中核拠点となる「健康支援型」道の駅を整備しました。その効果検証のため、道の駅整備前の2018年度、整備後の2020年度と2021年度の3時点で65歳以上の要介護認定を受けていない全高齢者約2,500人を対象とした調査を実施しました。3時点の調査に回答した576人の分析では、統計学的方法で2018年度の状態を両群間で調整した上でも、2020年度に道の駅を利用していた方(344人)では、利用していなかった方(165人)と比較して、2021年度の主観的健康感が悪いと回答した方が約33%少ないことがわかりました。この理由の一部として、道の駅を利用している方で外出や人と出会う機会が増えていたことが確認できました。

「健康支援型」道の駅のような商業施設整備で、利用者が増え、利用している方で主観的健康感不良者が減る可能性が示されました。

お問合せ先： 千葉大学予防医学センター 特任研究員 熊澤大輔 kumazawa.d@chiba-u.jp

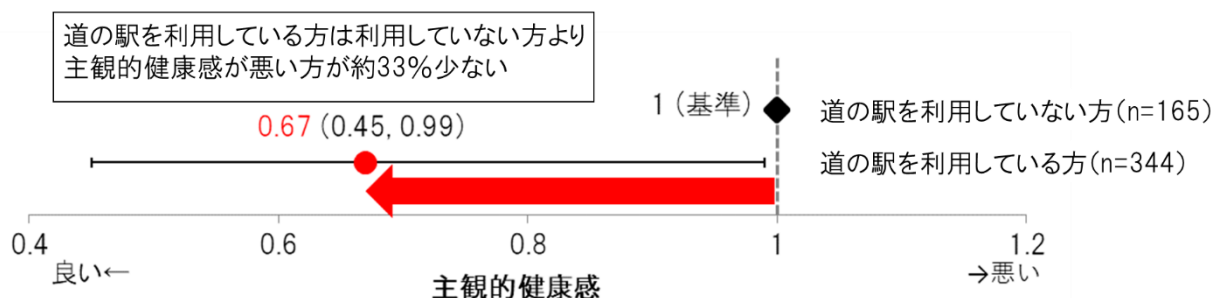


図 道の駅を利用していない方と比べた利用している方の2021年度の主観的健康感

※今回のような結果が、たまたま観察される確率を計算したところ5%未満でした。

図では、道の駅を利用していない方と利用している方を比べ、移転前(2018年度)の各項目：性別、年齢階級、教育歴、経済的困窮感、独居、主観的健康感の影響を統計学的に考慮しました。



図 「健康支援型」道の駅

(出典：安福ら.先進予防型まちづくり：JAGES「睦沢町プロジェクト」.公衆衛生情報.2021)

■背景

千葉県睦沢町では、「暮らしているだけで健康になる」まちづくりによって主観的健康感の向上を目指す、先進予防型まちづくりに取り組んでいます。その取り組みの1つとして、「外出の機会」や「人と会うこと」が健康感の向上に寄与するという研究結果を踏まえ、2019年度に、従来の農産物直売所に加え、レストランや温浴施設、防災広場などを備えた「健康支援型」道の駅を整備しました。そこで、道の駅利用が主観的健康感不良の減少と関連するのか検証することを目的としました。

■対象と方法

2019年9月の道の駅整備前後の3時点データを用いて道の駅開設後の利用群と非利用群を比較評価した追跡研究です。道の駅整備前の2018年7月(2018年度調査)、2019年の整備後の2020年11月(2020年度調査)と2022年1月(2021年度調査)の3回、自記式調査票の郵送調査を行い、個票レベルで結合した3時点の追跡データを作成しました。目的変数は2021年度調査の主観的健康感不良、説明変数は2020年度調査時点の道の駅利用としました。調整変数は2018年度調査の基本属性(性別、年齢階級、教育歴、経済的困窮感、独居、主観的健康感)と2018、2020年度の外出、社会参加、社会的ネットワークとしました。多変量解析は多重代入法で欠損値を補完し、2018年度調査の基本属性を調整したモデル(モデル1)、モデル1に加えて2018年度と2020年度調査の外出、社会参加、社会的ネットワーク(モデル2)を投入した各モデルについて分析を行い、修正ポアソン回帰分析を用い、主観的健康感不良になる確率を求めました。

■結果

対象者576人のうち、道の駅を利用している方は344人(59.8%)、利用していない方は165人(28.6%)でした。2018年度の基本属性を調整したモデル1の多変量解析の結果、道の駅を利用していない方に対して利用している方では、主観的健康感不良になる確率は0.67倍で、統計学的に有意※に減少していました。それに対して、2018年度の基本属性に加えて外出、社会参加、社会的ネットワークを調整したモデル2では主観的健康感不良になる確率は0.71倍で、有意な関連はみられませんでした。

※今回のような結果が、たまたま観察される確率を計算したところ5%未満でした。

■結論

本研究では、3時点の追跡データを用い、道の駅整備前の影響要因を調整した上で、道の駅を利用している方で主観的健康感不良者が減少、つまり不良から改善していました。道の駅の整備が「自然に健康になれる環境」の1つとなり、外出や人と出会う機会が増え、主観的健康感不良者を改善しうることが示されました。

■本研究の意義

道の駅の整備後、道の駅を利用している方で主観的健康感不良が減少したことを検証した初の研究です。道の駅などの商業施設が、外出のきっかけとなり、人と出会う機会となり、「自然に健康になれる環境」になりうることが示されました。

■発表論文

熊澤大輔, 田村元樹, 井手一茂, 中込敦士, 近藤克則. 「健康支援型」道の駅の利用と主観的健康感: 3 時点パネルデータを用いた縦断研究. 日本公衆衛生雑誌 (J-STAGE 早期公開中)

<https://doi.org/10.11236/jph.22-128>

■謝辞

本研究は独立行政法人日本学術振興会、国立研究開発法人科学技術振興機構(OPERA-JPMJOP1831)、国立研究開発法人日本医療研究開発機構(21k0310073)などから研究費の援助を受けて行われました。