

## オピニオンリーダーのエッセー



自主グループを育て、  
自主グループに育てられる  
所長 相星社吾

鹿児島県伊集院保健所

地域づくりって楽しいな」と、あらためて感じたおはなしをしたいと思います。

昨年(2006年)一一月二日、第一回ゆんぬDuKuSa祭(よろん健康まつり)実行委員会から講演の依頼をいただき、久しぶりに前任地の与論町に出かけきました。ゆんぬDuKuSa祭は、健康体である「よろん」長寿・子宝推進協議会が主催するもので、与論町民全体への健康づくりに関する情報発信の場であると同時に、自主グループ活動を実践する町民にとっても、活動発表の場にもなっています。

平成一五年度から、徳之島保健所は、健康よろんの幸運を、健康をキーワードとして、与論町民自身

は、活動発表の場にもなっています。同時に、健康増進計画の策定(健康よろん21策定委員会)と、手本・人材の活用(健康よろん21の運営)が行われました。

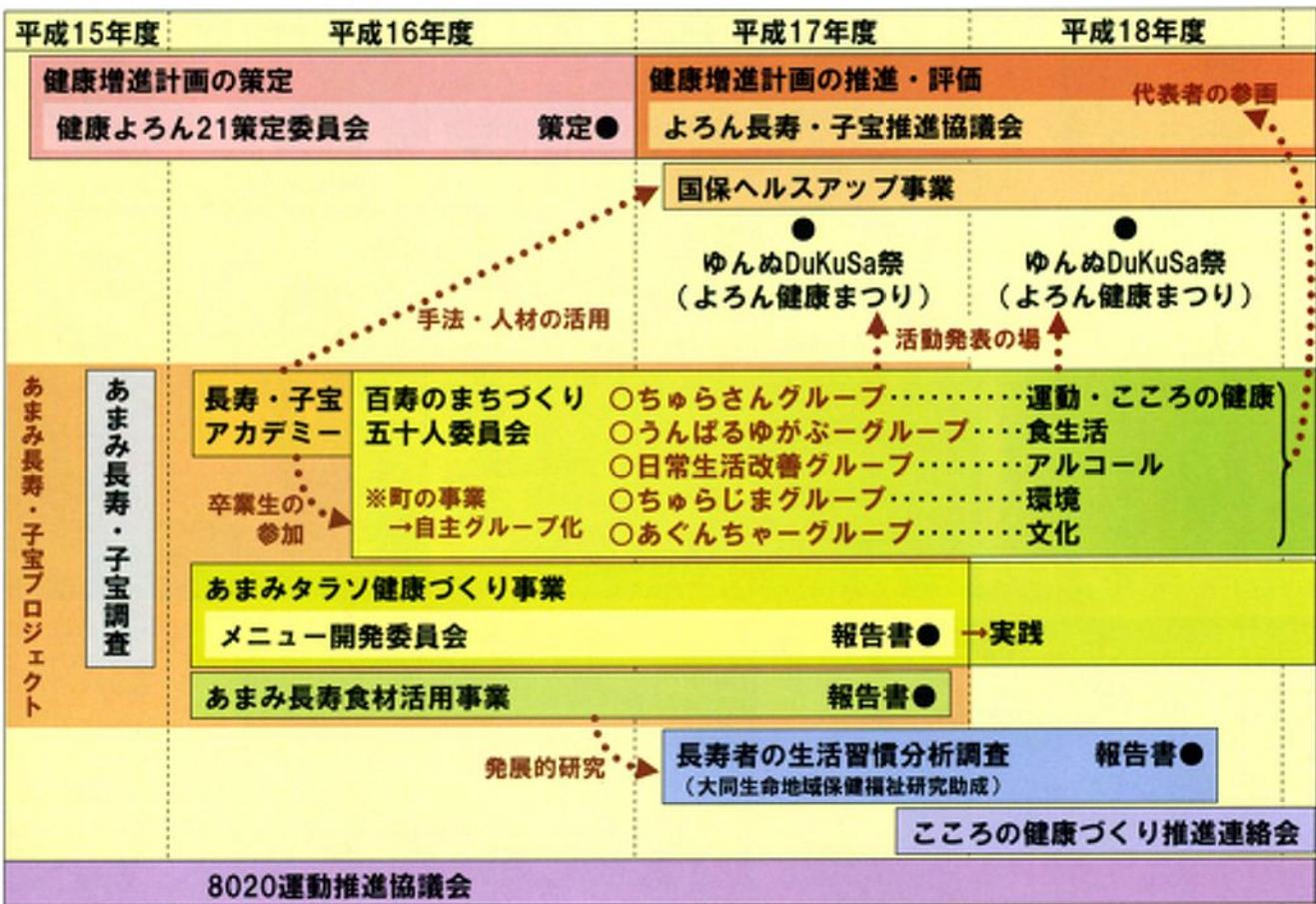


図1. 与論町における自主グループ育成から活動までの流れと背景(平成15~18年度)

活動領域／グループ	具体的活動	4~5月	6~7月	8~9月	10~11月	12~1月	2~3月
運動 ちゅうらさん	○わくわく体操（高齢者） *準備体操で使う *家庭でのストレッチ	○学習会 ○パンフ作成	○体操の練習		○祭で発表		
	○男性エアロ教室（壮年）		○毎週金曜 20:00~ 教室開催				○学習会
こころの健康 ちゅうらさん	○夜遊（十五夜）会開催 (高齢者の生きがい) *唄や昔遊びの内容や歴史についての学習	○夜遊会 月1回、十五夜に開催		○祭に向けた島唄の練習	○祭で紹介 ○集落単位で開催		
食生活 うんばるゆがふー	○薬草レシピ（食ごよみ） *春夏秋冬の季節ごとに作成	○効能書付のレシピ作成	○祭での紹介準備		○祭で展示と食材・茶の販売		
	○薬草茶勉強会（月1回）		○勉強会				
アルコール 日常生活改善	○町「広報よろん」への啓発記事掲載 *月1回の検討会の開催			○啓発記事の掲載	○祭で展示 ○アルハチ・テスト実演 ○警察との連携	○啓発記事の掲載	○啓発記事の掲載
環境 ちゅうらじま	○情報誌「ちゅうら島便り」 ○ゴミステーション清掃 ○リサイクルセンターとの連携	○便り発行 ○学習会 ○清掃活動	○便り発行 ○学習会 ○学習会	○便り発行 ○学習会	○便り発行 ○祭で展示と販売 (アクリルタブ)	○便り発行	○便り発行
文化 あぐんちやー	○文化交流の場の設定 *夜遊（十五夜）会参加			○夜遊会への参加	○祭で方言漫才発表		○昔がたり紙芝居の作成検討を開始
	○島唄（与論応援歌）作成への試み						
よろん長寿 ・子宝推進協議会	○健康よろん21の推進 ○五十人委員会の活動調整 ○ゆんぬDuKuSa祭の開催	○協議会の設置		○祭の企画と準備 ○協議会の開催	○祭の開催 ○協議会の開催		○五十人委員会の開催

図2. 平成17年度の活動実績

※久保信子ほか：健康なまちづくり推進への保健所の関わりについて、全国地域保健師学術研究会、2006（一部改変）

に考えていただき、「ための支援を開始しました。時と同じくして、県本庁では、あまみ長寿・子宝プロジェクトが動き出し、モデル町として与論町が手を挙げてくださいました。その結果、平成十六年度は、健康よろん21、長寿・子宝アカデミー、百寿のまちづくり五十人委員会、タラソ健康づくりメニュー開発：メニューオンリーワンの島づくり」のために、自らの活動を踏まえた建設的な提言を行っています。

長寿・子宝アカデミーで健康づくりについて考え、百寿のまちづくり五十人委員会で地域づくりを考え、さらにその発展形としてのグループ活動で地域づくりを企画・実践してきた町民は、平成一八年度、期待にたがわざその活動を拡充していました。

え、企画し、実践する五つの自主グループが誕生しました。

健康よろん21では、運動、こころの健康、食生活、アルコール、たばこ、歯の健康、環境、文化のハつの領域を設定しており、五つの自主グループは、このうち、たばこ領域と歯の健康領域を除く六つの領域に対応した活動を行っています。

健康よろん21では、運動、こころの健康、食生活、アルコール、たばこ、歯の健康、環境、文化のハつの領域を設定しており、五つの自主グループは、このうち、たばこ領域と歯の健康領域を除く六つの領域に対応した活動を行っています。

年度	段階	住民の参加形態	町	保健所(県)	主導割合
15	準備	健康よろん21策定委員会設置			
	I 前熟考期	健康づくりを考える 受講 → 討議 *講義 *グループワーク	長寿・子宝アカデミーの共催 広報 対象選定・案内 教室開催 グループワーク補助・個別支援	長寿・子宝アカデミーの主催 企画・教室案内(参加勧奨) 教室開催 講義・グループワーク進行・ 個別支援 OB会開催	保健所 情報提供 教室企画 案内文書 教室実施 評価
16	II 熟考期	地域づくりを考える 討議 → 提言 *講義 *グループワーク	百寿のまちづくり五十人委員会の主催 企画・広報・案内(参加声かけ) 委員会開催 進行・グループワーク進行 提言書作成	百寿のまちづくり五十人委員会の共催 企画助言 講義・グループワーク全体進行 (PRECEDE-PROCEED model活用) 提言書作成助言	
17	III 準備期	地域づくりを企画する *グループワーク	グループ活動への支援	グループ活動への助言・評価 (進捗確認)	町 企画 広報 案内 実施 評価
17	IV 実行期	地域づくりを実践する *グループ活動 *イベント参加	長寿・子宝推進協議会の設置 進捗確認・評価 ゆんぬDuKuSa祭の開催 発表の場の提供	長寿・子宝推進協議会の共催 運営委員としての参加 企画への助言 進行	
18	V 継持期	活動を拡充する *グループ活動 *広報 *仲間づくり *イベント企画	長寿・子宝推進協議会の開催 進捗確認・評価 ゆんぬDuKuSa祭の開催 発表の場の提供	長寿・子宝推進協議会の共催 運営委員としての参加 企画への助言 進行	↓ グループ 活動 企画

図3. 町・保健所のステージごとの支援内容

※久保倫子ほか：健康なまちづくり推進への保健所の関わりについて、全国地域保健師学術研究会、2006（一部改変）

「」ことは、ゆんぬDuKuSa祭における展示・発表内容のみならず、祭の開催（企画・実施）への関わりからもうかがい知ることができます。また、活動への参加者も着実に増えているようでした。



発表風景

施という「幸運」があり、豊富とは言えないまでも、ある程度の予算が確保されたことも一因だと思いますが、好機をとらえて地域づくりに取り組もう：という町の熱意と、参加なさった町民の「与論の幸運」に対する思いの強さに、私たち保健所職員が気持ちを動かされるところが大きかったと感じています。

町民が地域づくりの楽しさを知った

討論では、その後、早世の問題に対応するため、食生活改善推進員を中心とした研究グループによつて長寿者の生活习惯分析調査が実施されたり、こちらの健康問題に対応するため、ここでの健康づくり推進連絡会が設置されたり…と、いろいろな動きが出てきています。

私たち地域保健従事者が「仕掛け」



て自主グループを育て、その自主グループのメンバーに私たちがまた育てられる…ということをくり返しながら、地域も、地域保健従事者も元気になつていいくんだらうな…と思います。

### 相星 壮吾 (あいほし そうご)

鹿児島県伊集院保健所長

#### 経歴：

鹿児島市医師会病院小児科医長  
鹿児島県立大島病院小児科部長  
鹿児島県保健予防課、健康増進課、  
児童福祉課技術補佐  
鹿児島県徳之島保健所長を経て  
平成18年4月より現職