

# 葛飾区における健康入浴推進モデル事業実施報告書

平成19年3月

東京都公衆浴場業生活衛生同業組合

(このモデル事業は、東京都生活衛生営業指導センターが、東京都公衆浴場業生活衛生同業組合へ委託して実施した事業です。)

## 目 次

- 1 はじめに
- 2 モデル事業の実施結果について
- 3 葛飾区健康入浴推進事業検討会の意見について
- 4 まとめ(モデル事業の評価と今後について)

### 参考資料

- 1 健康入浴推進事業実施要領
- 2 地区健康入浴推進事業検討会要領
- 3 葛飾区健康入浴推進事業検討会員名簿
- 4 参考資料
  - 葛飾区における健康入浴推進モデル事業(打合せ資料)
  - 健康入浴推進モデル事業案内ポスター
  - 参加者カード
  - 体調チェック票
  - 葛飾区広報

## 1はじめに

健康入浴推進事業は、平成 16 年 4 月の公衆浴場確保法の改正を受けて実施されるものである。この法改正の趣旨は、地域における公衆浴場が貴重な社会的財産であることから、地方自治体は、この公衆浴場を活用して地域住民の福祉の向上を図ることとされている。

その具体的な事業の進め方として、国庫補助金事業として平成 17 年度は都道府県指導センターが事業を進め、平成 18 年度より「都道府県指導センターは事業の全部又は一部を、適切な事業運営ができる法人等に委託することができる」とこととなり、(財)東京都生活衛生営業指導センターより当組合が委託を受けて実施した。

具体的な事業内容としては、健康入浴推進員の養成講習会、健康入浴推進事業運営協議会、健康入浴推進モデル事業の3つがあげられている。

当組合では、の運営協議会については、モデル事業を実施する地区での推進検討会を行い、モデル事業のノウハウ・成果を当該自治体並びに地区公衆浴場組合に活用してもらう方式として実施することとした。

## 2モデル事業の実施結果について

### (1)モデル事業実施浴場

大黒湯 葛飾区西新小岩 4 - 14 - 5

### (2)3 回にわたる実施状況

各回の実施年月日、参加人員、実施内容は次表のとおりである。

#### 第 1 回葛飾区における健康入浴推進モデル事業について

実施年月日 平成 18 年 12 月 19 日(火)午後 2 時~3 時 30 分

指導者数 1 名 平 圭子(葛飾区認定スポーツ指導員・障害者スポーツ指導員(日本障害者スポーツ協会認定)等)

参加人員 17 名(男性 4 名・女性 13 名)

#### 第 2 回葛飾区における健康入浴推進モデル事業について

実施年月日 平成 19 年 1 月 16 日(火)午後 2 時~3 時 30 分

指導者数 1 名 平 圭子(同上)

参加人員 11 名(男性 4 名・女性 7 名)

#### 第 3 回葛飾区における健康入浴推進モデル事業について

実施年月日 平成 19 年 2 月 13 日(火)午後 2 時~3 時 30 分

指導者数 1 名 平 圭子(同上)

参加人員 12 名(男性 4 名・女性 8 名)

当初参加募集したときには 19 名の応募があったが、2 回目で 1 名、3 回目

では2名と実施するたびに応募者が増えてきたが、3回の実施で、参加者延べ人員は40名だった。

はじめに簡単な健康チェックを行った後、新しく購入した血圧計で自己測定した。

参加者の中には相当の高齢者もいたため、軽い準備体操をし、基本的なメニューとして脱衣場の床に座ったままでの転倒予防体操やタオルを使っでの筋力アップのための運動等を行なった。

整理体操を含めて1時間30分かけて、無理のないようにゆっくりと行なった。

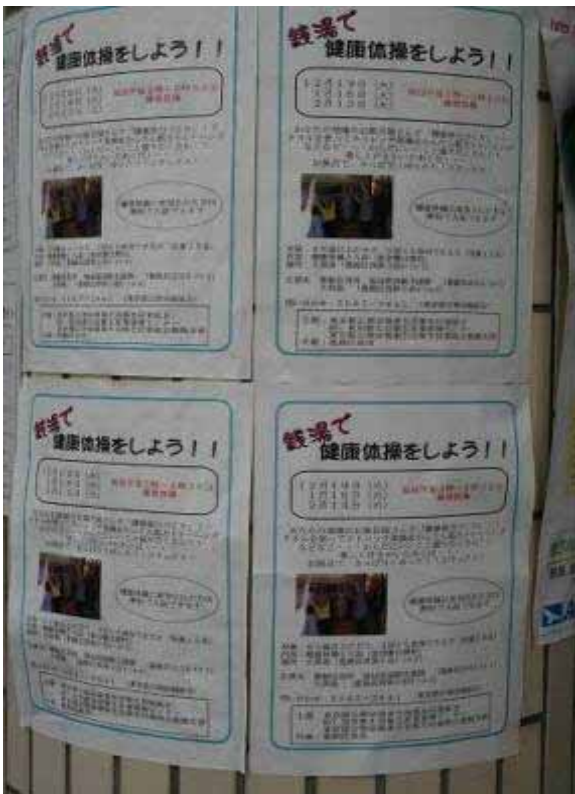
(3)3回の実施状況の写真について

以上の3回の実施状況の写真の一部を次に示したい。

## 葛飾区における健康入浴推進モデル事業



大黒湯：入り口



入り口告知用ポスター

腕を伸ばしての筋トレ



腰を左右に



前に出した膝の上に手を添えて、後ろに伸ばした足のふくらはぎの筋トレ



ひざを胸に近づけて



## 股関節の運動



## 腹筋強化

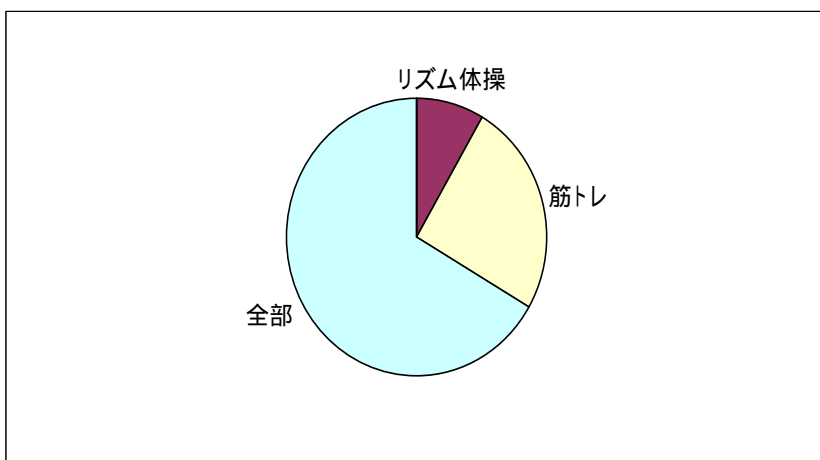




(4)3 回目の参加者へのアンケート結果について

質問1 プログラムの中で一番よかったのはどれですか？一つお答えください。

転倒予防体操		
リズム体操	1	8.33%
筋トレ	3	25.00%
全部	8	66.67%



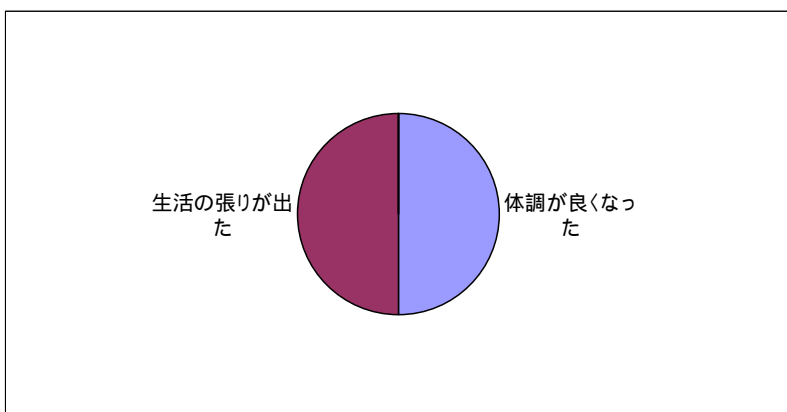
質問2 プログラム全体の長さはいかがでしたでしょうか？一つお答えください。

長かった		
少し長かった		
ちょうどよかった	12	100%
少し短かった		
短かった		

全員が全体の長さはちょうど良かったと答えた。

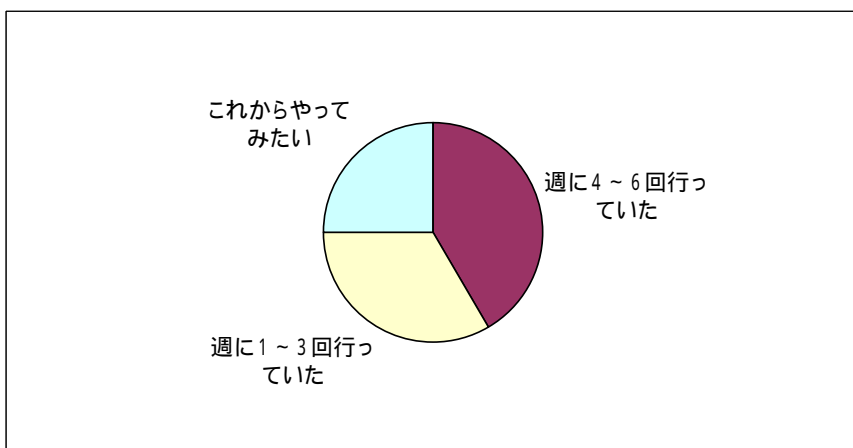
質問3 プログラムを実施して変化はありましたか？一つお答えください。

体調が良くなった	6	50%
生活の張りが出た	6	50%
特に変わらない		
その他		



質問4 自宅に帰っても体操を行いましたか？一つお答えください。

毎日行っていた		
週に4～6回行っていた	5	41.67%
週に1～3回行っていた	4	33.33%
これからやってみたい	3	25.00%
続けようとは思わない		



質問5 よろしければスタッフへのメッセージをお願いします。

- ・親切に指導して下さるので、体調がよくなりました。
- ・ありがとうございました。楽しくできました。これからもよろしく。
- ・ご苦労様です。
- ・先生の教育が非常によかった。できれば月に3回位やりたいと思います。
- ・このような体操をもっとやりたい。

質問6 その他、お気づきの点等ございましたらどんなことでもご記入ください。

- ・筋肉は新しくできないと思っていましたが、年をとっても少しでも出来ることを聞き、努力したいと思います。
- ・手首の痛さが楽になったので、これからも続けてやってもらいたい。
- ・月2度位やってほしい。
- ・今後もこのような機会を続けてくださればありがたい。
- ・風呂屋の主人が非常に良い。
- ・毎月やってほしい。
- ・このような事がいつどこでやっているかわからない。
- ・もっとわかり安く知らせて欲しい。(PR 不足?)

アンケートは第3回目の参加者に対して行ったが、概ね好意的な意見が多かった。

参加者12名の回答であるが、プログラムの中ではすべての運動に対し好評であった。

プログラムの長さについては、1時間30分であったが、すべての参加者が適当と答えた。

モデル事業参加後の身体の変化の状況については、体調が良くなった50%と生活に張りが出た50%との回答が全員から寄せられた。

また自宅に帰ってからも75%が健康体操を続けていた。

### 3 葛飾区健康入浴推進事業検討会の意見について

以上の実施結果を受けて、平成 19 年 3 月 12 日葛飾区における健康入浴推進モデル事業検討会を開催した。今回のモデル事業の評価を行うとともに、今後の葛飾区における健康入浴推進事業について議論を行った。

各委員から出された主な意見についてまとめ。

東京都委員からの意見

・モデル事業は区民の参加者には好評であり、モデル事業は今後とも引き続き継続していければよい。

葛飾区委員からの意見

・区でも同じような事業を行っているが、公衆浴場の地域の文化、交流の場としてふれあい銭湯事業を継続していきたい。

・PR 不足と言う意見もあるが、広報誌だけで十分であったか、案内の工夫が必要だ。

・今回の事業は区民に好評であり、継続したいので、東京都等補助事業として新しい仕組みを作っていただきたい。

・事務の進め方として参加者カードに次の予定を記載してあり、参考としたい。

・区の独自事業では人的部門は大勢いるが、備品類についてみると血压計もない。モデル事業の延長線として備品類の配備を東京都等にお願いしたい。

・せっかく集まっていたいていますので、ワンポイント講座も非常に効果があると思います。

事業実施団体の意見(葛飾区教育委員会)

・参加することで身体に良いということはわかっているので、町会の回覧でより身近な大勢の方に知らせて欲しい。

事業委託関係団体委員の意見

・区の独自事業とモデル事業の整合性等のすり合わせをして、更に良い事業としていくことが大きな課題と思う。

・介護保険の中の介護予防事業はますます重要になっていくと思うので、東京都のご助力を得て全都に広げて生きたい。

・回数などは今後どうつなげていくかなど、まだまだ課題はあると思う。

・個人情報保護の観点から、参加者のどのようにお知らせするか、今後の検討事項だと思う。

公衆浴場葛飾支部委員からの意見

・企画も新しく慣れていない、慣れればもっとよくできるようになると思う。

・モデル事業は敬老館の体操のようにたくさん来ればよいというものではない。

・区独自の事業では終了後入浴はないが、モデル事業は終了後無料入浴がある。参加者はどちらにも参加しているので、区の事業でも入浴できるものと

思っている。浴場独自で入浴してもらっている。区の事業でも入浴できるようにしてほしい。

モデル事業実施浴場委員からの意見

・PRの方法として地域も参加者も限定されるのはやむを得ない、どうしても実施浴場の近隣のお客様が対象となってしまう。

・回数の問題として、モデル事業のため、3回と言うのがわかってもらえなかった。

・週1回くらいでないといけないと実施日を忘れ、欠席してしまうこともあった。

・内容としては、遊び心を入れたリクリエーションの要素を加えたら、より充実したものとなると思う。

・健康体操だけで終わらず、健康相談やノロウイルス、インフルエンザなどについての説明をしてもらおうとお年寄りの方々には指導の効果があるのではないのでしょうか。

・受付名簿に氏名、住所、電話番号などを記載した書類を置いているが、個人情報を守らなければならない、受付方法を工夫したい。

公衆浴場本部委員からの意見

・PRの不足もあったが、3回とも多数の参加者があった。

・今後の課題として、参加者が多数の場合の対応策の検討をする必要がある。

・3回目に収入役もおいでいただき、感謝している。

・終了後、無料入浴できることは魅力がある。

#### 4 まとめ（モデル事業の評価と今後について）

メニューは参加者の体力等にに合わせて、軽い体操を中心に、楽しく参加できる工夫がされていたこともあって、笑顔を絶やすことなく、非常に生き生きとした表情をみせていた。

時間も1時間30分程度ではあったが、無理のないようにゆっくり進められた。

アンケートをみてもプログラム全体の長さが丁度いいと参加者全員が答えた。

高齢者が地域の公衆浴場での行事に気軽に参加していくには、誘い合って交流する機会となっていくような定例的な行事としていくことも重要と思われる。

いずれにしてもこのような事業が、高齢者の生活の質の改善や、高齢者が表にでて交流する機会を増やし、ひきこもりの防止や、寝たきり予防等に果たす効果は大きいものと思われる。

今後、高齢者の福祉を司る区と公衆浴場の事業者との連携が一層深まることが期待される。

## 参考資料 1 健康入浴推進事業実施要領

### 1 目的

公衆浴場の確保のための特別措置に関する法律の改正（平成16年4月）に伴い、住民の健康増進並びに住民相互の交流促進等、住民の福祉向上を図るため、財団法人東京都生活衛生営業指導センター（以下「指導センター」という。）及び東京都公衆浴場業生活衛生同業組合（以下「浴場組合」という。）が協力して、地域住民に身近な交流の場所である一般公衆浴場を活用し、生活習慣病の予防及び改善並びに健康に関する情報の提供を行うほか、入浴に関する正しい知識の普及及び実践的な指導等を行う健康入浴推進モデル事業（以下「モデル事業」という。）を実施することにより、住民の健康増進に資するとともに、地方自治体が一般公衆浴場の新たな利用方法を普及する際の指針等を示すことを目的とする。

### 2 実施主体

本事業は、指導センターにおいて実施するものとする。

ただし、指導センターは事業の全部又は一部を、適切な事業運営ができる法人等に委託することができる。

### 3 事業内容

#### 健康入浴推進員養成講習会

健康入浴推進事業を地域に定着させ、長く継続して実施していくための役割を担う者を養成するため、指導センターは一般公衆浴場業に従事する者等を対象に次の事項に関する健康入浴推進員養成講習会（以下「講習会」という。）を実施し、講習修了者を「健康入浴推進員」として育成する。

生活習慣病の予防及び改善並びに健康に関する情報の提供を行うための手法

一般公衆浴場の利用者等に対して、入浴に関する正しい知識の普及及び実践的な指導等を行うために必要な知識

健康入浴推進事業の実施運営に必要な知識及び情報並びに先駆的な類似事業の取り組み例等

#### 地区健康入浴推進事業検討会

健康入浴推進事業を各地区において効果的なものとして実施するため、地区健康入浴推進事業検討会（以下「検討会」という。）を設置し、モデル事業の推進並びに事業実施後の評価等を行う。

検討会は、指導センター、当該地区浴場組合支部及び福祉関係団体等の

関係者並びに当該区市町村の事務担当者（保健師、看護師、栄養士、健康運動指導士等を含む。）等をもって構成する。

#### 健康入浴推進モデル事業

モデル事業は、次に掲げる事業のうち地区の状況を踏まえて実施する。

生活習慣病の予防及び改善並びに健康に関する情報の提供

入浴に関する正しい知識の普及及び実践的な指導等

保健師、栄養士、健康運動指導士等による健康教育及び相談等

#### 4 実施方法

モデル事業の実施は、当該区市町村或いは当該地区浴場組合支部に事業を委託して行う。

#### 5 実施場所

モデル事業は、浴場組合に加入する一般公衆浴場で実施する。

#### 6 参加対象

モデル事業の参加対象者は、実施区内に住所を有する者とする。

#### 7 参加費用

モデル事業の参加費用は無料とする。

#### 8 委 任

この要領の実施について必要な事項は、別に理事長が定める。

#### 付 則

この要領は、平成 17 年 11 月 28 日から施行する。

#### 付 則

この要領は、平成 18 年 4 月 1 日から施行する。

## 資料 2 地区健康入浴推進事業検討会要領

### (目的)

第 1 条 この要領は、健康入浴推進モデル事業（以下「モデル事業」という。）の円滑な運営のための検討及び事業実施後の評価を行うため地区健康入浴推進事業検討会（以下「検討会」という。）の設置及び運営に関して必要な事項を定める。

### (検討事項)

第 2 条 検討会は、次に掲げる事項について検討及び評価を行う。

モデル事業の運営に関すること

モデル事業の実施後の評価に関すること

その他モデル事業に必要な事項に関すること

### (構成)

第 3 条 検討会の委員の構成は次のとおりとし、財団法人東京都生活衛生営業指導センター理事長（以下「理事長」という。）が委嘱する。

地区地方自治体職員 3 名以内

地区公衆浴場組合関係者(健康入浴推進員) 4 名以内

モデル事業実施業者 2 名以内

モデル事業参加団体関係者 3 名以内

モデル事業指導関係者 3 名以内

### (委員長)

第 4 条 検討会に委員長を 1 名置く。

2 委員長は委員の中から理事長が委嘱する。

3 委員長は検討会の議長を務めるほか、会務を総理し、検討会を代表する。

4 委員長に事故があるときは、委員長が予め指名する委員がその職務を代行する。

### (会議及び定足数)

第 5 条 検討会は理事長が招集する。

2 検討会の開催は、委員の過半数の出席を要するものとする。

### (委員以外の者の出席)

第 6 条 検討会の要請を受け、理事長が認めるときは委員以外の者を検討会に出席させることができる。

### (報酬等の支給)

第 7 条 検討会に出席した者については、報酬及び旅費を支給する。ただし、地方自治体職員については支給しない。



2 前項に定める報酬及び旅費の額、支給方法は理事長が別に定めるところによる。

(運営に必要な事項)

第8条 この要領に定めるもののほか、検討会の運営に関して必要な事項は、検討会において定めることができるものとする。

(庶務)

第9条 検討会に関する庶務は、財団法人東京都生活衛生営業指導センター事務局において処理するものとする。

2 事務局の職員は検討会に出席し、委員長の許可を得て発言することができる。

付 則

この要領は、平成17年12月1日から施行する。

参考資料 3 葛飾区健康入浴推進事業検討会委員名簿

区分	氏名	所属
東京都関係	委員 安藤純子	東京都福祉保健局環境衛生課生活衛生係 係長
	委員 芳之内秀憲	東京都福祉保健局環境衛生課生活衛生係 主事
地区地方自治体 職員	委員 高田泰孝	葛飾区役所 福祉部高齢者支援課長
	委員 芳賀清泰	葛飾区役所 福祉部高齢者支援課高齢者相談係主査
	委員 山口文子	葛飾区役所 福祉部高齢者支援課高齢者相談係保健師
	委員 甘利光一	葛飾区教育委員会生涯スポーツ課事業係 スポーツ担当係長
	委員 池谷俊子	葛飾区教育委員会生涯スポーツ課スポーツ 事業係社会教育主事
事業委託関係団体	委員 内海憲二	(財)東京都生活衛生営業指導センター 専務理事
	委員 伊部秀夫	(財)東京都生活衛生営業指導センター 経営指導員
	委員 福島通文	(財)東京都生活衛生営業指導センター 職員
地区公衆浴場組合 関係者	委員長 丸山 勝	東京都公衆浴場業生活衛生同業組合 葛飾支部長
	委員 田中 亨	東京都公衆浴場業生活衛生同業組合 元幹事
	委員 杉原八郎	東京都公衆浴場業生活衛生同業組合 元幹事
事業主催委員	委員 高橋元彰	(財)東京都生活衛生営業指導センター 理事長 東京都公衆浴場業生活衛生同業組合 理事長
	委員 村上謙三	東京都公衆浴場業生活衛生同業組合 常務理事
事務局	大塚芳弘	東京都公衆浴場業生活衛生同業組合 事務局長