

医療機関におけるスポーツ事業に関する研究 ～宮城県富谷町 I クリニックの事例から～

庄司 達矢 永田 秀隆

キーワード：医療機関、スポーツ事業、宮城県富谷町、I クリニック

A study about sports business in a medical institution
～ From an example of I clinic in Tomiyamachi, Miyagi ～

Tatsuya Shoji and Hidetaka Nagata

In this research, while searching the directivity of basic consciousness and the conduct regarding, the health, motion and sport activity of every day of the Tomiyamachi inhabitant where the participant and I clinic to the program of I clinic where the writer participates to guidance management have developed business, you thought of the health of life, motion and sport activity collectively, you designated that construction of the medical institution individual program which urges the freedom independent activity in order to keep living is examined as purpose. The object person of investigation, was the receiving person of stomach cancer medical examination of the Tomiyamachi inhabitant object, the participant to the program of I clinic, and the staff of I clinic. Examination method used the program participant of question paper investigation method and I clinic for the Tomiya townspeople and the hearing taking investigation method to the staff of I clinic. In addition, also the literature and the like which it is related made the material of examination.

Regarding the data which the findings from to the Tomiyamachi inhabitant and the hearing to the participant to the program of the clinic from and so on you take and is obtained, recognition of importance of motion and the sport activity in every day connects directly to actual conduct with is an inexpressible present condition.

At the time of motion and sport being active, medical support urges the sense of relief and continuous heart vis-a-vis the person who is active.

Those which are called the approach of the medical institution to the daily life of the individual it can become opportunity because in addition that keeps adopting motion and sport activity positively in life habit of the self with big influence.

In order in the future, to support the healthy activity every of area, in, a better business executing for constructing the organizational system, the local self-governing body, the medical institution, small-scale cooperation of the welfare institution and the private enterprise etc becomes necessary.

In the future as a medical institution, there are no times when it is bound in installation standard of the “medical law 42 provision facility”, sufficiently it probably is possible to keep developing individual sport business.

Key words : medical institution, sports business, Tomiyamachi, Miyagi , I clinic

I. 緒言

1. 問題の所在

1) わが国の運動施策の現状

わが国においては、1978年の第一次、1988年からの第二次の国民健康づくり対策に続き、2000年からの「健康日本21」において、健康づくりに向けた国民運動について基本的な方向を提示するとともに、9分野70項目にわたる具体的な目標が提示された。また、健康づくり施策を推進する法的基盤として、健康増進法が制定され、現在は「健康フロンティア戦略」も併せ、生活習慣病対策について、重点的に政策が展開される流れとなっている。

現在、介護予防や、心血管疾患の発症・進展において、高血圧、耐糖能障害、高脂血症などの危険因子が集積する病態、いわゆる「メタボリックシンドローム」への注目が集まる中、医療機関経営の新しい流れを生み出す核として制定され、医療法人内で実質的な運動施設経営が可能となるように制定されたのが、「医療法42条施設」である。現在、「メディカルフィットネス施設」として運営している医療機関もいくつかある。

宮城県黒川郡富谷町にあるIクリニックは、生涯にわたり心身の健康を保持増進していくためには、一人ひとりが健康に関する正しい知識・理解を持つとともに、日々の運動やスポーツ活動を習慣付けて、それを実践していくことが大切である、という考え方の下、平成18年からウォーキング、軽スポーツを中心としたプログラムを組み、クリニックに通院した事のある人を主とし、スポーツ事業を提供してきた。しかし、どうしても単発的なものにすぎず、日常生活における運動やスポーツ活動の重要性を認識させ、参加者の自由・自主的な活動を促すまでには程遠い現状であった。そこで、スポーツ事業の定期開催へむけての活動プログラム、会費、指導者の確保、施設、そして組織全般の運営方法の見直しが必要となつた。

2. 研究目的

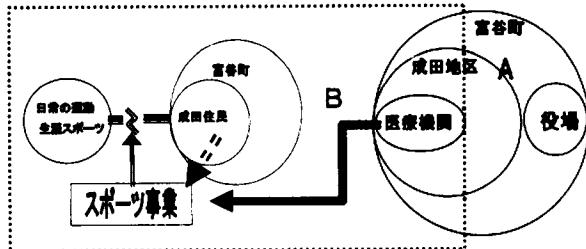
医療機関におけるスポーツ事業のあり方を検討し、そこにはどのような問題や課題が生じてくるのかを明らかにすることが本研究の目的である。

3. 研究の意義

医療機関における、スポーツ事業のより良い内容や方法を検討することで、医療機関ならではのスポーツ事業のあり方を示唆しようとする点に本研究の意義を見い出すことができる。また、そのことにより医療機関の新しい役割を提言することができるのではないかと考える。

II. 研究方法

1. 研究の枠組み



研究の枠組みを図に示したが、まずAにおいて富谷町住民の健康や日常の運動やスポーツ活動への意識及び実態調査を行い、そこに住む人達の現状を把握する。

Bでは、現在進行中である、Iクリニックのスポーツ事業を対象とし、生涯スポーツや日常の健康と運動への意識に関する聞き取り調査等からみられる参加者の意識の変化、また活動を開催しながら生じた問題を整理・検討し、さらに周辺に既存のスポーツクラブ等との比較から、医療機関ならではのスポーツ事業の構築を意図するものである。

2. 研究方法

1) 統計的研究

富谷町の住民に対して、健康、運動やスポーツ活動に対する意識や実態調査を質問紙を用いて行い、回収後、集計・分析を行った。分析は、男女の性別や年代別にて実施するが、20歳代は少ないため20歳代と30歳代を合わせて30歳代以下とまとめることにする。

- (1) 調査期間：平成18年7月～8月
- (2) 調査場所：胃がん検診会場8施設
- (3) 調査対象：富谷町の住民を対象として行われた胃がん検診の受診者627名。

表 対象者の個人的属性

	20代	30代	40代	50代	60代	70代以上
男性	3 (n=186)	24 12.9%	18 9.7%	39 21.0%	56 30.1%	46 24.3%
女性	5 (n=389)	100 25.7%	74 19.0%	99 25.4%	79 20.3%	31 8.0%
合計	8 (n=575)	124 21.6%	92 16.0%	138 24.0%	135 23.5%	77 13.4%

2) 事例研究

クリニック側、プログラム参加者への聞き取り、現行のスポーツ事業の実態、課題や問題点を抽出し検討した。

- (1) 調査期間：平成18年9月～12月
- (2) 調査場所：Iクリニック
- (3) 調査対象：任意で抽出した、Iクリニックが企画し

たプログラム参加者8名と、1クリニックの院長。

III. 結果及び考察

1. 富谷町住民の健康・スポーツの現状及び医療機関との関係

富谷町住民を対象とした質問紙調査に基づき、住民と健康、及び運動・スポーツとの関係について、その傾向を把握した。

1) 住民と健康・体力

健康や体力への注意(性別)		健康や体力への注意(年代別)	
	どちら	どちら	どちら
男性	137 (n=186)	49 73.7%	54 26.3%
女性	271 (n=389)	118 69.7%	25 30.3%
合計	408 (n=575)	167 71.0%	36 29.0%
	X ² =0.972 n.s.		
		30代以下 (n=132)	78 59.1%
		40代 (n=92)	67 72.8%
		50代 (n=138)	102 73.9%
		60代 (n=135)	98 72.6%
		70代以上 (n=80)	63 78.8%
		計 (n=577)	168 70.7%
			X ² =12.215 * (P<0.05)

日頃健康や体力に注意をはらっているかどうか尋ねたところ、「注意をはらっている」と回答した人は全体の約7割であった。年代別では30歳代以下においては、あまり健康に留意しない人が多く見られ(5%水準で有意)、また男性よりも女性にその傾向が強い。

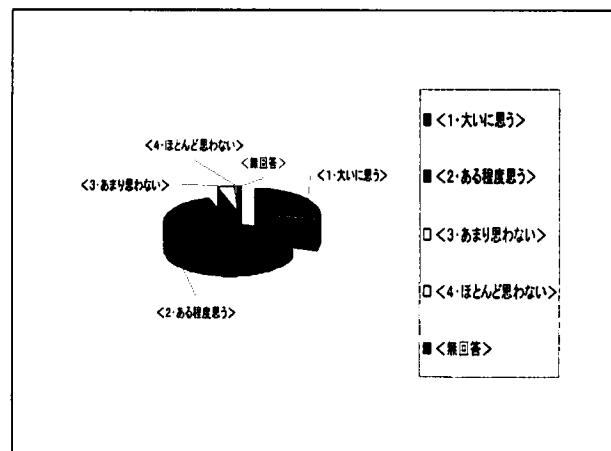
続いて、具体的な回答を得るために、前述の「注意をはらっている」と回答した人に対して、健康・体力の維持増進のために心がけていることに関する質問をし、「食生活」、「睡眠や休養をよくとる」、「規則正しい生活をする」、「運動やスポーツをする」、「酒、タバコをひかえる」、「特ない」、「その他」の7項目から回答を求めた(複数回答)。

結果は表の通りである。

健康・体力の維持増進で心がけていること(性別) <複数回答>							
	食生活	睡眠・休養	規則正さ	運動	嗜好品	なし	その他
男性	104 (n=137)	70 75.9%	59 51.1%	80 43.1%	33 43.8%	5 24.1%	3 3.6%
女性	224 (n=271)	138 82.7%	146 50.9%	113 53.9%	40 41.7%	7 14.8%	8 2.6%
合計	328 (n=408)	208 80.4%	205 51.0%	173 42.4%	73 17.9%	12 2.9%	11 2.7%
健康・体力の維持増進で心がけていること(年代別) <複数回答>							
	食生活	睡眠・休養	規則正さ	運動	嗜好品	なし	その他
30代以下	63 (n=78)	49 80.8%	45 62.8%	35 57.7%	13 44.9%	1 16.7%	2 2.6%
40代	56 (n=67)	35 83.6%	37 52.2%	24 55.2%	16 35.8%	2 23.9%	1 3.0%
50代	80 (n=102)	51 78.4%	49 50.0%	45 48.0%	17 44.1%	3 16.7%	3 2.9%
60代	82 (n=98)	43 83.7%	45 43.9%	44 45.9%	16 44.9%	3 16.3%	4 3.1%
70代以上	48 (n=63)	31 76.2%	29 49.2%	26 46.0%	12 41.3%	3 19.0%	1 4.8%
計	328 (n=408)	208 80.4%	205 51.0%	173 42.4%	73 17.9%	12 2.9%	11 2.7%

全体的には多い順に、「食生活」(80.4%)、「睡眠や休養」(51.0%)、「規則正しい生活」(50.2%)、そして「運動やスポーツ」(42.4%)と続いている。健康な生活のためには、①栄養、②休養、③運動の三つの要素が重要であるが、この三つに関しては、心がけているとの回答が多い順に、「栄養」、「休養」、「運動」となっている。年代別では、「睡眠や休養」と「規則正しい生活」は30歳代以下で最も多く、60歳代で一番少ない。

さらに、今後「健康に生活するために何かしていきたいことはありますか」との質問に対しては、「大いに思う」(29.9%)、「ある程度思う」(65.1%)、「あまり思わない」(4.2%)、「ほとんど思わない」(0.2%)、無回答(0.6%)といった回答になっており、健康な生活のために何かやりたいと考えている人が極めて多いことが浮き彫りにされた。



2) 住民の運動やスポーツ活動

健康な生活に対する意識が高い住民が、では実際に運動やスポーツ活動とどのように関わっているのか、以下で確認してみる。

今後の生活に運動やスポーツ活動を取り入れていきたいかどうか尋ねると、全体では9割を越える住民がそのような意向があるとのことであった。

生活に運動を組み入れる意向(性別)				
	とてもあり	ややあり	あまりなし	全くなし
男性	37 (n=171)	116 21.6%	16 67.8%	2 9.4%
女性	92 (n=356)	237 25.6%	23 66.6%	6 6.5%
計	129 (n=527)	353 24.5%	39 67.0%	8 7.4%
	X ² =2.173 n.s.			
生活に運動を組み入れる意向(年代別)				
	とてもあり	ややあり	あまりなし	全くなし
30代以下	33 (n=124)	82 26.6%	8 66.1%	1 6.5%
40代	23 (n=80)	49 28.8%	6 61.3%	2 7.5%
50代	33 (n=124)	83 26.6%	7 66.9%	1 5.6%
60代	22 (n=126)	92 17.5%	10 73.0%	2 7.9%
70代以上	18 (n=75)	49 24.0%	8 65.3%	0 10.7%
計	129 (n=529)	355 24.4%	39 67.1%	6 7.4%
	X ² =0.164 n.s.			

この結果をみると、日常生活における運動やスポーツ活動というものが、自分自身にとって極めて必要だと感じていることが分かる。

では、実際に住民が運動やスポーツ活動を実施しているかどうか、整理したものが表である。

運動の実施状況(性別別)		運動の実施状況(年代別)			
	実施	非実施			
男性	83	90	30代以下	48	76
(n=173)	48.0%	52.0%	(n=124)	38.7%	61.3%
女性	143	216	40代	32	51
(n=359)	39.8%	60.2%	(n=83)	38.6%	61.4%
合計	226	306	50代	58	67
(n=532)	42.5%	57.5%	(n=125)	46.4%	53.6%
$\chi^2=3.69$ ns		60代	54	72	
		(n=126)	42.9%	57.1%	
		70代以上	36	41	
		(n=77)	46.8%	53.2%	
		計	228	307	
		(n=535)	42.6%	57.4%	
$\chi^2=2.08$ ns					

運動やスポーツ活動の全体での実施率は約42%であり、一般的なデータ（内閣府（2004）の「体力・スポーツに関する世論調査」によると、実施者の割合は68.2%となっている）等と比較してみても、決して高いとは言えない。

男性ほど実施する割合が高い傾向にあり、年代で見ると、実施率は40歳代以下でやや低く、50歳代以上でやや高い傾向にある。

具体的に実施している運動やスポーツ種目は表の通りであるが、上位のはほとんどはスポーツ施設等を必要とせず、手軽に行えるような運動となっている。

現在実施している運動やスポーツ種目<複数回答>	
1 ウォーキング(102件)	21 水中ウォーキング(3件)
2 散歩(20件)	ソフトボール(3件)
3 ストレッチ(20件)	23 ゲートボール(2件)
4 各種球技(19件)	太極拳(2件)
5 スイミング(18件)	サッカー(2件)
6 ゴルフ(15件)	野球(2件)
7 スポーツジム・クラブ(15件)	器具を利用した運動(2件)
8 筋力トレーニング(14件)	スキー(2件)
9 卓球(9件)	29 ダンベル(1件)
10 エアロビクス(9件)	日舞(1件)
11 グラウンドゴルフ(8件)	ブランス(1件)
12 各種ダンス(8件)	空手(1件)
13 ショギング・ラニング(8件)	サーフィン(1件)
14 レーボール(7件)	縄跳び(1件)
15 自転車(6件)	ハンドボール(1件)
16 テニス(5件)	吹き矢(1件)
17 ハドミントン(5件)	柔道(1件)
18 登山(4件)	ステップ(1件)
19 バレエ(4件)	モトクロス・バイク(1件)
20 ヨガ(4件)	ヨガ・ヨイク(1件)

運動を実施しない理由としては、時間の制約が大きなネックとなっているが、育児中のには子どもと一緒にできるプログラムの展開、運動が続かない人に対しては仲間と一緒に和気あいあいと活動が継続できるような工夫をほどこす等によって、多少は解決の糸口を見出すこ

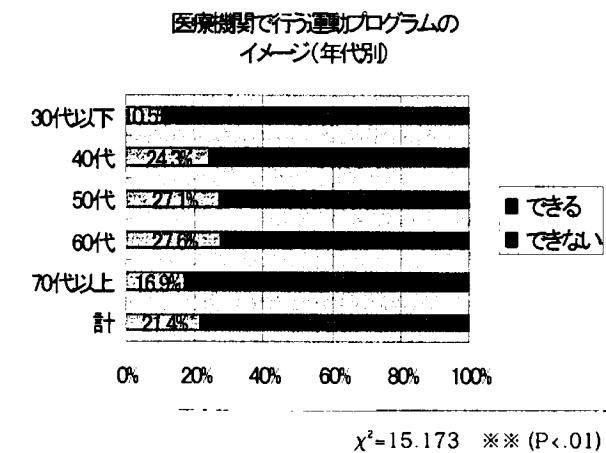
とができるのではないかと考える。

運動やスポーツ活動を行なってない理由<複数回答>	
1 時間がない(131件)	11 苦手(4件)
2 育児や出産(35件)	疲れる(4件)
3 続かない(16件)	15 生活の変化(3件)
4 きっかけ・機会がない(14件)	必要ない(3件)
5 場所がない・遠い(11件)	余裕がない(3件)
6 健康上の理由(10件)	介護のため(3件)
7 面倒・億劫(10件)	19 やり方を知らなければ(2件)
8 関心・やる気ない(10件)	他に優先事項(2件)
9 お金がかかる(7件)	気恥ずかしい(2件)
10 好きでない(9件)	22 道具がない(1件)
11 体力がない(4件)	時間がない(1件)
	仲間がいない(4件)
	不安(1件)

これらの結果から、日常生活における運動やスポーツ活動の重要性の認識が実際の行動に直結しているとはい難い現状にあることがわかる。

スポーツは日常に欠かせないものであるという認識のもとに、実際の生活の中に運動やスポーツを組み込むことができたならば、健康的な生涯を実現することにもつながる。生涯にわたり主体的にスポーツに親しんでいくためには、各人の興味・関心はもとより、継続してスポーツに親しんでいくことが最も重要視されるべき課題であり、自らの健康は自ら保持増進していくという自覚の下に、主体的にスポーツに親しむ態度や習慣を形成していくことが必要となる。

3) 医療機関が行うスポーツ事業



医療機関で行う運動やスポーツ活動をイメージできるかどうか、尋ねたところ、あまりイメージがわかないのが現状のようで、イメージができるとの回答は全体の約2割であった。

医療機関で行うスポーツプログラムはイメージできない人が多いが、できるという人は表のような内容をイメージしていた。上位の「リハビリ」、「ストレッチ」、

「各種体操」などはある程度想定できる内容であった。だが、少数意見にも目を向けると、思った以上に多種多様なプログラムをイメージしていることがわかる。

医療機関で行う運動プログラムのイメージ内容(複数回答)	
1 リハビリ(23件)	11 ジョギング(2件)
2 ストレッチ(13件)	健脚指導(2件)
3 体操・健康体操(10件)	機器指導(回復)(2件)
4 ウォーキング(8件)	22 体育改善(1件)
5 筋力トレーニング(6件)	健康・精神相談(1件)
6 水中ウォーキング(6件)	ダンス(1件)
7 水泳(5件)	座ってのエアロビクス(1件)
8 個人こなした運動プログラム(4件)	指体操(1件)
9 運動器具を使用する運動(4件)	ADL体操(1件)
10 ヨガ(3件)	水中リビング(1件)
11 TVで見るような運動(2件)	アスレティックリビリテーション(1件)
12 気軽にできる運動(2件)	エルゴメーター(1件)
手足の運動(2件)	ティケア(1件)
筋肉運動等の講習会(2件)	腰痛体操(1件)
糖尿病等の運動療法(2件)	ゲートボール(1件)
スポーツジム的施設(2件)	グラウンドゴルフ(1件)
理学療法(2件)	大会(1件)
自転車込み(2件)	健康保険センター的運動(1件)

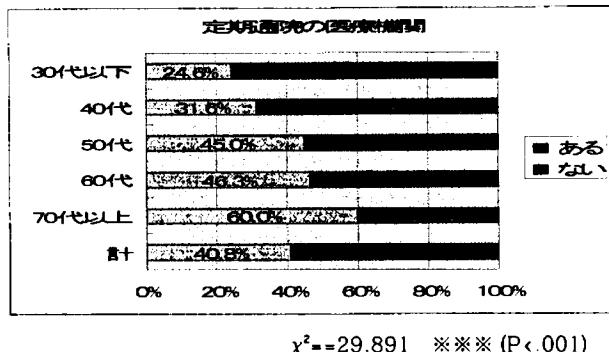
続いて、医療機関に診察や治療以外で望むことについては、全体で約3割が望むことがあると答えている。

医療機関で診察や治療以外で望む事(性別)		医療機関で診察や治療以外で望む事(年代別)		
	ある	ない	ある	ない
男性	41 (n=146)	105 28.1%	34 (n=114)	80 70.2%
女性	101 (n=310)	209 32.6%	25 (n=67)	42 62.7%
合計	142 (n=456)	314 31.1%	35 (n=104)	69 66.3%
	$\chi^2=0.937$ ns.		30代以下 40代 50代 60代 70代以上 計	30代以下 40代 50代 60代 70代以上 計
			37.3% 62.7% 33.7% 66.3% 27.8% 72.2% 29.7% 70.3% 31.3% 68.7%	24.5% 31.5% 45.0% 46.4% 60.0% 40.8%
			$\chi^2=2.211$ ns.	

医療機関で診察や治療以外で望む事(複数回答)	
1 健康等全般の講習会・講話(40件)	9 パンフレットでの指導(2件)
2 病気予防の講習会・講話(16件)	17 レクリエーション(1件)
3 食生活(食材)や栄養面(15件)	スポーツ教室(1件)
4 健康や生活の相談(11件)	漢方薬の知識(1件)
5 運動療法の実践・指導(8件)	患者アドバイスの提供(1件)
6 心のケア・カウンセリング(7件)	年間スケジュール(1件)
7 先生の言葉やトピケーション(5件)	体力づくり(1件)
8 健康体操(3件)	腰痛や肩こり対策(1件)
9 健康増進の実践運動(2件)	医療費の算出法(1件)
マッサージ(2件)	介護(1件)
薬を使い方・薬害(2件)	救急救命(1件)
待ち時間(2件)	心肺蘇生(1件)
医師・病院ラキングや専門性(2件)	スポーツ医療(1件)
生活改善セミナー等(2件)	よくわからない(1件)
ヨガ(2件)	

医療機関に診察や治療以外で望むことについては、健康全般あるいは生活習慣病や高血圧等の病気予防に関する講習会や講話、食生活や栄養相談、健康や生活の相談、

運動療法の実践・指導、そして心のケアやカウンセリング等が上位にあげられた。やはり健康(病気予防)・栄養面・運動全般に対する正確な情報を知りたい、各種の相談・悩み事等を聞いてほしい(コミュニケーションを含む)といった内容を住民は特に求めていることがわかる。



定期的に通院する医療機関の有無については、全体で約4割の住民があると回答している。図を見るとわかるとおり、加齢に伴ない医療機関に定期的に通院する人の割合が増加しているのが明らかである(0.1%水準で有意)。治療以外の事業を確立し、いつでも気軽に訪れる事のできる医療機関づくりは、定期的に通院する医療機関が確定されていない、特に若い世代の利用者の確保に影響を及ぼす可能性もありうるを考える。

2. Iクリニックの実践事例

1) 事業の概要

医療機関がスポーツ事業を計画し実行している事例としてIクリニックを取り上げるが、事業計画の主旨等について、Iクリニックの院長へ聞き取り調査を実施した結果を以下に整理してみる。

(1) なぜ運動療法を連続開催にしたのか?

予防医学の観点からの取り組みです。
以前も、イベントとしては行っていましたが、
身近に患者さんと接する機会の多い開業医の1人として、日常の健康維持に積極的に介入する手段として、週に1度、体調が良好なときでもクリニックに足を運んでいただければと考えました。

規模の大きな医療機関では、なかなか患者さん個々に会える時間が多く取れない場合が多い。Iクリニックのように、地域に根ざした、いわゆる町医師的な存在である中・小規模な医療機関ならではの開かれたイメージを受けた。自分に身近な医師からのこういった働きかけは、

患者側からすると悪い印象を持たれることは少ないと考えられる。患者の日常生活への介入という点をみても、患者とのコミュニケーションをとり易い環境にあるため、抵抗無く受け入れられると予想される。

(2) 具体的なねらいはどんなところにあるのか?

参加者の意識の変化が1番のねらいです。
自分の健康は自分で維持していく、できるという意識を芽生えさせることが大切です。
クリニックとしては、最終的に治療行為と平行した形でこの事業が運営されていけば良いと考えています。

Iクリニックとしては前述の「医療法42条施設」への対応も視野に入れているようではあるが、先行事例と比較しても、施設職員の配置、設備設置基準等を考えると、Iクリニックにおいては現状のままで「医療法42条施設」へすぐさま対応することは難しい。

それだけに頼らないスポーツ事業のあり方を検討する必要があると考える。

実際、Iクリニックでは、主に生活習慣病予防を目的に、運動療法の連続講座を開催した。健康診断などにも利用される医療機器を用いながら基礎データを収集し、それを基に、有酸素運動を取り入れたウォーキング、筋トレ、ポールトレーニングなどを行った。クリニック内のホール、近隣の公園や公民館、公道を利用して活動を行った。

医療機関の運動プログラムへの参加意向(性別)				
	大いに思う	やや思う	あまり思わず	ほとんど思わず
男性	9 (n=171)	91 53.2%	60 35.1%	11 6.4%
女性	35 (n=348)	172 49.4%	120 34.5%	21 6.0%
計	44 (n=519)	263 50.7%	180 34.7%	32 6.2%

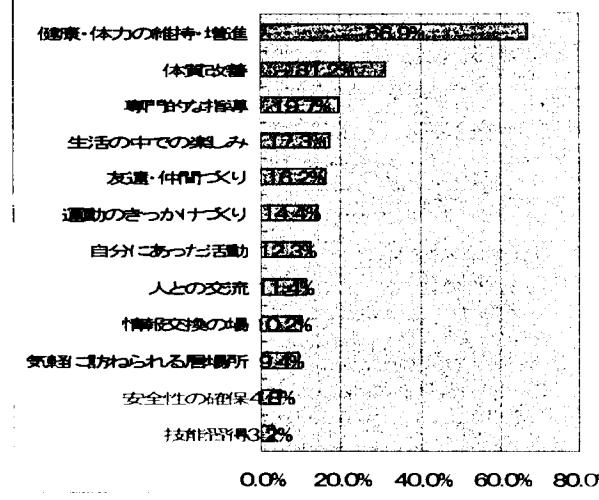
医療機関の運動プログラムへの参加意向(年齢別)				
	大いに思う	やや思う	あまり思わず	ほとんど思わず
30代以下	8 (n=121)	52 43.0%	53 43.8%	8 6.6%
40代	7 (n=75)	37 49.3%	28 37.3%	3 4.0%
50代	12 (n=128)	68 53.1%	38 29.7%	10 7.8%
60代	9 (n=121)	71 58.7%	35 28.9%	6 5.0%
70代以上	8 (n=75)	34 45.3%	28 37.3%	5 6.7%
計	44 (n=520)	262 50.4%	182 35.0%	32 6.2%

富谷町においても、医療機関の運動プログラムへの参加の意向を調査した結果、参加することに肯定的な者の割合は全体の約6割に上った。

のことから、医療機関がスポーツ事業を提供するこ

とに対する住民側のニーズは少なからず存在すると考えられる。

医療機関開拓事業運動プログラムに求められる効果(全体) <複数回答>



0.0% 20.0% 40.0% 60.0% 80.0%

医療機関の行うスポーツ事業に対する関心はある程度見込めることは前述したが、ではいったいそこに何を、あるいはどのような効果を求めているのであろうか。富谷町の調査結果によると、上位5位として多い順に「健康・体力の維持・増進」(66.9%)、「体質改善」(31.2%)、「専門的な指導」(19.7%)、「生活の中での楽しみが増える」(17.3%)、「友達・仲間づくり」(16.2%)を期待していることがわかる。

2) プログラム参加者

前述のように、調査対象地区の人々は、運動やスポーツ活動よりも、食事に気をつけたり、睡眠や休養をとったり、規則正しい生活をするなどして、健康に気をつかう人が多くみられた。プログラム参加者のほとんどはこの調査結果と同じように、日常生活において運動やスポーツ活動に関する時間をもっていない傾向にあった。

最終的な参加者は30歳代から80歳代までの22名であった。初期参加者の紹介、あるいはこのプログラムの存在を耳にして活動自体に興味をもってクリニックを訪れてくれた人が参加者のほとんどだが、その動機は様々であるようだ。

ここではクリニック側のねらいがどの程度参加者へ影響を与えていたかを探るために、参加者に聞き取り調査を実施した。

以下はその結果である。

(1) なぜこのプログラムへの参加を決めたのか?

- 病院の先生にすすめられた。
- 先生の診察を受けて必要だと感じた。

- 友人から病院で運動をしていると聞いた。
- 健康診断の結果を見て体質を改善したかった。
- 運動の方法を教えてもらいたかった。

今まで日常生活に運動を取り入れていない人でも、医師あるいは、病院からの働きかけをきっかけに活動に取り組む姿勢が生まれている。運動やスポーツ活動が必要だという認識と行動との距離をいかに縮めることができるのかという点では、医療機関の働きかけというものが大きな影響力を持ち、またそれが運動やスポーツ活動を積極的に自らの生活習慣の中に取り入れていくためのきっかけになりうると考えられる。

(2) 病院が運動やスポーツ活動を行うことの意味

- 細かくデータを出してくれるので、自分に合わせて運動できる。
- 健康状態をみながら無理なく参加できる。
- 治療も薬だけに頼らずに健康でいられる。
- 自分の健康状態を病院に分かっていてもらえるので、とにかく安心
- 自分の体質の変化が分かり易い。

プログラム参加者の全員が、医学的データやドクターのサポートにより、他のスポーツクラブや市町村等のスポーツプログラムよりも大きな安心感を得ながら活動に取り組めると話している。やはり、医療機関における信頼性や安心感が参加者には大きな意味をもち、参加者自身の健康状態をきちんとしたデータで自ら把握できるという点も参加意欲につながっていると考えて良いだろう。この点においては、実際、富谷町住民への調査で、運動やスポーツを心がける人の割合が低い中、健康診断や基礎データに気をつかう人が多いという結果もあることから、運動効果を細かなデータにより提示することは、今後のスポーツ事業の展開に不可欠なものといえるだろう。

(3) 日常の運動に対する意識の変化について

- 運動は苦手だったが続ける事が楽しくなった。
- 自分には必要だと感じた。
- 自分でも運動ができると思えた。
- ちょっとした運動が健康維持に良いものだとわかった。
- もともと運動意識は高かったがさらに必要性を感じた。

今回の活動のねらいでもある参加者の意識の変化を促すという点では大きな影響がみられた。その要因として、誰もが気軽に楽しめる運動プログラムを提供したことがあつげられるが、なによりもその効果を医学的なデータを用いて分かりやすく提示できたことが最大の要因として考えられる。

自分の健康や体力の現状を自ら評価し、次の活動に生かそうという姿勢も感じられるようになっていた。また、他の参加者と活動を共にすることで、この事業自体がコミュニケーションの場となり、お互いの健康状態や日常生活の中での情報を交換しあう様子もみられ、個人での活動よりも前向きな活動意欲につながっているようだ。

富谷町住民への調査の中にも、医療機関のスポーツ事業に求める効果として、「友達・仲間づくり」、「人との交流」、「情報交換の場」といった類似する回答項目があげられことから、今回の参加者以外にも、この事業自体が理解され易いことが予想される。

さらに興味深い意見として、「お金を払ってでも続けていきたい」という声を抽出できた。参加者全員が同様の意見を述べてくれたが、こういった意見が出てきたということは、この事業が現行の医療機関が行う運動療法と一線を画すプログラムを構築するヒントに成りえると考えられる。診療報酬とは別の形で運営資金の調達が可能な状態にあれば、医療制度の改定等を気にすることなく、独自の事業経営が可能になるだろう。

1クリニックの例をみても、人的資源（ヒト）、物的資源（モノ）、財務的資源（カネ）、情報資源（ジョウホウ）といった経営資源を考えた場合、周辺地域との連携により、現状の活動においてそれらを十分確保できている。このことからも、無理に新たな施設を保有することや、多くの指導員等を配置せずとも、その地域特有のプログラムを組むことで、他の地域にある医療機関においても同等の事業は可能であり、むしろそういった地域性を考慮した事業の方が、参加者にも容易に受け入れられると考えられる。

IV. 総括

1) まとめ

研究により得られた知見は次の通りであった。

- (1) 富谷町住民の日常における運動やスポーツ活動の重要性の認識が実際の行動に直結しているとは言い難い現状がある。
- (2) 運動やスポーツ活動において、医学的なサポートは、活動する者に対して安心感と持続心を促す。
- (3) 個人の日常生活への医療機関の働きかけというものが大きな影響力を持ち、またそれが運動やスポーツ活動を積極的に自らの生活習慣の中に取り入れていくためのきっかけになりうる。
- (4) 今後、地域ごとの健康的な活動を支えるためには、より良い事業実施における組織体制の構築のため、地方自治体、医療機関、福祉施設、民間事業者等との細やかな連携が必要となる。

(5) 今後医療機関として、「医療法42条施設」の設置基準に縛られることのない、独自のスポーツ事業を開していくことは十分に可能であろう。

2) 実践的示唆及び課題

日常生活における運動やスポーツ活動の重要性の認識が実際の行動に直結しているとは言い難い現状がある。この結果をみると、いかにその溝を埋めていくかということが課題として挙げられる。この点については、前述の(2)、(3)から得られた、結果から、医療機関がその問題に対して積極的に取り組むことが望ましい。地域住民の健康意識に対して大きな影響力を持つ医療機関が、日常の運動やスポーツ活動の重要性を認識し、それを地域に対し発信していくことが、日常の運動やスポーツ活動への意識の変化を生み、しいては生涯スポーツの普及にもつながると考えられ、活力ある健康的な社会を実現することにもつながる。また、医学的なデータや知識を用いて、それらの活動にアプローチしていく事は、活動する者に対し、大きな安心感と、自分の健康を自ら管理できるという満足感を与えられる。また、それらは運動やスポーツ活動に対する持続心にもつながる。これは民間のスポーツクラブや公共のスポーツプログラム等においても同様のことが言えるだろう。(4)の結果については、情報の共有化や役割の細分化ということが必要となるのだが、現状では個人情報の管理、新たな組織や体制の構築を検討する必要があり、地方自治体や民間事業者との合同事業の開催といった小規模な活動にとどまらざるを得ない。(5)の結果においては、まだまだ検討の余地があるものの、富谷町住民への調査結果や、「クリニックでの調査結果から、医療機関の一つの事業形態として、診療や治療行為とは別に「運動やスポーツ活動の指導及び支援」という部門を確立していくける可能性はあると示唆できる。

今回の研究では、まず富谷町住民を対象とした質問紙調査を実施したが、対象の抽出が胃がん検診という特定の機会ということもあり、多少年代的な偏りがあったことは否めない。特に20歳代以下の若年層のデータは極端に不足しており、この層の動向については把握できなかつたことが課題である。今後は当然、富谷町住民の現状をより正確に把握するとともに、富谷町の総合計画との整合性も保ちつつ、また他の関係機関との連携を取りながら、医療機関ならではのスポーツ事業が展開できるよう、実践や調査研究を続け追究していきたい。

V. 引用・参考文献

月刊スポーツメディスン58号「「42条施設」の動向をさぐる」、(有)ブックハウス・エイチディ、2004

- (財) 医療関連サービス振興会「平成9年医療関連サービス実態調査報告書」1998
- (財) 医療関連サービス振興会「医療関連サービスマーク制度の周知方策に関する調査研究報告書」2000
- 川畠直子「アウトソーシングラボ Vol.2 医療業界の変容と医療アウトソーシング」(株)イー・クルーティング 地域振興事業部プロポーザルチーム、2005
- (財) 健康・体力づくり事業財団「健康ネット」
<http://www.health-net.or.jp/>
- 国民健康保険中央会「地域における包括的な保健・医療のあり方に関する研究」
- 厚生労働省健康局「健康日本21」地方計画事例集」2002
- 厚生労働省職業安定局「労働政策フォーラム」2002
- 厚生省「健康・福祉関連サービス産業統計調査」1992、1996、1999
- 厚生省「21世紀における国民健康づくり運動：健康日本21」2000
- 内閣府大臣官房政府広報室「体力・スポーツに関する世論調査」2004
- (株)日本メディックス「メディカルフィットネス施設とは」
http://www.nihonmedix.co.jp/page/medi/medi_page01.html
- 日本体育協会「生涯スポーツ団体等による生涯スポーツ活動の核となるクラブづくりの在り方に関する研究開発－総合型地域スポーツクラブ育成－」1998
- 荻原俊男「予防とつきあい方シリーズ高脂血症・肥満～動脈硬化～」メディカルレビュー社、2005
- 太田登茂久「医療サービス業界の現状と今後の展望」経営情報サーチ Daiwa Institute of Research、2001
- 佐藤祐造「生活習慣病の予防と運動－健康づくりの指導者のために－」南江堂、2003
- 清家輝文「リコンディショニング・ジャーナル」(有)ブックハウス・エイチディ、2000
- 島田朗、岩崎知之、寺内康夫、島野仁他「メタボリックシンドローム－どう診断しどう対処するか－」内科第99巻第1号、南江堂、2007
- 富谷町総務課「町のプロフィール・町の政策と財務・データで見る富谷・サークルの輪」
<http://www.town.tomiya.miagi.jp/>
- 通産省サービス産業課「改革始動する日本の医療サービス」1999