

「ご近所づきあい」で元気に！

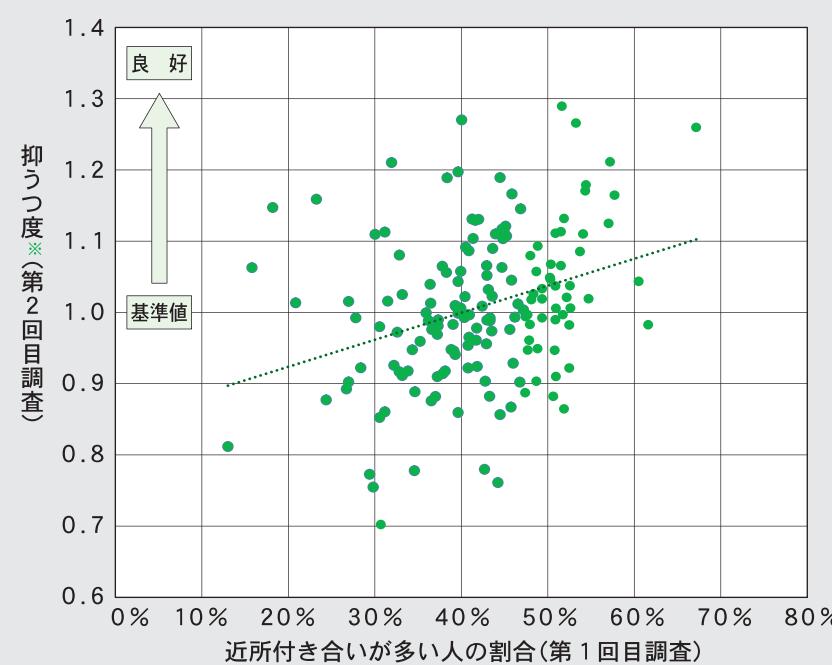
そこで、今回の調査結果から、市民にとって身近な行政区ごとの健康度と、地域における活動や近所付き合いについて分析したところ、一定の関係があることが考えられました。例えば図3は、調査対象となつた160の行政区ごとに、第1回

図2 調査項目別 活動能力平均値(2014年時)の比較 (単位:点)

第1回目調査時(2011年)における生活習慣や地域の生活	該当する人の元気度	該当しない人の元気度
1日平均60分以上歩く	11.5	10.2
近所の多くの人と面識・交流がある (概ね10人以上)	11.5	9.4
近所で、互いに相談をしたりするなど生活面で協力しあっている人がいる	11.4	9.5
町内会やスポーツ活動など、何らかの地域活動に参加している	11.5	7.7
町の役員などの地区の15の役職のうち、これまで2つ以上の経験がある	11.4	9.6
健康教室や介護予防などの教室に過去1年のうちに参加した	11.5	9.8
地区で開催される文化祭や運動会に過去1年のうちに参加した	11.8	9.2

※性別と年齢を考慮した活動能力平均値を算出(満点は 13 点)

図3 行政区別にみた近所付き合いと抑うつ度の関係



※抑うつ度は、年齢と性別を考慮した数値で、1を基準として値が高いほど「良

「ソーシャルキャピタルが高い」と言えます。

な財産だといえます。  
この調査の結果は、こ  
れからの市の健康づくり、  
地域づくりに役立ててい  
く予定です。

目調査の「近所付き合いの人数（近所付き合いの多い人の割合）」と、第2回目調査の「こころの健康」として「抑うつ度（うつ傾向）」を集計し、その関連をみたものです。「抑うつ度」は、「毎日の生活に満足していますか？」など の5個の質問の結果を点

数化したものです。近所  
付き合いの多い行政区ほど(グラフで右の方に位置するほど)  
置するほど)、3年後の  
抑うつ度も良好な(グラ  
フで上の方に位置する)  
傾向となっています。つ  
まり、健康は個人だけで  
なく、地域全体で考えて  
いくことも重要なのです。

実は近年、このような地域のつながりや絆の重要性が注目されるようになり、健康にも良い影響があることが分かつてきています。

こうした地域のつながりを作り、維持していくために、地域としてどのようなことができるのでしょうか。

ひとつの方針として、地域住民が集まって交流する機会を増やすことがあげられます。例えば、研究プロジェクトの一環として、平成24年より地

# 将来の気候変動に適応するための共同研究 「グリーン社会 ICT ライフインフラ」プロジェクト

# 栗原市 × 慶應義塾大学

**URL** <http://www.green-lifeinfra.com>

問 企画部企画課 ☎ (22)1125

市と慶應義塾大学は、「グリーン・ライフいいきいき健康調査」と題したアンケート調査を実施しています。この調査は、市民の健康状態を把握し、より健康で元気な毎日を送るために役立てることを目的としています。

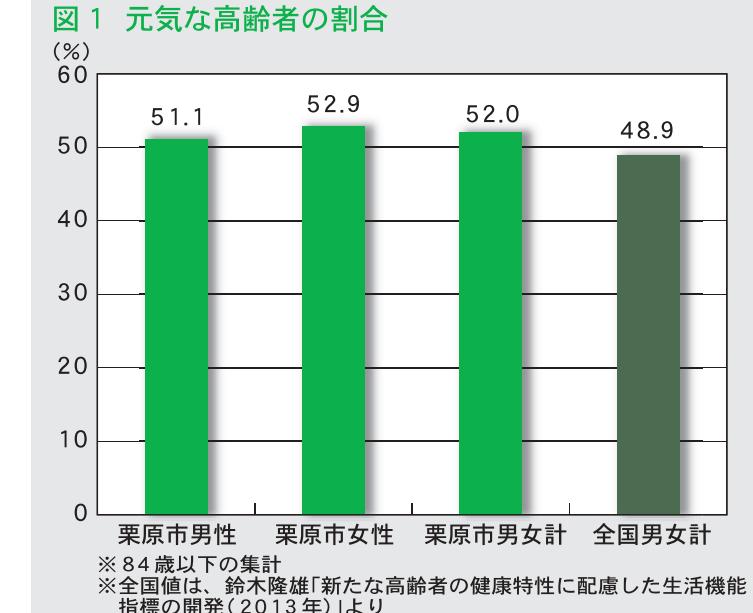
第2回目の調査は平成26年1月に市内の6地域に住む65歳以上の市民14,065人を対象に実施し、10,728人（約76%）から回答をいただきました。回答者のうち男性は約42%、女性は約58%、平均年齢は77・1歳でした。前回に引き続き、多くの市民の皆さんそして、調査の実施にあたっては、民生委員の皆さんに多大なご協力をいただきました。ありがとうございました。

市は、平成22年度から慶應義塾大学と連携し、同大学が研究を進める、将来的な気候変動による影響と適応策を検討する「グリーン社会－C-Tライフインフラ」研究プロジェクトを支援しています。今回は健康・医療分野について、市内6地区で実施した「健康調査」の結果を報告します。

うございました。  
ここでは、2回の調査  
から分かつた結果の一端  
を紹介します。

---

For more information about the study, please contact Dr. [REDACTED] at [REDACTED].



教室や介護予防教室、地区の文化祭や運動会などの行事に参加する人も元気なようです。

このように、健康な生活習慣を送るだけでなく、日常の「ご近所づきあい」や、地域での活動や行事への参加など、地域でどのような生活を送っているかも元気と関連があるのです。

