

# 地域の健康課題を解決するために地方自治体とともに活動

(総務省 地域活性化起業人制度を活用)

## 地方創生 × 鳥取県 伯耆町



### フィットネス&スタジオ パル

2017年4月OPEN

幅広い年代が利用する大きなコミュニティ拠点を創出



保健福祉センター  
ゆうあいパル(温泉施設)  
天然温泉やプールを備えて  
いた地域福祉の建物



#### パルプラスオン

温浴中心だった施設にスポーツクラブや芝生の広場を加えたことで、利用者が増加。幅広い年代に利用されるようになりました。

OPEN前 年間来場者9万人

から 約13万人

補助金なし  
黒字経営

7名の雇用を  
創出、育成

クラブ在籍  
500名

年間売上約3,000万円以上



○鳥取県 伯耆町 2019年6月1日現在  
【面積】139.4K㎡ 【人口】10,933人  
【高齢化率】36.9%(全国平均27.7%)



#### クラブのコミュニティづくり



スタジオイベント



ゴルフイベント



懇親会



脳活性化プログラム



会員同士の結婚



こどもの運動教室

#### 地域のコミュニティづくり



ランニングイベント



親子ヨガ



婚活



公民館教室



子どもの遊び教室



プロ選手による  
運動教室



高齢者運動



食改善イベント

鳥取県伯耆町は、公共施設を有効活用し、町民の健康増進につながる施設を開業しました。開業から運営まで伯耆町、社会福祉協議会と連携しながら支援を行なっています。

# 地方創生 × 鳥取県 伯耆町



2019年9月OPEN

就労、運動、娯楽で、住民の生きがいの場を創出



## 伯耆町役場 溝口分庁舎

平成17年の合併により  
10年以上未使用だった  
議場や議会事務局



## みぞくちテラス

住民への調査をもとに、シニア層の習慣的な健康生活を目的とした拠点づくりを目指し、3つの場づくりを行いました。



就労

運動

コミュニティ

日々の生活に潤いをもたらし  
生涯活躍の元気な地域を目指す

## シニアの為の就労スペース

働くことでの社会との繋がり、指先を使う軽作業を行うことでの脳の活性化、頑張った分だけ収入に上乗せができます。



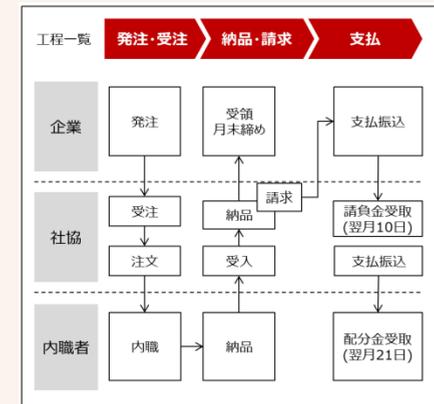
○対象年齢 65歳以上 ※就労

○展開方法 内職

○仕事内容 縫製関係

襟キーパー組み立て  
ゴム紐結び、など  
電子部品の組み立て

○協力企業 町内外企業



## 人と繋がるコミュニティスペース、安心してトレーニングできる環境

誰もが利用できるカフェと心身の健康に有効なカラオケを設置。日常生活の体力維持・向上・機能改善を目的としたマシンやツールを用意しています。



# 地方創生 × 北海道 小清水町

北海道小清水町では、いつも利用しているものをもしものときに役立てるフェーズフリーの概念を取り入れた、防災拠点型複合庁舎の建設基本構想を策定しました。様々な企業や団体のノウハウを結集し、庁舎を起点としたにぎわいの創出を目指しています。

## 防災拠点型複合庁舎

- **交通・繋がり**の提供    新たな交流、普段関わらない異世代の人との交流    施設に行けば必ず誰かに会える、初めての人とでも自然に会話が始まる
- **健康と成長**の提供    精神的・肉体的健康と成長を実感できる形を提供    やりたいことをしっかりできる、なりたい自分になれる
- **安心**の提供    生活の中に安心できる場所をつくり、安心で安全なまちづくりに貢献    目に届く、心配がない

<b>平常時</b>	 <p><b>ジムスペース</b> 子供から高齢者まで、楽しくカラダを動かすことができるジムスペース(ホットスタジオ、VRスタジオ等)</p>	 <p><b>カフェ・フリースペース</b> 老若男女が自由にくつろげるフリースペース。(wifi対応、飲食可能)</p>	 <p><b>ランドリースペース</b> 洗濯労働の低減で生まれた時間を有効活用できる。</p>
------------	--	--	--

## いつも利用しているモノやサービスを、もしものときに役立てることができる

平常時や災害時などの社会の状態に関わらず、いずれの状況下に於いても、適切な生活の質を確保する上で支障となる物理的な障害や精神的な障壁を取り除くための施策、及びそれを実現するための概念。

<b>災害時</b>	 <p><b>ジムスペース (一時避難場所)</b> シャワーや避難スペース</p>	 <p><b>カフェ・フリースペース (備蓄倉庫)</b> 備蓄倉庫や炊き出しの機能</p>	 <p><b>ランドリースペース (衛生環境の保持)</b> 非常電源で衣類の洗濯</p>
------------	---	---	---

## 未来につながるまちづくりに関する包括連携協定



## 令和2年度 地方スポーツ振興補助金

「スポーツによる地域活性化推進事業(運動・スポーツ習慣化促進事業)」

高齢者を対象にした具体的な4つの取り組み

- 「個別運動カルテ」をもとにした「オンライン運動プログラム」の設計
- 「オンライン運動プログラム」の提供 (3ヵ月オンライン型)
- 「医療機関と連携した運動実践講習会」の開催 (全3回集合型)
- 「運動・スポーツ健康相談」機能の開設

令和5年開業に向けて住民の健康リテラシーを高める事業を継続的に実施

# 人材を派遣している自治体

地域資源や関係施策等を連携させ、子どもから高齢者までの多くの住民の皆様が主体的に健康づくりに取り組み、安心して住み続けられる、そんなまちづくりをするためには、地域に入り込み、地域の方と一緒に取り組む必要があると考えています。

## 派遣による利点

受入自治体	<ul style="list-style-type: none"><li>健康領域における専門人材による地域課題の解決</li><li>提供サービスまたは住民のQOLの向上</li></ul>
派遣社員	<ul style="list-style-type: none"><li>地方における健康づくり事業の実践経験の獲得</li><li>自治体文化の体験</li></ul>
派遣元企業	<ul style="list-style-type: none"><li>「健康」をキーワードとしたまちづくり事業の探索</li><li>中山間地域におけるスポーツ参加人口の増加</li></ul>

●…地域活性化起業人制度を活用した人材派遣

