

# 地域健康力向上プロジェクト



## 地域健康力向上チーム

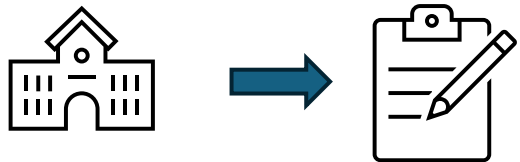
代表者：木村和樹

主な組織：新潟リハビリテーション大学  
理学療法士2名、作業療法士3名、臨床心理士1名、事務職2名  
協力組織：宇都宮大学データサイエンスセンター

# 本事業の目的

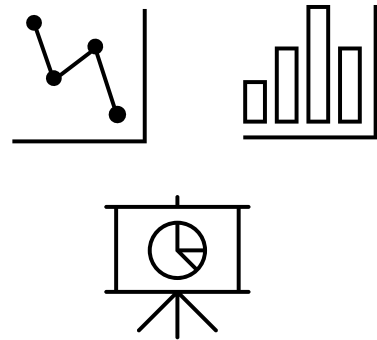
- 本メンバーの健康・医療分野の知見や教育・研究資源を活かす
- 地域と連携を深めながら、地域住民のWell-beingの実現を目指す

2026年7月まで



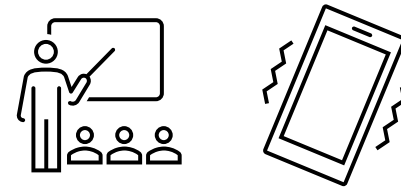
荒川地区の健康調査  
アンケート

2026年8月まで



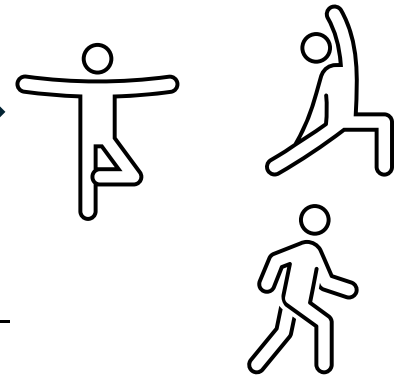
荒川地区の健康分析  
本学データサイエンスセンター  
協力組織：宇都宮大学データサイエンスセンター

2026年9月から

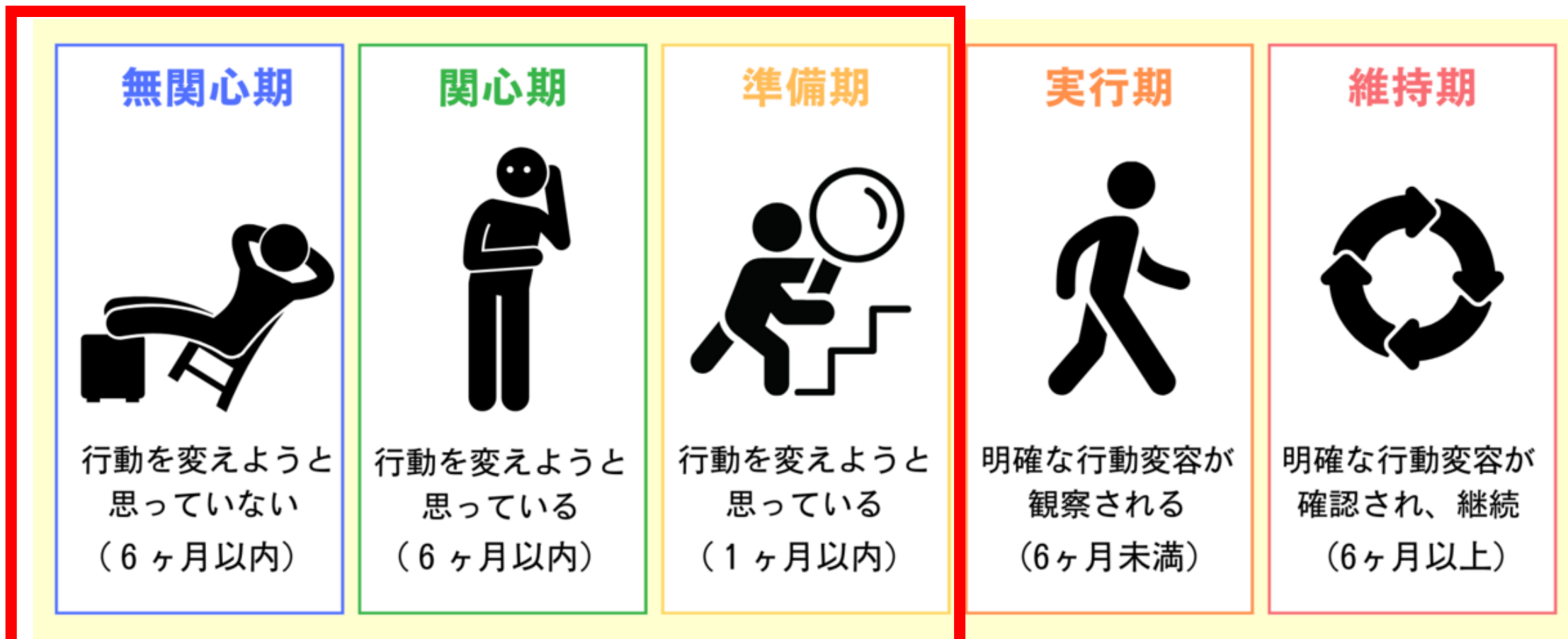


分析結果のフィードバック  
荒川地区市民公開講座対面、  
SNS、リーフレットなど

健康行動の実践  
Well-beingの実現



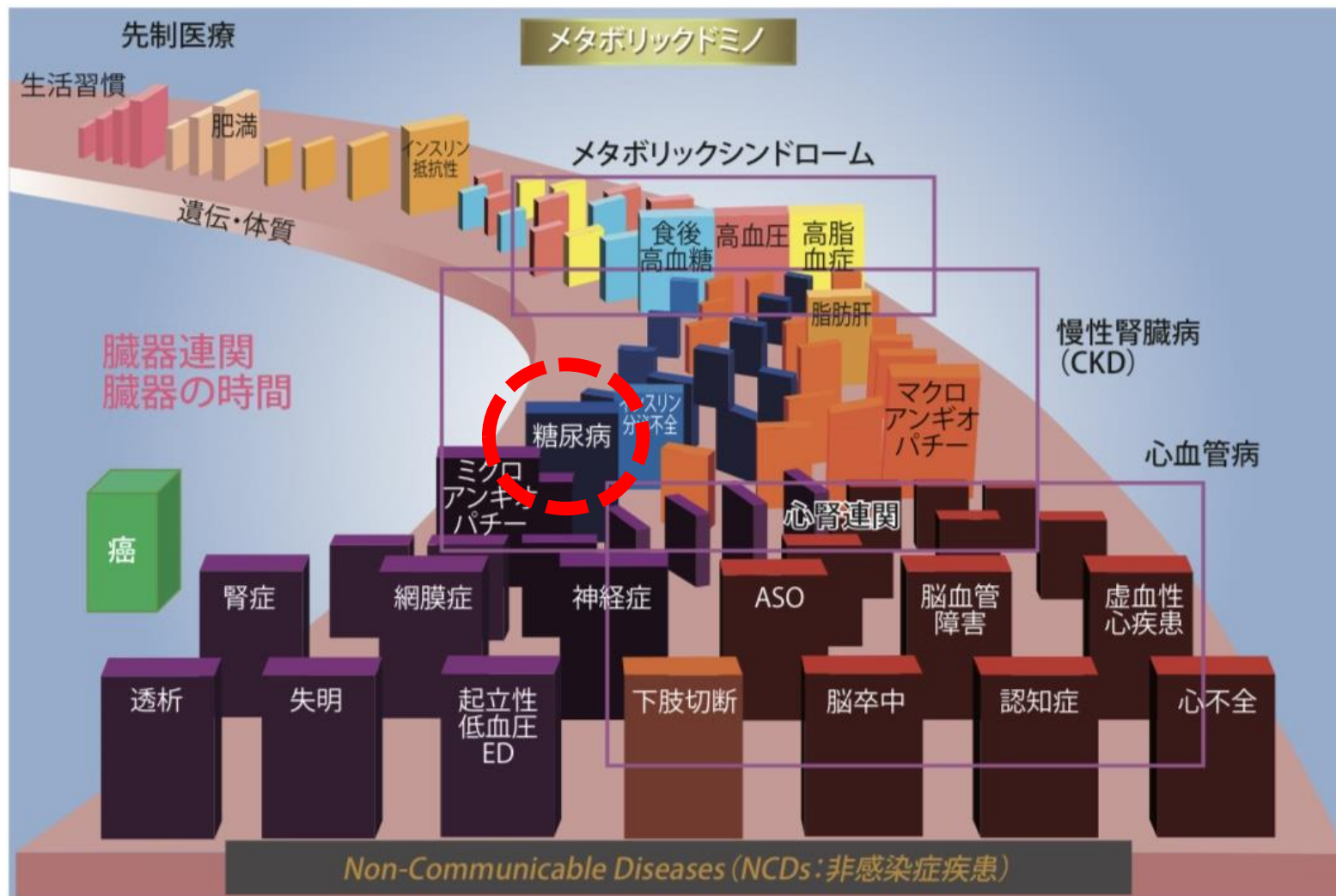
# 荒川地区が抱える健康の課題は？ 住民が求めている情報とは？ 生活習慣病の方に、適切な健康情報を届けるには？



生活習慣病を抱える中高年が  
10、20年後、健康を維持できるのか？

健康に関する広告  
すでに行動している人が集まりやすい

# 高齢者に加えて 中高年の10、20年後の健康維持・向上の健康支援をする



倒れた大きなドミノは戻せない

生活習慣の乱れ



糖尿病

行動が変われば、  
倒れるのを止める  
ことはできる！！

# 糖尿病の運動療法

Q運動するタイミングで正しいのはいつですか？

→ **誤った知識で実践すると逆効果！！**



血糖値を下げるために運動しましょう

食事の前？後？  
どちらが正解？



# 健康に関する調査研究

- 対象：18歳以上の荒川地区の住民
- 方法：あらかじめ 全世帯配布
- 回答：WEB回答、補助的に紙媒体
- 回収箱設置：2店舗が内諾済  
アコスショッピングセンター、原信荒川店
- 質問項目：健康に関する内容 10分程度
- データサイエンスの活用  
年齢層別などの比較  
健康状態・健康リテラシーの構成要因

荒川地区の皆さんへ 調査協力をお願い

■研究テーマ

健康なまちづくりのための健康調査

■調査の目的

荒川地区住民の健康情報への理解と生活習慣などの関係を明らかにします。抽出された課題は、**健康に関する情報発信・公開講座などで「健康なまちづくり」の一助**にします。

■調査の方法

対象：18歳以上の村上市荒川地区の皆さま

回答：Webによる無記名アンケート

紙面での回答希望の場合は、回収箱までお願いします  
設置場所は裏面を参照してください

スマホから回答  
期間2026年6月末まで

QR  
(作成中)

<https://forms.office.com/>

※一緒に荒川地区を健康なまちにしていましょ。そのために、お一人ずつの回答が必要です！  
ご協力の程、よろしくお願いします。

回答は完全に任意で、途中で回答を中止することも可能です。  
回答後であっても、下記の研究代表者にメールにて申し出ることによって同意を撤回することができます。  
(照合が必要なため、回答時間、内容などをご確認させていただきます)  
本調査への参加は任意であり、参加しないことによって不利益を受けることは一切ありません。

【研究に関する問合せ先】

新潟リハビリテーション大学  
データサイエンスセンター センター長  
准教授 木村和樹 (研究代表者)  
〒958-0053 新潟県村上市上の山2-16  
TEL : 0254-56-8292 (内線313)  
Mail : k.kimura@nur.ac.jp

調査研究協力組織：村上市荒川支所（あらかわみらいファンド）  
新潟リハビリテーション大学、国立大学法人 宇都宮大学地域創生推進機構データサイエンスセンター  
アンケート回収箱設置協力施設：アコスショッピングセンター、原信荒川店

# 村上市内 別プロジェクト(こども) 園児の健康と保護者の健康リテラシーを調査



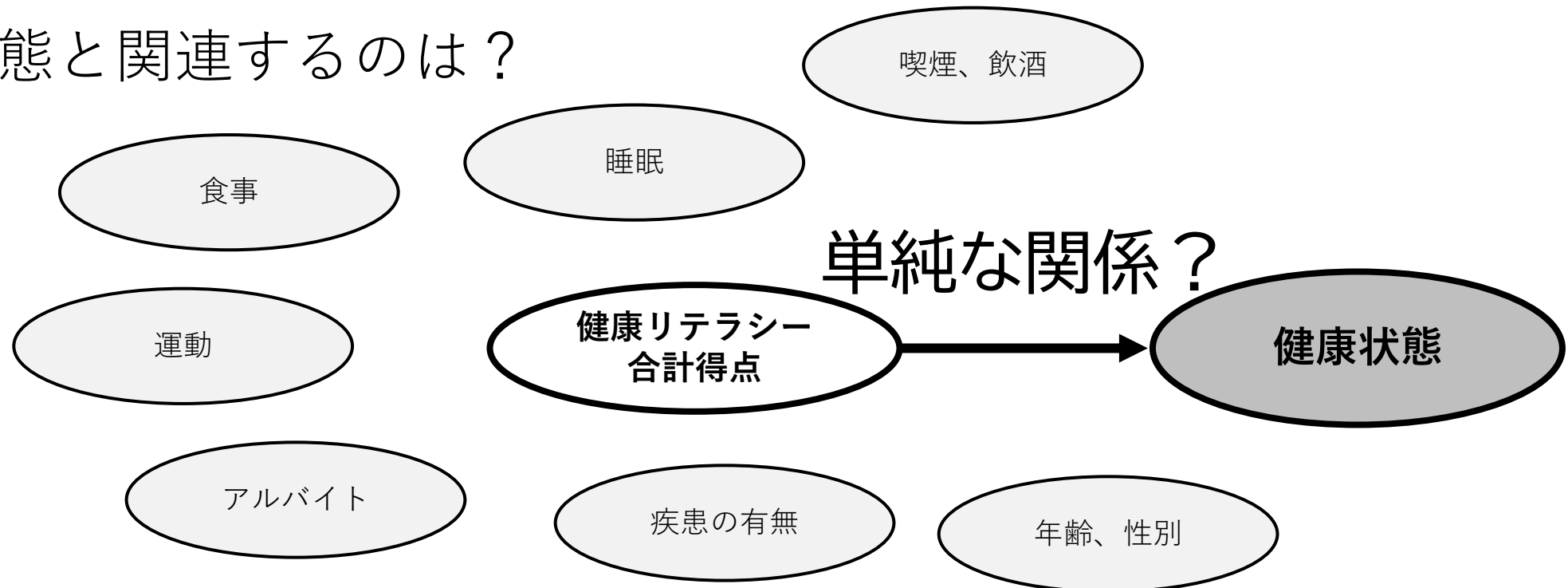
2026年度に調査、分析して問題点を抽出  
 ポスター例：は・み・が・き  
 ねるこはそだる  
 ごはんをしっかりたべよう など

えほん例：はみがきだいすき！  
 2027年度自費出版、協力各施設等に寄贈予定

# 事前調査

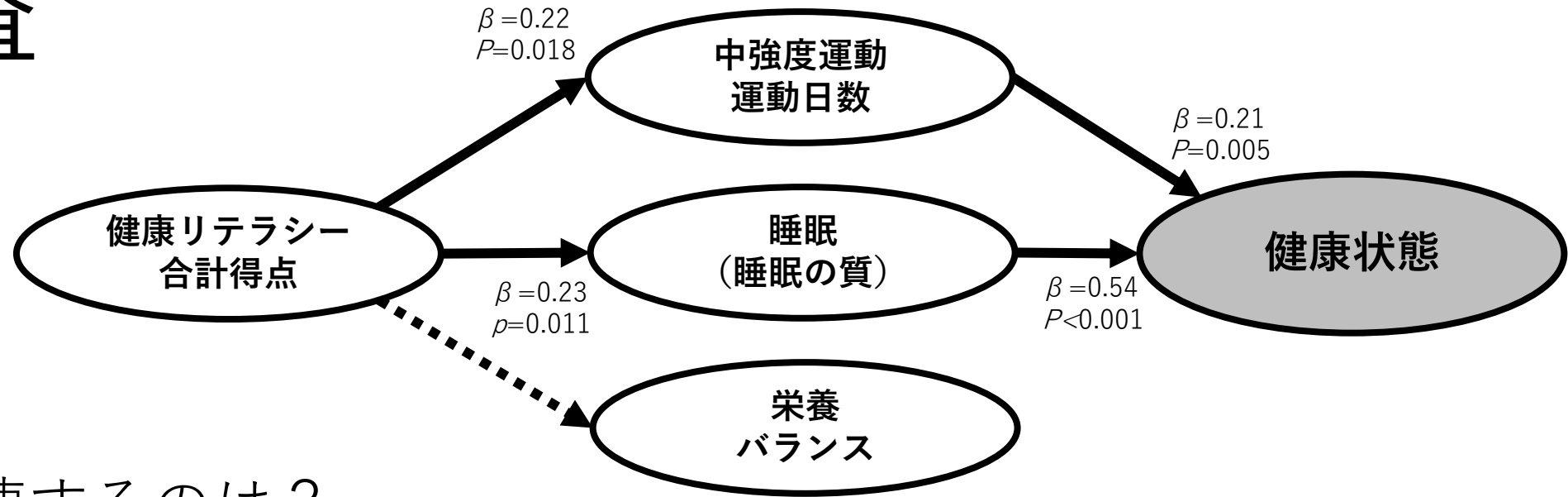
## 2025年度

- 20歳前後の学部生120名を対象に事前調査
- 健康状態と関連するのは？



# 事前調査

2025年度



• 健康状態と関連するのは？

→ 学部生は「健康リテラシー、運動習慣、睡眠の質」の健康教育が重要

？健康に不調が生じやすい中高年・高齢者は？

データサイエンスを活用し、地域問題を多角的に分析

# 事業効果

- 学術的な発表に加えて、地域住民にも公開して振り返る
- **「荒川地区 市民公開講座」 ※テーマ：対象者に合わせて抽出された課題**
- 本センターのHPやSNSを活用、リーフレット作成
- **地域との連携を深め、地域の健康支援・生活の質の向上させる**



2026年事業をベースにした発展事業（2027・2028年度以降）

- 地域人材資源の活用：地域にいる専門職の方にも講師の公募をする

地域住民による問題解決・支援：リハ職、看護師、保健師、管理栄養士、薬剤師、歯科衛生士、健康運動指導士、教員、保育士・・・

- 手厚い支援：希望する集落があれば10～20名規模での出張講座