



Title	地域と生活に根差した高齢者の健康づくり活動の実証的研究 : 利尻島と東日本大震災被災地における聞き取り調査から [論文内容及び審査の要旨]
Author(s)	侘美, 俊輔
Citation	北海道大学. 博士(教育学) 甲第13186号
Issue Date	2018-03-22
Doc URL	<a href="http://hdl.handle.net/2115/70721">http://hdl.handle.net/2115/70721</a>
Rights(URL)	<a href="https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/">https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/</a>
Type	theses (doctoral - abstract and summary of review)
Additional Information	There are other files related to this item in HUSCAP. Check the above URL.
File Information	Shunsuke_Takumi_abstract.pdf (論文内容の要旨)



[Instructions for use](#)

## 学位論文内容の要旨

博士の専攻分野の名称：博士（教育学）

氏名：侘美 俊輔

### 学位論文題名

地域と生活に根差した高齢者の健康づくり活動の実証的研究

～利尻島と東日本大震災被災地における聞き取り調査から～

本学位論文の目的は、地域と生活の視角から高齢者の「健康づくり活動」を実証的に検討し、「健康づくり運動」を含む「運動」を実施、継続するための要因や課題を検討することである。本学位論文では、「健康づくり活動」を『身体活動』や『身体運動』などの『運動』の実施者（高齢者）と、その実施のための環境を提供する運動指導者や支援者（医療従事者、専門職など）の「取り組み」と捉える。その際、社会科学的な方法論を参照しながらも、本学位論文は、実施者、指導者らの双方の「語り」に着目した質的研究から、健康科学的な知見を提供するものである。

高齢者を対象とした健康教室などの「健康づくり活動」は、日本全国で広く展開されている。また高齢者の運動の基準として厚生労働省から「健康づくりのための身体活動基準 2013」及び「健康づくりのための身体活動指針（アクティブガイド）」などが提示されている。しかしながら、こうした統一の指標で高齢者をみる「基準」と、実際の彼らの「生活」には乖離があるのではないかと筆者は考える。「健康づくり活動」が対象とする住民の生活の場は、南北に 3,000 キロと細長い。その生活条件は、労働内容、季節性、気温差などによる影響を大きく受け、地域によって大きく異なるものと推察される。

2013 年には「健康日本 21（第二次）」がスタートし、「住民が運動しやすいまちづくり、環境整備に取り組む自治体の増加」が示され、「ソーシャル・キャピタル」や「健康格差」など、従来の健康づくり施策には見られなかった新しい施策が盛り込まれている。このように施策の中に「まちづくり」や「社会環境の整備」など、従来の健康づくり施策の文脈では注目されてこなかった「地域における生活」が着目されるようになってきた。これまで健康科学や医学ではこれまで個体レベル、生理学レベルでの研究が中心的な位置を占めていたが、「健康の社会的決定要因」や「健康格差」の議論など、社会科学的な研究手法への関心が高まっている。

以下、第 1 章では、本論文の課題に即した先行研究の整理を行う。健康づくり施策の流れや、地域におけるスポーツ、健康づくり運動を概観する。その上で、本博士論文における目的、調査対象、調査方法について提示する。本学位論文においては、個人の「語り」に注目する。その理由は、先に述べた量的調査や、自然科学的な調査では捉えることが難しい「高齢者の固有の生活、離島や被災地といった特有の地域における彼らの「合理性」の理解には、質的調査の手法を参考にした「聞き取り調査」が最適と推察されるためである。また、離島の強固な関係性、被災地における災害前の関係性が大きく瓦解した状況下においては、その歴史的、構造的な文脈の中に位置付けて理解することが必要と考えられる。本学位論文においては、社会学的な方法論を参照しながら、高齢者の「合理性」を理解し、そこから「健康づくり運動」を含めた「健康づくり活動」の実施、継続に向けた現状や課題を分析する。

第 2 章では、離島における高齢者の「健康づくり活動」を高齢者や保健師への語りから実証的

に分析する。その実践的課題を明らかにするために北海道利尻島の事例を分析した。利尻島ではその地理的な特性、歴史的な経過から地域における人間関係が非常に深い。特に、漁業を中心とした地縁的な関係や、高齢者も労働している地縁的なつながりが存在する。そこで行われている活動は、「平均値」や「施策」で描かれる＜運動＞とは異なる「健康づくり活動」のケーススタディになると考えられる。この事例の分析をとおして、離島における「健康づくり活動」の意義、季節による生活の違いが明確に現れる生活の分析を行う。

第3章では、第1章で検討した枠組みに基づいて、災害によって人間関係が大きく変容した東日本大震災の被災地を取り上げる。とりわけ広範囲にかつ、「立ち入り禁止区域」が設けられるなどその生活が一変した東北地方における高齢者の「健康づくり活動」を調査対象として、第1に、地域における「健康づくり活動」の実施者と推察される「健康運動指導士」を事例とする。第2に、保健師、避難所運営者や、災害ボランティア、NPO法人など復興支援団体への調査を試みる。これら2つの対象者への調査結果の分析を通して、大規模災害発生後の「非日常的な地域」における「健康づくり活動」の実施状況や課題について分析を行う。

終章では、2つの事例から検討し、「地域における健康づくり活動」を実施するための条件を明らかにする。その上で、「平均値」や「基準」という“ものさし”の中で見られる「運動」とは異なる、地域に固有の論理や環境に配慮した「健康づくり活動」のあり方を考察する。また、本学位論文の限界や今後の課題についても言及する。

本学位論文の結果として、北海道利尻島は、外部からの人口流入が少なく、地縁的なつながりが非常に強い中、夏場は出面を通じた強固な社会参加の仕組みが見られた。他方、冬場は、都市部へ一時的に移住する、除雪が大変、何もすることがないという高齢者もいるなどその「生活」は夏場とは大きく異なっていた。夏の「動」と冬の「静」という二面性をもつ事例であった。一方、東日本大震災の被災地は、災害発生直後の語りを中心に、復興から3年が経過した段階なども加え、様々なフェーズから考察を加えた。その中で見られたのは、災害前の様々なネットワーク、社会関係が大きく瓦解した状況下で、「個」として向き合った健康づくり運動の指導者たちの姿であった。そこでの運動の指導者は、「指導マニュアル」や「型」のようなプログラム化されたものではなく、臨機応変な対応と、平常時からのつながりを利用した「個」の姿であった。さらに付言するならば、「運動指導」という言葉に違和感を覚えた健康運動指導士がいたように、このような状況下では「教える－教えられる」という平常時のような教授関係ではなく「傾聴」、「話を聞く」という対話の中から、高齢者の自らの「身体」について意識化し、運動の実施（指導）へとつなげていったことが推察される。

本学位論文の結論として、①量、②効率、③質の3つを融合させた「健康づくり活動」が必要であると推察される。具体的には、①行政や研究者によって定期的に実施される量的調査、②保健師、運動指導者の日々の情報交換を簡単に実施できるような情報共有システム、③高齢者のニーズに寄り添ったプログラムの開発、選択肢の準備が必要と考える。「画一的な健康づくり活動」から、個の選択、多様性が発揮され、同時に地域性、季節性、インフラなど「地域の健康づくり運動の環境」に合わせた「健康づくり活動」が求められていると結論づけることができる。