

平成13年度地域保健総合推進事業

温泉利用型健康増進施設のあり方検討会

報告書

平成14年3月

財団法人 日本公衆衛生協会

委員名簿

委員長

こくれ きんだゆう
木暮金太夫

(社)日本温泉協会会長

いずみ まさのり
泉 正徳

和歌山県東牟婁郡本宮町町長

うえだ みちひこ
植田 理彦

日本温泉療法医会会長

うぶない れいこ
生内 玲子

交通旅行評論家

かみおか ひろはる
上岡 洋晴

長野県北御牧村身体教育医学研究所部長

かんろ じやすお
甘露寺 泰雄

(財)中央温泉研究所理事・所長

たかせ よしひさ
高瀬 佳久

(社)日本医師会常任理事

まえだ まさはる
前田 真治

北里大学東病院リハビリテーション科助教授

やざき としき
矢崎 俊樹

財団法人日本健康開発財団主席研究員

温泉利用型健康増進施設のあり方に関する報告

《求められる、幅広い健康増進への取組》

少子高齢化が進み、多様な人々が参加しやすい健康増進の取組が必要となっている。

《温泉と健康増進》

温泉は、日本では古くからの湯治や温泉保養が、セルフケア・健康状態の改善の目的で使われている実績がある。欧米などでも医療・健康増進に用いられている。

日本でもメディカルセンター等が設置され、運動施設・文化施設・レクリエーション施設などと連携のとれた温泉保養地の整備をさらに進める必要がある。

こうした中、平成元年度から運動型健康増進施設と組み合わせた温泉利用型健康増進施設の大臣認定制度があるが、その普及は十分ではないので更に身近な場所での普及を図る必要があり、現行の認定要件に加えてより普及しやすい新しい認定要件を検討した。

《新しい温泉利用型健康増進施設基準の考え方》

健康増進施設の基準として、

「明確な医科学的根拠（エビデンス）に基づき、積極的に健康状態の改善を行うことにより、健康に暮らすことができる期間を延長するとともに、生活の質（QOL：quality of life）の向上をめざすプログラムを提供すること」を必須要件とし、安全管理等の要件を含めたものとするのが望まれる。

具体的には、別紙の、新しい温泉利用型健康増進施設の認定要件案が考えられる。

なお、現行の温泉利用型健康増進施設との連携を進めることが望ましい。

《検証事業の実施》

しかし現状の温泉の活用形態と健康状態の改善について、十分な研究がなされていないため、基礎的な研究をすすめるとともに、具体的な温泉活用施設において、プログラム実施による効果について、評価方法も含めた検証事業を実施する必要がある。

《情報の収集・提供》

また、温泉の活用と健康状態の改善に関する情報収集、情報提供の場を充実させる必要がある。

新しい温泉利用型健康増進施設の認定要件案

従来の温泉利用型健康増進施設の認定基準が、運動型健康増進施設に温泉施設関連の基準を加えたもので、温泉利用形態として、一般的ではなかったことを踏まえ、様々な温泉利用形態に即した基準を検討する。

1. 温泉活用を中心とした、健康増進のプログラムを提供していること

類型 : 温泉浴槽での特に優れた泉質を活用したプログラムがある場合

類型 : 特に優れた周辺の自然環境と組み合わせたプログラムがある場合

類型 : 地域の健康増進事業と組み合わせたプログラムがある場合

などが想定される。

2. 温泉施設に関する要件

(1)温泉を使った、次の双方の機能を持つ浴槽を有すること。

ア.刺激の強いもの：強酸性泉など泉質の刺激が強い場合、又は泉温が高温（42 以上）である場合、又は露天風呂など気温と水温の差が大きい場合など。

全身浴及び半身浴ができる浴槽であること。

イ.刺激の弱いもの：泉温がおよそ33 ～ 39 であり、同時に気温や室温との温度差が少ない場合など。

全身浴ができ、かつ半身浴又は仰臥浴ができる浴槽があること。

強酸性泉など泉質の刺激が強い場合、刺激の弱い泉質（淡水を含む）の浴槽を併設すること。

(2)適切な浴場の管理が行われていること。

公衆浴場等における衛生管理についての、都道府県等の条例に従うこと。

(3)プログラムが実施できる十分な施設があること。

3. 指導者に関する要件

(1)一般的な正しい温泉の使い方を指導し、安全管理・救急処置ができる者

を常時1名以上配置すること。

ア. [講習会案]

受講資格：制限しない。

講義内容：温泉概論：2時間、温泉医学：2時間、
温熱生理学：3時間、病気に関する基礎知識：2時間
予防医学、リハビリテーション医学の基礎：2時間
救急法・心肺蘇生法実習：5時間

試験：1.5時間

(必要に応じて、自習・補講により補う)

高等学校の保健体育教科書の、人体生理学等を理解していることを講義の基準とする。

講義の予備知識用の資料(人体生理学の基礎：4時間、その他：2時間程度)を、テキストの付録としてつけ、必要に応じて、本講習の前に、補講又は自習を実施することが可能なようにする。

イ.この指導者が当該施設の職員に対する定期的な研修を実施すること。

安全管理・救急処置を中心とした研修を定期的(年に延べ1日以上)に実施すること

ウ.5年に1度以上、救急法等に関する更新講習を受講すること。

4. 掲示・案内に関する要件

(1)安全管理(禁忌症等の掲示)、正しい利用法、一般的プログラムなどを簡潔かつ大きな字で掲示すること。

(2)初めて利用する人には、イラスト等を活用した印刷物を配布する等の周知のための工夫をすること。

5. 医療機関等との提携に関する要件

(1)利用者のメディカルチェック及び救急時等の必要な場合医療機関からの医学的処置及び助言が受けられる体制にあること

(2)温泉療法の知識を有する医師の指導を受けられる体制にあること。

(日本温泉気候物理医学会認定医、温泉療法医など)

6. その他の健康増進を補完する機能に関する要件

類型 : 温泉浴槽での特に優れた泉質を活用したプログラムがある場合

- ・健康増進に有効であることが立証されていること。
- ・医師の作成又は監修した、その温泉の正しい利用法のプログラムが、提供されていること。

(検討例) 浴槽で250ppm以上の炭酸泉(単純二酸化炭素温泉)の場合

入浴法

- ・事前浴(かぶり湯など) 炭酸泉全身浴又は半身浴(15分) ゆっくりあがり、温かくして休憩(20分以上)
- ・滞在初日は1回、2日目は2回、3日目からは3回まで、上記の方法で入浴する。

入浴時の注意:

- ・入浴中に寒気などの異常を感じた場合は中止する、また出浴直後は立ちくらみなどに注意する。

飲泉なども含め利用の仕方と、その効果について他の泉質も含めて検討する必要がある。

類型 : 特に優れた周辺の自然環境と組み合わせたプログラムがある場合

- ・環境省の指定(保養温泉地など)を受けているなど、自然環境が優れていること。
- ・自然環境を活用した健康増進のための滞在プログラムを提供していること。

(検討例) 2泊3日の滞在プログラム

1日目: チェックイン、ガイドンス(問診形式による体調等のチェック)、休憩、昼食、散策、休憩、温泉入浴、休憩、夕食、休憩

2日目: 朝の入浴、休憩、朝食、午前中のウォーキング、昼食、(自由時間)、夕方の入浴、休憩、夕食

3日目: 朝の入浴、休憩、朝食、散策、休憩、アンケート記入、チェックアウト

ウォーキングなどは、その地域の特性・資源を活用したものを検討し、体調や体力、天候に合わせたものとする。食事は、

健康に配慮する。全体に疲れを残さないように配慮する。

ガイダンス時と、チェックアウト前のアンケート、その後の追跡アンケートなどで、効果を検証する必要がある。

- 類型 : 地域の健康増進事業と組み合わせたプログラムがある場合
- ・健康相談・生活指導・運動指導など、地域の健康増進事業と組み合わせたプログラムが提供されていること。
- (検討例) 温泉施設で、体調にあった温泉利用プログラムを実施する。
- プール、運動施設などでの教室を受講する。
 - 保健センター等で、メディカルチェックを受ける。

事業実施による効果を検討する必要がある。