

第1回

三朝町温泉を活用した健康まちづくり事業検討委員会

と き：令和5年4月18日（火）

午後7時00分から

ところ：三朝町役場 第2会議室

~~~~~ 日 程 ~~~~~

1 開 会

2 町長あいさつ

3 辞令交付

4 自己紹介  
委員名簿

5 概要説明・意見交換

資料1 温泉を活用した健康まちづくり事業の概要・経過

資料2 三朝町温泉を活用した健康まちづくり事業検討委員会設置要綱

資料3 三朝町温泉を活用した健康まちづくり事業基本構想（原案）

資料4 基本構想原案における事業の3つの柱

資料5 事業スケジュール（進め方等）

6 依頼事項

資料6 「温泉を活用した健康まちづくり基本構想」の策定に向けての意見

7 その他

8 閉 会

# 温泉を活用した健康まちづくり事業の概要・経過

## 1 全体目標

住み慣れたこの町で、健康で自分らしく暮らす  
 ⇒三朝温泉はじめ町の資源を有効活用し、  
 予防を総合的に推進（健康増進）する仕  
 組みづくり

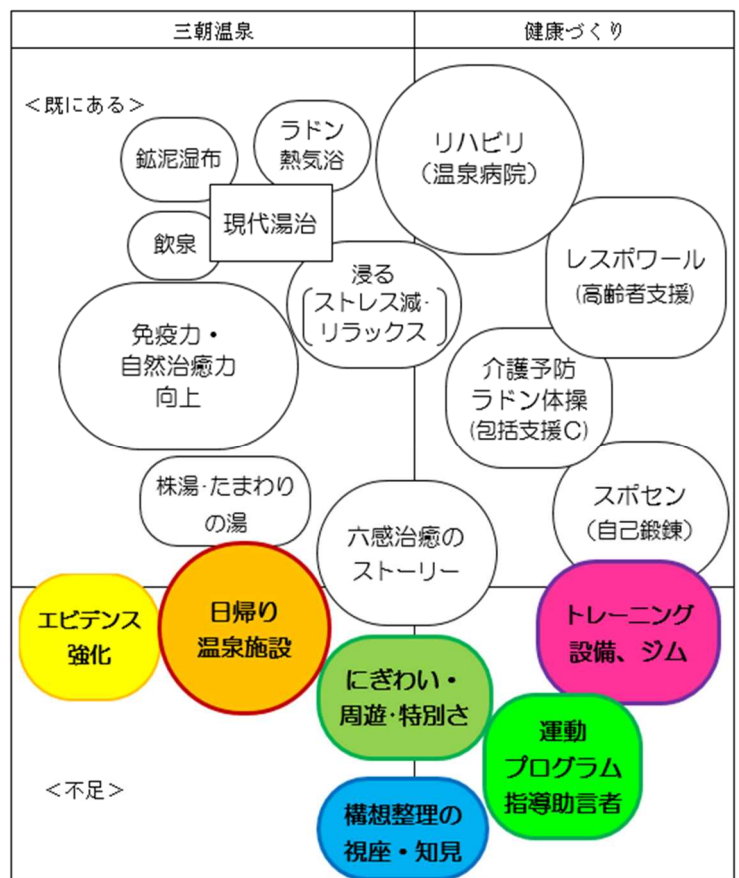
## 2 取組状況

令和3年度

- ◆先進地視察（大分県竹田市、北海道豊富町）

令和4年度

- ◆ワーキンググループ設置  
 （基本構想原案作成、事業に係る協議・検討）
- ・第1回 ワーキンググループ会議開催  
 （全体）・・・11月21日
- ・第2回 ワーキンググループ会議開催  
 （健康部会）・・・12月21日
- ・第2回 ワーキンググループ会議開催  
 （温泉部会）・・・12月23日
- ・第3回 ワーキンググループ会議開催  
 （全体）・・・2月3日



ワーキンググループ会議の様子

- ◆検討委員会設置（基本構想作成、基本計画作成、事業に係る協議・検討）

令和5年度

- ・第1回 検討委員会開催・・・4月18日

## 3 今後の方向性

- ①基本構想の具現化に向けた計画・設計、必要な施設整備などに向けていく
- ②温泉と健康づくりの連携事業を試験実施しながら、定着化に向けていく  
 ⇒実務者・担当会で会の設置を予定

## 4 参 考

## 三朝町温泉を活用した健康まちづくり事業 ワーキンググループ委員名簿

| 所 属 等      | 職名等    | 氏名 (敬称略)        | 分野 | 備考 |
|------------|--------|-----------------|----|----|
| 三朝温泉病院     | 事務部長   | 糸原 博史           | 健康 |    |
| 三朝温泉病院     | 診療技術部長 | 山根 隆治           | 健康 |    |
| 三朝町社会福祉協議会 | 総務課長   | 松田 進            | 健康 |    |
| 三朝温泉観光協会   | 職員     | リエヴェン・<br>アントニー | 温泉 |    |
| 三朝温泉旅館協同組合 | 理事     | 御船 秀            | 温泉 |    |
| 三朝町商工会     | 理事     | 岡崎 良            | 温泉 |    |
| NPOみささ温泉   | 常任理事   | 山内 有二           | 温泉 |    |
| 公募委員       | -      | 米田 尚人           | 温泉 |    |
| 公募委員       | -      | 田村 博文           | 健康 |    |
| 公募委員       | -      | 牧田 かおり          | 健康 |    |
| 三朝町        | 地域振興監  | 青木 大雄           | 座長 |    |

## 三朝町温泉を活用した健康まちづくり事業検討委員会設置要綱

令和5年2月28日告示第24号

## (設置)

第1条 温泉を活用した健康まちづくり事業における基本構想及び基本計画の策定を効果的に進めるため、三朝町温泉を活用した健康まちづくり事業検討委員会（以下「検討委員会」という。）を設置する。

## (所掌事務)

第2条 検討委員会は、次に掲げる事項について協議及び検討を行い、町長に報告する。

- (1) 温泉を活用した健康まちづくり事業における基本構想及び基本計画に関する事項
- (2) 温泉を活用した運動の習慣化に関する事項
- (3) その他、温泉を活用した健康まちづくり事業に関して必要と認める事項

## (組織)

第3条 検討委員会は、委員15人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから、町長が任命する。

- (1) 医療福祉分野に携わる者
- (2) 観光分野に携わる者
- (3) 学識経験者
- (4) 副町長
- (5) その他町長が必要と認める者

3 委員の任期は、任命の日から令和6年3月31日までとする。

## (委員長)

第4条 検討委員会に委員長を置き、副町長をもってあてる。

## (会議)

第5条 検討委員会の会議は、委員長が招集し、主宰する。

2 検討委員会の会議は、その都度委員長が必要と認めた委員で開催する。

## (庶務)

第6条 検討委員会の庶務は、企画健康課において処理する。

## (その他)

第7条 この要綱に定めるもののほか、検討委員会の運営に関し必要な事項は、町長が別に定める。

## 附 則

この要綱は、令和5年2月28日から施行する。

## 附 則（令和5年告示第55号）

この改正は、令和5年4月13日から施行する。

# 基本構想原案における事業の3つの柱

## 基本構想

WG会議：原案作成 R4. 11～R5. 2  
検討委員会：策定協議 R5. 2～R5. 4



健康づくりの現状

温泉の現状

課題

既存計画との関連

事業の  
方向性

スケジュール

### ①“三朝温泉”を知ってもらう

観 触

まずは、町民に三朝温泉の知識をもっと知ってもらい、知ることによって温泉活用への動機をつくる。

【取り組み例】

- 三朝温泉の効能等をまとめたミュージアム機能を整備
- 三朝温泉を学ぶ機会を創出
- 町民ラジウム工資格取得応援・育成（現行制度の応用）
- 三朝温泉活用報告会の開催 など

- 【必要なこと】
- ◆ミュージアム機能の検討
  - ◆既の実施中の「知る機会」整理 など

### ②温泉と健康づくり連携させる

心

温泉と健康づくりを連携させるため、入浴と運動を組み合わせた仕組みをつくる。

【取り組みの例】

- 三朝温泉独自の入浴作法を構築
- 三朝温泉健康アプリの開発 など



- 【必要なこと】
- ◆連携事業の試験実施
  - ◆必要となるアプリの検討 など

### ③入浴等施設を整備する

聴 味 心 香

入浴ができる施設+プラスα（必要な機能を追加）を整備する。

【取り組みの例】

- 入浴等施設を整備
- 相互補完の仕組み構築
- 特産品（食）との連携 など



- 【必要なこと】
- ◆機能の整理
  - ◆財源確保
  - ◆設計業務
  - ◆調査業務など



## 基本計画

検討委員会：策定協議 R5. 5～



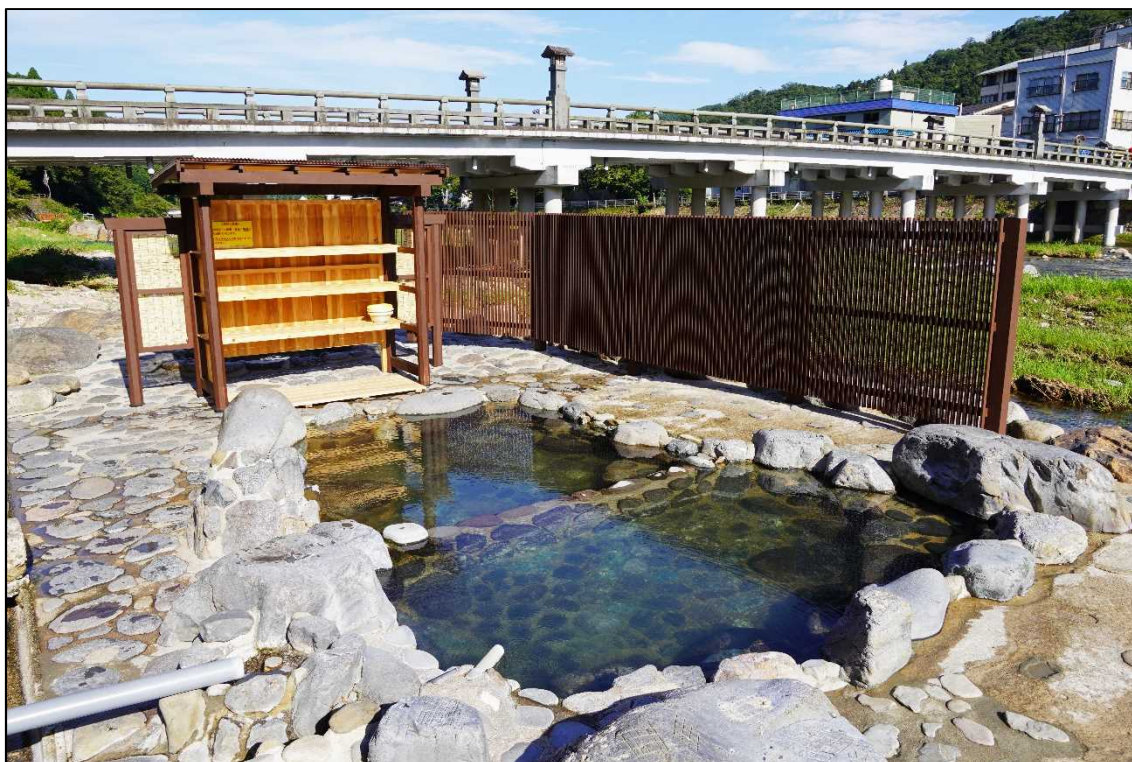
ミュージアム  
・  
知る機会の検討

温泉×健康  
(連携事業)

整備施設計画

- ◆コンセプト
- ◆規模
- ◆場所
- ◆機能 等

# 温泉を活用した健康まちづくり事業基本構想 (原案)



令和5年4月

鳥取県三朝町

## はじめに

三朝町では、町の大切な資源である三朝温泉を最大限に活用し、町民の健康増進及び介護予防の推進を図ることを目的として「温泉を活用した健康まちづくり事業」を令和3年度から開始しました。

三朝温泉は、「三晩泊まって三回朝を迎えると元気になる」との評判が名の由来ともいわれ、昔から療養目的としても多くの人から親しまれてきました。そして、平成26年には開湯850年という大きな節目を迎え、翌年の平成27年には、三朝温泉と三徳山の持つ一体的なストーリー「六根清浄と六感治癒の地～日本一危ない国宝鑑賞と世界屈指のラドン泉～」が高い評価を受けて日本遺産に認定。三朝温泉は「癒やし」が重要なキーワードとされるなど、古くから今日にいたるまで健康や癒やしといった面で注目を浴びてきました。

また、三朝温泉の持つ医学的効果の研究については、古くは岡山大学三朝温泉診療所の時代からはじまり、一定のエビデンスも蓄積されています。

このような天与の恵みである三朝温泉を十分に活用した今回の健康まちづくりの取り組みが、町民の健康増進につながっていくこと、そしてそれを体感してもらうことが、この事業における一つの目標です。

町民にとって温泉の効果を体感するとともに、三朝温泉を有するこの町を誇りに思うことにつながっていくことで、広域的な連携へと発展させることができ、三朝温泉が国内、世界中の人から選んでもらえる温泉地となり、さらに活力ある展開が見込めます。

そこで、関係機関や事業所、有志の方の協力をいただきながら、事業の土台となる方針を定めた本事業の基本構想をとりまとめました。

三朝町では、基本構想に基づき、「温泉を活用した健康まちづくり事業」を力強く進めていきます。

# 目次

## 第1章 背景

- 1 健康づくりの現状・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
- 2 三朝温泉の現状・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 6
- 3 現状から見える課題・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8
- 4 既存計画の位置付け・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 9

## 第2章 基本構想

- 1 町の全体目標・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 1
- 2 温泉を活用した健康まちづくり事業の目標・・・・・・・・ 1 1
- 3 事業の方向性（背景等を踏まえて）・・・・・・・・ 1 1
- 4 事業実現に向けた体制と今後のスケジュール・・・・・・・・ 1 8

## 第3章 参考資料

- 1 ワーキンググループ・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1 9
- 2 温泉健康WGで出された主な意見など・・・・・・・・ 2 2

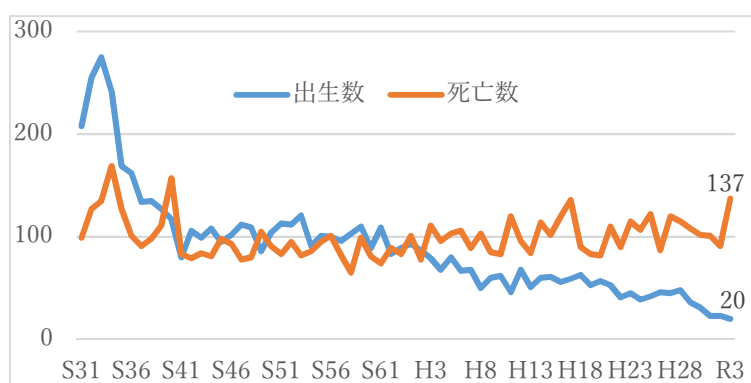


# 第1章 背景

## 1 健康づくりの現状

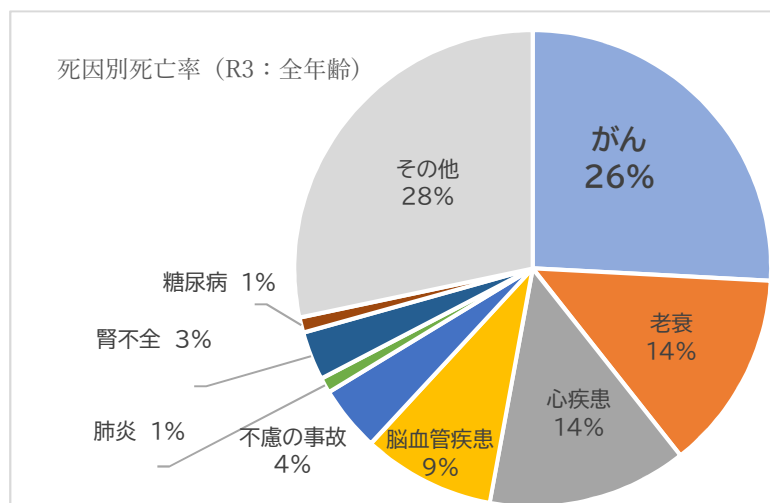
### ① 出生数と死亡数の逆転現象

町の出生数は年々減少し、近年では年間の死亡数との差が徐々に広がってきており、人口減少問題が顕著になってきています。令和3年における出生数は20人に対し、死亡の数が137人と大きく逆転しています。



### ② 死因1位は「がん」

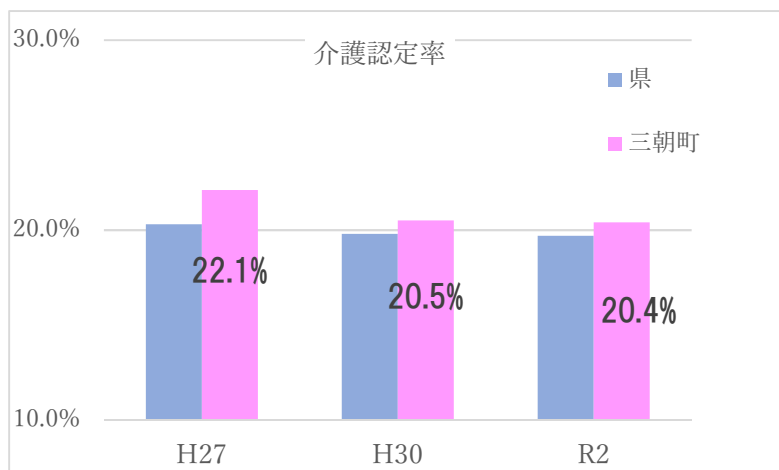
三朝町民の死因別死亡率については、がん、老衰、心疾患、脳血管疾患が増えてきています。全国的にもがんは死因の1位となっているなか、ここ三朝町でも同様の結果となっており、死因の2割ががんです。一方の特徴として、心疾患、脳血管疾患の割合が年々増加しています。がん検診の受診率は、全体でみると全国より低いですが、70歳未満の受診率では肺・大腸・子宮がん検診において50%以上と全国に比べて高い受診率で、今後も働き盛り世代の受診率向上を目指す必要があります。



### ③ 介護予防

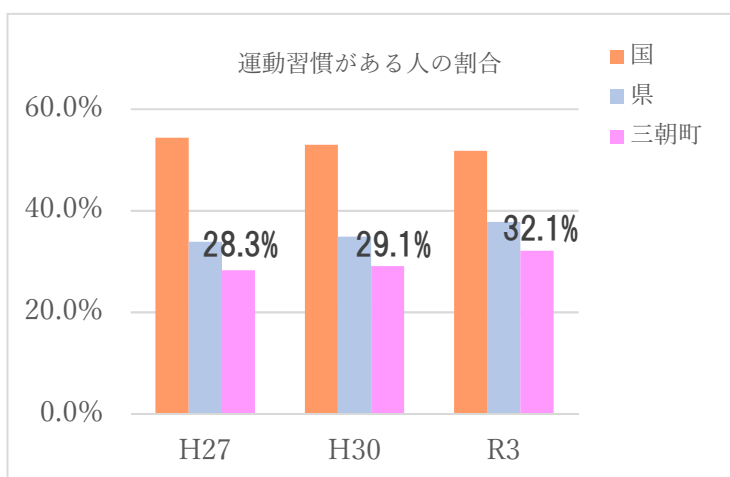
三朝町における介護認定率は、鳥取県全体に比べると高い状況にあります。介護の申請理由に目を向けると、高齢による衰弱、転倒や骨折が申請の大きな理由になっています。それらを踏まえ、三朝町包括支援センターでの対策や、町全体での健康対策として三朝町社会福祉協議会（社協）、鳥取県中部医師会立三朝温泉病院（温泉病院）とも連携しながら、フレイル予防、サロン等の通いの場の拡充に向けているほか、「週間体操ラ・ドン！※<sub>1</sub>」を町内の公民館等で実施しているところです。

また、通いの場は集落単位での開催とし、町内16ヶ所で開催しています。そして、社協、保健師、栄養士、町内の事業所と実施を分担しています。フレイル予防については、温泉病院と連携し、「筋力アップ教室」を令和4年度から開催しているところです。



### ④ 運動の促進

特定健診受診者のうち「日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施している」と回答した人は、全国で50%以上であるのに対し、本町では30%以下と低く、日常的に運動している人が少ないことが分かりました。このような状況を変えようと、町はノルディックウォーク※<sub>2</sub>を推奨しています。メリットは、4点歩行で



あるために膝や腰への負担が軽く、全身の90%の筋肉を使うことで筋力アップにつながり、通常のウォーキングよりも消費カロリーが高いことにあります。

一方、ノルディックウォークを日常生活にとり入れてもらうために定期的を開催する催し（ウォーキングイベント、教室等）については、参加者に60歳代から70歳代の女性が多く、偏りがあるのが現状です。

この他、町民が習慣的に親しんでいる運動としては、グラウンドゴルフやペタンクなどがあります。

⑤ 元気を増やす、病気を減らす

町では、生活習慣に起因する病気の予防、正しい生活習慣の啓発・定着、運動づくりの習慣化、筋力低下による介護予防と健康寿命の延伸を図り、医療費増大を招かないよう、引き続き対策を講じる必要があります。

※掲載したデータは、三朝町住民基本台帳、鳥取県人口動態調査から引用

**【用語説明】**

※1 週間体操ラ・ドン！

三朝小唄にあわせて行う介護予防体操。小さい子どもから足腰の不自由な高齢者まで、誰でも気軽に行える

※2 ノルディックウォーク

2本のストックを使って歩行運動を補助し、運動効果を増強するフィットネスエクササイズ的一种。もとは、クロスカントリーの選手が、夏季の体力維持・強化トレーニングとして、ストックと靴で積雪のない山野を歩き回ったのが始まり

## 2 三朝温泉の現状

### ① 三朝温泉の特徴

三朝温泉の泉質は単純温泉、塩化物泉、炭酸水素塩泉、放射能泉等で10あります。

なお、泉温が高く、ラドン濃度の高い温泉地としては、三朝温泉は他の温泉と比べると希少であり、世界的にも有名なオーストリアにあるバドガシュタインとも比較されるほどです。

また、放射線を受けると細胞が活性化し、自然治癒力を高めると言われています。これを「ホルミシス効果」といい、特に効果が高いということを三朝温泉の魅力、効能として発信してきています。これらのことは、岡山大学三朝温泉診療所の頃から研究がなされてきました。

### ② 旅館と源泉

三朝温泉の旅館数は22軒あり、宿泊の規模は大型から家族単位のものまで幅があります。また、運営形態は観光だけでなく、湯治に特化した旅館もあります。源泉は個人、区、町の所有となっており、町の年間配湯は約5万3千トンです。

### ③ 三朝温泉の活用

三朝温泉の利用促進や普及啓発を進めている「現代湯治推進協議会」では、三朝温泉への連泊を推進したり、ラジウム<sup>※2</sup>の育成を進めています。

また、単に湯に浸かるだけでなく、熱気浴<sup>※3</sup>やオンドル<sup>※4</sup>、飲泉利用、足湯、温泉を活用した商品造成、温泉宅配などもあります。

### ④ 三朝温泉の観光客

平成29年から令和元年まで、毎年約35万人が三朝温泉に観光客として来ていました。しかし、新型コロナウイルス感染症が急拡大した令和2年以降、都道府県間の往来制限等もあり、観光客数が大きく減少。令和2年には24万人、令和3年には19万8千人と急激に落ち込んでしまいました。

また、コロナ禍以前は1日に1,000人が宿泊し、インバウンド<sup>※1</sup>も多くありました。インバウンドの内訳は、香港、中国、台湾が多かった一方、温泉のつながりから交流がスタートしたラマルー・レ・バン町があるフランスからも来町があり、少しずつインバウンドの波が来ようとしていました。しかし、その期待もコロナ禍によりなくなってしまいました。

一方、リクルートじゃらんリサーチセンターの調べによると、鳥取県を訪問する旅行者の特徴が分析され、令和3年度は鳥取県には89万人が来県し、そのうち、中四国からが半分、関西からは26となっています。このため、中国地方、四国地方、関

西地方からの観光客が全体旅行者の大半を占めているといえます。

また、旅行者の宿泊費用は、全国平均で51,800円のところ、鳥取県だと46,100円と若干少ない傾向にあります。加えて個人旅行が9割、リピーターは6割あるということも、鳥取県の旅行に関する特徴となっています。

#### ⑤ 健康と温泉フォーラム

三朝町は、健康づくりのために必要な温泉保養施設、保養プログラム、温泉地の環境整備等の問題について調査研究や普及啓蒙などを全国の温泉地で連携して取り組んでいこうとする「健康と温泉フォーラム」に参画しています。そして、令和元年には、三朝町でこのフォーラムを開催したところです。



※掲載したデータは、三朝町統計資料、「じゃらん宿泊旅行調査2021」（リクルートじゃらんリサーチセンター調べ）から引用

#### 【用語説明】

※1 インバウンド

本構想では、訪日外国人観光客

※2 ラジムリエ

三朝温泉のエキスパート。三朝温泉の泉質をはじめとした豊富な知識、おもてなし等の技術があることを証明する資格保持者

※3 熱気浴

ラドンがミスト状に充満した熱気浴室（温泉熱を利用したもの）に入り、身体を温め深呼吸することでラドンを体内に取り込める

※4 オンドル

温泉熱を利用した室内暖房、温室

### 3 現状から見える課題

#### ① 健康づくり

現状を振り返ると、三朝温泉は、ホルミシス効果に代表されるように、健康にも効果的であることが判明しているところですが、健康づくりにおいてはこれまで、三朝温泉の活用が意識的になされてはきませんでした。

#### 【課題】

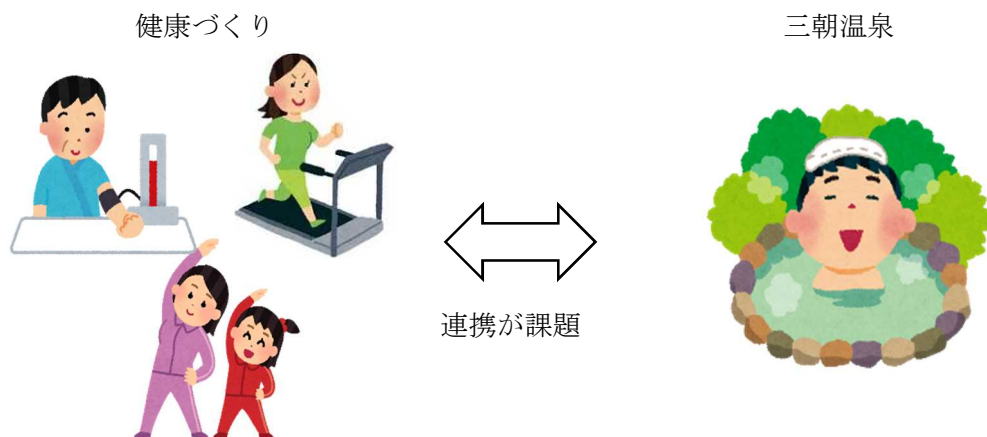
- 介護認定率が高い
- 日常的に運動している人が少ない
- 健康づくりと三朝温泉活用がつながっていない

#### ② 三朝温泉

また、三朝温泉においても、健康面への効果はあるものの、町民全体へ十分に浸透しているとはいえず、温泉がもたらす恩恵を町民が享受できているかは、不透明な状況であるといえます。

#### 【課題】

- 観光客数の減少
- 旅館の減少
- 三朝温泉の町民への恩恵が少ない（町民の利用が少ない）
- 日帰り入浴施設が少ない（旅館以外）



#### 4 既存計画の位置付け

三朝町では、平成30年度に第11次三朝町総合計画を策定し、本計画において町が進んでいく将来像として「笑顔と元気があふれ 輝く町」を掲げ、その実現に向けて邁進しているところです。この将来像には、「笑顔」、「元気」、「輝く町」の3つのキーワードが組み込まれています。

「笑顔」については、町民が精力的に活動する姿、活力ある様子のもと、町に存在する資源を余すところなく活用し、産業の振興、交流の促進につなげていくことを意味しています。

「元気」については、充実した子育て環境、教育環境といった次世代の元気につながっていくものから、安全で安心できる日々の暮らしといった日常生活につながるもの、さらには、毎日が健康で、自分らしく暮らせることの実現への願いも込められています。

これらの「笑顔」と「元気」が合わさることで、三朝町はさらに輝きが増す町となっていくことへの道筋が、ここでは設定されています。

また、同計画策定の翌年度、町は第2期「三朝町まち・ひと・しごと創生総合戦略」を策定。この戦略では、総合計画を受けて、健康づくりの分野で「温泉を活かした健康・まちづくり」の実施を位置付けているところです。

第11次三朝町総合計画から見る、本事業の位置付けは次のとおりです。

**【将来像】**

**『笑顔と元気があふれ 輝く町』**

「笑顔」に該当するもの・・・町民の活力、産業の振興、交流の促進 等々  
「元気」に該当するもの・・・子育て・教育の充実、健康づくりの推進

**【関連する分野別将来像】**

いのちと健康を育む町

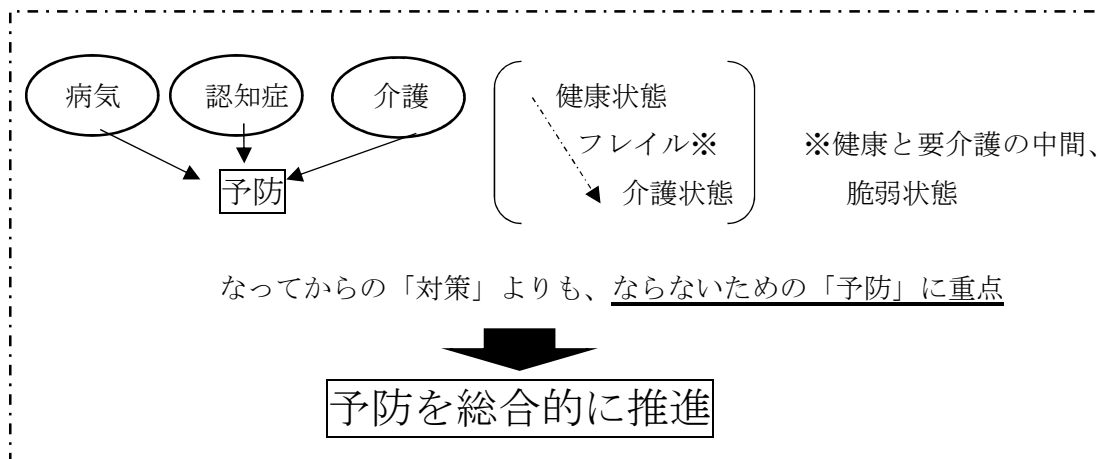
**【関連する基本方針】**

健康長寿のすすめ→町民が健康で、長生きすること

この流れから、『健康長寿の町づくり』が町全体の目標になっているといえます。

そして、この目標を達成するために、限られた人材、資源といったことを加味した際に必要となってくることは、「病気にならない」、「介護状態にならない」といった「予防」に重点を置く必要があるといえます。

このため、町では予防対策を総合的に進めていくこととします。



#### 【予防に関わること】

- ◇三朝温泉の活用  
(古くから療養や医療との関わりがある三朝温泉)
- ◇日常的な運動、筋力維持、トレーニングを含めた体力づくり
- ◇定期的な健康診断、がん検診の受診
- ◇豊かな自然環境を活かした取り組み、地域や社会参加

#### 【期待される効果】

- ◇健康寿命の延伸 (将来像)
  - 医療費・介護給付費が下がる
  - 元気な人が増えることによる人手不足の解消 (地域) 等
- ◇全国に誇れる三朝町
  - 町民が誇れる三朝温泉 (自慢の温泉)、町の誇り
  - 移住者の増加、Uターンの増加 等
- ◇新たな観光の目玉
  - 観光客の増加と経済効果
  - ヘルスツーリズムの推進 等



## 第2章 基本構想

現状や課題を踏まえ、三朝町では次のことに取り組んでいきます。

### —前提—

#### 1 町の全体目標

⇒健康長寿の町づくり

#### 2 温泉を活用した健康まちづくり事業の目標

⇒三朝温泉をはじめとするまちの資源を有効に活用し、

町民の「予防」を総合的に推進（健康増進）する仕組みをつくる

#### 3 事業の方向性（背景等を踏まえて）

##### ① “三朝温泉”を知ってもらう

六感治癒：観・触

##### ② 温泉と健康づくりを連携させる

六感治癒：心

##### ③ 入浴等施設を整備する

六感治癒：聴・味・心・香

## ① “三朝温泉”を知ってもらう

三朝温泉には、ラドンの出す微弱な放射線が含まれ、その刺激によって体の免疫機能を高めるホルミシス効果があります。療養的な効果として、酸化障害（生活習慣病・老化）の抑制、呼吸器系疾患の改善などのほか、保養的な効果として、ストレス軽減、リラックス効果などにも効果があり、入浴や吸うことなどで三朝温泉の持つ健康的な効果を享受できるともいえます。

また、これらの効果の元となっているラドンは、三朝温泉の空気中にも存在しており、滞在するだけでも効果があります。そのうえで、温泉街において簡単なウォーキングや散歩等をする事は相乗的な健康効果につながると考えられています。

このような入浴や滞在するだけでも効果がある三朝温泉について、まだまだ知識として浸透しきっていないのが現状で、それは三朝町民にあっても同じ状況です。

また、多くの研究者や機関においてそのエビデンスについて調査研究がなされており、結論に至っていないものも含めて、現在も続けられており、このことの歴史も積み重ねのなかで大きな意味を持っています。

このため、まずは町民に三朝温泉のことをもっと知ってもらうことを一つの柱とし、知ることによって「入浴したい」、「活用したい」というきっかけをつくります。

（三朝温泉の効果に関する内容は、「免疫力を向上させる旅 鳥取・三朝温泉現代湯治」から引用）

### 【具体的な取り組み例】

#### ○三朝温泉の効能等をまとめたミュージアム機能を整備

まずは、三朝温泉のことをもっと知ることが重要です。三朝温泉が持っている価値を知ることによって、温泉を身近に感じてもらい、浸かるだけでも効果がある三朝温泉、滞在するだけでも効果がある三朝温泉をもっと好きになることにつながっていきます。そのためのミュージアム機能を整備します。

なお、ミュージアム機能については、事業の方向性の「② 入浴等施設整備を整備する」において「知識」の分野をとり入れて、肌で感じるができるように工夫するなど、一体的に検討するほか、オンライン上での実現といったように、デジタル技術の活用にも目を向けていきます。

#### ○三朝温泉を学ぶ機会を創出

健康相談の場をはじめ、保育の場、学校教育やPTA、集落での集いなど、あらゆる場面を通じて三朝温泉を知る機会に結び付けていき、この町で生活することが知ることにつながる仕掛けを作ります。（例：三朝温泉読本の制作等）

○町民ラジムリエ資格取得応援・育成（現行制度の応用）

三朝温泉の知識と作法の証明であるラジムリエ制度を拡充し、三朝温泉の利用者となる町民にも広く普及していきます。そうすることで、三朝温泉の知識をもった町民が増加し、三朝温泉への愛着、誇りの醸成・拡大につながります。

○三朝温泉の情報発信強化（ラドン濃度のSNS発信等）

三朝町民に需要のある三朝温泉の情報を毎日、SNSで発信します。例えば、河原風呂の湯温、気温、可能であればラドン濃度なども併せて発信することで、“いま”の三朝温泉を身近に感じてもらうことを目指します。

○三朝温泉活用報告会の開催

三朝温泉で実際に体験した「三朝温泉がもたらした効果や影響」について報告する場を設け、温泉利用について情報共有するコミュニティを創設します。コミュニティ活動が熟成することで、新たな温泉利用方法の発見、温泉利用者の増加を目指すこともでき、町民の温泉利用がさらに利用を呼び込む好循環を形成していきます。

○ワーケーション環境の整備（入浴と仕事の両立支援）

三朝温泉は浸かるだけでなく、滞在することでも効果があることから、滞在しながら仕事をする「ワーケーション」が可能となる環境を整備します。

○小学生・中学生への出前授業

三朝温泉をもっと知ってもらうためには、子どもの頃からの知識の習得や、体験も重要となります。入浴と教育を掛け合わせた「浴育」の推進にも積極的に取り組み、三朝温泉の知識を学校生活の場でも感じてもらい、自然と知識を持てる仕掛けづくりを行います。

○町民の日帰り入浴の利用料補助

町民にもっと三朝温泉を気軽に利用してもらうため、旅館が実施している日帰り入浴や公衆浴場の利用料金を補助します。（お風呂の日※毎月<sup>ふ</sup>2<sup>ろ</sup>6日※）

また、運動や健康づくりの催しの際にも、気軽に三朝温泉を利用してもらえるよう、利用料金を補助します。（町民利用数の調査方法構築も併せて実施）

【重要業績評価指標（KPI）】

- 町民の三朝温泉への知識を深める機会の増加（ワークショップ、報告会の開催）
- ラジムリエ取得者数の増加
- 町民の三朝温泉利用の増加 など

## ② 温泉と健康づくりを連携させる

日々の生活において、適度に体を動かしたりスポーツ活動をしたりすることに加え、栄養バランスの整った食生活、定期的な健康診断、がん検診を続けていくことは、いつまでも自分らしく、健康に暮らしていくために重要なことです。加えて、要介護の手前の状態であるフレイルを予防するためには、これらのことに合わせて、筋力の維持も重要となります。

これまで、このような健康づくりのための取り組みには三朝温泉が連動してなかったところですが、三朝温泉が癒やしの効果をはじめとして、健康への効果が優れていることを十分に活かし、これらの連携を実現すれば、健康づくりの面では高い効果が期待でき、三朝町の健康づくりの取り組みの加速・発展・拡充につながるということが可能になるといえます。

三朝温泉を知ること、必要となる施設を整備することと並行して検討を進めながら、「健康づくり」に「三朝温泉」を掛け合わせた連携を確立させ、町民利用につなげていくことで、町民の健康増進に貢献していきます。

なお、ここで示す「健康」の目的は、体調の維持や向上、体を整えて病気やけがにならないための「予防すること」としています。

### 【具体的な取り組み例】

#### ○三朝温泉独自の温泉作法を構築

温泉に入浴する前に、ストレッチ、ヨガ等について時間をかけて行うことで、体を適度にほぐし、心地よい温泉入浴を実現させます。また、三朝温泉独自の運動プログラムとして、より高い入浴効果があるものを開発するなどし、温泉の作法を構築します。さらに、介護予防体操として親しまれている「週間体操ラ・ドン！」と入浴を組み合わせるなどの普及啓発も実施していきます。

このほか、湯の蒸気を吸うことで、大気中に広がったラドンが呼吸を通じて体内に入ると効果が得られる「熱気浴」、湯を飲んで三朝温泉の効果が得られる「飲泉」といったことも加えていながら、三朝温泉の作法との組み合わせを模索していきます。

#### ○トレーニング機能の整備

メタボリックシンドロームをそのまま放置して生活を続けていると、生活習慣病にはじまり、重篤な病気へとつながっていきます。特に子育て世代、働き世代は自分自身の健康維持・健康増進のための行動が後回しになりがちですが、この世代の健康への意識付けをすることで将来的な介護や疾患への対策とし、人口減少時代における町の担い手の確保につなげていきます。

このため、特にこのような世代に興味があるものを調査し、需要の高いものを実現させていきます。調査と実現にあたっては、体を整えるためのストレッチやヨガといったものから、筋力の維持・向上のためのマシントレーニングなど、幅広く想定して進めます。

#### ○運動と温泉、健康づくりと温泉の循環

トレーナーの配置による健康づくり活動(例:運動教室、リハビリ教室、転倒予防教室、健康料理教室、健康診断等)をしたり、定期的な運動を実施した後には温泉入浴の割引をしたりするなど、運動や健康づくりをした後には温泉入浴への動機付け、導入につなげていくような循環を確立させていきます。

#### ○三朝温泉健康アプリの開発

現在、三朝町は人口減少や少子高齢化など大きな社会課題に直面しています。このため、健康づくり活動と温泉入浴の好循環の確立ができたとしても、継続性が課題となります。この課題を解決し、持続可能な取り組みとして新たな付加価値を生み出す源泉となるものはデジタルの力です。

そこで、健康づくり活動を実施した場合にはデジタルポイントが付与され、一定のポイントが貯まれば入浴料金が無料となるような制度をとり入れたものや、手ぶらでの温泉と健康の取り組みを体験できるアプリケーションを開発します。そして、このアプリが健康づくり活動の補助、温泉入浴への動機付け・誘導していくツールとします。

また、将来的には、一人ひとりにあった入浴方法の指示、三朝温泉をはじめとする医療機関との連携による遠隔医療の礎とできるような展開についても、デジタル技術を活用するなかで検討していきます。

#### 【重要業績評価指標（KPI）】

- 連携事業の体験者数の増加
- 健康効果の体感
- 健康診断の数値改善（町全体で）
- 三朝温泉健康アプリの登録者数

### ③ 入浴等施設を整備する

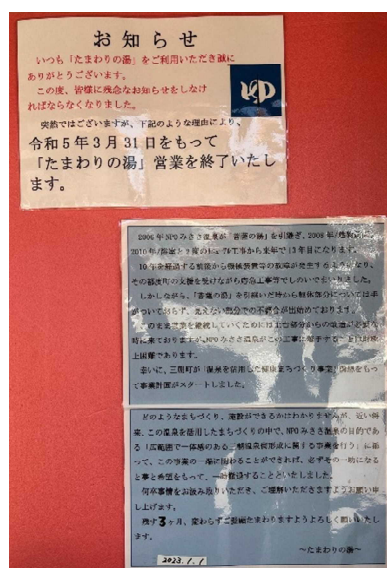
町の新たなシンボルとなるような入浴機能を有した施設を整備します。町内には、区と旅館が管理する施設以外の一般的な公衆浴場は河原風呂と「たまわりの湯」以外にありません。このうち、町民をはじめとして多くの方から利用のあった「たまわりの湯」については、令和5年度末で施設老朽化のほか、運営団体の事業収支計画や維持費の増加等もあって閉館となることが決まり、その代替となる受け皿の必要性も増しているところです。

また、町民が温泉を活用した健康づくりを一体的に進め、その効果を実感していくためには、入浴するだけの機能に留まらず、その他の需要にも対応できる機能が必要となります。このため、これらの健康づくりにもつながっていく機能を持ち合わせた、新たな入浴等施設を整備する必要があります。

一方、必要となる機能を一つの施設内に全て有することは理想ではあるものの、予算や立地等の制限が生じてきます。このため、既存の公共施設や民間施設が有する機能もブラッシュアップすることも視野に入れながら、整備する施設で相互に補完するような仕組みもと入れ、最大限効率的な費用対効果を生み出す施設整備を目指します。加えて、施設間の往来から生まれる三朝温泉の賑やかさ、施設利用の促進にもつながっていくよう、その仕組みも併せて構築していきます。



↑多くの人から親しまれた「たまわりの湯」  
→令和5年3月末で営業を終了するお知らせ



#### 【具体的な取り組み例】

##### ○入浴等施設の整備

三朝温泉の効能を実感できる入浴等の施設を整備します。整備にあたっては、温泉の効果である癒やしやリフレッシュを求める町民、健康づくりに興味がある町民といった一定のターゲット層を意識しながら、整備に向けていきます。

癒やしを求める町民に対しては、「究極の癒やし」などをキーワードにしなが

ックスして温泉入浴を楽しんでいただけるように配慮するとともに、「オンドル」のような「着衣のままで楽しめる（体験できる）温泉」の実現も検討していきます。

また、全町民が気軽に利用してもらえることも念頭におきながら、例えば障がいがある方や手術痕がある方であっても気兼ねなく利用できるよう、バリアフリー化や「家族風呂」などについても、利用者のニーズを考え、整備を検討します。そして、当該入浴施設の整備を通じて、気軽な三朝温泉への入浴を実現していきます。

一方、健康づくりに興味がある層に向けては、三朝温泉の効能を知ることができる「ミュージアム」を設け、「学び」への環境を整理し、温泉の効能を知って入浴する好循環につなげます。また、ラジムリエ制度と連携し、利用者一人ひとりに合わせた健康づくりに効果的な入浴が実現できる、オリジナルな公衆浴場を目指します（ラジムリエ+健康づくりの知見）。

加えて、主に医療としてのリハビリテーションを終えた方、スポーツでの怪我や疾患を持った方が、体の機能維持・向上を目的とした入浴も実現できるような利用方法と体制について、一体的に検討していきます（湯中運動、多目的スペース等の整備）。

#### ○相互補完の仕組み構築

三朝町内には、三朝温泉病院において鉱泥湿布が行われたり、温水プールをリハビリ治療の一環として利用しているほか、熱気浴体験施設の「すーは一温泉」があるなど、それぞれが特徴を持って運営しているところです。

新たに整備する施設は、これらの特徴を持った取り組みについて、簡易的に体験できるような機能を備えることとし、それによって「さらに体験したい利用者」を生み出し、本格的な体験については相互に補い合うような仕組みを各機関と連携してつくりあげていきます。また、相互送客の仕組みもとり入れ、三朝町全体が健康志向の温泉地として一体感のあるものへと昇華させていきます。

#### ○特産品（食）との連携

三朝米、神倉大豆をはじめとし、トチモチ、山椒、豆腐、干し柿など、三朝町には多くの誇るべき特産品があります。これらを有効に活用して、温泉と食の地産地消を実現します。

### 【重要業績評価指標（KPI）】

- 入浴等施設の整備
- 入浴等施設の利用者数の増加

#### 4 事業実現に向けた体制と今後のスケジュール

##### ① 令和5年度の動き

温泉を活用した健康まちづくり事業においては、基本構想における方向性をもとにして、入浴等施設の整備方針やコンセプト、規模、位置等についても各種調査や町民意向等を踏まえて検討を進め、基本計画として定めていきます。

また、「温泉」と「健康づくり」が連携できる事業について、実証事業として進めていくなから、入浴等施設の共用開始をひとつの目途とし、本格的な稼働に向けて準備を行うこととしています。これに加えて、施設の整備方法や連携事業の運営事業者、運営方法についても検討していきます。

##### ② 令和6年度の動き

令和5年度に策定する基本計画をもとに、必要な入浴等施設の整備に向けて実施設計業務に着手します。

その際には、必要となる財源をしっかりと確保できるよう、国や県等の動きを注視しながら、情報を集めていきます。

また、「温泉」と「健康づくり」の連携事業については令和5年度に引き続いて実施し、より精度の高い取り組みとしていきます。

##### ③ 以降の動き

これまで進めてきた基本構想、基本計画、基本設計等の調査、実施設計、「温泉」と「健康づくり」の連携事業における実証事業で得られた成果を総動員し、必要な施設の整備を着実に進めていきます。

そして、町民が温泉を活用した健康まちづくり事業の取り組みを体感し、それぞれが自分らしく健康で暮らしていくことができるよう取り組みを持続的なものとしていきます。

#### 【事業全体】

|       |                               |
|-------|-------------------------------|
| 令和4年度 | 基本構想                          |
| 令和5年度 | 基本計画、基本設計、温泉と健康づくりの連携における実証事業 |
| 令和6年度 | 実施設計、温泉と健康づくりの連携による実証事業       |
| —以降—  | 入浴等施設の整備                      |



## 第3章 参考資料

### 1 ワーキンググループ

三朝町では、温泉を活用した健康まちづくり事業における基本構想の原案の作成について効果的に協議及び検討するため、観光分野に携わる方、医療福祉分野に携わる方、公募による方をメンバーとして温泉を活用した健康まちづくり事業ワーキンググループ（以下、「温泉健康WG」という）を設置しました。

#### 【温泉健康WG委員】

| 所属等        | 職名等    | 氏名（敬称略）     | 分野 |
|------------|--------|-------------|----|
| 三朝温泉病院     | 事務部長   | 糸原 博史       | 健康 |
| 三朝温泉病院     | 診療技術部長 | 山根 隆治       | 健康 |
| 三朝町社会福祉協議会 | 総務課長   | 松田 進        | 健康 |
| 三朝温泉観光協会   | 職員     | リエヴェン・アントニー | 温泉 |
| 三朝温泉旅館協同組合 | 理事     | 御船 秀        | 温泉 |
| 三朝町商工会     | 理事     | 岡崎 良        | 温泉 |
| NPO みささ温泉  | 常任理事   | 山内 有二       | 温泉 |
| 公募委員       | —      | 米田 尚人       | 温泉 |
| 公募委員       | —      | 田村 博文       | 健康 |
| 公募委員       | —      | 牧田 かおり      | 健康 |
| 三朝町        | 地域振興監  | 青木 大雄       | 座長 |

## 三朝町温泉を活用した健康まちづくり事業ワーキンググループ設置要綱

### (設置)

第1条 温泉を活用した健康まちづくり事業における基本構想の原案の作成について効果的に協議及び検討するため、三朝町温泉を活用した健康まちづくり事業ワーキンググループ（以下「温泉健康WG」という。）を設置する。

### (所掌事務)

第2条 温泉健康WGは、次に掲げる事項について協議及び検討を行い、町長に報告する。

- (1) 温泉を活用した健康まちづくり事業における基本構想の原案に関する事項
- (2) その他、温泉を活用した健康まちづくり事業に関して必要と認める事項

### (組織)

第3条 温泉健康WGは、委員18人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから、町長が任命する。

- (1) 観光分野に携わる者
- (2) 医療福祉分野に携わる者
- (3) 公募による者
- (4) 地域振興監
- (5) その他町長が必要と認める町職員

3 委員の任期は、任命の日から令和5年3月31日までとする。

### (座長)

第4条 温泉健康WGに座長を置き、地域振興監をもってあてる。

### (温泉健康WG会議)

第5条 温泉健康WGの会議は、座長が招集し、主宰する。

2 温泉健康WGの会議は、その都度必要と認めた委員で開催する。

### (庶務)

第6条 温泉健康WGの庶務は、企画課において処理する。

### (その他)

第7条 この要綱に定めるもののほか、温泉健康WGの運営に関し必要な事項は、座長が別に定める。

### 附 則

この要綱は、令和4年9月28日から施行する。

## 【温泉健康WG会議の経過】

### ①第1回会議

日時：令和4年11月21日（月）19：00～20：00

会場：三朝町役場第2会議室

概要：◆事務局から事業の背景、概要、三朝温泉と健康づくり事業の現状について説明



### ②第2回会議（部会ごとで開催）

日時：令和4年12月21日（水）19：00～20：30（健康部会）

令和4年12月23日（金）19：00～20：30（温泉部会）

会場：三朝町役場第2会議室（健康部会・温泉部会）

概要：町民の健康づくりや入浴施設のことなどについて意見交換



### ③第3回会議

日時：令和5年2月3日（金）19：00～21：00

会場：三朝町役場第2会議室

概要：事務局作成基本構想たたき台に対する意見交換



## 2 温泉健康WGで出された主な意見など

|            | 医療・介護支援                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 健康づくり                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 生活<br>(町民) | <ul style="list-style-type: none"> <li>○研究・医療の歴史</li> <li>○レスポワール               <ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者支援</li> </ul> </li> <li>○週間体操ラ・ドン！</li> <li>○運動教室</li> <li>○三朝温泉病院               <ul style="list-style-type: none"> <li>・リハビリ、内科診療</li> </ul> </li> <li>○公衆浴場               <ul style="list-style-type: none"> <li>・河原風呂、株湯など<br/>(たまわりの湯は令和4年度末閉館)</li> </ul> </li> <li>○入浴による効果の体感<br/>(ストレス減、リラックス免疫力向上)</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <small>(他に出された意見)</small> <ul style="list-style-type: none"> <li>●全集落への銭湯整備</li> <li>●科学的な検証+記録</li> <li>●体験者の口コミ(掲示板)</li> <li>●町民カルテの作成</li> </ul> </div> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○“三朝温泉”を知ってもらう               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ミュージアム機能の整備</li> <li>・学ぶ機会の創出</li> <li>・ラジムリエ制度の応用</li> <li>・ワーケーション環境整備</li> </ul> </li> <li>○温泉と健康づくり連携させる               <ul style="list-style-type: none"> <li>・三朝温泉独自の温泉作法の構築</li> <li>・トレーニング機能整備</li> <li>・健康アプリの開発</li> </ul> </li> <li>○入浴施設等を整備する               <ul style="list-style-type: none"> <li>・施設の整備</li> <li>・食との連携</li> <li>・相互補完(既存施設の活用)</li> </ul> </li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <small>(他に出された意見)</small> <ul style="list-style-type: none"> <li>●温泉プール等レジャー機能</li> <li>●ファーマーズマーケット、マルシェ</li> <li>●老若男女問わず楽しめる施設</li> <li>●三朝温泉の特別を集約</li> </ul> </div> |
|            | <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block;">日本遺産(六感治癒)</div> <span style="font-size: 2em; vertical-align: middle;">}</span> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 5px; display: inline-block; background-color: yellow;">三朝温泉の効能</div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 観光<br>(町外) | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ラドン熱気浴</li> <li>○鉱泥湿布</li> <li>○飲泉</li> <li>○ラジムリエ</li> <li>○三朝温泉病院               <ul style="list-style-type: none"> <li>・リハビリ</li> </ul> </li> </ul> <div style="text-align: right; margin-right: 20px;">} 現代湯治</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <small>(他に出された意見)</small> <ul style="list-style-type: none"> <li>●リハビリ特化の温泉地</li> <li>●プロアスリート招致へ向けたPR</li> <li>●スポーツ医学との連携</li> </ul> </div>                                                                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ウォーキングイベント</li> <li>○ラドン熱気浴</li> <li>○鉱泥湿布</li> <li>○飲泉</li> <li>○ラジムリエ</li> <li>○ヘルスツーリズム</li> <li>○魅力ある観光地(観光の目玉)</li> </ul> <div style="text-align: right; margin-right: 20px;">} 現代湯治</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <small>(他に出された意見)</small> <ul style="list-style-type: none"> <li>●周遊、にぎわいの拠点</li> </ul> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

## 事業スケジュール（進め方等）

## 【事業全体】

|       |                                                                                                                                                  |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 令和4年度 | ○基本構想（原案）作成                                                                                                                                      |
| 令和5年度 | ○基本構想策定<br>○基本計画策定<br>—調査業務<br>○方向性に沿った動き<br>“三朝温泉“を知ってもらう<br>—既存事業のPR強化<br><br>温泉と健康づくりを連携させる<br>—連携事業の試験実施<br><br>入浴等施設を整備する<br>—基本設計<br>—調査業務 |
| 令和6年度 | ○基本計画に沿った取り組みを展開                                                                                                                                 |
| —以降—  | ○温泉を活用した健康まちづくり事業の本格稼働                                                                                                                           |

## 【令和5年度】

今後の想定スケジュール

## ①検討委員会の開催

1回目 辞令交付・認識共有・概要説明 4月18日開催  
⇒以降、意見等を踏まえて、基本構想を策定

2回目 基本計画策定へ向けた意見交換会 7月開催予定

3回目 基本計画策定へ向けた意見交換会 10月開催予定

4回目 基本計画策定へ向けた意見交換会 12月開催予定  
⇒原案の提示を予定  
⇒年度内、計画策定

## ②連携事業の試験実施

## 「温泉を活用した健康まちづくり基本構想」の策定に向けての意見

※意見等あれば、令和5年4月25日(火)までに企画健康課までお知らせください。

委員氏名 \_\_\_\_\_

(自由に記入ください)