

第3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11月14日（火）

午後7時00分から

ところ：三朝町役場 委員会室

~~~~~ 日 程 ~~~~~

1 開 会

2 委員長あいさつ

3 進捗報告・意見交換

○事業の進捗報告について・・・資料1

○基本計画の骨子（案）について・・・資料2

○入浴等施設整備について

4 その他

5 閉 会

# 資料 1

## 事業の進捗報告

ー温泉を活用した健康まちづくり事業検討委員会ー

◆第1回検討委員会 4月18日

◆第2回検討委員会 5月19日※書面開催

◆温泉を活用した健康まちづくり事業基本構想策定報告 7月

ー報告①ー

◆温泉を活用した健康まちづくり事業基本計画策定に関する補助業務を委託 7月

契約相手：株式会社ルネサンス

内 容：アンケート及びヒアリング調査の実施 等

⇒アンケート調査及びヒアリング調査 9月～10月

ー報告②ー（温泉と健康づくりを連携させる取り組み）

◆温泉を活用した健康まちづくり事業運動・スポーツ習慣化促進チーム会議発足 7月

◆第1回チーム会議 8月28日

◆第2回チーム会議 9月28日

◆温泉運動浴

11月8日～

◆温泉フィットネス（湯ラックス）

12月7日～

## 温泉を活用した健康まちづくり事業 基本計画 (骨子案)

| 基本構想                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 基本計画                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p><b>【目的】</b></p> <p>令和5年春に策定した「温泉を活用した健康まちづくり事業・基本構想」に対し、構想を具体化するため、「温泉を活用した健康まちづくり事業基本計画」を策定する。(策定期間：令和5年度)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>◆ “三朝温泉”の健康効果を知ってもらう</b></p> <p>「温泉効果」と「運動効果」を組み合わせることで、<u>健康になれるストーリー</u>をしっかりと啓発すること</p> <p><input type="checkbox"/>三朝温泉の効能等をまとめた「ミュージアム」を整備する</p> <p>温泉ミュージアム</p> <p>入浴施設との併設、入浴体験とのリンク、デジタル技術の活用</p> <p><input type="checkbox"/>三朝温泉を学ぶ機会の創出</p> <p>三朝温泉健康講座（健康相談、子育て、学校教育、集落学級等）</p> <p><input type="checkbox"/>町民ラヂムリエ資格取得応援・育成（現行制度の応用）</p> <p>資格取得講座（温泉ラヂムリエ制度との連携）</p> <p>温泉ラヂムリエによる講座</p> <p><input type="checkbox"/>“温泉情報”の発信強化（SNS 発信等）</p> <p>温泉を身近に感じ入浴を習慣化するための取組 “今日の温泉”情報</p> <p>温泉の温度、ラドン濃度…</p> <p><input type="checkbox"/>三朝温泉活用報告会の開催</p> <p>「温泉効果」の情報を共有するコミュニティの創設</p> <p>医学的エビデンスに加えて体験情報を共有し“口コミ”による温泉利用の好循環を通じて、事業効果を高める</p> <p><input type="checkbox"/>小学生・中学生への出前授業</p> <p>「浴育」をカリキュラムとして充実させ、“温泉の健康効果と文化”をふるさとの魅力として記憶に刷り込む</p> <p>座学と温泉入浴をセットにしたプランの提供</p> <p><input type="checkbox"/>町民の日帰り入浴のインセンティブ付与</p> <p>町民の温泉利用に繋がるインセンティブ（呼び水）を制度化する</p> <p>入浴料金に対する町民割引や運動・スポーツ活動との連携など</p> <p><input type="checkbox"/>ワーケーション環境の整備</p> <p>滞在による健康効果への誘導、温泉街の滞在環境の整備など</p> | <p><b>I “三朝温泉”の健康効果を知ってもらう</b></p> <p>三朝温泉の効果等知識を得ることで、三朝温泉への入浴等が健康や癒しにつながっていくことを理解し、実際に体験してもらうための流れをつくる。</p> <p><input type="checkbox"/>三朝温泉ミュージアム(温泉資料館)の開設（温泉入浴への動機づけ）</p> <p>○温泉の健康効果、効能、歴史等をまとめたミュージアム（展示室）を開設し、温泉の健康効果に対する学びの場を提供する。</p> <p>開設時期：令和7年度～ 実施主体：入浴施設運営者</p> <p>○町公式HPなどでデジタルミュージアムを開設し、時間と場所にとらわれない三朝温泉に関する学びを提供する。</p> <p>開設時期：令和7年度～ 実施主体：三朝町など</p> <p><input type="checkbox"/>ラヂムリエ制度の普及・拡大</p> <p>○町民による温泉ラヂムリエの資格取得を推進し、温泉効果や入浴方法等に対する理解を深め、PR力の強化を通じて知ってもらうことにつなげる。</p> <p>開催時期：令和6年度～ 実施主体：三朝温泉現代湯治推進協議会など</p> <p><input type="checkbox"/>「温泉入浴」を契機とした健康づくりの機運醸成</p> <p>○三朝温泉現代湯治推進協議会等と連携し、健康相談、子育て相談、小中学校教育活動、集落・地域での学びの場などを通じて、温泉を活用した健康まちづくり講座を開催する。</p> <p>開催時期：令和6年度～ 実施主体：三朝町、観光団体、町民ラヂムリエなど</p> <p><input type="checkbox"/>三朝温泉効果体験報告会の開催</p> <p>○温泉効果の体験者による“口コミ”を集める場を創設し、医学的なエビデンスに加えて体験者のリアルな体験談を蓄積する場を設け、情報共有と口コミによる情報の好循環を通じて、事業の推進につなげる。また、入浴等施設や各旅館に体験者ノートを設置し、自由に感想や印象などを記載してもらうこと、更には SNS による投稿などを通じて温泉体験情報の入手と発信に取り組む。</p> <p>開催時期：令和6年度～ 実施主体：三朝町など</p> |

◆温泉と健康づくりを連携させる

ポイント：前提として、「今までの健康づくり活動」の「見直し・拡大」を通じて「再構築」+「温泉の活用（入浴）」入浴施設と充実した運動プランが両輪となってプロジェクトが前に進む。

□三朝温泉独自の入浴プログラムの構築（運動+入浴）

※入浴作法（ポケットラヂムリエ）

「ストレッチ・ヨガ」「シュウカン体操ラ・ドン!」「シュウカンノルディック」「スローエアロビ」「みんなのスポーツ教室」+入浴、熱気浴、飲泉 ラドン体操の町民展開

□トレーニング機能の整備

子育て・働き世代の健康維持・増進対策に向けたアプローチ

壮年世代のフレイル要望に向けた筋力の維持対策

院外リハビリへの対応

□日常生活の動きを運動プログラム化

家事、農作業

□運動と温泉、健康づくりと温泉の循環

※三朝温泉独自の入浴プログラム（「運動+入浴」メニュー化）

運動教室、リハビリ教室、転倒予防教室、健康料理教室等

「トレーナーの配置」…センター体制の構築のなかでの位置づけ

高齢者の運動習慣の定着、入浴のできる運動施設

※温泉病院理学療法士等の派遣

□三朝温泉健康アプリの開発

町民の温泉入浴と健康づくり活動の継続をサポートする仕組みとして開発し、事業継続、効果測定、実績把握などを容易にし、参加者のPDC Aサイクルに対するアプローチを容易にする

Ⅱ 温泉と健康づくりを連携させる

温泉入浴等と健康づくりを連携させる仕組みをつくる。

□新しい健康づくり活動と温泉入浴の循環を構築する

- リハビリ教室、転倒予防教室
- 運動・スポーツ教室：みささ湯ラックス（ストレッチ・ヨガ教室）
  - 温泉運動浴（湯中運動）
  - みんなのスポーツ教室
  - シュウカン体操ラ・ドン!
  - シュウカンノルディック
  - スローエアロビ
- トレーニングジム：基礎体力の向上、筋力の維持など
- .....

+ 温泉入浴

（実証事業）

令和5年度「温泉運動浴と温泉フィットネス」

- 温泉運動浴：三朝温泉病院（温水プール）と連携して実施
  - 将来的には温泉病院への業務委託を視野に検討
- 温泉フィットネスは、フィットネスクラブ運営会社に委託して実施
  - 期間：令和5年度～令和7年度 実施主体：三朝町、運動習慣化促進事業促進チーム
  - 内容：温泉運動浴と温泉フィットネスについて実証・検証を行い、運動・入浴のメニュー化を目指す



②11月22日（水）  
③12月6日（水）  
④12月20日（水）  
⑤1月10日（水）  
⑥1月24日（水）  
⑦2月7日（水）  
⑧2月21日（水）

【時間】  
15:00～16:00  
(毎回同じ時間の開催)

【料金】  
1回 500円（各回）

三朝温泉で温まりながら体を動かしましょう。  
三朝町では、三朝温泉病院と連携し、院内にある温泉プールを活用した温泉運動浴の取り組みを実施します。これは、足腰に不安がある方の運動・スポーツの習慣化を目的としたものです。



会場 三朝温泉「源泉閣」〒998-8501 三朝町三朝1-1-1  
対象者 三朝町民（町内企業にお勤めの方もOK）  
持ち物：飲み物、汗拭きタオル ※タオルは源泉閣に用意してあります。源泉閣の更衣室で預かってください。  
参加費 1回 1,000円（税込） ※両回参加料に集まります。  
申込期間 令和5年11月15日（水）午後5時まで  
直接対面フィットネスの募集コース  
※風呂乾燥等の情報は、申込書決定後に随時にお知らせします。  
パパ&ママコース（既読あり）※全4回の参加と取ります。お申し込みは、申込書決定後にお知らせいたします。  
①12月7日（水）14:00～15:00 椅子ヨガ  
②12月14日（水）14:00～15:00 マットヨガ  
③1月13日（水）14:00～15:00 機能改善ストレッチ  
④1月29日（水）14:00～15:00 RemoteActiveMove  
※参加費500円/人  
ナイトコース ※全4回の参加と取ります。申込書決定後にお知らせいたします。

取組内容  
直接対面フィットネス 温泉入浴券付  
各コース  
定員 20名  
インストラクターによる実演指導。  
オンラインフィットネス  
全23種のフィットネス動画を期間中何度でも自主管理で

□健康づくり実践者に対するインセンティブの付与

- リハビリやフレイル予防など、健康づくり活動に参加した方を対象として入浴等施設利用料を割引、免除するなどして、健康づくり活動と温泉入浴の好循環を作り出す
  - 実施時期：令和7年度～
  - 実施主体：三朝町、三朝温泉旅館協同組合、入浴等施設運営者ほか

□健康アプリの開発と活用による健康づくり活動のバックアップ

○健康アプリにより健康づくり活動の実践者に対するインセンティブの付与を容易にし、継続につなげる。

実施時期：令和7年度～ 実施主体：三朝町ほか

□スポーツ活動の推進について

○スポーツが盛んなまちづくりを目指して、各世代におけるスポーツへの取組を活性化させるとともに、スポーツ後の入浴習慣の定着を図る。

振興策の策定：令和6年度

実施時期：令和7年度～



### ◆入浴等施設を整備する

#### □新しい日帰り入浴施設を整備する

- ・三朝町（三朝温泉）の新たなシンボルとなること
- ・健康増進機能と入浴機能を併せ持つ施設（エリア）
  - ↳ 町民にとっても三朝温泉にとっても魅力あることが条件
- ・オンドル、バリアフリー、家族風呂 ※利用者に配慮した施設
- ・医療リハビリ終了後のホロー、スポーツによるケガ、疾患対応（湯中運動、多目的運動スペースの整備、リハビリに特化したスポーツ医療）
- ・簡易施設によるお試し（すーはー温泉、鉱泥シップなど）
- ・ミュージアム、会議室、スタジオ、トレーニング、飲食スペース・施設のグレード（ストレスフリー、リラックス効果など）
- ・規模
- ・総事業費
- ・建設エリア（運動・スポーツ施設との連携等）

※健康づくりにつながる「入浴施設」として整備する

#### □温泉施設や運動施設における相互補完の仕組みづくり

スポーツセンター、すーはー温泉、河原風呂、株湯、温泉病院…  
既存施設のブラッシュアップ（機能の再配置、再整備）  
費用対効果、施設の利用促進へのアプローチ

相互補完の仕組み＝健康づくりプログラムの効果的な運用



- ・プログラムメニューとスタッフの充実がカギ  
（組織の在り方、業務委託の可否、人材の確保など）

プログラムマネジメントと各施設のサービス提供の充実度

町民における“居ながら（暮らしながら）の湯治”を実践する環境

三朝地域における共同浴場へのアプローチ

#### □特産品（食）との連携

### Ⅲ 入浴等施設を整備する

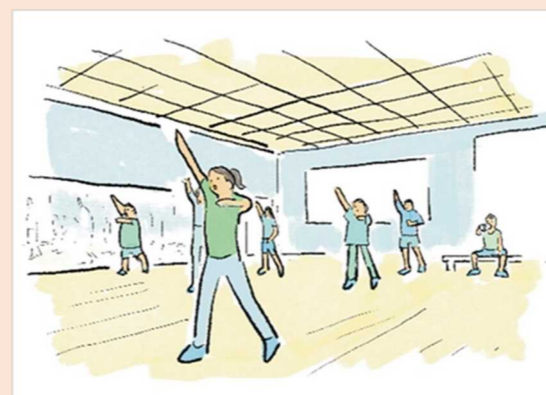
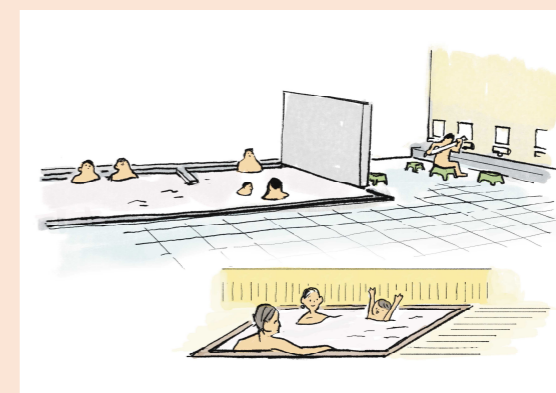
新しい日帰り入浴施設には、基本的な入浴機能のほか、必要な機能を盛り込み、温泉を活用した健康まちづくり事業を進めていくうえで核となる施設とする。

#### □新しい入浴施設の整備について

○コンセプト：「世界屈指のラドン含有量を誇る三朝温泉」にふさわしいグレードの入浴施設  
「温泉を活用した健康まちづくり」のシンボルとなる拠点施設  
町民が日常的に利用しやすい施設

○規模・機能：厚生労働省の温泉利用型健康増進施設（連携型）に認定される施設機能を想定）

- ・入浴施設及びその付帯施設（浴槽、オンドル、熱気浴、飲泉、足湯など）
- ・多目的運動スペース
- ・温泉ミュージアム、飲食スペース
- ・休憩スペース



- 場所選定方針：①町民が利用する上での利便性が確保できるエリア  
②運動・スポーツ施設（健康増進施設）とのアクセスが容易なエリア  
③町の温泉配湯が可能なエリア

○施設運営方法：事業では、Ⅱ温泉と健康づくりを連携させる Ⅲ入浴等施設を整備する を両輪として機能することを通じて成果をあげることができることから、それが可能となる方式で、かつ

施設① 入浴施設（温泉ミュージアム、多目的運動スペース含む） 指定管理  
施設② トレーニング・運動施設（総合スポーツセンター） 指定管理

健康づくり事業 業務委託（民間事業者を想定）

飲食ブース テナント

#### ○施設整備のスケジュール

#### □入浴施設周辺地域の整備について

○既存の運動・スポーツ施設と棲み分けの上、日帰り入浴施設周辺に健康づくり機能や子育て機能を有する施設（ポケットパーク、子ども公園など）を配置し、「健康まちづくりゾーン」としてリラックスして過ごすことのできる空間を整備する。

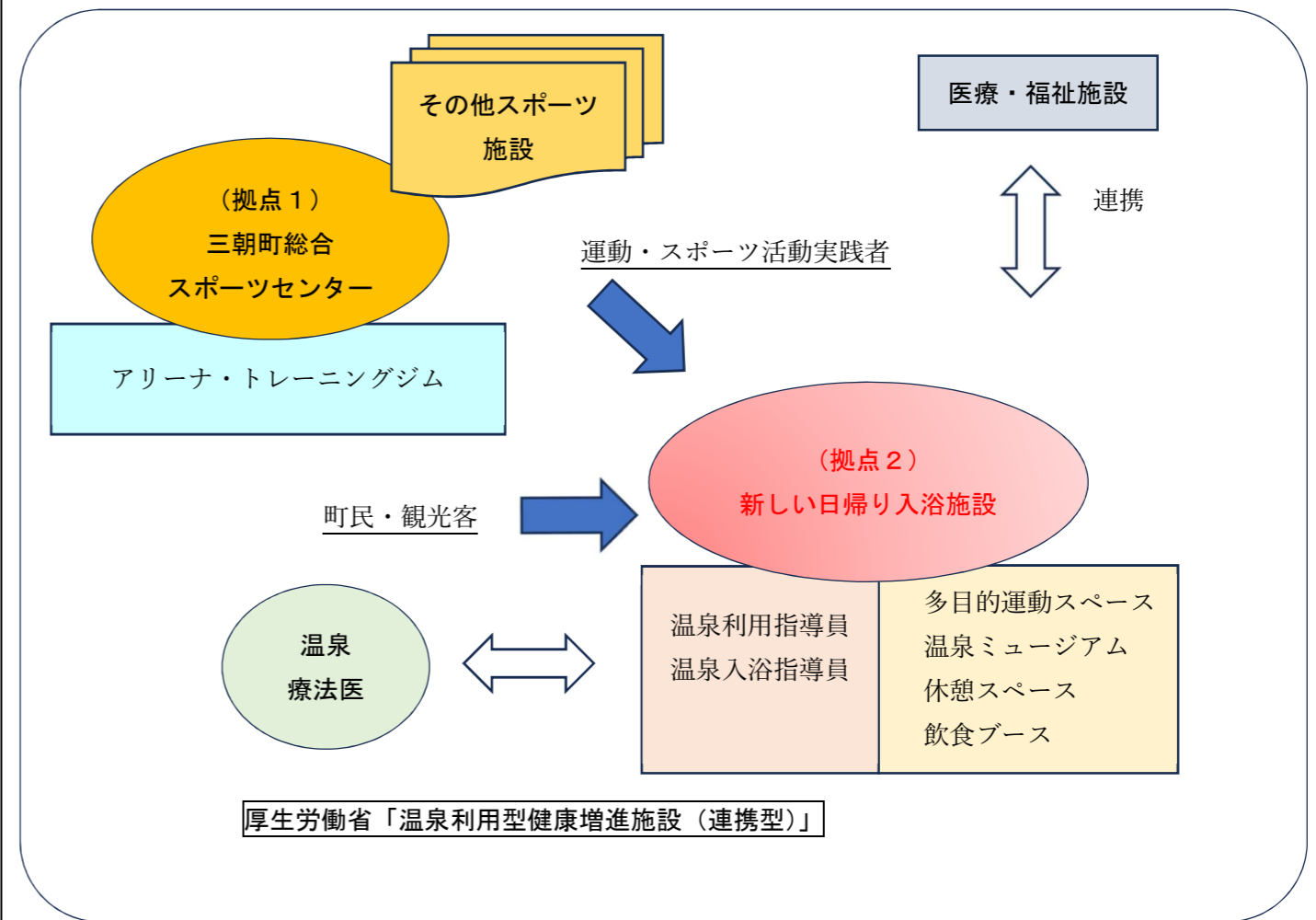
実施時期：日帰り入浴施設整備完了後 実施主体：三朝町ほか

#### □他の温泉施設・運動施設との連携

- ・三朝町総合スポーツセンター（トレーニングジムの開設）
- ・すーはー温泉
- ・河原風呂
- ・株湯
- ・三朝地域共同浴場（砂原、三朝、山田、横手、大瀬）
- ・レスポワール
- ・三朝温泉病院（温泉プール）
- ・各旅館

※計画には、「三朝町温泉を活用した健康まちづくり基本計画策定に関する補助業務」として調査したアンケート調査結果、ヒアリング調査結果、拠点候補地の選定調査、温泉を活用した健康まちづくりの取り組み例の提案を含める。

## 温泉を活用した健康まちづくり事業の全体イメージ



※ 温泉療法医は現段階では県中部で1名と限られる。

※ 健康づくり事業（各教室）の企画・運営主体は民間事業者への委託を想定しているが、その所在をどこにするか示せていない。



参 考 資 料



# 温泉利用型健康増進施設

をご存じですか？

温泉利用型健康増進施設とは、厚生労働省が定める一定の基準により認定された**健康増進のための温泉利用及び運動を安全かつ適切に行うことのできる施設**のことをいいます。わかりやすく言えば「温泉の温浴施設」と「フィットネスジム」が両方備わった施設ということになります。

令和4年1月現在、全国で19箇所が認定されており、**私ども施設もそのひとつです！**



## 全国の「温泉利用型健康増進施設」では…

**温泉を利用した各種の入浴設備と運動設備**が総合的に整備されています。

運動施設:トレーニングジム・プールなど

入浴施設:かけ湯・全身浴・半身浴・寝湯・気泡浴(ジャグジー)熱気浴(サウナ)など

**温泉利用指導者資格を持ったスタッフ**が医師が作成した温泉療養指示書に従って入浴指導を行います。

また、**安全管理や応急処置、生活指導全般**も行います。

温泉療法の知識・経験を有する医師のいる**医療機関と連携**しています。

「温泉利用型健康増進施設」を一定の条件のもとに利用された場合、**施設までの往復交通費及び施設利用料金が、所得税の医療費控除の対象**となります。  
詳しくは裏面を参照ください。

詳しくは連絡会ホームページをご参照ください。 <https://www.jph-ri.or.jp/onsen-nintei>



**温泉利用型健康増進施設連絡会**

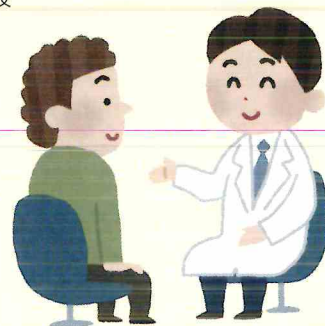


## 温泉に入って 医療費控除って どうすればよいの??

### ステップ 1

健康保険証をご持参の上、  
医師を訪ねて、相談します。

※医師とはかかりつけの医師(主治医)、また  
主治医から紹介される温泉療法医、施設  
が提携関係にある医師などを言います。



### ステップ 2

医師から「温泉療養指示書」を受け取ります。

※「指示書」には温泉入浴の方法や時間・回数などが記載されています。

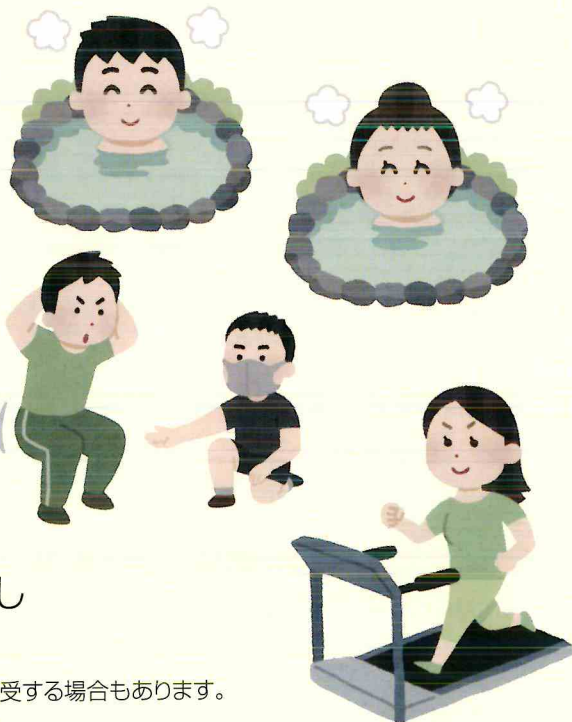


### ステップ 3

温泉利用型健康増進施設を訪れ、  
温泉利用指導者(トレーナー)と面談をし、  
温泉入浴・運動プログラムについて相談します。

### ステップ 4

温泉利用指導者(トレーナー)の指示に従って、  
温泉療養を行います。  
概ね1ヶ月の間に7日以上の利用が必要です。



### ステップ 5

プログラムが終了したら施設から「領収書」と  
「温泉療養報告書」を受け取り、再度、医師を訪問し  
「温泉療養証明書」を受領します。

※施設によっては「証明書」本通を手交され、その書類に医師から「終了証明」を受取る場合もあります。

確定申告の時期まで大切に保管しておいてください。



### ステップ 6

税務署へ確定申告を行います。  
確定申告用紙に「領収書」と  
「温泉療養証明書」を添付して申告します。

※確定申告に関するお問い合わせは、最寄りの税務署あてにお願いします。