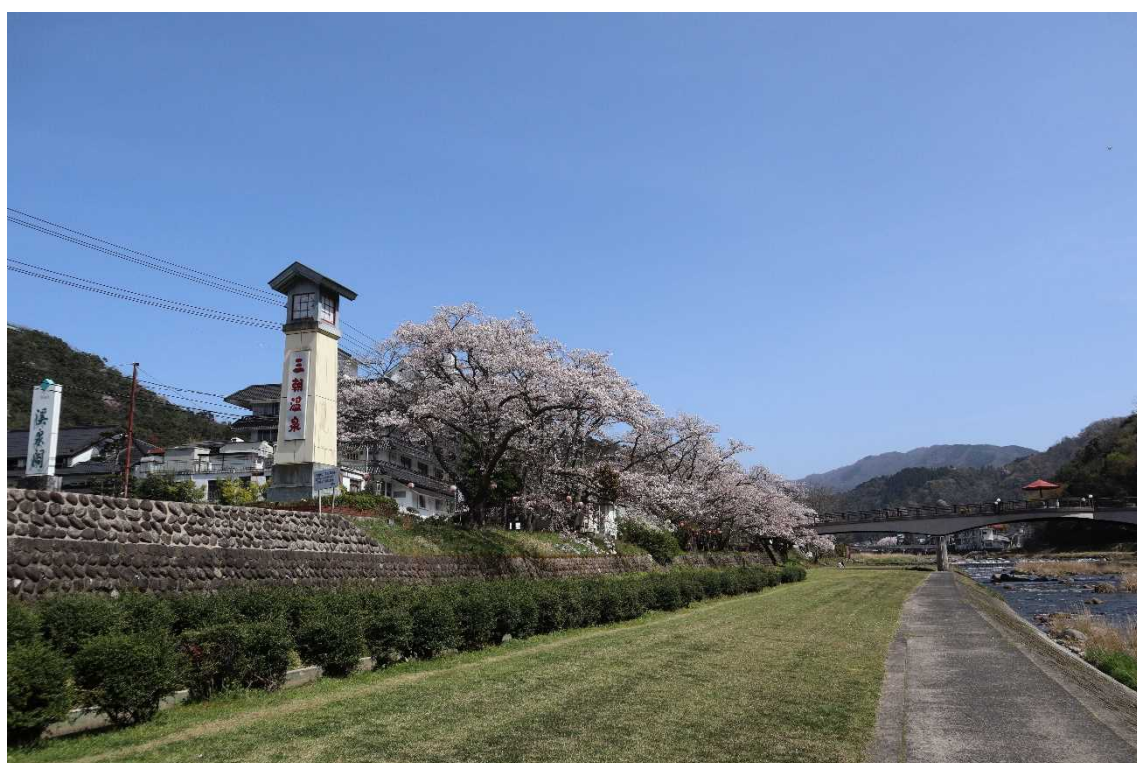


温泉を活用した健康まちづくり事業基本計画



令和6年3月

鳥取県三朝町

目 次

- 1 これまでの経過・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 1

- 2 基本計画の位置付け・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 3

- 3 調査業務の結果・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 5

- 4 基本計画における個別事業実施方針・・・・・・・・ P 7

- “三朝温泉”を知ってもらう・・・・・・・・ P 9～

- 温泉と健康づくりを連携させる・・・・・・・・ P 14～

- 入浴等施設を整備する・・・・・・・・ P 21～

- 5 参考資料・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ P 27～

1 これまでの経過

三朝町は、三朝温泉を町民の健康増進と福祉向上を目指して活用していくため、令和3年度から温泉を活用した健康まちづくり事業に取り組んでいます。

そして、具体的な方針と計画の策定に向け、令和4年度には「三朝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」を開催し、医療、福祉の関係者をはじめ、観光団体の関係者に加え、住民有志の方が協力して、温泉を用いた豊かで健康なまちづくりに向けたアイデアや提案を出しながら、議論してきました。

令和5年度には、前年度からの議論を踏まえて基本構想を策定しました。

同構想においては、温泉を活用した健康まちづくり事業の目標を「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」と掲げ、以下の目標、ターゲット、方向性を確認したところです。

【事業全体の目標】

◆町の全体目標

⇒健康長寿の町づくり

◆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

【温泉を活用した健康まちづくり事業のターゲット】

◆三朝町民（移住者・関係人口も含める）

【事業の期間】

◆令和6年4月～令和9年3月（入浴等施設の整備・運営をひとつの区切りとする）

【事業の方向性】

① “三朝温泉”を知ってもらう

三朝温泉の効能・効果として、入浴はもちろん、そこに滞在するだけでも効果があるとされています。さらに、ウォーキングや散歩などの運動と組み合わせることで健康効果が増大すると考えられ、いまでも研究は続けられています。しかし、これらの知識はまだ町民に充分浸透していない現状もあります。こういった温泉の効能・効果、そして研究内容について町民に関心をもってもらい、事業を普及させていきます。

② 温泉と健康づくりを連携させる

日常生活での適度な運動や栄養バランスの整った食事、定期的な健康診断やがん検診は、健康で自分らしくいるために不可欠な行動です。また、最近ではフレイル予防のために筋力の維持についてもその重要性が指摘されています。温泉を活用した健康まちづくり事業では、これらの取り組みを見直し、三朝温泉の効果を活かした連携を強化します。施設整備や町民利用の促進を通じて、町民の健康増進に貢献します。

③ 入浴等施設を整備する

町民が温泉を健康づくりに活用するためには、運動・スポーツ活動から入浴への流れを推進し、容易に取り組める施設の機能的な配置が求められます。温泉を活用した健康まちづくり事業を実現するため、さまざまな視点から施設整備を検討し、運動・スポーツ等の健康づくり活動と温泉入浴の連携を目指します。また、温泉の効果を享受できる施設には、入浴施設に加えて、足湯、飲泉、熱気浴などの付帯する設備についても活用を進めます。そして、各施設の機能・健康効果を活用するとともに、町民による施設間の相互利用などを通じて、温泉を活用した健康まちづくり事業の広がり、三朝温泉の活気や施設利用につなげていきます。

① “三朝温泉”を知ってもらう 観 触	
<p>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。</p> <p>【取り組み例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○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 ○ラヂウム工等資格取得応援・育成（現行制度の応用等） ○三朝温泉活用報告会の開催 など 	<p>【必要なこと】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ミュージアム機能の検討 ◆既に実施中の「知る機会」整理など
②温泉と健康づくりを連携させる 心	
<p>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。</p> <p>【取り組みの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○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 	<div style="text-align: center;">  </div> <p>【必要なこと】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆連携事業の実施 ◆アプリ検討など
③入浴等施設を整備する 聴 味 心 香	
<p>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。</p> <p>【取り組みの例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ○入浴等施設を整備 ○相互補充の仕組み構築 ○特産品（食）との連携 など 	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="text-align: center;">  </div> </div> <p>【必要なこと】</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆機能の整理 ◆財源確保 ◆設計業務 ◆調査業務など

2 基本計画の位置付け

町では令和5年2月に「三朝町温泉を活用した健康まちづくり事業検討委員会」を組織し、基本構想を具体化した「基本計画」の策定に向け作業を始めました。委員会では、事業の方向性ごとに示した取り組みについて、具体的かつ実施可能な手法について議論し、計画においてはソフト事業とハード事業の両面で住民満足度の高い取り組みとなるよう、検討を重ねてきました。

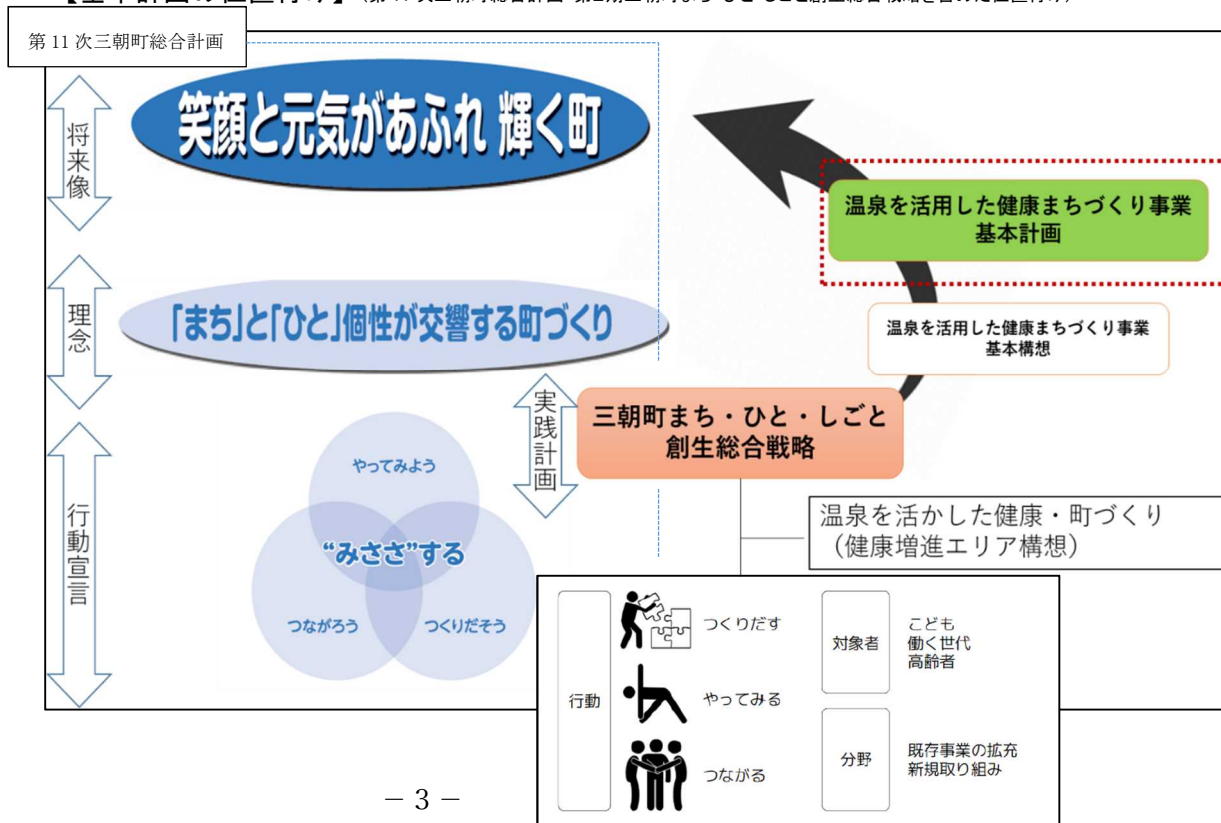
同時に住民や関係者と連携を取りながら調査業務を進め、必要な基礎データの収集を実施し、調査で得られた情報から地域の実態を把握することで、その内容を基本計画へ反映させています。

そして、関係者との協議を経て、このほど基本計画が完成したところです。

今後、三朝町では同計画をもとにし、具体的で継続的な温泉を活用した健康まちづくり事業を進めていくこととなります。

町では、地域資源や三朝町独自の魅力を最大限に生かし、温泉を活用した健康まちづくり事業が、住民の健康増進はもとより、本町における生活の満足度、幸福度の向上に寄与していくよう、計画の着実な実施に向けていきます。

【基本計画の位置付け】（第11次三朝町総合計画・第2期三朝町まち・ひと・しごと創生総合戦略を含めた位置付け）



【PDCAサイクルの循環】

基本計画では、令和5年5月に策定した「温泉を活用した健康まちづくり事業基本構想」における目標を見据えながら、今後取り組んでいく政策の方向性、個別事業内容等について具体的に定め、当該計画に沿った事業展開を図っていきます。

なお、温泉を活用した健康まちづくり事業については「三朝町まち・ひと・しごと創生総合戦略」にも位置付けており、当該戦略（地方創生）にあっては、政策五原則をもとに策定しているところであり、「温泉を活用した健康まちづくり事業基本計画」においても、同様に、地方創生の政策五原則にならい、それらを考慮することとしています。

(1) 自立性

一時的な取り組みにとどまらず、取り組みが持続可能で、自立していける仕組みづくりにつなげていく

(2) 将来性

取り組みが将来にわたり、夢を持って前向きに取り組んでいける施策に重点を置く

(3) 地域性

全国的な先進事例等も参考にしながら、地域の実情に即した施策を展開していく

(4) 直接性

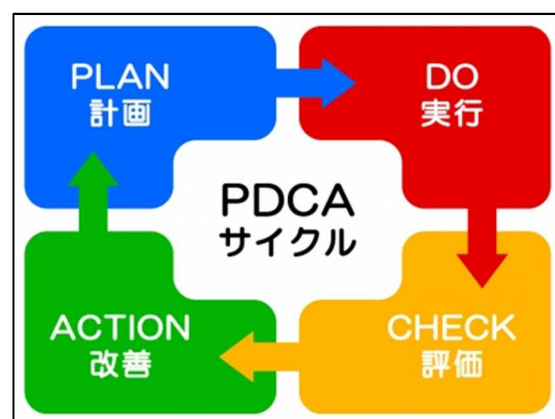
限られた財源、時間の中で最大限の成果をあげる、目標の達成に向けた施策を集中的に実施していき、関係団体との連携を継続することで政策効果を高める工夫も行う

(5) 結果重視

PDCAサイクルを意識し、具体的な数値目標を設定することで、政策効果を客観的な指標により検証し、必要に応じて改善を行う



数値目標の進捗報告・検証については、三朝町まち・ひと・しごと創生推進会議を活用する



3 調査業務の結果

町では、計画作成にあたって基礎データ等の収集を行うため、調査業務を実施しました。本計画においては、同業務で得られた結果を参考に作成しています。

【調査概要】

業 務 名：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

業務受注者：株式会社ルネサンス

業 務 期 間：令和5年6月から令和6年3月末まで

調 査 内 容：関係者等へのヒアリング調査・アンケート調査など

【結果概要】

○地域住民の健康の状況・課題

(基礎統計データ等分析から)

- ・運動習慣がある者の割合が少ない
- ・生活習慣病の重症化対策が今後より重要になる
- ・フレイル対策の観点から、まずは関わりづくりが重要

(町民の健康意識)

- ・健康意識がある人、ない人で差がある（特に男性の参加が少ない※健康づくり活動等）

○健康まちづくりを推進するうえでの環境面の状況・課題

(地域環境)

- ・体育館などの運動施設は、空いている時間・場所があり、いつでも使える状態に
- ・気軽に立ち寄り、集ったりできる場が町内にない（子育て世代が一日過ごせる場所がない）
- ・人とつながれる機会として、多世代・次世代との交流の場・機会がほとんどない
- ・若い世代の参加があらゆる場面で少ない、若い世代向けの工夫が必要
- ・集落が分散しており、移動手段がないと日常生活が大変な部分がある
- ・三朝温泉病院との地域連携の取り組みがとても充実している。母子から高齢者までの施策がライフステージや健康課題に寄り添った取り組みとなっており、他地域にない地域資産である

(活動状況)

- ・健康づくりに対する意識が低い層に対し、今後は活動の仲間やコミュニティなどつながりを持ち、継続できる仕掛けづくりが必要

○温泉を活用した健康なまちづくりに向けてのニーズ・課題

(現状の認識)

- ・温泉と住民の日常生活がシンクロしていない
- ・家族づれで行くのに気軽に行けて使いやすい温泉施設がない

(検討が必要な視点)

- ・温泉を自身のライフスタイルや健康増進に関連づける「テーマ（特徴）」が必要
- ・「三朝に来たら、元気になるよ」というブランドメッセージを発信するためにも、町民も実感していることが大切。健康づくりは従来から色々とやっているが、目新しさ、斬新さなどが際立たないと従来の健康施策の延長のような範囲では行動変容にはつながらない
- ・入浴以外で温泉の価値を享受できるものがあればよいのでは（オンドル浴、足湯、飲泉、持ち帰り湯等）
- ・健康増進、リハビリなどのプログラムを提供できる専門人材の配置

○温泉の利用目的・ニーズ

- ・三朝温泉の利用目的は、リラックス・癒やしが最も多く、次いで日常生活からの開放的な目的が多い
- ・温泉に合わせて利用できる付加価値のニーズは、休憩・飲食スペースが最も多く、次いで健康づくりに役立つ情報、運動・スポーツ教室・トレーニングの機会や場を求めている傾向がある
- ・健康まちづくりを推進していくうえで、「健康増進を行う施設」等が未充足と感じている傾向がある
- ・ハード環境に加え、効果的・特徴的なソフトプログラムの構築や、行動変容の支援施策を並行して行う必要がある

○地域住民同士の信頼関係・つながり指標

- ・地域で声の掛け合い、支え合う雰囲気を感じている
- ・困った時に相談できる場、人が少ない、日頃から多様な人、世代がつながる機会が少ないと感じている
- ・魅力ある地域資源を抱える一方で、環境や共生を観点として、学びの場、実践の機会が少ないと感じている
- ・自然環境への配慮、共生を実現できる取り組みと合わせた設計は必要不可欠な要素

4 基本計画における個別事業実施方針

ここでは、これまでに定めた3つの事業の方向性（①“三朝温泉”を知ってもらう②温泉と健康づくりを連携させる③入浴等施設を整備する）に沿い、それぞれの個別事業について、取組内容、対象、期待される効果、実施スケジュール、KPIなどについて示していきます。

ここで示す取り組みを着実に実施していくことが、温泉を活用した健康まちづくり事業を進めていくこととなり、全体目標としている「健康長寿のまちづくり」の実現につながります。

【温泉を活用した健康まちづくり事業の全体像】

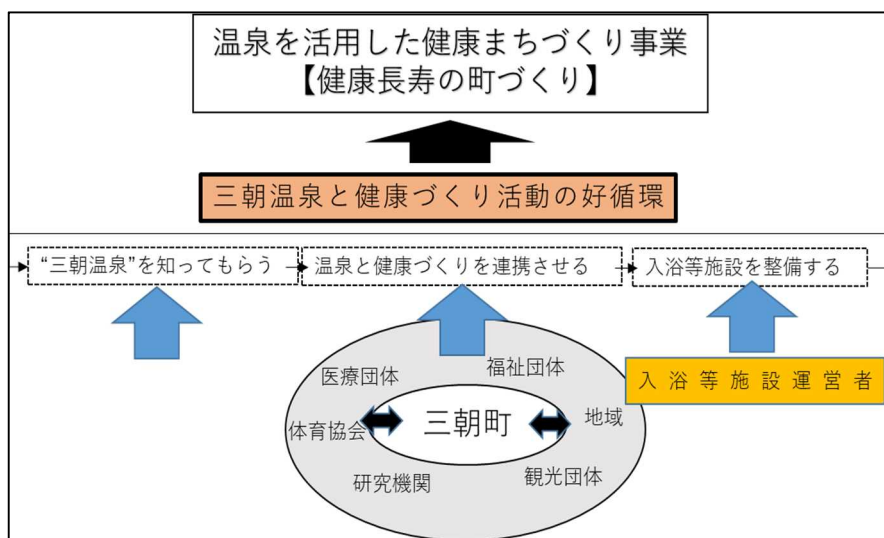
◆事業推進体制

温泉を活用した健康まちづくり事業を持続可能なものとするためには、三朝町を核とし、医療団体、福祉団体、観光関係団体との連携はもとより、指定管理者制度等の関わりとなる入浴等施設運営者との密接な連携・調整が重要となります。

また、運営体制を整えることに加え、町民にとって温泉を活用した健康づくりが日常生活の一部となるためには、定期的に岡山大学等研究機関などとの連携による「知る機会」の提供、「温泉との関わり」と「健康づくり活動」の組合せなどをより充実したものとし、『知る→実践する（健康づくり活動）→温泉入浴』を一連の流れとする好循環を生み出していく必要があります。

関係者との調整のなかで、運営を含めた事業全体を進めながら、そこに町民の日常生活があるビジョンを描き、将来の移住者を含めた三朝町民の「予防」を総合的に推進（健康増進）する仕組みを構築し、作りあげていくこととします。

(イメージ)



◆他の温泉施設・運動施設との連携

- ・すーは一温泉
- ・河原風呂、株湯、集落共同浴場（砂原、三朝、山田、横手、大瀬）
- ・三朝町福祉センター（レスポワール）
- ・三朝温泉病院（温泉プール）
- ・三朝温泉各旅館
- ・三朝町総合スポーツセンターを始めとする各種スポーツ施設
- ・ふるさと健康むら など

【全体の方向性（再掲）】

① “三朝温泉”を知ってもらう

三朝温泉の効能・効果として、入浴はもちろん、そこに滞在するだけでも効果があるとされています。さらに、ウォーキングや散歩などの運動と組み合わせることで健康効果が増大すると考えられ、いまでも研究は続けられています。しかし、これらの知識はまだ町民に充分浸透していない現状もあります。こういった温泉の効能・効果、そして研究内容について町民に関心をもってもらい、事業を普及させていきます。

② 温泉と健康づくりを連携させる

日常生活での適度な運動や栄養バランスの整った食事、定期的な健康診断やがん検診は、健康で自分らしくいるために不可欠な行動です。また、最近ではフレイル予防のために筋力の維持についてもその重要性が指摘されています。温泉を活用した健康まちづくり事業では、これらの取り組みを見直し、三朝温泉の効果を活かした連携を強化します。施設整備や町民利用の促進を通じて、町民の健康増進に貢献します。

③ 入浴等施設を整備する

町民が温泉を健康づくりに活用するためには、運動・スポーツ活動から入浴への流れを推進し、容易に取り組める施設の機能的な配置が求められます。温泉を活用した健康まちづくり事業を実現するため、さまざまな視点から施設整備を検討し、運動・スポーツ等の健康づくり活動と温泉入浴の連携を目指します。また、温泉の効果を享受できる施設には、入浴施設に加えて、足湯、飲泉、熱気浴などの附帯する設備についても活用を進めます。そして、各施設の機能・健康効果を活用するとともに、町民による施設間の相互利用などを通じて、温泉を活用した健康まちづくり事業の広がりとし、三朝温泉の活気や施設利用につなげていきます。

◆事業の方向性	◆取組事業
“三朝温泉”を知ってもらう	三朝町温泉活用報告会

1 取組内容

有識者による三朝温泉に関する研究内容の講演に加え、町民をはじめとする三朝温泉利用者からの三朝温泉体験報告を行うことで、医学的エビデンスに基づく話と体験談の融合による“身近”で“役立つ”温泉知識が得られる場をつくる。

また、温泉効果の体験者による口コミ情報を集め、それをSNS等の場でリアルな体験談を発信・集積する仕組みを構築する。

実施主体：三朝町、観光団体、三朝町民など



※イメージ…令和6年1月21日開催「三朝温泉を活用した健康まちづくりシンポジウム」

2 対象

町民及び三朝温泉利用者

3 効果

報告会を開催することで、温泉利用における情報共有だけでなく、温泉を利用する人同士での新たなコミュニティの創設にもつなげていく。それが発展していくことによって三朝温泉の効果・効能に対する知識・体験の共有と、口コミ等によって三朝温泉利用者の増加が期待され、“知る”ことから生じる三朝温泉利用の好循環を目指していく。

4 実施スケジュール

令和6年度から実施（毎年1回以上実施する）

5 重要業績評価指標（KPI）

- 三朝温泉活用報告会の開催数 1回／年
- 「三朝温泉の効能等を知っているかどうか」という趣旨の設問に対して肯定的な回答（住民アンケート調査、報告会開催時のアンケート調査等での調査を想定） 8割以上

◆事業の方向性	◆取組事業
“三朝温泉”を知ってもらう	三朝温泉ミュージアムの開設

1 取組内容

三朝温泉の健康効果、効能に関する資料をはじめ、開湯してから850年以上の歴史をまとめ、それらを展示するミュージアムを開設し、三朝温泉の健康効果等に対する学びの場を提供する。

ミュージアムの整備にあたっては、2つの手法で実施に向けていく。

実施主体：三朝町、入浴施設運営者、岡山大学など

- ① 事業の方向性のひとつである「入浴等施設を整備する」で検討していく入浴等施設における一つの機能としてミュージアムを整備する。
- ② インターネットで、町の公式ホームページや特設サイトにデジタルミュージアムとして整備し、時間と場所にとらわれない三朝温泉に関する学びの場を整備する。

※イメージ…三朝温泉観光協会・三朝温泉旅館協同組合HP



2 対象

町民及び三朝温泉利用者など

3 効果

ミュージアムを整備することによって、希望する方が自由に知る機会を得られることになり、三朝温泉を知ることが三朝温泉の利用につながる好循環を生み出していく。

4 実施スケジュール

令和8年度以降（「入浴等施設を整備する」に合わせて整備）

5 重要業績評価指標（KPI）

- 利用者数（ホームページアクセス件数）6,000件/年
- 「三朝温泉の効能等を知っているかどうか」という趣旨の設問に対して肯定的な回答（住民アンケート調査、報告会開催時のアンケート調査等での調査を想定）8割以上

◆事業の方向性	◆取組事業
“三朝温泉”を知ってもらう	町民ラヂムリエ等の育成

1 取組内容

三朝温泉の知識に加え、おもてなし等作法について持ち合わせている資格であるラヂムリエを参考に、同様の知識等を持ち得る町民ラヂムリエ等の制度を創設し、その認定者を増やし、三朝温泉について語る可以增加する人材を増やしていく。

また、温泉健康指導士、入浴指導士等の資格所有者も増やしていく。

実施主体：三朝町、観光団体、三朝町民など



ラヂムリエ…三朝温泉の泉質であるラジウムとソムリエをミックスした三朝温泉についての専門家のこと。三朝温泉の歴史や泉質、温泉効果や上手な温泉の入り方などを熟知しているスペシャリスト

←令和5年度ラヂムリエ講座（講座③の様子）

2 対象

三朝町職員、旅館従業員等観光関係者、町民

3 効果

三朝温泉の効能等を“語ること”ができる人が増えることにより、身近にいる人が三朝温泉の伝道師となり、三朝温泉の良さを伝え、広めていくことが可能となる。そして、広まることにより、温泉入浴への動機となり、温泉の利用へとつなげていく。

4 実施スケジュール

令和5年度以降

5 重要業績評価指標（KPI）

- 町民ラヂムリエ等の資格所有者数 500人
- 「三朝温泉の効能等を知っているかどうか」という趣旨の設問に対して肯定的な回答（住民アンケート調査、報告会開催時のアンケート調査等での調査を想定） 8割以上

◆事業の方向性	◆取組事業
“三朝温泉”を知ってもらう	「温泉入浴」を契機とした健康づくりの機運醸成

1 取組内容

三朝温泉現代湯治推進協議会等と連携し、地域で実施している健康相談事業、子育て相談などの既存事業に加え、小中学校での教育活動や集落・地域での学びの場を通じ、温泉を活用した健康まちづくり講座を開催する。

実施主体：三朝町、観光団体など



2 対象

町民

3 効果

子どもから大人まで、老若男女問わず温泉を活用した健康まちづくりに関する講座等を受講できる環境をつくることで、温泉と健康が日常生活に溶け込み、気軽に温泉の知識に触れることによって、温泉を身近に感じ、入浴することにつなげていく。

4 実施スケジュール

令和6年度から実施

5 重要業績評価指標（KPI）

- 小・中学校で温泉を活用した健康まちづくり講座の開催（1回／年）
- 地域で温泉を活用した健康まちづくり講座の開催（1回／年）
- 「三朝温泉の効能等を知っているかどうか」という趣旨の設問に対して肯定的な回答（住民アンケート調査、報告会開催時のアンケート調査等での調査を想定） 8割以上

◆事業の方向性	◆取組事業
“三朝温泉”を知ってもらう	子どもの参加体験型学習

1 取組内容

「温泉と環境」、「温泉の過去と最先端」といったような様々なテーマでまちづくりを一緒に考えるワークショップを開催する。そして、子どもたちが温泉環境大使となり、温泉むすめの「三朝歌蓮^{みささかれん}」や、三朝温泉のマスコットキャラクター「湯けむり怪獣ミササラドン」とともに取り組みや情報を発信する。

また、ワークショップで調べた温泉や健康づくりに関することをクイズ形式や報告会等を通じて発表することにより、大人への啓発や気付きにつなげていく。最終的には、オンラインで学び、年1回三朝町をフィールドワークとして人を誘致していく関係人口創出ワークショップへと発展的な展開を目指していく。

実施主体：三朝町、観光団体など

2 対象

町民

3 効果

子どもがまちづくりに関わることで、子ども自身の学びになり、そして郷土愛の育成にもつながる。また、子どもならではの柔軟な発想から新たな事業展開へのアイデアを得られることができるほか、大人の学びにもなることから、子どもを起点とした関係人口の創出が図られる。

4 実施スケジュール

令和6年度から実施

5 重要業績評価指標（KPI）

- ワークショップの開催 1回/年
- 参加した子どもの人数 20人/年
- 「三朝温泉の効能等を知っているかどうか」という趣旨の設問に対して肯定的な回答（住民アンケート調査、報告会開催時のアンケート調査等での調査を想定） 8割以上

◆事業の方向性	◆取組事業
温泉と健康づくりを連携させる	新しい健康づくり活動と温泉入浴の循環を構築する

1 取組内容

これまで三朝温泉病院、三朝町社会福祉協議会、地域協議会などと連携して実施してきた転倒予防教室、リハビリ教室などの活動は継続しながら、新たな運動・スポーツ教室などの活動、さらには個人でも取り組める基礎体力の向上、ストレッチ、筋力トレーニングといった健康づくりメニューに「三朝温泉への入浴」を組み合わせる。

実施主体：三朝町、三朝温泉病院等医療機関・福祉団体、観光団体など

(健康づくり活動の例) …

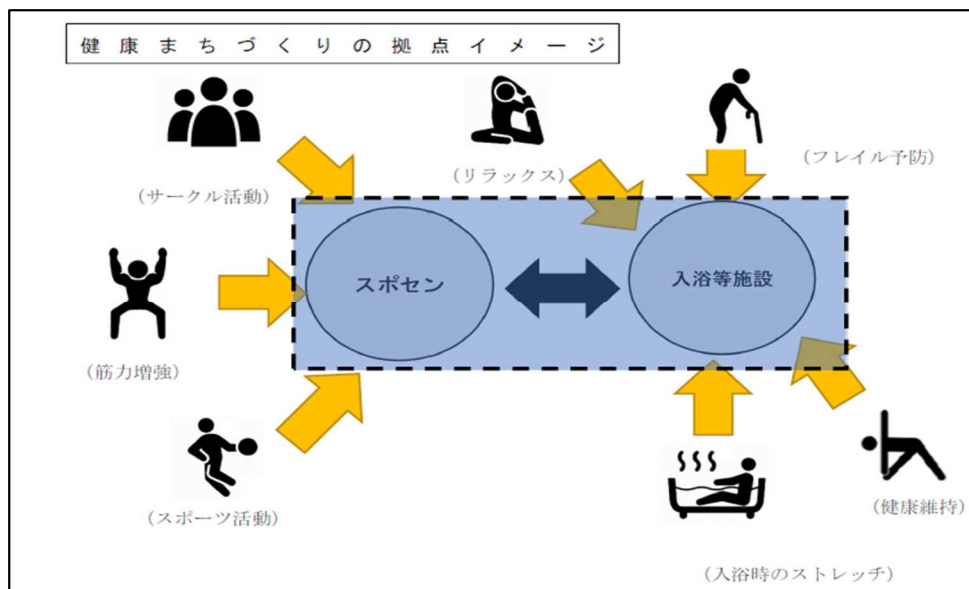
①現状

内容	対象	実施場所
ノルディックウォーク	全年齢	町内
週間体操ラ・ドン!	全年齢	公民館
各種スポーツ大会・教室	全年齢	町内体育施設、スポーツセンター
運動サークル活動	全年齢	スポーツセンター
フレイル予防運動	66歳以上	公民館
転倒予防教室	66歳以上	集落・地区公民館

②今後の展開

内容	対象	実施場所
<u>ストレッチ・ヨガ</u>	全年齢	入浴等施設、スポーツセンター
ノルディックウォーク	全年齢	町内、三朝温泉街
週間体操ラ・ドン!	全年齢	公民館、入浴等施設
運動サークル活動	全年齢	入浴等施設、スポーツセンター
<u>オンラインフィットネス</u>	全年齢	自宅
<u>ライブストレッチ</u>	全年齢	公民館、スポーツセンター
各種スポーツ大会・教室	全年齢	町内体育施設、スポーツセンター
<u>筋力トレーニング</u>	18歳～64歳	スポーツセンター
<u>スタジオフィットネス</u>	18歳～64歳	入浴等施設、スポーツセンター
<u>温泉運動浴</u>	18歳以上	三朝温泉病院
フレイル予防 (筋力トレーニング含む)	65歳以上	入浴等施設、スポーツセンター
転倒予防教室	65歳以上	集落・地区公民館、入浴等施設

※入浴等施設については、事業全体の方向性③「入浴等施設を整備する」で記載



2 対象

町民

3 効果

健康づくり活動と温泉入浴を一連の流れとして確立させることによって、運動などの健康づくり活動と三朝温泉入浴がより近い形で存在することになり、それぞれ健康に良いとされる行動を組み合わせることでの相乗効果につなげ、町民みんなが健康で活力があふれる長寿のまちづくりにつなげる。

4 実施スケジュール

令和6年度以降継続実施

(令和5年度は、スポーツ庁の実施した運動・スポーツ習慣化促進事業を活用し、温泉運動浴、みささ湯ラックスを実施)

5 重要業績評価指標 (KPI)

- 温泉入浴と健康づくり活動の体験者 5,500人/年間
(令和5年度の温泉運動浴・みささ湯ラックスの体験者数は約200人※延数)
- 温泉入浴と健康づくり活動の構築・実施(新プログラム開発) 令和8年度中
- 筋力トレーニング実施者 9,600人/年間(週200人利用想定)
- 一人当たり外来医療費17,400円/月(現状19,090円/月)
※三朝町国民健康保険加入者
- 1日30分以上の汗をかくような軽い運動を週2日、1年以上実施する人の割合50%(特定健診受診者※三朝町国民健康保険加入者)

【参考】

スポーツ庁の補助事業を活用して実施した温泉と健康づくりを連携させる取り組み（R5）

◆温泉運動浴

温泉運動浴は、中部医師会立三朝温泉病院内の水治療室(温泉プール)を活用し、理学療法士の指導のもと水中運動の効果を最大限に利用した膝や腰への負担が少なく、かつ通常の歩行以上の負荷が得られる運動を体験するプログラムです。令和5年度の実施では、7人の町民が参加され、これまでに計8回の温泉運動浴を体験しました。

実施時期：11月～2月

実施回数：8回

参加者数：1回あたり7人



◆みささ湯ラックス

みささ湯ラックスは、三朝温泉旅館を会場にインストラクター指導のもとヨガやストレッチ等の運動を体験するプログラムです。計4回の直接指導フィットネスのほか、スマホ等で視聴可能なオンラインプログラムを利用することが可能です。参加者には温泉入浴券を配布しており、運動後は温泉へ入浴する流れを構築しました。

実施時期：11月～3月（オンラインプログラム配信含む）

実施回数：12回（対面開催）

参加者数：年齢・世代で3コースを設定

1コース20人



◆事業の方向性	◆取組事業
温泉と健康づくりを連携させる	健康づくり実践者に対するインセンティブの付与

1 取組内容

リハビリ、フレイル予防をはじめ、スポーツ教室や運動に取り組んだ人を対象として、入浴等の施設利用料割引（免除）などを行い、健康づくり活動と温泉入浴の好循環を作り出す。

（健康づくり活動⇒温泉入浴、温泉入浴⇒健康づくり活動）

実施主体：三朝町、三朝温泉旅館協同組合、入浴等施設運営者など



2 対象

町民

3 効果

温泉入浴をより身近に感じてもらうため、また温泉に入浴することが励みや意欲となって運動を続けていく、健康づくり活動を続けていくという意識の醸成につながる。

4 実施スケジュール

令和6年度以降継続実施

5 重要業績評価指標（KPI）

○温泉入浴と健康づくり活動の体験者 5,500人/年間

（令和5年度の温泉運動浴・みささ湯ラックスの体験者数は約200人※延数）

◆事業の方向性	◆取組事業
温泉と健康づくりを連携させる	健康アプリの活用による健康づくり活動の推進

1 取組内容

日常的に運動することを意識してもらうことは自身の健康を維持するうえで重要なことであるが、課題となるのはそれら活動の継続。そして、健康を管理するための日々の体調チェックも簡単であるほど、継続につながりやすくなる。この“継続すること”に着目し、継続をお手伝いできるよう、スマートフォン等で操作できるアプリを健康づくりのために活用する。



また、当該アプリを介し、健康マイレージポイント（仮）等の地域で利用できるデジタル通貨の連携にも取り組みを展開し、インセンティブの付与との関わりを持たせた取り組みにつなげていく。

実施主体：三朝町、三朝温泉病院等医療機関・福祉団体など

2 対象

町民

3 効果

手軽に自信の健康状態や健康づくり活動の履歴を確認できることから、町民の健康づくり活動の維持、継続につなげる。

4 実施スケジュール

令和6年度 アプリ検討
 令和7年度 〃 導入
 令和8年度 〃 運用

5 重要業績評価指標（KPI）

- アプリの導入 令和8年度までに
 - アプリの利用者数（インストール数）600人／令和8年度以降
- ※三朝町民の約1割が利用

◆事業の方向性	◆取組事業
温泉と健康づくりを連携させる	スポーツ活動の推進

1 取組内容

スポーツが盛んな町を目指し、未就学児、小学生、中学生、高校生、社会人などの各世代におけるスポーツへの取り組みを促し、スポーツでのまちづくりにつなげていく。

また、スポーツ後には三朝温泉に入浴するためのインセンティブの付与やアプリの開発と連動しながら、スポーツ活動と温泉入浴の定着に向けて取り組んでいく。

実施主体：三朝町、三朝町体育協会、三朝温泉旅館協同組合など

2 対象

町民

3 効果

健康づくり活動と温泉入浴を一連の流れとして確立することによって、運動などの健康づくり活動と三朝温泉入浴がより近い形で存在することになり、それぞれ健康に良いとされる行動を組み合わせることで、健康で、長寿のまちづくりにつながる。

4 実施スケジュール

令和6年度以降継続実施

5 重要業績評価指標（KPI）

- スポーツ基礎講座の開催 1回／年間
- 地域におけるスポーツ活動実践団体の育成
 - ・ノルディックウォーク同好会の開設 6地域
 - ・運動・スポーツ活動団体の立ち上げ 6団体
- 社会体育施設の利用促進 利用者数 52,000人／年間

◆事業の方向性	◆取組事業
温泉と健康づくりを連携させる	健康づくりコンシェルジュの配置

1 取組内容

健康づくりコンシェルジュは、体の機能等を熟知し、個々にあった運動メニュー（ストレッチ、必要な筋力トレーニング等）を利用者に提案する役割を担う。

これまで、健康づくりは自分で組み立てて実践していくことが主流であったが、コンシェルジュの配置により、自分自身のメンテナンスをサポートしてもらうことができ、町民の健康づくり活動の維持・継続を支える。

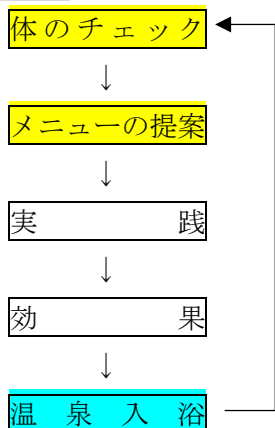
（配置先：スポーツセンター、入浴等施設）

実施主体：三朝町、三朝温泉病院、三朝温泉観光協会など

2 対象

町民

3 効果



- ◆足腰に不安がある…
温泉運動浴、ストレッチ 等
- ◆体幹を鍛えたい…
バランスボール運動 等
- ◆フレイル予防…
ウォーキング方法の指導 等
- ◆筋力増強…
トレーニングマシンの指導 等



4 実施スケジュール

令和7年度以降実施

5 重要業績評価指標（KPI）

- コンシェルジュ利用者数 200人／年間
- 効果を実感した人数 200人／年間

◆事業の方向性	◆取組事業
入浴等施設を整備する	新しい日帰り入浴等施設の整備（附带施設を含む）

1 取組内容

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の核となる新たな日帰り入浴施設を整備する。

実施主体：三朝町、入浴等施設の運営主体など

【施設整備におけるコンセプト】

- ① 「世界屈指のラドン含有量を誇る三朝温泉」にふさわしい入浴施設
町民の満足度が高く、町民の誇りとなるクオリティを目指します。
- ② 日常的に通いたくなる健康まちづくりの発信拠点
人が集まる機能、コミュニティを形成する仕組みがあり、健康まちづくりを実現します。

【施設の機能・規模】

※将来的に厚生労働省の温泉利用型健康増進施設（連携型）の認定も検討

区 分	設定規模（㎡）	備 考
<日帰り入浴等施設>		
入浴施設	250	更衣室、洗面所等
うち浴室	170	男女各 15 人程度
多目的運動スペース	150	
休憩・飲食スペース、 温泉ミュージアム	125	
その他（共有スペース）	175	エントランス、フロント、トイレ、機械室、廊下、スタッフルーム等
小 計	700	①
<付帯施設>		
駐車場	1,000	50 台
公園	500	芝生、東屋等
小 計	1,500	②
合 計	2,410	(①×1.3) + ②

(注) 機能・規模は基本計画策定時の想定

【概算事業費】

施設の機能・規模から想定する概算事業費は次の通り

費用項目	概算事業費 (千円) 税込	備考
本体工事費	520,000	日帰り入浴施設
備品整備費	11,000	入浴施設備品
付帯施設整備費	33,000	公園、駐車場、進入路等
設計監理費	60,500	基本設計、実施設計、工事監理費
合計	624,500	

※令和6年1月末時点の単価等により積算

※今後の社会情勢や資材費、労務費の高騰等によって費用の増加が見込まれる

※整備計画地の状況により、別途、用地取得費や造成費が見込まれる

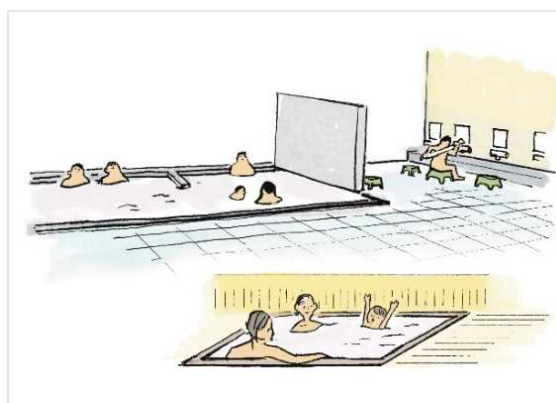
※官民連携手法の内容により、新たな事務費の発生が見込まれる

※財源は、鳥取県電源立地地域対策交付金及び過疎対策事業債の活用を予定

エントランス



入浴施設



多目的運動スペース



休憩・飲食・温泉ミュージアム



2 整備計画地の選定

(1) 建設場所選定に係る基本的な考え方

- ・ 町民が利用する上での利便性が確保できるエリア
- ・ 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
- ・ 町の温泉配湯が可能なエリア（三朝、山田、横手エリア）

前記の「施設整備におけるコンセプト」「施設の機能・規模」「建設場所選定に係る基本的な考え方」を考慮し、候補地選定にあたっては、該当するエリア内において一団の土地として存在する箇所を検討した。この結果、「町総合スポーツセンター周辺」が候補地として最も有力な場所であるという結論に至った。同地の状況については、次ページに掲載するとおり。

なお、三朝地内「三朝温泉多目的駐車場」、横手地内「ふるさと健康むら周辺」についても可能性を模索したものの、いずれもこれからの三朝温泉や住民活動の拠点として欠くことのできない施設として既に認知されており、十分に活用されている実態があること、更には、両施設とも財源の起債が現在も償還中であり、変更については繰り上げ償還等もあることから、優先順位は低いと判断した。



(2) 町総合スポーツセンター周辺の状況

項目		町総合スポーツセンター周辺
既存施設の設置目的に対する影響		○
経済性（用地関係）		△（用地取得・造成費）
土砂災害警戒区域		イエローゾーン（一部）
三徳川洪水浸水想定区域		○
交通アクセス	路線バス	◎
	自家用車	◎（駐車場拡張性有り）
運動・スポーツ施設との連携		◎
医療との連携		◎
福祉・子育て等多分野連携		◎
温泉配湯の環境		◎

※土砂災害警戒区域（イエローゾーン）は、建築による開発行為を規制するものではない

(3) 町総合スポーツセンター周辺を整備計画地とした理由

温泉と健康づくり活動の関係性を深め、運動の習慣化とコミュニティの形成を行っていくためには、すでに運動施設としての認知がある総合スポーツセンターを有効活用することが望ましいと考えられる。

そして、本町の新たな健康づくり活動の拠点機能を有する日帰り温泉入浴施設を町総合スポーツセンター周辺に建設することにより、スポーツセンター内で取り込まれる町民活動と入浴の一連の流れも構築しやすく、町民の「温泉を活用した健康づくり」に向けた活動を大きく充実させることにつながられることが想定される。加えて、三朝温泉病院も当該地周辺にあり、医療との連携もしやすい環境にあるといえる。この他、近隣には岡山大学惑星物質研究所をはじめ、三朝町社会福祉協議会、みさきこども園も立地していることから、医療を含めた多分野における連携にも展開することが期待できるなど、当該地は入浴等施設の整備地として他にはない優位な要件があるといえる。

また、将来的には町総合スポーツセンターと日帰り温泉入浴施設の運営を一本化させることを通じて、町の財政的負担を軽減しながら事業効果を高めていくことも想定できる。加えて、これまで整備した三朝温泉多目的駐車場、ふるさと健康むら等を最大限活用しながら、将来に向けて、新しい三朝温泉の魅力（温泉を活用した健康まちづくり事業）を創造するエリアとして、同地は大きな可能性を有するものと思われる。

これらを総合的に勘案し、最終的に入浴等施設の整備地としては町総合スポーツセンター周辺（旧三朝保育所跡地周辺又は東側民有地）が相応しいと判断し、このエリア内で調整していく。

3 運営主体

当該事業は、「Ⅱ 温泉と健康づくりを連携させる」と「Ⅲ 入浴等施設を整備する」を事業推進の両輪として機能させることを通じて成果をあげることができる。

そのためには、施設整備の段階から運営を見据え専門的なノウハウを取り入れる必要があり、官民連携の手法を導入し、住民満足度の高い施設整備と運営に向ける。

【施設整備及び施設運営】

施設的设计、建設、維持管理等の運営方法については、限られたヒト・モノ・カネを最大限有効に活用していかなければならない。そして、出来あがる施設が経済的なメリットがあることはもとより、真に住民満足度の高いものであること、将来の三朝町の住民を含めてそれが誇りであると胸を張ることができるものを作り上げる必要がある。これらを勘案し、今回の整備等にあつては、官民連携手法を導入して進めていく。

まず、導入にあたり、官民連携で進めた場合の経済的なメリットを数値化できることから、導入可能性調査を進める。同時に、市場調査の実施も進めていく。市場調査では、民間事業者の意見を公開の場で聞く手法と閉鎖された場で聞く手法があり、タイミングによって使い分けながら進めていくこととしたい。そして、民間事業者からの提案や協議のなかから施設の規模や仕様を最終的に決定し、本格的な建設へ向けた土台づくりに向かっていくこととする。

なお、運営については、市場調査の結果により、建設した業者等への委託等も想定されるところであるが、指定管理を基本とし、持続可能な経営を地元事業者等も参画できる形で、民間団体に行っていただくことを想定する。

4 事業スケジュール

事業内容	令和5年度	令和6年度	令和7年度	令和8年度
基本計画				
整備地の決定				
市場／導入調査				
建設／運営方法の決定				
設計業務／運営者等の決定				
事業申請等				
本体工事				

5 重要業績評価指標（KPI）

- 日帰り入浴利用者数 6万人／年間
- 入浴以外利用者数 4万人／年間

◆事業の方向性	◆取組事業
入浴等施設を整備する	トレーニングジムの整備

1 取組内容

町総合スポーツセンター内にトレーニングジムを整備し、主に若者から働き盛り世代における体力増強、筋力トレーニングを通じた健康的なライフスタイルを実現させる。

【実施主体】：三朝町、三朝温泉観光協会など

2 トレーニングジム整備による影響

- ①日常的に体力・筋力の向上を目指した活動を行うことができる
- ②新しい日帰り入浴等施設との連携が容易

3 規模・機能

【施設規模】

200㎡程度（町総合スポーツセンター施設内）

【概算事業費】

施設の機能・規模から想定する概算事業費は次の通り

費用項目	概算事業費 (千円) 税込	備考
本体工事費	22,000	施設改修費
備品整備費	33,000	トレーニング機器
設計管理費	2,200	
合計	57,200	

※令和6年1月末時点の単価等により積算

※今後の社会情勢や資材費、労務費の高騰等によって費用の増加が見込まれる

※財源は、過疎対策事業債の活用を想定

4 整備方針

「入浴等施設」との連携を重視し、トレーニングジム利用者が入浴等施設に自然と向かうことができるような仕組みを構築し、指定管理者制度又は業務委託等手法により、トレーニングジムの機能が持続可能なものとなるようにする。

5 スケジュール

令和8年度完成・供用開始

6 重要業績評価指標（KPI）

○筋力トレーニング実施者 9,600人/年間（週200人利用想定）

5 参考資料

－温泉を活用した健康まちづくり事業検討委員会－

◆検討委員会発足 2月

◆第1回検討委員会 令和5年4月18日

内容：辞令交付、事業説明等



◆第2回検討委員会 令和5年5月19日※書面開催

内容：温泉を活用した健康まちづくり事業基本構想の確認

◆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

◆第3回検討委員会 令和5年11月14日

内容：温泉を活用した健康まちづくり事業基本計画骨子（案）に係る協議



◆第4回検討委員会 令和6年3月6日

内容：温泉を活用した健康まちづくり事業基本計画（案）に係る協議



ーパブリックコメントー

◆温泉を活用した健康まちづくり事業基本計画骨子（案）に対するパブリックコメント
令和6年2月1日～2月14日 ⇒意見等なし

ー三朝温泉を知ってもらう取り組みー

◆三朝町制70周年記念 温泉を活用した健康まちづくりシンポジウム
日時：令和6年1月21日（日）@溪泉閣
内容：鳥取看護大学 田中教授、岡山大学学術研究院 山岡教授の講演
パネルディスカッション など
参加：80人



ー温泉と健康づくりを連携させる取り組みー

◆温泉運動浴

実施時期：11月～2月

実施回数：8回

参加者数：1回あたり7人



◆みささ湯ラックス

実施時期：11月～3月（オンラインプログラム配信含む）

実施回数：12回（対面開催）

参加者数：年齢・世代で3コースを設定 1コース20人



◆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 令和5年8月28日

◆第2回チーム会議 令和5年9月28日

◆第3回チーム会議 令和5年12月22日

◆第4回チーム会議 令和6年3月18日



○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。

【委員名簿】

三朝町温泉を活用した健康まちづくり事業検討委員会

所 属 等	職名等	氏名（敬称略）	備考
三朝温泉病院	院長	深田 悟	
湯川医院	院長	湯川 喜美	
三朝町社会福祉協議会	会長	(変更後) 岩本 美樹 (変更前) 遠藤 英臣	
三朝温泉観光協会	会長	足立 浩範	
三朝温泉旅館協同組合	理事長	沖田 雅浩	
三朝町商工会	会長	福田 茂樹	
NPOみささ温泉	理事長	新藤 祐一	
—	NPOみささ温泉 元職員	麻田 裕子	
三朝温泉現代湯治推進協議会	会長	御船 秀	
鳥取県商工会連合会	中部商工会産業支援センター 所長	前田 幸広	
鳥取県	中部総合事務所県民福祉局 参事	岸田 孝之	
三朝町	副町長	赤坂 英樹	委員長