



上山市
Kaminoyama



from City Office Kaminoyama
Address 1-1-10 Kawasaki, Kaminoyama, Yamagata,
999-3192 JAPAN
TEL 023-672-1111 / FAX 023-672-1112

県内初・森を活かして企業従業員のメンタルヘルス改善へ！ 期待される心身の効果を発表・地域ワークショップ開催



ドイツのクアオルト(ドイツ語で健康保養地の意味)にならい、自然環境や温泉、食などの地域資源を活かしながら、地域住民の健康増進と交流人口の拡大による地域活性化を目的に、全国に先駆けて、“心と体がうるおうまち”づくりを展開する上山市。

昨年7月、林野庁「森林サービス産業」において、健康経営分野のモデル地域(全国7地域)に、東北地方で唯一採択。その中では初めての企画として、最近企業等で課題となっている従業員のメンタルヘルス対策のため、主に山形県内企業を対象に、恵まれた森林資源を活かしたメンタルヘルス改善を目指して、モニターツアーとエビデンス調査を実施(全3回)しました。

今回の地域ワークショップでは、エビデンス調査結果の発表や事業のまとめ、今後に向けた意見交換を行います。今後、出された意見やエビデンスを基に、新たなプログラム開発や受入体制構築に取り組み、企業等の健康経営の実現を通して、交流人口拡大による地域活性化を図っていきます。

つきましては、本件について、ぜひ取材していただきますようよろしくお願いいたします。

- @名 称** 林野庁補助事業「森林サービス産業」モデル地域(健康経営)
第2回地域ワークショップ
- @日 時** 令和3年1月29日(金) 15:00~16:45
- @場 所** 仙溪園「月岡ホテル」
- @内 容** 第2回地域ワークショップの詳細は別紙1参照

【林野庁補助事業における取組の概要】

◇モニターツアー「天空のリカバリー」(主に県内企業・事業所等を対象に昨年

9～10月に3回実施・全19事業所から32名が参加

メンタルヘルスをテーマに、森林体験を通して五感を刺激し、自身と向き合いリラックスする感覚を体験したり、ストレスにつながる重要な要素でもあるコミュニケーションの効果的な手法を学んだりしながら、自然体を取り戻す1泊2日の旅を蔵王高原坊平をフィールドに実施。(◇公認心理師が同行するクアオルト健康ウォーキング◇森の中でクアオルト弁当昼食◇アスリートが指導するストレッチ・入浴体験 ほか)

◇モニターツアー時にエビデンス調査(2種類)を実施

森林の中で多くの時間を過ごす1泊2日の旅の体験前後で、心身両面、特に心理的な部分でどのような効果が得られるかについて、下記の調査を実施。

①かみのやま病院

POMS 2 (Profile of Mood States 2・世界共通で使用される心身の状態を見る気分プロフィール検査)を用いて、ツアー開始時と終了時、2週間後の計3回参加者に**主観的調査**を実施。また、クアオルト健康ウォーキング時には、公認心理師が同行し、森の中でのミニ講話(上手なコミュニケーションの取り方など)を組み入れ、よりメンタルヘルスにつながる新たな内容を実証。

②(株) Yume Cloud Japan

山形大学拠点ベンチャー企業が開発する、マインドスケール(問診・脈派・音声・表情に関するデータを収集・統合)を用いて、ストレスを可視化した**客観的調査**を実施。

◇森林資源を活かした各種体験プログラムの開発

モニターツアー等を踏まえ、今後、蔵王高原坊平エリアで提供できる、企業従業員の健康づくりや研修等につながる、森林資源を活かした新たな体験プログラムを開発。(例…◇森林浴◇五感を刺激するFive Bath Method◇蜜蝋キャンドルづくり◇アニマルトレッキング◇スポーツ鬼ごっこ◇禁煙教室など)



@取材の主なポイント

◇本市では、既に企業等の健康経営支援を切り口に、糖尿病やメタボ予備群等を対象とした「宿泊型新保健指導(スマート・ライフ・ステイ) ツアー」等を実施している。今回、これまでにない切り口として、企業等で課題となっているメンタルヘルス対策のため、本市ならではの

森林を活かした新たなプログラムを開発する

◇森林の中で1泊2日の滞在をすることでの心理的効果を初調査。市内唯一の精神病院「かみのやま病院」や、山形大学拠点ベンチャー企業と連携し、地域内における専門的知見及び先進的技術と、豊富な地域資源を組み合わせ、他地域に先駆けた取組を実施していく

◇今回のエビデンス調査結果、森林資源を活かした新たな体験プログラムの開発を踏まえ、メンタルヘルス（対象はあくまで社員全般であり、予防が目的）をはじめ、福利厚生、社員研修などを目的とした活用として、県内企業をはじめ、隣県、首都圏における健康経営推進企業等に対して段階的に提案していく。新型コロナウイルス感染症が拡大し、従業員の健康づくりや自然の中で過ごすことの大切さが見直されている今、企業等が健康経営や働き方改革を実現できる拠点を目指していく

@添付資料 ・ 第2回地域ワークショップ概要 1枚

@参考資料 ・ 企業従業員等の健康に関する課題（協会けんぽ山形支部データより）

企業従業員等の健康に関する課題

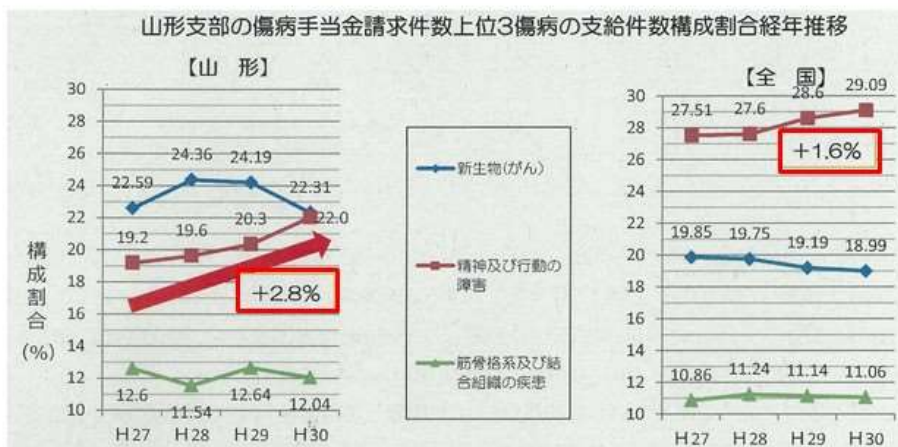
引用:協会けんぽ山形支部
プレスリリースR1.11
H30.10月支給決定分



傷病手当金…
業務外の病やけがによる療養のために会社を休み給料を受けられない時の休業補償

- ◇傷病手当金のうち、傷病別の件数割合は、「精神及び行動の障害」が第2位
- ◇精神疾患に対する支給割合は年々増加。H27.10月からの伸び率は、全国平均を大きく上回る

↓
**メンタルヘルス不調の
予防が急務**



■問合せ

○上市市政戦略課 クアオルト推進室

担当: 室長 佐々木慶、主任 鈴木優希

電話 023-672-1111 (内線222)

令和2年度 林野庁補助事業「森林サービス産業」
モデル地域（健康経営） 第2回地域ワークショップ

■令和3年1月22日・上山市クアオルト推進室

@開催目的

- ・連携団体及びモニターツアー参加企業等に、本補助事業の実施結果を共有するとともに、モニターツアー等を踏まえた今後の方向性について協議し、令和3年度からの県内企業における具体的な利活用など、効果的な事業展開を目指すため

@日時・場所

1月29日（金）15：00～ 1時間45分程度（場所：月岡ホテル）

@参集範囲

- (1) 連携団体 …上山市商工会、上山市観光物産協会、山形銀行
上山市医師会、かみのやま病院（臨床心理科）
蔵王テラポイント協会、蔵王坊平観光協議会（ペンション・高源ゆ）
日本クアオルト研究所
- (2) 企 業 …モニターツアー参加企業
- (3) そ の 他 …山形森林管理署、東北経済産業局
- (4) 主 催 者 …上山市温泉クアオルト協議会（会長・委員）
上山市（市長、副市長、市政戦略・健康推進・観光課長）

@内 容（予定・約1時間45分）

- (1) あいさつ 上山市・上山市温泉クアオルト協議会 10分
 - (2) モニターツアー 概要説明 上山市 15分
 - (3) モニターツアー エビデンス調査結果説明 30分（各15分）
社会医療法人 二本松会かみのやま病院 臨床心理科長 佐藤秀実 氏
(株) Yume Cloud Japan 代表取締役 吉田大輔 氏
モニターツアーに関する質疑応答 5分
 - (4) 今後の展開に係る意見交換 全体40分
今後の取組（案）説明 上山市 (10分)
発言者（案） (意見交換30分)
- ◇企業側（活用に向けて）…モニターツアー参加企業2～3社
◇地域側（受入体制）…蔵王坊平観光協議会／蔵王テラポイント協会
◇まとめのコメント …さとゆめ ほか