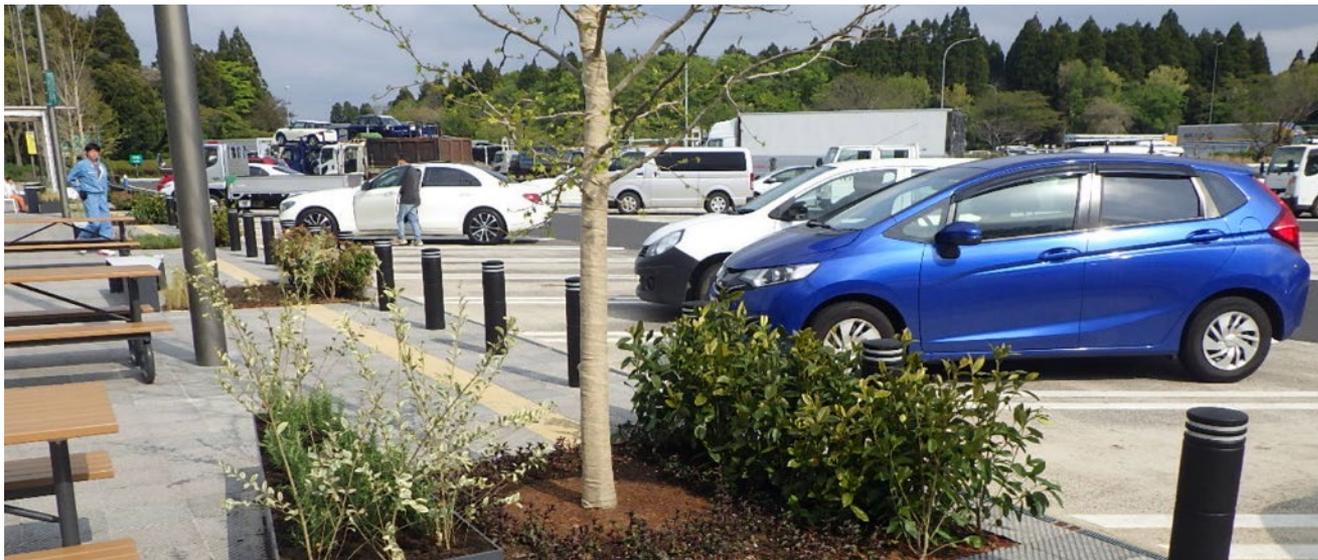


公開シンポジウム「ウォークアブルなまちを評価する」～居心地の良いまちを目指して～

健康・ウェルビーイングの視点から 一ゼロ次予防の発想を取り入れる一



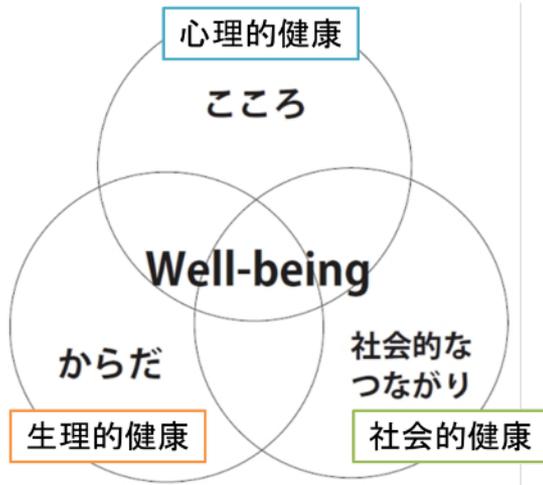
千葉大学大学院 園芸学研究院 環境健康学領域

岩崎 寛 (いわさき ゆたか)

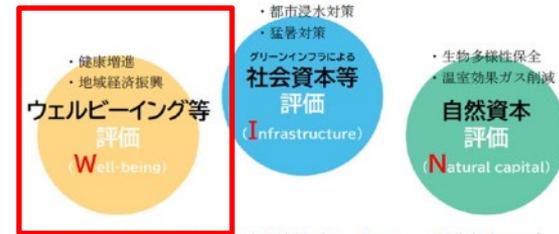
園芸療法学会認定 上級園芸療法士

現在、国内外の様々な取り組みの中で「健康・ウェルビーイング」は外せない項目となっている。

WHO憲章前文における「健康」定義



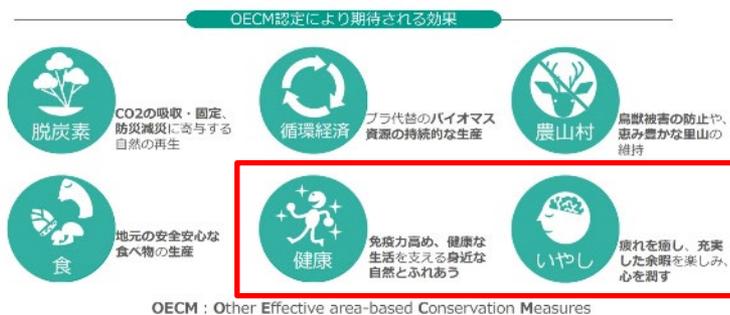
グリーンインフラ



(出典) グリーンインフラ官民連携プラットフォーム技術部会 2020⁸

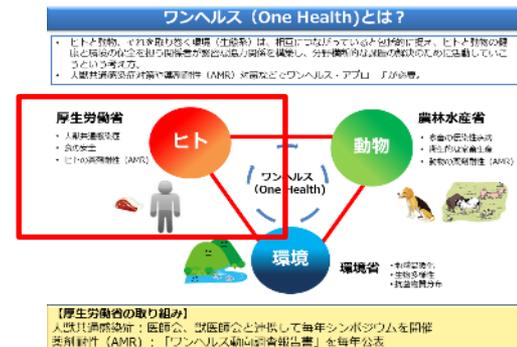
(注) 「グリーンインフラが有する社会資本等としての効果」、「自然資本の量と質の増加」、「その波及による成果(アウトカム)としてのウェルビーイング等の効果」の、3つの効果を複合した「総合評価」を出すことにしている。

30 by 30



OECM: Other Effective area-based Conservation Measures

One Health



【厚生労働省の取り組み】
 人獣共通感染症：医師会、獣医師会と連携して毎年シンポジウムを開催
 炭疽耐性（AMR）：「ワンヘルス動物調査報告書」を毎年公表

IATSS VISION 2024

≡ IATSS VISION 2024 ≡

COMMON VISION

誰一人として取り残されることのない安全で持続可能かつポジティブな交通社会を、
国内外を問わず実現するために、私たちは共通の責任を負う

重大交通事故、環境負荷、不健康といった負のファクターを克服し、新たな価値を共創することにより、よりポジティブな交通社会へと変革させていくためには戦略的な取り組みが必要となる。

● MOBILITY

重大交通事故がなくなることで、人々が安心して移動できる場面が増え、楽しくかけることができ、心身の健康の向上に貢献できるだけでなく、まちの賑わいもより豊かなものになる。近年注目されているウォークアブルなまちづくりにも大きく貢献する。

● SUSTAINABILITY

環境負荷が小さくなることで、グローバルなレベルでも、地域での日常生活のレベルでも、持続可能な社会に大きく貢献する。持続可能な社会の実現は、環境の視点だけでなく、社会の視点、経済の視点での課題解決にもつながる。

● WELL-BEING

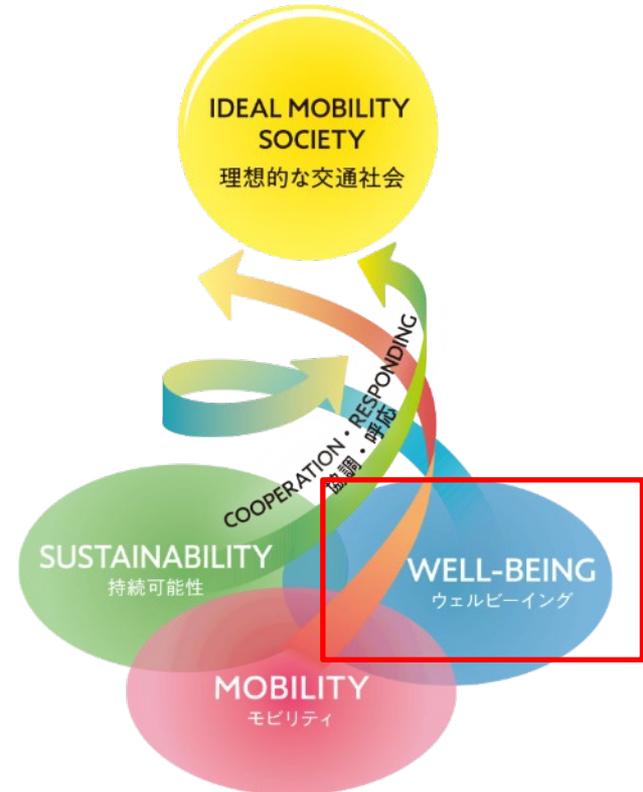
不健康のファクターを克服することは、個人のウェルビーイングの向上に直接つながるだけでなく、個人がより元気になることによって、社会に対して新しい価値を創造する機会を創出する。このことはさらなる楽しい移動の場面を創り出し、よりポジティブな交通社会のさらなる発展をもたらす。

重大交通事故、環境負荷、不健康といった負のファクターを克服し、
モビリティ・サステナビリティ・ウェルビーイングを互いに呼応させ、ポジティブな循環を生み出す
次の10年の学会活動を推進し、冒頭に述べたコモン・ビジョンの実現をめざす。



誰一人取り残されることのない

厚生労働省のヘルスプロモーション
「ゼロ次予防」の発想



ゼロ次予防とは・・・ 厚生労働省の健康政策

厚労省から2013年に出された「健康日本21(第2次)」において、
「健康格差の縮小を目指す」ことを目的とし、
ヘルスプロモーションの一環として「ゼロ次予防」の推進が示されている。

医療や保健・公衆衛生分野における1から3次予防とは、

1次予防－健康によい生活習慣により病気を予防【予防医学】

2次予防－早期発見・早期治療

3次予防－治療後の再発防止 とされている。

これに対し「0(ゼロ)次予防」とは、本人が意識的に健康に取り組むのではなく、

「地域や環境そのものが自然に人を健康にする」

取り組みであると定義されている。

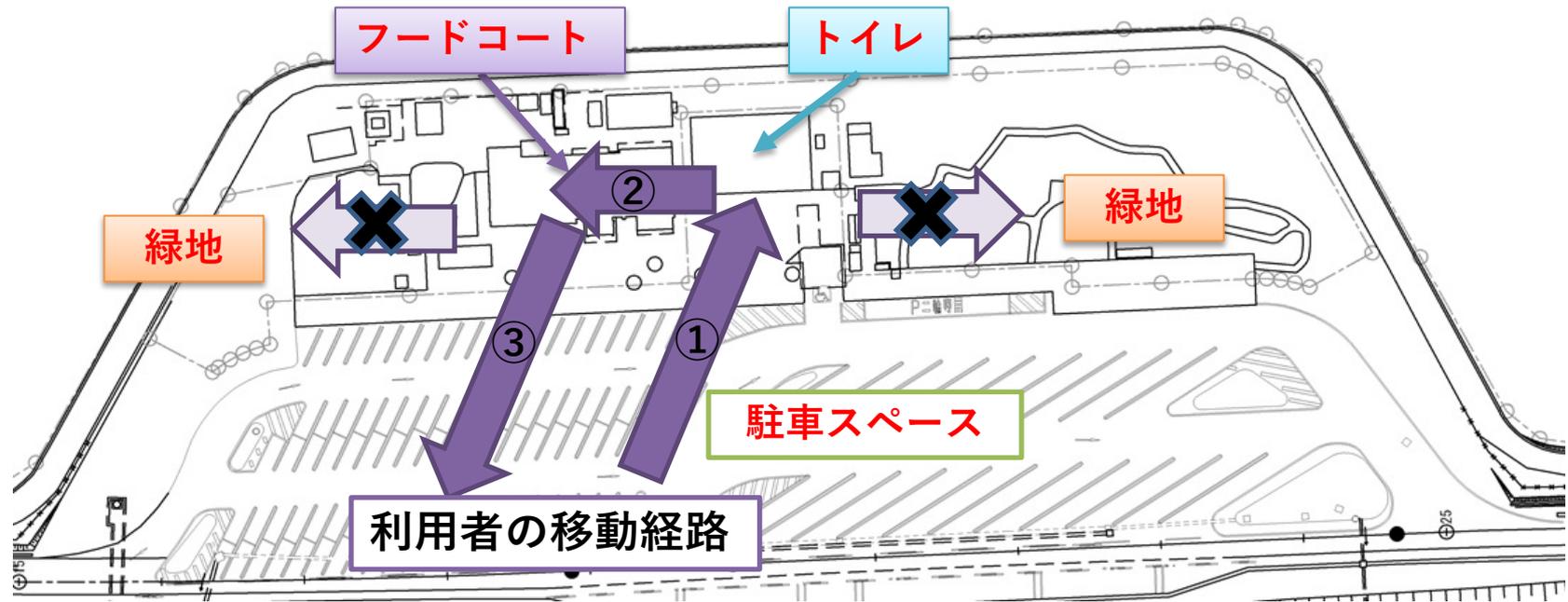
ゼロ次予防デザインの高速道路PA緑化



2023年9月 日本土木学会で発表
「高速道路休憩施設における『ゼロ次予防』緑化園地改良効果の検証」

漆谷綾乃¹・小笠原秀治¹・岩崎 寛²・荒井菜穂美²・梅原瑞幾²・淵江知宏³
(株)ネクスコ東日本エンジニアリング ¹, 千葉大学大学院園芸学研究科 ², 東日本高速道路(株)³

行動調査からみた利用者の移動経路



従来のSA/PA緑化の発想 → いかにか**緑地へ誘導**するか → **魅力的な**緑地計画



本プロジェクト「ゼロ次予防デザインの高速道路PA緑化」

新しいSA/PA緑化の発想 → **普段通りの利用** → **無意識**に緑地の効果を楽しむ

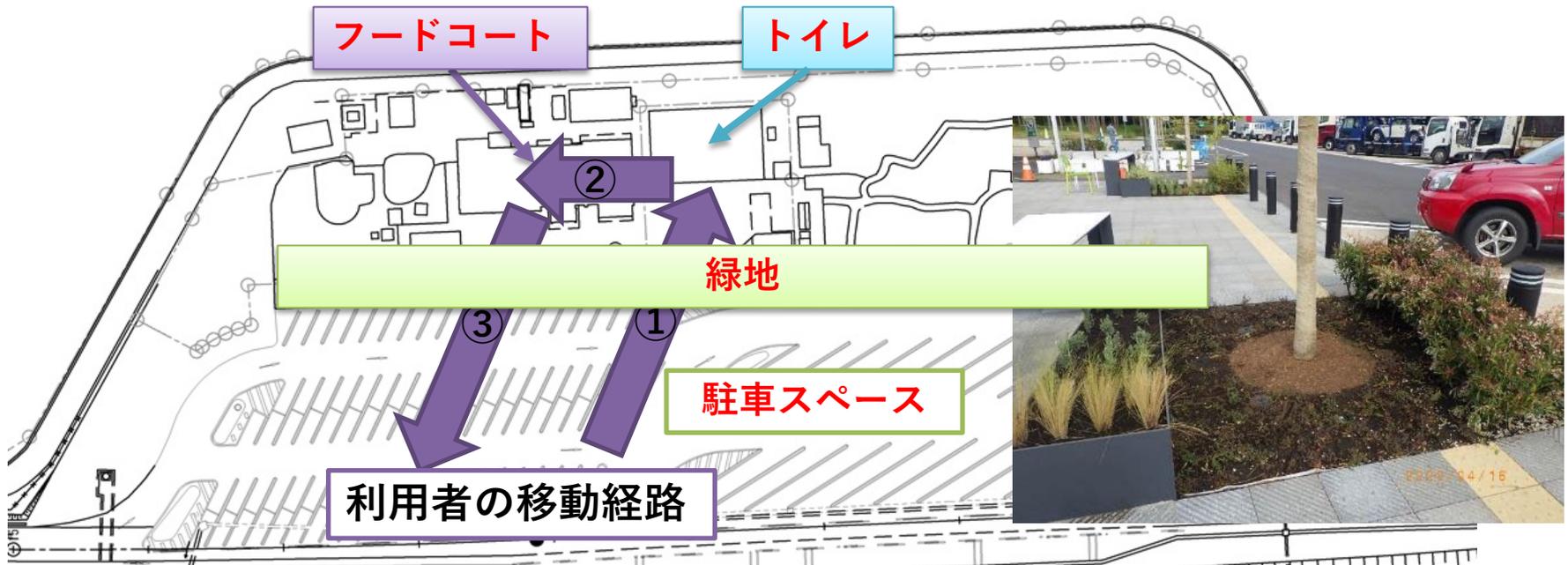
ゼロ次予防とは*1 . . . 環境を改善し、個人の努力無しに健康へと導く
(ヘルスプロモーション)

参考：一次予防：個人の努力に基づく健康増進

*1 厚生労働省・健康日本21（第2次）2013年から10年間の基本計画

本プロジェクト「ゼロ次予防デザインの高速道路PA緑化」

新しいSA/PA緑化の発想→ 普段通りの利用→ 無意識に緑地の効果を楽しむ



普段通りの移動経路の中に緑地を配置し、無意識に緑との接点を持つ
→利用者の努力無く緑の効果を楽しむ →ストレス緩和 →事故防止

本プロジェクトによる緑地整備効果の検証

整備前後におけるPA利用時のストレス緩和効果の比較





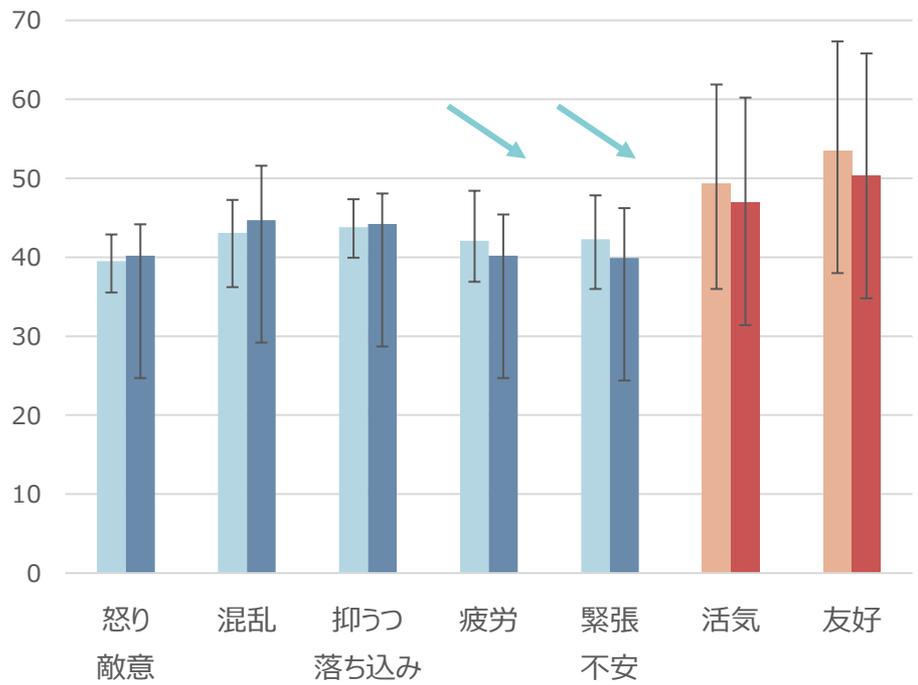


調査結果 (POMS)

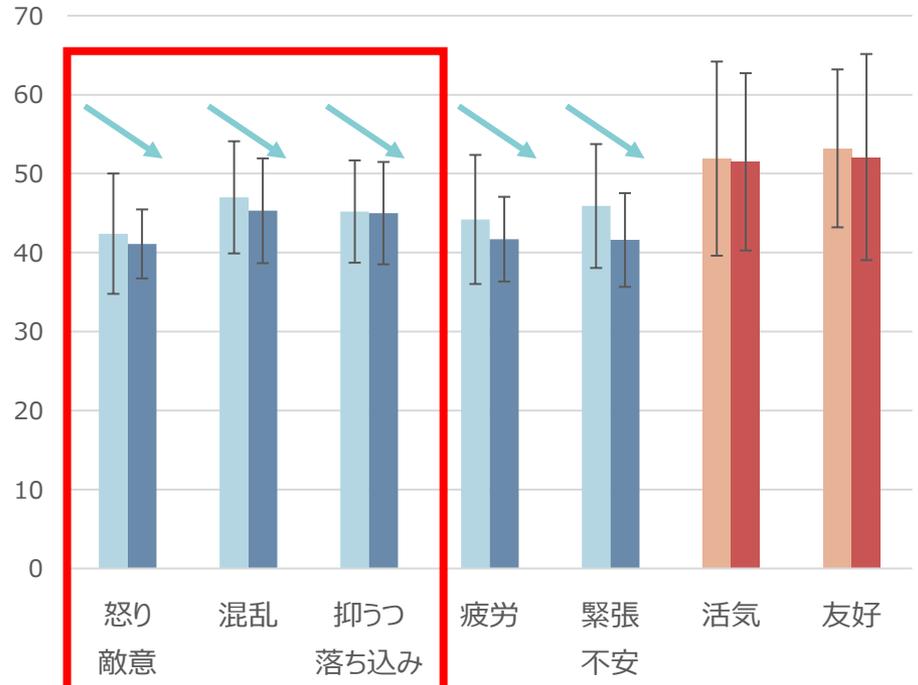
●改修前後 POMS休憩前後比較

■ 休憩前 ■ 休憩後
■ 休憩前 ■ 休憩後

改修前 (H30) n=10



改修後 (R4) n=10



Wilcoxonの符号付き順位検定 有意差なし

休憩前後 POMS変化量

	怒り・敵意	混乱	抑うつ・落ち込み	疲労	緊張・不安	活気	友好
変化量	0.7	1.6	0.4	-1.9	-2.4	-2.4	-3.2

R4	怒り・敵意	混乱	抑うつ・落ち込み	疲労	緊張・不安	活気	友好
変化量	-1.3	-1.7	-0.2	-2.5	-4.3	-0.4	-1.1

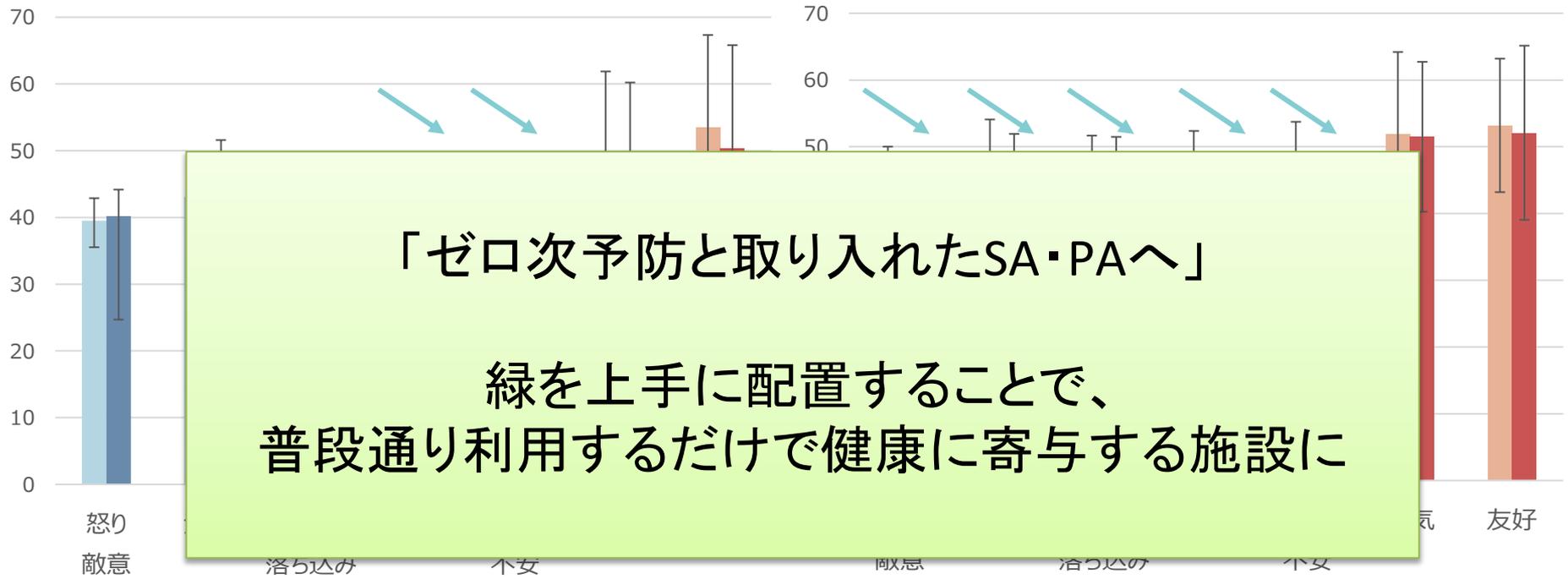
調査結果 (POMS)

●改修前後 POMS休憩前後比較

■ 休憩前
■ 休憩後

改修前 (H30) n=10

改修後 (R4) n=10



Wilcoxonの符号付き順位検定 有意差なし

休憩前後 POMS変化量

	怒り・敵意	混乱	抑うつ・落ち込み	疲労	緊張・不安	活気	友好		R4	怒り・敵意	混乱	抑うつ・落ち込み	疲労	緊張・不安	活気	友好
変化量	0.7	1.6	0.4	-1.9	-2.4	-2.4	-3.2		変化量	-1.3	-1.7	-0.2	-2.5	-4.3	-0.4	-1.1

ゼロ次予防を取り入れた健康まちづくり

従来のまちづくり

心地良い、楽しい、美しい
、嬉しい、落ち着く

植物に関心を持つ

緑と積極的に関わる

体調○

緑の健康効果○



特に何も感じない

植物に関心を持たない

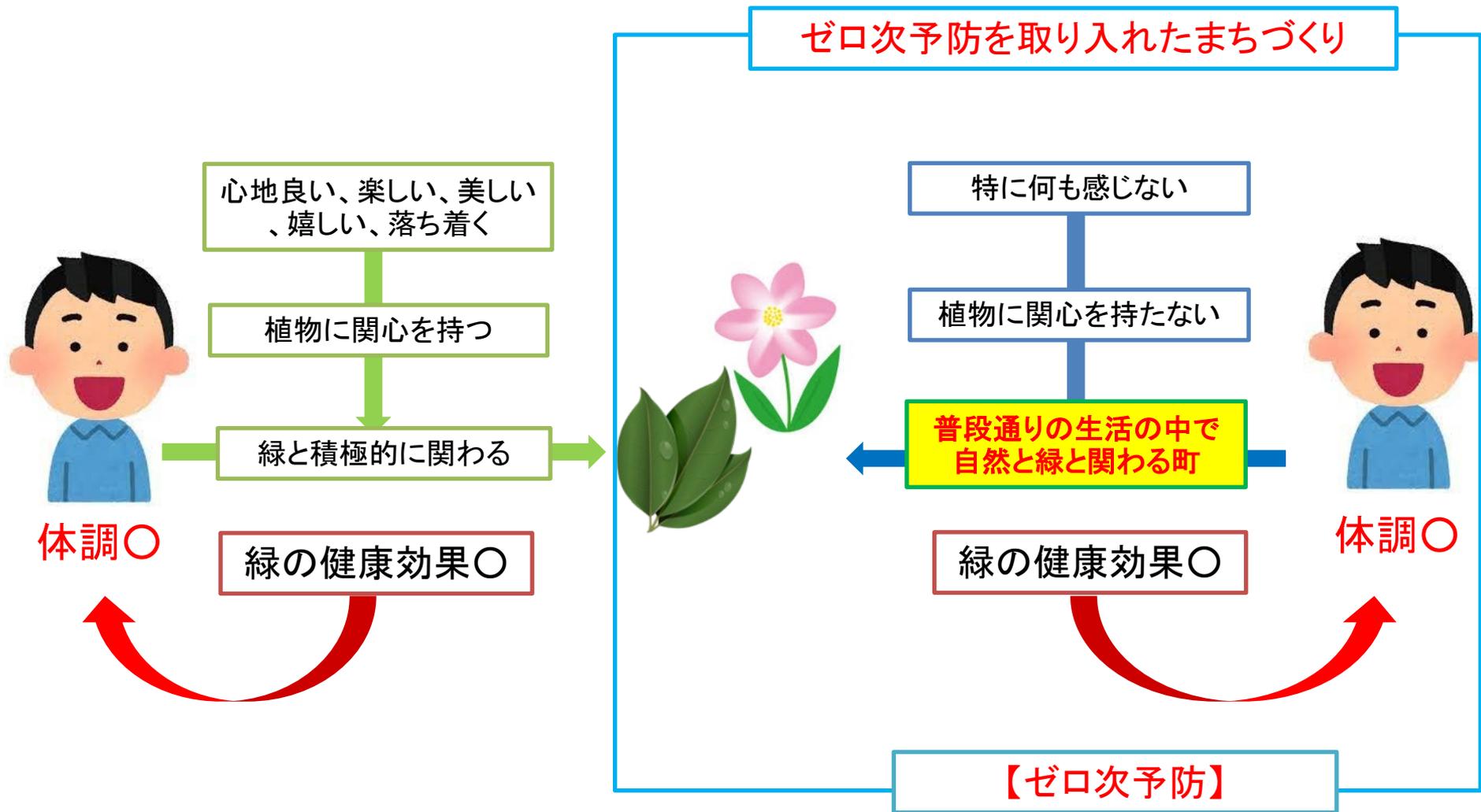
緑と積極的に関わらない

緑の健康効果—

体調×

【1次予防】

ゼロ次予防を取り入れた健康まちづくり



ゼロ次予防による健康まちづくり

→ 誰一人見捨てない

従来のまちづくり

心地良い、楽しい、美しい、嬉しい、落ち着く

植物に関心を持つ

緑と積極的に関わる

緑の健康効果○

体調○

【1次予防】

ゼロ次予防のまちづくり

特に何も感じない

植物に関心を持たない

【ゼロ次予防】デザイン

普段通りの生活の中で自然と緑と関わっている

緑の健康効果○

体調○

【ゼロ次予防】



IATSS VISION 2024

≡ IATSS VISION 2024 ≡

COMMON VISION

誰一人として取り残されることのない安全で持続可能かつポジティブな交通社会を、
国内外を問わず実現するために、私たちは共通の責任を負う

重大交通事故、環境負荷、不健康といった負のファクターを克服し、新たな価値を共創することにより、
よりポジティブな交通社会へと変革させていくためには戦略的な取り組みが必要となる。

誰一人取り残されることのない

厚生労働省のヘルスプロモーション
「ゼロ次予防」の発想

「ウォークアブルなまちづくり」にも、
ゼロ次予防の発想を取り入れることで、
誰一人取り残されることのない「健康なまち」に

重大交通事故、環境負荷、不健康といった負のファクターを克服し、
モビリティ・サステナビリティ・ウェルビーイングを互いに呼応させ、ポジティブな循環を生み出す
次の10年の学会活動を推進し、冒頭に述べたコモン・ビジョンの実現をめざす。

SUSTAINABILITY
持続可能性

WELL-BEING
ウェルビーイング

MOBILITY
モビリティ