

研究報告) 健康経営と地方創生 —山形県上山市と宮崎県日向市からの一考察— “Health and Productivity Management” and regional revitalization

新井卓二¹⁾

抄録

「健康経営」に取り組む企業は年々増え、2021年度は上場企業の約1/3が取り組む経営戦略となっている。普及に伴い、企業での取り組みにかかわらず、社会への効果も見えるようになってきた。そこで、地方自治体である山形県上山市と宮崎県日向市の取り組みと、地方創生として地方自治体の健康経営向けサービスを支援している林野庁の取り組みを取材し、紹介するものである。具体的には、山形県上山市では「クアオルト」という考え方を、宮崎県日向市ではワーケーションを地方創生として健康経営向けサービスを展開している先進事例が示された。

キーワード：林野庁、森林サービス、クアオルト、ウォーキング、ワーケーション

I. はじめに

健康経営は、米国において1992年発刊の『The Healthy Company』¹⁾でその概念が提唱され、2000年代、日本にNPO法人健康経営研究会²⁾の発足の際に持ち込まれた概念である。その後、2014年から現在まで毎年続いている上場企業を対象とした経済産業省と東京証券取引所の共催による顕彰制度「健康経営銘柄」³⁾が開催され、日本でも広く普及に至るきっかけとなった。さらに2017年からは、経済産業省と日本健康会議⁴⁾の共催で、上場企業を含む医療法人や未上場企業も対象にした新たな顕彰制度「健康経営優良法人(ホワイト500)」⁵⁾の認定が開始された。

健康経営の申請数と認定企業数は右肩上がりが増え続けてきた。「健康経営度調査」⁶⁾に回答している上場企業数の推移は下表のとおりである。

表1 大規模部門回答企業数と上場企業数

年	調査票回答企業数	内上場企業数
2015	493	493
2016	573	567
2017	726	608
2018	1239	718
2019	1800	859
2020	2328	964
2021	2523	970
2022	2869	1058

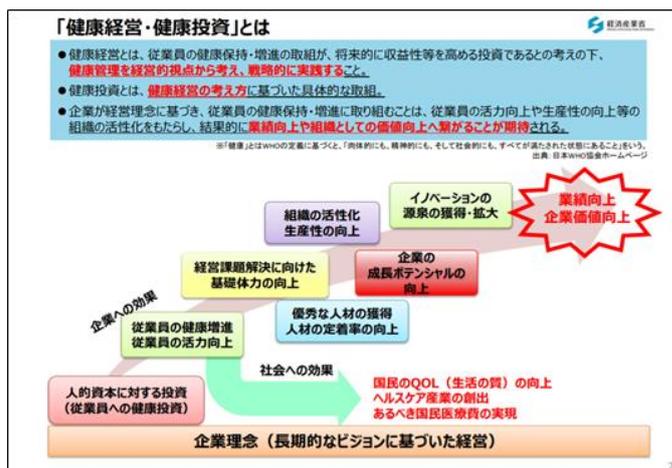
※筆者作成

特に、2022年度の上場企業の回答数1058社は、全上場企業約3800社の約28%にあたり、また日経平均株価を構成する225社のうち84%⁷⁾が回答している。これは補助金や助成金が準備されていない政府の顕彰制度としては、異例の普及率と考えられる。つまり、主に大企業を対象に、健康経営を自社が取り組むべき課題、または経営戦略であると認識していると捉えることもできる。

健康経営とは、経済産業省のホームページによると「従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること」⁸⁾とされる。企業理念に基づき従業員への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上などの組織の活性化をもたらす、結果的に業績や株価の向上につながると期待されている。

また、経済産業省による健康経営の効果とは、下図のように紹介されている。

図1 「健康経営・健康投資」とは



※経済産業省ホームページ

「健康経営の推進について」令和4年6月⁹⁾

1) ARAI Takuji

山野美容芸術短期大学

連絡先:〒192-0396 東京都八王子市鍵水 530

最初は人的資本に対する投資（従業員への健康投資）を行うことによって、企業への効果として従業員の健康増進・従業員の活力向上が起これ、その後、社会への効果（右下）にも派生し、①国民の QOL（生活の質）の向上、②ヘルスケア産業の創出、③あるべき国民医療費の実現が期待されている。

近年、社会では、主に地方自治体が、対象地域の住民の健康を守り、増進させるための取り組みとして、健康都市宣言や健康経営都市宣言などが行われている。

表2 健康都市宣言の例（ ）内は都道府県

仙台市（宮城）	水戸市（茨城）	印西市（千葉）
流山市（千葉）	多摩市（東京）	西東京市（東京）
川崎市（神奈川）	白山市（石川）	甲府市（山梨）
名古屋市（愛知）	草津市（滋賀）	雲南市（島根）
宇部市（山口）	山口市（山口）	熊本市（熊本）

※地方自治体ホームページから筆者作成

これらの目的は、特に地方において年々高まっている高齢化社会の到来により、医療費が増え続けているという現状があり、医療費の削減が地方自治体ひいては日本国全体の課題となっているためである。また、地方の高齢化率に歯止めをかけるため、IターンやUターンなどで若者を呼び戻す一つの手段にもなっている。

このように健康経営に取り組む企業が増え、日本において普及することより、取り組んでいる主体の企業以外にも、地方自治体等への様々な効果が見られる。その一つに「健康経営で地方創生（東京一極集中を是正し、地方の人口減少に歯止めをかけ、日本全体の活力を上げることを目的とした一連の政策）」があると考える。本報告では、社会への効果において、地方自治体が、国民医療費の削減を目指しつつ、地方創生を目指す取り組みを、山形県上市市と宮崎県日向市の事例からみるものである。

II. 研究訪問

下記3か所にヒアリングを行った。

一つ目は林野庁である。林野庁は、公益社団法人国土緑化推進機構¹⁰⁾と株式会社さとゆめを「森林サービス産業（健康経営）」¹¹⁾創出・推進に向けた活動支援事業（補助事業）の実施主体として選定し、令和2年度～4年度に「森林サービス産業（健康経営）」のモデ

ル地域等を選定している。そこで、林野庁森林整備部森林利用課 山村振興・緑化推進室 山村振興企画班課長補佐の藤岡義生氏に、電話にて2022年8月に話を伺った。

「森林サービス産業」とは、山村の活性化に向けた「関係人口」の創出・拡大のため、森林空間を健康、観光、教育等の多様な分野で活用する新たなサービス産業と定義して、2019年2月に林野庁・国土緑化推進機構が提唱したもので、地方創生にもつながるものである。

これがなぜ健康経営とつながるかという点、このサービス産業が「働いている人」も対象にしているからである。具体的には、森林と健康の関係を明らかにするエビデンス（例：ストレス軽減、メンタルヘルスの向上）の取得と、森林等を利用した新サービスの開発を目指し、モデル地域には補助金（2022年度は1地域あたり最大150万円）を助成するとともに、準モデル地域では研修会の開催を支援している。モデル地域は、補助事業によって蓄積されたエビデンスを活用し、企業の健康経営の文脈によって利用されることにより、健康経営の取り組みを促進しているのである。

令和2年から4年度のモデル地域は、下記のとおりである。

表3 森林サービス産業のモデル地域

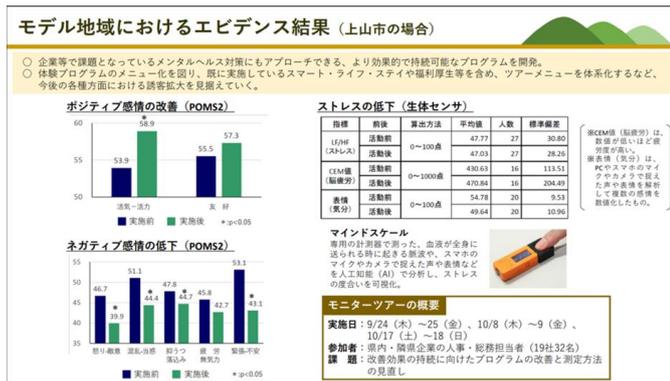
令和2年度	令和3年度	令和4年度
上市市（山形）	飯山市（長野）	木曾町（長野）
上松町（長野）	富士宮市（静岡）	多可町（兵庫）
小海町（長野）	穴栗市（滋賀）	安芸太田町（広島）
信濃町（長野）		
白川村（岐阜）		
田辺市（和歌山）		
智頭町（鳥取）		

※林野庁ホームページから筆者作成

また、令和元年度「森林サービス産業」検討委員会報告書（概要版）¹²⁾によると、健康経営における森林活用とエビデンスの考え方には、1.健康経営における森林活用の領域、2健康経営に向けた森林空間における保養活動等の先行研究の状況が挙げられている。

例として、令和2年度モデル地域であり、二つ目のヒアリング先でもある山形県上市市のエビデンス結果を下記に示す。

図2 モデル地域におけるエビデンス結果



※「森林サービス産業」創出・推進に向けた活動支援事業の成果等 (令和2年度実施分) 13) より一部抜粋

地方創生の課題として、“人”を地域にどう呼び込むかという点がある。森林に関心を持ち、山村地域にまで旅行に来る者は多くなく、観光を目的としたものでは一過性に終わってしまうおそれがある。こうした中、「関係人口」づくりや Well-Being の向上など、山村や都市を取り巻く状況に変化も生じてきている。そこで、森林に関心のない者も含めて国内の旅行者を呼び込むために、「健康経営」に取り組む企業が増えてきたので、そのような企業を対象とし、健康経営を理由・きっかけ・フックとし、企業との協定締結などを通じて「働いている人」を派遣してもらおうと考えているのである。

しかし、残念な点が一つある。それは健康経営度調査において、企業の従業員が地方にメンタルヘルス対策でワーケーションや出張で行くことは、項目にほとんどないという点である。経済産業省 令和3年度健康経営度調査【サンプル】14)によると、運動の必須項目に「Q51.運動習慣の定着に向けた具体的な支援(研修・情報提供を除く)として、どのような取り組みを行っていますか」の例の中に、「6.心身の健康増進を目的とした旅行(ヘルスツーリズム)を開催し、運動の習慣づけの指導を行っている」があるが、取り組みのフリー欄を除くとこれしかない。つまり、メンタルヘルス対策の項目にはない。これでは、林野庁が進めているメンタルヘルスの向上やストレス軽減に資するサービス開発を支援しても、企業側の健康経営の取り組みには合致しないので、利用は促進されない。せっかく林野庁が森林活用として補助事業等で支援しているのだから、健康経営度調査の設問と関係があるように変更されることが望まれる。これらは経済産業省で期待される効果(図1)の社会への波及に

ほかならないし、健康経営を推進している経済産業省ヘルスケア産業課の目的の一つであるエビデンスのある「ヘルスケアビジネスの創出」にも該当する。ぜひ健康投資ワーキンググループ15)にて検討いただきたい。

二つ目は山形県上山市16)である。上山市は、市政戦略課が市長直轄の組織として位置づけられ司令塔としての役目を果たしている。その下にクアオルト推進室がある。「クアオルト」とは、ドイツ語で、クア(Kur:治療・療養、保養のための滞在)とオルト(Ort:場所・地域)という言葉が合わさった言葉で、「療養地」という意味である。ドイツでは、土壌、海、気候、クナイプ式の「4つの自然の療養要因」で医療保険が適用されているが、日本では保険適用の例はない。具体的には、クアオルト健康ウォーキングがある。これは「気候性地形療法」の手法を用いて日本の気候に適合させた歩行になる。コースごとに認定者がおり、ミュンヘン大学や日本クアオルト研究所17)がある。

そこで、山形県上山市 市政戦略課 クアオルト推進室の佐々木慶氏を2022年9月に訪問し、話を伺った。また、クアオルト健康ウォーキング(蔵王高原坊平コース)を含む「健康経営支援ツアー」を体験してきた。

図3 クアオルト弁当(さくら亭)



※筆者撮影

主なコンテンツは、クアオルト弁当、森林浴、姿勢矯正ストレッチ、温泉、焚火(ディスカッション)、クアオルト健康ウォーキング、ピザづくり体験となる。

特徴は、カロリーが計算されたクアオルト弁当や、血圧を管理しながら歩くクアオルト健康ウォーキングである。他に、宿泊型新保健指導（スマート・ライフ・ステイ）など全 23 の体験プログラムがあり、それらは組み合わせが可能であり、宿泊、日帰りサービスが用意されている。

上山市の特徴は、「クアオルト」という街づくりのコンセプトに基づき、市内企業への健康経営の普及促進も市政戦略課が担当していることである。一般的に健康経営は企業の取り組みなので商工課、また働いている人の健康増進を促すので健康推進課等が該当する。しかし、上山市では市政戦略課のクアオルト推進室がまとめ役となっているのである。これは組織で起こりがちな縦割りの弊害をなくすのに大いに役立っていると推察する。つまり、①市職員の健康経営への取り組み（2022 年健康経営優良法人において全国 6 自治体のみとなり東北としては初認定）、②市内の企業への健康経営の普及、③市の新規事業である「健康経営支援ツアー」は地方創生に該当、これらの 3 つをすべて一体化して行っているのである。私が 2021 年 11 月に上山市向けにセミナーで登壇した際は、市政戦略課のクアオルト推進室が、市内の健康経営宣言をしている企業にセミナー案内を個別にしていると聞いて驚いたものである。地方自治体では、対象（市職員や市内企業等）が違ふと担当部署も違い、別々の動きが散見される。これは大変勿体ないと感じていた。また、地方創生として健康経営の取り組みを活用するのは、企業では当然あっても地方自治体が主となるのは、特筆すべき取り組みでもある。ぜひ、今後も連携しながら、上山市から新しい地域健康経営モデルができあがってくることを期待している。

三つめは、宮崎県日向市¹⁸⁾である。2022 年 11 月にオンライン会議にて、日向市 商工観光部 商工港湾課の新玉祐史氏から、ワーケーション事業について話を伺った。また 11 月末には、宮崎県日向市でワーケーション体験をしてきた。ワーケーションとは、「Work（仕事）と Vacation（休暇）を組み合わせた造語で、テレワーク等を活用し、普段の職場や自宅とは異なる場所で仕事をしつつ、自分の時間も過ごすことです。余暇主体と仕事主体の 2 つのパターンがある」¹⁹⁾と定義されている。つまり、日向市は市内の資産を使ったワーケーションを展開し、地方創生を目指しているのである。

宮崎県は、サーフィンのメッカであり、サーフィンスポットとして、日向、木崎浜、白浜などがあり、県として支援も行われている²⁰⁾。併せてワーケーションでの来県も行っており、「MIYAZAKI × WORKATION」²¹⁾などの WEB サイトで移住も含め宣伝している。ちなみに宮崎県庁のホームページには、「日本のひなた宮崎県」と題し、「サーフィン」と「太陽」のイメージ図が紹介されている。²²⁾

日向市では、2020 年からワーケーション事業を、パーソルワークスデザイン株式会社²³⁾などに業務委託し、実証実験を行っている。

主なコンテンツは、日豊海岸国定公園内・金ヶ浜地区内の商業施設の STAIRS OF THE SEA（ステアーズ オブ ザ シー）でのワーケーション（ドライブインを改装）、浜辺のビーチクリーニング、東郷（山）エリアでの農業収穫やマインドフルネスなどのプログラム体験などである。当日は雨だったため、焚火（ディスプレイ）やサーフィンやサーフなどの海のプログラムはできなかった。

特徴としては、ワーケーションでは例が少ない運動と組み合わせられている点である。一般的にワーケーションは、ワークの疲れを癒すため、また生産性を上げるため、リフレッシュする保養施設や温泉地などが指定されるケースが多い。しかし、プログラムのとおり、温泉はなく、基本的に体を動かすプログラムがほとんどとなり、一線を画している。また、ワーケーションを含むリモートワークの課題として、効率よく PC に向かい仕事ができる反面、仕事時間が長くなりがちでまた動かなくなり、健康面での問題も指摘されてきた。²⁴⁾しかし、ここでは 18 時以降はワーケーション施設を使用できないため、時間が限られ強制的に効率アップすることになる。体を動かすことと仕事の効率について相関があり、体を動かすことにより身体的な疲れが発生し、睡眠が促進され、健康的な日常生活を過ごすことが想定できる。また、ワーケーションを含むリモートワークの課題である肩こりや腰痛²⁵⁾は、当然サーフィンなどを体験することにより肩等を回すため軽減や解消されることも期待できる。また、眼精疲労もワーケーション施設は海や森等が眼前のため、見て過ごすことにより回復されることが予想できる。

図4 商業施設の STAIRS OF THE SEA



図5 ワークーションの様子



※図4, 5共に日向市ホームページ²⁶⁾より一部抜粋

今後は、このようなワークーションのプログラムが具体的にどのような効果があるのか、また他のワークーション施設や体験の違いを、エビデンスをもとに検証していく必要がある。また、健康経営との紐づけも検討されているが、現時点では健康経営度調査の設問とは直接関わりがない。健康経営の一環で企業がワークーションとしての使用も期待できるため、早急な検討が必要となる。

III. 考察

全国の自治体はワークーション事業に力を入れ、“人”を呼び込もうとしている。多くは、JTB²⁷⁾などの旅行会社や、三菱地所²⁸⁾などの不動産会社が委託事業で請け負っているケースが多いように見受けられる。しかし、地方自治体が自分たちで地方創生を目指し、和歌山県白浜市²⁹⁾のように取り組んでいる事例もある。

このような取り組みは、地方自治体からみれば人を呼び込む「地方創生」であり、企業からみれば従業員を健康にさせる「健康経営」となる。健康経営に取り組む企業は、申請料が新設された本年度も順調に増えている。つまり、近い将来健康経営に取り組んでいない企業は少数となり、日本のほとんどの企業が取り組む経営戦略となっていくことが予想される。そうなるならば、今後は「地方創生」と「健康経営」が密接に関わっていく事例がさらに増えていくことが予想される。今回の林野庁の取り組みは、この「地方創生」×「健康経営」のコラボレーションを推進しており、さらに2事例はそれを実践している先進事例と捉えることができる。また、健康都市宣言をしている地方自治体も年々増えており、今後も域内の企業も含む住民の健康に配慮する流れは続くことが想像される。このような流れも、健康経営と地方のコラボレーションを加速することになるであろう。今後の社会、特に地方（自治体）の「健康経営」活用に期待したい。

※健康経営は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

※クアオルト、気候性地形療法は、株式会社日本クアオルト研究所の登録商標です。

謝辞：林野庁 森林整備部 森林利用課 山村振興・緑化推進室 山村振興企画班 課長補佐の藤岡義生様、山形県 上山市 市政戦略課 クアオルト推進室 佐々木慶様、日向市 商工観光部 商工港湾課 新玉祐史様には、取材にてご協力いただき、感謝申し上げます。また、日向市のワークーション施設や体験プログラムをアイシンパートナーシップ代表渡邊真太郎様にご案内いただき、感謝申し上げます。

【参考文献】

- 1) ロバート・ローゼン, 宗像恒次監訳: ヘルシー・カンパニー人的資源の活用とストレス管理.産能大学出版社, 1994
- 2) 特定非営利活動法人 健康経営研究会 ホームページ, <https://kenkokeiei.jp/> (2022年11月29日)
- 3) 経済産業省ホームページ, 健康経営銘柄, https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenko_meigara.html (2022年11月29日)

- 4) 日本健康会議データポータル, <http://kenkokaigi-data.jp/> (2022年11月29日). 少子高齢化が急速に進展する日本において、国民一人ひとりの健康寿命延伸と適正な医療について、民間組織が連携し行政の全面的な支援のもと実効的な活動を行うために組織された活動体で、経済団体、医療団体、保険者などの民間組織や自治体が連携し、職場、地域で具体的な対応策を実現していくことを目的としている。
- 5) 経済産業省ホームページ, 健康経営優良法人認定制度, https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeieiyuryouhouzin.html (2022年11月29日)
- 6) 経済産業省ホームページ, 健康経営度調査について, https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeieido-chousa.html (2022年11月29日)
- 7) 経済産業省ホームページ, 「健康経営優良法人 2022」認定法人が決定しました！～大規模法人部門 2,299 法人、中小規模法人部門 12,255 法人を認定～, <https://www.meti.go.jp/press/2021/03/20220309002/20220309002.html> (2022年11月29日)
- 8) 経済産業省ホームページ, 健康経営, https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenko_keiei.html (2022年11月29日)
- 9) 経済産業省ホームページ, 健康経営の推進について, https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/downloadfiles/kenkoukeiei_gaiyo.pdf (2022年11月29日)
- 10) 国土緑化推進機構, <https://www.green.or.jp/> (2022年11月29日)
- 11) 林野庁ホームページ, 森林サービス産業, <https://www.rinya.maff.go.jp/j/sanson/kassei/sangyou.html> (2022年11月29日)
- 12) 林野庁ホームページ, 「森林サービス産業検討委員会」報告書, https://www.rinya.maff.go.jp/j/sanson/kassei/sangyou/attach/pdf/houkokusyo_202003-7.pdf (2022年11月29日)
- 13) 林野庁ホームページ, 令和2年度事業の成果等について, <https://www.rinya.maff.go.jp/j/sanson/kassei/attach/pdf/sangyou-107.pdf> (2022年11月29日)
- 14) 経済産業省ホームページ, 令和3年度健康経営度調査【サンプル】, https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/downloadfiles/R3_kenkoukeieidochosa_sample.pdf (2022年11月29日)
- 15) 経済産業省, 健康投資ワーキンググループ, https://www.meti.go.jp/shingikai/mono_info_service/kenko_iryoo/kenko_toshi/index.html
- 16) 山形県上山市ホームページ, <https://www.city.kaminoyama.yamagata.jp/> (2022年11月29日)
- 17) 日本クアオルト研究所ホームページ, <https://kurort.co.jp/> (2022年11月29日)
- 18) 宮崎県日向市ホームページ, <https://www.hyugacity.jp/> (2022年11月29日)
- 19) 観光庁ホームページ, <https://www.mlit.go.jp/kankochoworkation-bleisure/> (2022年11月29日)
- 20) 宮崎県観光協会ホームページ, <https://www.kanko-miyazaki.jp/sports/namitabi/surfing/index.html> (2022年11月29日)
- 21) 宮崎県ホームページ, ワークेशन, <https://iju.pref.miyazaki.lg.jp/workation/> (2022年11月29日)
- 22) 宮崎県ホームページ, <https://www.pref.miyazaki.lg.jp/> (2022年11月29日)
- 23) パーソルワークスデザイン株式会社, <https://www.persol-wd.co.jp/> (2022年11月29日)
- 24) 後藤学, 濱野和佳: 新型コロナウイルス感染症流行下でのテレワークの実態に関する調査動向, INSS JOURNAL, Vol.27, p.p.252-274, 2020
- 25) 宮崎県日向市ホームページ, 日向市におけるワークエシンの取り組みについて, <https://www.hyugacity.jp/display.php?cont=210209120141> (2022年11月29日)
- 26) 厚生労働省, テレワーク下でのメンタルヘルス対策, <https://jsite.mhlw.go.jp/fukuoka-roudoukyoku/content/contents/001198980.pdf> (2022年11月29日)
- 27) JTB ホームページ, JTB ワークेशन, <https://www.jtb.co.jp/theme/workations/> (2022年11月29日)
- 28) 三菱地所ホームページ, WORK×ation, <https://workxation.mec.co.jp/> (2022年11月29日)
- 29) 和歌山県白浜町ホームページ, 白浜×ワークेशन, <http://www.town.shirahama.wakayama.jp/soshiki/somu/kikaku/gyomu/1577342565456.html> (2022年11月29日)

提出日：2022/12/1