

健康で元気に住み続けられる村づくり

奈良県川上村長

栗山忠昭



「川上村消滅の恐れあり」。

その発表に違和感を覚えた。平成26年5月、日本創成会議人口減少問題検討分科会で示された「ストップ少子化・地方元気戦略」の内容である。その中で、奈良県川上村は将来的に自治体が消滅するおそれが高いと記載されていた。私はこの報道で「過疎や不便なことを承知で、村で懸命に暮らしている村民の心が萎える」ことが最も懸念するところであった。

あらためて「村民を守る」という強い思いをもった。川上村は奈良県の南部に位置する山村である。主幹産業であった林業は構造的な不況に悩まされ、その結果、山林労働者が減少するなど、若者は村を離れた。

加えて、平成24年度に完成した大滝ダムであるが、完成に半世紀もの長い歳月を要した。そんなこともあり、村の過疎化に拍車をかけることとなった。現在、人口1,422人のうち高齢者は816人で、高齢化率は奈良県トップの57.3%である。

そんな中、川上村は大滝ダム事業を機に「水源地の村づくり」を決意。740ヘクタールの原生林を取得するなど「源流の危機は国土の危機」の思いのもと、「源流を守る」ことに使命と誇りをもって住民とともに生き

message

ぬく覚悟をした。

そして、まちひとしごと創生法に基づく総合戦略で、「住みごこち、居ごこちを整えること」と「新しい出会い、つながり（若者定住）を重点施策と位置づけ、

- ① 地域に出向くこと
- ② 住民に寄り添うこと
- ③ 地域に根ざした健康管理

を重きに、事業を展開している。

その一旦を紹介する。

川上村では、人口減少に伴い商店の閉店が相次ぐ中、暮らしを支えることとして、平成28年度より一般社団法人「かわかみらいふ」を立ち上げた。移動販売車を導入し、小さな集落まで販売車が入ることで、買い物が困難な人にも買い物ができるというだけではなく、高齢者の方が少しでも家から出て、地域の方々と会話ができるような場を提供することもねらいであった。今、期待どおりの成果を上げている。

このことにより、住民は「イキイキ感」を取り戻しつつあり、地域を守る意識も芽生え始めているように思う。また、平成29年4月からは保健師が移動販売車に随行し、住民の健康管理や見守りを行うコミュニティーナースを実施。実際に、買い物中に体調の異変を訴えられた方がいたため、ドクターヘリの要請を行い、ことなきを得た事例も発生している。

平成26年度から「らくらく体操」の本格的な推進を開始した。各集落の公民館に健康運動指導士を派遣し、運動するきっかけづくりも行っている。平成30年度よりノルディックウォークの推進事業を開始。両手でポールを利用するノルディックウォークは本村のような山間部と相性が良く、また転倒防止になることから安全面も確保されるため、本村の健康づくりに大きな役割を果たすことを期待し、村民向けの講習会を村内約10か所で実施した。

現在の川上村の健康寿命については、男性は県内2位、女性は県内10位と、健康で元気なお年寄りが多い

という調査結果が示されている。今後は、引き続き予防事業に力を注ぎ、男女ともに健康寿命が奈良県一を目差せるような健康づくりに取り組みたい。

一方、村民の健康管理および医療について大きな役目を担っているのが、平成28年度に「南和の医療は南和で守る」を提唱して開所された南奈良総合医療センターおよび本村の国保直営診療所である。

特に国民健康保険川上診療所は、平成26年4月に着任した朴英哲医師を所長とし、看護師2名、事務職員1名、嘱託職員2名の合計6名で運営している。

「おはよー！」という医師の大きな声で、診療所の1日がスタートする。

診療所待合室のベンチには、早朝より数名のお年寄りが腰かけて談笑されている。川上村は高齢者の独居世帯、老々世帯が多く、診療所はそういったお年寄りの交流の場として機能している。

このことは、へき地診療所の大きな役割の一つだと私は考える。

村内の独居高齢者世帯は238世帯。介護認定率21.16%で、その中には認知症の初期段階であると思われる高齢者も存在する。さらに川上診療所では、月一回は村外から整形外科の医師を招いたり、人口減少地区への出張診療などを実施したりと、さまざまな形で医療拠点としての充実を図っている。

以上のように川上村では、健康で元気に住み続けられる村づくりのため、

- ① 住民の暮らしを支えること
- ② 住民の健康を守ること
- ③ 新しいつながり（出会い）を求めること

を主に、コミュニティの活性化とともに住民や高齢者への行き届いたサービスを提供できるよう取り組んでいる。

高齢者の方々が「この村で住み続けたい」という思いに応え、笑い声が絶えないような村づくりを今後も目指していく所存である。