

IV－55 「癒しの川」に対する期待と可能性に関する基礎調査

東北地方建設局 秋田工事事務所 正会員○柏谷 稔
東北地方建設局 秋田工事事務所 正会員 近藤 清久
(株)ウマ地域総研 正会員 藤田 勝
秋田大学 正会員 石井 千万太郎
秋田大学 正会員 清水 浩志郎

1. はじめに

現在、心身の健康に対する社会的要請がますます高まる中で、都市及び地域社会における心身共に健康な社会活動が行える環境づくりが求められる。我々の生活する場に身近なる河川空間は、様々な活動の場を提供してくれることに加え、やすらぎやくつろぎを感じさせてくれることは多くの人々が経験することであり、心身の健康維持・向上に向け都市・地域環境の一つとして注目されるものである。

そこで、河川空間の癒し効果を活用した「癒しの川」の創造に向けて、河川空間が有する癒し効果への期待とその効果を楽しむために求められる施策の抽出を行った。

2. 調査概要

本研究は、河川空間が有する癒し効果について、川沿いに立地する医療・福祉施設の医師、理学療法士などの医療・福祉関係者を対象とし、期待とその効果の内容、癒し効果を受けるための河川空間の空間的要件を調査した。また、入院患者及びその介護者から、病室から見える川の利用に対する意識について調査した。さらに医療・福祉関係者及び入院患者・介護者に加え、川沿いの町内に住む一般住民を対象とし、河川空間での活動を補助するツールについて調査した。

配布・回収状況について表－1に示す。

表－1 配布・回収状況

医療・福祉関係者：配布数 150 回収数 135（回収率90％）				
	医療関係	福祉関係	不 明	合 計
回答数(人)	69	36	30	135
構成(%)	51.1	26.7	22.2	100
入院患者・介護者：配布数 230 回収数 192（回収率83％）				
	入院患者本人	付添い・介護人	不 明	合 計
回答数(人)	172	18	2	192
構成(%)	89.6	9.4	1.0	100
一般住民用：配布数 400 回収数 155（回収率39％）				
	子吉川流域	雄物川流域	不 明	合 計
回答数(人)	81	72	2	155
構成(%)	52.2	46.5	1.3	100

3. 調査結果

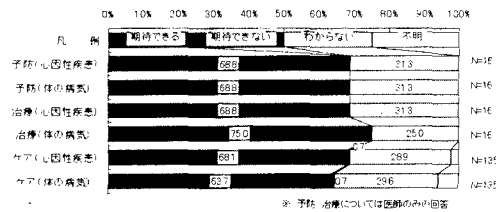
1) 河川空間の癒し効果への期待

①河川空間で期待される癒し効果

河川空間やそこでの活動による心因性疾患、体の病気への補助的効果について、予防及び治療の段階を医師、ケアをすべての医療・福祉関係者を対象に調査した結果を図－1に示す。

河川空間やそこでの活動により、心因性疾患及び身体の病気に対する各段階における補助的効果への期待として約7割が「期待できる」としている。河川空間は心因性疾患身体の病気に対し予防、治療、ケアの各段階において補助的効果があるとうかがえる。

また、効果の内容について表－2に整理する。河川空間及びそこでの活動は社会的、入院・治療中、リハビリ時などのストレスを解消させ、意欲の向上や情緒安定に寄与する。さらに免疫力の向上、痴呆への効果、生活習慣病、骨粗鬆症への効果が期待できる。



図－1 河川空間が有する癒し効果への期待

表－2 癒し効果の内容

	心因性疾患	身体の病気
予防	・ストレスの解消 ・リラクゼーション効果 ・情緒の安定 ・明日へ生きる力が湧く	・生活習慣病の予防 ・ストレス解消による肉体的効果 ・肥満の予防 ・骨粗鬆症の予防 ・運動不足の解消
治療	・精神療法（情緒の安定） ・気持ちの転換（治療意欲向上） ・共に生きることへの実感	・筋力訓練 ・病室ストレスの開放 ・骨粗鬆症の予防
ケア	・リフレッシュ、情緒安定等 ・抗うつ効果 ・免疫の向上 ・高齢者の記憶を戻す（四季を感じることにによる）	・運動障害者の訓練 ・筋力維持、骨量の維持 ・社会復帰意欲の向上 ・体を動かすきっかけ

※本設問は、自由回答であり、表はキーワード的に抽出整理したものである。

②癒し効果の享受に向けた空間的要件

癒し効果に向けての河川空間の空間的要件について表－3に整理する。

すべてに共通して自然や川を見る、聞く、触れることができることなどへの意見が多い。河川空間の癒し効果を受けるためには、まず「場」そのものが「自然豊かであること」が求められ、束縛されずに自由に活動し開放感を感じることが必要である。

表－3 癒し効果に向けての空間的要件

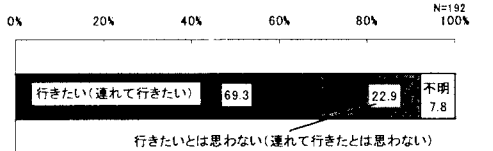
段階	心因性疾患	身体性疾患
予防	・広い空間、自然に身を置く ・散策する道 ・休憩するベンチ、木陰 ・見る、水音を聞く、手で水をすくう ・緩運動ができる	・散策する道（1万歩歩く1分～2分） ・自然に親しむ ・適度な運動ができること ・自由に出入る芝生（ソフト運動） ・階段、坂道
治療	・交流できる空間 ・散策 ・一人でいられる空間 ・自然に親しむ ・水上散歩（舟着で） ・癒しの音楽が聴ける	・散策する道（車いす散歩など） ・リハビリ、運動できる場所 ・階段、坂道 ・自然に親しむ
ケア	・自然に親しむ ・散策できる ・植物の成長を鑑み（花壇） ・地域の人との交流 ・自由に安全に行動できること ・川に入る、せせらぎの音 ・小グループで食事 ・静かな空間づくり ・まれである	・他者との交流が促される場 ・散策、散歩 ・見る、聞く、触れる、嗅ぐ楽しみができること ・安全、清潔 ・障害を持った人が積極的に活動できる設備 ・開放的な空間を創出する

※本図は、自由回答であり、表はキーワード的に抽出整理したものである。

2) 川の利用に向けた要望（入院患者・介護者）

入院患者に対し、病室から見える川の利用要望について図－2に示す。

「川に行きたい（連れて行きたい）」と約7割の人が回答しており、入院患者・介護者は、入院中の病室から見える川の利用意識が高く、病院からの河川空間へのアクセスの確保が必要である。



図－2 川の利用に向けた要望（入院患者・介護者）

3) 利用補助ツールへの要望

医療・福祉関係者、入院患者・介護者及び一般住民に対し、河川空間での活動を補助するために求められるツールについて、調査対象者別に上位5位を整理した結果を表－4に示す。

全体的な傾向として「転んでもけがの少ない芝生広場」「病院等から堤防までの通路」「歩いた距離がわかる散策路」の整備が求められる。各調査結果で特徴的な回答としては、入院患者からの回答では「高齢者、障害者などの利用に向けた補助ボランティア」医療・福祉関係者から「水に直接触れられるところ」などへ

の回答が高く見られた。

表－4 利用補助ツールへの要望（上位5位）

順位	医療・福祉関係者	入院患者・介護者	一般住民
第1位	○転んでもけがの少ない芝生広場	○転んでもけがの少ない芝生広場	○病院等から堤防までの通路
第2位	○川まで降りられる通路と駐車場	○病院等から堤防までの通路	○川まで降りられる通路と駐車場
第3位	○水に直接触れられたり、足をひたしたりできるための階段や池の整備	○川まで降りられる通路と駐車場	○花壇などの設置
第4位	○歩いた距離がわかるような距離の表示	○車椅子、障害者などの利用に向けた利用補助ボランティアの紹介制度	○歩いた距離がわかるような距離の表示
第5位	○花壇などの設置	○花壇などの設置	○水泳や水遊びができる場所、安全な場所の表示や案内制度

4. まとめ

本研究により、河川空間は予防、治療、ケアの各段階において補助効果が期待されていることが明らかとなった。また、入院患者・介護者は川の利用に対する要望が高いことも明らかとなった。さらに、アンケート調査結果を基に、河川空間の癒し効果を享受するための施策について整理すると表－5の通りとなる。

表－5 癒し効果を受けるための整備項目

	癒しを享受するためのソフト、ハード施策
癒しの川にむけた整備項目	公園的な整備項目：トイレ、水飲みなどの便益施設、芝生の広場 木陰やベンチの設置 病院から河川敷までの通路 歩いた距離が分かる散策路 水や自然と親しむための施設：川沿いの散策路 動物の棲息空間 水に直接触れられることなど 移動のための施設：車いす等でも移動できる通路 駐車場の整備
ソフト施策	・高齢者、障害者等の利用補助ボランティア 活動内容 河川の清掃や高齢者、車いす利用時の補助 話し相手、これまでの経験や個人的知識を用いた「先生」としての協力

これら具体的なハード・ソフト的施策の抽出は「癒しの川」に向けた具体施策の一つの方向性を示すものであり、今後実際の川づくりでの適用による「癒しの川」の創出とその実践、さらに効果の定量的な検証が求められる。

謝辞

本研究実施に向け協力と適切な助言を頂いた「癒しの川づくり懇談会」の委員の方々にに対し、ここに謝意を表す。