

【本件リリース先】
文部科学記者会、科学記者会、
広島大学関係報道機関

NEWS RELEASE



広島大学



鹿児島県 錦江町
KINKO TOWN

平成 29 年 5 月 25 日

鹿児島県錦江町

国立大学法人広島大学

記者説明会（6月1日11時・広島）のご案内

鹿児島県錦江（きんこう）町と国立大学法人広島大学
都市部のIT企業社員を対象とした田舎オフィス勤務でのメンタル
ヘルス変化検証に関する共同研究記者説明会のお知らせ

厳しい過疎状態を逆手に取り、町の未来づくりに積極的に取り組んでいる鹿児島県錦江町（町長：楠元 忠洋）とスーパーグローバル大学創成支援事業タイプA（トップ型）13大学の1つに中国四国地方で唯一採択されている広島大学（学長：越智 光夫）は、学官連携体制にて共同研究を行うことで合意しました。

都市部のIT系企業従事者を調査対象者とし、ストレスによって左右される『心理的・生理的負荷』及び『作業能率』について、都市部のオフィスと錦江町のサテライトオフィス勤務時における比較調査、効果分析及びワークライフバランスに適したサテライトオフィスづくりや田舎でのワークスタイルに関し共同で研究を行っていくものです。

錦江町は、平成28年に総務省『お試しサテライトオフィス』事業に採択されました。本共同研究は、その採択を受けて実施するものであり、現在のところこのような科学的検証や研究は国内では非常に少なく、政府が推進する地方創生（都市部住民による地方への移住）や働き方改革（ワークライフバランスを重視した勤務形態）促進政策への有効な提言となり得るものと確信しており、社会的使命を強く意識しながら共同研究を進めて参ります。

※本稿において「サテライトオフィス」とは、「企業等が本拠から離れたところに設置する遠隔勤務のためのオフィス」を意味します。

～報道発表会見の概要～

1. 日 時：平成29年6月1日（木） 11時から
2. 場 所：広島大学 霞キャンパス 臨床管理棟3階 3F1会議室
3. 出席者：錦江町
町長 楠元 忠洋
広島大学大学院医歯薬保健学研究所
教授 小林 敏生
4. 発表内容
楠元 忠洋 と 小林 敏生 による共同研究締結に関する報告
5. 参考資料
・参考資料1 : 錦江町及び広島大学の特徴
・参考資料2 : 共同研究概要
・参考資料3 : 総務省お試しサテライトオフィス事業概要

【共同研究に関するお問い合わせ先】

広島大学大学院医歯薬保健学研究科 保健学専攻
看護開発科学講座 健康開発科学 教授 小林 敏生
Tel : 082-257-5345
E-mail : tkobaya@hiroshima-u.ac.jp

錦江町役場 地方創生担当総括監 吉田 秀政
Tel : 0994-25-1001
E-mail : yoshida@kinko-mirai.com

【記者説明会に関するお問い合わせ先】

広島大学財務・総務室広報部広報グループ 坂本 晃一
Tel : 082-424-6762 FAX : 082-424-6040
E-mail : koho@office.hiroshima-u.ac.jp

錦江町役場 政策企画課 壺崎 浩二
Tel : 0994-22-3032 FAX : 0994-22-1951
E-mail : seisaku@town.kinko.lg.jp

錦江町及び広島大学の特徴

1. 鹿児島県錦江町について

錦江町は鹿児島県の大隅半島南部に位置しており、人口は7,902人（4月1日現在）です。

2005年（平成17年）に、旧大根占（おおねじめ）町と旧田代町が市町村合併して錦江町となりました。かつてはお茶とたばこを主力に栽培されていましたが、現在は園芸や畜産が盛んです。

多様で豊かな自然を有する本町の海岸エリアでは、目の前に雄大な桜島や開聞岳をのぞみ、日本一の夕景が展望できます。また、山間エリアでは、島津斉彬公がこよなく愛した珍しい石畳みのある花（はな）瀬（ぜ）川、マイナスイオンたっぷりの神川（かみかわ）大滝などを有します。

町民性は『義理堅く、温厚』であり、昔から多くの移住者を柔らかく受入れてきました。

2. 国立大学法人広島大学について

広島大学は、11学部11研究科1附置研究所及び大学病院等を擁するわが国屈指の総合研究大学です。単一校地としては国内3位の広さを誇るキャンパスは、約70か国・地域から1,451人（2016年11月1日現在）の外国人留学生を含む総計約15,000人の学生が集い、豊かな多文化共生空間を形成しています。

2013年に文部科学省の「研究大学強化促進事業」の支援機関22機関、2014年には「スーパーグローバル大学創成支援事業」タイプA（トップ型）の13大学に採択されるなど、改革と国際化が進むキャンパス環境は国内でも屈指であり、宇宙科学分野など卓越した研究力で国内外から注目を集めています。教育力でも1年生のときから短期留学する「STARTプログラム」など、グローバル化を見据えています。

「100年後にも世界で光り輝く広島大学」であるために、教育力と研究力の強化を大学改革の両輪とし、徹底した国際化を進め世界トップ100入りを目指しています。

3. 錦江町の取組み ～錦江町『MIRAI』づくりプロジェクトについて～

県内有数の『厳しい過疎状態』を逆にとり、子や孫に希望あふれる『未来』を創り繋ぐため、積極的に住民参加型まちづくりに取り組む当町では、平成28年度に同町初となる地方創生担当統括監（特別職）に、『広島県安芸太田町観光協会前常務理事の吉田 秀政氏』を招へいしたほか、平成29年度には同氏が中心となり、海外や全国各地での豊富な実践経験を有し、高い志を有する者を地域活性化プロデューサーやディレクターとして7名採用しました。本年4月には未来づくりに特化した集団《錦江町まち・ひと・『MIRAI』創生協議会事務局》を立ち上げ、町民や役場と共に未来づくりプロジェクトに着手しました。

なお、本研究は『MIRAI づくりプロジェクト』の一環として位置づけています。

4. 広島大学健康開発科学研究室の取組み

～健康ツーリズムを利用した健康の「まちづくり」研究について～

大学院医歯薬保健学研究科健康開発科学研究室では、個人の疾病の予防や健康増進に加えて集団レベルの健康、さらにはヘルスプロモーションやQOL（Quality of Life）に関する研究に取り組んでいます。

近年、健康の保持増進のためには、観光・娯楽活動、経済活動など、健康行動以外の生活行動も、個人や集団の健康やQOLの向上をもたらすことが示されています。なかでも森林や海洋などの豊かな自然環境の中で、健康づくりや観光・経済活動などを総合的に実践することで健康やQOLの増進を目指す、健康ツーリズムや森林セラピーが注目されています。

我々は広島県安芸太田町と共同して、森林セラピーを活用した健康ツーリズム研究を実施し、自然や森林環境における滞在がもたらす生理・心理的効果、ならびにQOLへの影響について検討を行っています。これまでに血圧や抑うつ傾向の改善、自律神経バランスの適正化、ストレスホルモン（唾液中のコルチゾルやアミラーゼ濃度）の減少、健康関連QOLの改善などを認めています。

都市部の IT 企業社員を対象とした田舎オフィス勤務でのメンタルヘルス変化検証に関する共同研究概要

1 研究の名称(研究課題名)

IT 企業社員を対象とした滞在型転地勤務に伴う健康改善効果の検討

2 研究の実施体制(研究機関の名称及び研究者等の氏名を含む。)

・研究責任者：小林 敏生

所属 広島大学大学院医歯薬保健学研究科健康開発科学 職名 教授

・研究担当者

助教 氏名 田淵 啓二

事務補佐員 氏名 古屋敷 明美

契約一般職員 氏名 宋 美萱

教育 研究補助 職員 氏名 八橋 孝介

所属 鹿児島県錦江町 職名 地方創生担当統括監 氏名 吉田 秀政

・共同研究者

鹿児島県錦江町 政策企画課 課長 氏名 池之上 和隆

3 研究の目的及び意義

本研究では総務省のモデル事業として鹿児島県錦江町が実施する「サテライトオフィスにおける試験的勤務」に参加した IT 企業社員を対象者とし、海と山に囲まれた自然環境下に転地滞在して勤務することで生じると予想される、生理・心理的变化、生活リズムの変化、疲労回復、ストレス低減効果などの評価を行うことを目的とする。

社会環境が厳しさを増す今日、過重労働による健康障害 がクローズアップされる中で、働き盛りの労働者のメンタルヘルスの保持増進のための対策樹立は喫緊の課題となっている。

特に恒常的に高いストレスを抱える IT 企業に勤務する労働者にとって、帰宅後や休日にリラックスして過ごし、ワークライフバランスを保つこと。すなわち余暇時間の有効活用や気晴らしが健康保持増進のためには重要である。

その中でも近年、余暇を利用した健康ツーリズムの健康増進効果が注目されている。健康ツーリズムについては明確な定義は確立されていないが、自然環境に身をおき、運動・栄養・休養の健康行動に加えて観光行動や交通行動を総合的に実践することで、個人および集団の健康や QOL の保持増進を目指すものとされている。

日本ヘルスツーリズム振興機構によるヘルスツーリズムの定義(2014)では「健康・未病・病気の方、また老人・成人から子供まですべての人々に対して科学的根拠に基づく健康増進(Evidence Based Health)を理念に旅をきっかけに健康保持増進、疾病予防・回復に寄与する旅行」とされている。

研究者らはこれまでに、海外への転地による健康ツーリズムおよび日帰り型や滞在型の森林セラピーの健康影響について 検討し、心理的・生理的改善効果を認めている。

具体的には健康ツーリズムによる生理・心理反応 として、ストレスの低減効果や抑うつ傾向の改善効果を確認しており、健康ツーリズムによる心身の健康保持増進効果について科学的根拠の提供が可能な状況にある。

今回は都内の IT 企業に勤務する労働者が、錦江町のサテライトオフィスに転地して 10 日～14 日間程度の試験的勤務を行い、その間の業務効率および心理的・生理的变化を検討する。

IT 企業の労働者におけるサテライトオフィスでの転地勤務の健康増進効果についての研究はこれまでに見当たらず、本研究にて科学的根拠のあるデータが得られれば意義深いと考えられる。得られた結果をまとめて学会発表および論文執筆を行う予定である。

4 研究の科学的合理性の根拠（国内外での類似研究の概要及び見解）

ヘルスツーリズムによる健康保持増進効果については、メタボリックシンドロームの予防・改善の見地からも生化学的データや身体組成値の改善などが報告されており、我が国においても海洋や森林の自然環境がもたらす健康維持・回復に関するランダム化比較試験（RCT）（本村 他, 2009, Li, 2013）やレビュー論文（Kamioka et al., 2012）がある。また、多くの介入研究が実施されており、身体的・精神的・社会的な健康状態の改善や QOL の向上が示されている（荒川, 2010, 古屋敷 他, 2016）。

また、健康ツーリズムの一環として実施されている森林資源を利用した森林セラピーにおいても血圧や交感神経活動の低下、ストレスホルモンの減少、ポジティブ感情の増加や QOL の向上などの生理・心理学的な根拠が示されている（大井ら, 2009, Lee et al., 2011, Mao et al., 2012, Li, 2013）。

一方、人工的な都市環境は心身症を発症しやすく自然に触れることで心身が回復することや（Ulrich, 1983, Kaplan, 1989）、都市生活者に対して緑を含む自然環境整備の必要性が指摘されている（Herg, et al., 2007, Jolanda, et al., 2006）。

以上、ツーリズムや休暇によるリゾート地や温泉地における滞在がその後の生活満足度、健康感、メンタルヘルスに好影響を与える報告（Jennifer, et al., 2010, Mohammed, et al., 2011, 王ら, 2006）は認めるものの、本研究のように転地によるサテライトオフィス勤務がもたらす健康改善効果に関する研究は見当たらない。

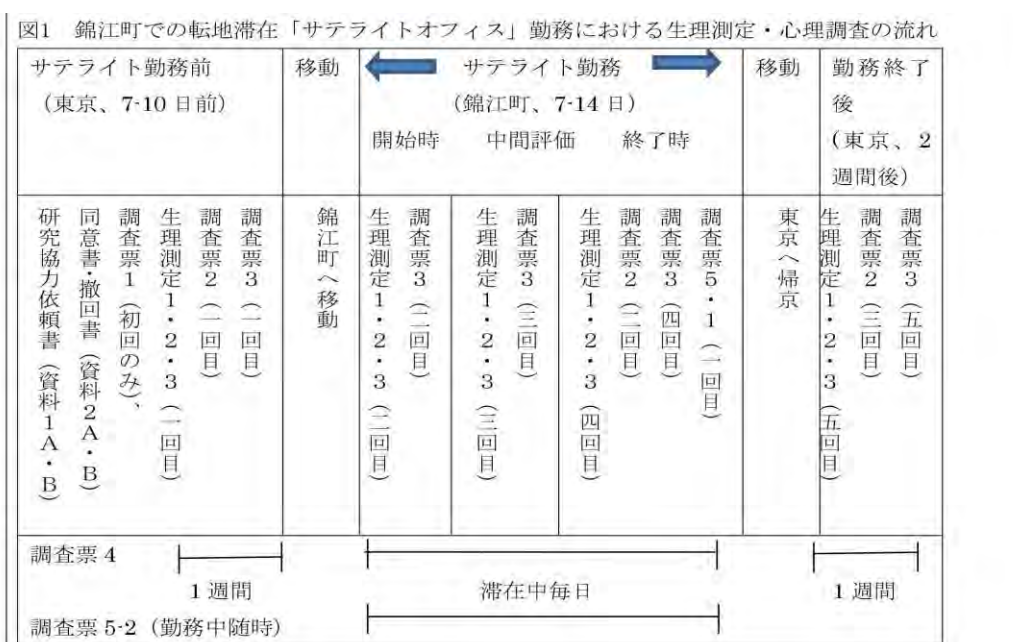
今回のサテライトオフィス勤務は直接的な健康ツーリズムとは異なるものの、IT 企業に勤務する労働者がサテライトオフィスに転地して勤務を実施することで、日常の都会の高ストレスから解放され心身ともにリラックスでき、作業能力にも好影響を与えることが期待される。

5 研究調査及び測定方法概要

本研究では研究協力に同意の得られた者を対象として心理調査と生理測定を実施する。

現在最終調整中であるが、概要としては、①サテライトオフィス勤務前（都市部、7～10 日前）、②サテライトオフィス勤務（錦江町、7～14 日間）開始時・中間・終了時、③サテライトオフィス勤務終了後（都市部、2 週間後）の 3 回～5 回での心理調査と生理測定について対面聞き取り、アンケート調査、日誌による自己申告、ウェアラブル機材による測定などを組み合わせで実施予定である。

以下、図 1 にモデル事業「お試しサテライトオフィス勤務」への参加実施および効果評価の流れを示した。



総務省お試しサテライトオフィス事業概要

サテライトオフィスについて

<働き方改革における政府の動き>

平成28年6月に「ニッポン一億総活躍プラン」が閣議決定され、同年9月には、内閣官房に「働き方革新実現推進室」が設置されました。多様な働き方を可能とする「働き方改革」は、**我が国で大きく注目を浴びています。**

※「働き方改革」…従業員の多様な働き方（テレワーク、兼業副業など）を推進し、労働参加率の向上やワーク・ライフ・バランスの実現などを目的としている。

働き方改革の一つの手段としてICTを活用して時間・場所の制約に縛られずに仕事をすることを可能とする柔軟な働き方のことをテレワーク（tele+work）と呼んでいます。

育児や介護などで通勤が困難な人や、顧客先を回る営業職などでオフィスにいる時間が限られている人などに適している働き方であり、テレワークの例として下記のようなものを挙げるができます。

- ①**在宅勤務**：自宅で電話やパソコン等を用いて連絡を取りながら働く働き方
- ②**モバイルワーク**：顧客先や移動中などにパソコンや携帯を使いながら働く働き方
- ③**サテライトオフィス勤務**：本社から離れたところに設置した遠隔勤務のためのオフィスでの勤務

お試しサテライトオフィスとは

総務省では、地方でのサテライトオフィス開設が進むよう、地方公共団体が行うサテライトオフィス誘致事業を国費により支援する「お試しサテライトオフィス」事業を実施しています。

平成28年度は10団体のモデル地方公共団体（※）を採択しました。これらの団体では、今後、平成29年度にかけて、ICT環境を整えたワークスペースを準備し、企業の皆様の「お試し勤務」を募集します。

- 地方で優秀な人材を確保したい、社員の二地域居住の働き方を進めたい
- 地場の行政・優良企業と連携したい、地方の資源を活用して事業を行いたい
- オフィス賃料等のコストダウンを図りたい
- 社員の人材力活性化のツールとして、研修事業等を地方で行いたい
- 事業継続が難しくなるような災害や感染症等突発的なリスクに備えたい

※平成28年度のモデル地方公共団体

青森県弘前市、秋田県大館市、千葉県銚子市、新潟県南魚沼市、福井県鯖江市、京都府京丹後市、島根県松江市、山口県、徳島県、鹿児島県錦江町

※平成29年度も追加でモデル地方公共団体を選定する予定



(別紙)

【FAX返信用紙】

Fax：082-424-6040

広島大学財務・総務室広報部広報グループ 行

記者説明会（6月1日11時・広島）のご案内

鹿児島県錦江（きんこう）町と国立大学法人広島大学
IT企業社員を対象とした田舎オフィス勤務でのメンタル
ヘルス変化に関する共同研究記者説明会のお知らせ

日時：平成29年6月1日（木） 11時から

場所：広島大学 霞キャンパス 臨床管理棟3階 3F1会議室

出席者：錦江町 町長 楠元 忠洋

広島大学大学院医歯薬学研究科 教授 小林 敏生

ご出席

ご欠席

貴社名 _____

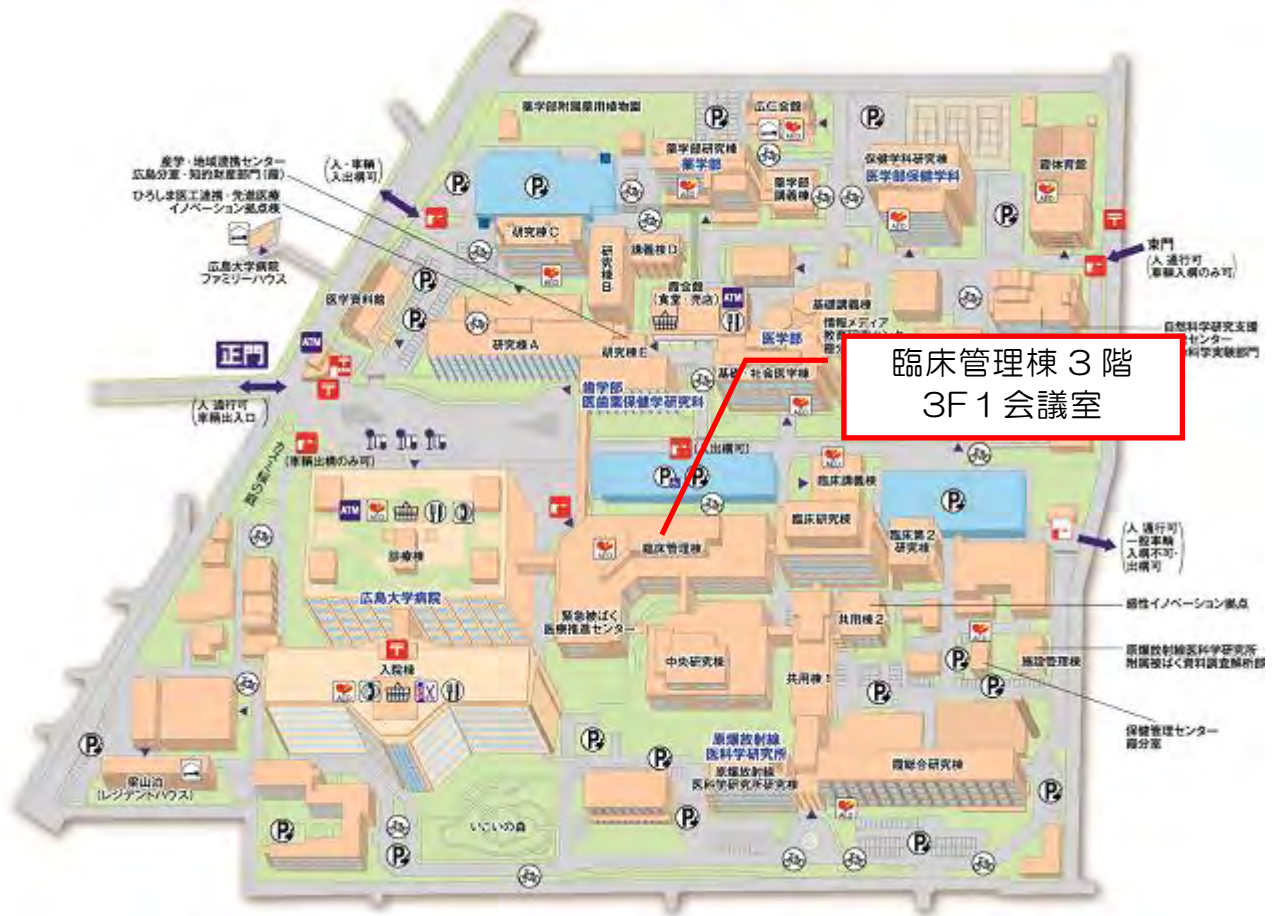
部署名 _____

ご芳名 _____ (計 名)

電話番号 _____

※お手数ですが準備の都合上、出席予定の報道機関の方は上記にご記入頂き、
5月31日（水）10：00までにご連絡ください。

発信枚数：A4版8枚（本票含む）



臨床管理棟 3階
3F1 会議室