慶應義塾大学医療系三学部合同特別実習
みなかみ町地域診断実習活動報告書

【実習期間】

8月19日～8月25日

【班員構成】

慶應義塾大学医学部2年　永田みのり

慶應義塾大学薬学部6年　井上真理

慶應義塾大学看護医療学部1年　伊藤真由

群馬大学医学部5年　内山夏鈴

ファシリテーター

慶應義塾大学病院卒後臨床研修センター　村上太朗

【目次】

1. 実習概要 **3**
1.1. 要旨 3
1.2. スケジュール 3
2. 事前準備 **6**
2.1. 地域情報の収集 6
2.1.1. 医療 6
2.1.2. 教育 6
2.1.3. 自然環境 6
2.1.4. 移住 7
2.1.5. 観光 7
2.1.6. 交通 7
2.1.7. 施設状況 7
2.2 仮説 7
3. みなかみでの現地実習 **9**
3.1. みなかみ町行政職懇談会 9
3.2. 水上小学校 13
3.3. ゲストハウスandコワーキングほとり 15
3.4. 利根中央病院患者送迎同行 16
3.5. 利根中央病院外来 17
3.6. 巡回診療見学 17
3.7. 訪問看護 18
3.8. 湯宿地区：たくみの里、ね 19
3.9. 谷川岳ヨッホ by 星野リゾート 19
3.10. Walk on Water（ブックカフェ） 20
3.11. みなかみ廃墟再生プロジェクト 21
3.12. 茂木 法志さん 22
3.13. 救急搬送症例検討会 23
3.14. オプショナルツアー 23
4. アクションプラン **24**
5. 発表会資料 **25**
6. 各参加者の学び **30**
6.1. 永田みのり（慶應医学部2年） 30
6.2. 井上真理（慶應薬学部6年） 30
6.3. 伊藤真由（慶應看護医療学部1年） 30
6.4. 内山夏鈴（群大医学部5年） 31
7. 謝辞 **32**

1. 実習概要

1.1. 要旨

2024年８月19日から ８月31日にかけて、医学部、看護学部、薬学部の学生を対象とした医療系三学部合同地域診断実習が実施された。2022年度にスタートした本実習は、地域診断を通じて地域をみる視点や多職種連携能力を養うことを目的としている。今年度は、稚内市、みなかみ町、美濃市（現地実習は台風により延期し、2025年2月24日から2月28日にかけて実施）の３地域を舞台に、複数のグループに分かれて実習が行われた。

みなかみ町の地域診断には、慶應義塾大学の医学部・薬学部・看護医療学部、群馬大学医学部の学生計4人が参加した。事前学習の活動は6月から始まり、8月19日から8月25日にかけて現地実習を行った。8月23日には、住民の方に向けて成果発表会を行った。本活動報告書では、みなかみグループの活動について報告する。

1.2. スケジュール

以下に事前学習から現地実習までのスケジュール表を掲載する。

2024/5/23	全体キックオフミーティング ● 地域診断とは ● 今後の活動の流れ
2024/6/10	みなかみミーティング①　@zoom ● 自己紹介 ● 模擬地域診断ワークショップ 信濃町を例に地域診断について考える ● 情報収集の大まかなアイデアだし
2024/6/18	みなかみミーティング②　@zoom ● 収集した情報の共有 ● 情報収集のコツを学ぶ
2024/6/23	みなかみミーティング③　@信濃町 ● さらに深掘りした情報の共有 ● 仮説の立案 ○ 強み・弱みを考える ○ 知りたいことをリストアップ ○ 話を聞きたい人をリストアップ ● 今後の方針決定 ○ 在宅医療、広報の2軸
2024/6/26	地域の方とのミーティング①　@zoom ● 情報収集の共有 ● 取材先や地域の方のご紹介 私たちのプレゼンをもとにお話を伺えそうな地元の方や取材場所を紹介していただく ● 情報収集と実際の現地のギャップ ○ 医療：実は小児専門医はゼロ ○ 気候の比較 ○ 教育 ● 今後の活動に向けたアドバイス ○ オープンハウスの産官学連携、星野リゾートなど

2024/7/2	みなかみミーティング④　@zoom ● 仮説の深掘り 　○ 広報　「広報の取りくみによって人々を受け入れらる町なのではないか」 　○ 在宅医療　「潜在的なニーズがあるのに在宅医療が浸透していないのではないか」
2024/7/20	みなかみミーティング⑤　@zoom ● 各自作成した訪問希望リストの共有 ● 地域の方とのミーティング②に向けた打ち合わせ
2024/7/21	地域の方とのミーティング②　@zoom ● 参加者：慶應メンバー4名、群馬大学2名、鈴木先生、看護師の伊藤さん ● 前回から新たに調べた情報について共有 ● 訪問希望先の共有
2024/7/25	みなかみミーティング⑥　@zoom ● インタビューの優先順位決め
2024/8/15	みなかみミーティング⑦　@zoom ● 質問票の共有 ● インタビューの流れやアドバイス 　○ マナー 　○ メモの取り方 　○ 質問の仕方
2024/8/18	みなかみミーティング⑧　@zoom ● 当日の流れなど直前の確認
実習開始	
2024/8/19	みなかみ町行政職懇談会 ● 人と自然の共生 ● 住民と保健師の距離感の近さ ● 切れ目のない支援（妊娠、子育て） ● 移住者、インバウンドへの期待 水上小学校 ● 水上ハートタイム、地域学習から水上への愛着を！ ● 少子化を手厚い指導を提供できるという強みとして捉える ● スクールバスと肥満の関係 ほとり ● 移住者、地元民、職種など問わず人が集まって語らう場 ● 活動シェア会 ● 住んでてよかったと思える町、子供が戻ってくる街にしたい！という皆さんの思い
2024/8/20	患者さん送迎同行 ● 送迎は不可欠な患者さんの足 ● ドライバーさんとの密な関係性 利根中央病院外来 ● 利根中央病院　2.5次病院

	● 3次病院の役割も担っている最後の砦 巡回診療 ● 利用者が少ないのは知名度がないからではなく、そもそも利用できる人が限られているから（場所、疾患） 訪問看護 ● 法律、制度と患者さんの生活は密に関わりあっている ● 坂が多いなど地理的な負担もあり訪問看護の重要性が高い ● 病院に通院したことをきっかけに始められる方が多い 実習歓迎会
2024/8/21	湯宿地区：たくみの里、ね ● 行政と住民のギャップ：情報が届いていない ● 移住者も一体となった街づくり 谷川ロープーウェイ ● ブランド化 ● 住民と企業の方向性の違い 教員懇談会
2024/8/22	Walk on Water（ブックカフェ） ● 自然にあこがれ移住を決める みなかみ廃墟再生プロジェクト ● 銀行、企業、大学が一体となって街づくり ● 地域の人と一緒に作り上げていく 茂木 法志さん ● ほとり、デイサービス、議員としての活動
2024/8/23	成果発表会 ● ひとを磨く町みなかみで行う”子どもみなかみ教室！” ● 教育、こどもに着目したアクションプラン 救急搬送症例検討会 ● 対応がマニュアル化された都心とは異なり、救命士さんの判断が意味を持つ ● 医療圏の広大さ
2024/8/24	オプショナルツアー ● 土合駅 ● ダム ジビエBBQ ● 診察室を超えた趣味でのつながりと関係性 ● 外から入ってきた人がつくる田舎
2024/8/25	ラフティング ● 夏はラフティング、冬はスキーのアクティビティに富む。色んな働き方がある。

2. 事前準備

2.1. 地域情報の収集

6月から7月にかけて、多角的な視点で地域情報を収集した。以下、項目ごとに分けて調査した内容を述べる。

2.1.1. 医療

医療施設に関して、統計データでは10万人あたりの病院・小児診療所は多く、歯科・薬局は少ないとなっていた。しかし、実際に沼田地域に１つしか小児の専門医はなく、病院で小児を視ることができるのは沼田に２つしかないという。みなかみ町の中でも、赤谷や入須川といった地域は無医地区であり、容易に医療機関を利用することができない地区になっている。75歳以上の１千人あたりの介護施設数は、東京都と比較しても多かった。また、要支援・要介護認定者は年々増加している。これは、急速な高齢化による需要を反映しているのではないかと考えた。地域の健康づくりの取り組みとして健康づくりポイントの制度が運用されている。これは、MINAKAMI HEART Payを使用し、下記の健診の受診や健康教室の受講で、専用アプリまたはカードにポイント付与する制度であり、健康診断・がん健診、健康教室、ウォーキングチャレンジ、禁煙外来治療費助成事業が対象となる。

また、へき地でも素早く医療が届けられるようにふれあい出張や巡回診療車という仕組みも存在する。これは、即時性があるものではなく、通院が困難な高齢者などに対する医療機関であり、簡易的な医療を提供する役割がある。

2.1.2. 教育

自然と触れ合う「木育」を推進しており、誕生祝として地元産の木から作ったカスタネットをプレゼントしている。幼稚園は0園、保育園は3園、小学校は6校、中学校は4校、高校は1校、大学は0校である。幼稚園、保育園に関して、令和元年10月1日から、3歳から5歳までの幼稚園、保育所、認定こども園などを利用する子どもたちの利用料が無償化されている。小学校に関して、群馬県の１市区町村あたりの小学校数は平均303/35＝8.5校であり、東京都の１市区町村あたりの小学校数は平均1323/62＝21.34校であることを踏まえるとその少なさがわかる。中学、高校も同様に東京に比べて１市区町村あたりの数が圧倒的に少ないと言える。

2.1.3. 自然環境

谷川連峰は越後山脈に属する日本の中央分水嶺の一部であるため、みなかみ町は、日本海側と太平洋側の気象条件の移行帯となっている。おなじみなかみ町でも北部と南部では気温、降水・積雪量、日照時間などに大きな違いがあり、四季の変化が感じられる町である。雪がとけて川に流れだす春にはラフティング、降雪量が多い冬ではスキーなど気候に合わせたアクティビティが行われている他、利根川の源流であるなど豊かな水や気象を活用したリンゴなどの果樹、お米などの農作物も生産されている。地形地質も多様であり、北部では豪雪地帯特有の周氷河地形や険しい岩壁などが見られる。温泉資源にも恵まれており、宿泊地を伴う温泉が18個（みなかみ18湯）、日帰りの温泉も含めるとより多くの温泉がある。

2.1.4. 移住

みなかみ町は、東京駅から上越線で最短63分しかかからないなど都心部からのアクセスが良好である。近年移住者も増加しており、2019年度は9人4組が移住したのに対し、2022年は46人24組が移住するなどその数は約5倍に増加している。

その背景の一つにみなかみの豊かな自然環境があると考えられる。春、夏はラフティング、冬はスキーを楽しむことができる。こうしたアクティビティや、良質な水資源に惹かれて移住する人も多いという。テレワーキングスペースやコワーキングスペースなども町内に存在している。また、移住ガイドブックも発行されており、みなかみ町についての良い点のみならず悪い点も含めて赤裸々にみなかみでの生活が語られている。こうした情報発信が本気で移住を考える人に届き、移住者の増加につながっているのではないかとも考察できる。

2.1.5. 観光

みなかみには、温泉地、スキー場、登山・ロッククライミング、ラフティング・カヌー、自然景観（山岳、森林、河川、夜の光）、観光農業、文化財（石器、縄文時代の住居など）、三国街道（大仏、野仏など）、工芸（ガラス、陶芸）など、様々な観光資源が存在している。特に名が知られているのはみなかみ18湯であり、日帰り温泉施設も充実している。四季を感じることができる観光名所も多く、秋には谷川岳ロープーウェイから美しい紅葉を見ることができる。

年別観光客の推移に着目すると、宿泊を伴う観光客が減少しており、日帰りが多くなっている。東京からのアクセスの良さが日帰りの多さを増やしているのではないかと考察した。月別の観光客数は夏休みの8月、紅葉シーズンの10月、スキーシーズン（温泉シーズン）の1月2月が多くなっている。観光の満足度に関しては移動の満足度が低く、みなかみ町の二次交通不足に起因すると考えられる。観光客数は群馬県全体でも減っており、みなかみ町に訪れる人も年々減少している。インスタグラムやLINEを通じてクーポン配布や観光名所紹介などを行っており、ポップな宣伝が印象的だった。

2.1.6. 交通

みなかみ町内は二次交通が発達しておらず、1人につき車一台といったような車社会である。上越線、関越交通によるバス、デマンドバスが運行されているが、都市部と比べて圧倒的に本数が少ない。

2.1.7. 施設状況

みなかみ町の豊かな自然資源を紹介する資料館として谷川岳山岳資料館があり、谷川岳を中心とした山岳資料を展示している。美術館としては、建築家・吉村順三の遺作となった美術館である天一美術館、月夜野びーどろパークグラスアート美術館などがある。与謝野晶子の歌が展示されている三国路与謝野晶子紀行文学館もある。

須川平に位置し、4集落からなるたくみの里は観光スポットとなっている。ものづくり体験（染物、木工、木のおもちゃなど）や飲食店（地元の食材を使った定食、スイーツ）、おみやげショップが備えられている。オープンハウスの子会社が運営する群馬みなかみほうだいぎキャンプ場は、標高1000mに位置する群馬県最大級のキャンプ場で、避暑地やスキーで知られる。

2.2 仮説

上記の事前調査をもとに、我々は医療と広報（情報発信）についてそれぞれ仮説を立てた。まず、医療に関して、潜在的なニーズがあるのにも関わらず在宅医療が浸透していないのではないかという仮説を立てた。なぜなら、最期を家で過ごしたいと願う住民が多いとい

うデータに対し、在宅医療の浸透率が低いからである。在宅医療が浸透していない理由が、ただ需要がないだけなのか、それともニーズはあるのにも関わらず医師不足などの理由で浸透していないのか、現地のフィールドワークで検証していきたい。

次に、広報に関して、広報の取り組みによって人々を受け入れられる町なのではないか、という仮説を立てた。その中でも移住者や観光客に向けた広報が充実しており、ポップでかわいくみなかみ町の魅力が伝わりやすい情報発信ができているのではないかと考えた。一方で、地元住民、特に高齢者に対しては生活に必要な情報があまり届いていないのではないかとも考えた。インターネットを介した情報発信は行われているものの、それと比較して紙媒体での情報発信が行われていないのではないかと考えたからである。

以上の仮説を検証するためにインタビュー先の候補をあげ、最終的なインタビュー先を決定した。

3. みなかみでの現地実習

3.1. みなかみ町行政職懇談会

実施日：2024年8月19日
・みなかみ町長　阿部賢一さん
・子育て健康課　入澤さん
・子育て健康課　増田さん
・子育て課長課　中島さん
・子育て健康課　林さん
・みなかみ町観光協会　永井さん
・みなかみ町観光協会　鈴木さん
・みなかみ町社会福祉協議会　佐藤さん
・総務課　阿部さん
・まちづくり協議会　須田さん

- 町長様からのお話：阿部賢一さん

みなかみ町を含む群馬県の山間部では、病院受診などを我慢した結果、受診が遅れ、症状が進行してしまうことがある。住民の多くは車を所有しており、一家で4台という例もある。通院には車が不可欠であり、開業医の中には保険適用外であっても自費で送迎を行っている場合もある。移動手段の確保が、地域医療を維持する上で重要である。

【活動やその目的】

- 子育て・健康分野の取り組み（子育て健康課・保健師）

町では、人と自然がうまく共生することを目的とする木育の一環として、カスタネットやラトルを渡す取り組みが行われている。みなかみ町はカスタネットが日本で最初に作られた場所として知られ、名前や体重をカスタネットに刻むという記念品を贈る取り組みが行われている。

近年、出生数は減少を続けており、昨年度の出生数は59人であった。このような小さい規模であることで、保健師が全家庭を把握でき、切れ目のない継続的な支援が可能となっている。また、町では不妊治療や妊娠、出産から成人後の支援まで、社会福祉協議会などと連携し、横のつながりを活かした支援を行っている。さらに、町に移住してくる外国籍の方々も増えており、外国籍の方が旅館に勤務する外国籍の方がそこで赤ちゃんを出産するケースがある。子育てのハードルとなる言語の壁に対しては、外国語版の母子手帳や健康診断アンケートの提供や翻訳アプリの活用によって対応している。外国籍の方の中には、日本語を学んでから来ることもあるため、完全にコミュニケーションが取れないということはない。

- 観光分野の取り組み（観光協会）

町では、ラインやインスタグラムなどのSNSを活用したデジタルマーケティングを進めている。ターゲットは若い人、特に20、30代の女性で、認知度が弱い部分もあるが、リピーターが多いことが実証されている。みなかみ町には、草津山や湯畑のように名所がまとまっている場所はないが、四季折々多くの観光資源がある。そうした豊富な観光資源や、東京からのアクセスの良さ、地震の少なさなど、みなかみ町の良さを伝えたいと考えている。

加えて、電子通貨やふるさと納税の導入が進められている。コロナの3～4年間で観光客が減少したため、これまで観光の入れ込みを重要視していたものを一人あたりの消費単価を上げる方向にシフトした。さらに、国からの交付金を活用し、宿泊施設の整備や改善が進められている。予算規模は43億円で、そのうち23億円が補助金として支給されている。国内の観光市場は少子高齢化により縮小傾向にあるため、今後はインバウンド誘致に力を入れていく予定だ。しかし、草津や伊香保などの有名な温泉地は観光資源が一つの場所に集中しているのに対し、みなかみ町は面積が広い観光地が多く、観光資源や客が分散してしまうという課題がある。これを解決するために、「温泉18」というネーミングで町内の温泉をブランド化し、意識づけすることを目指している。

また、ユネスコエコパークの推進活動も行われており、人と自然が共生することを目指している。単に自然を守るだけでなく、温泉をはじめとする地域資源を活用し、観光を通じて自然と調和した暮らしを提案している。みなかみ町は2017年にユネスコエコパークに登録された。世界遺産とは異なり、ユネスコエコパークの概念が理解されにくいこともあった。しかし、このエコパークは環境だけでなく、教育や観光、農業体験など、さまざまな面で地域の活性化を促進することを目的としている。

- 社会福祉分野の取り組み（社会福祉協議会）

全町民がターゲットとなる生活支援の仕事が進められてきた。かつては、寝たきりの高齢者が8～9人と数えられるほどの状況で、訪問入浴やデイサービスも存在しなかった。しかし、平成8年には、地方の高齢者や認知症患者が増加し、その対応としてデイサービスの設置が決まった。福祉とは、普段の生活における幸せを支えることである。役場は制度によってそれを行うが、社会福祉協議会は地域の皆さんが支え合うことを目的としており、制度では対応できない部分を補完している。地域住民が積極的に参加する組織として、地域福祉の役割を果たしてきた。

2000年になると介護保険制度が導入され、介護を担う事業所が増えてきた。しかし、制度化された介護サービスが充実してきたことで、福祉協議会の使命は次第に薄れていった。デイサービスや介護支援専門員、ホームヘルパーといったサービスが制度に組み込まれ、福祉協議会は、これらの制度をどのように運営していくかに悩むことが多くなった。その一方で、生活困窮者が目立つようになり、就職できない、生活が困難、家を失ったという人々が増えてきた。また、引きこもりや不登校といった問題も顕著になった。これに対応するために、生活困窮者支援のための自立支援法が制定され、行政と協力して支援の体制を築いていった。かつては福祉と介護が中心だったが、現在は相談支援がその中心となっている。高齢化率が40%を越えた現在でも、元気な高齢者には働いてもらい、地域社会の力を活用している。

- 広報の取り組み（総務課）

総務課では、紙媒体による広報、HPの編集・更新、SNS（Xなど）の活用、プレスリリースの発信などを行っている。HPでは、町で行っているさまざまな活動を広く伝えるため、広報内容を毎月更新しており、月ごとのテーマに合わせた情報発信も行っている。また、広報には地域医療の巡回診療についても掲載されることがある。保育や子育て関連の情報も毎月更新し、住民が生活するうえで基幹的な内容を掲載している。住民に向けた広報活動は主に総務課が担当しており、観光客向けの周知活動は観光協会が行っている。必要に応じて他の課と協力して部分的に分担することもある。

- まちづくり協議会の取り組み

まちづくり協議会は条例に基づいて設置されており、住民が一体となってまちづくりを進めている。移住関連の広報（紙媒体とデジタル媒体の両方）は企画課が担当しており、テレビで取材が放送されると、その影響で翌日には電話が鳴り響くなど、反響が大きい。若年層

の誘致にSNSを活用する必要があると感じており、専用ページを今後作成する予定だ。また、移住してきた人が会社を立ち上げ、その仕事の一環で移住を勧める活動を行っている。移住にはメリットだけでなく、ギャップにショックを受けることもあるため、冬の積雪による苦労や、減少している二次交通などのリアルな状況も発信している。
　エコパークについては、自然と人がうまく折り合いをつけてきたありのままの姿が世界に認識され、認められたことを積極的に伝えることが重要だと考えている。地域の小学生を谷川岳に連れて行くなどの環境学習も行われており、町内外問わず宣伝と周知が進められている。

【みなかみ町の観光を取り巻く状況について】

　みなかみ町を訪れた観光客が抱く印象は年代によって異なり、「来てみたらいいところだったね」といった声もあれば、みなかみ温泉街がさみしいと感じる人もいた。外国からの観光客も増えており、特にテルマエロマエで有名な宝川温泉などが注目を集めている。バス乗車の90%が外国人で、最初はタイから多くの観光客が来ていたが、最近ではヨーロッパからも多く訪れるようになり、これからもインバウンド戦略を行っていきたいと考えている。ターゲットとしている国は、タイ、オーストラリア、アメリカ、台湾などだ。特に台湾とのつながりが深く、アメリカなどもターゲットに含めて、世界情勢に左右されないような体制を整えている。

【地域福祉の取り組み】

　介護や地域福祉に関して、地域のつながりがあるおかげでなんとか支え合っているものの、生活に対する直接的な支援がますます必要となってきている。温泉街が賑わっていた時代に働いていた世代が高齢化して今後一人暮らしの男性が増えていく可能性を懸念している。こうした状況においては、地域のつながりが今後ますます重要になると考えている。
　令和３年、社会福祉法の改正により重層的支援体制整備事業が創設された。みなかみ町では、福祉まるごとサポートセンターを設立し、地域住民がどこに行けばいいのか分からない場合でも、全ての相談に対応できる場所を提供している。福祉支援では断らない継続的な支援を心掛け、アウトリーチ活動を行っている。認知症カフェの取り組みも行っているが、５、６人とか、固定客がいる状況になっている。

【住民への情報発信について】

　SNSやホームページといった電子媒体による情報発信は高齢者向けではないという認識がある。SNSなどは移住希望者などが使うツールだと考えている。高齢者に対しては、紙媒体の広報や回覧板、行政相談室などを主に活用している。
　SNSやホームページに対しては、「見やすい」とコメントをもらうことがある。今後は、情報発信をより良くするためにショート動画を作成し、気軽な気持ちで見ることができるようにしたいと考えている。インスタグラムも運営しているが、昔のフォトコンテスト用に使われていた内容を、もっと広い視点で活用できるようにしたいと感じている。
　紙媒体による情報発信について、医療に関する情報や住民が必要とする情報は届いていると感じる。一方で、40代、50代、60代以上の人たちだけでなく、若い世代にも届けたいという思いがある。例えば、廃墟マルシェやeスポーツに関する情報をもっと広く伝えたい。eスポーツについては、小学生参加可のeスポーツ体験会を実施したが、若者の参加率は思うように高くなかった。対して、高齢者向けのLINE講習は参加率が高かった。

また、SNSを使わない小学生などに対しては、直感的に「楽しそう！」と思ってもらえるようなコンテンツを作りたいと考えている。小学生とその親に対する情報伝達に関しては、水上小学校では先生から保護者へ情報が伝えられる基盤が整っている。学習室に関する情報も、直接チラシを持って行って、一人一人に確実に届くようにしている。

【子育て支援と母子ケア】

みなかみ町では、20年かけて医療と福祉の連携を強化しており、教育委員会とも協力しながら産後ケアや子育て支援を行っている。例えば、母子手帳交付の際、ハイリスクの方には病院から直接連絡が入る他、出生届を出すと地区担当の保健師が訪問し、リスクが高い場合は、1週間後に再度訪問するといったことが行われており、こまめなケアを行っている。また、訪問母乳相談やベビーマッサージを実施し、相談を受けるだけでなく、保健師側からもアプローチを行っている。

赤ちゃんが生まれた後は、相談を3回、検診を2回行い、一歳までに5回の訪問がある。一歳を過ぎてからは、半年ごとの検診が3回行われる。保健師と住民との距離が近く、保健師が声をかけると心配なことを話してくれるという関係性を築くことができている。

【みなかみ町の医療体制について】

町は非常に広いが、住民が実際に住んでいる場所は限られている。医療機関はあるものの、結局は移動しなければならないことが多い。発達に関する問題がある場合、前橋や高崎に移動しなければならないこともあり、遠距離移動を伴うことがある。そこで、街の中でできることをある程度行ってから、病院に行ってもらうという流れになっている。また、病院の送迎車や巡回診療などで医療を補っており、公認心理士によるアセスメントも無料で行われている。

【今後の目標や展望】

- 須田さん（まちづくり協議会）

高齢化が進んでいる中で、地域コミュニティを減らさずに維持していくことを目指す。地区のコミュニティの必要性を感じない人も増えているが、災害時に苦労しないためにもコミュニティの維持に注力していきたい。

- 阿部さん（総務課）

広報では、直感的に楽しいことを発信し、特に若者に向けて魅力的な町を作りたい。人口減少に歯止めをかけ、都会に行っても戻ってきたくなるような町にしたいと考えている。また、「みずともりを育む」といったテーマで紙媒体での広報を強化し、楽しい思い出を作り、町に戻りたいと思ってもらえる町作りを進めたい。

- 佐藤さん（社会福祉協議会）

10年後には高齢化がピークを迎えるが、移住者の増加により町の活性化が期待できると考えている。若者に対する支援を進めるとともに、多世代交流や認知症サポーターの活動を通じて地域の支え合いを強化していく。さらに、SNSやスマホ教室を利用して高齢者の生活支援も進めていきたい。

- 鈴木さん（観光協会）

みなかみ町が草津温泉のように全国に知られるブランド化された場所であってほしいと考えている。ブランド化により、高単価な消費を生み出し、交流人口を増加させることが目標。2拠点居住を推進し、元気で暮らせる町にしたい。

- 永井さん（観光協会）

会員の声を反映しながら運営を進めていきたい。観光と自然の両面を考慮し、多くの人々が価値を見出してお金を落としてくれるような町作りを進めたい。

- 林さん（子供政策）

不登校や引きこもりを減らすために、町の中で居場所を作り自信を持って学校に通えるような環境を作りたい。小さい頃から支援を進め、引きこもりや不登校を減らしていくことを目指す。

- 中島さん（健康推進課）

高齢化の鈍化と健康診断の受診率アップを目指している。未受診者による医療費の負担増を減らし、腎機能低下者の増加を防ぐことが目標。また、ICTを活用した健康増進を進め、高齢者が利用しやすい環境を整備したい。

- 増田さん（子育て健康課）

子どもの減少を防ぎ、家から出られない不登校の子どもも一歩踏み出せるように支援していきたい。健康寿命を伸ばすことにも力を入れたい。

- 入澤さん（子育て健康課）

みなかみ町は消滅可能自治体に挙げられているが、持続可能な町作りを目指していきたい。今後もみなかみ町を存続させるために、さまざまな取り組みをしていきたい。

【感想】

地域の中で「つながり」は多様な形で存在しており、それぞれが地域の力となっているのではないかと感じた。行政内では課を超えた横のつながりが生まれ、柔軟な対応が可能になっていた。また、行政と住民との間にも親密なつながり、互いに顔の見える関係性の中で支援が行われていることを知った。さらに、住民同士のつながりも強く、日常の支え合いや情報共有が自然と行われているのが印象的だった。こうしたつながりが一時的なものにとどまらず、時を超えてつながり、持続的に続いていることが、この地域の大きな強みであると感じた。そして、観光や移住といった形で地域の外部とも積極的につながりを持つことで、新たな視点や人材が流れ込み、地域の可能性がさらに広がっているように感じた。

3.2. 水上小学校

実施日：2024年8月19日
・水上小学校校長　阿部詩子さん
・元新治小学校校長　加藤正一さん

【水上小学校の概要】

水上小学校は、元々水上地区に位置していたが、町の合併により「みなかみ」とひらがなで表記されるようになった。学校の医療圏は東京都と同じくらいの広さがあり、地域の変遷とともに、学校も地域と深い関わりを持つようになった。学校の施設の裏手からは、谷川岳

が見えるという自然豊かな環境に恵まれている。学校では地域との連携が重要視され、コミュニティースクールとして活動を続けている。この取り組みは、すでに2年以上にわたって行われており、地域と一体となって将来みなかみを背負って立つ生徒を育てることを目指し教育活動が進められている。

水上小学校では、「水上ハートタイム」と呼ばれる総合的な学習の時間を通じて、地域の人々と共に活動し、課題解決能力や地域貢献の意識、郷土愛を育てている。子どもたちもかつては活気があったみなかみをみなかみをどうにかしなければならないという危機感を持っており、豊富な地域資源を生かして将来みなかみをどうやって持続させていくかを考えている。そのための先行投資として、子どもたちにはみなかみのことを好きになって欲しい、答えが決まっていないことに対して考える課題解決の力をつけて欲しいという思いがある。このプロセスに地域の人がかかわることはキャリアプランの上でもいい影響があると考えている。

具体的には、1年生は学校内で学び、2年生からは地域に出て実際の探求活動を行う。3年生は雪について学び、4年生は水上温泉のPR活動、5年生は尾瀬との比較を通じて自然環境を考察する。また、地域住民との交流を深めるために、月に1回、地域の人々を招いて地域への思いや現在の活動について語ってもらう機会も設けられている。地域学習や地域資源を活かした授業、さらには地域の方々との積極的な交流を通じて、子どもたちは自然環境と人との関わりを学び、地域社会に貢献できる力を養っている。

【教育のあり方について】

地域の人と関わることで学生が地域について何かを作り出すことを目指しているが、現状では調べ学習で終わってしまうことが多い。知識を調べて「はい、わかりました」で終わるのではなく、外に向けて発信できるようになることが大事だ。そのためには、生徒が「やりたい」と言ったときに、それを支える体制を作ることが大切だ。毎年やり方は変わるので、マニュアル的な対応では意味がない。

今は、教員の意識改革を進める大きな転換期でもあり、行政との関わりや学校同士のつながりも重視されている。みなかみ町では、小学5年生に一人一万円の活動費が支給され、何か活動したいと申し出れば、それに対してお金が出る。ラフティングのような体験も可能になる。外部とつながるチャンスを活かし、知識だけで終わらせず、実際に体験し、行動することが重要だ。実際にやってみて困る経験、地域の人に叱られることや本気で失敗することも、大切な学びになる。また、小学生にとって高校生や大学生はお手本であり、先生とは違った立場で良い影響を与える存在だ。しかし、みなかみ町ではそのような年齢の近いお手本が不足している。以前は、わかくり幼稚園の隣に小学校があり、小中学校間でのつながりもあったが、今は物理的な距離ができてしまい、交流も減っている。小中学生が同じバスを使い、同時に登下校するなど、物理的な近さが交流のきっかけになっていたが、それが薄れてしまっている。

【子どもたちの学校生活】

通学に関しては、町が出してくれているスクールバスを利用して、水上の奥の方から通ってくる子もいる。ただ、小学校や中学校は地区ごとに分かれているため、小学校同士で遊ぶような交流はあまりない。放課後は学童クラブに直接行って、勉強したり活動したりしている。また、言葉の壁がある子どもへの対応としては、日本語指導スーパーバイザー（JSV）をつけることで工夫して接している。日本語指導の先生が週に1回来ている。

【教員の労働環境について】

利根沼田地域は業務上僻地に位置付けられている。教員は若い人が多く、自分の人生も楽しみながら仕事をしている様子が見られる。また、以前のように全員が同じことをやる横並びのスタイルではなくなってきており、その学校に合った教育の形を模索し、働き方改革にも取り組んでいる。

【コロナ禍での教育の変化】

コロナ禍をきっかけに、オンライン授業が導入された。一人一台の端末が配布され、遠隔地にある学校同士でも、オンラインを活用すれば物理的な距離に関係なくつながれるようになった。例えば、鎌倉の学生と事前学習を通して交流したことで、どこにいても学びを共有できる環境ができた。奄美とのオンライン交流では、気候の違いが大きな驚きとして共有されてた。奄美では床暖房が不要なほど暖かく、こちらの学校の二階が暑いということも新鮮に感じられた。

一方で、ICT化によって寄り道のような余白の時間が減ってしまったという指摘もある。たとえば、国語辞典を引くときに自然と他の言葉に目が行くような、無駄とも思えるが豊かな学びの機会が減っている。こうした寄り道の余地をあえて残すことの方が、むしろ学びを深めることにつながるのではないか。

【肥満・不登校に関して】

肥満状態の生徒は増加しており、その要因としてスクールバスの利用による運動量の減少が挙げられる。スクールバス運用の背景には、世の中の情勢に対する不安やクマ出没による危険、冬の積雪がある。遠足で遠くまで歩く機会も減っており、全体的に運動量が落ちている。また、習い事や勉強で忙しく放課後はすぐにスクールバスで帰ってしまうことが多い。

不登校の問題も深刻で、利根沼田市では不登校の児童生徒が年々増加している。みなかみでは生徒数が少なくクラス替えがないため、人間関係が固定されやすい一方で、安心感を持てるという側面もある。

【感想】

これまで、学校の生徒数が少ないことに対してネガティブな印象を持っていたが、少人数クラスだからこそ一人ひとりに対して手厚い教育を提供できるという話を聞き、一見弱みに見えることも実は強みになり得ることに気付かされた。また、地域と学校の距離が近いことも大きなメリットだと感じた。さらに、小学生の肥満という医療的な問題には、スクールバスの運用やみなかみの冬の厳しさといった交通や気候の要素が関わっていることを知り、全ての分野が有機的につながっていることを実感した。

3.3. ゲストハウスandコワーキングほとり

ほとりでは、月に一回ほど行われる活動シェア会に参加させていただいた。活動シェア会では、移住者、地元民、職種など問わずたくさんの人が集まって語らう場が設けられ、自身の今取り組んでいることや次に取り組みたいことなどを発表し合い、議論が行われていた。例えば実際にみなかみで子育てをしている親世代の方もいれば、みなかみで新たに飲食店を

始めたいという方、看護師として働いている方、旅をしていて偶然ゲストハウスを利用していた方など、バックグラウンドは様々だった。職種や年齢関係なしに集まっているからこそさまざまなアイデアが生まれる空間は和気藹々としていて居心地の良い空間だった。特に印象に残っているのは、ほとりに集まっている地元民の方が住んでてよかったと思える町、子供が戻ってくる街にしたいという思いが共通していたことだ。忌憚なく意見を言える場所だからこそ共有できることがあると気づいた。

3.4. 利根中央病院患者送迎同行

水上駅近くの滞在場所から幸知地区までみなかみの公共交通機関を使って移動し、幸知地区から利根中央病院の患者送迎サービスに同行して利根中央病院まで戻る、という流れで現地の二次交通と患者送迎を体験した。

まず、前日のうちにデマンドバスの予約を行った。ちょうど良い時間と下車場所を探すことに苦戦し、予約には1時間ほど要した。当日は、利根中央病院からデマンドバスに乗車し、テラスぬまた・市役所前で下車した。デマンドバスは12名ほどが乗車できる仕様になっており、計3名ほどが利用していた。どのバス停から何人乗車・下車するのかはアイパッドで管理されていた。

テラスぬまた・市役所前で下車した後は、15分ほど歩いて沼田駅まで向かった。急こう配の坂を下る道であったため、高齢者が歩くには負担が大きいのではないかと感じた。沼田駅からJR上越線で水上駅に向かったが、上越線は上下線ともに一時間に一本のペースで運行されており、沼田駅に着いてから30分ほど滞在することとなった。駅には「沼田市観光ブース」が設置されており、様々なチラシがおいてあった。加えて座って待つことができる待機スペースも設置されており、長い待ち時間を座って快適に待つことができる環境となっていた。水上駅に到着後は徒歩で水上駅バス停に向かい、関越交通のバスを利用してゆびそ駅前バス停に向かった。

昼食後、ゆびそ入口バス停から通院支援の患者送迎に同行した。送迎は高齢者の方が一人で利用されることが多いという。患者さんから「送迎してもらえるのがとてもありがたい」というお話も伺い、いかにこの送迎サービスが医療へのアクセスを確保するうえで欠かせないものなのか実感した。

本送迎支援は毎日１日約100件のペースで実施されており、朝は8:00、昼は14:00くらいに送迎が行われる。患者さんは送迎、病院、会計、薬の受け取り、送迎という流れで通院を行い、「病院は1日仕事だ」とおしゃっていたことが印象的であった。冬は積雪量が多いため、大通りでない細い道を行った先の家に住む方は大通りに出るまでの雪かきが大変で大きな負担になっているという。全部で10人のドライバーがおり、朝の送迎時は運転手は6:30に病院を出発する。

患者さん宅から病院まで1時間弱かかったが、その間切れ目なく患者さんと運転手がなごやかに会話されているのが印象的で、患者医師間以外にも患者さんに社会的なつながりがあることを学んだ。運転手さんから、「前は自分のことを覚えていたのに今日は自分のことを覚えてくれていないから、認知症が進んでいるのかもしれないと病院に伝えたことがある」というお話も伺い、長時間かかる大変なものという認識であった送迎が、密な関係性が生まれる意義深いものであるという認識に変わった。

全体を通して、自家用車がないおよび運転ができない中で病院を往復することの大変さを体感した。医療は診察室の中だけで完結するのではなく、通院など含めてカバーできて初めて成立するのではないかと感じた。

3.5. 利根中央病院外来

利根中央病院は二次救急医療機関であるが、周辺に三次救急医療機関がないため、実際は三次救急の役割も一部担っており、2.5次救急となっている。

救急外来の見学を通して、この地域ならではの特徴が見られた。患者さんが亡くなられた場合、全症例に警察が立ち合い、事件性の有無の確認を行っていた。広範囲からいろんなバックグランドを持った患者さんが運ばれてくるため、医療従事者が事故に巻き込まれないようにするためだそうだ。全例に警察が立ち会う病院は珍しいという。

開業医の高齢化や小児の専門医が少ないことから、地元の診療所で診察できる疾患にも限界があり、困ったら利根中央病院という患者さんも多く、地域一帯の医療を担っていた。

3.6. 巡回診療見学

みなかみ町では、過疎化や高齢化が進んでおり、医師や病院が少ない地区を対象に巡回診療を行っている。巡回診療とは、医師や看護師が地域を車でまわり、車両を移動診療施設として診察を行う仕組みである。

今回、独立行政法人国立病院機構沼田病院が行っている巡回診療に同行した。沼田病院では現在、20か所4コースに分かれて実施しており、月に1度は診察が受けられる仕組みになっている。実際に同行させていただいた巡回診療車の写真を下に示す。車内には、血圧計、エコー、聴診器、ベッド、医薬品棚が設置されていた。医薬品は、風邪薬や湿布、高齢者の便秘が多いためマグミットやアローゼンなどの下剤が常備されていた。巡回診療の利用者は、高血圧や糖尿病、不眠といった慢性的な内科疾患を対象としており、急な体調不良や病院への搬送は想定していない。巡回診療車には、医師1名、看護師1名、事務兼運転手1名の3名が搭乗しており、12:30に病院を出発し、3つの診療スポットを巡り、15:30に再び病院に戻った。巡回スポットとして、人が集まりやすい町の公民館の前などが多いが、中には山道の道端ということもあった。診療場所に到着すると、アナウンスをかけて住民にお知らせしていた。1つの診療場所につき、患者さんは1～2人で、患者さんが1人も来ない診療場所もあった。

今回、同行させていただいた巡回診療では、4名の患者さんが受診し、診察の合間にお話を伺った。患者さんは80代～90代とご高齢で、どの方も20年ほど巡回診療を利用されていた。利用のきっかけは、通院していた病院からの紹介や広報誌に載っていたためというように、他者からの情報発信であることがわかった。また、巡回診療のメリットや利用し続けている理由としては、運転ができないため助かっているという声や、病院に行かなくても診察を受けられ、薬がもらえる、通院時の家族の負担軽減が挙げられた。私たちも実際に同行することで、蛇行する山道や車の揺れ、通院にかかる時間を体感し、自力で通院することの大変さを感じた。

本実習を通して、自分の住んでいる地域にはない巡回診療という新たな診療のあり方を学んだ。患者さんにとって巡回診療は通院の負担軽減というメリットがある一方で、患者数の減少や巡回診療を担う医療従事者の高齢化などがあり、今後も継続していけるかが課題となっている。

3.7. 訪問看護

2024年8月20日、男性の訪問看護師に同行し、9時頃から17時頃までの間に4件の訪問先を訪れました。この日は利根沼田病院を出発し、匠の里など遠方への訪問も行われました。一部の訪問先への移動には片道約2時間を要する場合もあり、地域ならではの訪問看護の課題を感じました。業務は、薬の管理や聴診器などを用いる健康チェック、胃瘻の管理、さらには食事指導など、多岐にわたるものでした。それぞれの患者様のニーズに応じたケアが行われ、看護師の柔軟性と専門性を改めて感じる機会となりました。

印象に残ったことは、外出を全くしない患者様の存在です。必要な食べ物は家の前まで届けられるため外出の必要はなく、また坂が多いため近くの店舗に伺うのも大変だから、という理由をお話していただきました。このような生活様式を目の当たりにし、個々の患者様やそのご家族、高齢者の生活の一端を理解することができました。

また、訪問看護の経営においても課題が存在していることも学びました。福祉制度が複雑に絡み合っており、制度的な制約や経済的な面で経営の圧迫に直面していると看護師から聞きました。その苦言は制度の現状と課題を如実に示しており、考えさせられる内容でした。

今回の同行を通じて、高齢者の生活に直接触れることができたことは非常に貴重な体験でした。訪問看護がただ医療を提供するだけでなく、患者様の日々の生活そのものに入り込んで支えているという現実を強く実感しました。また、制度についてさらに学び、理解を深めたいという思いが芽生えました。さらに、前日に伺った行政の話を踏まえ、理想と現実の乖離を体験したことで、ショックを受ける部分もありました。一緒に同行した看護師は栄養の専門資格も取得しており、その専門性を活かして活動している姿は印象的で、訪問看護師の多様なスキルの重要性を改めて感じました。

3.8. 湯宿地区：たくみの里、ね

実施日：2024年8月21日
・大滝屋旅館　大滝さん
・design　office マヨネイズ　手島拓実さん

湯宿地区を訪れ、周囲の散策を行った。湯宿地区には多くの温泉があり、会員になり月5000円を支払うことによっていつでも共同湯を使用することができる。現在は、竹の湯、小滝の湯、松の湯の３つの共同湯を利用することができる。かつては宿場町としてさかえていたが、まち歩きをする中でも空き家が目立ち、飲食店や旅館も数えるほどとなっていた。また、林業が盛んだったそうだ。そんな空き家をリノベーションしてできたのが、「PLANTS & COFFEE　ね」である。一階は多肉植物など多くの植物が展示、販売されており、二階はカフェスペースとなっていた。インスタグラムなどを通じた情報発信も行っており、「ね」のインスタグラムやＨＰに加え、「のぼせる湯塾」という群馬県湯宿温泉のローカル情報メディアのデザインもされているという。移住者も一体となった街づくりが行われている。

3.9. 谷川岳ヨッホ by 星野リゾート

実施日：2024年8月21日
・真島竜也さん　谷川岳ロープウェイby星野リゾート

真島さんからは、谷川岳ロープーウェイの観光戦略などについてお話を伺った。谷川岳では、ハイキング、スキーといったアクティビティを楽しむことができる。そこで、夏は初級登山者を含めた多くの人をターゲットにハイキングアクティビティを、冬はみなかみのパウダースノーを活かし、より上級者に向けたスキーのアクティビティの場を提供している。スキー場の利用者は年々減少し、現在は6000人ほどしかスキー場を利用していない。そこで、ブランディングを行うことで料金を上げるという戦略を取った。ニーズに寄り添うとどこもみんな似たようなサービスを提供してしまうが、五感でどう感じるかという独自性を創り、それをおしつけることも大事になってくる。より細かい戦略としては、パングラタンといった感動する観光体験をしてもらい、それをSNSをつかって発信してもらうことを促している。また、従業員からも意見を募り、シャボン玉を飛ばすなど良いと思った案はすぐに実現できるようにした。
上記のインタビューを通して、みなかみのポテンシャルを活かすためにブランディングやターゲットの設定を行っていたのが印象的であり、今後SNSでの発信などを通じてみなかみの良さがより多くの人に伝わっていくのではないかと感じた。

3.10. Walk on Water（ブックカフェ）

実施日：2024年8月19日
・Walk on Waterオーナー　澁澤健剛さん

【ブックカフェWalk on Waterについて】

ブックカフェ「Walk on Water」は、2018年にみなかみ町へ移住したことがきっかけで始まった。山が好きで、山のふもとで暮らしたいという思っていたこと、自然の中で子育てをしたいと考えていたことなどから、みなかみへの移住を決めた。みなかみを観光のまちとして盛り上げたいという思いがあり、2021年末から物件を探し始めた。当初はおにぎりカフェを想定していたが、建物の持つストーリーや雰囲気を生かし、ブックカフェとしての展開に方向転換した。本の選書には工夫を凝らし、自分ではなかなかたどり着けないような本をテーマに沿って選んでいる。「山」「旅」「まちづくり」をテーマに、希少性のある本を揃え、300～500冊を並べて月に1回仕入れている。高齢者も利用している他、絵本のコーナーもある。利用者の層は幅広く、高齢者から観光客まで多岐にわたる。観光客は全体の6～7割、お盆時期は9割以上が観光客で、家族連れが多い。インスタグラムを見て訪れる30～40代も多く、地元の年配の方は散歩の途中に立ち寄ることもある。若者から年配まで、多様な人々に親しまれている場所となっている。

【お店やみなかみ町の今後について】

みなかみ町にもっと人を呼び込むためには、まず人口減少という大きな課題に向き合う必要がある。医療も含めて、人がいなければまちは持続できない。教育や医療については以前から不安があったが、教育に関しては少人数だからこそ教育水準が高いと言われることもある。一人ひとりが商売などを通じて複数の役割をこなし、個々がしっかりと際立っていれるようになれば、暮らしていくことができる人が増えると思っている。

また、みなかみは観光が最大の武器だ。観光に力を入れていきたい。加えて、今いる子どもたちが、将来「みなかみにいたい」と思えるような町になってほしいし、「いい町だな」と思ってもらえるような場所であってほしい。10年後のみなかみがどうあってほしいかという問に対しては、今のままであってほしいと思っている。山や水といった自然環境は大きな魅力であり、そのままであってほしい。そこで、「変わらないために、変わり続ける」という考え方が大事だと思っている。若い人の中には、やりたいことがあってもその方法がわからず、動き出せない人もいる。だからこそ、みなかみという場所でノウハウを育み、経験を積んでいってほしい。

3.11. みなかみ廃墟再生プロジェクト

実施日：2024年8月22日
・東京大学大学院工学系研究科　都市デザイン研究室　永野真義さん

【みなかみ町について】

　みなかみ町は、10箇所あるユネスコエコパークのうちの1つで、山岳地帯に位置している。ここでは、自然と人間社会が共生する地域を目指しており、人々が生活している場所は移行地域とされている。水上は、利根川の源流地であり、大みなかみ山がその起点だ。また、隣接する地域とは気候が異なり、群馬県側の谷川岳は非常に切り立った山になっている。この地域は、朝晩の寒暖差が大きく、特に果物が美味しいことで知られている。水上はオーガニックビレッジ宣言をしており、ウィンタースポーツも有名。スキーやアウトドアスポーツが盛んで、外国からみなかみを訪れる人々もみなかみの雪質を絶賛している。また、首都圏からのアクセスが良好だ。
　加えて、森林資源を活用する木育や、じばつ型林業の取り組みが行われている。これは、一般の人々が山に入り、木を切り、地域のバランスをとる活動だ。みなかみには、伊香保の石段や草津の湯畑のようなシンボルはないものの、ユネスコエコパークやSDGsの考え方が重要視されている。さらに、廃墟再生プロジェクトが進行中だ。

【プロジェクトの経緯】

　みなかみにフォーカスすることになった経緯は、もともと「まちが教科書だ」という哲学で活動している研究室の方針から来ている。この研究室では、まちをよくしようという一般的な議論ではなく、各まちに適した方法を模索している。デザインに関心がある学生が多く、学生たちが模型を作り、それを見てもらうなど、参加型のミーティングでフィードバックをもらったりしている。廃墟になった建物は壊してしまうべきだという考えが一般的だが、それをもう一度活用しようとしている。

学生たちがまちに入っていき住民とコミュニケーションをすると、行政の人には伝えない内容も、教えてもらえることがある。このように大学が地域に関わることで、新たな資源が生まれていると感じている。

【プロジェクトを進める上で大切にしていること】

プロジェクトを進める上で大切にしていることは、じっくり話を聞くことだ。地元の人が知らなそうなことを質問したり、例えば古い写真や地図を持ち出して話を引き出す。そうすることで、地元の方々も一方的に話をさせられるのではなく、興味を持ってもらえると感じ、自然に話してもらえるようになる。また、コロナで現地に行けない時期が続いたため、リモートで資料を集めるなどして準備を進めていた。ネットを活用したり、昔の絵葉書などの現地の情報に触れることで、街に入り込む準備ができる。また、地域に入り込んでラジオ体操をすることもあった。群馬県民は義理人情に厚く、地域の人々とのよい信頼関係を築くことができた。

【感想】

その地域に長く住み、多くの情報を持っている住民の方々から話を聴くことや、事前に情報収集を行うことは、地域診断のプロセスと多くの点で共通していると感じた。特に、地域の人々と共にラジオ体操を行ったというエピソードは印象深く、外部から来た人と地域の人々がともにまちづくりを進めていくためには、互いに接する中で信頼関係を築くことが重要であると改めて認識した。

3.12. 茂木 法志さん

茂木さんは、コワーキングスペースほとり・デイサービスの運営や町議員としての活動などを行っている。ほとりでは、多業種の仕事が結びつく場面が多く、そしてイベントが開催されるなど、様々な人々のつながりが生まれている。ほとりではこうした地域でのつながりが大切にされているため、異業種の利用者との交流が生まれ、地域の課題解決に向けて協力する姿勢が育まれている。これからも軸を太くし、その上で様々な枝葉を広げていくことが大切だと感じている。

議員としても活動し、福祉や観光の課題解決に取り組んでいる。例えば、観光に関連する産物の流通問題や、地域資源の活用を目指して活動している。日常的にコネクションを作るため、市長や地域の人々と積極的に交流を持ち、地域の活性化を目指している。みなかみ町には人の良さがあり、地域に深く関わることで広がる可能性があると感じている。議員としては、医療や福祉に関しては国と連携して課題を解決する重要性を感じている。

【感想】

ほとりが仕事や人とのつながりを育み、地域社会に新たな価値を生み出している背景には、移住者や地元の住民、学生から高齢者まで、そしてさまざまな職種の人々など、多様な人が集う「場」としてのほとりの役割が大きいのだと、改めて実感した。また、茂木さん自身が行政、福祉、観光など多岐にわたる分野に関わられている姿に感銘を受け、私も医療者としてだけでなく一人の地域の担い手として、医療の枠を超えて多様な立場の人と関わりながら、地域に必要とされる存在でありたいと思った。

3.13. 救急搬送症例検討会

実施日：2024年8月19日

　救急搬送症例検討会では、救急救命士や医師、看護師などが集まって救急搬送を行なった方の症例についての話し合いをしているところを見学させていただいた。みなかみは医療圏が広く、救急の患者さんを受け入れられる施設も限られている。今回実習させていただいた利根中央病院も、2次救急病院であるが、ある程度重症な患者さんも受け入れる必要があることから2.5次救急になっているとのお話しもあった。また、特に印象に残っているのは救命士の方のお話で、対応がマニュアル化されている都市部とは違い、山間部での救急は消防士さんの判断が重要となる場面も多く、柔軟な対応を求められていると知ることができた。

3.14. オプショナルツアー

実施日：2024年8月24,25日

　鈴木先生がみなかみのダムや土合駅をめぐるオプショナルツアーを開催してくださった。土合駅は谷川岳ロープーウェイの近くに位置しているJR上越線の駅である。入り口から新清水トンネル内にあるホームまでの標高差は約70mあり、462段もの階段を下るため「日本一のモグラ駅」と呼ばれている。ホームは涼しく、ビールを熟成させるためにも使われていたという。その後、矢木沢ダムと奈良俣ダムを訪れた。周囲には広大な自然が広がっていた。また、25日にはみなかみ町を代表するアクティビティーであるラフティングを体験した。春は雪解け水により川の水量が増え、より激しいアクティビティになるというお話を伺った。

4. アクションプラン

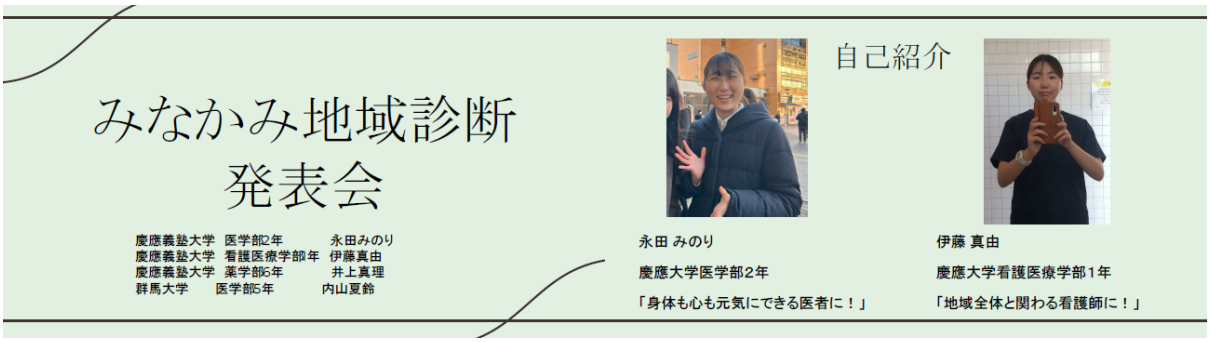
上記のフィールドワークにて、今後みなかみ町がどのような町であってほしいかを尋ねたところ、多くの人が子どもが帰ってくるような町にしたいと語られていた。また、水上小学校では、少人数の生徒に対して地域と密着した手厚い教育が提供されていることを知った。こうしたみなかみ町ならではの人と人との距離の近さとみなさんの子どもや教育への想いを軸に、我々は「ひとを磨く町みなかみで行う、子どもみなかみ教室！」というアクションプランを提案した。

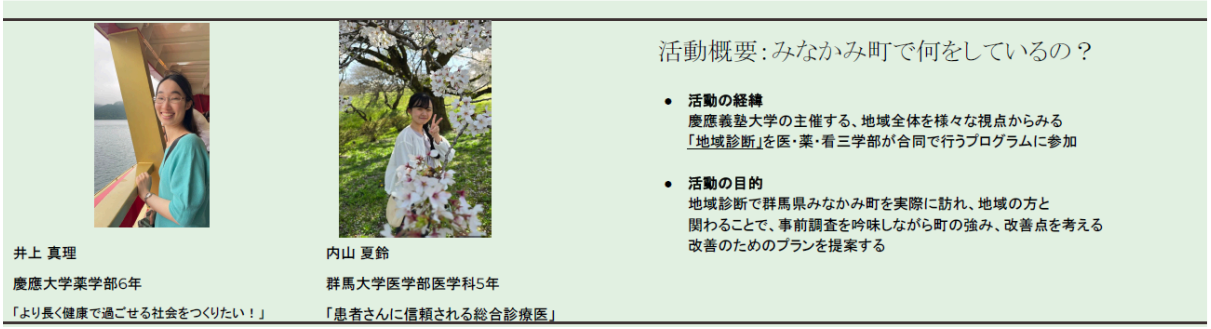
「ひとを磨く町みなかみで行う、子どもみなかみ教室！」では、大学生や地域の方と一緒に小学生がみなかみ町について調べ学習をし、子どもたちが授業を作成することを目指している。まず初めに、子どもたちは、各自の興味にそって医療（肥満問題など）、環境（森林環境など）といったテーマを選ぶ。その後、大学生と一緒にそのテーマを学んでいく。基礎知識をインターネットで検索したり、実際に町の方にインタビューするなどして、主体的にテーマについて知ってもらいたいという狙いがある。次に、実際にスライドやポスターを作成してもらう。そして最後に、同級生や先生、地域の方に向けた発表会を開催する。

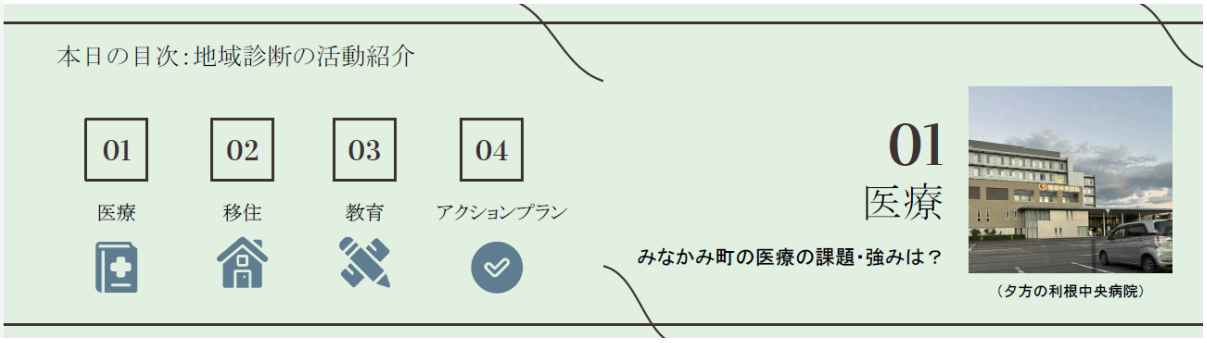
このアクションプランの根拠としては、先に述べた小学校での少子化ならではのきめ細かい教育という強み、地域住民の方の子どもに対する熱意があげられる。そして、自ら授業を作ることによる受動的ではない能動的な学びを実現することができるのではないかと考えた。このアクションプランが実現することで、地域住民と子どものつながりが生まれる、子どもたちの成長につながる、大学生が実習をすることによる地域の活性化といったプラスの影響がもたらされることが期待される。分野や年齢の垣根を越え、長期的に実施することができれば、みなかみ町の活性化により繋がるだろう。

5. 発表会資料

8月23日に実施された成果発表会で使用したスライドは以下のとおりである。







事前学習を通して

Step1既存情報を集める

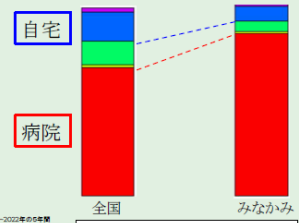
みなかみの医療

- 高齢化
- 在宅医療
- 巡回診療車
- 医療圏が広い
- 健康づくりポイント
- 認知症カフェ

最期の場所は？

Step1既存情報を集める

Step2 情報を分析、課題の特定



2018-2022年の5年間 各地域の5年間の死亡数 1631

みなかみ町における死亡数の死亡の場所別割合

みなかみ：病院の比率が高く、自宅の割合が低い

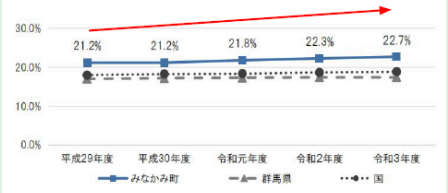
在宅医療が浸透していないのではないか？

ニーズはある？ない？

https://jpop-obaysakura.ne.jp/figures/top/top_10449.html#death_cause

要支援・要介護認定率は年々上昇

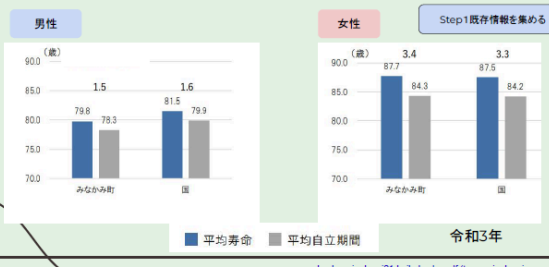
Step1既存情報を集める



kenko-minakami21-keikakusho.pdf (town.minakami.gunma.jp)

平均自立期間（健康な期間）が長いわけでない

Step1既存情報を集める



医療面での仮説

Step3 仮説を立てる

潜在的なニーズがあるにもかかわらず何らかの理由で在宅医療が浸透していないのではないか？

フィールドワークで検証したいこと

在宅医療は本当に浸透していないのか？
なぜ浸透していないのか？

フィールドワークの結果

Step4 街歩き、ヒアリング

- 在宅医療が浸透していない状況はある

時間的制約　対象範囲の広さ　医師不足

みなかみ町ならではの医療体制

Step4 街歩き、ヒアリング

患者送迎

患者さんの"足"を担うことで医療が成り立っている

患者とドライバーの密な関係性

患者さんの異変に気付くこともある！

みなかみ町ならではの医療体制

Step4 街歩き、ヒアリング

家の近くまで来てくれてありがたい

巡回診療の課題

【実習前】
巡回診療の認知度が低い

【実習で得た学び】
疾患や住居の場所で利用者が限定される

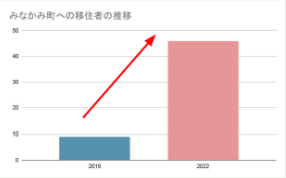
みなかみ町への移住者増加

Step1既存情報を集める

02 移住

人を惹きつける魅力とは？

みなかみ町HPより



TBSテレビより
https://newsdig.tbs.co.jp/articles/-/10419707?page=3

ネットを通じた移住情報の発信

Step1既存情報を集める

・ポップで目を引くデザイン
・これを見て移住を決めた人 も多いのでは？

移住に関する仮説

Step3 仮説を立てる

ネットを通じた情報収集によって移住が促されているのではないか？

フィールドワークで検証したいこと

どのように情報収集をしたのか？
ネットでなければ何に惹かれて移住を決めたのか？

フィールドワークの結果

Step4 街歩き、ヒアリング

- ネットではなく、自分の目で見ることや**人との”つながり”**を大切にしていた！

現地に足を運ぶ

家族・友だちの紹介

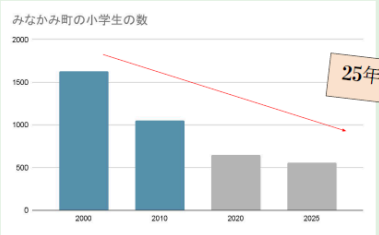
03 教育

少子化が進む中での教育は？

水上小学校の広い廊下

小学生は年々減っていく:急激な少子化

Step1既存情報を集める



進む学校の統廃合

Step1既存情報を集める

小学校　6校
- 古馬牧小学校，桃野小学校，月夜野北小学校，水上小学校，藤原小学校，新治小学校

中学校　1校
- みなかみ中学校

フィールドワークを通して

Step4 街歩き、ヒアリング

子どもの肥満

放課後の過ごし方の変化

スクールバスの導入

少子化

町存続の危機

不登校

関わる人が限られる

教育に関する仮説

Step3 仮説を立てる

少子化が進むと、
子どもの学びの機会が減るのではないか？

フィールドワークで検証したいこと

みなかみ町ではどんな教育が行われているのか？

フィールドワークの結果

Step4 街歩き、ヒアリング

地域の人との**"つながり"**を大切にした教育が
行われていた！

地域学習

手厚い教育

04 アクションプラン

みなかみ町が10年後どうなっていて欲しいか？

一度外に出ても**子どもたち**が戻ってくるまち

外からも**子どもたち**が入ってくるまち

持続可能なまち

アクションプラン

ひとを磨く町みなかみで行う、
子どもみなかみ教室！

ひとを磨く町みなかみで行う、子どもみなかみ教室！

テーマを選ぶ
- 医療：肥満
- 環境：森林保全

etc..

テーマを学ぶ
- 大学生と学習
- 町の人へのインタビュー

授業作成
- スライド作成
- ポスター作成

発表
- 同級生や地域の人に発表

アクションプランの根拠

少子化ならではの強み
手厚い、きめ細かい指導

小学校

地域の方の熱意
子供たちが帰ってきたくなるみなかみに！

地域住民の声

受動的から能動的に
「教わる」のではなく
「教える」ことで学ぶ

小学生

今回のアクションプランが、みなかみに与える影響

①地域に住んでいる方との繋がりができる

②子どもたちの成長に繋がる（子どもを磨く町）

③大学生の実習によっての地域の活性化

アクションプランの核

①分野や年齢の垣根を超える

②長期的な実施

謝辞

- みなかみ町役場の皆様
- 水上小学校の皆様
- コワーキングスペースほとりの皆様
- とね訪問看護ステーション水上の皆様
- 利根中央病院の皆様
- 沼田病院巡回診療車の皆様
- 湯宿地区訪問の皆様
- PLANT&COFFEE　ね　の皆様
- 谷川ロープウェイの皆様
- Walk on Waterの皆様
- みなかみ廃墟再生プロジェクトの皆様
- 利根沼田広域消防本部の皆様

実習にご協力いただきありがとうございました！

6. 各参加者の学び

6.1. 永田みのり（慶應医学部2年）

私は都市部で生まれ育ち地域に関わる機会がなかったため、実際に町を歩いて地域をみる視点ついて学びたいと思い、この実習に参加しました。事前学習から現地訪問に至るまでのすべての時間が学びに満ちており、楽しみながら多くのことを学ぶことができました。その中でも特に印象に残ったのは、地理、医療、教育といったさまざまな分野が互いに関連しているという点です。例えば、小学生の肥満率が高いという医療の課題は、スクールバスの導入や放課後の遊び場不足といった地理的な要素とも関係していることを知りました。患者さんの状態は、病気という生物学的な要素だけでなく、社会的・地域的な要素も大きく影響することを学びました。また、医師と患者という関係を超えて、一人の人として患者さんと接している医師の姿が印象的でした。診察室以外でも趣味などを通じて患者さんと関わることで、患者さんとともに健やかな生活を送る方法を模索できるのだろうと感じました。

今回の実習を通じて、地域社会が持つ多面的な側面を学び、人と人との距離が近いことのあたたかさや強みを感じました。今後、地域や人々との関わり方についてさらに深く考え、実践していきたいと思います。

6.2. 井上真理（慶應薬学部6年）

薬学部の実務実習の経験を通して医療の地域差を実感したことから地域における課題解決に貢献したいとの気持ちや現地の人や他学部の学生とのディスカッションを通して自分の視野を広げたいと思い、本実習に参加しました。私は地域診断についてこの実習に参加してはじめて学びましたが、チームで協力しながら情報収集したり、考察したり、アイデアを出し合ったりする過程は学びに満ちあふれていました。

本実習を通して、その土地を知り訪れることで深まる学びを体感しました。事前学習では、現地の方とのミーティングを通して、グループで集めた情報の解釈と現状とのギャップ、現地の地理的感覚に基づいたアドバイスなどをいただきました。他にも、実際に現地を訪れてみることで、自分の住む東京とは違った車社会の浸透や公共交通機関の便の少なさ、蛇行する山道や移動時間を身を持って体験し、自分が想像していた以上に高齢者が自分で病院を受診することが難しいと感じました。また、都会とは違った密なつながり、地域の人が気軽に語り合える関係性や空間などは言葉だけでは伝わらない、現地に行ったからこそ感じたものだと思いました。インターネットで気軽に多くの情報を手に入れられるようになっても、現地に行ってみないと得られない情報がたくさんあると感じました。

今回の学びを通して感じた、現場の声に耳を傾けることや多角的な視点を忘れずに、地域の課題に向き合い、社会に貢献していきたいです。

6.3. 伊藤真由（慶應看護医療学部1年）

今回の実習に参加した理由は多くありますが、主に3つ挙げられます。一つ目は、他学部の学生とつながり、新しい視点を得たいと思ったことです。二つ目は、保健師という職業に興味があり、地域診断を現場で体験したいと願っていたことです。最後に、栃木県に祖父母が住んでおり、将来的に地方で働く可能性を視野に入れ、地方医療の現状を学ぶための絶好の機会と感じたからです。

実習中のグループ活動では、それぞれのメンバーが持つ強みを発揮し、支え合うことで多くを学びました。例えば、議事録作成が得意な人やインタビューが上手な人がおり、互いに

助け合いながら作業を進めました。周囲の経験豊富なメンバーの存在はとても心強く、多くのことを吸収する良い機会となりました。

私は1年生で経験が浅い部分もありましたが、反対に知識や経験に捕らわれない点が強みであると考え、アイデア出しを積極的に行いました。さらに、少子化が進む地方特有の環境も印象的でした。一人ひとりに手厚い教育が行われること、地域と密接に関わりながら学ぶスタイルが特に魅力的でした。他にも症例検討会では、１消防士が意思決定を行う柔軟性の必要性や責任の重さを感じました。都会のようにマニュアル化された組織体制とは異なる、地方ならではの課題と工夫を実感しました。

全体を通して、地域ならではの温かい人々との交流や、一人ひとりが輝ける環境を認識しました。一方で、小学生の不登校や高齢者の健康支援など、未解決の課題も多いと感じました。その中でも、人々の繋がりを基盤にさらなる健康な地域づくりを願い、私自身もその一助となれるよう努力したいと思います。

6.4. 内山夏鈴（群大医学部5年）

本実習に参加した理由は、私は将来地域に寄り添って考えられる医師になりたいと思っているので、地域診断を通して、地方での医療の課題や現状などを知りたいと思ったからです。また、群馬県沼田市に祖母が住んでいてゆかりのある地ということもあり、地域についてより知りたいと思いました。

今回の実習に参加するまで、地域診断についての知識はありませんでしたが、実際に活動に参加することでも学べたことが多くありました。特に印象的だった事は、人が少ないからこそ1人が何役もの役割を担っているということです。例えば地域の住民が先生として小学校で話す機会があったり、医師が休日にはまた別の立場で地域の人と関わっているなど、1人1人の役割が大きいと分かりました。それと同時に、みなかみ町が抱える問題もそれぞれが独立したものではなく繋がっていて、視野を広く持って包括的に考えることが重要だと実感しました。

また、実習を通してグループのメンバーとさまざまな視点から課題について話し合った時間はとても充実していました。このような貴重な経験を活かして、地域に貢献できる医師になれるよう今後も勉強したいと思います。

7. 謝辞

今回、実習の実施に当たって多くの方々にご協力をいただきました。事前準備から現地実習をコーディネートしてくださった利根中央病院の鈴木諭先生、実習を主導し現地実習でもサポートしてくださった春田先生、中村先生、冨崎先生に感謝申し上げます。以下、私達の取材に協力してくださった皆様を紹介させて頂きます。ご協力ありがとうございました。

みなかみ町役場の皆様
水上小学校の皆様
コワーキングスペースほとりの皆様
とね訪問看護ステーション水上の皆様
利根中央病院の皆様
沼田病院巡回診療車の皆様
湯宿地区訪問の皆様
PLANT＆COFFEE　ね　の皆様
谷川ロープウェイの皆様
Walk on Waterの皆様
みなかみ廃墟再生プロジェクトの皆様
利根沼田広域消防本部の皆様