

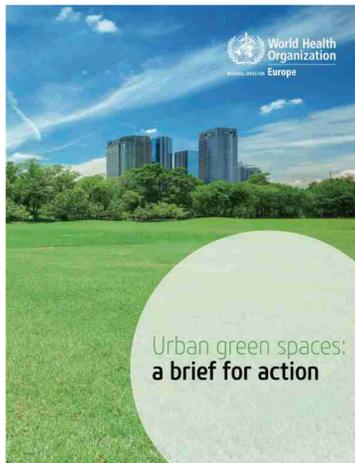
WHOが注目する「みどり」の効果

1 WHOの都市緑化実践ガイド

WHO ヨーロッパ事務局は、緑地と健康の関係のエビデンスの検証から、実践のための手掛かりを示し、都市緑地が健康に対する便益を最大化することを支援するためのガイドを公表しています*1。WHO が都市緑地に注目する理由は、都市緑地による健康への介入、具体的には都市緑地の質・量・アクセスしやすさを変える行為が都市生活における環境に起因する健康リスクを軽減できるからです。

WHO は都市緑地の価値を、健康、社会、環境にポジティブな効果をもたらすことができ、不利な状況にある貧困地域の社会的・環境的な質を向上させ、都市をより暮らしやすく楽しみに溢れたもの、都市のポジティブなイメージ、および都市のブランディングとアイデンティティに貢献できることとしています。都市緑地が健康に介入することによって、費用対効果に優れた方法で健康と社会的・環境的効果を発揮でき、健康のための公共投資のなかでも、これらのすべてを実現できるものは緑地のほかにあまり例がないと、緑地による処方の特異性を強調しています。

*1 WHO (2017) : Urban green spaces : a brief for action



3 定義と概要

01



定義と概要

■ 都市緑地の定義

- 健康とウェルビーイングを語る上での**都市緑地の定義は明確でない**。
- 様々な研究でそれぞれに都市緑地が定義され、それに則って研究がなされている。
- ヨーロッパの研究では一般的に、European Urban Atlasにおける土地利用分類コード 14100 で定義された都市緑地を用いている。

- European Urban Atlas は都市緑地から水域を除外しているが、**水も都市緑地の重要な要素**である。

■ 健康への道すじ

- **緑地へのアクセスと健康**の間のつながりの根底にあるメカニズムは、**複雑でかつ相互に作用**している可能性がある。
- 緑地へのアクセスは、**さまざまな方法（健康へつながるメカニズム）**によって、健康に対して**良い影響**を与える可能性があり、なかには相乗効果があるものもある。
- 緑地と健康を結びつける**メカニズム**に関して、**様々なモデル**が提案されている。
 - ◆Hartig ら (2014) のモデル：「空気質の改善」、「身体活動の向上」、「ストレスの軽減」、「社会とのつながりの強化」
 - ◆Lachowycz & Jones(2013) のモデル：「身体活動」、「自然との触れ合いとリラクゼーション」、「社会活動と交流」
 - ◆Villanueva ら (2015) のモデル：「呼吸器の健康」、「熱中症への適応力」、「ソーシャル・キャピタルと社会とのつながり」、「身体活動」
 - ◆Kuo(2015) のモデル：「免疫機能の向上」

2 WHOによる緑と健康のレビュー

WHO はこのガイドの前段として、いくつかの緑地と健康に関わる報告書をまとめています。特に「Urban green spaces and health -A review of evidence」は、過去 10 年間の研究に焦点を当て、緑地介入による多様な健康への利点が示されています*2。この背景には、都市緑地が健康増進のために機能する可能性から、都市緑地が健康に寄与する根本的なメカニズムを明らかにしたエビデンスを要約し、さまざまな集団がさまざまな方法で影響を受け、利益を得る方法を理解する必要性が指摘されていました。

ここではこのレポートから、いくつかの視点によって示された緑地と健康との関係を紹介します。

*2 WHO (2016) : Urban green spaces and health -A review of evidence

4 属性ごとの効果

02



属性ごとの効果

■ 緑地の健康効果と女性

- **適切に管理された都市緑地**は、他の都市環境よりも、**女性が身体的な活動をする機会を増やす**可能性がある。
- **緑地と女性のメンタルヘルス**との間には、**男性とは異なる正の相関**が見出された。
- 多くの研究で、**緑地の利用が妊婦の健康に有益**であることが示されている。

- 男女間で緑地に対する**生理学的・心理的な反応の違い**があるため、都市緑地と健康の関連性を考える際は**性差を考慮することが重要**である。

■ 緑地の健康効果と青少年

- **妊娠中の緑地利用**は、**胎内の発育に有益**であることが確認されている。
- **子どもの緑地利用**は、幼少期の健康的な発達を促進するだけでなく、**成人になっても長期的な健康効果**をもたらす可能性がある。
- 緑地利用は**幼少期の認知発達に有益**な影響をもたらすことが確認されている。
- 公共の都市緑地は、**子どもや若者の社会的ネットワークの形成**に重要な役割を担っている。
- 緑地は、リスク管理や不確実性への対処といった**大人としての重要な資質を身につける**機会を子どもに与える利用可能な**ただ一つの選択肢**かもしれない。

■ 緑地の健康効果と高齢者

- **高齢者や主婦は地域の生活環境への依存度が高い**ため、健康面での緑地の効果が大きい。
- 緑地が**睡眠不足からの保護**に果たす役割は、**若年層よりも高齢者に対して大きく働く**。
- **都心部の高齢者**であっても、**社会的な結びつき**の面で緑地の恩恵を受けている。

■ 緑地の健康効果と社会的弱者

- 緑地利用の健康効果は**経済的に恵まれないグループにおいて強く作用**する。
- 緑地が多いと**貧困による健康状態の格差が狭まる**可能性がある。
- 貧困地域では**大気汚染や熱ストレス**の影響が強く、緑地がこれらの**影響を緩和**する可能性がある。
- ヨーロッパの**貧困地域**では裕福な地域に比べて**緑地の面積が 1/5 程度**しかない。

■ さまざまな国や地域と緑地

- 都市緑地と健康の研究は**高所得国で実施**されている。
- 中所得国、低所得国での研究も不可欠である。