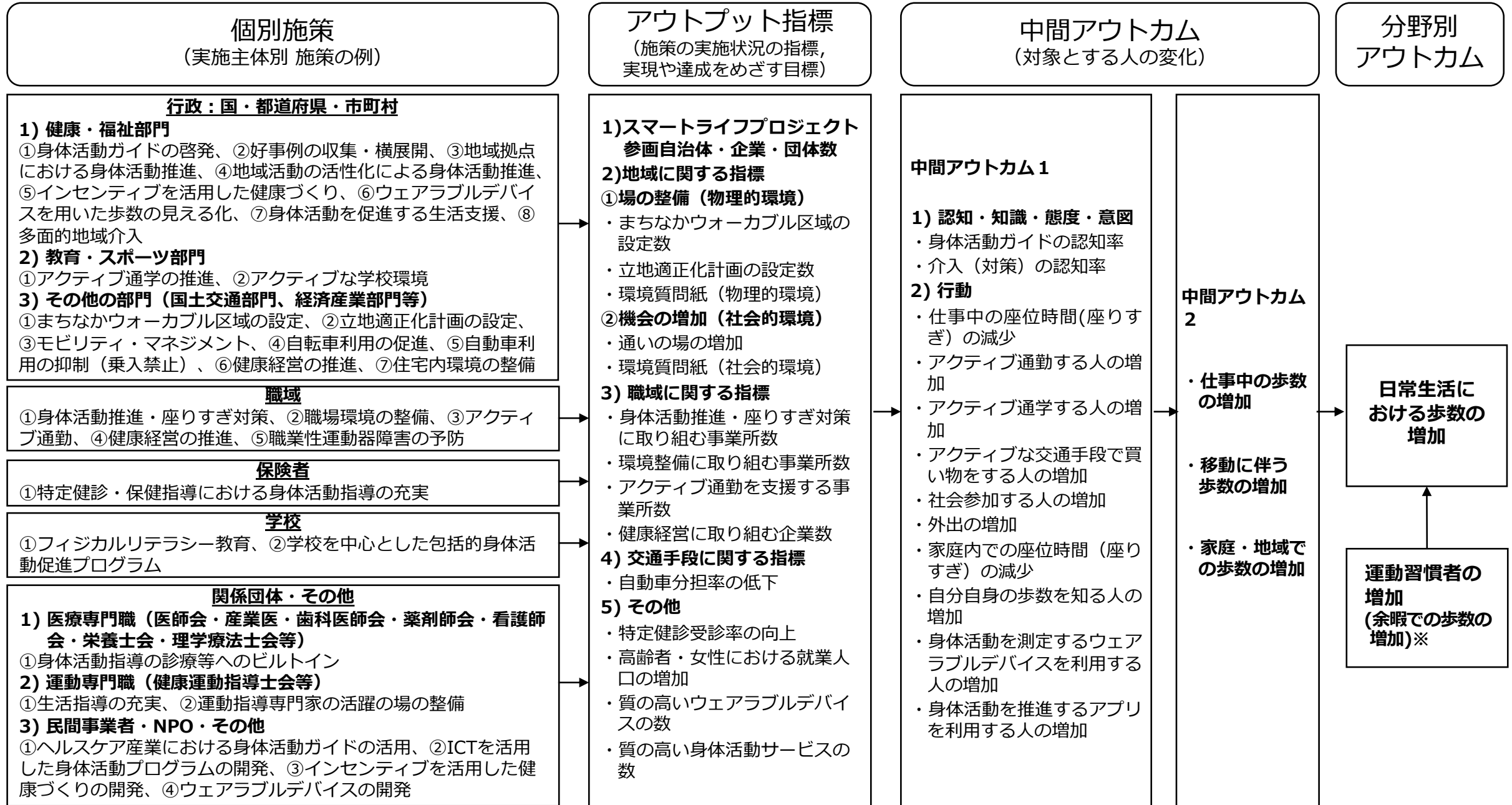


# 日常生活における歩数の増加：ロジックモデル



# 日常生活における歩数の増加：アクションプラン

介入のしごと	行政（国・都道府県・市町村）			職域	保険者	関係団体・その他 1) 医療専門職 2) 運動専門職 3) 民間事業者・NPO・その他
	健康・福祉部門	教育・スポーツ部門 ／学校	その他の部門（国土交通部門、 経済産業部門等）			
レベル1～8 （総合的対策）	⑧多面的地域介入	学②学校を中心とした保活的身体活動促進プログラム	③モビリティ・マネジメント ⑥健康経営の推進	④健康経営の推進		
レベル1 選択できなくする		教①アクティブ通学の推進	⑤自動車利用の抑制 （乗入禁止）	①身体活動推進・座りすぎ対策 （エレベーター利用禁止、自動車通勤の禁止など）		
レベル2 選択を制限する		教①アクティブ通学の推進	⑤自動車利用の抑制 （乗入制限）	①身体活動推進・座りすぎ対策 （エレベーター利用制限、自動車通勤の制限など）		
レベル3 逆インセンティブ						
レベル4 インセンティブによる選択の誘導	⑤インセンティブを活用した健康づくり		⑥健康経営の推進	④健康経営の推進		3) ③インセンティブを活用した健康づくりの開発
レベル5 デフォルトを変えることによる選択の誘導	⑦身体活動を促進する生活支援 （高齢者・女性等の就労支援、家庭参加の促進、子育て支援等）			①身体活動推進・座りすぎ対策 （立ち会議、など） ③アクティブ通勤 ⑤職業性運動器障害の予防 （作業管理）		1) ①身体活動指導の実践活動（診療等）へのビルトイン
レベル6 環境を整えて健康な選択を誘導	④地域活動の活性化による身体活動推進（地区自治会、伝統行事・祭り、防災活動、ボランティアなど） ⑥ウェアラブルデバイスを用いた歩数の見える化	教②アクティブな学校環境の整備	①まちなかウォークアブル区域の設定 ②立地適正化計画の設定 ④自転車利用の促進 ⑦住宅内環境の整備	①身体活動推進・座りすぎ対策 （立ち机、歩きやすい階段など） ②職場環境の整備 ③アクティブ通勤 （通勤ルール、駐輪場など） ⑤職業性運動器障害の予防 （作業環境管理）		2) ②運動指導の専門家の活躍の場の整備 3) ②ICTを活用した身体活動プログラムの開発 3) ④ウェアラブルデバイスの開発
レベル7 情報提供，教育	①身体活動ガイドの啓発 ②好事例の表彰・横展開（スマートライフプロジェクトなど） ③地域拠点における身体活動推進（公民館、体育館、通いの場、図書館、公園、神社仏閣など）	学①フィジカルリテラシー教育の充実	③モビリティ・マネジメント	①身体活動推進・座りすぎ対策 （健康教育） ③アクティブ通勤 ⑤職業性運動器障害の予防 （健康教育）	①特定健診・保健指導における身体活動指導の充実	1) ①身体活動指導の実践活動（診療等）へのビルトイン 2) ①運動専門家における生活指導の充実 3) ①ヘルスケア産業における身体活動ガイドの活用
レベル8 モニタリング	・国民健康・栄養調査、自治体が行う健康調査	・スポーツの実施状況等に関する世論調査	・パーソン・トリップ調査	・特定健診受診率の把握、・特定健診問診票による運動習慣者割合、身体活動実施者割合の把握		・民間が行う調査

表中の丸数字は、ロジックモデルでの各実施主体ごとの個別施策の番号と対応している。ただし、複数の実施主体が関与する場合は、主要な主体の番号が示されている

# 運動習慣者の増加：ロジックモデル



# 運動習慣者の増加：アクションプラン

介入のはしご	行政（国・都道府県・市町村）			職域・保険者	関係団体・その他 1) 医療専門職 2) 運動専門職 3) 民間事業者・NPO・その他
	健康・福祉部門	教育・スポーツ部門 ／学校	その他の部門（国土交通部門、 経済産業部門等）		
レベル1～8 （総合的対策）	⑥多面的地域介入	教①Sport in Lifeの推進 学②学校を中心とした包括的身体活動 促進プログラム	経①健康経営の推進	職④健康経営の推進	
レベル1 選択できなくする					
レベル2 選択を制限する					
レベル3 逆インセンティブ					
レベル4 インセンティブによる選択の 誘導			経①健康経営の推進	職④健康経営の推進	
レベル5 デフォルトを変えること による選択の誘導		学①学校体育・部活動の充実		職⑤職業性運動器障害の予防 （作業管理）	医①運動指導の実践活動（診療等）への ビルトイン
レベル6 環境を整えて健康な選択を 誘導	④地域での健康・運動指導ボランティアの 育成 ⑤健康運動施設の整備・アクセス （利用時間・利用料等）の改善	教③運動施設（運動場・体育館等）の 整備 教④総合型地域スポーツクラブの整備	国①運動場所（公園・緑地・遊歩道・自転 車道等）の整備	職②運動を推進する職場環境 （休憩スペース・更衣室・フィットネス施設等） の整備 職⑤職業性運動器障害の予防 （作業環境管理） 職③ワーク・ライフ・バランスの推進 （余暇の運動時間の確保）	運①運動指導の専門家の活躍の場の整備 民③スポーツツーリズムやプロスポーツ等による まちづくり 民④ICTを活用した運動プログラムの開発・ 提供
レベル7 情報提供，教育	①身体活動ガイドの啓発 ②好事例の表彰・横展開 （スマートライフプロジェクト等） ③地域における運動機会の提供 （運動イベント、通いの場等）	教②運動・スポーツ機会の提供 （教室・イベント開催等） 教⑤障害者スポーツの振興		職①運動プログラム （体操時間、運動イベント等）の提供 職⑤職業性運動器障害の予防 （健康教育） 保①特定健診・保健指導における運動指導 の充実	医①運動指導の実践活動（診療等）への ビルトイン 民①ヘルスケア産業における身体活動ガイド の活用 民②民間運動施設におけるヘルスケアサービ スの充実
レベル8 モニタリング	国民健康・栄養調査、自治体が行う健康 調査	スポーツの実施状況等に関する世論調査			民間が行う調査

表中の丸数字は、ロジックモデルでの各実施主体ごとの個別施策の番号と対応している（例：“教①”は教育スポーツ部門の個別施策①を示す）。ただし、複数の実施主体が関与する場合は、その中心となる主体の番号が示されている。