

## 商業施設にゼロ次予防に基づく空間プログラムを設置し、来館者に『健康への気づき』を促すことを確認

### < 概要 >

千葉大学予防医学センター（センター長：森千里）は、イオンモール株式会社（代表取締役社長：吉田昭夫）、株式会社竹中工務店（取締役社長：宮下正裕）と協働し、ゼロ次予防(注1)の視点を活かした「『健康への気づき』を促す空間デザイン・プログラム」をイオンモール宮崎に実現し、その効果検証を実施しました。日常生活のなかで『健康への気づき』を得ることにより、健康維持・増進のための行動を促すことが目的で、実施プログラムの効果検証を蓄積し、健康長寿社会の実現に貢献します。

注1：疾病につながる社会経済的、環境的、行動的要因を予防すること。

### 「『健康への気づき』を促す空間デザイン・プログラム」の実現

利用を通して『健康への気づき』が得られるよう様々な工夫を施しました。

#### ステップウォーキング

－歩幅をチェックするプログラム－

床面に描かれた年代別、身長別の歩幅ラインと、利用者自身の歩幅を比べることにより、楽しみながら、『健康への気づき』を得られます。



歩幅をチェックするための床面サイン

#### クライムウォーキング

－記憶や想像力にはたらきかけるプログラム－

身体活動の増加に寄与する屋内階段の利用を促すため、階段を上りたくなる工夫として、効果音や童謡から記憶を呼び起こすプログラムを盛り込んでいます。



楽しく上れるような階段のデザイン

#### バランスウォーキング

－歩く速度や姿勢をチェックするプログラム－

歩行年齢測定プログラムを体験することで、自分の歩行年齢がわかります。速度、姿勢、バランスなど、自分の歩行状態を知ることにより、『健康への気づき』につなげます。



計測するスペースと『健康への気づき』が記載された壁面

### アンケート調査による効果検証（概要）

アンケート調査を2018年5月と9月に計5日間実施し、効果検証しました。

- 3つのプログラムが健康関心層・無関心層ともに自身の体や健康に意識を向けるきっかけになっていることが分かりました。
- 3つのプログラムがイオンモール宮崎に来訪する目的のひとつになっていることが分かりました。

※詳細は次頁

※本プログラムは、千葉大学予防医学センターと株式会社竹中工務店で推進する健康な空間・まちづくりである「健康®」と連携しています。

本件に関するお問い合わせ・取材のお問い合わせ

千葉大学予防医学センター 担当：吉田 TEL: 043-290-3877 メール：hiroaki.yoshida@chiba-u.jp

## アンケート調査による効果検証（詳細）

### 利用者層

- 5月調査時においては、ステップで160人、クライムで126人、バランスで166人、総計452人がプログラムを利用していました。
- 9月調査時においては、ステップで217人、クライムで202人、バランスで140人、総計559人がプログラムを利用していました。
- 1時間あたりの全プログラム利用者数は、5月調査で45人、9月調査で54人とやや増加傾向でした。
- ステップは19歳以下や65歳以上の年代、クライムは65歳以上の年代、バランスは20～64歳の年代の利用率が高い傾向でした。

### プログラムが体や健康に意識を向けるきっかけになったか？

- アンケート回答者の**91%**(5月)、**94%**(9月)が「プログラムを通じて、自分の体や健康について意識を向けるきっかけになった」と答えていました。
- 健康無関心層の**70%**(5月)、**83%**(9月)が「プログラムを通じて、自分の体や健康について意識を向けるきっかけになった」と答えており、プログラムが健康関心層だけでなく、**無関心層にもよい影響を与えていることが分かりました。**(図1)

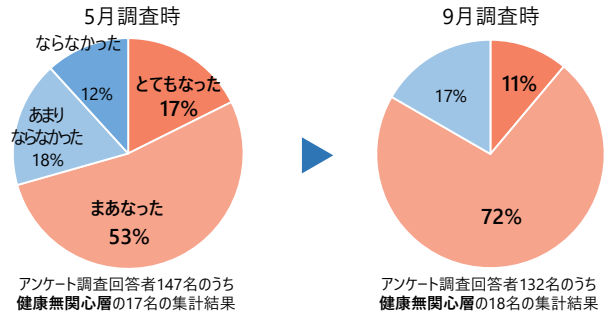


図1「プログラムを通じて、自分の体や健康について意識を向けるきっかけになりましたか」

### プログラムが来訪する目的になっているか？

- アンケート回答者の**42%**(5月)、**35%**(9月)が「来訪目的のひとつとなっている」と答えていました。
- 健康に非常に興味がある人の**56%**(5月)、**49%**(9月)が「来訪目的のひとつとなっている」と答えていました。
- クライムのアンケート回答者の**42%**(5月)、**63%**(9月)が「来訪目的のひとつとなっている」と答えていました。(図2)

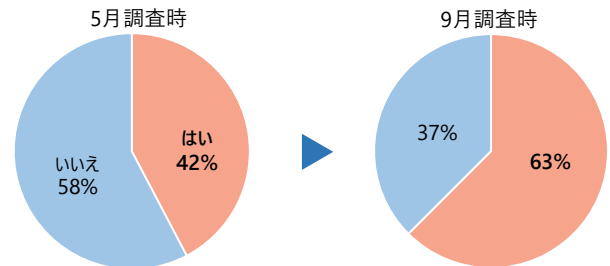


図2「プログラムを利用することは、イオンモール宮崎に来る目的のひとつとなっていますか」

### 複数回のプログラム利用者は増えたか？

- 「利用回数が2回以上」と回答した人は**14%**(5月)から**22%**(9月)に増えました。
- クライムの「10回目以上の利用」は、**15%**(5月)から**50%**(9月)に増えました。(図3)
- バランスの「2回以上の利用」は、**10%**(5月)から**17%**(9月)に増えました。

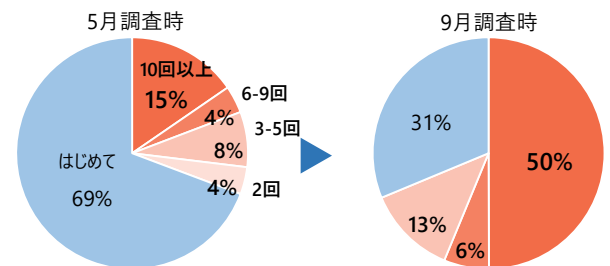


図3「クライムウォーキング(階段)は何回目の利用ですか？」

## 効果検証から得られた改善点

- 主に利用する年代を考慮したプログラムの配置や計画を行うことにより、さらなる利用促進が可能になると考えられます。
- プログラムが「自分の体や健康に意識を向けるきっかけにならなかった」と答えた人の60%が「プログラムがよくわからなかった」ことを理由に挙げているため、プログラムの利用方法の掲示や結果のフィードバック方法に改善の余地があると考えられます。