

身体活動支援環境の効果的な整備施策および政策目標の設定に関する提言

【要旨】

近年の研究によって、地域環境と身体活動との関連が示されている。これらの研究を実践（環境整備、政策目標の設定など）に生かすためには未だエビデンスが不十分だが、少しずつ具体的な対策に向けた道筋が見えつつある。本提言では、身体活動支援環境に関する政策目標の候補を3つのレベル（規制・政策レベル、環境レベル、行動レベル）に分けて提示した。また、エビデンスが不十分な現状に鑑みて、目標設定項目を「実現性の高い目標」と、将来的な目標項目として「設定方法を検討すべき目標」に分けて提示した。後者のような目標を示すことによって、今後の取り組み、研究が促進されるものと期待される。具体的な対策については、各目標項目に対応する形で示した（表）。

規制・政策レベル、環境レベルの目標項目は全て「設定方法を検討すべき目標」となった。行動レベルの目標では、2つの項目を「実現性の高い目標」とした。「活動的な通勤に関する目標」と「活動的な通学に関する目標」である。これらは、環境を対象とした目標ではないが、このような特定の身体活動を目標項目にすることの重要性が明らかとなってきたのは、環境研究の成果であり、特定の身体活動を目標にすることによって、環境整備を含めた具体的対策が実施しやすくなるものと考えられる。

身体活動支援環境の整備では、都市計画、都市交通、教育等の多くの分野において関連する事業が実施されている。効率的な対策を講じるためには、これらの多部門との連携が重要である。共通の価値観で進められる具体的な事業を見つけ出すことがその第一歩であり、本研究班における検討から、モビリティ・マネジメント、自転車利用、中心市街地活性化、都市計画マスタープラン、交通計画、総合型地域スポーツクラブ等の事業が抽出された。今後はこれらの分野との連携を深めることが効果的と考えられる。

表 身体活動支援環境に関する目標設定と環境整備対策の提言のまとめ

項目	具体的な目標の内容(あるいは例)	実現性	対策例
規制・政策レベル			
都市計画の規制・政策に関する目標	都市計画法による都市計画マスタープランに身体活動推進の理念を明記している市町村、都道府県の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・都市計画分野との連携を深めて、都市計画に身体活動の理念を入れる方法を検討する ・モデルケースを作る、良い事例を探す ・現在の都市計画を健康の視点から評価する
都市交通の規制・政策に関する目標	交通基本法による都道府県および市町村交通計画に身体活動推進の理念を明記している市町村、都道府県の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・交通計画分野との連携を深めて、交通計画に身体活動の理念を入れる方法を検討する ・モデルケースを作る、良い事例を探す ・現在の交通計画を健康の視点から評価する
身体活動の専門家の活用に関する目標	身体活動対策の専任担当者を設置している市町村、都道府県の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・専門家の活用状況を調査する ・専門家を有効に活用している事例を探す ・専門家(健康運動指導士、理学療法士)の教育プログラムの公衆衛生的な内容を強化する
その他の規制・政策に関する目標	総合型地域スポーツクラブを設置している自治体の割合を増やす、自転車道の整備に取り組む自治体の割合を増やす、モビリティ・マネジメントに取り組む自治体の割合を増やす、など	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・身体活動推進に関連した規制・政策を同定する ・当該分野との連携を強化する
環境レベル			
運動できる場所へのアクセス	「身近に利用しやすい運動施設・運動場所がある」と回答する者の割合を増やす、「身近にウォーキングできる場所がある」と回答する者の割合を増やす、など	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・既存施設の有効活用 ・運動施設、公園、遊歩道等の整備 ・運動場所に関する情報の配信 ・日常的なウォーキングのマップ作製
歩行の安全に関する目標	「自宅近隣は交通事故の危険が少なく、安全に歩くことができる」と回答する者の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・危険個所の調査、マップ作製、整備 ・WHO のプログラムであるセーフコミュニティとの協働
自転車の安全に関する目標	「自宅近隣は交通事故の危険が少なく、安全に自転車に乗ることができる」と回答する者の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・通学路、よく利用される道路など、優先順位の高い個所を同定して整備する
幼児の遊び場に関する目標	「自宅周辺に、幼児の、利用しやすく、安全な遊び場所がある」と回答する親の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・交通規制によって生活道路の安全性を高める
児童の遊び場に関する目標	「自宅周辺に、小学生の、利用しやすく、安全な遊び場所がある」と回答する親の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・既存の公園、遊び場、学校等の整備 ・安心して子供が遊べる公園・広場等になるように整備する
その他の環境要因に関する目標	「日常のちょっとした買い物は、自宅から歩いて行ける範囲で済ませることができる」と回答する者の割合を増やす、「自宅近隣は歩道が良く整備されている」と回答する者の割合を増やす、「掃除が行き届き、街並みや景観がきれいだ」と回答する者の割合を増やす、など	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・環境要因に関する研究の推進 ・景観改善の工夫と、その効果の検討 ・優先的に整備すべき歩道の同定
行動レベル			
活動的な通勤に関する目標	活動的な交通手段(徒歩、自転車等)を使って通勤する者の割合を増やす	高い	<ul style="list-style-type: none"> ・活動的な通勤・通学・買い物に関する調査(国民健康・栄養調査、あるいはパーソントリップ調査)
活動的な通学に関する目標	活動的な交通手段(徒歩、自転車等)を使って通学する者(児童、生徒)の割合を増やす	高い	<ul style="list-style-type: none"> ・モビリティマネジメントとの協働
活動的な交通手段を用いた買い物に関する目標	活動的な交通手段(徒歩、自転車等)を使って買い物する者の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・歩道・自転車道の整備 ・駐輪場の整備
散歩・ウォーキングに関する目標	散歩・ウォーキングを実施する者の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・ウォーキングマップ等の作成 ・ウォーキングできる場所の整備 ・ウォーキングに着目した対策・プログラム・イベント

将来的：将来に向けて今後、設定方法を検討すべき目標

高い：実現性が高い目標

1. 環境整備の必要性

近年、地域環境が身体活動に影響していることを示すエビデンスが増えている。今回の検討で明らかとなった身体活動量の地域差（大都市圏において活動量が高い）、近年観察されている自動車分担率（外出時に自動車を用いる割合）の増加、徒歩分担率（外出時に徒歩を用いる割合）の低下（国土交通省・パーソントリップ調査）と歩数の減少（国民健康・栄養調査）などの調査結果をみても、自動車利用を前提とした地域環境の変化が身体活動量の低下を招いていることが示唆される。環境は、そこに居住する全ての人の身体活動に、長期にわたって影響するものと考えられることより、このような身体活動量の変化（低下）に対する根本的な解決策として、環境改善の取り組むことは極めて重要と考えられる。

2. 目標設定に関する提言

健康日本 21 の次期計画に向けて、目標設定に関する提言を行う。目標設定項目の提言にあたり、目標は3つのレベル（規制・政策レベル、環境レベル、行動レベル）に分けて整理した。また、政策目標とするには必ずしもエビデンスが十分ではない項目が多いことより、「実現性の高い目標」と「設定方法を検討すべき目標」の2つに分類した。

【目標のレベル】

規制・政策レベル	現在の地域環境を決定する要因となっている規制・政策に関する目標 例：都市計画に関する法律、交通計画、運動指導者の配置に関する法律など
環境レベル	環境そのものに関する目標 例：運動場所の整備、歩道の整備など
行動レベル	環境と密接に関連した行動に関する目標 例：通勤、通学、買い物、ウォーキングなど

規制・政策レベルは、環境に規定している規制・政策等に関する目標である。どのようにして現在の地域環境が形成されているのか、どのようにするとその環境を変えることができるのか、と考えると、その背景には、環境の決定要因となっている法律、規制、政策などがある。すなわち、これらの法律、規制、政策を変えることによって、環境を変えることができるという考えに基づいてこのレベルの目標の設定を提言する。規制・政策としては、国の規制・政策、地方自治体の規制・政策が考えられる。

環境レベルは、規制・政策の結果として形成される地域環境そのものである。これまでの研究で、目的地へのアクセス、運動場所へのアクセス、歩道、交通安全、景観など様々な環境要因が身体活動に関係していることが報告されている。これらの中から、重要性、介入実現性、評価が可能かどうか、といったことを考慮して、目標を提言する。

行動レベルは、環境に密接に関連した行動の目標である。「環境」ではないが、環境研究の成果であり、このような目標を設定することによって、具体的な対策、環境整備施策が実施しやすくなるものと考えられる。例えば、「身体活動」とひとまとめ表現されるが、その中には様々な行

動が含まれている。「歩行」と「運動」では影響している環境要因が異なる。また、同じ歩行であっても、「日常生活での歩行（移動のための歩行）」と「散歩・ウォーキング」では影響している環境要因が異なっている。このような特定の身体活動行動に着目することは、身体活動の推進、環境整備の観点から極めて重要である。

【目標の実現性】

身体活動支援環境に関する研究は、国の政策目標とするにはエビデンスが不足している部分が多い。しかし、将来の目標候補として明示し、設定方法の検討を進めるべき目標とすることは有意義と考えられる。そこで、目標項目を「実現性の高い目標」「設定方法を検討すべき目標」に分類して提示（提案）する。「実現性の高い目標」は現時点で実現可能性の高い目標項目であり、「設定方法を検討すべき項目」は現時点ではエビデンスが不足しているために目標として設定することが困難だが、将来の目標設定に向けて設定方法を検討すべき項目とした。「設定方法を検討すべき項目」については、国レベルでの目標設定は困難だが、地方自治体レベルでは目標設定が可能な場合があるかもしれない。

1) 規制・政策レベルの目標

①都市計画の規制・政策に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

街の形態（土地利用形態：Land use mix、住居密度：residential density、道路の接続性：street connectivity等）が、歩行に影響していることを示す研究が多い。歩いて暮らせる街、環境に優しい街、コンパクトな街は都市計画分野においても課題となっていて、身体活動推進と価値観・方向性が一致している。このような地域環境の実現に向けて、都市計画に関連した法律、規制、政策等の中から地域環境の決定要因を同定する必要がある。そのような法律、規制、政策に関する目標設定を検討することが推奨される。

目標例：都市計画法による都市計画マスタープランに身体活動推進の理念を明記している市町村、都道府県の割合を増やす

②都市交通の規制・政策に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

通勤、通学は人々の重要な身体活動の機会となっている。エコ通勤、モビリティ・マネジメントといった取り組みがあるが、身体活動推進に資する取り組みと考えられる。これらも含めて、活動的な通勤、通学を促進する規制、政策等を検討し、さらには目標化を検討することが推奨される。

目標例：交通基本法による都道府県および市町村交通計画に身体活動推進の理念を明記している市町村、都道府県の割合を増やす

③身体活動の専門家の活用に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

栄養分野と比較して、身体活動専門家の配置に関する規制・政策は弱い。配置することの効果を検討するとともに、配置に関する規制・政策についての目標設定を検討することが推奨される。

目標例：身体活動対策の専任担当者を設置している市町村、都道府県の割合を増やす

④その他の規制・政策に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

各省庁において、身体活動推進に関連した取り組みが推進されている。これらとの連携を図り、目標化することが可能かもしれない。関連する取り組みとの協働の可能性、身体活動推進効果を検討し、目標設定を検討することが推奨される。

目標例：総合型地域スポーツクラブを設置している自治体の割合を増やす、自転車道の整備に取り組む自治体の割合を増やす、モビリティ・マネジメントに取り組む自治体の割合を増やす、など

2) 環境レベルの目標

身体活動に関連する環境要因としては、「住居密度」「土地利用（商店街等の目的地へのアクセス）」「道路の接続性」「運動場所へのアクセス」「景観」「歩道」「交通の安全性」「治安」「公共交通機関へのアクセス」等があげられる。これらを目標化するための課題としては、できるだけ客観的に測定できること、改善のための具体的な方策がイメージできること、が重要である。また、都市化の程度（大都市圏か、地方か）によって、一律の目標を立てることに無理がある項目があり、現時点での問題である。したがって、いずれも「設定方法を検討すべき目標」となるが、以下のようなものがあげられる。

①運動できる場所へのアクセス（設定方法を検討すべき目標）

平成18年国民健康・栄養調査に、この項目に関する質問項目があり、目標設定項目にできる可能性があるが、主観的評価に基づいているため、目標項目として設定可能かどうかは議論が必要

目標例：「身近に利用しやすい運動施設・運動場所がある」と回答する者の割合を増やす、「身近にウォーキングできる場所がある」と回答する者の割合を増やす、など

②歩行の安全に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

交通の安全性が歩行促進につながるかどうかについて先行研究の結果が一致していない点、評価が主観的方法に頼らざるを得ない点が限界だが、身体活動推進というよりは安全確保の点からも重要であり、目標の候補として検討する意義があると思われる。

目標例：「自宅近隣は交通事故の危険が少なく、安全に歩くことができる」と回答する者の割合を増やす

③自転車の安全に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

交通の安全性が自転車利用促進につながるかどうかについて先行研究の結果が一致していない点、評価が主観的方法に頼らざるを得ない点が限界だが、身体活動推進というよりは安全確保の点からも重要であり、目標の候補として検討する意義があると思われる。

目標例：「自宅近隣は交通事故の危険が少なく、安全に自転車に乗ることができる」と回答する者の割合を増やす

④幼児の遊び場に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

幼児の身体活動推進のためには、身近に利用できて、安心して遊ばせることができる場所が重要である。

目標例：「自宅周辺に、幼児の、利用しやすく、安全な遊び場所がある」と回答する親の割合を増やす

⑤児童の遊び場に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

児童の身体活動推進のためには、身近に利用できて、安心して遊ぶことができる場所が重要である。

目標例：「自宅周辺に、小学生の、利用しやすく、安全な遊び場所がある」と回答する親の割合を増やす

⑥その他の環境要因に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

日本におけるいくつかの研究より、身体活動に関連が強い環境要因としては「商店街等の目的地へのアクセス」「景観」「歩道」等がある。これらの知見を生かした目標設定方法を検討することが推奨される。

目標例：「日常のちょっとした買い物は、自宅から歩いて行ける範囲で済ませることができる」と回答する者の割合を増やす、「自宅近隣は歩道が良く整備されている」と回答する者の割合を増やす、「掃除が行き届き、街並みや景観がきれいだ」と回答する者の割合を増やす、など（いずれも、健康づくり支援環境評価質問紙より）

3) 行動レベルの目標

生活活動の中で重要な位置を占めている歩行・自転車（通勤、通学、買い物）、運動の中で実施するものが最も多い散歩・ウォーキングに関する目標を提案する。

①活動的な通勤に関する目標（実現性の高い目標）

通勤は身体活動の良い機会であり、活動的な通勤を実施している者で、生活習慣病のリスクが低いとする報告もある。自家用車を用いない通勤を推進することは、環境政策とも方向が一致しており、効果的な取り組みが実現する可能性が高い。環境面からは活動的な通勤を実現する交通環境を整えるという目標が明確になり、具体的な対策のイメージが湧きやすい。

目標例：活動的な交通手段（徒歩、自転車等）を使って通勤する者の割合を増やす

②活動的な通学に関する目標（実現性の高い目標）

通学は小児にとって身体活動の重要な機会である。環境面からは活動的な通学を実現する交通環境を整えるという目標が明確になり、具体的な対策のイメージが湧きやすい。

目標例：活動的な交通手段（徒歩、自転車等）を使って通学する者（児童、生徒）の割合を増やす

③活動的な交通手段を用いた買い物に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

買い物は、特に仕事を持たない者（主婦や高齢者）において重要な身体活動である。しかし、近年、特に地方都市において、自家用車を用いて郊外の大型スーパーで買い物を行うライフスタイルが広がっている。活動的な交通手段（歩行、自転車等）を用いて、比較的自宅近隣で買い物ができる環境を整えることは、本人の健康、地域の活性化等につながる可能性がある。また、「買い物難民」等の問題に対する解決策になる可能性がある。しかし、このようなアプローチが、健康、地域、経済効率等の面から考えて、本当に効果的かどうかに関するエビデンスは不足している。環境改善の方策も含めて今後検討することが推奨される。

目標例：活動的な交通手段（徒歩、自転車等）を使って買い物する者の割合を増やす

④散歩・ウォーキングに関する目標（設定方法を検討すべき目標）

各種調査から、散歩・ウォーキングが最も広く実施されている運動であることは繰り返し報告されている。もちろん、全ての人がこの種目を行う必要はないが、このような目標設定を行うことによって、対策はより具体的に行えるものと考えられる。ただし、特定の運動種目を目標設定項目とすることに問題がないかどうか、検討が必要である。

目標例：散歩・ウォーキングを実施する者の割合を増やす

3. 環境整備に関する提言

目標設定項目に対応して、考えうる対策を列挙する。

1) 規制・政策レベルの目標

①都市計画の規制・政策に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

- 都市計画分野に身体活動支援環境の概念の啓発し、協働を推し進める
- 都市計画分野との協力を推進し、都市計画マスタープランに身体活動推進の理念を盛り込むにはどのような方法があるのかを検討する。
- モデルとなる取り組みを行う。
- モデルとなる取り組みを紹介する。
- 各市町村の都市計画マスタープランを評価して、身体活動推進の面から評価・公表する

②都市交通の規制・政策に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

- 都市交通分野に身体活動支援環境の概念の啓発し、協働を推し進める
- 都市交通分野との協力を推進し、交通計画に身体活動推進の理念を盛り込むにはどのような方法があるのかを検討する。
- モデルとなる取り組みを行う。
- モデルとなる取り組みを紹介する。
- 各都道府県、各市町村の交通計画を評価して、身体活動推進の面から評価・公表する

③身体活動の専門家の活用に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

- 地方自治体における理学療法士、健康運動指導士の活用状況（どのような役割を担っているのかも含めて）を調査する
- 効果的な活用事例を紹介する
- 理学療法士、健康運動指導士の教育プログラムに公衆衛生的な内容を強化する

④その他の規制・政策に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

- 身体活動支援環境の整備につながる他分野の取り組みを見つけ出して、協働の可能性を探る
- 候補となる取り組みの例：総合型地域スポーツクラブ、セーフコミュニティ、自転車道の整備、エコ通勤・モビリティ・マネジメント、中心市街地活性化、ライトレール（LRT）の推進、小中学校の統合に伴う廃校活用、農地保全など

2) 環境レベルの目標

①運動できる場所へのアクセス（設定方法を検討すべき目標）

- 公園、遊歩道、一般道路等の整備
- 運動場所の存在の認知を高める（運動場所に関する情報提供・啓発）
- ウォーキングマップ等の作成
- 運動施設の利用時間、利用資格、料金等の情報発信強化
- 運動施設の利用時間、利用資格、料金等の見直し

- 施設利用者や地域住民のニーズ調査と、それに合わせた運動施設の充実
- 運動施設立地の工夫
- 運動施設への交通アクセスの改善
- 運動施設のない地域では学校体育館等の積極的な活用
- 既存施設を活用した運動プログラムなどの推進

②歩行の安全に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

③自転車の安全に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

- 危険個所の調査、マップ作製、整備
- WHO のプログラムであるセーフコミュニティとの協働
- 通学路、よく利用される道路など、優先順位の高い個所を同定して整備する

④幼児の遊び場に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

⑤児童の遊び場に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

- 交通規制によって生活道路の安全性を高める
- 既存の公園、遊び場、学校等の整備
- 安心して子供が遊べる公園・広場等になるように整備する

⑥その他の環境要因に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

- どのような環境要因が重要かに関する研究を進める
- 景観については、景観をどのように改善できるかに関する研究が必要
- 歩道については、どこの歩道を、どのように整備すべきかに関するエビデンスが不足している

3) 行動レベルの目標

①活動的な通勤に関する目標（実現性の高い目標）

②活動的な通学に関する目標（実現性の高い目標）

③活動的な交通手段を用いた買い物に関する目標（設定方法を検討すべき目標）

- 国民健康・栄養調査等で活動的な通勤・通学・買い物をモニタリングする（あるいはパーソントリップ調査の活用）
- モビリティ・マネジメントとの協働
- 歩道・自転車道の整備
- 駐輪場の整備

④散歩・ウォーキングに関する目標（設定方法を検討すべき目標）

- ウォーキングマップ等の作成
- ウォーキングできる場所の整備
- ウォーキングに着目した対策・プログラム・イベント

- 企業との協働

4. 今後の研究に関する提言

身体活動支援環境に関する研究には、今後推進すべき多くのテーマが含まれており、また関連する分野は保健医療に留まらない。研究の強力な推進が必要であるとともに、都市計画、都市交通、教育等を含めた多分野との連携を進める必要がある。

Ⅱ. 成果物

健康づくり支援環境の整備および目標設定に関する提言

健康づくり支援環境の整備および目標設定に関する提言

<身体活動・運動>

1) 政策目標に関する提言を表1にまとめた。目標項目は「規制・政策レベル」「環境レベル」「行動レベル」に整理した(図1)。エビデンスが不足している項目が多いため、目標設定の実現性に応じて、目標設定の実現性が「高い目標」と、今後具体的な設定方法を検討していくべき「将来的目標」とに区別した。

2) 環境整備課題は本来、保健医療分野の事業ではないものが多い。したがって、環境整備を進めるには他分野との協働が欠かせない。パートナーとしては①都市計画、②都市交通、③教育、④経済産業等があげられる。

3) 協働を推進するためには、お互いにメリットがある事業、価値観を共有できる事業・コンセプト・手法を見つけて、それを推進することが効率的と考えられる。具体的には①都市計画：都市計画法による都市計画マスタープラン、コンパクトシティ、歩いて暮らせる街づくり、②都市交通：交通基本法による交通計画、モビリティマネジメント、エコ通勤、自転車道の整備、渋滞緩和、③教育：運動場所の整備、総合型地域スポーツクラブ、④経済産業：ソーシャルマーケティング、⑤その他：セーフコミュニティ、などがある。

4) 保健医療分野では、身体活動推進対策において地域特性・環境を考慮した対策を検討していく必要がある。考えられる事業としては、自治体担当者による身体活動環境評価、地域住民による環境視察、地域環境を考慮した保健指導等があげられる。これらはまた、地域の保健担当者、住民が環境に対して高い意識を持つきっかけとなり、環境改善の具体的な方策を発見するきっかけとなり、今後の環境改善につながるものと考えられる。

<栄養・食生活>

1) 行政、民間団体、メディア、職場、学校など教育機関、地区組織、住民自身ができる食環境整備の内容を明確にし、役割分担と協働を推進する。その際、本研究で作成した「健康づくりの食環境整備の枠組み(修正版)」(表2)を活用することで、地域における食環境整備の全体像を得ることが可能になる。

2) 栄養バランスのとれた適正な食物選択の可能性を高めるには、食物へのアクセス面と情報へのアクセス面の両方の対策が必要である。食物へのアクセス面については、健康的な食物の入手場所や販売品目などを充実させる物理的環境の整備と同時に、価格調整や販売戦略など経済的環境の整備が必要である。経済的環境整備の実現には食品を生産・加工・流通している民間企業の巻き込みが不可欠である。情報へのアクセス面については、メディアからの情報の量と質の整備、食品企業の広告

も視野に入れた対策が必要である。

3) これらの民間企業やメディアの巻き込みを図るには、国や自治体が明確かつ一環した健康づくり方針を提示すべきである。また、栄養表示制度などの制度改革も必要である。

4) 国民全体を対象としたポピュレーションアプローチとしての食環境整備だけでなく、社会的弱者に対する対策も喫緊の課題である。経済格差、地域格差が拡大する中、経済的制約により望ましい食物入手が困難な状況にある母子家庭や生活保護受給者、フードデザート（食の砂漠化）が進展し食物入手が困難になってきた地域の在宅高齢者など、社会的弱者に対する食物へのアクセス面の対策に国や自治体は優先的に取り組むべきである。

5) 食環境整備に限らず、環境整備は保健医療サービスや行動変容アプローチの上流に位置する根源的な対策であり、それなしに人々の望ましい生活習慣の形成は難しいことを、保健医療関係者は十分に認識すべきである（図2）。

<喫煙>

1) 行うべき環境整備対策は既におおよそ明らかである。環境整備推進の方策として、各自治体の進捗状況をモニターして、比較できる仕組み作りが有効と考えられる。

2) そのための自己点検票を本研究班において開発した。項目は「受動喫煙の防止」「禁煙支援・治療」「喫煙防止」「情報提供・教育啓発」「たばこ対策の推進体制」の5領域に整理した。表3に示す。

3) 提示した自己点検票による評価を広く実施することによって、適切な目標設定が実現するものと考えられる。

4) 今後の課題として、たばこ事業法の改廃、たばこ税の大幅引き上げの実現、屋内全面禁煙を義務付ける法規制の強化、禁煙支援・治療にかかわる環境整備（健診の場での禁煙勧奨・支援の制度化や無料の禁煙電話相談（Quitline）の整備など）、国・自治体レベルでの環境整備のモニタリングが重要と考える（表4）。

<飲酒>

1) 飲酒習慣は環境からの影響が少なくないものと考えられるが、一方、本人の意識や健康知識等との関連も認められる。また、不適切な飲酒習慣はその人を取り巻く社会的な環境（人的な環境や仕事などの環境）からの影響も大きいものと思われる。特に、自殺との関連が相対的に強く、自殺の予防が今日的なテーマとなっている現状を考えると、社会環境的な整備がまずは重要なものとして挙げざるを得ない。

2) そこで、飲酒に関してはある程度可能な目標として、「成人一人あたりの純アルコール換算アルコール飲料消費量を年間2リットル程度減少させるような環境

作り」としたい。

3) その人を取り巻く環境が飲酒をさせるとして、少なくともストレスマネジメントの手段として飲酒に走ることをしないような社会環境・人的環境作りが重要だと認識すべきだと考えている。

図1：身体活動支援環境の目標設定のフレームワーク

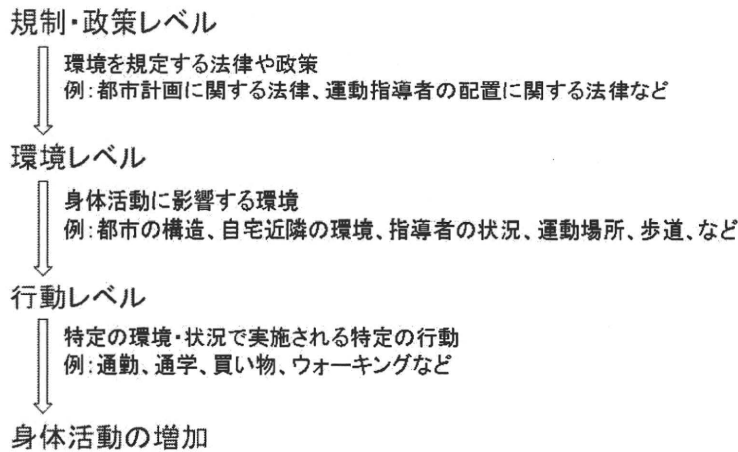


表1：身体活動支援環境に関する目標設定と環境整備対策の提言のまとめ

項目	具体的な目標例	目標設定の実現性	対策例
規制・政策レベル			
都市計画の規制・政策に関する目標	都市計画法による都市計画マスタープランに身体活動推進の理念を明記している市町村、都道府県の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・都市計画分野との連携を深めて、都市計画に身体活動の理念を入れる方法を検討する ・モデルケースを作る、良い事例を探す ・現在の都市計画を健康の視点から評価する
都市交通の規制・政策に関する目標	交通基本法による都道府県および市町村交通計画に身体活動推進の理念を明記している市町村、都道府県の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・交通計画分野との連携を深めて、交通計画に身体活動の理念を入れる方法を検討する ・モデルケースを作る、良い事例を探す ・現在の交通計画を健康の視点から評価する
身体活動の専門家の活用に関する目標	身体活動対策の専任担当者を設置している市町村、都道府県の割合を増やす	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・専門家の活用状況を調査する ・専門家を有効に活用している事例を探す ・専門家(健康運動指導士、理学療法士)の教育プログラムの公衆衛生的な内容を強化する
その他の規制・政策に関する目標	総合型地域スポーツクラブを設置している自治体の割合を増やす、自転車道の整備に取り組む自治体の割合を増やす、モビリティ・マネジメントに取り組む自治体の割合を増やす、など	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・身体活動推進に関連した規制・政策を同定する ・当該分野との連携を強化する ・マーケティングなどの方法論に基づいた身体活動促進キャンペーンの展開
環境レベル			
運動できる場所へのアクセス	「身近に利用しやすい運動施設・運動場所がある」と回答する者の割合を増やす、「身近にウォーキングできる場所	将来的	<ul style="list-style-type: none"> ・既存施設の有効活用 ・運動施設、公園、遊歩道等の整備 ・運動場所に関する情報の配信

	がある」と回答する者の割合を増やす、 など		・日常的なウォーキングのマップ作製
歩行の安全に関する目標	「自宅近隣は交通事故の危険が少なく、安全に歩くことができる」と回答する者の割合を増やす	将来的	・危険個所の調査、マップ作製、整備 ・WHO のプログラムであるセーフコミュニティとの協働
自転車の安全に関する目標	「自宅近隣は交通事故の危険が少なく、安全に自転車に乗ることができる」と回答する者の割合を増やす	将来的	・通学路、よく利用される道路など、優先順位の高い個所を同定して整備する
幼児の遊び場に関する目標	「自宅周辺に、幼児の、利用しやすく、安全な遊び場所がある」と回答する親の割合を増やす	将来的	・交通規制によって生活道路の安全性を高める ・既存の公園、遊び場、学校等の整備
児童の遊び場に関する目標	「自宅周辺に、小学生の、利用しやすく、安全な遊び場所がある」と回答する親の割合を増やす	将来的	・安心して子供が遊べる公園・広場等になるように整備する
その他の環境要因に関する目標	「日常のちょっとした買い物は、自宅から歩いて行ける範囲で済ませることができる」と回答する者の割合を増やす、「自宅近隣は歩道が良く整備されている」と回答する者の割合を増やす、「掃除が行き届き、街並みや景観がきれいだ」と回答する者の割合を増やす、など	将来的	・環境要因に関する研究の推進 ・景観改善の工夫と、その効果の検討 ・優先的に整備すべき歩道の同定
行動レベル			
活動的な通勤に関する目標	活動的な交通手段(徒歩、自転車等)を使って通勤する者の割合を増やす	高い	・活動的な通勤・通学・買い物に関する調査(国民健康・栄養調査、あるいはパーソナルリップ調査)
活動的な通学に関する目標	活動的な交通手段(徒歩、自転車等)を使って通学する者(児童、生徒)の割合を増やす	高い	・モビリティマネジメントとの協働 ・歩道・自転車道の整備
活動的な交通手段を用いた買い物に関する目標	活動的な交通手段(徒歩、自転車等)を使って買い物する者の割合を増やす	将来的	・駐輪場の整備
散歩・ウォーキングに関する目標	散歩・ウォーキングを実施する者の割合を増やす	将来的	・ウォーキングマップ等の作成 ・ウォーキングできる場所の整備 ・ウォーキングに着目した対策・プログラム・イベント

目標設定の実現性：目標達成の実現性ではなく、目標として設定するための根拠、状況が整っているかどうかを表わしている。「高い」とは具体的な目標設定を行える可能性が高い項目、「将来的」とは将来に向けて具体的な設定方法を検討すべき目標項目である。目標設定の実現性を高めるためには、その目標を達成することの重要性を明らかにすること、目標の測定方法を確立すること、達成するための具体的な方策がある程度示されること、省庁横断的な目標の場合には連携体制を整えること、などが必要である。

表 2 健康づくりのための食環境整備の枠組みと具体的な項目

レベル	食物へのアクセス(フードシステム)		情報へのアクセス(健康・食情報システム)	
	物理的環境 Physical environment	経済的環境 Economic environment	社会的環境 Social environment	情報環境 Information environment
	個人・家族 (Family, home)	栄養バランスのとれた食物へのアクセシビリティ(自力で買い物可能か?)	世帯収入 くらし向き(ゆとり感)	家族・友人の支援(サポート) 家族や友人からの栄養・食情報の入手
組織: (Organizational : School, Worksite)	組織内における栄養バランスのとれた食物の入手可能性(食堂、売店、自動販売機など)	食品の価格 販売促進	友人や同僚の食に関する意識・規範	学校の食堂、社員食堂、売店等で提供される食物への栄養成分表示
近隣・地域 (Neighborhood, Community)	栄養バランスのとれた食物の入手可能性		食物入手が困難な住民への自治会等による支援	
	食料品店の分布と販売品目	食品の価格	お裾分けなど、互いに食べ物を気軽に交換し合う関係	食や栄養をテーマとした取り組み(教室、イベントなど)の実施
	飲食店、ファーストフード店の分布	販売促進	食の文化や伝統、季節性などを大事にしようという社会規範 食の安全面で信頼できる店や生産者の存在	飲食店や食品売り場、外食施設における栄養成分表示 地域の広報、ミニコミ誌、ケーブルテレビなどからの正しい栄養・食情報の提供
社会・政策 (Policy, Economy)	メディア			メディア(テレビ、新聞、雑誌、インターネットなど)からの正しい栄養・食情報の提供
	企業	栄養バランスのとれた商品の拡大・提供	入手しやすい価格設定	食品企業等の広告
	行政	食品の安全性確保の制度・法整備	食料不安(food insecurity)への対応(制度、施策)	栄養・食に関する啓発普及事業の実施 栄養表示に関する制度・法整備

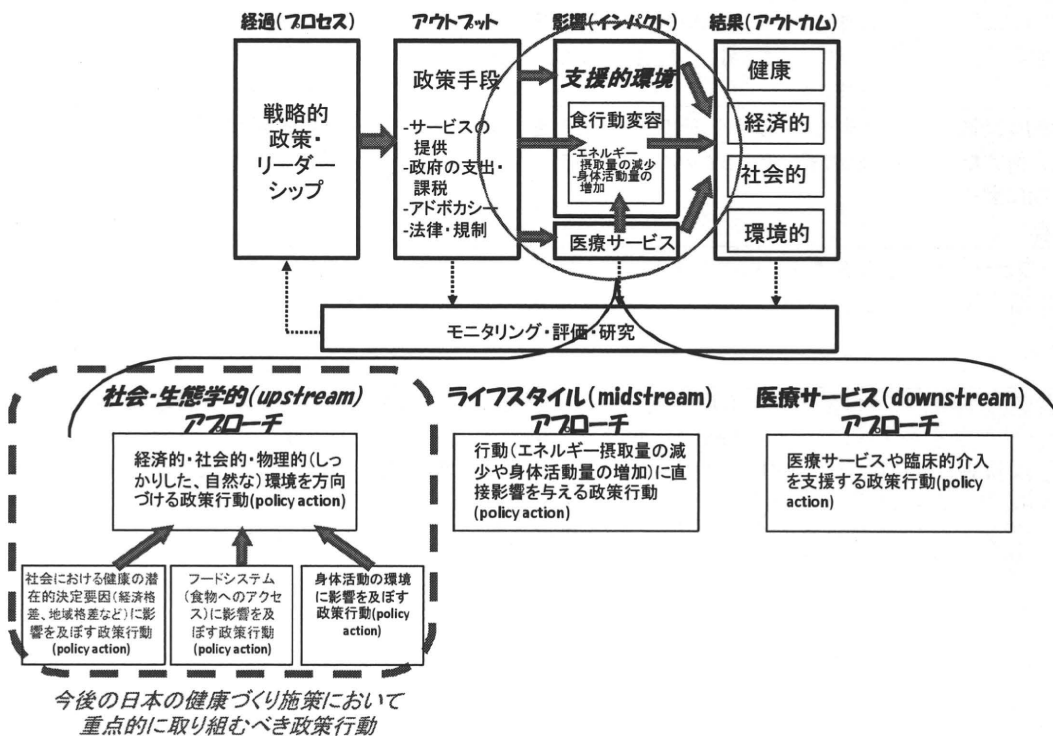


表3：喫煙対策の実施状況を評価する自己点検票の内容

たばこ対策の領域	市町村版	都道府県版
受動喫煙の防止	官公庁(市役所、議会庁舎等の場所別) 学校(市町村立幼稚園等の校種別)	官公庁、学校(都道府県立、私立、大学等)、 医療機関、職場(民間職場)、飲食店、公共 交通機関(鉄道、バス、タクシー)
禁煙支援・治療	健診等の保健事業における取組み (母子健康手帳交付時、国保の特定健診等) たばこ対策事業としての取組み (禁煙治療や補助剤への費用補助等) 禁煙治療へのアクセス (人口・面積あたり、禁煙治療・OTC薬 [*] 別)	
喫煙防止	喫煙防止のための委員会の設置 学校における喫煙防止教育の実施状況 (市町村立小・中・高の校種別に把握) たばこ販売へのアクセス (人口・面積あたり、コンビニエンスストア・ 自動販売機別)	学校における喫煙防止教育の実施状況 (都道府県立高校、私立中・高の校種 別に把握)
情報提供・教育啓発	講演会・セミナー等の実施、ホームページ・広報 誌で情報を提供、等	
たばこ対策の推進体制	喫煙率減少の数値目標の設定 たばこ対策推進のための委員会の設置 たばこ対策担当者・専従体制 たばこ対策予算	喫煙率減少の数値目標の設定 たばこ対策推進のための委員会の設置 たばこ対策担当者・専従体制 たばこ対策予算

^{*} 禁煙補助剤として薬局・薬店で市販されている薬剤。ニコチンガムとニコチンパッチの2種類がある。

表4：今後の喫煙対策環境整備の重要課題

1. たばこ事業法の改廃
2. たばこ税の大幅引き上げの実現
3. 屋内全面禁煙を義務付ける法規制の強化
4. 禁煙支援・治療にかかわる環境整備
 - 健診の場での禁煙勧奨・支援の制度化
 - 無料の禁煙電話相談(Quitline)の整備
5. 国・自治体レベルでの環境整備のモニタリング

Ⅲ. 研究成果の刊行に関する一覧表

Ⅲ.研究成果の刊行に関する一覧表

雑誌

発表者氏名	論文タイトル名	発表誌名	巻号	ページ	出版年
<u>井上茂</u>	運動・身体活動と公衆衛生 (4) 身体活動と環境要因	日本公衆衛生学雑誌	55(6)	403-406	2008
<u>下光輝一</u>	運動・身体活動と公衆衛生(11)「社会のニーズにこたえる運動疫学研究を」	日本公衆衛生雑誌	56(1)	44-47	2009
<u>Inoue S.</u> , Murase N., <u>Shimomitsu T.</u> et al	Association of physical activity and neighborhood environment among Japanese adults	Prev Med	48	321-325	2009
<u>Kamada M.</u> , Kitayuguchi J, <u>Inoue S.</u> , et al	Environmental correlates of physical activity in driving and non-driving rural Japanese women.	Prev Med.	49(6)	490-496	2009
Ishii K, <u>Inoue S.</u> , Ohya Y, <u>Shimomitsu T.</u> , et al	Sociodemographic variations in perceptions of barriers to exercise among Japanese adults.	J Epidemiol	55	161-168	2009
Sallis J.F., Bowles H.R., Bauman A., <u>Inoue S.</u> et al	Neighborhood environments and physical activity among adults in 11 countries.	Am J Prev Med	36	484-490	2009
<u>井上茂</u>	生活環境と歩行の関係は？	肥満と糖尿病	8	806-807	2009
鈴木崇正、難波孝太、 <u>室町泰徳</u>	都市環境が自動車利用を中心とした交通行動に与える影響に関する研究	土木計画学研究講演集	39	CD	2009
<u>室町泰徳</u>	都市交通計画における都市環境と健康問題	土木計画学研究講演集	39	CD	2009