（別添４）

厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣対策総合研究事業）
「自治体が生活習慣病予防・健康増進の取組を推進するために必要な
「健康に関心が薄い層」への、実装可能な介入方法に関する研究」

令和７年度　分担研究報告書
「身体活動・運動分野における健康に関心が薄い層の特性および同層を対象とした介入に関するスコーピングレビュー」

研究代表者　萩原　加奈子　国立保健医療科学院　生涯健康研究部　研究員
研究分担者　逸見　治　　国立保健医療科学院　生涯健康研究部　主任研究官
研究分担者　畠山　典子　　順天堂大学　医療看護学部　准教授
研究協力者　谷木　龍男　　東海大学　体育学部生涯スポーツ学科　准教授
研究協力者　松下　宗洋　　東海大学　体育学部生涯スポーツ学科　講師

研究要旨

【目的】本研究は、研究班全体の目標である「自治体による健康に関心が薄い層への効果的な介入方策の明確化」に向け、運動・身体活動分野における介入方法に関するスコーピングレビューを実施するものである。令和 7 年度は、運動・身体活動分野における「健康に関心が薄い層」の特性及び当該層を対象とした介入方法を整理することを目的とし、検索式の構築、データベース検索、重複除去並びに標題及び抄録に基づく一次スクリーニングを実施した。

【方法】PRISMA-ScR に準拠し、PCC(Population：健康無関心層、Concept：身体活動・運動介入、Context：自治体・地域組織)に基づき検索式を構築した。対象期間は 2000 年から 2026 年、対象言語は英語および日本語とし、英語 5 データベース(PubMed、Embase、PsycINFO、Web of Science、CINAHL)および日本語 3 データベース(医中誌、JDream Ⅲ、J-STAGE)を用いて検索を行った。検索結果は Covidence に取り込み、重複除去後、2 名のレビューアが独立して一次スクリーニングを行った。

【結果】検索により計 8,924 件(PubMed 2,439 件、医中誌 1,937 件、Embase 1,239 件、JDream Ⅲ 1,193 件、Web of Science 1,000 件、PsycINFO 714 件、CINAHL 401 件、J-STAGE 1 件)が特定された。重複 3,019 件(手動同定 1 件、Covidence による自動同定 3,018 件)を除外し、5,905 件を一次スクリーニング対象として整理した。本報告書の取りまとめ時点において、4,237 件についてスクリーニングが完了し、そのうち 174 件を二次スクリーニング(全文評価)の対象として確定した。残る 1,668 件については継続して一次スクリーニングを進めている。

【結論】運動・身体活動分野における健康無関心層を対象とした自治体・地域介入研究について、スコーピングレビューの基盤を整備し、一次スクリーニングを進めた。残余分のスクリーニングを完了した上で、全文評価による二次スクリーニングに移行する。令和 8 年度においては、採択された文献について、介入内容については BCT タキソノミー、実装要因については CFIR の枠組みを用いて整理する。また、研究デザインに応じて RoB 2 および ROBINS-I を用いた文献の質評価を実施する予定である。これにより、自治体が実装可能な運動・身体活動介入の選択肢および実装条件に関する知見を整理し、今後の地域保健施策の検討に資する基礎資料を作成する。

A. 研究目的

自治体の保健施策において、運動・身体活動の促進は生活習慣病予防および健康寿命の延伸に資する中核的な取組と位置づけられている。一方、健康無関心層は健康行動の必要性に対する認識および行動変容の準備性が低く、既存の運動教室や保健事業への参加に至りにくいことから、自治体が直接到達することが困難な集団とされている。国内外においては、地域を基盤とした多様な運動介入が試みられているものの、健康無関心層を対象とした介入のエビデンスは断片的であり、自治体が現場で実装可能な形で体系的に整理された知見は限られている。

本分担研究は、こうした現状を踏まえ、運動・身体活動分野における「健康に関心が薄い層」の特性及び当該層を対象とした介入方法を整理することを目的とし、検索式の構築、データベース検索、重複除去並びに標題及び抄録に基づく一次スクリーニングを実施した。

B. 研究方法

1.文献の検索方法

本レビューは、スコーピングレビューの報告ガイドラインである PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR)(Tricco et al., 2018)に準拠して実施した。検索の実施に先立ち、対象データベース、検索式、ならびに文献の選択基準および除外基準について、研究班全体の枠組みを共有したうえで、運動・身体活動分野に即した内容に調整した。

検索対象データベースは、英語文献については PubMed、Embase、PsycINFO、Web of Science、CINAHL の計 5 種類、日本語文献については医学中央雑誌(医中誌)、JDream Ⅲ、J-STAGE の計 3 種類とした。検索対象期間は、コミュニティヘルスおよび実装科学の進展を踏まえ、2000 年から 2026 年までとした。

検索式は、本分担研究の PCC に基づき構築した。対象(Population)は、地域在住の 18 歳以上の成人のうち、「健康に関心が薄い層」に該当する者、またはその層を含む集団とした。具体的には、健康関心度尺度における低得点群、行動変容ステージ理論における前熟考期または熟考期、健診・保健指導・地域健康教室等への参加率が低い集団、健康情報への関心またはアクセスが低い集団、あるいは生活習慣改善への動機づけが低いと評価された集団等を含めた。概念(Concept)は、自治体及び自治体と連携可能な地域組織(NPO、住民組織、医師会等)が実施主体となる、地域を基盤とした運動・身体活動関連介入とした。具体的には、コミュニティ運動教室、ウォーキンググループ、屋外環境整備、地域スポーツイベント等を含み、運動・身体活動以外の領域を含む統合的介入についても対象とした。また、身体活動量及び強度に関する量的指標(歩数、中高強度身体活動時間、運動習慣の有無、WHO 推奨量達成率等)に加え、心理・認知的指標、参加・実装指標、生理学的指標、経済指標等についても整理対象とした。文脈(Context)は、自治体及び地域組織等による地域を場とした健康増進活動とし、地域住民を対象として実施される自治体保健事業、地域活動、住民参加型プログラム等を含め、自治体において実装可能な取組を対象とした。

検索語は、研究班で共有された語彙を基に、運動・身体活動分野に関連する用語を追加して作成した (表 1)。検索式は、#1 から#4 までの各区分内の検索語を OR で連結

し、区分間を AND で結合する形で構成した。なお、医中誌等の日本語データベースについては、#2(健康無関心層に該当する検索語)を含めると検索結果が著しく減少し、包含候補の取りこぼしが懸念されたため、#2 を除いた検索式を用いた。

表 1.検索語

区分	検索語
#1 自治体・地域	【英語】Municipality, "local government", community, "community-based", "population-based", neighborhood, district, regional, "public health department", "health authority" 【日本語】自治体, 地域, コミュニティ, 市町村, 保健所, 地方自治体, 町村, 市区, 保健センター, 保健サービス, 地方公共団体, 近隣
#2 健康無関心層	【英語】"health uninterested", "low health interest", "health indifferent", "health unmotivated", "inactive population", "hard-to-reach", "low participation", "non-participant", "precontemplation", "contemplation stage", sedentary, "unhealthy lifestyle", "health disparities", disadvantaged, "vulnerable population", "low motivation", "low intention", "low uptake", "poor engagement", underserved, marginalized 【日本語】健康無関心層, 健康関心が低い, 健康関心低群, 参加率低群, 健康行動実行意図低群, 健康無関心, 健康関心度, 健康意識が低い, 健康行動の実行意図が低い, 行動変容段階が低い, 参加率が低い, 参加しない, 取組に参加しない, 支援が届きにくい, 熟考期, 健康格差
#3 運動・身体活動	【英語】"physical activity", exercise, "active living" 【日本語】運動, 身体活動
#4 介入・政策	【英語】"lifestyle intervention", "behavior change", "health promotion", "disease prevention", education, program, campaign, policy, promotion, "community intervention", "population intervention" 【日本語】介入, プログラム, 取組, 事業, 施策, 行動変容

2.文献のスクリーニング方法(一次スクリーニング)

各データベースから検索により特定された文献は、Covidence(Veritas Health Innovation 社、オーストラリア・メルボルン)に取り込み、重複除去を実施したうえでスクリーニングを行う方針とした。

文献の包含基準は、以下のとおりとした。①対象者が健康無関心層に該当するものであること(健康関心度尺度における低得点群、行動変容ステージ理論における前熟考期または熟考期、健診・保健指導・地域健康教室等への参加率が低い集団、健康情報への関心またはアクセスが低い集団、生活習慣改善への動機づけが低いと評価された集団のいずれかに該当)、②自治体または地域組織(官民協働を含む)が実施主体として明示されていること、③地域を実施場所とする介入、または自治体が委託、採用もし

くは展開可能な形で設計された介入であること、④運動・身体活動関連介入、または栄養・運動・喫煙等の複数領域を扱う統合的介入であること、⑤量的アウトカム指標(一次または二次アウトカム)を報告していること、⑥研究デザインがランダム化比較試験(個人単位またはクラスター)、準実験研究、単群前後比較研究、前向きコホート研究、自然実験研究、もしくは量的評価指標および比較条件(介入前データまたは別集団との比較)を備えた自治体事業報告であること、⑦英語または日本語で公表されていること、⑧2000 年以降に公表されていること、⑨18 歳以上 65 歳未満の成人を対象としていること。

除外基準は、以下のとおりとした。①既に健康意識が高い集団またはボランティア参加者のみを対象とした研究、②医療機関内のみで完結し地域との連携が明示されていない治療的介入、③地域住民との連携または自治体の関与がない企業内のみの職域介入、④学校教育機関内のみで完結する介入(成人教育および地域公開講座を除く)、⑤質的研究のみであり量的アウトカムを報告していないもの、⑥会議抄録、解説記事、症例報告、コメント等、⑦学術誌に未掲載のもの(ClinicalTrials.gov 等の試験登録情報を含む)、⑧パイロット研究、feasibility study、preliminary investigation に該当するもの、⑨高齢者(65 歳以上)のみを対象としたもの、特定の患者集団、特定の民族的マイノリティのみを対象としたもの、⑩妊婦・産婦、がんサバイバー、受刑者、ホームレスのみを対象としたもの。

なお、実施場所が職域である場合についても、自治体からの委託の可能性があることから、実施場所のみを理由とした除外は行わないこととした。

検索時期は、英語データベースおよび日本語データベースのいずれについても 2026 年 1 月に実施した。

一次スクリーニングは、上記基準に基づき、標題および抄録を対象として実施することとした。2 名のレビューアが Covidence 上で独立して判定を行い、不一致が生じた場合には、レビューア 4〜5 名による協議のうえ決定した。判定保留と判断された文献については、二次スクリーニング(全文評価)の対象に含めることとした。

(倫理面の配慮)

本年度の研究は、公開された文献情報の収集および分析を内容とするものであり、人を対象とする研究には該当しない。したがって、「人を対象とする生命科学・医学系研究に関する倫理指針」の対象外である。文献の取扱いに当たっては、著作権法を遵守し、引用に際しては出典を明示した。

C. 研究結果

1.一次スクリーニングの進捗

英語 5 データベースおよび日本語 3 データベースから検索により特定された文献は計 8,924 件であった(PubMed 2,439 件、医中誌 1,937 件、Embase 1,239 件、JDream Ⅲ 1,193 件、Web of Science 1,000 件、PsycINFO 714 件、CINAHL 401 件、J-STAGE 1 件)。データベース別の検索ヒット件数の内訳を表 2 に示す。なお、令和 7 年度は学術データベースを対象として検索を実施したものであり、政府・自治体報告書等については、令和 8 年度以降に補足的な検索を行う予定である。

これらの文献を Covidence に取り込み重複除去を行った結果、手動により同定された

1 件およびシステムにより自動同定された 3,018 件の計 3,019 件を重複として除外し、一次スクリーニング対象は 5,905 件となった。

本報告書の取りまとめ時点において、当該 5,905 件のうち 4,237 件についてスクリーニングが完了し、174 件を二次スクリーニング(全文評価)の対象として確定した。残る 1,668 件については、引き続き標題および抄録に基づく一次スクリーニングを実施している段階であり、当該分から追加の二次スクリーニング対象を抽出する。文献選択過程の概要を図 1 に示す。

表 2.データベース別の検索ヒット件数

データベース	件数
PubMed	2,439
医中誌	1,937
Embase	1,239
JDream Ⅲ	1,193
Web of Science	1,000
PsycINFO	714
CINAHL	401
J-STAGE	1
合計	**8,924**

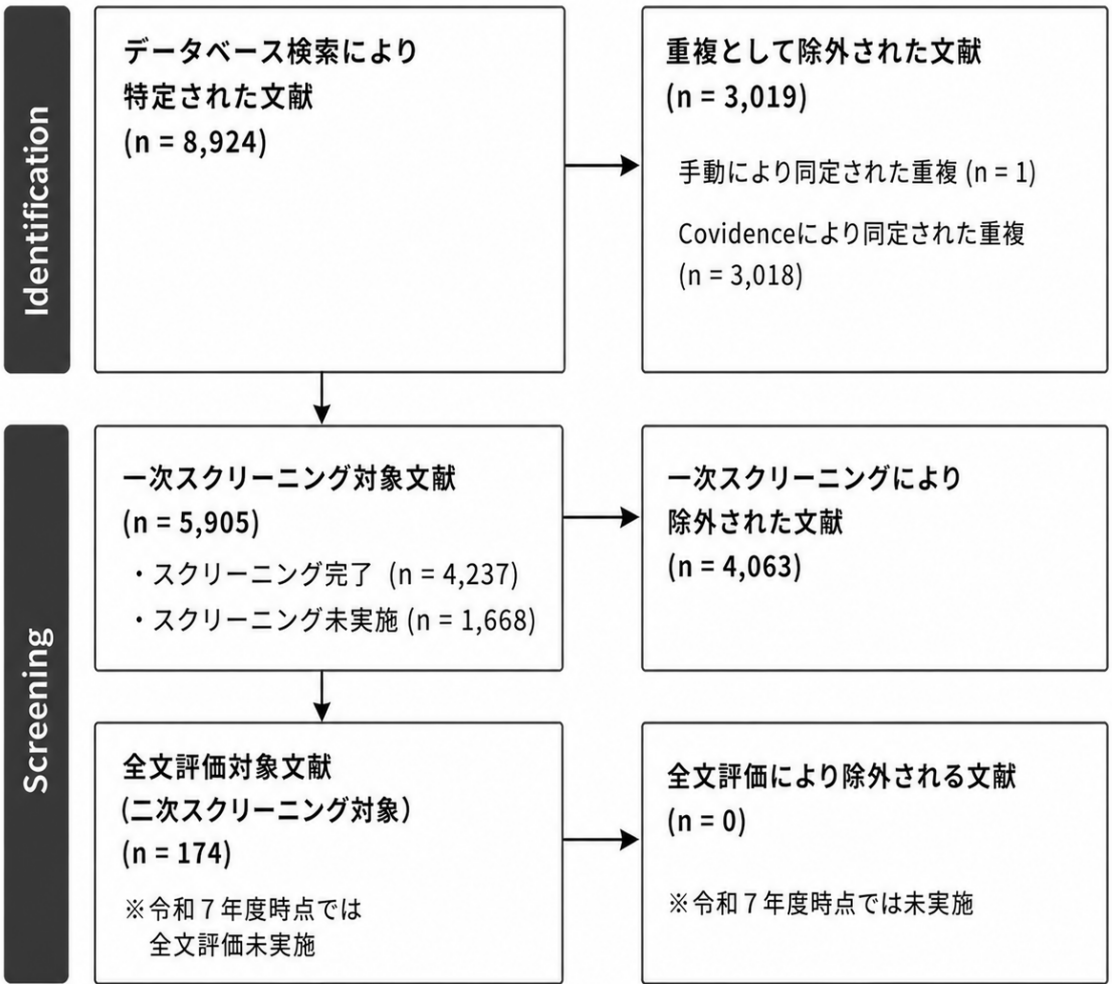


図 1. 文献選択過程(PRISMA-ScR 準拠)

D.考察

本年度は、運動・身体活動分野における健康無関心層を対象とした介入研究を整理するためのレビュー体制を整備し、地域環境整備、ウォーキング事業、コミュニティプログラム等を含む多様な介入を対象として、8 種類の学術データベースを用いた文献検索および一次スクリーニングを進めた。検索により特定された 8,924 件のうち、重複除去後の 5,905 件を一次スクリーニング対象とし、本報告書の取りまとめ時点で約 7 割に相当する 4,237 件についてスクリーニングを完了した。現時点において 174 件が二次スクリーニング(全文評価)の対象として確定している。

残る 1,668 件については、本報告書提出後速やかにスクリーニングを完了させる予定である。当該分の判定により二次スクリーニング対象は追加される見込みであり、最終件数は残余分の完了をもって確定する。

方法論上、以下の留意事項がある。第一に、健康無関心層の操作的定義は文献ごとに多様であり、用いられる尺度、閾値および分類基準が一定でないため、二次スクリーニングおよびデータ抽出の段階において、各研究における定義を併記する形で整理する必要がある。また、第二に、運動・身体活動分野では、個人への教育的支援に加

え、歩行環境の整備、コミュニティ活動、健康ポイント事業等、地域環境そのものに働きかける介入が多く含まれる特徴がある。そのため、介入内容の整理に当たっては、個人レベルの行動変容支援と地域環境レベルの支援を区別して把握する必要がある。第三に、運動・身体活動分野では、介入の構造、実施頻度、強度、到達度等に関する記述の精粗にばらつきが想定される。二次スクリーニングおよびデータ抽出においては、これらを統一的に整理するための枠組みが求められる。

令和 8 年度においては、二次スクリーニング(全文評価)を実施するとともに、採択文献の整理に当たり、介入内容については Behaviour Change Technique Taxonomy v1(BCT タキソノミー)(Michie et al., 2011)、実装要因については Consolidated Framework for Implementation Research(CFIR) (Damschroder et al., 2009)の枠組みを用いて分類することを計画している。また、研究の質評価については、研究デザインに応じてランダム化比較試験については Cochrane Risk of Bias 2(RoB 2) (Sterne et al., 2019)、非ランダム化介入研究および準実験研究については ROBINS-I(Sterne et al., 2016)を用いてバイアスリスクを評価する。主要アウトカムに関するエビデンスの確実性については、GRADE アプローチ(Guyatt et al., 2008)に基づく評価を予定している。あわせて、対象者のリクルート方法、健康無関心層との関連、健康無関心層を示唆する属性、および各文献における操作的定義についても抽出・整理する。

E.結論

本年度は、運動・身体活動分野における健康無関心層を対象としたスコーピングレビューを開始し、検索式の構築、文献検索、重複除去、ならびに一次スクリーニングを進めた。検索の結果、8,924 件の文献が特定され、重複除去後 5,905 件を一次スクリーニング対象として整理した。本報告書取りまとめ時点では 4,237 件のスクリーニングを完了し、174 件を二次スクリーニング対象として抽出した。

令和 8 年度においては、残余分の一次スクリーニングを完了したうえで全文評価を実施し、健康無関心層の操作的定義、介入内容、実装条件等について整理を進める予定である。また、介入内容については BCT タキソノミー、実装要因については CFIR を用いて分類し、自治体が実装可能な運動・身体活動介入に関する知見を整理する。

F.引用文献

Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., Peters, M. D. J., Horsley, T., Weeks, L., Hempel, S., Akl, E. A., Chang, C., McGowan, J., Stewart, L., Hartling, L., Aldcroft, A., Wilson, M. G., Garritty, C., Lewin, S., & Straus, S. E. (2018). PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): Checklist and explanation. *Annals of Internal Medicine, 169*(7), 467–473. https://doi.org/10.7326/M18-0850

Michie, S., van Stralen, M. M., & West, R. (2011). *The behaviour change wheel: A new method for characterising and designing behaviour change interventions. Implementation Science, 6*(1), 42. https://doi.org/10.1186/1748-5908-6-42

Damschroder, L. J., Aron, D. C., Keith, R. E., Kirsh, S. R., Alexander, J. A., & Lowery, J. C. (2009). Fostering implementation of health services research findings into practice: A consolidated framework for advancing implementation science. *Implementation Science, 4*, Article 50. https://doi.org/10.1186/1748-5908-4-50

Sterne, J. A. C., Savović, J., Page, M. J., Elbers, R. G., Blencowe, N. S., Boutron, I., Cates, C. J., Cheng, H.-Y., Corbett, M. S., Eldridge, S. M., Emberson, J. R., Hernán, M. A., Hopewell, S., Hróbjartsson, A., Junqueira, D. R., Jüni, P., Kirkham, J. J., Lasserson, T., Li, T., … Higgins, J. P. T. (2019). RoB 2: A revised tool for assessing risk of bias in randomised trials. *BMJ, 366*, l4898. https://doi.org/10.1136/bmj.l4898

Sterne, J. A., Hernán, M. A., Reeves, B. C., Savović, J., Berkman, N. D., Viswanathan, M., Henry, D., Altman, D. G., Ansari, M. T., Boutron, I., Carpenter, J. R., Chan, A.-W., Churchill, R., Deeks, J. J., Hróbjartsson, A., Kirkham, J., Jüni, P., Loke, Y. K., Pigott, T. D., … Higgins, J. P. T. (2016). ROBINS-I: A tool for assessing risk of bias in non-randomised studies of interventions. *BMJ, 355*, i4919. https://doi.org/10.1136/bmj.i4919

Guyatt, G. H., Oxman, A. D., Vist, G. E., Kunz, R., Falck-Ytter, Y., Alonso-Coello, P., & Schünemann, H. J. (2008). GRADE: An emerging consensus on rating quality of evidence and strength of recommendations. *BMJ, 336*(7650), 924–926. https://doi.org/10.1136/bmj.39489.470347.AD

G.研究発表

1,論文発表

なし

2.学会発表

なし

H.知的財産権の出願・登録状況

なし