

「出不精」を都市交通・健康・心理の分野から とことん考えてみる

SATテクノロジー・ショーケース2024

■ はじめに

日本の人口は減少しているものの、医療技術が発展したことにより平均寿命は延伸し、その結果、日本は少子高齢化社会と呼ばれている。このような状況において、近年健康寿命を伸ばそうとする取り組みが全国各地で行われている。健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されない状態の期間と定義されている。

既往研究において、健康寿命と外出頻度の関係が言及されており、高齢者が週に2-3回未満の外出の場合、それ以上に外出している人と比較して、2年半で要介護になる人の割合が3.4倍になるという研究などがある(例えば、渡辺ら 2005)。

本研究では、このような問題に対し、外出する人とならない人にはどのような特徴があるのかをアンケート調査結果を用いて、従来の健康科学分野のみならず、都市計画・交通工学・心理学の観点から分析した。

■ 活動内容

1. 「出不精」および「潜在的出不精」の定義

本研究では「日常生活において不要不急な外出を行わない人」と定義した。これには、通勤で頻繁に外出するものの、休日は外に出ない人なども含まれる。このような人(潜在的出不精とする)は、退職後に閉じこもりになり、健康寿命の低下に影響を及ぼす可能性があることから本研究の対象になると考えられる。

2. データ分析

経済産業省・国土交通省が立ち上げた「スマートモビリティチャレンジ」に参加している地域の住民8,360名を対象に、外出行動や属性、パーソナリティに関するWebアンケートを調査会社を通じ、2022年度に実施した。この調査結果より、以下の手順で分析を行った。

● 出不精・潜在的出不精とそうでない人を分類

外出目的と外出頻度の回答結果より、通勤・通学、通院、食料品の買い物を「Essentialな外出」、それ以外の外出を「不要不急な外出」とし、それぞれの頻度から4つのタイプに分類した(右図参照)。

● それぞれのタイプの要因を分析

分類結果をもとに、属性やパーソナリティを変数とした分散分析を実施し、どのような変数に差異が生じているのか把握した。その後、分析結果をもとに、出不精や潜在的出不精に関わる要因について考察を行った。

3. 分析結果

分散分析を実施した結果、地域属性や個人属性に関わる部分、その人が持つ価値観や性格に関する部分でタイプごとの差異とタイプ内で共通する部分がみられた。

今後は現在得られている内容をさらに分析し、出不精や潜在的出不精に関係する要因の抽出や、そのような人たちに対して、今まで以上に寄り添った外出行動の変容を促す方策の作成を行う。

4. この研究の見どころ

- 分析手法や結果の考察に対し、都市交通や健康、心理などを踏まえた学際的な視点から研究を行っている点
- 顕現化された行動に着目するだけでなく、潜在的な要因にも着目している点
- 潜在的出不精に対して将来的な行動変容を促す方策を作成することで、現在だけでなく、将来の日本の健康寿命延伸に対しても言及している点

■ 関連情報等(特許関係、施設)

本研究は、経済産業省・国土交通省が立ち上げたスマートモビリティチャレンジプログラムの一環として実施している。データ提供など多大なるご助力をいただいたことに対し、感謝の意を表す。

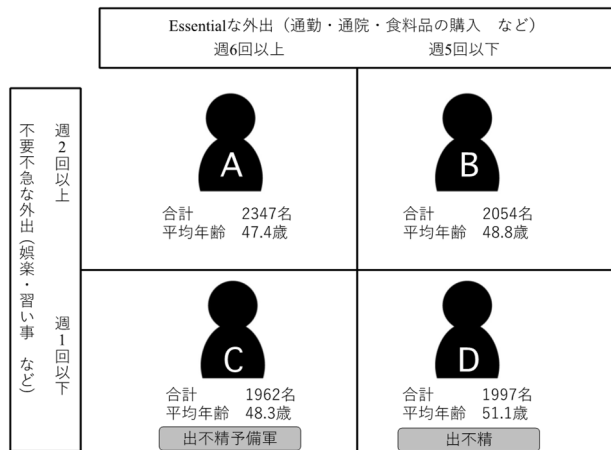


図 アンケートに基づく分類結果

代表発表者 池谷 風馬(いけや ふうま)

所属 国立研究開発法人 産業技術総合研究所
人間情報インタラクション研究部門

問合せ先 〒305-8561 茨城県つくば市東 1-1-1 中央第 6
TEL : 029-861-6110
MAIL : ikeya-fuma@aist.go.jp

■キーワード: (1) 出不精
(2) 外出行動・外出頻度
(3) BIG5

■共同研究者: 安藤 貴史(産業技術総合研究所)
佐藤 稔久(同上)
橋本 尚久(同上)