

## I 研究概要

### 1 研究背景

健康増進法の施行から 20 年以上が経過し、現在の日本における健康づくり政策が抱える大きな課題のひとつに「健康無関心層」へのアプローチがある。2024 年度からは新たに「健康日本 21（第三次）」が開始された。先立って厚生労働省より 2023 年 5 月に告示された「国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な指針」によれば、これまでの「健康日本 21（第二次）」においては、1) 一部の性・年齢階級について悪化している指標が存在すること、2) 健康増進に関するデータの見える化・活用や国及び地方公共団体における PDCA サイクルの推進が不十分であること、などの課題が指摘されている。

このうち 1) で指摘された人びとが、いわゆる健康無関心層と呼ばれる自己の生活習慣の改善に対する意思を持たず、政策的介入などのアプローチが困難な層を含むと推察される。その上で同指針では、誰一人取り残さない健康づくりの展開（Inclusion）と、より実効性をもつ取組の推進（Implementation）を通じて、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基本的な事項を示す、と記されている。また「第一 国民の健康の増進の推進に関する基本的な方向：三 社会環境の向上」において、健康に関心の薄いものを含む幅広い対象に向けた健康づくりを推進する、「同：四 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」において、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性がある、と記されたことも高齢者や若年者を中心とする健康無関心層を意識したものと推察される。

健康無関心層が注目される社会背景のひとつに健康格差の問題がある。経済的貧困や社会的孤立といった複数のリスクが集積しやすく、従来の健康政策で行われてきたポピュレーションアプローチに反応しにくい集団を“vulnerable population”と呼ぶが、健康無関心層も同様に位置づけることができる。彼らの健康格差の拡大防止・縮小に関しては、社会経済状況（Socio-Economic Status: SES）の低さや不平等が指摘され、単に関心の程度だけでなく、リスクの集積や介入に応じることができない事情を考慮しなければならない。同時に、その取り組みや介入による格差の拡大（Intervention-Generated Inequalities: IGI）への配慮も、政策提言においては極めて重要な視点である。

### 2 研究目的

こうした社会的背景を踏まえ、健康への関心について実態を把握する必要がある。従来の調査では主観的健康感や病気・怪我の有無といった健康状態を把握する項目や尺度が広く使用されてきたが、健康への関心については関心の有無を段階的に問うなど単純な形式での把握にとどまっていた。厚生労働省が令和元年に実施した「国民健康・栄養調査」によれば、20 歳以上の男女における健康無関心層の割合は、食習慣では男性 24.6%、女性 25.0%、運動習慣では男性 23.9%、女性 26.3%であった。この結果に基づけば、健康無関心層は国民の 3~4 割を占めるということになる。

しかしながら健康への関心は一面的ではなく、特に健康無関心層の特徴を明確にすることを目的とした場合にはより多角的な視点で質問を設定することが必要となる。そこで2023年度は、小澤ほかが開発した健康関心度尺度を用いて、仮説検証的に健康への関心およびその関連要因について実態の把握と分析を行った。同尺度は健康無関心層の把握および効果的なアプローチの検討に向けて作成されたものである。意識・意欲・価値観の3因子12項目で構成され、各因子4項目（いずれもリッカート法）が設定されている。これらの合計得点（範囲：12-48点）から関心度を低・中・高の3群に分けて集計したところ、低関心群（12-24点）は全体の5.4%にとどまった。一方、同調査で運動・スポーツへの取り組み状況についてたずねたところ、運動習慣の改善に対する意思のない「前熟考期」は全体の37.9%であった。したがって健康への関心は一定程度ある反面、運動の習慣化には至っていないという実態が明らかになった。このことは健康への関心の有無と運動・スポーツ行動の有無が必ずしも一致していないという意識と行動の乖離を示している。すなわち本人の意思とは裏腹に、やりたくてもできない状態⇨無関心層のジレンマとも読み取れる。

そこで本調査ではそのジレンマの要因を探索的に析出するため、あらためてインターネット調査を実施した。2023年度の調査では性・年代の均等割付としたが、今回はより代表性の高いデータを収集するために人口構成比割付へ変更し、サンプルサイズを約2倍に拡大した。質問項目には健康関心度尺度に加えて、運動の促進および阻害要因尺度を追加した。また、運動実施状況については当財団による「スポーツライフ・データ2022」の質問項目を参考とした。以上に基づき、本調査では健康関心度の全国的な傾向を把握するとともに、運動促進要因・阻害要因との関連を分析することを主たる目的とする。

## II 調査概要

### 1 調査方法

本調査は研究目的および「健康関心度とスポーツライフに関する調査」2023の調査方法を踏まえてインターネット調査で実施した。詳細は以下のとおりである。

- ・調査方法：インターネットモニター調査
- ・抽出方法：調査会社保有のモニターから適格者を抽出
- ・対象条件：全国18歳以上の男女（性・年代による人口構成比割付）
- ・対象者数：5,272
- ・調査時期：2024年8月1日（木）～6日（火）

### 2 担当者

水野 陽介（笹川スポーツ財団 シニア政策オフィサー）