

氏名	塚尾 晶子		
学位の種類	博士（スポーツウエルネス学）		
学位記番号	博甲第 8928 号		
学位授与年月	平成 31年 3月 25日		
学位授与の要件	学位規則第4条第1項該当		
審査研究科	人間総合科学研究科		
学位論文題目	健康づくり無関心層に効果的に健康情報を届けるインフルエンサー養成システムの開発		
主査	筑波大学教授	博士（医学）	久野 譜也
副査	筑波大学教授	教育学博士	菊 幸一
副査	筑波大学准教授	博士（人間科学）	柴田 愛
副査	国家公務員共済組合連合会常務理事		中島 誠

### 論文の内容の要旨

塚尾晶子氏の博士学位論文は、健康情報に関するインフルエンサーが、健康づくり無関心層含む多くの国民の行動変容への影響度とその仕組みの成因を明らかにしたものである。その要旨は以下のとおりである。

#### 【目的】

著者は、まず先行研究を概観することにより、健康づくり無関心層が国民の約7割を占め、この層は自ら健康情報を得ようとしなないこと、情報を得ない限りヘルスリテラシーや身体活動の向上は起こりにくいことを示している。

著者はこれらの先行研究を通して無関心層にも健康情報を届けるためには、地域や職域等での多様なコミュニティにおいて一定の信頼関係（ソーシャルキャピタルが高い）がある中での口コミが効果的であるという仮説を提示し、その仕組みを構築することの重要性を指摘している。

そこで本研究は、全国の国民に対して、健康情報を伝え拡散するインフルエンサー（健幸アンバサダー：wellness ambassador 以下WA）を配置することを可能とする養成システム及び養成プログラムを開発し、その効果検証することを目的とした。特に本研究では、著者がプロジェクトマネージャーとして参加し、システムの開発成果を前後で検証するだけでなく、成果に至ったプロセスの評価も行い、成果の成因についても検証することも目的としている。

#### 【対象と方法】

3年間にわたりWA養成講座で育成された4,079人を研究対象としている。評価としてプロセス分析

では、アクションリサーチ法が用いられ、質的分析により成果の成因を解析している。量的評価に関しては、対象者全員に対して記述式アンケートを実施している。

調査項目としては、インフルエンス力、ソーシャルキャピタル、養成講座の理解度、行動変容意識、ヘルスリテラシー、ソーシャルキャピタル、メンタルヘルス、情報伝達した相手の行動変容への影響度を検証している。

#### 【結果と考察】

著者は、アクションリサーチ法により、システム構築の成因として、筆者自身がプロジェクトマネージャーとして現場での課題やニーズを詳細に把握し、主要なステークホルダーである自治体と企業の双方が了解できる落としどころを探し、また現場の意見を提示しながら自らネゴシエーションを行ったことを挙げている。二つ目に、各ステークホルダーがそれぞれの立場でWAの養成に関して主張していたことに対し、筆者が科学的根拠を提示することで、WAの必要性が認知・評価され、結果的に目標数の1万人の養成と多様な養成ルートの開発につながったことを挙げている。

次に、WA養成プログラムの効果検証では、カリキュラムの到達目標である「WAとして社会的使命感を持った」に関しては、1年目の参加者では78.5%であったが、2年目80.5%、3年目には87.3%と、1年目と比べ8.8%の増加がみられている。また、自主的な参加である住民群と業務命令での参加した自治体職員・企業社員群の2群間で、「使命と役割の理解」、「講座内容の理解」、「生活習慣の改善意欲の高まり」に有意差を認めなかったことから、筆者は他動的要因の参加者においても良い結果が得られたことは、本プログラムの質の高さを証明するものと考察している。

縦断的検討により、WAが情報を伝えた相手が「生活習慣を変えてくれそうか」は55%、「無関心層と感じた相手が生活習慣を変えてくれそうか」は41%と期待された結果が得られたことを報告している。WAに対する記述式の質問から、高齢者において「前向きに生きるようになった」、「社会参加をするようになった」などコメントがみられ、積極的な人生観への影響を示唆する結果が得られている。

無関心層も行動変容を促せたと感じている群を高群、そうでない者を低群として、二項ロジスティック検定を用いた分析から、高群は低群に対して「インフルエンス力」は4.4倍、「健幸アンバサダーとしての使命感」は4.4倍、「健幸アンバサダーの役割理解」は5.4倍、「健幸アンバサダーの活動内容の理解」は2.9倍、情報伝達方法の理解度は3.9倍、「ヘルスリテラシー得点」は10.2倍、「メンタルヘルス得点」は5.8倍、「自身で変えた生活習慣」は3.6倍有意に高いことを示している。これらの結果より筆者は、行動変容を促すことができるWAを養成するためには、これらの要因を向上させるカリキュラムの量と質が重要であると考察している。

#### 【結論】

以上の結果より、筆者は健康無関心層のヘルスリテラシーを向上させるために、健康情報を得ようとしないう無関心層にも行動変容に導くことが期待できるロコミによる情報伝搬システムが機能することを科学的に証明し、我が国の重要な社会課題の解決に資する成果を達成している。

## 審査の結果の要旨

### (批評)

本研究の成果は、国の喫緊の政策課題とされている健康づくり無関心層対策に大きく寄与するものであり、その価値は大変高い。健康づくり無関心層にヘルスリテラシーを向上させるために必要な情報を届ける方法論がこれまで確立されていないなか、その方法論の確立を可能としている。さ

らにそのシステムの科学的根拠の効果検証だけでなく、アクションリサーチでその構築の成因のプロセスを明らかにしたことは、今後の社会課題解決への先駆的取り組みを行う際の参考となる重要な課題解決知を提示しているといえる。よって、我が国の重要な社会課題の解決に大きく貢献する意義ある研究と結論付けられる。

平成 31 年 1 月 22 日、学位論文審査委員会において、審査委員全員出席のもと論文について説明を求め、関連事項について質疑応答を行い、最終試験を行った。その結果、審査委員全員が合格と判定した。

よって、著者は博士(スポーツウエルネス学)の学位を受けるのに十分な資格を有するものと認める。