

令和5年度Sport in Life 推進プロジェクト  
スポーツ人口拡大に向けた取組モデル創出事業

デジタルと非デジタルを活用する運動習慣化への取り組み

令和6年2月29日

エアデジタル株式会社



構成団体	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 久喜市</li> <li>・ 株式会社安藤・間</li> <li>・ 株式会社AREA JAPAN</li> </ul>
事業のターゲット	①子供・若者 ②働く世代・子育て世代 ③女性 ④高齢者
実施フィールド (地域)	埼玉県久喜市アリオ鷲宮/彩の国熊谷ドーム

### 事業内容(要約)

- ①:商業施設の空床に、オリンピック種目でもある各種競技の体験型デジタルスポーツ空間、さらに非デジタルなトレーニング機器空間を展開
- ②:運動トレーナー/理学療法士がサポートする運動プログラムを提供
- ③:ウェアラブルを介した健康データ測定、データベース化、分析と現地での情報閲覧サービス提供

### 事業ターゲット

#### ■本事業のターゲット像

##### 【対象】

ショッピングモールが生活動線上に乗る利用客(特に中高年/高齢者)

※身体機能障害や運動協調性発達障害を持つ児童/成人も含む

##### 【モデル】

- ・健康不安を抱え、運動機会を必要とする高齢者
- ・雨風暑寒紫外線を避けたい、安全に安心して運動をさせたい親子
- ・日頃体験できないスポーツで運動不足を解消したい障害児童

#### ■ターゲットのスポーツ実施を促すためのポイント

##### 【課題】

スポーツ庁令和4年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」によると

- ・週1日以上運動実施率は、20～50代の働く世代・子育て世代が最も低い
- ・阻害要因は、「仕事と家事で忙しい」「面倒くさい」

- ➔本事業では生活導線上のショッピングモール等を活用して、老若男女・障害の有無を問わず、誰もが、独りでも、友人とでも、家族とでも体験できる「デジタルスポーツ」を提供
- ➔生活の一部にスポーツを取り込めるべく、デジタルスポーツ大会、健康セミナーなどを開催

### 事業の背景

- ・高齢化に伴い医療費の増加が社会問題になっており、健康寿命の延伸が求められている
- ・小児(障害児童も含む)の運動能力低下は家庭や教育現場でもフォローが難しく、ボールを投げられない、蹴れない、打てない子供が増加し、運動拒否感や学校内での子供の孤立化にも影響

### 本事業の狙い・実施概要

eスポーツでは身体機能の向上は期待できないが、ソフトとハードの組み合わせであるデジタルスポーツを切り口として「ウォーキング以上、フィットネス未満」をキャッチコピーに楽しく運動の習慣化や身体機能の維持・向上を図る  
 ショッピングモールの曜日別来場客の傾向から、平日は中高年齢者、土日祝祭日はファミリー向けに事業を展開

##### 【実施概要】

期間:R5.8/01-R6.3/31 以降も継続予定

##### 《中高年/高齢者》

- ・寝たきりを回避するeフレイルセミナー(月2回)
  - ・平日クラス別×デジタルスポーツ教室(毎週月-金)
  - ・デジタルと非デジタルの融合 ウォーキング講座(月2回)
- 《ファミリー》

- ・デジタルベースボール甲子園(8/27・10/1)
  - ・彩の国ふれあいピック秋季大会出展(9/24)
  - ・障害があっても！ハッピー&スポーツweek(R5月2回)
- ※各回参加前に現在のスポーツ実施頻度と本事業への調査協力同意書を取得



再訪問 → 運動トレーナーがいつでもいますよ → 準備運動 → 利用

短時間の運動量測定/予防運動の目標をフィードバック | 当店で運動交流(火、水、木、金) | 社会性向上 | 子供も大人も色んなスポーツもトレーニングもできる

デジタルスポーツ空間の活用 | スポーツ施設スポーツ | 筋力強化マシンの活用

主に土日祝祭日 | 主に平日

体験型 | 健常者ファミリー 特別支援学校 DCD児童家庭 | 中高年・高齢者

1. デジタル+非デジタル トレーナーがスポーツサポート | 2. イベントなど連携して楽しめる運動機会提供 | 1. 実力ある トレーナーも理学療法士 | 2. 中強度運動に集中 トレーニング内容を提示

デジタルスポーツフィールド | トレーニングフィールド

理学療法士 セルフトレーニングクラス | 筋力・柔軟性 体幹ストレッチクラス | ピラティス コンディショニングクラス

デジタルベースボール 甲子園開幕! 10/1(日) 10:30開始



事業実施内容 ①

スポーツ60&スマート お電話:0480-53-3774

**毎週 月曜・水曜**

午前中2回  
 ① 10時30分～  
 ② 11時30分～

事前予約制  
 各時間 定員8名

参加費 500円

筋力・柔軟性  
 体幹ストレッチ  
 トレーニング

当事業はスポーツ庁公募事業として久喜市と連携し  
 進める健康事業となります。

ヨガで体を温めよう。  
 筋力トレーニングもサポート

スポーツ60&スマート

当事業はスポーツ庁  
 公募事業として久喜  
 市と連携し進める  
 健康事業となります。

久喜市連携  
 パパママ  
 応援企画  
 スポ-760

レッスン参加費  
 500円

要予約

ヨガ・体幹ストレッチ  
 トレーニング 毎週火曜

①10時30分～②11時30分～

イベント当日に直接店頭申込でも構いません。  
 参加申込はLINE友達登録からの申込優先。

LINE友達登録  
 スポーツ60アリオ第2館0480-53-3774 主催エアデジタル/協力久喜市 安原ハザマ

ピラティス/筋力/デジタルサイクル  
 トレーニングはスポーツ60で決まり!

体幹を  
 鍛えよう

久喜市連携  
 パパママ  
 応援企画  
 スポ-760

レッスン参加費  
 500円

体幹コンディショニング  
 木曜 ①10時30分～②11時30分～

イベント当日に直接店頭申込でも構いません。  
 参加申込はLINE友達登録からの申込優先。

LINE友達登録  
 スポーツ60アリオ第2館0480-53-3774 主催エアデジタル/協力久喜市 安原ハザマ

スポーツ60&スマート お電話:0480-53-3774

理学療法士 セルフトレーニング  
 クラス

毎週 金曜 ①10時30分～  
 ②11時30分～

介護予防は「歩く/歩数」だけでは…  
 あなたに必要な「運動の質」をお知らせします。

『運動の質』解析サービス開始

筋力減少・脳卒  
 中・高血圧  
 ・うつ病・など  
 予防運動を実施

時間制約はありません。  
 ゆっくりご利用ください。

利用料 500円  
 要予約

当事業はスポーツ庁公募事業として久喜市と連携し進める健康事業となります。

《中年/高齢者》

- ・寝たきりを回避するeフレイルセミナー(月2回開催)
- ・平日クラス別×デジタルスポーツ教室(毎週月-金)

当初はデジタルスポーツを活用した『eフレイルセミナー』の開催 →  
 参加後の反響から、利用者都合の曜日に合わせ提供プログラムを変更

《概要》

平日毎日実施 / 午前中のみ対応 / ヨガやピラティスなどのストレッチの後は「中強度運動」の実施 / トレーナーや理学療法士が、筋力機器やデジタルスポーツを活用しサポートを行いつつ、利用者間での交流が進む環境づくりに努めました





## 事業実施内容 ②



### シミュレーション野球コンテンツ

《ファミリー》

デジタルベースボール甲子園(8/27・10/1開催)

誰もが知る「野球」を使った「シミュレーション野球コンテンツ」で、地域住民へデジタルを活用した運動機会作りの企画を提供

・シミュレーション野球空間を使った3対3のトーナメントを実施し、終了後は、他の各種スポーツ空間を自由利用頂けるようにしました

・外国の方や女性、親子の参加もあり、非デジタルな筋力機器活用や、トレーナー・理学療法士、さらにはシニアボランティアの方にもご協力いただき、「運動を楽しむ1日」となるようサポートを行いました

・野球やサッカーの未経験者や自信がない方にも、自由に簡単に誰もが楽しくスポーツ出来る事を自身で確認いただき、スポーツ参加へのハードルを低くすることを狙いました



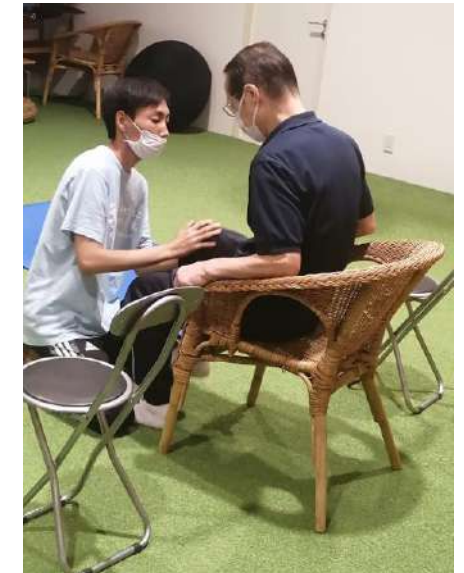


### 事業実施内容 ③

#### 《中高年/高齢者》

・デジタルと非デジタルの融合  
ウォーキング講座(月2回開催)

- ・利用者からの「ウォーキング・歩いているが、筋力が全然つかない」「運動の仕方がわからない」という相談を元に、中強度の運動機会をウォーキング、デジタルコンテンツ、トレーニング機器などを使用して、トレーナーや理学療法士がサポート
- ・本取組みは、ウォーキングのみ実施ではなく、デジタルスポーツやトレーニング機器、ピラティス等様々なものに触れて、自身が率先して運動に取り組めるよう、トレーナーがサポートする取組みとしました
- ・結果的に買い物ついでに立ち寄ってもらえるように誘導を試みました
- ・活動量計を使った“運動効果の可視化”にもチャレンジしましたが、現実問題として、利用者がハードを扱いきれないという課題があり、今後課題の改善を図ります





## 事業実施内容 ④

《障害がある方、その家族、特別支援団体など》

- ・彩の国ふれあいピック秋季大会出展(9/24)
- ・障害があっても！ハッピー&スポーツweek (R5月2回開催)

・デジタルスポーツ空間での運動は、走る必要がなく、AIなどのバーチャルな相手との対戦となる為、雨風や環境の影響や対戦相手に困ることもなく、安心安全に、リアルで緊張感あるプレイ機会を提供することが出来ました

・但し、デジタルスポーツ空間自体が、運動効果が高いかというそうではなく、継続的な運動活動の入り口として、上手く活用することが出来るというものだと考えています

・今後、障害のある方が利用するにあたり、継続的な利用に対してサポートできるような機能性の向上や新たなサービスが求められました





広報展開(募集・事業周知)

配信プレスリリース

- ◆配信日: 2024.02.15 (木) 14:14  
 3月3日(日)、埼玉県久喜市にてスポーツ体験教室(無料)開催! 次世代デジタル体育プラットフォーム「DIDIM(ディディム)」、埼玉ワイルドベアーズとのバスケチャレンジ、スケボーにチャレンジしよう!
- ◆配信日: 2024.02.20 (火) 13:29  
 埼玉県久喜市の大型ショッピングモール「アリオ鷲宮」で、理学療法士と歩きませんか? 理学療法士とアリオ鷲宮を歩く、春のウォーキングイベント! 開催!
- ◆配信日: 2023.10.10 (火) 12:29  
 デジタルと非デジタル活用の運動習慣化施設「スポーツ60&スマート」にて、フィットネストレーナーの菊池ナツ美氏による「ピラティス体幹コンディショニングクラス」を開講!
- ◆配信日: 2023.10.06 (金) 15:28  
 デジタルと非デジタル活用の運動習慣化施設「スポーツ60&スマート」にて、理学療法士岡田光平氏による「寝たきりを回避するeフレイル予防運動・理学療法士セルフトレーニングクラス」が開講します!

◆配信日: 2023.09.27 (水) 15:32  
 10月1日(日)、埼玉県アリオ鷲宮「スポーツ60」に集まれ! 日本最大級のデジタル野球空間「レジェンドベースボール」を使った、3対3野球トーナメント「デジタルベースボール甲子園」を開催、参加者募集!

◆配信日: 2023.09.22 (金) 16:52  
 誰もが楽しめる運動機会提供を視野に、デジタルサイクリングとAR体育システム「アルティレーター&DIDIM」を埼玉県最大級のパラスポーツイベント「彩の国ふれあいピック秋季大会」にてタッチ&トライ提供!

◆配信日: 2023.09.16 (土) 19:11  
 デジタルと非デジタルが共存する運動習慣化フィールド「スポーツ60&スマート」にて、健康トレーナー横田和真氏による「筋力・柔軟性体幹ストレッチ・トレーニング」クラスを開講!

折込広告、ポスター、チラシ



デジタル運動習慣化施設  
**スポーツ60 & スマート**  
 久喜市久本寺谷田7-1アリオ鷲宮1階

店頭受付  
 午前10時~参加申込・予約は  
 お電話/店頭/LINEにて  
**☎ 0480-53-3774**

この度、スポーツ庁・令和5年度「スポーツ人口拡大に向けた取組モデル創出事業」として採択され  
 10月2日(月)より、平日午前中(2回)行われる「運動習慣化クラス(事業)」を始めます。

介護が必要になる前に。 午前中2回 事前予約制 各時間定員8名 平日毎日開催 ①10時30分~ ②11時30分~ 参加費 500円 時間の制約等はありません。 ゆっくりご利用を。

理学療法士 セルフトレーニングクラス  
 筋力・柔軟性 体幹ストレッチクラス  
 ピラティス コンディショニングクラス

目標は、自分の体を自分で管理(セルフトレーニング)出来るようサポート。

「筋力低下」「体の衰え」「物覚えの衰え」に対し、デジタルがリアルなスポーツ・トレーニング空間にて、優秀なトレーナーや理学療法士がサポートする、デュアル/トリプルタスクトレーニングとなります。



ピラティス/筋力/デジタルサイクル トレーニングはスポーツ60で決まり!

体幹を鍛えよう

筋力・柔軟性 体幹ストレッチ トレーニング

ヨガで体を温めよう。 筋力トレーニングもサポート

ヨガ・体幹ストレッチ トレーニング 毎週火曜

毎週 月曜・水曜

事前予約制 午前中2回 各時間 定員8名 ①10時30分~ ②11時30分~ 参加費 500円

毎週 金曜 ①10時30分~ ②11時30分~ 参加費 500円

「運動の質」解析サービス開始

プレスリリース 掲載一部抜粋



PR TIMES

10月1日(日)、埼玉県アリオ鷲宮「スポーツ60」に集まれ! 日本最大級のデジタル野球空間「レジェンドベースボール」を使った、3対3野球トーナメント「デジタルベースボール甲子園」を開催、参加者募集!

誰もが楽しめる運動機会提供を視野に、デジタルサイクリングとAR体育システム「アルティレーター&DIDIM」を埼玉県最大級のパラスポーツイベント「彩の国ふれあいピック秋季大会」にてタッチ&トライ提供!

デジタルと非デジタルが共存する運動習慣化フィールド「スポーツ60&スマート」にて、健康トレーナー横田和真氏による「筋力・柔軟性体幹ストレッチ・トレーニング」クラスを開講!

効果検証の方法

【目的】

デジタルスポーツを切り口にしたスポーツ/運動継続率の変化、エンゲージメントを明らかにする

【回収方法】

ツール	内容
Googleフォーム	満足度・NPS調査
レジ受付通過数	イベント参加属性・リピーター調査
電話	運動実施率の追跡調査(参加2か月後)

効果検証の結果①

【回答数】

ツール	対象	回答数
Google フォーム	中高年/高齢者	24
	ファミリー/障害児童	47
電話	中高年/高齢者	11

効果検証の結果②

【参加者数】

※レジ受付通過数となります。ユニーク数ではありません。  
 初めての利用は新規客1、同一の人が、次回以降、来店した場合はリピーター2に。  
 例えば、初回含め3回来店であれば[新規1、リピーター2]に。

・中高年以上を対象とする平日イベント参加実数。中強度の運動機会として、プログラム利用を入口に、非デジタルな筋力トレーニング機器、デジタルな自転車やスキーなど“お買い物ついでの再利用”が定着。

・寝たきりを回避するeフレイルセミナー(月2回開催) / 平日クラス別×デジタルスポーツ教室(毎週月-金) /  
 ・ウォーキング講座(月2回開催) 期間：R5.8/01-R6.3/31 以降も継続予定

2023.8月度		2023.9月度		2023.10月度		2023.11月度		2023.12月度		2024.1月度	
リピーター	新規客	リピーター	新規客	リピーター	新規客	リピーター	新規客	リピーター	新規客	リピーター	新規客
38	10	29	5	43	31	41	20	48	13	40	16
48		34		74		61		61		56	

・障害がある方の利用機会提供を念頭にイベント出展、関連団体向けの受け入れ態勢を整え、受け入れ告知を行った結果、障害がある方、特には家族単位でのリピート客も含め月当たり10組程度で現時点で定着。

R5.9.24 彩の国ふれあいピック秋季大会(障害がある方)：利用者55名

放課後デイサービス など関連団体利用	2023.9	2023.10	2023.11	2023.12	2024.1	2024.2
	予約1/各10名弱	予約4/各10名弱	予約4/各10名弱	予約3/各10名弱	予約3/各10名弱	予約1/各10名弱

・イベント実施告知が遅れた事で、野球大会参加者数は決して多くなかった。

デジタルベースボール甲子園 シミュレーション野球コンテンツ活用 対象：ファミリー	令和5年8月27日	令和5年10月1日
	3チーム(1人から4名チーム)	2チーム(1人から4名チーム)

※但し、ショッピングモールを介したポスター掲出、ビラ配り、新聞折込などの宣伝効果により、イベント時期以降、非デジタルな筋力トレーニング機器、デジタルスポーツ空間の利用、再利用は増加傾向にある。

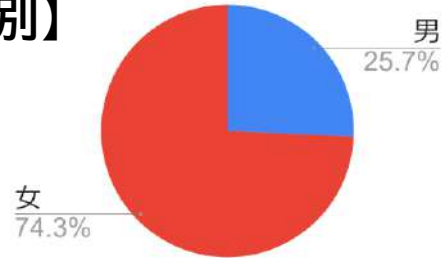
2023.9月度		2023.10月度		2023.11月度		2023.12月度		2024.1月度	
リピーター	新規客	リピーター	新規客	リピーター	新規客	リピーター	新規客	リピーター	新規客
136	124	193	141	146	109	151	110	216	147
260		334		255		261		363	



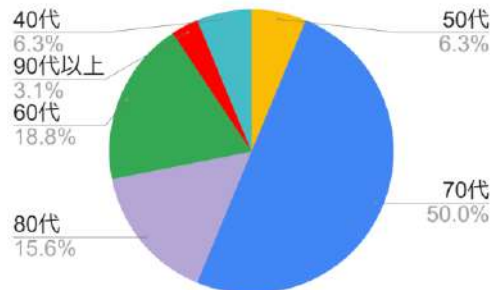
効果検証の結果③

《中高年/高齢者向けイベント》

【性別】

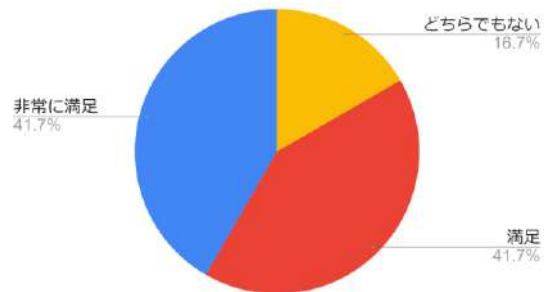


【年代】

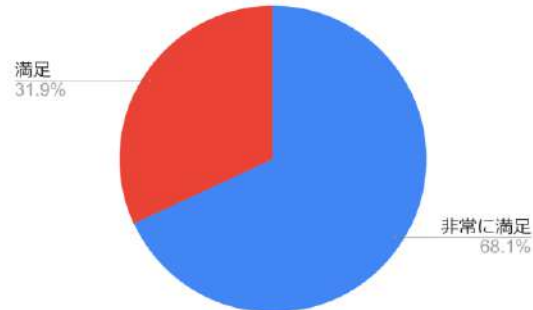
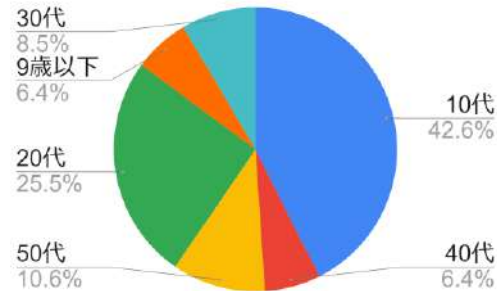


【本事業への満足度】

※非常に満足/満足/どちらでもない/やや不満/不満の5段階評価



《ファミリー/障害児童向けイベント》



効果検証の結果④

【NPS】今回体験したデジタルスポーツ事業をあなたの友人やご家族に薦める可能性は、どのくらいありますか？

-5.71

【デジタルスポーツを体験した感想】

自由回答の感想をワードクラウドで作成

※ 頻出する単語は大きく表示

- ・ 楽しかった
- ・ ゲーム
- ・ 体験
- ・ 運動
- ・ 感覚

以上の声が多かった

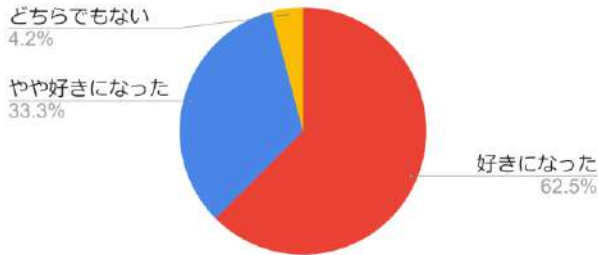


効果検証の結果⑤

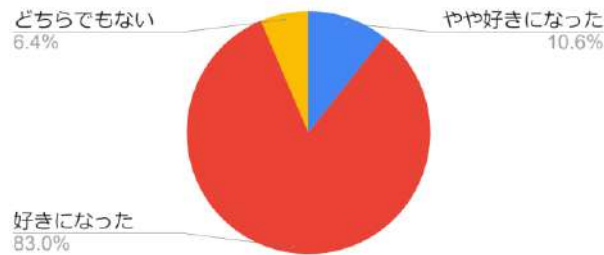
【スポーツへの好感度】

デジタルスポーツの体験を通して、スポーツや運動活動が好きになりましたか？  
 ※好きになった/やや好きになった/どちらでもない/やや嫌いになった/嫌いになったの5段階評価

《中高年/高齢者向けイベント》



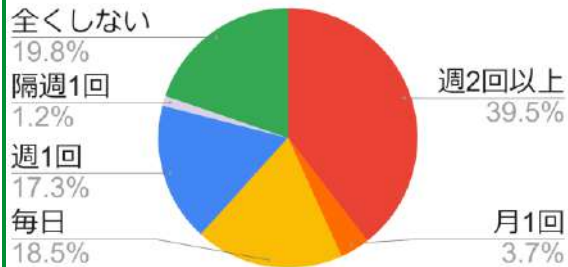
《ファミリー/障害児童向けイベント》



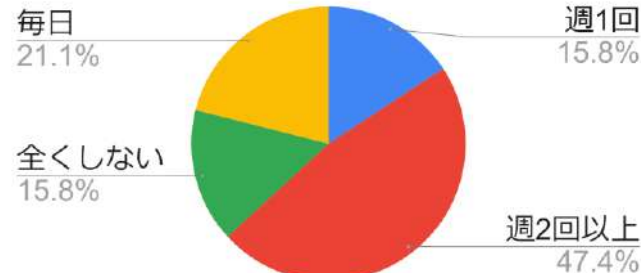
【事業参加前運動実施率】

※毎日/週2回以上/週1回/隔週1回/月1回/全くしない

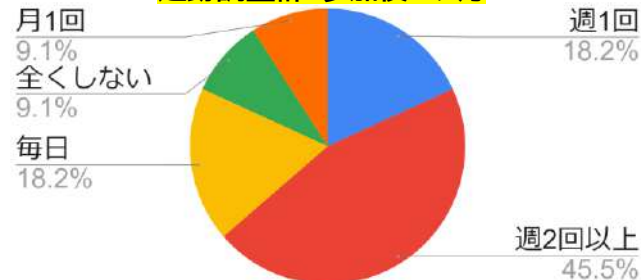
全体:参加前



追跡調査群:参加前



追跡調査群:参加後2ヶ月



結果に基づく要因の分析(仮説検証)

【参加者属性】

10代未満から90代以上の男女および障害を抱えた児童・成人も参加

- ▶仮説通り老若男女全ての世代がデジタルスポーツを実施  
 デジタルスポーツを活用した中高年・高齢者向け介護予防事業において、高齢男性者の参加率が25%であった  
 男性の参加率が20%を下回る事業が半数といった研究報告※1もある中で、本事業は高齢男性の社会参加を促進する可能性が示唆された
- ▶ショッピングモールにて主婦が買い物の中に預ける「託夫所」として活用されているご意見もあった

※1 大久保豪.介護予防事業への男性参加に関連する事業要因の予備的検討 介護予防事業事例の検討から.2005,日本公衆誌.52(12),p.1050-1058.

【スポーツ実施率】

本事業へのリピーターの存在から、ショッピングモールが生活動線上に乗る市民のスポーツ・運動機会の提供が行えた

- ・ 追跡調査の結果から、スポーツ・運動実施頻度が「全くしていない」の割合は低下し、スポーツや運動を始めるきっかけを創出した  
 しかし運動・スポーツ実施頻度週1回以上の方の割合が低下  
 ▶本事業とは異なる生活場面での疾患の受傷によりスポーツ・運動が実施できないといった声もあった