

令和3年度Sport in Life推進プロジェクト
(スポーツ実施を阻害する課題解決のための実証実験)

駅前ドラッグストアをウォーキングステーションとして 活用する「歩き方の処方箋」プロジェクト

令和4年3月1日

株式会社ココカラファイングループ



Sport in Life

令和3年度 Sport in Life推進プロジェクト (スポーツ実施を阻害する課題解決のための実証実験) 事業報告概要

代表団体 株式会社ココカラファイングループ

事業タイトル 駅前ドラッグストアをウォーキングステーションとして活用する「歩き方の処方箋」プロジェクト

構成団体	一般財団法人アールビーズ 一般財団法人ケア・ウォーキング普及会、ファンメディケーション株式会社
対象テーマ	③ビジネスパーソン
実証フィールド (地域)	①ココカラファイン保土ヶ谷店周辺 (リアルタッチ) ②広域エリア (バーチャルタッチ)

事業内容サマリ

ウォーキングをライフスタイルの一部に取り込むため、
「ドラッグストアのウォーキングステーション化」を実証実験する。

ターゲット

●本実証実験のターゲット

本事業の対象者を30才～59才のビジネスパーソンを想定。(成人の週1回以上のスポーツ実施率が他の年代層に比して低い状況にある。)

●ターゲットのスポーツ実施を妨げている要因(仮説)

多様な生活条件が重なる年代ゆえに、スポーツ実施の価値に対する認識とプライオリティを低くせざるを得ない。
また、近年のテレワーク増加が更なる運動不足の引き金となっている。

事業の実施概要

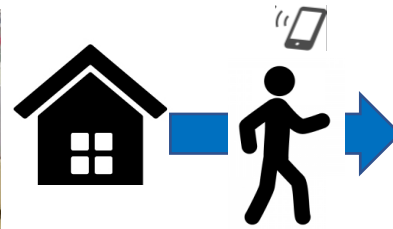
①リアルタッチ群 (30名)

保土ヶ谷店にて、事前・事後セミナーに参加。ウォーキングの知識を習得



①と②のモニターから歩数を取得し、比較検証

目標設定し、1ヶ月のウォーキングを実施



ウォーキング期間中に保土ヶ谷店に立ち寄ると、毎日景品をプレゼント。健康相談も対応



景品
相談

1ヶ月間の目標が達成された方には達成賞をプレゼント

目標
達成賞 +



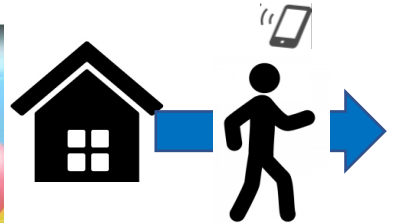
処方せん
講師からの
コメントシート

②バーチャルタッチ群 (26名)

事前にセミナー動画にて、ウォーキングの知識を習得



目標設定し、1ヶ月のウォーキングを実施



週に1度、事務局から応援メールが届く



1ヶ月間の目標が達成された方には達成賞をプレゼント

目標
達成賞

オンラインウォーキングイベントも開催し、13,596人の歩数データを検証に使用



令和3年度 Sport in Life推進プロジェクト (スポーツ実施を阻害する課題解決のための実証実験) 事業報告概要

代表団体 株式会社ココカラファイングループ

事業タイトル 駅前ドラッグストアをウォーキングステーションとして活用する「歩き方の処方箋」プロジェクト

効果検証の方法と結果

■ 効果検証の方法

- ・歩数計アプリ (スポーツタウンウォーカー)
- ・アンケート・ 歩行画像 (リアルタッチ群のみ)

■ 効果検証の結果

【効果ポイント1：モチベーション】

目標設定と正しい歩き方の認識により、歩行 (スポーツ) 習慣化のきっかけを得ていた。

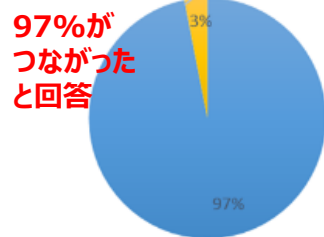
【効果ポイント2：参加者の選択】

参加者それぞれのライフスタイルに基づいて、参加コースを選択したことで、ウォーキングの継続意識や、意欲につながった。

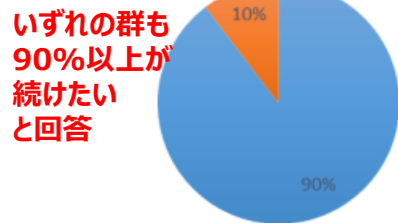
【効果ポイント3：健康増進】

リアルタッチ群においては、管理栄養士、薬剤師との面談に積極的な応答をしており、アンケート結果からも参加者の関心を得たと判断できる。
今回のような仕組みが整えば、スポーツ実施に伴う栄養改善等の価値を出して行ける可能性を感じる。

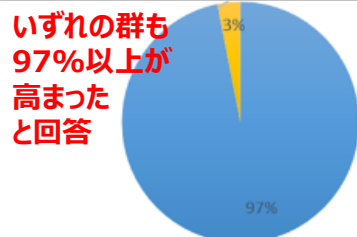
セミナーはモチベーションにつながりましたか？ (リアルタッチ群)



今後もウォーキングを継続したいですか？



健康への意識は高まりましたか？



結果に基づく要因の分析 (仮説検証)

■ スポーツ実施の阻害要因

新しいビジネスパーソンの姿

- ①テレワークが増え、通勤という歩くルーティンの機会が減った。
- ②多様なライフスタイルの選択ができやすくなる代わりに、自己管理の部分多い。
- ③スポーツ実施への機会が世の中に多く用意されたと感じ、自らもその必要性を感じているがなかなか踏み込めない。

新しいビジネスパーソンに考慮されたスポーツ実施への仕組みづくりが必要

■ スポーツ実施の促進要因

- ①「きっかけ」を提供していく
少なくとも健常者であれば実施できる「歩く」という身近なところから、アプローチしていく。
- ②インセンティブ効果を取り入れる
無償の物品だけではなく、応援メールや、自由にできる環境など、それぞれのライフスタイルに適合する内容であれば、モチベーションにつながる。
- ③リアルタッチな機能と、気軽さがあるバーチャル機能を組み合わせることが有効である。

今後の展開

■ 店舗を拠点として、地域の人々にスポーツ実施の推進活動を行う

- ①ウォーキングステーション店舗展開実現への実績づくりとして、単発でウォーキングイベントを実施し、成果を出す。
- ②現在行っている「健康サポート薬局」としての地域活動の中で、いつまでも健康でいられる体づくりとして、ウォーキングを推奨していく。
(国からの指導・推進があれば実績はかなり増える)