

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)

**「健康経営」で始める、従業員のスポーツ実施率向上
-職域と地域をつなぐスポーツマッチングサイトで習慣の定着-**

令和4年2月18日

公益財団法人 枚方市スポーツ協会



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

公益財団法人 枚方市スポーツ協会

事業タイトル

「健康経営」で始める、従業員のスポーツ実施率向上
-職域と地域をつなぐスポーツマッチングサイトで習慣の定着-

構成団体	関西医科大学医学部健康科学教室 コガソフトウェア株式会社
対象テーマ	③ビジネスパーソン
実証フィールド	(職域) 日本精線(株)枚方工場 (地域) 大阪府枚方市

ターゲット

●本実証実験のターゲット

本実証実験のターゲットは、日本精線株式会社枚方工場の全従業員とする。日本精線(株)は、ステンレス鋼線のトップメーカーとして東京証券取引所(市場第一部)に上場している。枚方工場は、国内の主要工場として、従業員544名が従事している

●ターゲットのスポーツ実施を妨げている要因(仮説)

【スポーツを実施しない理由】

- ・「仕事や家事が忙しいから」→55.6%
- ・「面倒くさい」→44.8%
- ・「お金に余裕がない」→20.5%

「職場の取組があった場合の運動・スポーツ実施意向」の設問では、20歳代～50歳代の50%が、「スポーツ実施が増えると思う」(「大いに増えると思う」12.6%+「ある程度増えると思う」37.4%)と回答* (令和2年度「スポーツの実施状況等に関する世論調査」スポーツ庁)

スポーツを実践できる場を提供するためには大きなコストが必要である。そのため、年数回のスポーツプログラムを行うだけの取り組みが散見され、定着に繋がっていないのが現状である。こういった課題を解決するためには、職域と地域が連携し、地域のスポーツ資源を活かした継続の場を紹介することが有効だと考えた

*「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です

事業内容サマリ

「職域」と「地域」が連携して、従業員のスポーツ実施率を高め、好循環を生み出すことを目指すモデル



事業の実施概要

《 Program1 》【企業における環境づくり(管理監督者対象セミナー)】

就業時間中に従業員(部下)がスポーツプログラムに参加することや、スポーツ実施を推進するため、管理監督者を対象に、従業員の健康づくりの必要性を認識させるセミナーを実施する

《 Program2 》【従業員の意識調査】

効果測定として、全従業員を対象にアンケートによる調査(スポーツ実施意欲等)を就業時間中に行う

《 Program3 》【自分の体力を知り、意識を高める測定会】

自分の体力と体組成を知り、定期的なスポーツ(身体活動)実施の必要性を感じていただく測定会を開催する

《 Program4 》【多様な種目から選択できるスポーツプログラム】

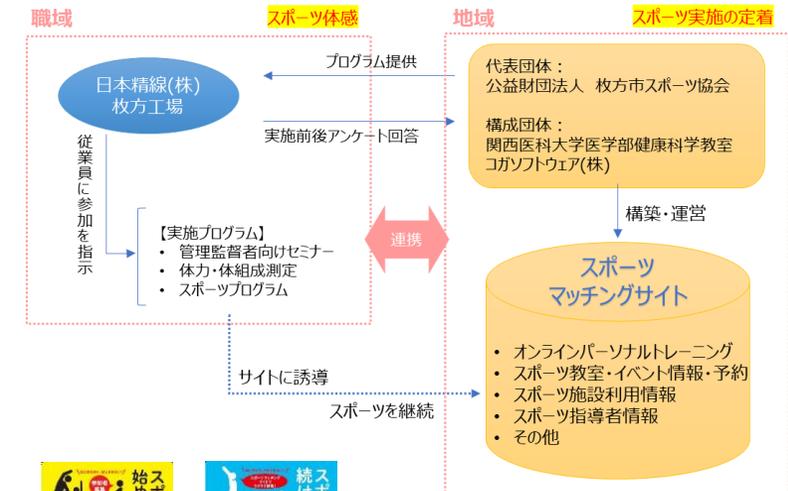
スポーツを始めるきっかけとなるスポーツプログラムを週に1回、就業時間中に開催する

《 Program5 》【スポーツマッチングサイトへの移行促進】

Program1～4のすべての場において、Program6で紹介するスポーツマッチングサイトを紹介し、地域でのスポーツ継続につなげる

《 Program6 》【スポーツマッチングサイトの構築と活用】

地域のスポーツ団体が行うイベントや教室の情報を掲載したマッチングサイトを構築。サイトは、目的や種目、オンライン等を選択することで簡単に自分に合ったプログラムを探すことができるよう、検索機能を強化した。サイトを通じて申込可能



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

公益財団法人 枚方市スポーツ協会

事業タイトル 「健康経営」で始める、従業員のスポーツ実施率向上
-職域と地域をつなぐスポーツマッチングサイトで習慣の定着-

効果検証の方法と結果

効果検証の方法

- アンケート調査（介入前後）
（10月519名、1月476名が回答）
- 事業参加者数調査



項目	介入前	介入後	変化
週1日以上の実施率	42.3%	46.0%	+3.7%
週3日以上の実施率	20.7%	22.7%	+2.0%

【プログラム参加実績】

- ①スポーツプログラム参加者数（目標値は令和2年度実績から20%向上）
（令和2年度実績）平均7.3名/回から
（本事業）平均11.1名/回（52.1%向上）
- ②スポーツマッチングサイト閲覧数（目標値は閲覧数200回）
本事業の結果：閲覧数248回
- ③地域スポーツプログラムへの申込み数（目標数は申込み数20件）
本事業の結果：申込み数6件

【介入前後アンケート調査による主な検証結果】*表・グラフは次ページ

- 介入前にスポーツ習慣のなかった人の**9.6%に習慣がついた**(表2)
- スポーツ習慣のない人の**スポーツ実施意欲が有意に高まった**(表3)
- 全体およびスポーツプログラム非参加者は、介入前と比べ介入後は、活力、熱意、ワーク・エンゲイジメントスコアが有意に低下した。スポーツ習慣のない人は、すべての項目で有意に低下した。一方で、**スポーツプログラム参加者およびスポーツ習慣のある人は低下しなかった**(表1)
- スポーツ習慣のある人はない人と比較し、**ワーク・エンゲイジメントが高い**(表4)
- スポーツ習慣のある人はない人と比較し、**企業が行う健康経営に理解が有意に高い**(グラフ1)

結果に基づく要因の分析（仮説検証）

①各プログラムの効果検証

- 管理監督者向けセミナー →アンケート結果から自身や部下の健康の必要性を感じていただくことができた。
- 介入前後調査 →本事業評価とともに、ワーク・エンゲイジメント等のレポート返却を行った
- 体力・体組成測定 →参加しやすい環境を提供し、97.8%の従業員が参加。レポートの返却を行った
- スポーツプログラム →任意参加とし、延べ89名/8プログラムが参加。スポーツ習慣のない人も3.1%が参加
- マッチングサイトへの移行 →全従業員にチラシの配布を行うとともに、工場内10か所にポスター掲示を行った
- マッチングサイトの活用 →地域行っている12プログラムを掲載し募集を行った。申込みは6件（アンケート回答者の1.2%）、内1名はスポーツ習慣のない人であった



②健康経営の手段としての価値

企業が従業員にスポーツの推進を行うことは、スポーツ実施率の向上とともに、企業価値の向上にもつながる経営戦略としての投資価値があることを示すことができた。

【本事業の評価】

ビジネスパーソンのスポーツの実施を阻害する課題である、時間のなさや興味のなさ、費用がかかる等の解決に向けて本事業を行った。

企業における取組である「健康経営」を活用することで、すべての従業員に対して取り組みを行うことができ、新たにスポーツ習慣のついた人やスポーツ習慣による生産性および働きがいの向上等を確認することができた。また、地域のあらゆるスポーツ資源を公開するスポーツマッチングサイトで地域情報を効果的に知っていただくことができた。「職域」と「地域」が連携することで、両者にメリットがあり、国民のスポーツ推進に貢献できるモデルであった。



今後の展開

①健康経営を活用したスポーツ推進モデル

本事業を実施することで、スポーツに無関心な人も参加させることができ、その結果、新たなスポーツ習慣の獲得やスポーツ実施意欲の向上を確認することができた。

②企業がスポーツを推進する価値

スポーツ習慣のある人はない人と比較し、ワーク・エンゲイジメントや健康経営（企業の取り組み）への理解が高いことが確認できた。

様々な企業に、従業員のスポーツ習慣は働く上で好影響を与えることを伝え、「健康経営×スポーツ」を普及し、国民のスポーツ実施率向上に取り組んでいきたい

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

公益財団法人 枚方市スポーツ協会

事業タイトル

「健康経営」で始める、従業員のスポーツ実施率向上
-職域と地域をつなぐスポーツマッチングサイトで習慣の定着-

参考資料

表 1. 対照別ワーク・エンゲイジメントの変化

項目	介入前	介入後	p値
全体(n=445)			
活力スコア	2.65±1.0	2.56±1.0	0.00**
熱意スコア	3.00±1.0	2.92±1.0	0.01*
没頭スコア	2.74±0.9	2.75±1.0	0.90
ワーク・エンゲイジメントスコア	2.80±0.9	2.74±0.9	0.05*
スポーツプログラム参加者(n=28)			
活力スコア	2.48±1.1	2.37±1.0	0.56
熱意スコア	2.99±1.0	2.92±1.1	0.69
没頭スコア	2.62±1.0	2.69±0.8	0.68
ワーク・エンゲイジメントスコア	2.69±1.0	2.66±0.9	0.83
スポーツプログラム非参加者(n=417)			
活力スコア	2.66±0.9	2.57±1.0	0.01**
熱意スコア	3.00±0.9	2.92±1.0	0.01**
没頭スコア	2.75±0.9	2.75±1.0	1.00
ワーク・エンゲイジメントスコア	2.81±0.9	2.75±0.9	0.04*
スポーツ習慣あり(n=235)			
活力スコア	2.80±1.0	2.73±1.0	0.11
熱意スコア	3.11±1.0	3.06±1.1	0.28
没頭スコア	2.83±1.0	2.93±1.0	0.07
ワーク・エンゲイジメントスコア	2.92±0.9	2.90±1.0	0.79
スポーツ習慣なし(n=225)			
活力スコア	2.49±0.8	2.38±0.9	0.01**
熱意スコア	2.87±0.8	2.76±0.9	0.01**
没頭スコア	2.65±0.9	2.55±0.9	0.02*
ワーク・エンゲイジメントスコア	2.67±0.8	2.56±0.8	0.00**

*p<0.05 **p<0.01

表 2. 介入前後のスポーツ習慣の変化

	介入後/習慣あり	介入後/習慣なし
介入前/習慣あり	201名(45.0%)	27名(6.0%)
介入前/習慣なし	43名(9.6%)	176名(39.4%)

表 3. 対照別スポーツ実施意欲の変化

項目	介入前	介入後	P値
全体(n=445)	5.22±2.5	5.27±2.4	0.64
スポーツプログラム参加者(n=28)	6.21±2.6	6.93±2.6	0.06
スポーツプログラム非参加者(n=417)	5.16±2.5	5.16±2.3	0.97
スポーツ習慣あり(n=228)	6.46±2.3	6.25±2.2	0.10
スポーツ習慣なし(n=214)	3.92±2.1	4.20±2.1	0.03*

表 4. ワーク・エンゲイジメントとスポーツ習慣の関係

項目	スポーツ習慣あり (n=235)	スポーツ習慣なし (n=225)	P値
年齢(歳)	43.83±12.1	43.81±10.7	0.99
活力スコア	2.80±1.0	2.49±0.8	0.00**
熱意スコア	3.11±1.0	2.87±0.8	0.00**
没頭スコア	2.83±1.0	2.65±0.9	0.04*
ワーク・エンゲイジメントスコア	2.92±0.9	2.67±0.8	0.00**

表 5. スポーツプログラム参加とスポーツ習慣

	参加	非参加
スポーツ習慣あり	21名(4.6%)	214名(46.5%)
スポーツ習慣なし	7名(1.5%)	218名(47.4%)

グラフ 1. 企業が行う健康経営への理解とスポーツ習慣



表 6. 地域プログラム申込みとスポーツ習慣

	参加	非参加
スポーツ習慣あり	5名(1.1%)	230名(50.0%)
スポーツ習慣なし	1名(0.2%)	224名(48.7%)