

令和6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)

「商業施設」「企業」からのアプローチ×ヘルスケアDXをフックとした  
アクティブシニアのスポーツ人口拡大プロジェクト

令和7年2月25日

スポーツデータバンク株式会社



# 令和6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)

## 【事業報告①:事業の全体概要】

スポーツデータバンク株式会社

「商業施設」「企業」からのアプローチ×ヘルスケアDXをフックとしたアクティブシニアのスポーツ人口拡大プロジェクト



構成団体	スポーツデータバンク株式会社 三井住友海上保険株式会社 社会福祉法人恩賜財団済生会支部北海道済生会 株式会社フリックフィット
事業のターゲット	②働く世代・子育て世代 ④高齢者 のうちアクティブシニア
実施フィールド (地域)	北海道小樽市、東京都渋谷区

### 事業内容(要約)

- ①市民向けにスマートインソールによる測定会を実施
- ②企業従業員向けにスマートインソールによる測定会を実施
- ③リハビリ専門職による歩き方のアドバイスに基づくウォーキング体験を実施
- ④市民向けに集合型の「足のトリセツ検定」を実施
- ⑤市民向けにユニバーサルスポーツ体験会を実施

### 事業ターゲット

#### ■本事業のターゲット像

- ・おもに50代以上で、健康状態が良好なシニア
- ・ウォーキングなど健康のために実践しているが、その目的などを少し見失いつつある。
- ・社会参加、地域コミュニティの参加意向はあるが、そのきっかけが乏しい。

#### ■ターゲットのスポーツ実施を促すためのポイント

■「するスポーツ」としてのウォーキング促進に向けて  
ウォーキングをしているシニアは多いが「健康維持・増進」効果の実感が乏しく、継続や質を高めるモチベーションが働きづらい

→日常の歩行状態を可視化し、「健康増進」に繋がる実感を得ることで、質の高いウォーキングを促進する仕組みを構築。

■「支えるスポーツ」としてのウォーキング促進  
介護予防には社会参加が重要であり、その一つにボランティア参加があるが、きっかけがない。

→「質の高いウォーキングの実践者」を、ウォーキングを推進するボランティアとして育成する仕組みを構築。

### 事業の背景

- ・ウォーキング実践者の「歩く質」に介入することによって、健康増進・介護予防効果を高める必要性。
- ・ウォーキングをきっかけとして「社会参加」「地域コミュニティ参加」を促進し、介護予防効果を高める必要性

### 本事業の狙い・実施概要

- ・スマートインソールを活用した「歩行のくせ」の可視化や、理学療法士等のアドバイスによる「歩く質」への意識・行動変容効果を検証
- ・足のトリセツ検定の受講機会を提供し、歩く質に関する知識習得やボランティアとしての活躍を促進

実施項目	【市民向け】 健康な歩き方測定会 @ウイングベイ小樽 【11月2日(土)】	【市民向け】 健康な歩き方測定会 @スマートスタジオ 小樽【～12月】	【従業員向け】 健康な歩き方測定会 @三井住友海上保険 【2月19日(水)】	【市民向け】 あんよは上手！？ @ウイングベイ小樽 【2月22日(土)】
①スマートインソールによる歩行のくせの可視化(意識変容促進)	○	○	○	○
②理学療法士等による個別アドバイス(行動変容促進)	○			○
③足のトリセツ検定(学び機会提供、ボランティア意識醸成)				○

※2月22日はモルック体験会も実施

## 事業実施内容

### 健康な歩き方測定会@ウイングベイ小樽の開催

【開催日時】11月2日(土)10:30-16:00

【開催場所】ウイングベイ小樽2番街2階スポーツスクエア  
(北海道小樽市築港11)



【参加人数】52名(うち、15名当日参加)

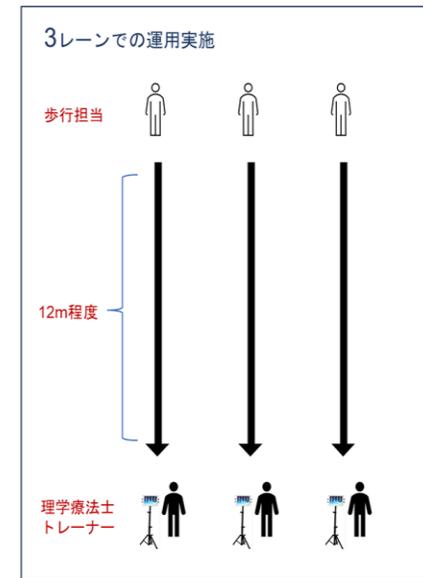
#### 【実施内容】

- ①【フリックフィット】  
スマートインソールを活用した歩行計測
- ②【済生会小樽病院】  
歩行計測結果をもとに、理学療法士・作業療法士による評価・歩行指導
- ③【(株)SHARE(スマートスタジオ小樽※ウイングベイ小樽のテナント企業)】  
トレーナーにより改善に向けたトレーニング体験の実施
- ④【スポーツデータバンク】  
アンケート・インタビュー調査の実施

前日(11月1日)に、済生会小樽病院の理学療法士・作業療法士26名を対象に測定会を開催し、スマートインソールによる評価に基づくアドバイス方法を検討、当日の計測フローを確認

### 当日の歩行計測運用フロー

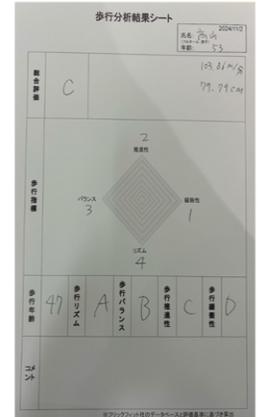
CONFIDENTIAL



flicfit

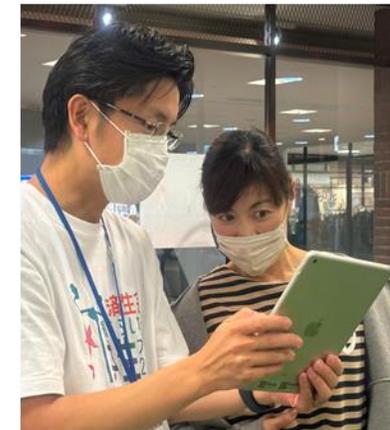
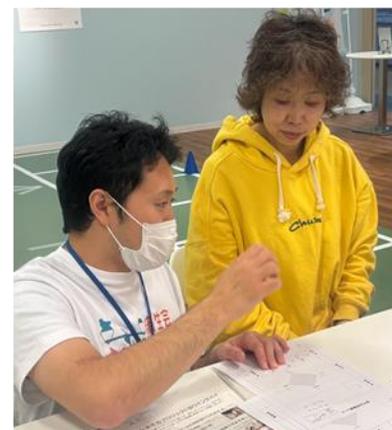
#### 【運用フロー】

- ・本プロジェクトの説明
- ・靴履き替え
- ・情報の入力(氏名・性別・身長・体重)
- ・歩行(12m程度)
- ・データ分析
- ・歩行診断レポート
- ・測定結果を歩行計測診断シートに記述
- ・理学療法士の先生、トレーナーへ連携し、指導をいただく



事業実施内容

【市民向け】健康な歩き方測定会@ウイングバイ小樽の開催



## 事業実施内容

### 【市民向け】健康な歩き方測定会@スマートスタジオ小樽の開催

#### ■実施内容

- ・(株)SHARE(札幌市)の協力を得て、11月30日に開催されたウイングベイ小樽でのイベント「オアソビプロジェクト(小樽市等が主催)」に出展いただき、スマートインソールの体験会を実施いただいた。
- ・また、12月末まで、同社が運営するスマートスタジオ小樽(ウイングベイ小樽)において、希望者に対して随時、スマートインソール測定を実施いただいた。

#### ■実施結果

14名に対して計測を行った。  
(このうち11月2日のイベント参加者は10名)

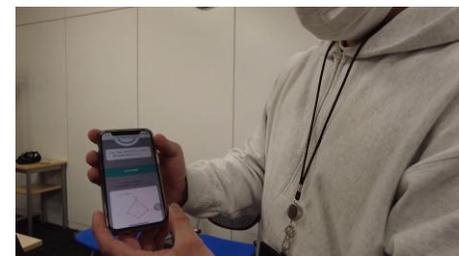
### 【従業員向け】健康な歩き方測定会@三井住友海上保険の開催

#### ■実施内容

- ・本コンソーシアムメンバーである三井住友海上保険渋谷オフィスの従業員向けにスマートインソールの体験会を実施し、企業従業員に対する歩く質の意識・行動変容の可能性を検討するための情報を収集した。

#### ■実施結果

- ・13名に対して計測を行い、アンケート調査を実施した。
- ・スマートインソールを活用した展開可能性について、同社担当者との意見交換を実施した。



## 事業実施内容

### 済生会ウエルネスフェア番外編 あんよは上手！？@ウイングバイ小樽

【開催日時】2月22日(土)10:10-16:10

【開催場所】ウイングバイ小樽2番街2階スポーツスクエア  
(北海道小樽市築港11)

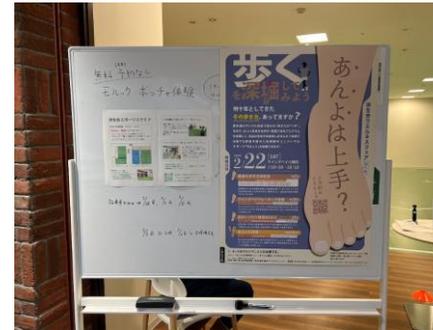


【参加人数】49名(うち、5名当日参加)

#### 【実施内容】

- ①【フリックフィット】  
スマートインソールを活用した歩行計測(49名。以下②、③も同様)
- ②【済生会小樽病院】  
歩行計測結果をもとに、理学療法士・作業療法士による評価・歩行指導
- ③【株式会社SHARE(スマートスタジオ小樽※テナント企業)】  
トレーナーにより改善に向けたトレーニング体験の実施
- ④【済生会小樽病院】  
ウイングバイウォーキングコースを活用したウォーキング体験(20名)
- ④【北海道済生会】  
モルック体験会の開催(10名)
- ⑤【スポーツデータバンク×日本ウォーキング協会】  
足のトリセツ検定(集合研修)の実施(14名)
- ⑥【スポーツデータバンク】  
アンケート・インタビュー調査の実施(41名)

【測定会の様子】



## 事業実施内容

### 済生会ウエルネスフェア番外編 あんよは上手！？@ウイングバイ小樽

[足のトリセツ検定の様子]



[ウォーキング体験、モルック体験会の様子]



広報展開(募集・事業周知)

【市民向け】健康な歩き方測定会@ウイングベイ小樽

・周知媒体を作成し、以下のとおり参加者を募集した

**参加料無料**  
 各回定員 20名  
 申込はお早めに

# HEALTHY WALKING CHECK

日常が整う、健康な歩き方測定会@ウイングベイ小樽

**NOW** **FUTURE**

- 歩き方を測定します  
 スマートインソールシューズで簡単に4つのポイントで歩き方の「くせ」を判定します！
- 専門家がアドバイスします  
 解析データから年齢をはじめ、あなたに合わせたワンポイントアドバイスを伝えます。
- 実践しましょう  
 歩き方の特徴を知ること、体のケアを考え、歩く楽しみや美しい姿勢を作りましょう。

日時 2024.11.02 (土)  
 会場 ウイングベイ小樽スポーツスクエア (2番街2階)  
 主催 北海道済生会 スポーツデータバンク 協力 関 SHARE 後援 関小樽ペインティ開発他

参加時間 (以下から選択下さい)  
 ①10:30~ ②11:45~  
 ③13:00~ ④14:15~  
 ⑤15:30~ (途中参加不可)

申込方法  
 ①QRコードから申込  
 ②メールでの申込  
 health@htri.co.jp 宛にお名前、性別、年齢、足のサイズ、参加希望時間をお知らせ。

〒010-0001 小樽市南一条二丁目1番1号 関小樽ペインティ開発他  
 tel: 011-231-3053  
 mail: health@htri.co.jp

**Measurement Method**

step1  
 スマートインソールの入った靴に履き替えて頂きます

smartinsole  
 22.5cm, 23.5cm  
 24.5cm, 25.5cm  
 26.5cm, 27.5cm

step2  
 10m程の距離を2往復、1分程度で計測完了します

"Just walk 10 meters twice."

計測はスマートインソールとスマホだけで行います

**Gait Analysis Report**

主な歩行指標

歩行速度: 31 歩分/分  
 歩幅 (cm): 74.7 (cm)  
 歩行時の重心の動き: 70.2 (cm)  
 79.3 (cm)

結果はスマホですぐに確認することが出来ます

■LINE公式アカウント(ウエルネス知恵袋)  
 北海道済生会が運営している小樽市民に対するウエルネス情報を提供するLINEアカウントを通じた周知(登録者数:1080名)

■facebook広告  
 リーチ数:11,427、リアクション41

■ウォーキング団体や介護予防教室参加者へのチラシ配布



イベント参加経路(アンケートによる確認)

- ・ウエルネス知恵袋(LINE) 10名
- ・facebook広告 1名
- ・知人からの紹介 9名
- ・チラシを見て 8名
- ・当日参加 15名
- ・不明 7名

広報展開(募集・事業周知)

【市民向け】あんよは上手!?@ウイングベイ小樽

・周知媒体を作成し、以下のとおり参加者を募集した

■LINE公式アカウント(ウエルネス知恵袋)  
 北海道済生会が運営している小樽市民に対する  
 ウエルネス情報を提供するLINEアカウントを通じ  
 た周知(登録者数:1080名)

■小樽市の後援により、市HPでの掲載や関係施  
 設でのポスター掲示、チラシ配架 など

イベント参加経路(アンケートによる確認)

- ・ウエルネス知恵袋(LINE) 10名
- ・知人からの紹介 12名
- ・ポスターを見た 8名
- ・チラシをもらった 4名
- ・小樽市のHPを見た 1名
- ・スマートスタジオからの案内等 8名

**歩くを深掘してみよう**

何十年としてきた  
**その歩き方、あってますか？**

最先端のデジタル技術で自分の「歩き方のくせ」を知り、正しい歩き方を学び・実践できるプログラムを体験して、本当の歩き方を会得しませんか？会場では誰でも参加可能の人気沸騰中ユニバーサルスポーツ「モルック」も体験できます！

開催日時  
 2025 **2/22** [SAT] ウイングベイ小樽内  
 ◎10:10~16:10

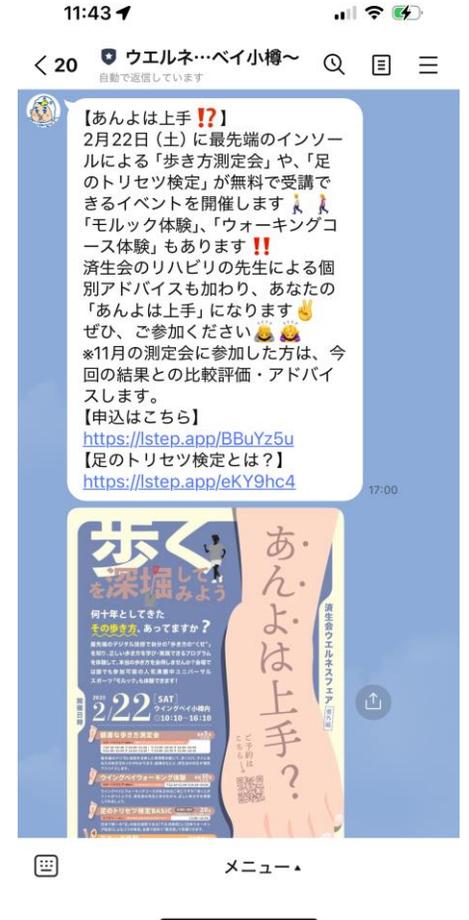
健康な歩き方測定会 参加費 5名  
 ◎10:10~10:40 ◎ 10:50~11:20 ◎ 11:30~11:45 ◎ 14:20~14:50  
 ◎15:00~15:30 ◎ 15:40~16:10

ウイングベイウォーキング体験 参加費 10名  
 ◎10:10~10:40 ◎ 10:50~11:20 ◎ 11:30~11:45 ◎ 14:20~14:50  
 ◎15:00~15:30 ◎ 15:40~16:10

足のトリセツ検定BASIC 参加費(検定) 20名  
 ◎10:10~10:40 ◎ 10:50~11:20 ◎ 11:30~11:45 ◎ 14:20~14:50  
 ◎15:00~15:30 ◎ 15:40~16:10

モルック体験 自由参加OK!  
 ◎10:10~10:40 ◎ 10:50~11:20 ◎ 11:30~11:45 ◎ 14:20~14:50  
 ◎15:00~15:30 ◎ 15:40~16:10

【主催】 北海道済生会、スポーツデータバンク  
 【後援】 小樽市、ウイングベイ小樽  
 【協力】 株式会社SHARE



①、②、③は事前お申し込みが必要です。  
 QRコードまたは右記事務局にメールまたはお電話にてお申込みください。  
 メール・お電話受付時間: 受付時間: 10:00~16:00(土・日・祭日を除く)  
 本会事務局: 011-231-3052(9:00-17:00) matchhealth@ntrln.co.jp



## 効果検証の方法

### ■アンケート調査の実施

#### 【調査方法】

(市民向け)各イベントにおいて配布・回収によるアンケート調査を実施  
(従業員向け)webアンケート調査を実施

#### 【回答者数】

(市民向け) 測定会参加者80名(11月:39名、2月:41名)  
足のトリセツ検定参加者13名(2月のみ)  
(従業員向け) 測定会参加者13名(2月)

#### 主要調査項目

- ・イベント参加前後の歩く姿勢の意識
- ・健康に関する関心毎
- ・普段の運動習慣
- ・ウイングベイウォーキングの認知度
- ・イベントの参加経路
- ・理学療法士によるアドバイスの評価、今後の利用意向
- ・アプリの評価、今後の利用意向 等

### ■測定データの分析(分析中)

11月、2月の参加者のスマートインソールで測定したデータ分析  
(両イベント参加者は前後比較)

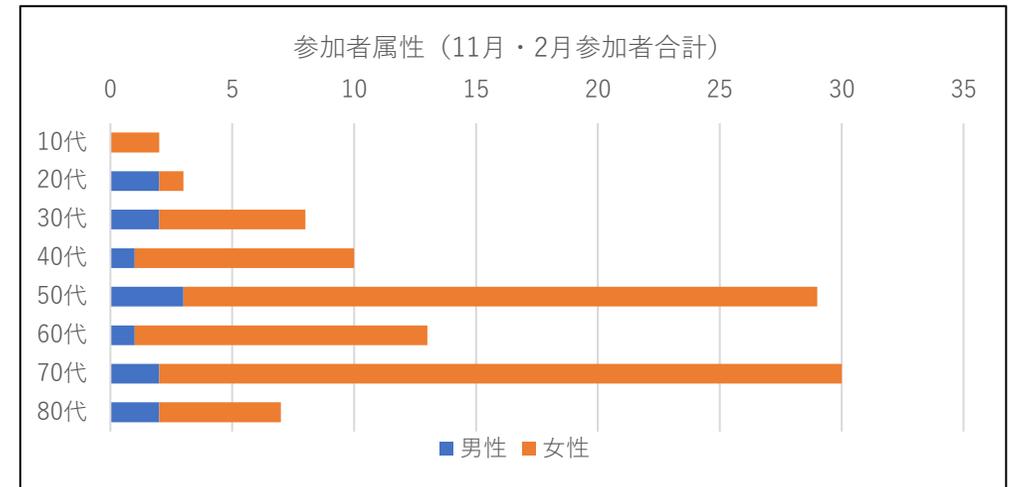
## 効果検証の結果とその要因の分析(仮説検証)

### ■(市民向け)定員数を超えるイベント申込・参加者の確保

- ・各イベントにおいて定員40名程度にも関わらず、それぞれ50名程度の参加が得られた。
- ・もともと「歩く姿勢」の意識が乏しい層が36.3%を占め、いわゆる無関心層の参加動機に繋がる企画となった。

### (要因分析・仮説検証)

- ・買い物のついでに参加しやすい「商業施設」での開催であったこと。
- ・北海道済生会が年に1回実施し、集客力が高いイベント「済生会ウエルネスフェア」の「番外編」として位置付けて周知したこと。
- ・ウイングベイ小樽内にウォーキングコースがあり、歩くとポイントも付与される取組がもともとあり、「歩く」というテーマ設定がマッチしていたこと。
- ・2回目は早い段階で申込者数を確保し、前回よりもターゲットに響くデザインを重視したチラシ・ポスターを作成できた。
- ・後援として小樽市が参画し、市のHPや関係各所でポスター掲示、チラシ配架に協力いただけた。



効果検証の結果とその要因の分析(仮説検証)

■歩行姿勢に関する意識変容効果の確認  
 (市民)

- ・スマートインソールによる測定や理学療法士等によるアドバイスを通じて、「姿勢」を意識して歩きたいとの回答が、98.7%となった。
- ・もともと「歩く姿勢」の意識が乏しい層が36.3%含まれており、もともと意識が高い人、低い人双方の意識変容に繋がる取組となった。

(従業員)

- ・スマートインソールによる測定によって、全員が「姿勢」を意識して歩きたいとの回答となった。
- ・もともと「歩く姿勢」の意識が乏しい層が46%(6名)含まれており、もともと意識が高い人、低い人双方の意識変容に繋がる取組となった。

(要因分析・仮説検証)

- ・スマートインソールにより測定結果が「歩いてすぐに」確認できる即時性。
  - ・結果の評価を参加者が行うのは難しい部分もあるが、理学療法士等が結果に関するコメントと、改善に向けたアドバイスを個別に実施したこと。
  - ・普段見る機会がない「自分の歩く姿」を動画撮影し、見てもらったこと。
- ※従業員向けは、理学療法士等の評価・アドバイスは未実施。

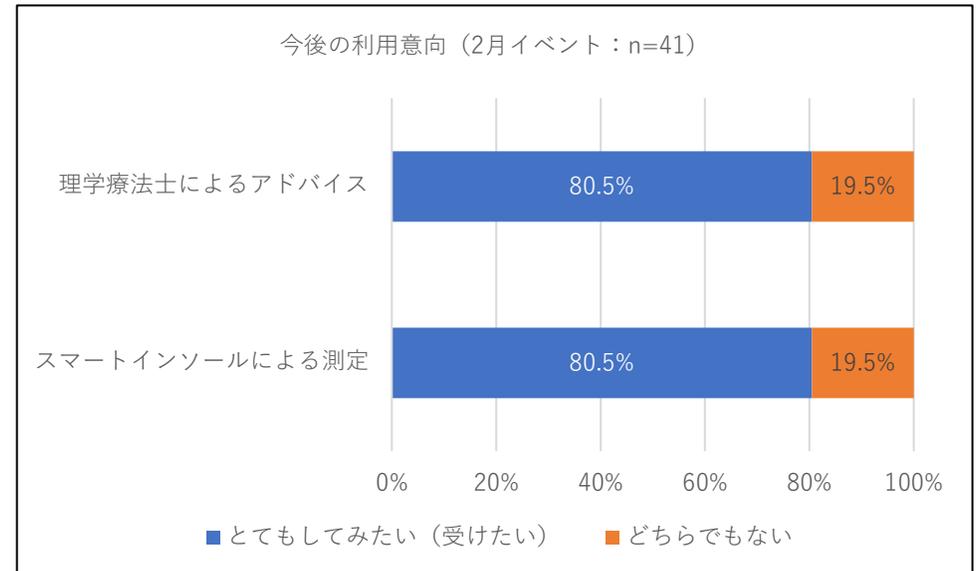
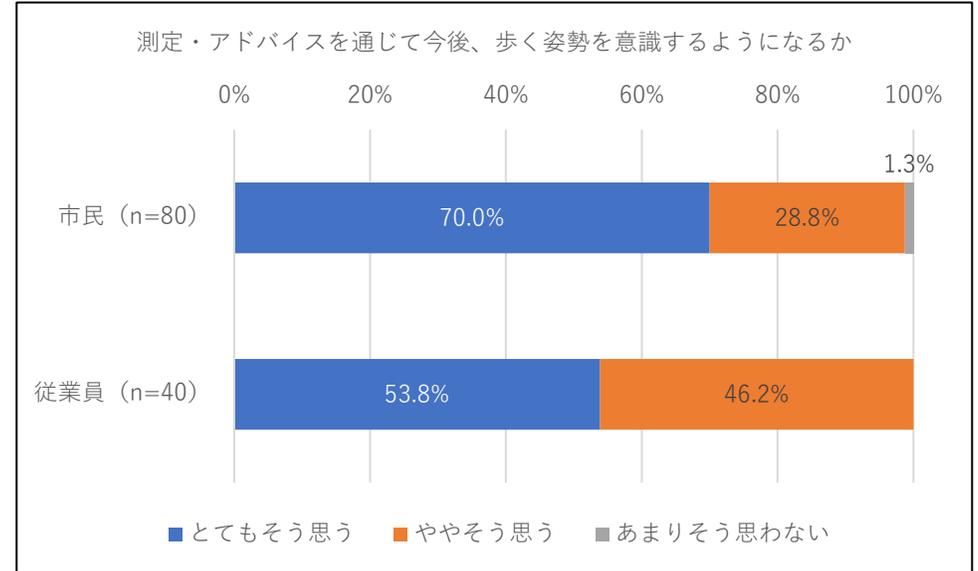
■測定・アドバイスに対する高い評価、利用意向の確認

- ・スマートインソールによる測定、理学療法士による個別アドバイスは、すべての参加者が「利用したい」と回答した。
- ・また、今後、アプリ上で測定と理学療法士によるアドバイスが受けられるサービスについても同じくすべての参加者が「利用したい」と回答した。

(要因分析・仮説検証)

- ・アンケートでは理学療法士の個別アドバイスに対する満足度が高かったこと。
- ・歩く姿勢の可視化だけではなく専門職による評価・アドバイスがセットで提供されたこと。

効果検証の結果とその要因の分析(仮説検証)



効果検証の結果とその要因の分析(仮説検証)

■足のトリセツ検定受講者の確保

・足のトリセツ検定(2月実施)の受講者は、2月イベントの参加申込者数(52名)のうち22名から申込があった。



(要因分析・仮説検証)

・受講の理由として、「足に対する様々な知識を得たいと思った」(10名)、「検定の内容に興味を持った」(7名)となっており、もともと意向があった層に対して、マッチした講座が提供できたこと。  
 ・「歩き方の測定会に参加して、興味を持った」(8名)となっており、11月の測定会の満足度が高かったことがきっかけとなったこと。

■ボランティアとして知識を伝えることへの関心の高さを確認

・当日の受講者(14名)のうち12名(92.4%)が、今回学んだ知識をボランティアとして伝えることに関心を示した。



(要因分析・仮説検証)

・受講者(14名)のうち12名が講座に「満足」と回答していたこと  
 ・11名(92.4%)が「今後、小樽市内を楽しみながら歩くイベントがあったら参加したい」との回答しており、地域活動への参加意向がもともと高いこと。  
 ・もともとボランティア参加の意向が高い人が受講していた可能性があること

