

第14回 健康寿命のばそう！アワード」厚生労働大臣優秀賞（自治体部門）
『マーケティング×地域ぐるみで進める身体活動促進のポピュレーション戦略』

令和7年12月16日

1. 取り組み・活動名

『マーケティング×地域ぐるみで進める身体活動促進のポピュレーション戦略』

2. 内容

社会全体で運動不足が課題となる中、特定の事業の参加者だけでなく、地域全体で身体活動を促進する手法が求められています。雲南市では、車移動中心の生活などで身体活動が低下しやすい中山間地域特有の課題への対応として、地域に生活する全ての中高齢者の身体活動を高めることを目的に、平成21年からこの課題に取り組んでいます。その結果、5年間にわたるマーケティング手法を活かした地域ぐるみの多面的普及によりモデル地域の運動実施率の向上に成功し（厳密な研究デザインによる検証結果としては世界初の成功事例¹⁾、平成28年からは全市的な取り組みへと発展させることでさらなる運動実施率の向上にも成功²⁾しています。

平成21年からの取り組み開始以降、雲南市における健康寿命の指標「65歳以上平均自立期間」は男女とも県平均を一貫して上回る水準で推移しています。地域全体で身体活動を高める健康なまちづくりの取り組みは、雲南市における健康寿命の延伸にも貢献しています。

3. 今後

この取り組みのノウハウは都市部を含む他地域の複数自治体の身体活動促進事業にも応用されるなど、地域を問わず応用可能なモデルとして注目されはじめています³⁾。

引き続き、自治体主導による身体活動促進の先進モデルとして、雲南市の皆様をはじめ多分野の皆様との連携協働の体制強化を図ることで、より多くの方が身体活動・運動に取り組み、いきいきと生活できる環境づくりを進めて参ります。

1. 雲南市ホームページ：運動普及に関する研究論文が国際誌へ掲載されました

<https://www.city.unnan.shimane.jp/unnan/kenkou/iryuu/shintaikyoku.html>

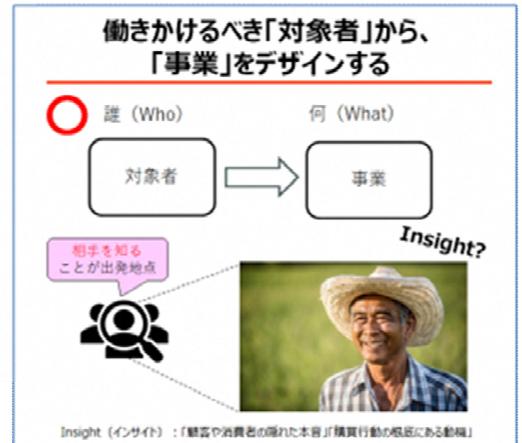
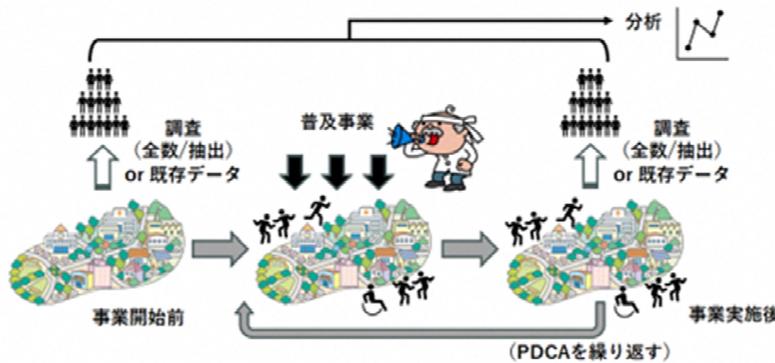
2. 雲南市ホームページ：雲南市運動普及プロジェクト研究成果の国際的な主要学術誌への掲載について

https://www.city.unnan.shimane.jp/unnan/shiseijouhou/jouhoukoukai/kisyakaiken/r6new/files/promoting_physical_activity_academic_journal.pdf

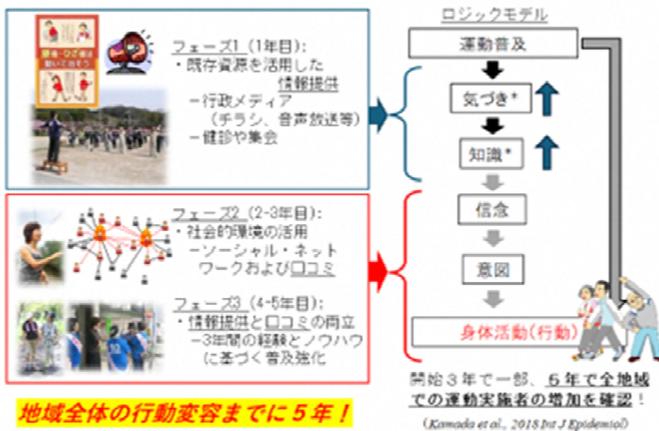
3. (外部リンク) 日本運動疫学会：2025年3月4日「多分野の協働で実現する身体活動促進シンポジウム2025（於：東京大学本郷キャンパス）」

<https://jaee.jp/practitionersseminar/>

“事業参加者”だけではなく、“市民全体”の身体活動促進を評価



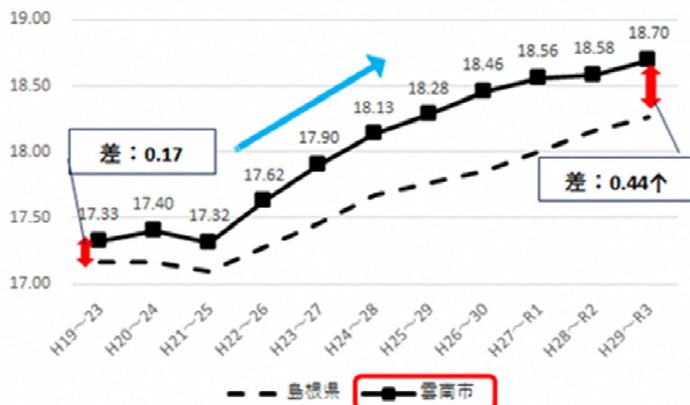
初期モデル事業のロジックモデルに基づく展開の様子



全市展開の主な内容 (初期モデル事業の戦略を引き継ぎつつ、市規模での持続可能性を見据えた適応を実施)



65歳平均自立期間 (5年平均・男性)



65歳平均自立期間 (5年平均・女性)

