

JR東加古川駅北側
兵庫大生がポスター

促進を

階段の利用を促そうと新たに作られたポスター=いずれもJR東加古川駅

健康の

使つて

ポスターを貼り替える学生(兵庫大提供)

階段を

行動経済学応用

“刺さる”言葉で啓発

同学科では、行動経済学の一つで、人の選択をより良く導くためのちょっとした工夫を示す「ナッジ理論」を応用。「兵庫大学健康づくりナッジプロジェクト」として、2020年度に初めて階段利用を促すポスターを作った。腕振りやもも上げなど、階段を上る際に意識する行動などを紹介し、昨年1月から掲示していた。

21年度は若者、成人、中高年編と対象世代ごとに、心に“刺さる”言葉を考え、3種類を完成させた。成人編は主に30、40代を想定し、「階段の先にある。仕事も家庭も」とのフレーズと共に、それを表現したイラストも添えた。仕事と家庭が大切な、まずは自身の健康からーとの意味を込めている。今年1月14日、昨年のポスターから貼り替えた。

学生は同月下旬の3日間、ポスターを貼った北側階段と、ポスターのない南側通路

駅の階段を使って手軽に健康づくりを進めようと、兵庫大(加古川市平岡町新在家)健康システム学科の学生6人が、階段の利用を促すポスターを作り、JR東加古川駅北側に掲示している。学生は行動経済学に着目し、エスカレーターに頼ってしまいがちな駅利用者の背中を、そっと押そうと試行錯誤。ポスターのある方が、階段利用が増えるという調査結果も出た。(千葉翔大)

で効果を検証。駅利用者が多い午前7時から1時間、階段を使う人数を調べたところ、北側は階段の利用者が11~12%で推移したが、南側では6~7%にとどまった。

事前調査した昨年10月の結果と比べても、今年1月下旬の階段利用者は南側で0.7%減とほぼ横ばいだったが、北側では3.3%増加。同プロジェクトを担当した朽木勤教授は、昨年掲示したポスターの認知度が上がってきただけでなく、「効果は着実に高まっている。中高年に加え、今回の掲示後は若い世代の階段利用者が多かった印象だ」と指摘する。

同学科3年の森本大地さん(21)は「駅を使う人たちの健康意識を高めたい。『社会人をターゲットに』という狙いには、一定の手応えを感じた」と話す。新しいポスターは、今後1年ほど掲示する予定。

