

フェアプレイ

人々がより活動的になるための
強力な身体活動システムの構築



緊急の行動への呼びかけ

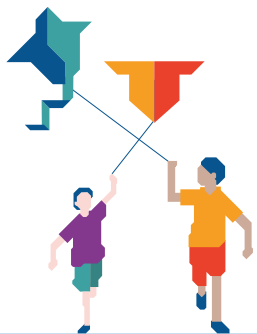
COVID-19（新型コロナウイルス感染症）のパンデミック・大流行により、世界はますますつながりを強め、心身の健康にとって身体活動が極めて重要であることが認識されてきています。一方で、コミュニティや人々が活動する機会における脆弱性や不公平感も露呈しています。断片的で不均等、不公平な現在の身体活動システムは、変えていかなければなりません。

しかし、これを変えるには、年齢、性別、能力、社会経済状況、地域を問わず、すべての人が身体活動の恩恵を受けられるよう、すべてのステークホルダーがあらゆるレベルで協力して、持続的なコミュニケーションキャンペーン、支援環境、プログラムやサービス

へのアクセスを提供する必要があります。COVID-19からのリカバリー（回復）は、より強く、公平に、持続可能な身体活動システムの再構築を促進します。十分な支援（served）を受けていない人々にすべての国が手を差し伸べることで、参加を増やすことができます。

WHO（世界保健機関）では、身体活動のポテンシャルを最大限に発揮するためのグローバルなロードマップを用意しています。資金調達の仕組みと規制の枠組みが、より統合され相互に関連した身体活動にどのように適合するかを理解することから始まります。

**グローバルレベルからローカルレベルまで協力することで、
私たちは身体活動の可能性を最大限に発揮することができます。**



身体活動は相互に利益のある (win-win) 政策につながる

このアドボカシーブリーフ（提案書）は、意思決定者に対して、プログラムやサービスを大規模に提供するための変革を早急に実施することを呼びかけるものです。プログラムやサービスを大規模に提供し、すべてのコミュニティで身体活動を行うための包括的な機会と公平なアクセスを提供するための変革を早急に実施することを呼びかけています。

世界的な進歩を妨げている主な障壁、すなわち、不十分で非効率的な資源の利用、不十分な政策・法律・規制の枠組み、そして断片的な政策・パートナーシップ・実施のシステムに、協力して取り組む（collective action）必要があります。

すべてのステークホルダー、特に提唱者（advocate）とインフルエンサーは、身体活動の認知度と重要性を高めるうえで中心的な役割を担っています。

主要な意思決定者は、国、地域、コミュニティのリーダーと協力して、COVID-19 からのリカバリー計画を策定し、気候変動の緩和と開発のアジェンダを検討・推進し、「より良い社会の構築 “build-forward-better” societies」を目指す必要があります。

身体活動は、これらすべての課題の一部でなければなりません。政治的リーダーシップと確保された資金によって、複数の効果をもたらす、より強力な身体活動システムを構築しなければなりません（ボックス 1）。

もはや身体活動は、公共政策を策定するうえで「あったらよい」という程度の要素として見ることはできません。身体活動は、WHO の信条である「万人のための健康 health for all」に不可欠な要素であり、より健康な人々と、より健康な地球を実現するものです。

今こそ身体活動が必要です。

ボックス 1

身体活動は複数の政策課題に影響を与えます。

- | | |
|---------------|------------------------------------|
| ➤ 健康とウェルビーイング | ➤ 持続可能な交通手段 |
| ➤ 不平等の是正 | ➤ よりクリーンな大気 |
| ➤ 社会的発展 | ➤ より安全な道路 |
| ➤ 文化的つながり | ➤ 経済成長 |
| ➤ コミュニティへの参加 | ➤ 雇用創出 |
| ➤ 犯罪防止 | ➤ 雇用され得るスキル (employability skills) |
| | ➤ 教育の向上 |

すべての人に健康で
より公平な活動の場を提供するために、
身体活動を確実に推進する時が来たのです。



アクセスと機会の不公平に対処する 必要がある

身体活動は、身体的、精神的、社会的な健康とウェルビーイングを向上させ、病気の予防に役立ち、医療システムの負担を軽減します²。

身体活動は、社会的包摂、男女平等、雇用機会、教育に貢献します³。スポーツ、ウォーキング、サイクリング、アクティブレジャー、遊びなどの活動は、COVID-19 からのリハビリ、社会経済的発展の改善、不平等の軽減、気候変動への対応、持続可能な開発アジェンダへの貢献など、政府や世界のさまざまな課題に貢献しています^{1,4}。

しかし、世界の成人の 4 人に 1 人は、その恩恵を受けるのに十分な身体活動（すなわち推奨量）を行っておらず、世界的に実施者数の増加はほとんど見られません。

すべての国において、女性、少数民族、恵まれないコミュニティ、障害や慢性疾患を抱える人々は、身体活動不足に陥りやすい傾向にあります⁵。

思春期の子どもたちの運動不足も深刻で、少なくとも 4 分の 3 はガイドラインを満たしておらず、ほとんどの国で女子の方が男子よりも運動不足になりがちです⁶。

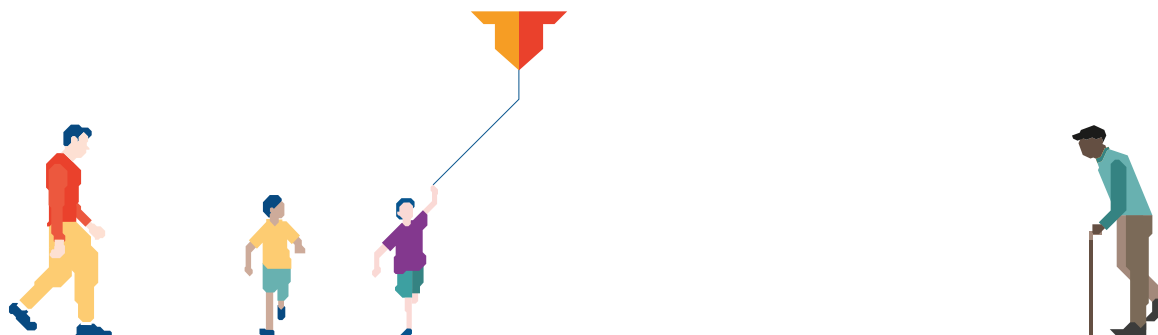
COVID-19 は身体活動の重要性に対する人々の認識を高めた一方で、政策立案者に対して、健康・社会政策、プ

ログラム、環境におけるレジリエンスの欠如を警告しました。COVID-19 は、既存の不公平感を露呈させ、脆弱な人々やコミュニティに深刻な影響を与えました。

非常に多くの人々が、徒歩や自転車で移動するには安全ではない道路を利用し、公共のオープンスペースへのアクセスが悪く、運動やスポーツのプログラムや施設が不十分なコミュニティに住んでいます。

このような状況は不公平であり、変えていかなければなりません。

私たちは、一丸となって、早急に行動を起こさなければなりません。



すべての人に体系的な変化をもたらす

身体活動を効果的に進めるためには、WHOの「身体活動に関する世界行動計画 2018-2030 (GAPPA)」に示されているように、協調的かつ戦略的なシステムズアプローチが必要です¹。この行動計画では、すべての国で身体活動を増やす方法について、エビデンスと実践に基づく政策提言を行っています。

GAPPAは、すべての国に、人々が安全で楽しい方法で活動できるよう、持続的な公共教育、支援環境、多様なプログラムを提供することを求めています。

これらの身体活動を促進するために**3つの戦略**（ボックス2）があり、すべての国において、国や地方といった地域レベルで、学校、公園、職場などといった施設レベルで、複合的に適用できます。これらは一緒に実施すると最も効果的です。

これらの戦略の実施には、効果的、公平、かつ大規模に身体活動を増加させるために、政策を実用的な対策に変換するためのツール、リソース、協力が必要です。

実現のためには、解決策を共同で生み出すコミュニティ、身体活動プログラムを提供するためのスキルと能力を備えた人々、活動量の増加をサポートするデジタル技術、政策と資金調達のためのデータシステム、革新と実施を推進するための研究と知識の伝達の成功を可能にする要因（enablers）などが含まれます。

しかし、効果的、効率的、持続可能な身体活動システムを大規模に実現するためには、**相互に関連した障壁**があり、進展を妨げています。

> 成功を可能とする要因（enablers）への**投資が不十分、不平等、非効果的である**ことが、身体活動の戦略の実施を制限しています。

> **不十分で不整合な政策、法律、規制の枠組み、基準**が、国や地方レベルでの政策提言の実施を支援、要求、動機付けすることはできません。

> **不均等で断片的なパートナーシップとプログラムの提供**により、サービスにギャップが生じ、コミュニティ間で身体活動の機会に不平等と不公平が生じています。

ボックス2

身体活動行動の3つの戦略 (Strategic Drivers)

人々の身体活動を行う能力と意思は、多くの要因によって形成されます。以下は、影響力があり効果的な行動の3つの主要戦略です。

1. **持続的な身体活動コミュニケーションキャンペーン**や幅広いメディアを用い、コミュニティの多様性に合わせた包括的なメッセージとイメージで、人々に効果的に働きかけ、参加させる。
2. 人々がさまざまな方法でより活動的になれるように、**施設、場所、空間への安全で手頃なアクセスを提供する**。
3. 生涯を通じて、安価で包括的な身体活動参加の機会として、さまざまな能力レベルに合わせて、多様な好みに対応し、楽しくやりがいのある経験を提供する**プログラム、製品、サービスを提供する**。



インパクトを引き出すための重要なアクション

進歩を加速させ、COVID-19 からリカバーし、身体活動の可能性を最大限に引き出すためには、強力なパートナーシップのもと、以下の分野で変化をもたらす必要があります。

1. 革新的で多様な資金調達メカニズム

現在の資金は十分ではなく、短期的で範囲が狭く、身体活動を支援するシステムの強化よりも、パイロットプロジェクトや実証プロジェクトに重点が置かれています。構造的な不公平を是正し、最も弱い立場にある人々の支援を目的とした、新しい多様な資金調達メカニズムと投資資源が緊急に必要です。

政府、開発機関、ドナー団体、企業は、現在の資金調達や助成のメカニズムを、より持続可能で長期的なものに見直すべきです。政府は、必要な成功要因、インフラ、コミュニティの取り組みを支援するために、再分配や、税金、補助金、ソーシャル・ボンド、ブレンド・ファイナンス (Blended Finance) などの新しいアプローチを検討する必要があります (ボックス 3)。

2. 一貫性のある政策、法律、規制の枠組み、および基準

身体活動の公平性と包括性、安全性、アクセスと価格を向上させるためには、強力で整合性のある政策、法律、基準が必要です。例えば、政策、規制、基準は、質の高

いウォーキング・サイクリングネットワーク、公共のオープンスペースへのアクセス、学校体育、遊び場、コミュニティのレクリエーション施設と設備の適切な提供を要求するものでなければなりません。

政府は、身体活動に対する障壁 (排除、安全性、アクセス、手頃な価格) を軽減するための政策や法律を採用し、環境、サービス、プログラムの改善を義務付けることで、人々がより活動的になることを支援するインセンティブを創出すべきです。

3. より統合された身体活動の提供

効果的で影響力のある身体活動システムは、身体活動の推進要因をより均等かつ公平に提供しなければなりません。持続可能で測定可能な効果を提供するためには、より統合された結合モデルへと成熟させなければならず、その結果、より大きな投資を呼び込み、ポジティブな強化サイクルを生み出すこととなります。

相乗効果と機会をよりよく見極めることで、適切で包括的な教育キャンペーン、環境、プログラムをすべてのコミュニティに提供することができます。例えば、プログラムと組織の連携、従業員のトレーニングや専門的な基準の向上による一貫性のある教育の提供、統合された情報システムとその効果の評価の強化、アクセス可能なデジタル配信システムの革新などが挙げられます。

これは、他のステークホルダー、特にコミュニティサービスや、医療・介護・福祉などのケアサービスを巻き込んで初めて達成できるものです。

ボックス 3

身体活動とインパクトを拡大する革新的な資金調達

「ローレウス・スポーツ・フォー・グッド財団 (Laureus Sport for Good Foundation)」は、従来の「トップダウン」の助成方法から、共同体をベースとしたコミュニティの資金調達と意思決定を行う、新しい「場所ベース」の資金調達方法を開発しました。その資金調達モデルは、知識の共有、パートナーシップの構築、長期的な影響の測定もサポートしています。 <https://www.laureus.com>

タイヘルスプロモーション財団 (Thai Health Promotion Foundation, ThaiHealth) は、身体活動を含むヘルスプロモーションプログラムに資金を提供するために、タバコ会社とアルコール会社に 2% の課徴金を支払うよう求めています。 <https://en.thaihealth.or.th>

共通のビジョンに向けて協力する

身体活動システムの変化は早急に必要であり、すべてのステークホルダーが重要な役割を担っています（図 1）。COVID-19 によって脆弱性が明らかになり、それをリカバーするためには、身体活動システムの一部だけでなく全体を含めた**共通のビジョンを共有**したうえで、より**強力なパートナーシップ**を築くことが求められています。すべてのステークホルダーは、身体活動システムを個々の分野だけではなく、全体を捉え、構築することに尽力する必要があります。

部門の縦割りを超えた強力な関係性は、供給における問題点を特定し、ステークホルダーを問題や革新的な解決策に結びつけ、効果的なアドボカシーと実装の基礎となります。効果的なアドボカシーは、より良い資金調達メカニズムや規制改革を実現し、不平等を減らすための統合された行動への支援を提供します。もちろん、市民社会は重要な役割を担っており、身体活動を提唱するためのスキルと能力を強化する必要があります。

重要なのは世界、各国、都道府県及び市町村のすべてのレベルでアドボカシーを行うためのパートナーシップであり、変化を起こすための政治的、財政的資本を持つ人々に身体活動がもたらすメリットを伝えることが重要です。

意思決定者は、影響を追跡・報告するための**データや情報システム**の強化、**投資収益率**に関するしっかりとした評価基準に基づいた、**強力な価値提案**（ボックス 4）を必要とします。また、コミュニティでの実施を強化・調

整するために、ベストプラクティス、コミュニティの認識、消費者の動向に関する**データ、知識、洞察**をステークホルダー間でより効果的に共有することも必要です。

さまざまなレベルで共通のビジョンを持ち、パートナーシップを組むことで、身体活動システムはすべての人が活動的（アクティブ）になり、健康とウェルビーイングを促進するためのより良い機会をより公平に提供することができます。システムのすべての要素が重要な役割を担っており、すべての人のあらゆる動きが重要であることが非常に明確になっています。

ボックス 4

価値提案

身体活動の強力な価値提案は、身体活動を増加させることでどのような利益と価値が実現されるかを指します。短期的にも長期的にも確実な投資収益率（ROI）の証明によって強化され、エビデンスや経験的データ、成功例に支えられた説得力のある提案です。また、国連条約で承認された責任と公約、および公平性や公正性などの普遍的な原則を統合する必要があります⁷。

図 1

身体活動のエコシステム

生涯を通じて身体活動を可能にし、支援する、複数のレベルにおけるステークホルダーのネットワーク*



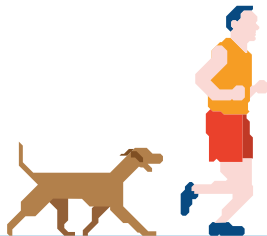
* これは、身体活動の機会を促進し提供することに貢献する潜在的なステークホルダーを網羅したものではありません。

WHOの公約

最も活動的でない人々、十分なサービスを受けていない人々、最も弱い立場にある人々のために、定期的な身体活動実現の進捗を加速するために、WHO は次のように取り組みます。

1. WHO の召集力と調整力を活用し、以下のようにあらゆるレベルでの連携した行動を確保します。
 - > GAPP 勧告の実施に向け、世界的に、非政府組織によるコミットメントの登録を開始します。
 - > 主要なスポーツイベントに関連した身体活動レガシープログラムを強化します。
 - > より強力な身体活動システムを構築し、デジタル技術の機会を加速するために、多部門のパートナーシップと能力を強化する地域の身体活動ネットワークとプラットフォームを支援します。
2. 以下のようなガイダンスと知識管理ツールを開発し、各国の実施を支援します。
 - > 費用対効果の高いアプローチに関する技術ガイダンスを発行します。
 - > 健康・経済影響評価 (WHO HEAT、WHO-CHOICE、社会的投資利益率 (SROI) 分析など) を実施するための各国の能力を強化します。
 - > データ、情報システム、研究を強化します。
3. 安全な環境と身体活動の機会へのアクセスを改善するための政策、規制、基準の強化について、特に都市計画、交通、スポーツ、教育の主要分野に焦点を当て、各国に提唱し、技術支援を提供します。
4. 国および地方レベルでの身体活動政策の実施を強化・拡大するための資金調達方法に関するガイダンスを提供します。
5. 2030 年までに身体活動と健康に関する各国の行動の進捗と影響をモニタリングします。

例えば、特に身体活動の不平等を減らすための進捗状況を評価するための共通の指標を調和させ、その使用を強化するための世界的な取り組みを支援し、身体活動に関する最初の WHO 世界状況報告書を発行します。



巻末資料

このアドボカシーブリーフ（提案書）は、WHOの「身体活動に関する世界行動計画 2018-2030 (GAPPA) ¹」におけるエビデンスと政策提言によって支持されています。

これは、国連機関がより連携強化を支援し、世界および国内のリハビリ計画に身体活動とスポーツを含めることを求める声に触発され、2021年4月6日の「平和と開発のための国際スポーツデー」に世界規模で開催された会談に続いて、2021年の春

から夏にWHOが世界規模で開催した#reINVENT ウェビナーシリーズの議論を参考にしています。

リソースやウェビナーの録画は、WHOの <https://www.who.int/health-topics/physical-activity> に掲載されています。

参考文献

1. Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world. World Health Organization (2018). <https://apps.who.int/iris/handle/10665/272722>
(日本語版 : <http://sports.hc.keio.ac.jp/ja/news/2020/02/who2018-2030.html>)
2. WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. World Health Organization (2020). <https://apps.who.int/iris/handle/10665/336656>
3. Resolution 70/1 adopted by the United Nations General Assembly 2015: Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development
4. UN Joint Advocacy Brief Recovering better: Sport for Development and Peace: Reopening, Recovery and Resilience Post-COVID-19 <https://www.un.org/development/desa/dspd/wp-content/uploads/sites/22/2020/12/Final-SDP-recovering-better.pdf>
5. Guthold R, et al. Worldwide trends in insufficient physical activity from 2001 to 2016: a pooled analysis of 358 population-based surveys with 1.9 million participants. The Lancet Global health. 2018;6(10):e1077-e86
6. Guthold R, et al. Global trends in insufficient physical activity among adolescents: a pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. The Lancet Child & adolescent health. 2020;4(1):23-35
7. Universal Human Rights Instruments. <https://www.ohchr.org/EN/ProfessionalInterest/Pages/UniversalHumanRightsInstruments.aspx>

この冊子は「Fair Play: Building a strong physical activity system for more active people」(WHO:世界保健機関、2021年)を慶應義塾大学スポーツ医学研究センター・大学院健康マネジメント研究科が日本運動疫学会の協力を得て日本語訳して作成したものです。

This work is available under the [CC BY-NC-SA 3.0 licence](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/).

【日本語版制作】(2022.2 現在) 慶應義塾大学スポーツ医学研究センター・大学院健康マネジメント研究科 小熊祐子研究室

【監訳・翻訳】慶應義塾大学スポーツ医学研究センター・大学院健康マネジメント研究科 小熊祐子
神奈川県立保健福祉大学イノベーション政策研究センター 齋藤義信

【翻訳】慶應義塾大学大学院健康マネジメント研究科 於 夕オ、中村学、平田昂大、真辺智規

【協力】日本運動疫学会、中京大学スポーツ科学部 種田行男、工学院大学教育推進機構 武田典子

【制作協力】慶應義塾大学出版会
