

2022年8月4日

国立大学法人千葉大学
イオンモール株式会社

ハピネスモールをいっしょに。

千葉大学とイオンモールによる イオンモールウォーキングと健康に関する共同研究結果のお知らせ

国立大学法人千葉大学予防医学センターとイオンモール株式会社は、イオンモールが取り組むイオンモールウォーキングに関して、地域住民の健康やコミュニティに及ぼす影響を明らかにすることを目的に、「イオンモールウォーキングと健康」を題材に共同研究を実施、その調査結果をお知らせいたします。

本研究において、イオンモールアプリのウォーキングプログラム（※1）の利用者から取得した歩数データやアンケート調査データを分析したところ、イオンモールへの来店やウォーキングプログラムの利用が、利用者の歩数や、ウォーキング習慣度（※2）の向上と関連していました。

また、これまでの国内の研究では、歩数の増加は医療費を抑制する効果があること（※3）が報告されており、今回の調査においても、イオンモールに来店しウォーキングプログラムを利用することは、医療費の抑制に寄与する可能性が示されました。

今後も、環境や人の行動と歩数の関係を調査・分析し、地域住民の健康保持・増進に寄与する環境や行動に関する知見を明らかにしていきます。

<研究概要／主な結果>

■研究期間：2021年9月～2022年3月

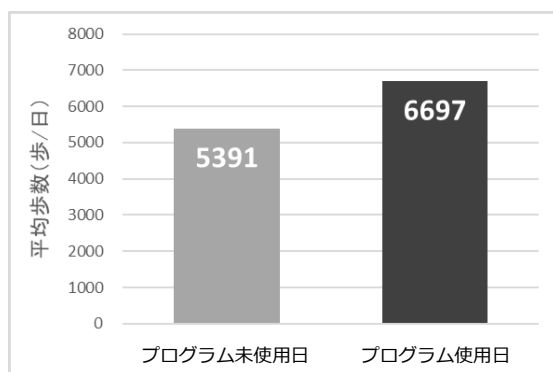
■調査内容／主な分析結果

①イオンモールアプリのウォーキングプログラム利用者の歩数データを分析

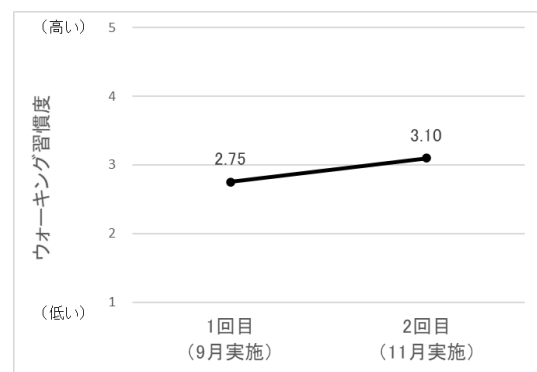
⇒プログラムの未使用日と使用日の日歩数をそれぞれ3日以上保有する約101,000名のデータを分析。未使用日に比べ、使用日は平均歩数が約1,300歩多い結果となった。（図1）

②イオンモールウォーキングと健康に関するアンケート調査データを分析

⇒イオンモールアプリ上でのアンケート調査（第1回：9月／第2回：11月）を実施。ウォーキング習慣度を分析し、1回目調査に比べ2回目調査のウォーキング習慣度が高い結果となった。（図2）



（図1）プログラム未使用日と使用日の平均歩数の比較



（図2）ウォーキング習慣度の変化

※1：イオンモール内で1日1,000歩歩くと、抽選でポイントが得られるくじが引けるプログラム

※2：数値が高いほど習慣化されている状態であることを意味する。（図2）においては、「5：定期的にウォーキングをしている。また、6ヶ月以上継続している」ことを意味し、「1：ウォーキングをしていない、また、これから先もするつもりはない」ことを意味する。

※3：国土交通省「歩行量（歩数）調査のガイドラインの概要」<https://www.mlit.go.jp/common/001174965.pdf>

ご参考

イオンモールでは、地域のお客さまの健康的なライフスタイル実現をサポートすることを目的に、館内へのウォーキングコースの設置やウォーキングイベントの実施、イオンモールアプリへのウォーキング機能の搭載などの取り組みを実施しています。

<ウォーキングコースの設置やイベント実施>



<ウォーキング機能搭載>

