



未来の
ために、
いま選ぼう。



新型コロナウイルス感染症対策における 市民の自発的な行動変容を促す取組 (ナッジ等) の募集について

— 募集テーマやナッジの具体例、留意点 —

環境省

〔 環境省ナッジPT (プラチナ)
日本版ナッジ・ユニット (BEST) 事務局 〕



Behavioral Sciences Team
for a better choice

令和2年5月1日

はじめに

- 本資料では、新型コロナウイルス感染症対策における市民の自発的な行動変容を促す取組（ナッジ等）について、募集するテーマやナッジの具体例、留意点を紹介しています。
- 新型コロナウイルス感染症専門家会議が公表した「人との接触を8割減らす、10のポイント」に示された行動の実現を後押しする取組を中心に紹介していますが、募集対象はそれらに限りません。「市民の自発的な行動変容」を促す取組について、幅広くお考えください。
- 本募集では、無理なくできる取組や楽しく継続してできる取組、感染症対策の理解を深めることのできる取組、生活習慣やライフスタイルを見つめ直す気づきを与える取組等を皆様に考えていただき、自ら実践していただくこと、また、結果を報告いただいて、広く共有することを目的としています。
- 取組を考える際には、**まず、行動変容を促す相手の立場になって、自分自身が対象となったときのことを考えてみてください。**
- また、**何かを我慢するためではなく、自ら進んで何かをしたくなるような取組を考えてみてください。**
- 新型コロナウイルス感染症は、すでに起きている、現在進行形の社会課題です。ナッジアンバサダーの近畿大学・谷本道哉准教授は、「やるか、やらないか」とどまらず、「**やるか、すぐやるか**」の**二択**で考えるように促しています。このように、**一人ひとりが今すぐできることは何か、と前向きに考えることも大切です。**
- 応募いただいた取組は、行動経済学や社会心理学等の有識者の協力の下、日本版ナッジ・ユニットの事務局である環境省が確認し、優れた取組を公表する予定です。なお、結果の公表を通じて公衆衛生や感染症の観点で何らかの見解を示すものではありません。

日本の新型コロナウイルス対策の基本戦略

社会・経済機能への影響を最小限としながら感染拡大防止の効果を最大限にする

< 3本柱の基本戦略 >

1. クラスタ（集団）の早期発見・早期対応
2. 患者の早期診断・重症者への集中治療の充実と医療提供体制の確保

3. 市民の行動変容

を後押しする取組
を募集します

- ・ 「三つの密」など感染リスクの高い場面を避ける
- ・ 手洗い、咳エチケット等の基本的な感染対策を徹底
- ・ バランスのとれた食事、適度な運動、休養、睡眠などで抵抗力を高める

など

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をおねがいします

3つの密を避けましょう!

①換気の悪い
密閉空間

②多数が集まる
密集場所

③間近で会話や
発声をする
密接場面

新型コロナウイルスへの対策として、クラスタ（集団）の発生を防止するために、日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。

3つの条件がそろった場所が
クラスタ（集団）発生の
リスクが高い!

※3つの条件のほか、**共同で使う物品**には
消毒などを行ってください。

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan 厚生労働省 厚労省 コロナ 検索

感染リスクの
高い環境

募集する取組の例（これ以外でもOK）

の実現を後押し
するような取組

人との接触を8割減らす、10のポイント

緊急事態宣言の中、誰もが感染するリスク、誰でも感染させるリスクがあります。
新型コロナウイルス感染症から、あなたと身近な人の命を守れるよう、日常生活を見直してみましょう。

1 ビデオ通話で オンライン帰省 	2 スーパーは1人 または 少人数で すいている時間に 	3 ジョギングは 少人数で 公園は すいた時間、 場所を選ぶ 
4 待てる買い物は 通販 で 	5 飲み会は オンライン で 	6 診療は 遠隔診療 定期受診は間隔を調整 
7 筋トレやヨガは 自宅で動画を活用 	8 飲食は 持ち帰り、 宅配も 	9 仕事は 在宅勤務 通勤は医療・インフラ・ 物流など社会機能維持 のために 
10 会話は マスク をつけて 	3つの密を 避けましょう 1. 換気の悪い 密閉空間 2. 多数が集まる 密集場所 3. 間近で会話や発声をする 密接場面	
手洗い・ 咳エチケット・ 換気や、健康管理 も、同様に重要です。		その他

こちらも
重要

新型コロナウイルス対策におけるナッジの活用事例（10のポイントの7：適度な運動の促進）

ナッジを効かせた声掛けで筋肉元気体操

令和2年4月1日より公開

<www.youtube.com/watch?v=KhhLVtVh-E&feature=youtu.be>

- 「自粛疲れ」・「コロナ疲れ」とも言われる中で、自宅で手軽にできて運動不足解消に繋がる「筋肉元気体操」を、ナッジアンバサダーの近畿大学・谷本道哉准教授が作成
- 運動自体の負荷を抑えたレベルダウン版も用意して、無理なく続けられるようにした
- ナッジを効かせた声掛けで楽しく継続して取り組んでいただけるように配慮



ナッジアンバサダー任命式にて
(令和元年12月26日)

※ナッジ（nudge：そつと後押しする）とは、行動科学の知見を活用して、人々が選択し、意思決定する際の環境をデザインし、それにより行動をデザインすること。
「人々が自分自身にとってより良い選択を自発的に取れるように手助けする政策手法」のこと。既存の施策を補完してその実効性・効率性を高めること等に用いられる。

新型コロナウイルス対策におけるナッジの活用事例（その他：手指消毒促進 1）

環境省内オフィス

- 気づいてもらえるように、消毒用アルコールを各部屋の**入口から入って正面や目の高さに設置**し、さらに**矢印のマークでわかりやすくした**
- 効果検証のため、よくある「**協力を依頼するメッセージ**」を掲示する箇所と「**協力への感謝を伝えるメッセージ**」を掲示する箇所（※）を設け、アルコール使用量を指標に、**矢印もメッセージもない箇所と比較**した（差分の差分法により、いずれもアルコール使用量が3倍程度、統計的に有意に増加したことを確認。「依頼」と「感謝」の間の統計的有意差は検出されず）

（※）「コロナ疲れ」・「お願いされ疲れ」が指摘される中、東日本大震災後の実験で節電「要請」が有効ではあるものの効果が長続きしなかったという既存の研究結果を踏まえ、感謝を伝えることでごみの分別回収が促進されたベストナッジ賞の事例に倣って**感謝のメッセージ**を掲示するとともに、社会的承認により取組の継続を後押しする省エネナッジの事例に倣って**スマイルマーク**を添えた



矢印と感染症対策への「お願い」メッセージ



矢印と感謝のメッセージとスマイルマーク

※ナッジ（nudge：そつと後押しする）とは、行動科学の知見を活用して、人々が選択し、意思決定する際の環境をデザインし、それにより行動をデザインすること。 5
「人々が自分自身にとってより良い選択を自発的に取れるように手助けする政策手法」のこと。既存の施策を補完してその実効性・効率性を高めること等に用いられる。

新型コロナウイルス対策におけるナッジの活用事例（その他：手指消毒促進 2）

京都府宇治市（イエローテープ作戦）

- 庁舎入り口に設置した消毒用アルコールに気づいてもらえるように、**床に矢印のテープ**を貼付してわかりやすくした
- 設置前と比較して利用者が**約 1 割増加**
- 3月18日開催の第16回日本版ナッジ・ユニット連絡会議でこの取組を紹介。その後、宇治市に倣って**他の自治体でも同様の取組が展開**

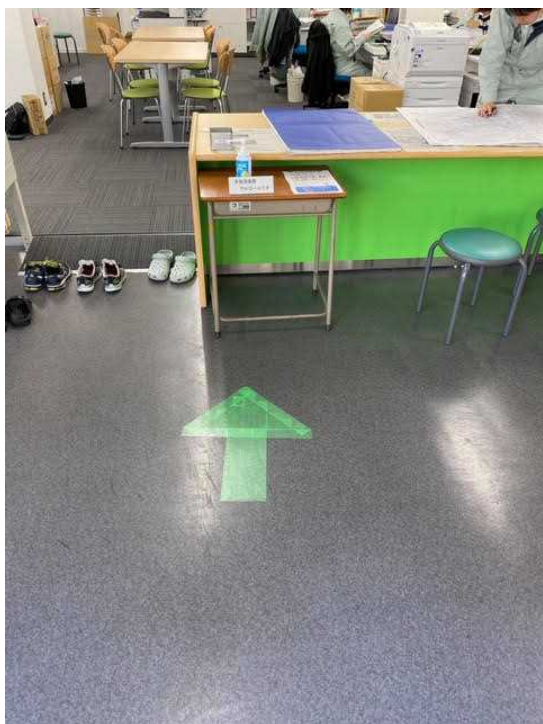


京都府宇治市役所

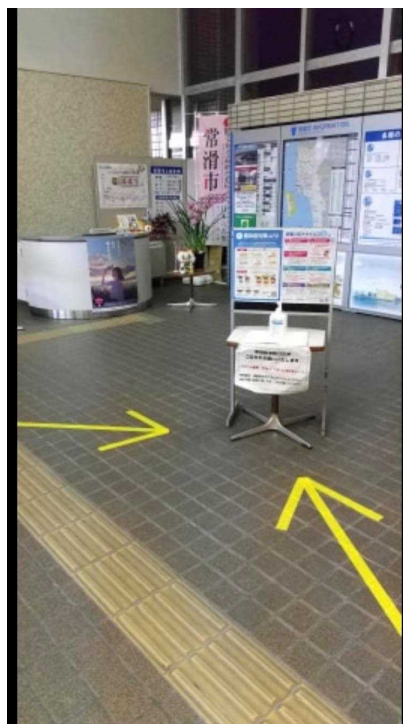
新型コロナウイルス対策におけるナッジの活用事例（その他：手指消毒促進3）

京都府宇治市以外の自治体への展開（イエローテープ作戦）

- 宇治市に倣って**他の自治体でも同様の取組が展開**



京都府向日市



愛知県常滑市



大阪府摂津市

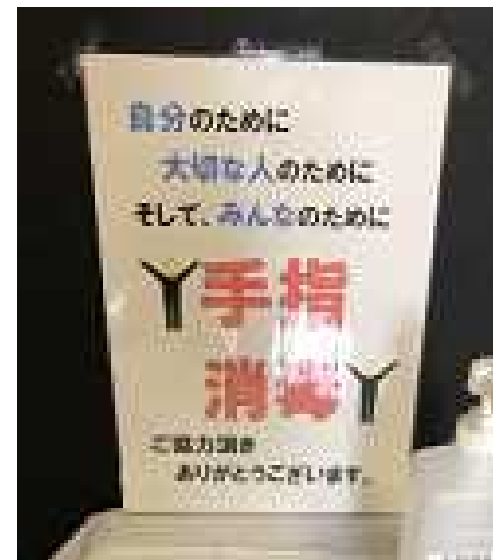


和歌山県和歌山市

新型コロナウイルス対策におけるナッジの活用事例（その他：手指消毒促進 4）

岩手県矢巾町

- 庁舎入り口に設置した消毒用アルコールに気づいてもらえるように、**床に矢印のテープ**を貼付してわかりやすくした
- フロア毎にメッセージの内容を変えて**飽きのこないようにした**



岩手県矢巾町役場

(参考) 矢印を使ったナッジについて

- 博物館や美術館での順路表示等に用いられる「矢印」ですが、アルコール消毒の事例のように、何かに気づいてもらったり、わかりやすく示したりするためにも使われることがあります。
- 令和元年12月に開催されたCOP25（国連気候変動枠組条約第25回締約国会議）のジャパンパビリオンでは、日本の脱炭素技術を展示する会場に足を運んでもらえるように、床の色とのコントラストを考えて黄色の矢印のテープが貼られました。



日によってテープの貼り方を変えて慣れや飽きのこないように工夫した



死角になっている場所については、途中で折れ曲がる方向転換の矢印にした

COP25のジャパンパビリオンの会場

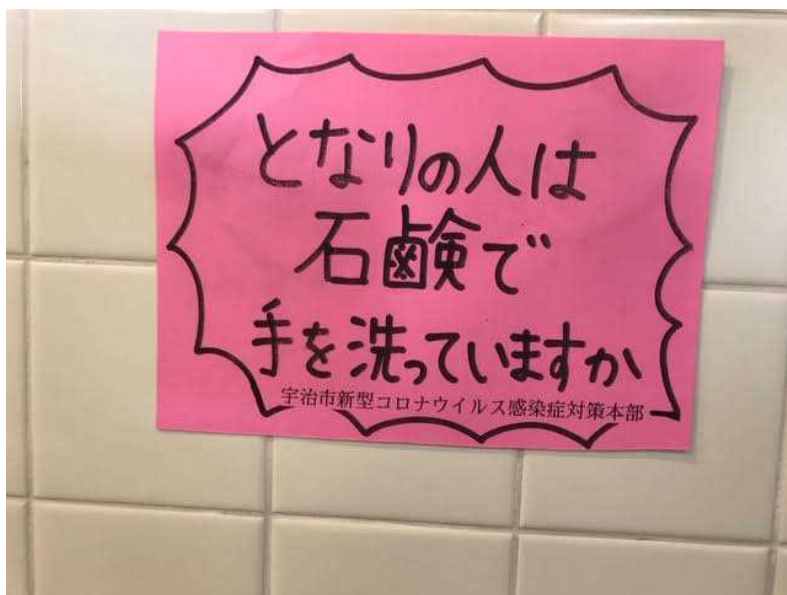
留意点 1 : ナッジをする場合の倫理的な配慮と効果の検証について

- 他の政策アプローチと同様に、**ナッジの活用は人々の生活に介入し、行動様式に影響を及ぼすことがあります。**このため、ナッジの活用に携わる人は、法令の定めるところに加え、**高い倫理性が求められる**ものとされています。
- 日本版ナッジ・ユニットBESTでは、ナッジ倫理委員会を設置して「ナッジ等の行動インサイトの活用に関わる倫理チェックリスト」を作成するなど、ナッジを実践する場合の倫理的配慮について検討を重ねています。
 - ナッジ等の行動インサイトの活用に関わる倫理チェックリスト ①調査・研究編
<www.env.go.jp/earth/ondanka/nudge/renrakukai16/mat_01.pdf>
- ナッジをデザインし、実践する場合には、**まず、相手の立場になって、自分自身が対象となったときのことを考えてみてください。**
- また、政策の現場でナッジを活用する場合、他の政策手法と同様に、**効果をきちんと評価し、エビデンスに基づく政策立案を実施して透明性を高め、説明責任を果たすことが求められます。**
- 効果を検証するためには、**あらかじめ評価することを一連の計画の中に組み込んでおくことが重要です。**後になって検証しようと思っても、必要な情報が手に入らなかったりするためです。
- そして、**相関関係**（ナッジをしているところではアルコール使用量が多い）と**因果関係**（ナッジをすることでアルコール使用量が増える）は**異なることに気をつけてください。**環境省のオフィスで実施したアルコール消毒促進の実験では、何もなかった箇所でも、他の箇所で矢印やメッセージを掲示した時点の前の1週間と比べて後の1週間ではアルコール使用量が3割ほど増加しました。
- このように、実施したこと（ナッジ）と観察した結果（アルコール使用量）以外の第3の要因（新型コロナウイルスの感染拡大など）が観察した結果に影響を与えることがありますので、単純に取組の前後を比較するだけでは因果関係を明らかにすることはできません（アルコール消毒の例では、ナッジ以外の影響として、感染拡大により消毒意識が高まったことなどの結果としてアルコール使用量が増加した可能性を否定できません）。

新型コロナウイルス対策におけるナッジの活用事例（その他：石けん手洗い促進 1）

イギリスでの研究結果に基づき、トイレでの石けん手洗いを促進（主な利用者が職員の場合）

- トイレの洗面台に**石けん手洗いを促すナッジメッセージ**を掲示 （受容性や倫理面に関し、12頁や14頁を確認のこと）
- イギリスでは、高速道路の**サービスエリアのトイレで、様々なメッセージを掲示**して石けん利用率がどう変わるか調査
- 同調査（※）は、**男性は31～32%から最大36%に、女性は65%から最大72%に**石けんを利用する割合が増加
（※）出典：Judah et al. *Am J Public Health*. 2009;99:S405-S411.
- 宇治市では、同調査で効果の高かった「となりの人は石鹸で手を洗っていますか」を庁舎内のトイレに掲示
- 和歌山市をはじめ、**他の自治体にも同様の取組が展開**している



宇治市役所
庁舎内



和歌山市役所
庁舎内でも展開

新型コロナウイルス対策におけるナッジの活用事例（その他：石けん手洗い促進 2）

イギリスでの研究結果に基づき、トイレでの石けん手洗いを促進（主な利用者が一般の方の場合）

- トイレの洗面台に**石けん手洗いを促すナッジメッセージ**を掲示
- 一般の方の利用がメインである新宿御苑では、**受容性を考慮して同程度の効果の見られたメッセージを採用**
- 3月18日開催の第16回日本版ナッジ・ユニット連絡会議で取組を紹介。**メッセージの受け手を明らかにし、一般の方の利用の有無等に応じて、受容性や倫理面に配慮しながら実施していくことが重要**とされた
- 「コロナ疲れ」・「お願いされ疲れ」が指摘される中、ただ協力をお願いするのではなく、感謝を伝えることでごみの分別回収が促進されたベストナッジ賞の事例に倣って**感謝のメッセージ**を添えた



新宿御苑（※閉園中）
一般利用者向け

(参考) 行動に起因する社会課題の解決のために

- 解決したい社会課題に人々の行動が関わるときには、採用し得る政策手段の候補としてナッジ等の行動科学の知見の活用を検討することになりますが、そもそもどのような行動が関係していたり、潜んでいたりするか、また、どうしてそのような行動をしているのかを調べるに当たっては、行動分析や行動観察と呼ばれる手法が用いられることがあります。
- 「手を洗わない」という行動を例にすると、下の図のように様々な原因が可能性として考えられます。そしてそれぞれの原因（の候補）に対処するためには何が必要か検討することになります。（その結果、必ずしもナッジを活用するとは限りません）
- 行動分析には、何より、現場を知ることが重要です。本資料で紹介している、新宿御苑での行列整理・混雑緩和のためのナッジを検討する際には、実際に新宿御苑を訪問して現場を観察した上で幾つかのナッジを提案し、受け入れられるものはどれか、現場の人たちと議論を重ねています。



※ナッジ (nudge : そつと後押しする) とは、行動科学の知見を活用して、人々が選択し、意思決定する際の環境をデザインし、それにより行動をデザインすること。 13
「人々が自分自身にとってより良い選択を自発的に取れるように手助けする政策手法」のこと。既存の施策を補完してその実効性・効率性を高めること等に用いられる。

留意点 2 : 既存の学術研究等の結果を参照するに当たって

- 公共政策の現場では、科学的根拠（エビデンス）に基づいて政策を立案する際には、**エビデンスに加え、リソース（限りある資源）とバリュー（価値観）も考慮し、三者をバランス良く鼎立させて総合的に意思決定**することの重要性が説かれています。
- イギリスの石けん手洗い促進の実験では、メッセージの種類によって石けん手洗いをする割合が統計的に有意に上昇しました。
 - 「となりの人は石けんで手を洗っていますか」：男性は31～32%から36%に、女性は65%から72%に
 - 「石けんで手を洗いましょう」：男性は31～32%から34～35%に、女性は65%から71%に
- 一方で、メッセージ間では効果に統計的有意差は検出されておらず、メッセージ無しの場合と比較して各メッセージに効果があることはわかりますが、メッセージ間の効果の優劣まではわからないことに留意が必要です。
- とりわけメッセージ間で効果に（あまり大きな）違いが見られないのであれば、**メッセージの受け手が誰か、また、その受容性も考慮してどのようなナッジメッセージを活用するか検討すべき**と言えます。
- このため、一般の方の利用がメインである新宿御苑では、利用者の受容性に鑑みて、「となりの人は石けんで手を洗っていますか」ではなく、「石けんで手を洗いましょう」を採用しました。参照した実験で両者に効果の違いが見られなかったからです。
- また、**原著論文を確認し、実験や検証で用いられている手法や結果の意味するところを理解するよう努めましょう。**
- 期待するようなエビデンスがいつもあるとは限りません。その場合には、**利用可能な最良のエビデンス（Best Available Evidence）を参考にするように**しましょう。

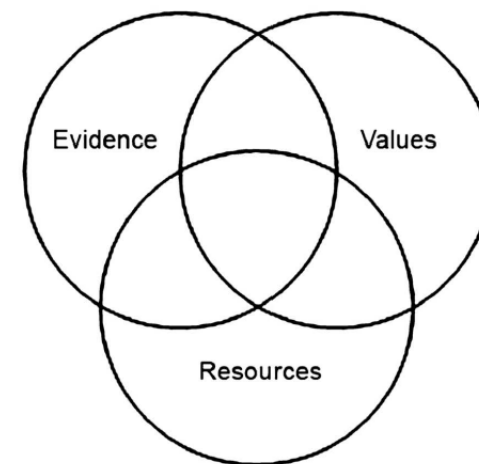


図. 医療の意志決定過程で考慮すべき要素間の関係図
(出典) Gray (2001)
Evidence-based Healthcare. Second Edition

新型コロナウイルス対策におけるナッジの活用事例（その他：行列整理・混雑緩和 1）

環境省新宿御苑（※閉園中）

- 従来、一般用の無人の券売機と、身分証確認が必要な割引対象者向けの有人のブースを色で区分け
- 花見のシーズンが本格化する前に、**対応する色で路面に案内用のテープを貼付して並ぶ場所をわかりやすくした**
- 来園者に便益があることはもとより、有人のブースでは身分証確認が必要な来園者対応に専念できるように**業務改善することにより管理側にもメリット**が得られるようにした



料金別に来園者を色で区分け



路面に案内用のテープを追加設置



夜間に設置

新型コロナウイルス対策におけるナッジの活用事例（その他：行列整理・混雑緩和 1）

環境省新宿御苑（※閉園中）（前のスライドからの続き）

- 従来、一般用の無人の券売機と、身分証確認が必要な割引対象者向けの有人の**ブースを色で区分け**
- 花見のシーズンが本格化する前に、**対応する色で路面に案内用のテープを貼付して並ぶ場所をわかりやすくした**
- 来園者に便益があることはもとより、有人のブースでは身分証確認が必要な来園者対応に専念できるように**業務改善することにより管理側にもメリット**が得られるようにした



平日の券売機前の様子
(テープを指さして並び直す姿も見られた)

新型コロナウイルス対策におけるナッジの活用事例（その他：行列整理・混雑緩和 2）

環境省新宿御苑（※閉園中）内のコーヒーショップ

- 店内に入る客の人数を制限するとともにテイクアウトのみとして室内での密集を回避
- ソーシャル・ディスタンス（社会的距離の確保）対策として、店舗入口や周辺の**路面に整列用のテープを一定間隔で貼付して並ぶ場所をわかりやすくした**



店舗入口前



店舗周辺