COOL CHOICE 未来のために、いま選ぼう。

環境省 Ministry of the Environment

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（結果）

－ ナッジ等の具体例、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８月２１日

1. はじめに

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、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、具体例や留意点を紹介しています。

- 本資料では、まず、一般から応募のあった取組を行動経済学や社会心理学等の行動科学の有識者が評価するとともに、環境省により追加で聴き取り調査等を実施した結果を踏まえ、優良事例を紹介しています。その後、環境省や地方公共団体等においてナッジ等を活用した事例を紹介しています。

- 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紹介しています。本資料をご覧になった一人ひとりが自ら考え、自ら実践していただく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ることが重要です。**

- 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ることも重要です。**

- 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」にとどまらず、**「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。**

- 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. クラスター（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

- **「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

参照：厚生労働省「新型コロナウイルス感染症について」
<www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html>

募集した取組の例（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

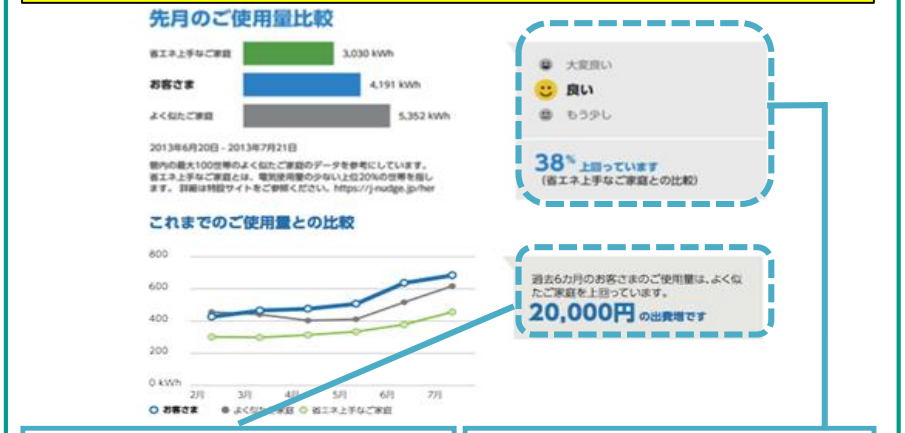
こちらも重要

参照：新型コロナウイルス感染症専門家会議「人との接触を８割減らす、10のポイント」
<www.mhlw.go.jp/content/10900000/000624038.pdf>

ナッジ（そっと後押しする）とは？ → 科学に基づく新しい行動変容促進のアプローチ

- **ナッジ**（nudge：**そっと後押しする**）とは、行動科学の知見（**行動インサイト**）の活用により、「**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
- 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**行動をもデザイン**する
- **選択の自由**を残し、**費用対効果の高い**ことを特徴として、欧米をはじめ世界の200を超える組織が、あらゆる政策領域（SDGs and Beyond）に活用
- 2017年4月に**日本版ナッジ・ユニット**（BEST; Behavioral Sciences Team）発足（事務局：環境省）
- 我が国では2018年以降、成長戦略や骨太方針等に環境省事業やナッジの活用を位置付け、政府一丸となって政策活用を検討・推進

省エネナッジの例：省エネレポート送付により、2%CO2削減が2年継続（2017～19年度実績。全国50万世帯で実証。20年度は送付停止により効果がどのくらい継続するか実証）



損失を強調したメッセージ
【損失回避性】
「ものを得る喜びよりも失う痛みのほうが強く感じる」という行動経済学の理論を応用

他の世帯との比較
【同調性・社会規範】
所属する集団内での他のメンバーの実態と望ましい水準の理解に役立てる

提唱者のセイラーとサンスティーン（2008年）の定義

- 選択を禁じることも、経済的なインセンティブを大きく変えることもなく、人々の行動を予測可能な形で変える**選択アーキテクチャー**のあらゆる要素

➢ 選択アーキテクチャーとは、人々が選択し、意思決定する際の「**環境**」のこと

✓ ナッジを設計する際には、働きかけの内容だけではなく、ナッジの受け手の置かれている状況など、**ナッジをする際の環境全般に気を配る必要**がある

✓ 見かけ上は複数の選択肢が与えられていても**実質的に特定の選択肢しか選べなくなっていないか**（反対に、節電の要請など、働きかけとしては特定の行動を求めていても、実質的にそれ以外の行動を選べる場合（節電をしないなどできる場合）にはナッジに該当し得る）

定義の出典：Richard H. Thaler & Cass R. Sunstein (2008) Nudge: Improving Decisions About Health, Wealth and Happiness 及びその邦訳（実践行動経済学、2009）

２．募集の結果（優良事例等）

新型コロナウイルス対策におけるナッジ等の活用事例（フィジカル・ディスタンシング１）

- 実施主体：東かがわ市立引田小中学校（香川県東かがわ市）
- 取組内容：地元名産「引田ぶり」を用いたソーシャルディスタンス啓発

- 人と人との距離の目安（２ｍ）を特産の「引田ぶり」２尾分で表して低学年の児童にもわかりやすくしている。
- 人の往来が多く、目につきやすい場所に設置している。
- 「引田ぶり」養殖発祥の地であり、毎年の初出荷式には小学３年生が参加するなど、普段から地元の住民の愛着や親しみがあって、ふるさとを感じることのできる魚を用いることで、新型コロナウイルス対策に対して必要となる行動への理解や意識の醸成を図っている。
- 「わたし・ぶり・ぶり・あなた」を合い言葉として印象付けをしたところ、取組を始めた日から「ぶり、ぶり」や「ぶり間隔」といった言葉が児童・生徒や教職員から出るようになった。
- コミュニティの特性に配慮しながら、コミュニティの構成員に受け入れられやすいナッジになるように改良が加えられている。
- 他の地方公共団体にとっても、自らの地域の特産品等で代替することにより同様の取組を行うことができ、波及効果や他地域への展開可能性の高い取組である。

新型コロナウイルス対策におけるナッジ等の活用事例（フィジカル・ディスタンシング２）

- 実施主体：株式会社りそな銀行
- 取組内容：来店者同士の適切な距離の確保

- ➢ りそな銀行では、座席に同行コミュニケーションキャラクターの「りそにゃ」のぬいぐるみを置くことで、来店者が自然と間隔を空けて座るようにし、密接対策の取組を行っている。
- ➢ 来店者同士で適切な距離を確保するようにすればどうすれば良いかを考え、窓口担当者の発案により始まり、現在はりそな銀行だけでなく、埼玉りそな銀行、関西みらい銀行の複数店舗に広がっている。

新型コロナウイルス対策におけるナッジ等の活用事例（フィジカル・ディスタンシング３）

- 実施主体：Eコマースや飲食店等
- 取組内容：宅配や出前で置き配を選択できるようにし、わかりやすく提示

- 再配達により発生するCO2排出量や労働時間の削減といった、感染症対策以外の社会課題の解決にも寄与し得る。
- 一方で、在・不在が対外的に判明してしまうといった防犯上の懸念の声もあるなど、取組の実施主体の側で、消費者側が自発的な選択ができるようになっているかについて自ら留意する必要がある。

３．環境省や地方公共団体等の取組

新型コロナウイルス対策におけるナッジ等の活用事例（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：そっと後押しする）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等の活用事例（手指消毒促進１）

環境省内オフィス（前のスライドからの続き）

■ 「協力を依頼するメッセージ」と「協力への感謝を伝えるメッセージ」の間に差が見られなかったという実験結果を踏まえ、実験の間に比較のためナッジをしていなかった場所には**「協力への感謝を伝えるメッセージ」と感謝のスマイルマークと矢印**を設置して現在に至る

感謝のメッセージとスマイルマークと矢印

※ナッジ（nudge：そっと後押しする）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等の活用事例（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**

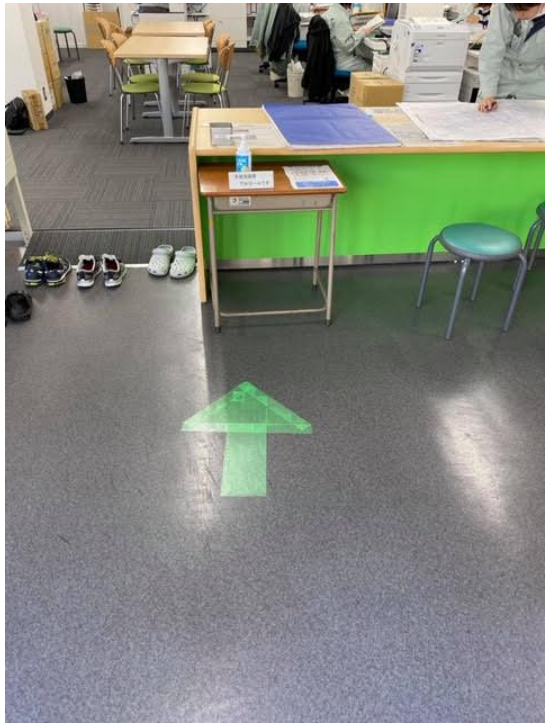
京都府宇治市役所

※ナッジ（nudge：そっと後押しする）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等の活用事例（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

※ナッジ（nudge：そっと後押しする）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等の活用事例（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

※ナッジ（nudge：そっと後押しする）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。

（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

※ナッジ（nudge：そっと後押しする）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。

留意点１：ナッジ等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、**ナッジ等の行動インサイト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>

- ナッジ等をデザインし、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等を活用する場合、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、何もしなかった箇所でも、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等の活用事例（石けん手洗い促進）

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　（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.

- 一般の方の利用がメインである新宿御苑では、**効果の見られたメッセージの中から受容性を考慮して採用**
- 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

感謝の言葉も

新宿御苑（一般利用者向け）

※ナッジ（nudge：そっと後押しする）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。

（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。

どうして手を洗わないの？（行動分析）

出典：第16回日本版ナッジ・ユニット連絡会議 資料３

石けんや衛生用品が利用できない → ハードの面での整備

認識の欠如（「それで本当にウイルスをとめられるの？」） → ナッジを使って科学的知見をわかりやすく伝える

マスクが注目を集めている（何か対策すると、それで十分だと思って他の対策がおろそかになる） → ナッジを使ったリスクコミュニケーション

意識と行動の間の乖離（行動する意識はあっても実際には、忙しすぎたり、疲れすぎたり・・・） → 手間暇をかけずに手洗いができるようにするにはどうすれば良いか

○図の出典：Michael Hallsworth (March 4, 2020) Handwashing Can Stop a Virus—So Why Don't We Do It? <https://behavioralscientist.org/handwashing-can-stop-a-virus-so-why-dont-we-do-it-coronavirus-covid-19/>

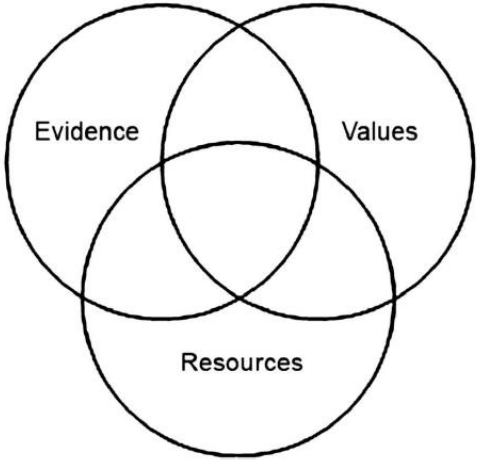
※ナッジ（nudge：そっと後押しする）とは、行動科学の知見を活用して、人々が選択し、意思決定する際の環境をデザインし、それにより行動をデザインすること。
「人々が自分自身にとってより良い選択を自発的に取れるように手助けする政策手法」のこと。既存の施策を補完してその実効性・効率性を高めること等に用いられる。

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。



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

■ 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。**

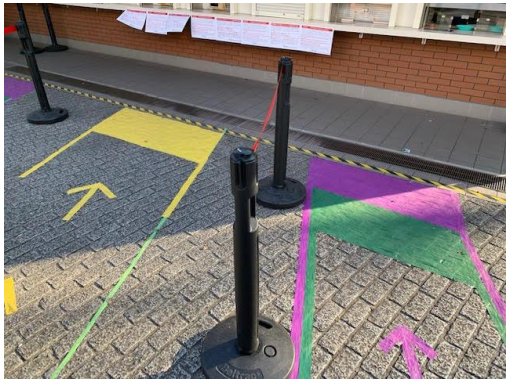
新型コロナウイルス対策におけるナッジ等の活用事例（行列整理・混雑緩和１）

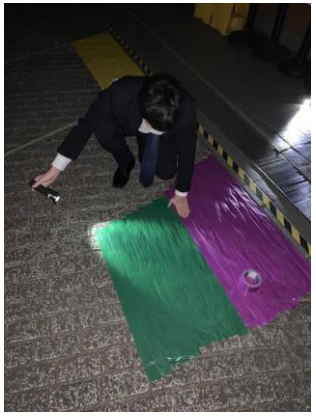
環境省新宿御苑

- 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

※ナッジ（nudge：そっと後押しする）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等の活用事例（行列整理・混雑緩和１）

環境省新宿御苑（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）

※ナッジ（nudge：そっと後押しする）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等の活用事例（行列整理・混雑緩和２）

環境省新宿御苑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
- フィジカル・ディスタンシング（身体的距離の確保）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

※ナッジ（nudge：そっと後押しする）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等の活用事例（飛沫感染対策）

中央合同庁舎5号館のエレベータ内の会話禁止（厚生労働省・環境省）

- 飛沫感染を防止するためエレベータ内での会話を禁止に（これ自体はナッジではない）
- エレベータの内外に**とるべき行動が一目でわかるようなイラストでルールの徹底を働きかけ**た

エレベータホール

エレベータ内

※ナッジ（nudge：そっと後押しする）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等の活用事例（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=KhhLVEtVh-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：そっと後押しする）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。