



ウオークビズって？

◆徒歩通勤を推奨 / 「車社会」の健康対策

ブン子さんは北陸経済研究所（富山市）の辻野秀信主任研究員に聞きました。

Q - どんな取り組みかしら。

A - 「クールビズ」によってノーネクタイなどの軽装が推奨されているように、ヒールや革靴の代わりにスニーカーなど歩きやすい靴を選んで通勤することを勧める企業が増えています。前回このコーナーで紹介した「健康経営」の考えが浸透しつつあるためでしょう。クールビズは環境省が中心となっている環境対策であるのに対し、ウオークビズはスポーツ庁が先導している健康対策です。

| | | | |
|----------------------|----|-----|--------|
| 通勤通学で自家用車を 利用する割合 | 1 | 富山県 | 77.34% |
| | 2 | 山形県 | 77.26 |
| | 3 | 福井県 | 75.35 |
| | 4 | 秋田県 | 75.16 |
| | 5 | 群馬県 | 74.86 |
| | 6 | 福島県 | 73.36 |
| | 7 | 島根県 | 72.86 |
| | 8 | 長野県 | 72.34 |
| | 9 | 鳥取県 | 72.18 |
| | 10 | 栃木県 | 71.97 |

※2010年国勢調査より

Q - 国の提案方法は。

A - スポーツ庁は「楽しい」と「歩く」を組み合わせた「FUN+WALK（ファンプラスウオーク）」を提唱し、スポーツに取り組むきっかけを提案しています。特に都市部では通勤時の歩行時間が長いことに着目。3月にはスニーカー通勤やソールの厚い革靴、リュックでの通勤など歩きやすい服装を奨励するキャンペーンを始めました。

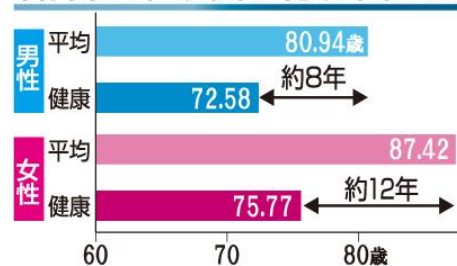
Q - 全国に広がっているの。

A - 残念ながら地方では首都圏ほどには関心が高まっていません。実は都道府県では3県のみ。富山と福島が「ウオークビズ」、福井は「スニーカービズ」という県民運動を始められています。いずれも車社会と言える県です。富山は通勤・通学時の車利用割合が全国トップというデータもあります。それだけに通勤時に少しでも歩く距離を増やしたり、エレベーターではなく階段を選んでみたりと、歩くことによる健康づくりを進めたいところです。

Q - 県内の取り組みは。

A - 富山県は「ウオークビズとやま県民運動」を進めると同時に、通勤・通学以外でも歩くことを推奨し「元気とやまかがやきウオーク」というスマートフォンアプリを公開しています。アプリの歩数計を使ってためたポイントで賞品が抽選でもらえるキャンペーンを5～9月に実施。10月から来年の2月までの第2弾キャンペーンが始まっています。

富山県の平均寿命と健康寿命の差



※2016年、厚労省調べ