

第164回 医療技術者研修会

ナッジで人の行動をそっと後押し：基本と実践

講師：村山 洋史 先生

東京都健康長寿医療センター研究所

社会参加とヘルシーエイジング研究チーム・研究副部長（テーマリーダー）

主催 一般財団法人東京保健会 病体生理研究所

【講演要旨】

これまで様々な方法で健康づくりが行われ、人々の健康や長寿を実現してきました。しかし、いわゆる「健康無関心層」への働きかけは、今なお保健医療従事者の悩みの種です。その原因の一端は、「人は合理的で理性的である」という“思い込み”にあります。人は正しい情報や実践の機会を提供すれば、いつでも望ましい行動をとってくれるわけではありません。解決の糸口として期待が寄せられているのが「ナッジ」(Nudge)です。ナッジは、行動経済学の介入概念です。行動科学の知見に基づき、人が望ましい行動を取れるように促すアプローチで、誰もが持つ認識や印象の一定の癖（認知バイアス）を利用し、行動変容を促すことを目指しています。講演では、1) 健康格差縮小の観点からナッジの必要性や意義について、2) ナッジ活用のためのツールについて、3) ナッジを活用した研究事例／実践事例について紹介します。

【講師略歴】

東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加とヘルシーエイジング研究チーム・研究副部長（テーマリーダー）
看護師、保健師、保健学博士、公衆衛生学修士

2009年東京大学大学院医学系研究科博士課程修了。東京大学高齢社会総合研究機構、ミシガン大学公衆衛生大学院を経て、2020年東京都健康長寿医療センター研究所・専門副部長。2021年より現職。2012年日本公衆衛生学会奨励賞、2015年公益財団法人長寿科学振興財団長寿科学賞、2020年日本疫学会奨励賞など受賞。専門は、公衆衛生学、老年学。人々のつながりや地域の文化・風土が健康に及ぼす影響に関する研究、孤独・孤立に関する研究に従事している。

【関連著書】

- ・ Murayama H, Takagi Y, Tsuda H, Kato Y. Applying nudge to public health policy: Practical examples and tips for designing nudge interventions. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2023; 20(5): 3962.
- ・ 村山洋史, 江口泰正, 福田洋, 編. ナッジ×ヘルスリテラシー：ヘルスプロモーションの新たな潮流. 東京, 大修館書店, 2022.
- ・ 高橋勇太, 村山洋史, 竹林正樹. 保健活動で使える！ナッジ：押さえておくべき基本と実践例. 東京, 医学書院, 2023.

【所属学会等】

日本公衆衛生学会、日本疫学会、日本老年医学会、アメリカ老年学会、等

【日時】2024年 5月24日（金）午後6時～8時

【参加費】無料 【定員】100名（接続数）Webオンラインでの参加のみとなります

申し込み方法

- 1、勤務先・職種・氏名(フリガナ)をもれなく記入のうえ、研修会の開催日と開催回数を明記し、メール(seminar@byotai.or.jp)にてお申し込みください。(記入もれがある場合、返答できません。あらかじめご了承ください。)
- 2、申込者へは順次、受講申込への返答をメールで送付いたします。
- 3、勤務先ごとでまとめて、お申込みください。同一施設で複数名申し込みの場合は施設視聴をお勧めします。

*定員到達後の申込者へは「締切済」通知をメールで送付します。先着順で締め切ります。あらかじめご了承ください。

注記：本財団は個人情報保護法を遵守し、いただいた情報は、本研修会に係る受付・運営のみに利用いたします。申込の内容に関する照会・修正等につきましては下記「医療技術者研修企画係」へご連絡をお願いいたします。

〒173-0032 東京都板橋区大谷口上町26-2 TEL:03-3956-4120

一般財団法人東京保健会 病体生理研究所 医療技術者研修企画係