

# 健康ポイント制度のコンジョイント分析\*

上村 一樹\*\*・駒村 康平\*\*\*・久野 譜也\*\*\*\*

## <要旨>

近年、複数の自治体および健康保険組合において、運動をはじめとした参加者の健康増進活動にポイントを付与する制度、「健康ポイント制度」と呼ばれる取り組みが開始されている。しかしながら、どのような制度設計にすれば参加者が増え、もっとも大きな行動変容を促すことができるのかについては、未だ実証分析によるエビデンスが存在しない。

そこで、本稿では、「健康ポイント制度」について、参加者を増やすためにはどのような制度設計とすることが効果的であるのかについて、コンジョイント分析を行った。分析の結果、以下の4点が明らかになった。

第一に、ポイント付与する際、その大きさと必要な運動負荷の関係を明示しなければ、潜在的な参加者に誤解を与え、参加率に悪影響を及ぼす恐れがある。より具体的には、運動負荷を明示せずに多額のポイントを提示した場合、それが運動負荷の大きさを表わすと誤解され、参加率が下がる恐れがある。

第二に、所定の運動量を達成することでポイントが付与される努力型と、運動の結果として健康診断の各種測定結果が改善されていたかどうかに応じてポイントが付与される成果型では、前者の方が好まれることが明らかになった。参加者にとっての不確実性を解消するため、結果よりも過程を評価することが、結果的に大きな行動変容をもたらすことが示唆される。

第三に、民間スポーツクラブでの運動、地域におけるボランティア活動など、多種多様な活動にポイントを付与することが、健康ポイント制度の参加確率を高めることが明らかになった。

第四に、健康ポイントの引き替え先が現金に近いほど健康ポイント制度の参加確率が高まることが明らかになった。ポイントの使い道は自由度が高いほど好ましいといえる。

---

\* 本稿は 2015 年度日本経済学会春季大会（於 新潟大学）で報告した論文を改定したものである。討論者の湯田道生先生（中京大学）からの有益なコメントや示唆に対して、また、学会発表前に赤林英夫先生（慶應義塾大学）、太田聡一先生（慶應義塾大学）、山田篤裕先生（慶應義塾大学）からいただいた有益なコメントや示唆に対して、ここに謝辞を述べたい。

\*\* 東洋大学経済学部(kamimura107@toyo.jp)

\*\*\* 慶應義塾大学経済学部

\*\*\*\* 筑波大学体育系