

# 熱中症予防行動を促すナッジ手法に関する実証実験とその結果について

## 1. 概要

熱中症の危険性に関して多くの国民の認識は定着しつつある一方、具体的な熱中症予防行動には十分に結びついていないことから、効果的に行動変容を促す施策が待たれる状況である。

そこで、特に熱中症弱者であり、かつ熱中症による搬送者数の多い高齢者に対して、より効果的に熱中症予防行動を促すため、ナッジ<sup>1</sup>を取り入れた手法を検討し、実証実験によりその効果検証を行った。

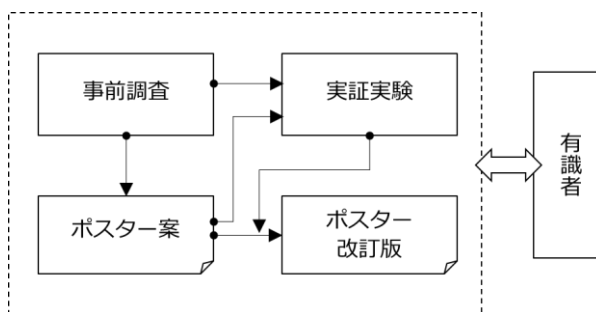


図 1-1 調査の概要

## 2. 事前調査

### 2.1. 事前調査の概要

効果検証に先立ち、熱中症予防行動の選択を阻害する要因を明らかにするため、高齢者を対象としたアンケートにより、事前調査を実施した。概要は、以下の通り。

実施方法： 調査会社モニターによるアンケート調査

対象： 年齢：65歳以上の男女

地域：青森県、東京都、福井県、大阪府、愛媛県、鹿児島県、沖縄県

人数：計 350 名（50 名×7 都道府県）／（男性 175 名、女性 175 名）

調査期間： 2023 年 5 月 25 日～5 月 29 日

調査票： 別表 1～別表 3 熱中症対策ナッジ事前調査調査票（抜粋）

（内容）熱中症予防に効果があるとされている行動について、実施頻度を質問

・実施していない行動については、その理由を質問

・実施している行動については、熱中症対策として実施頻度が増えたか否か、増えた場合は、そのきっかけを質問

加えて、熱中症関連の知識及び基本的な属性と、well-being 関連、経済実験に関する質問を実施

### 2.2. 熱中症予防行動を実施しない理由

エアコンの使用や水分補給等の熱中症予防行動について、その実施頻度を質問、各熱中症予防行動を実施していない理由を調査したところ、実施して得られる効果（メリット）がデメリット（副作用や手間・コスト）を下回る（と感じている）と回答された方が多数であった。すなわ

<sup>1</sup> 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手法のこと。

ち、「熱中症予防行動を実施しなくても、自分は大丈夫だろう」という楽観性が強く観察された。他に、物理的な理由（モノがない、機会がない）を挙げた方も一定程度存在したが、周囲の影響を挙げた方は、比較的、少数であった（図 2-1）。

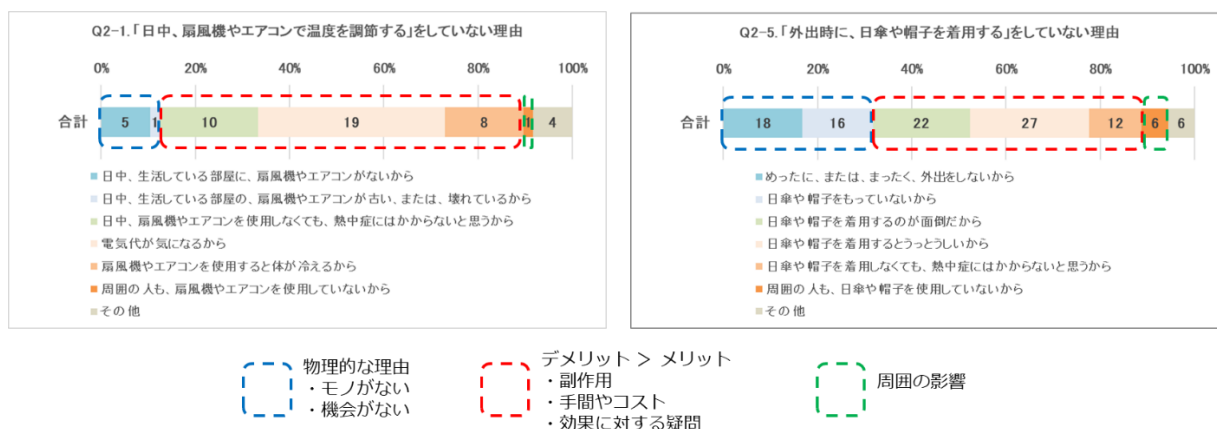


図 2-1 熱中症予防行動を実施しない理由

### 2.3. 熱中症予防行動の実施頻度が増えたきっかけ

熱中症対策として実施頻度が増えた項目について、そのきっかけを質問したところ、「テレビや新聞等によく見聞きするようになった」「周りの人に迷惑をかけたくないから」との回答が多数であった（図 2-2）。

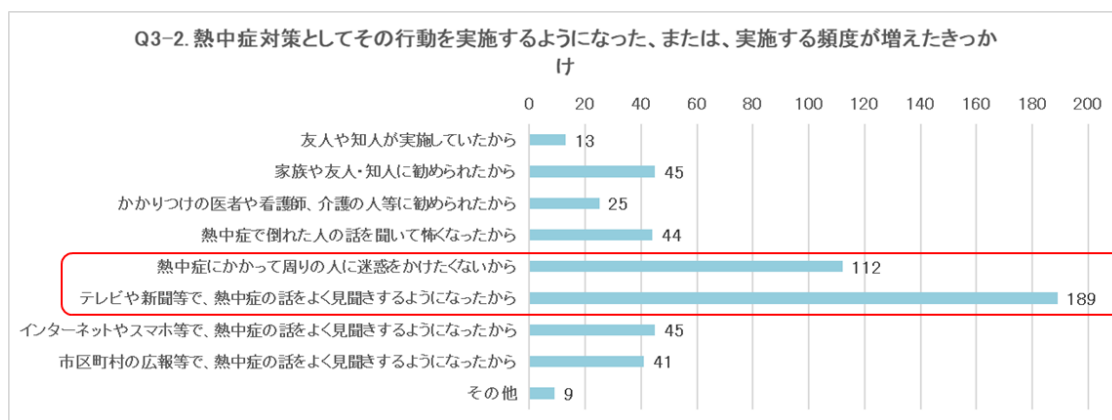


図 2-2 熱中症予防行動のきっかけ

## 3. ポスター案の作成

2章の結果より、実証実験では、以下のナッジを候補とし、その効果を検証することとした。

ナッジ 1 楽観性を否定するメッセージを入れる

⇒ 「自分だけは大丈夫だと思っていないですか」

ナッジ 2 熱中症にかかると周りに心配をかけることを印象づけるメッセージを入れる

⇒ 「大切な人を心配させないために」

実証実験では、共通のデザインをベースとし、①ナッジを含まない、②ナッジ1のみ含む、③ナッジ1とナッジ2を含む、の3種類のポスターを作成（図 3-1）、実験に用いることとした。



①ナッジを含まない

②ナッジ1のみ含む

③ナッジ1とナッジ2を含む

図 3-1 ナッジの有無による3種類のポスター

## 4. 実証実験

### 4.1. 実証実験の概要

3章で作成したポスター及びナッジを考慮したメッセージの有効性を検証するため、調査会社モニターを対象とした日記調査による実証実験を実施した。すなわち、実験開始日にポスターを目につくところに掲示してもらい、3週間の間毎日アンケートに回答してもらった。毎日のアンケートではポスターの閲覧状況や外出状況、天気などを尋ねた。その他、概要は以下の通り。

- 実施方法： 調査会社モニターを対象とした日記調査  
 終了後、事後アンケート、追跡アンケートを実施
- 対象： 年齢：65歳以上の男女  
 地域：全国  
 人数：計1050名（対照群：150名、介入群：300名×3群）
- 日記調査期間： 2023年7月24日～8月13日（3週間）
- 群分けと介入方法：
- スクリーニング調査で、属性や熱中症予防行動の実施状況等を質問
  - 熱中症予防行動を「いつもしている」と回答された方を除いて（または、極力除外して）、実証実験の対象とするモニターを抽出、実施頻度や属性等がなるべく均等に分布するよう、ランダムに4群に群分け
  - 介入方法
    - 対照群：日記のみ
    - 介入群1：ポスター①（ナッジなし）の掲示閲覧 + 日記
    - 介入群2：ポスター②（楽観性を否定）の掲示閲覧 + 日記

介入群3：ポスター③（楽観性を否定+周りに心配を強調）の掲示閲覧 + 日記  
 事後アンケート調査票：別表 4～別表 6 熱中症対策ナッジ事後調査票（抜粋）  
 追跡アンケート調査票：別表 7～別表 9 熱中症対策ナッジ追跡調査票（抜粋）

#### 4.2. ポスターの閲覧効果 I

ポスターの閲覧効果を事後アンケートで確認した結果、ポスターを閲覧した介入群1と介入群3において、熱中症に関連する知識が有意に定着していることがわかった（図 4-1）。一方、ポスターの閲覧により、熱中症予防行動が促される傾向は見られたものの、熱中症予防行動とポスターの種類の組合せに依存するため、一概に、どのポスター（のメッセージ）が最も有効であるとは言い切れなかった。

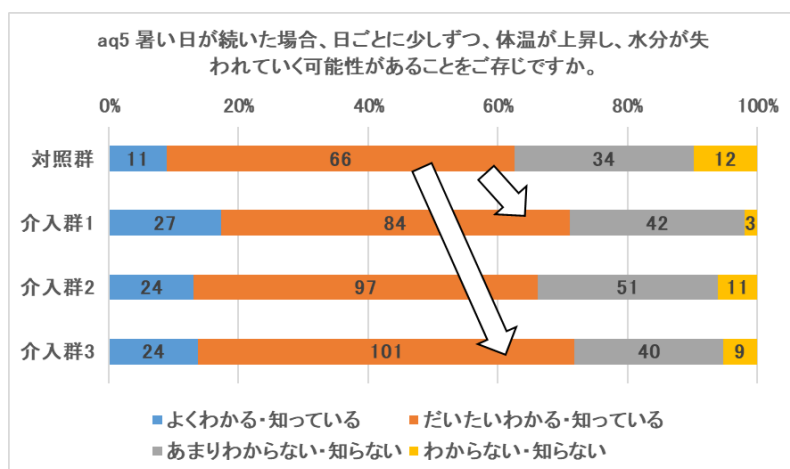


図 4-1 熱中症に関する知識の定着

そこで、熱中症対策として重要なエアコンの使用を促す効果に焦点を当て、より詳細に評価するための細分化・詳細化した調査を行った結果、寝室及び家族共通の部屋において、介入群3でエアコンの使用頻度が増えた人の比率が、対照群に対して、有意に増えている（③のポスターの閲覧に、統計的に有意な効果がある）ことが示された（図 4-2）。

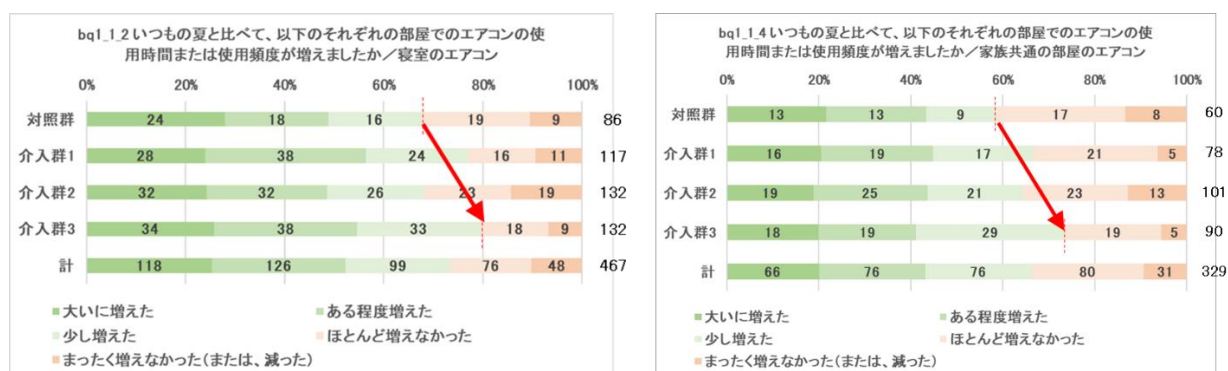


図 4-2 エアコンの使用頻度が増えた人数（部屋別）

### 4.3. ポスターの閲覧効果Ⅱ

事後アンケートで、熱中症警戒情報の情報源を質問したところ、ポスターを閲覧した介入群1～3において、Web情報（気象庁や環境省のホームページ、Yahoo天気など）と回答した方の比率が、対照群より統計的に有意に高かった（図4-3）が、介入群間では殆ど差はなかった。このことから、ポスターに掲示した環境省の熱中症予防情報サイトのQRコードに、一定の誘導効果があったと考えられる。

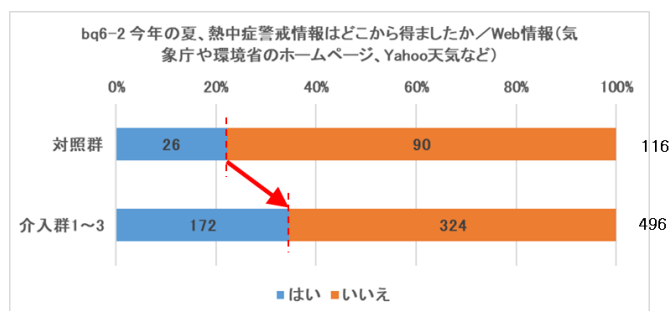


図 4-3 Web 情報で熱中症警戒情報を得た人数

### 4.4. 実証実験のまとめとポスターの改訂

ナッジ（楽観性を否定し、周りの心配を強調するメッセージ）を含むポスターに、エアコンの使用を促す一定の効果があることが確認された。また、ポスターに、熱中症予防情報サイト等のQRコードを掲示することで、一定の誘導効果があることが分かった。

実証実験で得られた知見から、2つのナッジを含むポスター③を採用し、ポスター下段に表示した熱中症予防の対策について図とフォントの大きさを調整するなど、よりメリハリをつけたポスター改訂版を作成した。すなわち、熱中症対策として重視し、③のポスターによる誘導効果が確認された「エアコンの利用」を、より目立つようにした。改訂したポスターは、本レポートと併せて公開する。

## 5. 有識者について

本調査は、熱中症リスク及び行動経済学に関する以下の2名の有識者の方から、都度、客観的で専門性の高い意見や助言をいただきつつ進めた。

#### 熱中症リスクに関する有識者

氏名： 平田 晃正

所属・役職： 名古屋工業大学 大学院工学研究科 教授

専門分野： ライフサイエンス / 生体医工学、熱中症リスク評価

#### 行動経済学に関する有識者

氏名： 山根 承子

所属・役職： 株式会社パパラカ研究所

専門分野： 行動経済学

別表 1 熱中症対策ナッジ事前調査調査票 (抜粋) - 1/3

□ジック なし

Q1

本アンケートでは、熱中症についてお伺いします。  
 高温多湿な環境に長時間いることで、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態のことを熱中症と呼び、  
 屋外だけでなく室内でももしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。  
 このような熱中症予防に効果があるとされている以下の行動について、熱中症の発生しやすい時期に、どの程度、実施していますか。

回答方向 ⇒	い い る つ も し て	と と い き る ど き し	い ど え ち な ら い と も	て め い っ た い に し	て ま い っ た い く し
Q1_1 日中、扇風機やエアコンで温度を調節する	○1	○2	○3	○4	○5
Q1_2 就寝時、扇風機やエアコンで温度を調節する	○1	○2	○3	○4	○5
Q1_3 遮光カーテンやすだれを利用する	○1	○2	○3	○4	○5
Q1_4 室温をこまめに確認する	○1	○2	○3	○4	○5
Q1_5 外出時に、日傘や帽子を着用する	○1	○2	○3	○4	○5
Q1_6 外出時に、日陰を利用したり、こまめに休憩をとる	○1	○2	○3	○4	○5
Q1_7 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する	○1	○2	○3	○4	○5
Q1_8 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす	○1	○2	○3	○4	○5
Q1_9 こまめに水分・塩分を補給する	○1	○2	○3	○4	○5
◆表頭繰り返し					

□ジック Q1\_1=3 or 4 or 5

Q2\_1

「日中、扇風機やエアコンで温度を調節する」について、「どちらともいえない」「めったにしていない」「まったくしていない」と回答された方に、その理由をお伺いします。  
 以下から、もっともあてはまる理由の一つ選択してください。

- 1 日中、生活している部屋に、扇風機やエアコンがないから
- 2 日中、生活している部屋の、扇風機やエアコンが古い、または、壊れているから
- 3 日中、扇風機やエアコンを使用しなくても、熱中症にはかからないと思うから
- 4 電気代が気になるから
- 5 扇風機やエアコンを使用すると体が冷えるから
- 6 周囲の人も、扇風機やエアコンを使用していないから
- 7 その他 →具体的に ( )

□ジック Q1\_2=3 or 4 or 5

Q2\_2

「就寝時、扇風機やエアコンで温度を調節する」について、「どちらともいえない」「めったにしていない」「まったくしていない」と回答された方に、その理由をお伺いします。  
 以下から、もっともあてはまる理由の一つ選択してください。

- 1 寝室に、扇風機やエアコンがないから
- 2 寝室の、扇風機やエアコンが古い、または、壊れているから
- 3 就寝時、扇風機やエアコンを使用しなくても、熱中症にはかからないと思うから
- 4 電気代が気になるから
- 5 扇風機やエアコンを使用すると体が冷えるから
- 6 周囲の人も、扇風機やエアコンを使用していないから
- 7 その他 →具体的に ( )

□ジック Q1\_3=3 or 4 or 5

Q2\_3

「遮光カーテンやすだれを利用する」について、「どちらともいえない」「めったにしていない」「まったくしていない」と回答された方に、その理由をお伺いします。  
 以下から、もっともあてはまる理由の一つ選択してください。

- 1 遮光カーテンやすだれがないから
- 2 遮光カーテンやすだれを利用するのが面倒だから
- 3 遮光カーテンやすだれを利用すると部屋が暗くなってうっとうしいから
- 4 遮光カーテンやすだれを利用しなくても、熱中症にはかからないと思うから
- 5 周囲の人も、遮光カーテンやすだれを利用していないから
- 6 その他 →具体的に ( )



別表 2 熱中症対策ナッジ事前調査調査票 (抜粋) - 2/3

□ジック Q1\_4=3 or 4 or 5

Q2\_4 「室温をこまめに確認する」について、「どちらともいえない」「めったにしていない」「まったくしていない」と回答された方に、その理由をお伺いします。以下から、もっともあてはまる理由を一つ選択してください。

- 1 部屋に室温計がないから
- 2 室温を確認するのが面倒だから
- 3 室温の確認が、熱中症予防に効果があるとは思わなかったから
- 4 室温を確認しなくても、熱中症にはかからないと思うから
- 5 周囲の人も、室温をこまめに確認していないから
- 6 その他 →具体的に ( )

□ジック Q1\_5=3 or 4 or 5

Q2\_5 「外出時に、日傘や帽子を着用する」について、「どちらともいえない」「めったにしていない」「まったくしていない」と回答された方に、その理由をお伺いします。以下から、もっともあてはまる理由を一つ選択してください。

- 1 めったに、または、まったく、外出をしないから
- 2 日傘や帽子をもっていないから
- 3 日傘や帽子を着用するのが面倒だから
- 4 日傘や帽子を着用するとうとうしいから
- 5 日傘や帽子を着用しなくても、熱中症にはかからないと思うから
- 6 周囲の人も、日傘や帽子を使用していないから
- 7 その他 →具体的に ( )

□ジック Q1\_6=3 or 4 or 5

Q2\_6 「外出時に、日陰を利用したり、こまめに休憩をとる」について、「どちらともいえない」「めったにしていない」「まったくしていない」と回答された方に、その理由をお伺いします。以下から、もっともあてはまる理由を一つ選択してください。

- 1 めったに、または、まったく、外出をしないから
- 2 日陰を利用したり、こまめに休憩をとるのが、面倒だから
- 3 日陰を利用したり、こまめに休憩をとっていると、移動に時間がかかるから
- 4 日陰を利用したり、こまめに休憩をとらなくても、熱中症にはかからないと思うから
- 5 周囲の人も、日陰を利用したり、こまめに休憩をとっていないから
- 6 その他 →具体的に ( )

□ジック Q1\_7=3 or 4 or 5

Q2\_7 「通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する」について、「どちらともいえない」「めったにしていない」「まったくしていない」と回答された方に、その理由をお伺いします。以下から、もっともあてはまる理由を一つ選択してください。

- 1 普段着られるような、通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服は、もっていないから
- 2 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用するのが、面倒だから
- 3 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用すると、体が冷えるから
- 4 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用しなくても、熱中症にはかからないと思うから
- 5 周囲の人も、通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用していないから
- 6 その他 →具体的に ( )

□ジック Q1\_8=3 or 4 or 5

Q2\_8 「保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす」について、「どちらともいえない」「めったにしていない」「まったくしていない」と回答された方に、その理由をお伺いします。以下から、もっともあてはまる理由を一つ選択してください。

- 1 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やすのが、面倒だから
- 2 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やすと、冷えすぎてしまうから
- 3 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やすことが、熱中症予防に効果があるとは思わなかったから
- 4 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やさなくても、熱中症にはかからないと思うから
- 5 周囲の人も、保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やしていないから
- 6 その他 →具体的に ( )

別表 3 熱中症対策ナッジ事前調査調査票 (抜粋) - 3/3

ロジック Q1\_9=3 or 4 or 5

Q2\_9 「こまめに水分・塩分を補給する」について、「どちらともいえない」「めったにしていない」「まったくしていない」と回答された方に、その理由をお伺いします。以下から、もっともあてはまる理由を一つ選択してください。

- 1 こまめに水分・塩分を補給するのが、面倒だから
- 2 水分を取り過ぎると、腹をこわすから
- 3 塩分を取り過ぎると、体によくないから
- 4 こまめに水分・塩分を補給することが、熱中症予防に効果があるとは思わなかったから
- 5 こまめに水分・塩分を補給しなくても、熱中症にはかからないと思うから
- 6 周囲の人も、こまめに水分・塩分を補給していないから
- 7 その他 →具体的に ( )

ロジック Q1\_1～Q1\_9で、1つでも、1 or 2 と回答

Q3-1 Q1で「いつもしている」「ときどきしている」と回答された以下の行動についてお伺いします。以下の行動のうち、昔は実施していなかったが熱中症対策として実施するようになった行動、または、熱中症対策として昔より実施する頻度が増えた行動を教えてください。

(昔は実施していなかったが熱中症対策として新たに実施するようになった行動、または、熱中症対策として昔より実施する頻度が増えた行動をすべて選択)

↓Q1の回答が、1 or 2 であった項目のみ表示

- Q3-1\_1 日中、扇風機やエアコンで温度を調節する
- Q3-1\_2 就寝時、扇風機やエアコンで温度を調節する
- Q3-1\_3 遮光カーテンやすだれを利用する
- Q3-1\_4 室温をこまめに確認する
- Q3-1\_5 外出時に、日傘や帽子を着用する
- Q3-1\_6 外出時に、日陰を利用したり、こまめに休憩をとる
- Q3-1\_7 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- Q3-1\_8 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす
- Q3-1\_9 こまめに水分・塩分を補給する
- Q3-1\_10 あてはまるものはない

ロジック Q3\_1の回答で、1つでもチェックあり

Q3\_2 Q3-1で、昔は実施していなかったが熱中症対策として実施するようになった行動、または、熱中症対策として昔より実施する頻度が増えた行動を一つでも選択された方にお伺いします。熱中症対策としてその行動を実施するようになった、または、実施する頻度が増えたきっかけは何ですか。

(あてはまる項目をすべて選択)

- 1 友人や知人が実施していたから
- 2 家族や友人・知人に勧められたから
- 3 かかりつけの医者や看護師、介護の人等に勧められたから
- 4 熱中症で倒れた人の話を聞いて怖くなったから
- 5 熱中症にかかって周りの人に迷惑をかけたくないから
- 6 テレビや新聞等で、熱中症の話をよく見聞きするようになったから
- 7 インターネットやスマホ等で、熱中症の話をよく見聞きするようになったから
- 8 市区町村の広報等で、熱中症の話をよく見聞きするようになったから
- 9 その他 →具体的に ( )

ロジック なし

Q4 高齢者の体温調節機能は、ほかの身体機能と同じく加齢に伴って低下していることをご存じですか。

- 1 よくわかる・知っている
- 2 だいたいわかる・知っている
- 3 あまりわからない・知らない
- 4 わからない・知らない

ロジック なし

Q5 あなたは、熱中症警戒アラートをご存じですか。

- 1 はい・聞いたことがある
- 2 いいえ・聞いたことがない



別表 4 熱中症対策ナッジ事後調査票 (抜粋) - 1/3

ロジック なし

AQ1

あなたは、熱中症予防に効果があると言われている行動について、熱中症の発生しやすい時期に、どの程度、実施していますか。

【熱中症予防に効果があると言われている行動の例】

- 扇風機やエアコンで温度を調節する
- 遮光カーテンやすだれを利用する
- 室温をこまめに確認する
- 外出時に、日傘や帽子を着用する
- 外出時に、日陰を利用したり、こまめに休憩をとる
- 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす
- こまめに水分を補給する

- 1 いつもしている
- 2 ときどきしている
- 3 どちらともいえない
- 4 めったにしていない
- 5 まったくしていない

ロジック なし

AQ2

あなたは、熱中症予防に効果があると言われている**以下のそれぞれの行動**について、熱中症の発生しやすい時期に、どの程度、実施していますか。

回答方向 ⇒	い い つ も し て	と ど き ど き し	い ど え ち な ら い と も	て め い っ た い に し	て ま い っ た い く し
Q2_1 暑い日や真夏日の日中、エアコンで温度を調節する	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Q2_2 暑い日や真夏日の日中、扇風機を使用する	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Q2_3 暑い夜や熱帯夜の就寝時、エアコンで温度を調節する	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Q2_4 暑い夜や熱帯夜の就寝時、扇風機を使用する	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Q2_5 遮光カーテンやすだれを利用する	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Q2_6 室温をこまめに確認する	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Q2_7 外出時に、日傘や帽子を着用する	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Q2_8 外出時に、日陰を利用したり、こまめに休憩をとる	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Q2_9 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Q2_10 運動後などに、保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
Q2_11 こまめに水分を補給する	<input type="radio"/> 1	<input type="radio"/> 2	<input type="radio"/> 3	<input type="radio"/> 4	<input type="radio"/> 5
◆表頭繰り返し					

ロジック Q2\_1～Q2\_11で、1つでも、1 or 2 と回答

AQ3-1

Q2で「いつもしている」「ときどきしている」と回答された以下の行動についてお伺いします。

以下の行動のうち、以前は実施していなかったが、熱中症対策として、**最近になって、実施するようになった行動**、または、熱中症対策として、**最近になって、以前より実施する頻度が増えた行動**を教えてください。

(以前は実施していなかったが熱中症対策として新たに実施するようになった行動、または、熱中症対策として以前より実施する頻度が増えた行動をすべて選択)

↓Q1の回答が、1 or 2 であった項目のみ表示

- Q3-1\_1 暑い日や真夏日の日中、エアコンで温度を調節する
- Q3-1\_2 暑い日や真夏日の日中、扇風機を使用する
- Q3-1\_3 暑い夜や熱帯夜の就寝時、エアコンで温度を調節する
- Q3-1\_4 暑い夜や熱帯夜の就寝時、扇風機を使用する
- Q3-1\_5 遮光カーテンやすだれを利用する
- Q3-1\_6 室温をこまめに確認する
- Q3-1\_7 外出時に、日傘や帽子を着用する
- Q3-1\_8 外出時に、日陰を利用したり、こまめに休憩をとる
- Q3-1\_9 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- Q3-1\_10 運動後などに、保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす
- Q3-1\_11 こまめに水分を補給する
- Q3-1\_12 あてはまるものはない

←Q3-1\_1～11と排他

別表 5 熱中症対策ナッジ事後調査票（抜粋） - 2/3

ロジック Q3\_1\_1~11の回答で、1つでもチェックあり

AQ3\_2

Q3-1で、以前は実施していなかったが、最近、熱中症対策として実施するようになった行動、または、熱中症対策として、最近、以前より実施する頻度が増えた行動を一つでも選択された方にお伺いします。熱中症対策として**最近になってその行動を実施するようになった、または、実施する頻度が増えたきっかけ**は何ですか。

(あてはまる項目をすべて選択)

- Q3-2\_1 友人や知人が実施していたから
- Q3-2\_2 家族や友人・知人に勧められたから
- Q3-2\_3 かかりつけの医者や看護師、介護の人等に勧められたから
- Q3-2\_4 自分も熱中症にかかるかもしれないと思ったから
- Q3-2\_5 熱中症で倒れた人の話を聞いて怖くなったから
- Q3-2\_6 熱中症にかかって周りの人に心配をかけたくないから
- Q3-2\_7 テレビや新聞等で、熱中症の話をよく見聞きするようになったから
- Q3-2\_8 インターネットやスマホ等で、熱中症の話をよく見聞きするようになったから
- Q3-2\_9 市区町村の広報等で、熱中症の話をよく見聞きするようになったから
- Q3-2\_10 熱中症予防のポスターをみて
- Q3-2\_11 その他 →具体的に( )

ロジック なし

AQ4

高齢者の体温調節機能は、ほかの身体機能と同じく加齢に伴って低下していることをご存じですか。

- 1 よくわかる・知っている
- 2 だいたいわかる・知っている
- 3 あまりわからない・知らない
- 4 わからない・知らない

ロジック なし

AQ5

暑い日が続いた場合、日ごとに少しずつ、体温が上昇し、水分が失われていく可能性があることをご存じですか。

- 1 よくわかる・知っている
- 2 だいたいわかる・知っている
- 3 あまりわからない・知らない
- 4 わからない・知らない

ロジック なし

AQ6-1

あなたは、熱中症警戒アラートをご存じですか。

- 1 はい・聞いたことがある
- 2 いいえ・聞いたことがない

ロジック Q6=1

AQ6-2

あなたがお住まいの地域で熱中症警戒アラートが発表された場合、外出を控えていますか。

- 1 はい、以前から外出を控えている
- 2 はい、最近、外出を控えるようになった
- 3 いいえ、特に外出を控えてはいない

ロジック なし

AQ7

あなたは、環境省の熱中症予防情報サイトのホームページをご存じですか。

<https://www.wbgt.env.go.jp/>

- 1 知っている・見たことがある
- 2 知っているが、見たことがない
- 3 知らない

別表 6 熱中症対策ナッジ事後調査票 (抜粋) - 3/3

ロジック なし

AQ8 あなたは、ご自身が熱中症にかかる可能性があると思いますか。

- 1 はい、以前に熱中症にかかったことがあり、今後もかかる可能性があると思う
- 2 はい、これまで熱中症にかかったことはないが、今後はかかる可能性があると思う
- 3 いいえ、以前に熱中症にかかったことがあるが、今後はかかる可能性がないと思う
- 4 いいえ、これまで熱中症にかかったことはなく、今後もかかる可能性はないと思う

ロジック なし

AQ9-1 あなたは、もし熱中症にかかった場合、周りの人に心配をかけることになると思いますか。

- Q9-1\_1 はい、周りの人に心配をかけることになると思う
- Q9-1\_2 いいえ、熱中症にかかったとしても、周りの人に心配をかけることはないと思う
- Q9-1\_3 いいえ、自分は熱中症にかからないと思うから、周りの人に心配をかけることもないと思う

ロジック 介入群3=Yes

AQ9-2 ポスターの表現「大切な人を心配させないために」についてどのように思いましたか。

- Q9-2\_1 心配をかけたくないと思った
- Q9-2\_2 わかりやすく良いと思った
- Q9-2\_3 心配させるというのはショックだった
- Q9-2\_4 そのような表現には気づかなかった
- Q9-2\_5 その他 ( )
- Q9-2\_6 特になし ←Q9-2\_1～5と排他

み回答

ロジック 介入群1=Yes or 介入群2=Yes or 介入群3=Yes かつ 日記調査のQ0\_2の回答に1がある

AQ10-1 日記調査の「ポスターを印刷し、室内の目につきやすい場所に掲示していただけましたか。」の質問で「はい」と回答いただいた方にお伺いします。ポスターを掲示した場所を教えてください。

- Q10-1\_1 居室 (リビングルーム)
- Q10-1\_2 台所 (キッチン)
- Q10-1\_3 寝室
- Q10-1\_4 廊下や玄関
- Q10-1\_5 トイレ
- Q10-1\_6 その他 ( )

み回答

ロジック 介入群1=Yes or 介入群2=Yes or 介入群3=Yes かつ 日記調査の8/2までのQ0\_2の回答に1がある

AQ10-2 室内に掲示していただいたポスターとその周りの様子を、写真に撮ってアップロードしていただくことはできますか。

- Q10-2\_1 はい → アップロード画面へ
- Q10-2\_2 いいえ

## 別表 7 熱中症対策ナッジ追跡調査票（抜粋） - 1/3

**全員回答**

ロジック なし

本追跡調査は、7月24日～8月13日に実施した夏の生活習慣に関する日記調査にご参加いただき、事後調査において最後の質問（AQ9\_1）まで回答いただいた方を対象として実施しています。  
以下のアンケートでは、日記調査の期間中の行動を振り返って、お答えください。

**BQ1-1**

あなたは、7月24日～8月13日の日記調査の期間中、いつもの夏と比べて、以下のそれぞれの部屋でのエアコンの使用時間または使用頻度が増えましたか。それぞれの部屋について、選択肢の中から、もっともあてはまるものを選択してください。  
該当する部屋がない場合や該当する部屋を使用していない場合、また、該当する部屋があってもエアコンが設置されていない場合は、「該当なし」を選択してください。

回答方向 ⇒	た 大 い に 増 え	え あ た る 程 度 増	少 し 増 え た	え ほ な と か ん ど つ た 増	減 （ ま な た か く は つ た 増 ）	ま な た か く た 増	該 当 な し
BQ1-1_1	居室や食堂（リビング・ダイニングルーム）のエアコン	○1	○2	○3	○4	○5	○6
BQ1-1_2	寝室のエアコン	○1	○2	○3	○4	○5	○6
BQ1-1_3	自室のエアコン（BQ1_1～BQ1_2を除く）	○1	○2	○3	○4	○5	○6
BQ1-1_4	家族共通の部屋のエアコン（BQ1_1～BQ1_3を除く）	○1	○2	○3	○4	○5	○6
BQ1-1_5	上記以外の部屋のエアコン	○1	○2	○3	○4	○5	○6
◆表頭繰り返し							

**該当者のみ回答**

ロジック BQ1-1\_5で、6以外の回答

**BQ1-2**

BQ1-1\_5で、該当なし以外を選択された方にお伺いします。  
BQ1-1\_1～BQ1-1\_4以外の部屋とは、具体的にどのような部屋でしょうか。

BQ1-2 ( )

**該当者のみ回答**

ロジック 介入群1～3、かつ、BQ1-1\_1～BQ1-1\_5で、1つでも、1 or 2 or 3と回答

**BQ1-3**

BQ1-1で、エアコンの使用時間や使用頻度が、少し増えた・ある程度増えた・大いに増えたと回答された部屋についてお伺いします。  
7月24日～8月13日の日記調査の期間中、エアコンの使用時間や使用頻度が増えたのは、日記調査のポスターの影響がありましたか。

回答方向 ⇒	大 い に 影 響	あ る 程 度 影 響	少 し 影 響	ほ ん と な か ど つ 影 響	ま た は な か く つ 影 響	
↓Q1-1の回答が、1 or 2 or 3であった項目のみ						
BQ1-3_1	居室や食堂（リビング・ダイニングルーム）のエアコン	○1	○2	○3	○4	○5
BQ1-3_2	寝室のエアコン	○1	○2	○3	○4	○5
BQ1-3_3	自室のエアコン（BQ1_1～BQ1_2を除く）	○1	○2	○3	○4	○5
BQ1-3_4	家族共通の部屋のエアコン（BQ1_1～BQ1_3を除く）	○1	○2	○3	○4	○5
BQ1-3_5	BQ1-1_1～BQ1-1_4以外の部屋のエアコン	○1	○2	○3	○4	○5
◆表頭繰り返し						

**該当者のみ回答**

ロジック BQ1-1\_1～BQ1-1\_5の回答が、すべて6の方以外

**BQ2**

7月24日～8月13日の日記調査の期間中、以下のそれぞれの部屋のエアコンを使っていた時間は、1日あたり、おおむねどのくらいでしたか。  
それぞれの部屋について、選択肢の中から、もっともあてはまるものを選択してください。

回答方向 ⇒	し つ け 4 つ 時 ば 間 な	2 1 3 3 時 時 間 間 	1 7 2 時 時 間 間 	6 4 時 時 間 間 	3 1 時 時 間 間 	0 時 間	
↓Q1-1の回答が、6以外の項目のみ表示							
BQ1-3_1	居室や食堂（リビング・ダイニングルーム）のエアコン	○1	○2	○3	○4	○5	○6
BQ1-3_2	寝室のエアコン	○1	○2	○3	○4	○5	○6
BQ1-3_3	自室のエアコン（BQ1_1～BQ1_2を除く）	○1	○2	○3	○4	○5	○6
BQ1-3_4	家族共通の部屋のエアコン（BQ1_1～BQ1_3を除く）	○1	○2	○3	○4	○5	○6
BQ1-3_5	BQ1_1～BQ1_4以外の部屋のエアコン	○1	○2	○3	○4	○5	○6
◆表頭繰り返し							

## 別表 8 熱中症対策ナッジ追跡調査票（抜粋） - 2/3

全員回答

ロジック なし

BQ3-1 ご自宅の扇風機の台数をお知らせください。

- 1 1台
- 2 2台
- 3 3台
- 4 4台
- 5 5台以上
- 6 もっていない・0台

該当者のみ回答

ロジック BQ3-1で、6以外と回答

BQ3-2 7月24日～8月13日の日記調査の期間中、扇風機はどのように使いましたか。

- 1 主に、扇風機を単独で利用した
- 2 主に、エアコンと扇風機を併用した
- 3 扇風機とエアコンを併用する場合と、扇風機を単独で使用する場合があった
- 4 扇風機はほとんど利用しなかった

全員回答

ロジック なし

BQ4-1 あなたは、7月24日～8月13日の日記調査の期間中、いつもの夏と比べて、熱中症の予防を意識して行動しましたか

- 1 いつもの夏と比べ、大いに意識して行動した
- 2 いつもの夏と比べ、ある程度意識して行動した
- 3 いつもの夏と比べ、やや意識して行動した
- 4 いつもの夏と比べ、同じくらい意識して行動した
- 5 いつもの夏と比べ、意識せずに行動した

該当者のみ回答

ロジック BQ4-1で、1 or 2 or 3と回答

BQ4-2 いつもの夏より熱中症予防を意識して行動した理由として、以下のそれぞれの項目がどの程度あてはまりますか。あてはまる場合を5、あてはまらない場合を1、として5段階でお答えください。

回答方向 ⇒	あてはまる ←----- ----- あてはまらない ----->				
	○5	○4	○3	○2	○1
BQ4-2_1 今年の夏は暑かったから	○5	○4	○3	○2	○1
BQ4-2_2 テレビや新聞等で、熱中症の話をよく見聞きするようになったから	○5	○4	○3	○2	○1
BQ4-2_3 熱中症予防のポスターをみたから	○5	○4	○3	○2	○1
BQ4-2_4 周囲の人に熱中症に注意するようアドバイスされたから	○5	○4	○3	○2	○1
BQ4-2_5 熱中症にかかって周りの人に心配をかけたくないと思ったから	○5	○4	○3	○2	○1
BQ4-2_6 自分も熱中症にかかるかもしれないと思ったから	○5	○4	○3	○2	○1
BQ4-2_7 一度、熱中症（またはそれに近い症状）になったから	○5	○4	○3	○2	○1
BQ4-2_8 身近な人が熱中症になったから	○5	○4	○3	○2	○1
◆表頭繰り返し					

該当者のみ回答

ロジック 介入群1～3のみ

BQ5-1 日記調査の熱中症予防のポスターを見て、ご家族など周囲の方と、熱中症予防について話をしましたか。

- 1 大いに話をした
- 2 ある程度、話をした
- 3 少し話をした
- 4 あまり話をしなかった
- 5 まったく話をしなかった
- 6 熱中症予防のポスターは見なかった

別表 9 熱中症対策ナッジ追跡調査票（抜粋） - 3/3

該当者のみ回答

ロジック 介入群1～3のみ

BQ5-2 日記調査の熱中症予防のポスターを見て、熱中症に対する意識が変わりましたか。

- 1 大いに意識が変わった
- 2 ある程度、意識が変わった
- 3 少し意識が変わった
- 4 あまり意識は変わらなかった
- 5 まったく意識は変わらなかった
- 6 熱中症予防のポスターは見なかった

該当者のみ回答

ロジック 介入群1～3のみ

BQ5-3 日記調査で掲示をお願いしたポスターは、今も掲示していますか。

- 1 はい、日記調査で掲示したポスターを、今も掲示している
- 2 いいえ、日記調査でポスターを掲示したが、今は掲示していない
- 3 いいえ、日記調査でポスターを掲示しておらず、今も掲示していない

該当者のみ回答

ロジック 介入群1～3のみ

以下のポスターをご覧ください。下記のお答えください。



BQ5-4 こちらのポスターに見覚えはありますか。

- 1 大いに見覚えがある
- 2 ある程度、見覚えがある
- 3 何となく見覚えがある
- 4 あまり見覚えがない
- 5 まったく見覚えがない

全員回答

ロジック なし

BQ6 今年の夏、熱中症警戒情報はどこから得ましたか。

(あてはまる項目をすべて選択)

- 1 TVのニュースやお天気情報
- 2 Web情報（気象庁のホームページ、Yahoo天気など）
- 3 スマホアプリ（お住まいの自治体の防災アプリ、気象庁のききくる、など）
- 4 自宅の温度計
- 5 熱中症計
- 6 自分の体感で判断
- 7 その他 →具体的に（ ）
- 8 特になし

←1～7と排他