

beyond2020 マイベストプログラム実績報告書

2022 年3月

内閣官房オリパラ事務局

目次

1	はじめに	3
2	マイベストプログラム概要	3
3	全体についての考察	4
3-1	認証事業者に関する分析	4
3-2	マイベスト目標に関する分析	5
3-3	周知に関する考察	6
4	取組実績についての考察	7
4-1	目標達成率	7
4-2	運動習慣定着率	8
4-3	事業者側の取組み姿勢について	8
4-4	参加者・事業者への効果	10
5	とりまとめ	11

1 はじめに

本報告書は、内閣官房東京オリンピック・パラリンピック推進本部事務局（以下、「オリパラ事務局」という）が募集した、beyond2020 マイベストプログラム（以下「マイベストプログラム」という）について、マイベストプログラム認証要領第11条第2項の規定に基づき、その実績をまとめたものである。

（参考） 認証要領抜粋

（実績の報告）

第11条 認証（前条の規定による内容の変更認証があった場合は、その変更後のもの。以下同じ。）

を受けた者は、認証事業の終了後1か月以内に「マイベストプログラム実績報告書」（別記様式第5号）により認証事業の実績を提出すること。

2 内閣官房オリパラ事務局長は、第9条第4項の規定により認証した事業について、前項の規定に準じて報告書を作成しなければならない。

2 マイベストプログラム概要

オリパラ事務局では、東京2020大会に参加するアスリートだけでなく、大会を契機に一人ひとりが健康面等での「自己ベスト」を目指して行動変容に取り組む環境を提供するため、健康面等での自己ベストを目指す個々人の取組を支援する事業を「マイベストプログラム」として認証する取組を行った。

認証対象は、一般企業・団体、各種学校その他、スポーツ関連のNPO法人等とし、各々の状況に応じて健康面等でより最適な状態を目指すための環境を整備すること等によって、企業や個人等の行動に変革を促す取組について審査・認証し、認証後は認証期間中に使用できる専用のロゴマーク（図1）を用いて活動を行うことで、東京2020大会への機運醸成に資するべく実施したものである。2018年12月に取組を公表し、翌年2月より認証を開始、2020年7月24日に向けた「マイベスト目標」を掲げる個人を支援する事業について87件を認証した。

（図1 ロゴマーク）



3 全体についての考察

マイベストプログラム認証事業は2019年2月より認証を開始、2020年7月24日に向けた「マイベスト目標」を掲げる個人を支援する事業について87件を認証した。

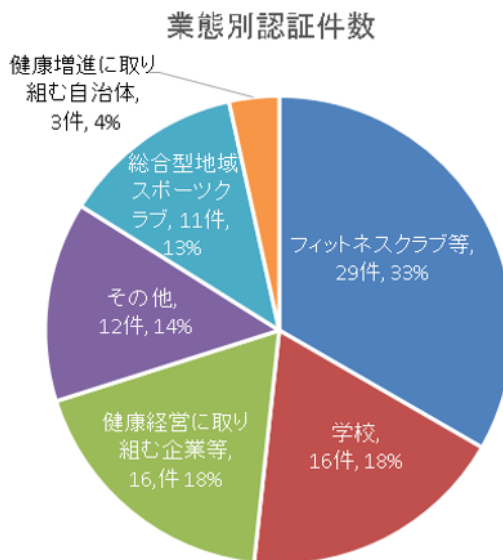
3-1 認証事業者に関する分析

業態別の認証事業者数を右図にまとめた

(図2)。

図の示す通り、健康管理や運動との親和性が高い「フィットネスクラブ等」の認証数が最多であった。また、多数の参加者が見込める「学校」や「健康経営に取り組む企業等」の認証数も多数を占め、三者合わせて7割近くを占めている。

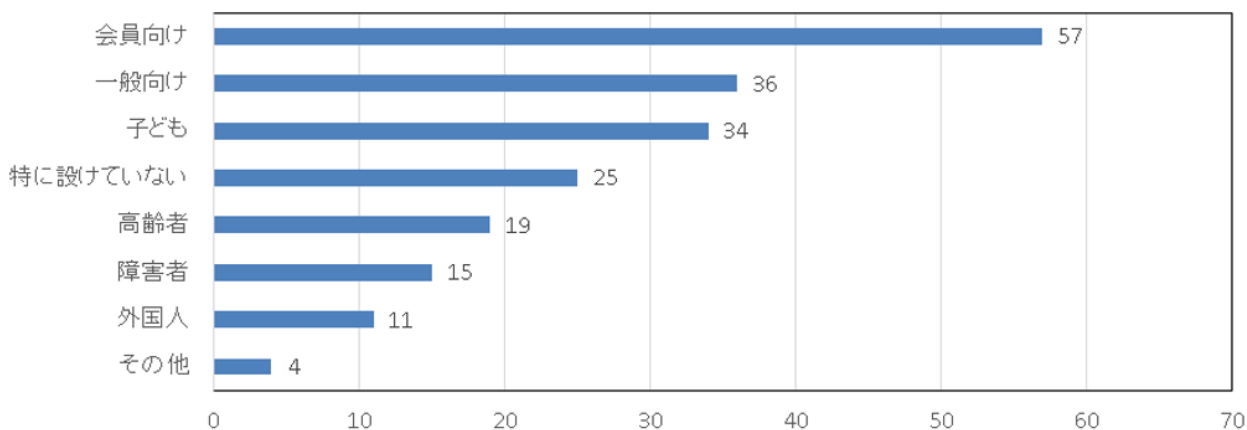
「その他」の内訳については、自治体共済組合、総合型ではない地域スポーツクラブなどだった。



(図2 業態別認証件数)

各認証事業者がどのような対象者を意図したかは下図(図3)のとおりである。

認証事業の対象者(複数回答)



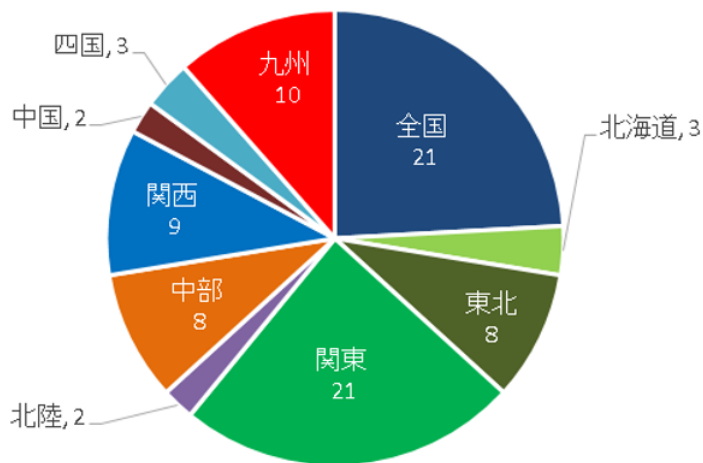
(図3 認証事業の対象者)

事業の性質上、健康管理や運動との親和性が高い「フィットネスクラブ等」の認証数が多かったため、「会員向け」とする回答が目立ったが、一般向け、子ども向けの事業も多く実施されており、様々な対象者に、大会を契機に一人ひとりが健康面等での「自己ベスト」を目指して行動変容に取り組む環境が提供されたことが分かる。

次に、マイベストプログラムを実際にどの地域で活動したかについて下図にまとめた（図4）。

活動地域をみると、全国と関東地方が同じ21件で最も多かった。東京2020大会が開催された関東地方の事業者や全国展開する事業者によるマイベスト活動が数多く行われたことにより、マイベストプログラムは全国的に展開されたことが分かる。

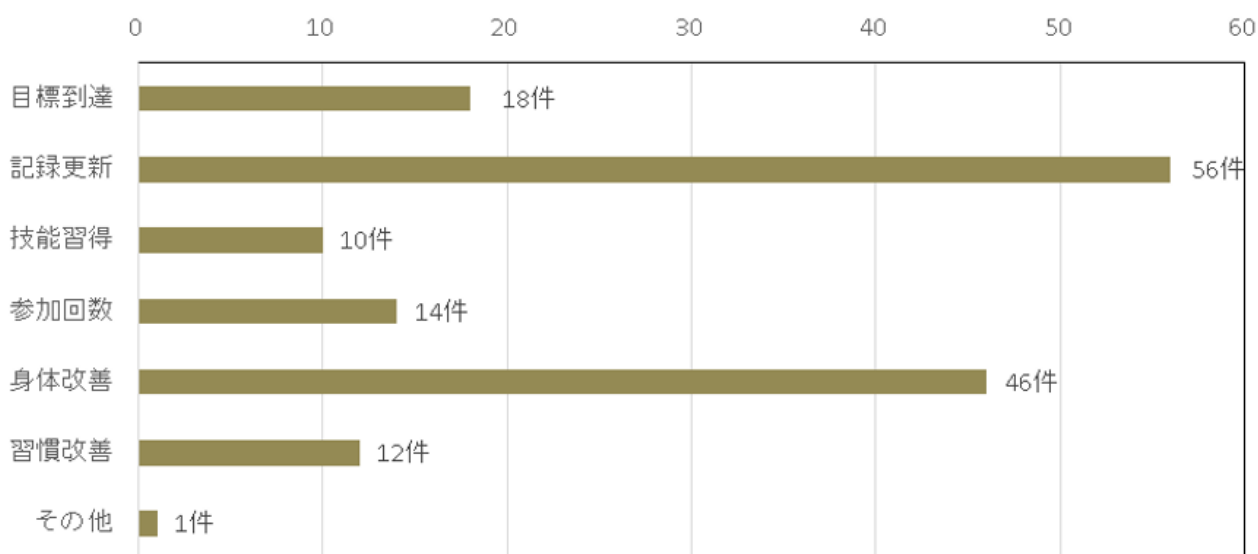
（図4）マイベストプログラム活動地域



3-2 マイベスト目標に関する分析

一人ひとりが健康面等での「自己ベスト」を目指すための目標の内容については様々なものが考えられる。各認証事業者が認証申請時に申告した内容を複数回答で下図にまとめた（図5）。

（図5）マイベスト目標の内容（複数回答）

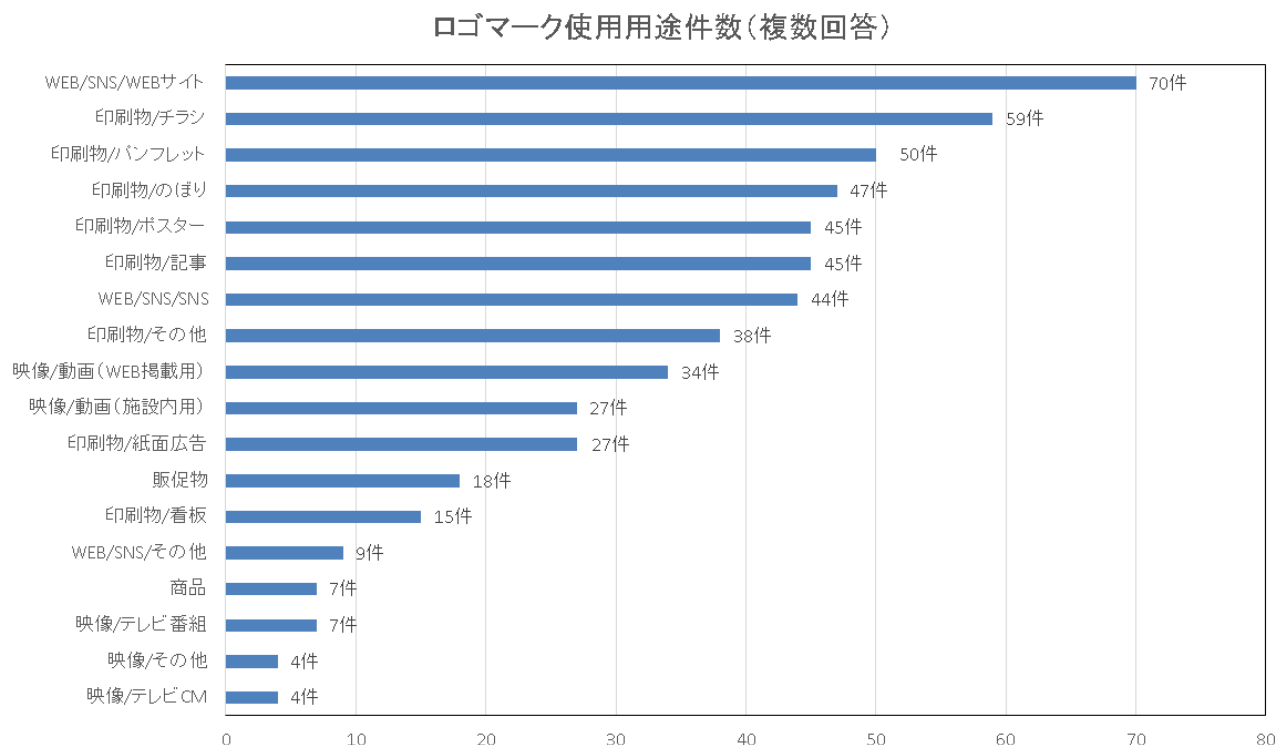


次に、指標となった各項目について順に説明する。「目標到達」とは、例えば一日一万歩を目標とする等、常に到達すべき固定した目標を設定している場合を指す。「記録更新」とは、例えば徒競走の記録更新等、現状の記録を上回る目標を設定している場合を指す。「技能習得」とは、縄跳びの新技の会得等、今までできなかった能力の新たな習得を目標とする場合を指す。「参加回数」とは、毎回運動教室に通う等、参加する行為自体を目標とする場合を指す。「身体改善」とは、体重や体脂肪値等、健康状態を示す数値の改善を目標とする場合を指す。「習慣改善」とは、禁煙やラジオ体操等、日常の生活習慣の改善を目標とする場合を指す。

図7の示す通り、「記録更新」と「身体改善」を目標に定めた事例が多く、他の項目を大きく引き離している。目標値として設定し易く、数値化して集計し易い項目であることや、「記録更新」と「身体改善」は不可分の関係にあることから上記2項目が最多になったと考えられる。

3-3 周知に関する考察

認証事業者には、認証期間中に限って使用できるマイベストプログラムのロゴマークを付与しているが、そのロゴマークをどのように用いたかを調査した。ロゴマークの使用用途については下図のとおりである（図6）。



(図6 ロゴマークの使用用途と件数)

グラフ上ではWEBやSNSといった電子媒体を用いたとの回答が最多を占めるものの、チラシ等の紙媒体を用いたとの回答合計はそれを上回っており、周知方法については

依然として旧来の方法に根強い支持があることが分かる。なお、上記の内容は申請時の記載内容であるため、実際の運用時とは異なる場合がある。

4 取組実績についての考察

マイベストプログラムは、当初予定していた東京 2020 大会の開会式当日（2020 年 7 月 24 日）を目標日として、各認証事業者に目標達成への取組を促すものであった。

しかし、世界中に蔓延した新型コロナウイルス感染症による影響、また、それに伴うオリパラ大会日程の 1 年延期等に伴う影響により、ほとんどの認証事業者での活動は勿論、認証事業者の経営自体をも揺るがすなど、深刻な影響を広範囲に及ぼし、各事業者における取組に支障が生じる事態となった。

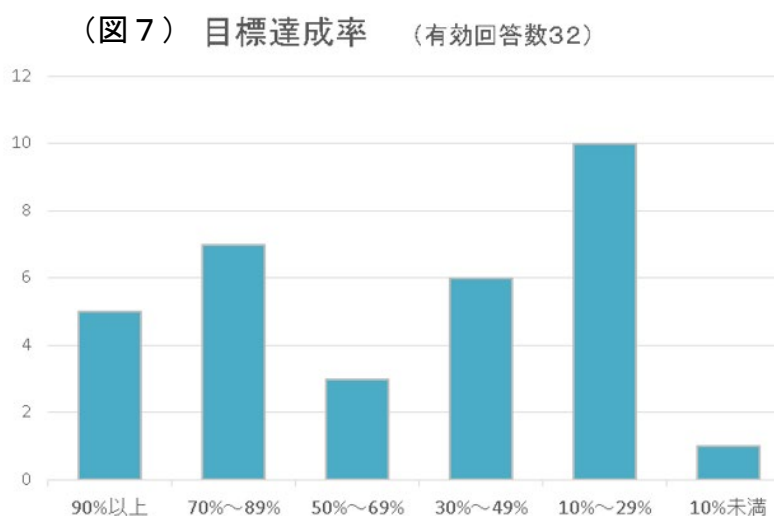
そのような中、オリパラ事務局では各認証事業者に対して、目標日である 2020 年 7 月 24 日時点における成果について調査を行い、87 団体中 76 団体から回答があった。

4-1 目標達成率

2020 年 7 月 24 日時点における目標達成率について右図にまとめた（図 7）。

最多は 10～29%との回答で、多くの事業者で新型コロナウイルス感染症の影響を強く受けたことで活動に支障が生じ、結果として参加者の目標達成率に大きな影響が出たことが分かる。一方で、70%以上と回答した事業者も 12 事業者にのぼっている。

これらの事業者については、新型コロナウイルス感染症の流行を受けて、ネット配信など自宅で行う内容を導入するなどの工夫をしていたことがわかった。このことから、全体的に新型コロナウイルス感染症の流行に伴う活動への影響を受けたものの、一部事業者においては厳しい状況下においても工夫をすることで目標達成へ向けての取組を模索しており、非常時においても体を動かすことの必要性・重要性を印象付ける結果となった。

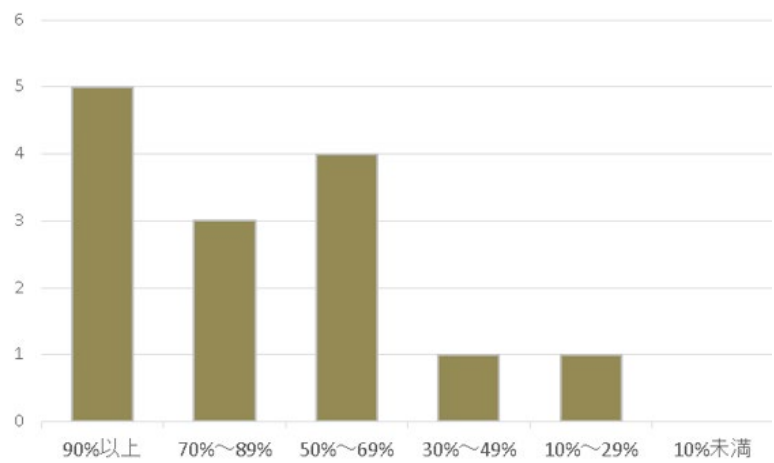


4-2 運動習慣定着率

2020年7月24日時点における運動習慣の定着率について右図にまとめた(図8)。

有効回答数は決して多いとは言えないが、定着率の最多は90%以上との回答であり、全体としても50%以上との回答が殆どであった。このことから、マイベストプログラム導入による運動の習慣化、定着化への貢献度は高かったものと思われる。

(図8) 運動習慣定着率 (有効回答数14)

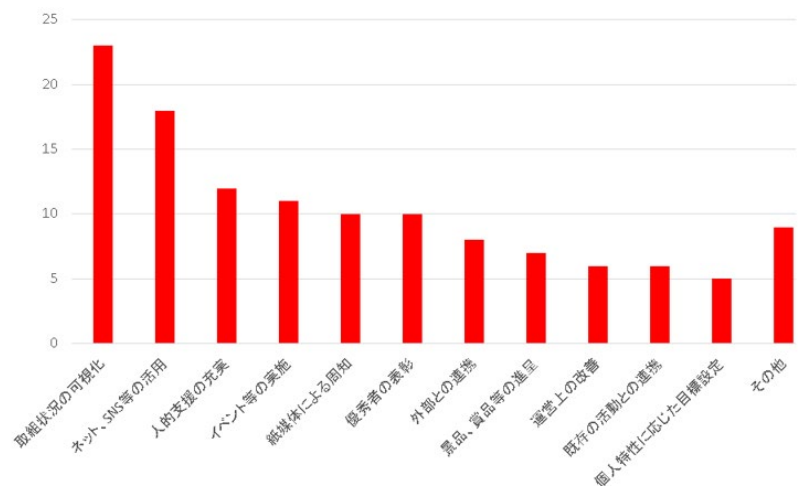


4-3 事業者側の取組み姿勢について

7月24日時点において、各事業者が参加者の目標達成のためにどのような工夫をしていたのかを複数回答で下図にまとめた(図9)

項目別で最多だったのは「取組状況の可視化」であり、参加者が目標を設定する際、また目標を目指して取り組んでいる際に何らかの道標となるものを用意することが目標達成や途中経過の確認において有用であることがわかる。また、「ネット・SNS等の活用」との回答が2番目に多数を占めており、参加者と電子媒体で繋がることで目標達成を後押しするといった現代ならではの取組が定着している現状が伺える。

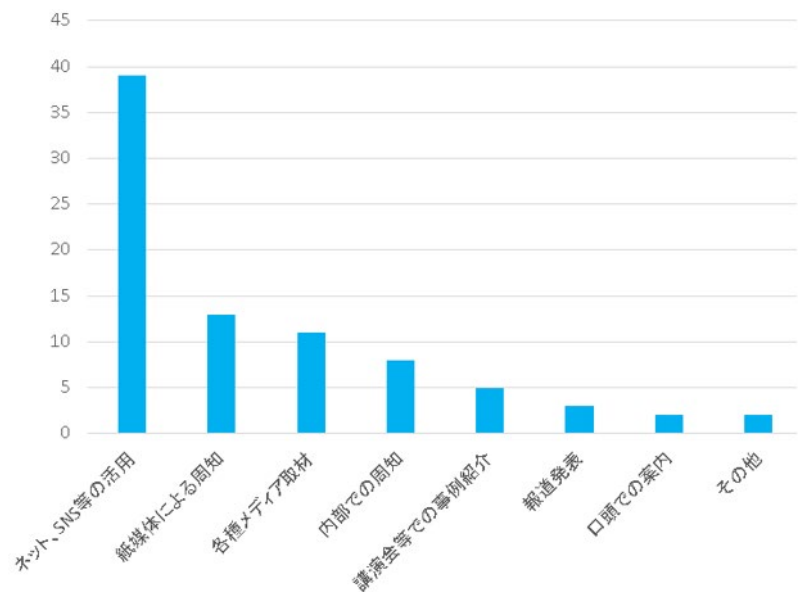
(図9) 工夫や力を入れた点 (複数回答)



次に、2020年7月24日時点において、各事業者が参加者等への情報提供等を目的とした広報にどのような手段を用いたかについて複数回答で右図にまとめた（図10）。

最も多かったのが「ネット・SNS等の活用」で合計40件近くあり、他の項目を大きく引き離している。次に多かった「紙媒体による周知」との回答は10件強にとどまっており、手軽で広く伝達できる電子媒体の活用が重用されている昨今の傾向がマイベストプログラムにおいてもみられる。

（図10） 広報、発信等による普及への貢献
（複数回答）

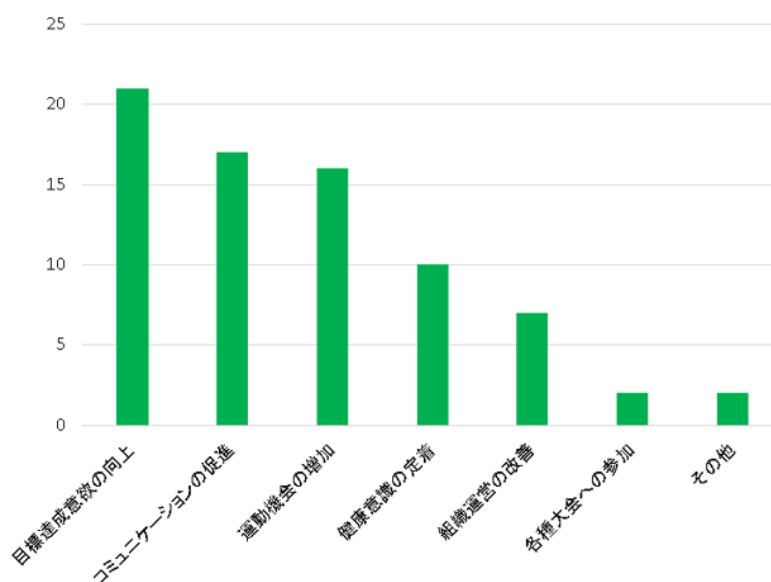


4-4 参加者・事業者への効果

2020年7月24日時点において、各事業者が認識している参加者や組織にもたらされた効果について複数回答で下図にまとめた。（図11）

最も多い回答は「目標達成意欲の向上」で20件以上の回答があった。「運動機会の増加」や「健康意識の定着」といった回答も多くマイベストプログラムを通じて、健康意識の向上や運動習慣の形成が図られたものと思われる。2番目に多かった「コミュニケーションの促進」については、運動機会や目標達成に向けた各参加者の努力とそれを支える主催者側の取組によるもの、各参加者同士横の繋がりが芽生えたものと考えられ、マイベストプログラムがもたらした副次的な効果と言える。

（図11） 参加者や組織にもたらされた効果
（複数回答）



5 とりまとめ

新型コロナウイルス感染症の流行は、マイベストプログラムの認証事業者における活動に大きな影響を与えることとなった。マイベストプログラムの目標日である2020年7月24日時点における目標達成率の調査では、目標達成率10~29%との回答が最多となり、多くの事業者において取組が計画通り実施できなかったことが分かる。

しかし、目標達成率70%以上と回答した事業者も87事業者中12事業者に上っており、これらの事業者では、新型コロナウイルス感染症の流行を受けて、ネット配信など自宅で行き組める内容を導入するなどの工夫をしていたことが分かった。

一方で、運動習慣の定着率に関する事業者への調査では、運動習慣の定着率が90%以上と回答した事業者が最多であり、マイベストプログラム導入による運動の習慣化、定着化への貢献度は高かったものと考えられる。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、「新しい生活様式」を実践し、中長期にわたり感染症対策と向き合う中で、運動不足から身体的及び精神的な健康を脅かす二次被害が懸念されている。マイベストプログラムの実施は、新型コロナウイルス感染症の影響を受けたものの、ネットの活用や感染症対策に留意した活動の実施など、「新しい生活様式」におけるスポーツの在り方を示唆するものとなった。

スポーツに取り組むことは、健康の保持・増進だけでなく、ストレスの解消、自己免疫力を高めてウイルス性感染症を予防することにも役立つものであり、今後は、感染症対策に留意し、安全・安心に運動・スポーツに取り組むことが重要である。マイベストプログラムを契機に取り組まれた各事業者の取組についても、感染症対策を適切に講じた上で、継続して実施されることを期待したい。