

研究についての説明

はじめに

この文書は、研究課題名「社会とのつながり」「自然と健康になれる環境づくり」に貢献する健康運動指導士の役割創出」への研究の参加をお願いするための説明文書です。この説明文書をよくお読みになって、この研究にご参加いただけるかどうかをご検討ください。

研究に参加されるかどうかはあなたの自由意思で決めてください。研究に参加されなくてもあなたが不利益を被ることはありません。説明を受けたその場で決める必要はありません。この説明文書を持ち帰っていただき、検討してから決めていただくこともできます。また、研究への参加に同意した後であっても、Web アンケート調査の研究対象者は回答を送信するまで、インタビュー調査の研究対象者は研究発表までの間、同意を撤回できます。撤回したことによってあなたが不利益な取扱いを受けることはありません。

研究の内容や言葉について、わからないことや、心配なこと、疑問に思ったことなどがありましたら、どんなことでも遠慮なく説明者である研究責任者にお尋ねください。

説明者・研究責任者	所属	筑波大学 体育系 助教
	氏名	辻 大士
	連絡先	03-3942-6459 tsuji.taishi.gn@u.tsukuba.ac.jp

記

1 研究課題名

この研究の研究課題名は、「社会とのつながり」「自然と健康になれる環境づくり」に貢献する健康運動指導士の役割創出」です。

この研究は、筑波大学体育系研究倫理委員会の審査を経て、筑波大学体育系長の許可を受けて実施しています。

2 研究の背景

健康日本 21（第三次）では「社会環境の質の向上」が基本的な方向の 1 つに掲げられ、「社会とのつながり」の維持・向上や「自然に健康になれる環境づくり」が目指されています。運動関係のグループの参加割合が高い地域では「つながり」が豊かで、自身の参加状況を問わず、暮らしているだけで認知症や死亡のリスクが低いことが明らかになっています。このような社会環境を実現するためには、健康運動指導士が直接指導する機会を増やすだけでは限界があり、地域の中で住民主体の運動グループを組織したり、その活動の質を保ちつつ継続を支援したりするような役割を担うことが期待されます。しかしながら、そのような活動の多くは散発的な事例報告に留まり、具体的な手順や活動内容が整理されていません。

3 研究の目的及び意義

本研究では、健康運動指導士が住民主体の運動グループの組織化や活動支援を担っている事例を網羅的に収集し、定量的・定性的に現状を把握するとともに、その成功要因や課題の類型化・構造化を行います。これにより、健康運動指導士がこのような活動を地域の中で戦略的に展開・推進するための好事例集、ロジックモデル、実践ガイドラインを作成することを目指します。

成果物を公益財団法人健康・体力づくり事業財団などの講習会で活用するとともに、行政の介護予防・健康増進担当課等にもレクチャーし、健康運動指導士の活躍の場の創出につながることを期待されます。これにより、地域全体の身体活動の増進や、健康日本 21（第三次）が目指す「社会とのつながり」の醸成、「自然と健康になれる環境づくり」に寄与します。

4 予想される研究上の貢献・期待される利益

健康運動指導士が、住民に対して直接指導するに留まらず、地域の中で住民主体の運動グループを組織し、その活動の継続を支援するための具体的な方略（好事例、ロジックモデル、実践ガイドライン）を示す点で貢献があります。これにより、地域全体の身体活動の増進や、健康日本 21（第三次）が目指す「社会とのつながり」の醸成、ひいては「自然と健康になれる環境づくり」に寄与する、健康運動指導士の新たな活躍の場の創出に資します。

5 研究実施期間及び試料・情報等の保存期間

この研究は、2030 年 3 月 31 日まで実施する予定です。

研究期間終了後、2040 年 3 月 31 日まで、取得したデータと紙媒体を保存します。

6 研究実施場所及び研究実施体制

（１）共同研究の有無

この研究は、筑波大学体育系において単独で実施する研究です。

（２）研究実施場所

【健康運動指導士を対象とした Web アンケート調査】

オンラインで行います。

【自治体を対象とした Web アンケート調査】

オンラインで行います。

【自治体を対象としたヒアリング調査】

ヒアリング調査の対象自治体が指定する場所、もしくは電話、オンラインで行います。

【健康運動指導士を対象としたアンケート・インタビュー調査】

研究対象者が指定する場所もしくはオンラインで行います。

【すべての調査】

データ・情報等分析場所、試料・情報等保管場所は、筑波大学東京キャンパス文京校舎 539 室（教員研究室）です。

（３）組織

研究組織は、別紙の通りです。

7 研究対象者

本研究の Web アンケート調査の研究対象者は、健康運動指導士（18 歳以上）約 10,000 人です。選定方針は、公益財団法人健康・体力づくり事業財団が運営するメーリングリストに登録している者です。所要時間は約 10 分間で、謝礼はありません。

本研究のインタビュー調査の研究対象者は、健康運動指導士（18 歳以上）約 20 人です。選定方針は、住民主体の運動グループの組織化や活動支援を 1 年間以上担っている者です。所要時間は、約 70 分間（アンケート調査 10 分、インタビュー調査 60 分）です。謝礼として、1,000 円分の QUO カード※をお渡しします。（※1,080 円/時間 × 計 70 分の拘束時間（500 円未満切り捨て））

募集方法は、公益財団法人健康・体力づくり事業財団に対して研究協力依頼を行い、当財団のメーリングリストに登録されている健康運動指導士約 1 万人（全登録者）を研究対象者とする Web アンケート調査を実施します。その回答結果から、住民主体の運動グループの組織化や活動支援を 1 年間以上担っている健康運動指導士を選出し、任意での入力を求めた氏名・連絡先の情報を用いてインタビュー調査の研究対象者の募集を行います。

また、研究協力者の横山氏を介して、日本老年学的評価研究（Japan Gerontological Evaluation Study: JAGES）の参画市町村（約 100 自治体）に対して Web アンケート調査を実施し、住民主体の運動グループの組織化や活動支援を 1 年間以上担っている健康運動指導士の有無や、その活動内容についての情報収集を行います。この調査は自治体の介護予防担当課長に宛てて依頼しますが、実際の回答者は状況を把握している者であれば部署や立場は問わないものとします。インタビュー調査の研究対象者の選定方針に該当する可能性がある健康運動指導士がいるとの回答が得られた自治体に対して追加のヒアリング調査を、電話、オンライン、対面のいずれかで実施し、当該健康運動指導士の紹介を受けることで募集します。

上記の方法により、先着順で約 20 人に達するまでインタビュー調査の研究対象者を募集します。

8 実施方法の説明

【健康運動指導士を対象とした Web アンケート調査】

倫理審査が承認された後、2025 年 11 月に公益財団法人健康・体力づくり事業財団に研究協力依頼を行います。その後、当財団が運営するメーリングリストに登録されている健康運動指導士約 1 万人（全登録者）を対象とし、同年 11～12 月ごろにフォームの URL の情報が記載されたメールの配信を財団に依頼することで Web アンケート調査を実施します。本調査は、

Google フォームを用いて、下記の項目を調査します。回答期間は、配信から 2 週間程度を予定します。アンケートの提出をもって同意したものとすることを Web アンケート画面の冒頭に記載した上で行います。

- ・健康運動指導士による、住民主体の運動グループの組織化や活動支援の事例
- ・回答内容についての問い合わせ先（電話番号、メールアドレス、氏名）※任意回答

この調査により、住民主体の運動グループの組織化や活動支援を 1 年間以上担っている健康運動指導士を選出し、任意での入力を求めた氏名・連絡先の情報を用いてインタビュー調査の研究対象者の募集を行います。

【自治体を対象とした Web アンケート調査】

倫理審査が承認された後、2025 年 6～7 月ごろに研究協力者の横山氏より、日本老年学的評価研究（JAGES）の参画市町村（約 100 自治体）の介護予防担当課に対して、電子メールにてフォームの URL の情報を送信し、同様の Web アンケート調査を実施します。本調査は、Google フォームを用いて、下記の項目を調査します。

- ・住民主体の運動グループの組織化や活動支援を 1 年間以上担っている健康運動指導士の有無（2 択）
- ・そのような健康運動指導士がいる場合、その活動内容についての情報（自由記述）
- ・回答内容についての問い合わせ先（電話番号、メールアドレス、担当者氏名）

本研究において Google フォームを利用するにあたってのセキュリティ対策として、フォームを作成する Google アカウントには 2 段階認証を設定し不正アクセスを防止すること、Google のサーバーは SSL 暗号化通信を使用しており通信時のデータ保護が図られていること、フォームの URL は一般公開せず研究協力団体のメーリングリスト登録者および研究協力自治体に限定して送付すること、回答者は Google アカウントでログインする必要がある設定としメールアドレスの自動収集を無効とすることが挙げられます。回答期間は、配信から 2 週間程度を予定します。なお、本調査は個人ではなく自治体を対象としていることから、回答者個人からのインフォームド・コンセントは受けません。

【自治体を対象としたヒアリング調査】

上記の Web アンケート調査により、選定方針に該当する可能性がある健康運動指導士がいるとの回答が得られた自治体に対して研究協力依頼を行い、担当者に対して 2025 年 8～9 月ごろにヒアリング調査を実施します。電話、オンライン、対面のいずれかにより、ヒアリング調査の対象自治体が指定する方法で実施します。オンラインを指定した場合は Web 会議システム（Zoom）を用いて行い、アクセス情報を研究責任者より電子メールで通知します。担当者の承諾を得た後に、電話、対面の場合は IC レコーダーを使用し、オンラインの場合はレコーディング機能を使用し、録音を行います。なお、本調査は個人ではなく自治体を対象としていることから、回答者個人からのインフォームド・コンセントは受けません。調査項目は下記のとおりです。

- ・住民主体の運動グループの組織化や活動支援を 1 年間以上担っている健康運動指導士の情報、活動状況、事業内容

- ・当該健康運動指導士を研究対象者として紹介することの可否

【健康運動指導士を対象としたアンケート・インタビュー調査】

健康運動指導士を対象とした Web アンケート調査ならびに自治体へのヒアリング調査を経て、選定方針に該当する健康運動指導士を研究対象者とするアンケート調査とインタビュー調査の両方を 2025 年 10 月～2026 年 2 月ごろに実施します。インタビュー調査は、研究対象者の指定する方法（対面もしくはオンライン）、および場所で各調査を実施します。対面を指定した場合は、研究責任者が研究についての説明を行い同意書の記入を求めた後に、アンケート調査用紙を配布し、他人にのぞき込まれない環境で約 10 分間の回答時間を設けます。その後に、研究責任者が手渡しで回収します。オンラインを指定した場合は、事前に研究についての説明、同意書、アンケート調査用紙、返信用封筒を郵送し、返信用封筒を用いて同意書とアンケート調査用紙を回収します。インタビュー調査は Web 会議システム（Zoom）を用いて行い、アクセス情報を研究責任者より電子メールで通知します。いずれの方法とも、インタビュー調査は研究責任者（男性）が 1 対 1 で実施します。対面で研究対象者が女性の場合、密室とならない環境で行います。研究対象者の同意を得た後に、対面の場合は IC レコーダーを使用し、オンラインの場合はレコーディング機能を使用し、録音を行います。アンケートとインタビューの各調査項目は下記のとおりです。

アンケート調査

- ・基本属性（氏名、性、年齢、所属、職歴、運動指導歴、他に有している資格）
- ・自主運動グループの組織化や支援活動の概要（期間、頻度、人数、内容）

インタビュー調査

- ・自主運動グループの組織化や支援活動の詳細
- ・活動の動機、経緯、工夫
- ・活動に関する資源（人、物、資金、制度）
- ・多職種連携の状況
- ・活動における課題、今後の展望

収集された情報を基に好事例集を作成します。その際、研究対象者を識別できる個人情報を開示する可能性があります。開示する個人情報の範囲（個人名や役職を出すのか、イニシャルに留めるのか）は、研究対象者の意向に基づいて決定します。また、テーマ分析により発言を類型化し、修正版グラウンデッド・セオリー・アプローチにより構造化することで、ロジックモデルと実践ガイドラインを作成します。

9 研究における倫理的配慮

（1）研究の対象となる個人の人権擁護

① 個人情報の管理

- ・ 研究対象者への説明書や解析するデータには、個人の名前・住所等の個人情報は含みません。

- ・ 個人名等を入手する場合は、情報入手後は直ちにコード化し、対応表によって個人を復元できるように匿名化します。
- ・ 入手した個人情報等は、独立行政法人等の保有する個人情報の保護に関する法律、その他の法令を遵守し、また、研究対象者から同意を得られた範囲内で取り扱います。
- ・ 分析に際しては、データをコード化し、個人が特定されないようにします。

② 個人情報の保管

- ・ Google フォームにて収集されたデータは、一時的に Google のサーバーに保存されますが、調査終了後速やかにダウンロードし、Google 上のデータは 2026 年 3 月 31 日に削除します。
- ・ 収集したデータは匿名化して侵入対策及びウイルス防御対策を施した USB メモリーに保存し、パスワードを設定して研究責任者以外はアクセスできないようにします。
- ・ 研究の実施に伴って取得された個人情報等の漏えい、滅失またはき損の防止その他の安全管理のために適切な取り扱いを行います。
- ・ 収集したデータ及び紙媒体は、東京キャンパス文京校舎 539 室に設置した鍵のかかるロッカーに施錠して保管します。

③ 個人情報の破棄

- ・ 電子データは、保存期間満了時に完全に消去します。
- ・ 紙媒体の調査用紙一式は、保存期間満了時にシュレッダーにより裁断破棄します。
- ・ インタビュー調査で録音したデータは、保存期間満了時に完全に消去します。

④ 個人情報の開示等

- ・ 研究結果を論文発表、学会発表、インターネット掲載、助成金の報告書で公開します。
- ・ 研究結果を公開する際には、研究対象者個人を特定できる個人情報等を、研究対象者の同意を得た上で開示します。

【Web アンケート調査の研究対象者】

アンケートの際に、個人情報を取得しないため（任意で入力した研究対象者を除く）、アンケートの提出後は、同意の撤回がなされても該当する者のデータを取り除いたり修正したりすることができません。任意で入力した研究対象者については、下記のインタビュー調査の研究対象者と同様の扱いとします。

【インタビュー調査の研究対象者】

保有する個人情報に関して情報の開示等の求めがあった場合には、該当する個人情報を開示します。また、他の研究対象者の個人情報の保護及び当該研究の独創性の確保に支障がない範囲内で研究計画書及び研究の方法に関する資料を入手又は閲覧できるようにします。

- ・ 研究対象者等及びその関係者からの相談に対して問い合わせ先を通知して対応します。

⑤ プライバシーの保護

- ・ インタビューを行う場合、同性の者が行う、または同性の者が立ち会う等の配慮を行います。それが困難な場合は、密室とならない環境で行います。

(2) 研究の対象となる個人に理解を求め同意を得る方法（インフォームド・コンセント等）

- ・ 研究への参加は研究対象者自身の自由意思によって決定され、研究への参加に同意した後であっても、Web アンケート調査の研究対象者は回答を送信するまで、インタビュー調査の研究対象者は研究発表までの間、撤回できます。また、そのことによって研究対象者が不利益な取扱いを受けることはありません。

【Web アンケート調査の研究対象者】

Web アンケート調査画面の冒頭に「研究についての説明」のリンクを記載するとともに、アンケートの提出をもって同意したものとすることを記載します。

【インタビュー調査の研究対象者】

「研究についての説明」により文書と口頭で説明し、研究対象者から「同意書」に署名してもらうことによりインフォームド・コンセントを実施し、同意を得ます。

- ・ 公益財団法人健康・体力づくり事業財団が運営するメーリングリストへの配信を当財団に依頼することで Web アンケート調査を実施することに対して、当財団あての説明文書及び承諾書を作成し、同意を得ます。また、自治体を対象としたヒアリング調査を行い、選定方針に該当する健康運動指導士の紹介を受けることに対して、担当部局あての説明文書及び承諾書を作成し、同意を得ます。
- ・ 健康運動指導士を対象としたアンケート調査、インタビュー調査を行うことに対して、所属長あての説明文書及び承諾書を作成し、同意を得ます。

(3) 研究によって生ずる個人への不利益及び危険性に対する配慮

【Web アンケート調査の研究対象者】

約 10 分間の拘束時間が生じることが不利益となります。必要に応じて休憩を入れながら回答するよう説明します。

【インタビュー調査の研究対象者】

約 70 分間（アンケート調査 10 分、インタビュー調査 60 分）の拘束時間が生じることが不利益となります。これに対して、QUO カード 1,000 円分※を謝礼として渡すことで配慮します。（※1,080 円/時間 × 約 70 分の拘束時間（500 円未満切り捨て））

10 緊急時対応、医療機関への搬送及び健康被害の補償

インタビュー中に研究対象者が体調不良を訴えた場合には、インタビューを中止します。

対面のインタビューにおいて必要な場合には、医療機関に搬送します。その場合の費用は、研究責任者が負担します。オンラインのインタビューにおいては研究責任者が医療機関に搬送

することは困難ですが、必要な場合には適切な連絡先へと連絡を取り、医療機関への搬送が生じた場合の費用は研究責任者が負担します。Web アンケート調査の研究対象者に対しては、医療機関への搬送は行いません。

健康被害が生じる可能性は低く、保険での対応は行いません。

11 研究資金

この研究は、教育研究経費、(公財)健康・体力づくり事業財団令和7年度健康運動指導研究助成によって実施しています。

12 利益相反（共同研究先の企業・団体等との関係を含む）

この研究組織には、資金提供元（公財）健康・体力づくり事業財団との間で、利益相反事項に該当する者はありません。

13 研究結果の公開

この研究の結果は、論文発表、学会発表、インターネット掲載、助成金の報告書にて公開します。研究結果を公開する際には、研究対象者を特定できる個人情報等を、研究対象者の同意を得た上で開示します。

14 その他

ありません。

15 問い合わせ先

この研究は筑波大学体育系研究倫理委員会の承認を得て、研究対象者の皆様に不利益がないよう万全の注意を払って行われています。研究への協力に際してご意見ご質問などございましたら、気軽に説明者である研究責任者にお尋ねください。あるいは、体育系研究倫理委員会までご相談ください。

【問い合わせ先】

所属： 体育系 職名： 助教 氏名： 辻 大士

電話： 03-3942-6459 E-mail: tsuji.taishi.gn@u.tsukuba.ac.jp

【筑波大学 体育芸術エリア支援室研究支援】

電話： 029-853-2571 E-mail: tg-kenkyurinri@un.tsukuba.ac.jp