

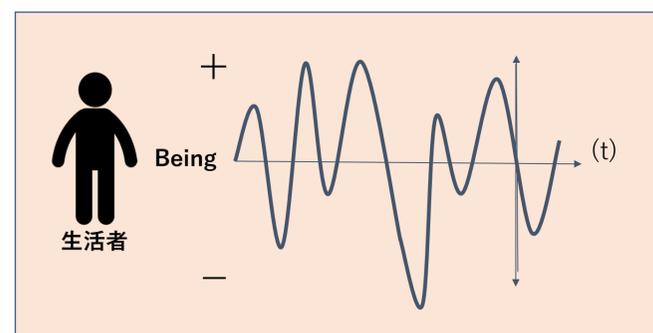
# Walk Engagement: プロセス志向Well-Beingから見る歩行習慣

サービス価値拡張研究チーム ヘルスケアラボ ホー バック

- ▶ Well-Beingのプロセスの側面に着目して歩行習慣を分析
- ▶ Work Engagementの要求度—資源モデルをWalk Engagementに応用
- ▶ 健康を促進する要因とWell-Beingを促進する要因が異なることを実証

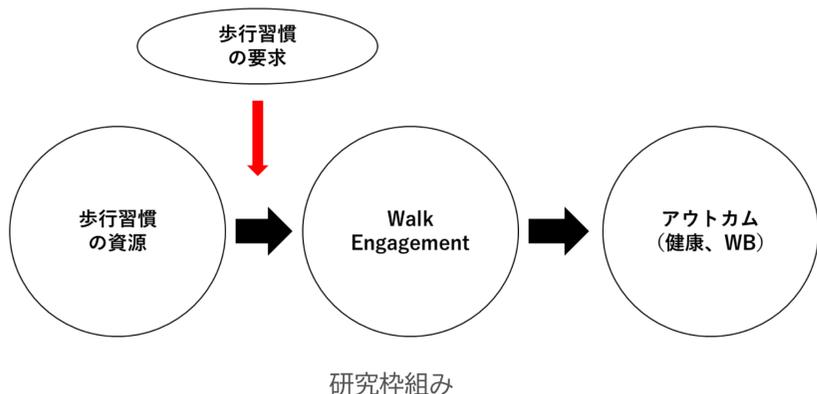
## プロセス志向のWell-Being

- Well-Beingはプロセス志向とアウトカム志向に分けることができる
- アウトカム志向のWell-Beingばかりが着目されている
- 歩行習慣の文脈でプロセス志向のWell-Beingを捉える
- Walk Engagement概念を考案
- 仮説: 散歩中のエンゲージメントが高いとWell-Beingが高まる



Well-Beingの絶対値(アウトカム志向)か  
時間変遷の向上(プロセス志向)か

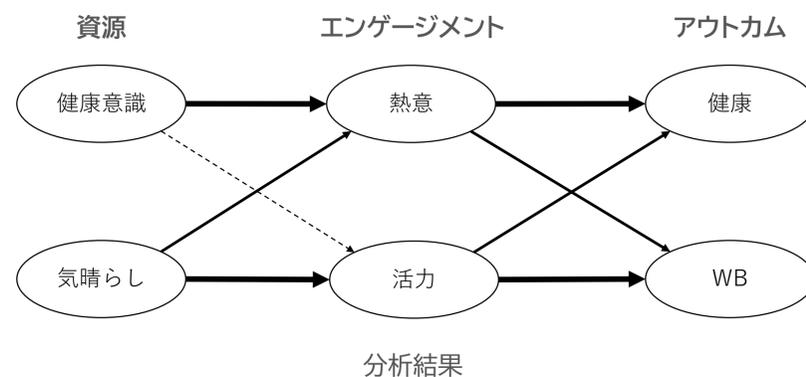
## Work Engagementの要求度—資源モデルを援用



- 資源によってエンゲージメントが促進
- エンゲージメントが高いと健康やWell-Beingが高い
- 要求度が高いとエンゲージメントが抑制
- 資源・要求・エンゲージメントの構成要素について探索的調査
- 自由記述5000件をテキスト分析

## 健康に繋がる要因とWell-Beingに繋がる要因

- 上記の定性分析の結果を2500件のWebアンケートから検証
- 活力(散歩から活力を得ていきいきとする)はWell-Beingを促進
- 熱意(散歩に誇りとやりがいを感じる)は健康を促進
- 強迫的に健康を目指すよりも気晴らしとして活力を得るような歩行習慣の方がWell-Beingを高めやすい
- 要求度の調整効果も確認



n=2,500  
GFI=.921, AGFI=.907, RMSEA=.053  
\*: p<0.05, \*\*: p<0.01, \*\*\*: p<0.001