

# 高橋 恒夫

REGIONAT (リジョナッツ)  
地域カッセイ人プロデューサー



1961年 長野市生まれ

長野高校、横浜市立大学商学部経済学科卒業後、八十二銀行（長野市）に入行

2015年、事業構想大学院大学（港区南青山）に社会人入学

2021年、同大学院を修了後（専門職修士）、長野市で起業

<https://www.regionat.biz/>

## （主な活動）

社会構想大学院大学（新宿区高田馬場） 客員准教授

関東学院大学地域協働論特別講師（2020、2021、2022）

富山市事業構想プロジェクト（2019）

小諸市事業構想プロジェクトアドバイザー（2020）

日本経営協会 自治体総合フェア2021 基調講演、同フェア2022 コーディネーター

彩の国人づくり広域連合（埼玉県）「ナッジ理論による政策立案」研究会講師（2022）

埼玉県出納課ナッジ検討会アドバイザー（2022）

宮崎県総合政策部中山間地域政策課事業 研究会講師（2022～2023）

茨城県筑西市「EBPMによる政策形成研修（ナッジ理論活用）」講師（2023～）

NHKラジオ「ラジオ深夜便」日本列島くらしのレポーター（2024年4月からレギュラー出演）

副業でソトコトオンラインのローカルラーメンライター

# ナッジに関して昨年の活動実績

産民学官・政策課題共同研究 **オンライン開催** **参加費無料** **事前申込**

## 令和4年度 政策研究成果発表会

彩の国さいたまづくり広域連合では、公募で集まった研究員（埼玉県や市町村の職員、民間企業等の社員）が令和4年5月から「ナッジ理論を活用した政策づくり」をテーマとして「産民学官・政策課題共同研究」を行っています。この度、研究成果がまとまりましたので、以下のとおり研究成果発表会を開催いたします。併せて、研究テーマに関連する有識者の基調講演も実施します。皆様の御参加を心よりお待ちしております。

日時	プログラム
令和5年1月27日(金) 13:30~16:30	13:35 - 14:35 基調講演 14:40 - 16:05 共同研究の成果発表

### 基調講演 社会課題の解決につながるナッジ

講演講師 **ささき しゅうさく** 佐々木 周作 氏 大阪大学 感染症総合教育研究拠点・特任准教授

【略歴】  
1984年、大阪府交野市生まれ。京都大学経済学部を卒業後、三菱東京UFJ銀行(現・三菱UFJ銀行)に入行。退職後、大阪大学大学院経済学研究科博士後期課程にて、博士号(経済学)を取得。日本学術振興会特別研究員DC1及びPD、京都大学大学院経済学研究科特任講師・東北学院大学経済学部准教授を経て、現職。専門は、応用ミクロ計量経済学・行動経済学・実験経済学。行動経済学会の理事とともに、環境省・経済産業省・横浜市などの中央府省庁や地方自治体で有識者委員やアドバイザーを務める。

### 共同研究の成果発表 ナッジ理論を活用した政策づくり

ナッジ理論は、人の普遍的な行動特性を対象とするため、人が介在するあらゆる政策分野に適用可能で、様々な課題の解決に効果的なツールになると考えられます。  
本研究では4つの分野の社会課題(健康、教育、フードロス、DX)について、ナッジ理論を活用した具体的な事業提案を行います。

令和4年度 共同研究コーディネーター **たかはし つねお** 高橋 恒夫 氏 地域活性コンサルタント REGIONAT主宰

ナッジとは? 「nudge」は英語で「軽くひじ先でつつく、背中を押す」こと。お店のレジ前の床に足跡を見たことありませんか?思わずその上に並んでしまうことで、結果として、列が乱れず並べるようになっていく…。そう、これもナッジです!

- 対象 県・市町村等の職員、企業、NPO、大学関係の方をはじめ、御関心のある方 **どなたでも!**
- 定員 各対象合計200名(先着順) ※ 定員を超えた場合のみ連絡します。
- 申込期限 令和5年1月20日(金) 定員になり次第締め切り。
- 申込方法 彩の国さいたまづくり広域連合のホームページ又は右の二次元コードからお申し込みください。  
<http://www.hitozukuri.or.jp/research/>
- お問合せ 彩の国さいたまづくり広域連合 企画・政策研究担当  
TEL: 048-664-6685

主催: 彩の国さいたまづくり広域連合

広域連合は埼玉五県と県内各市町村から構成される特別地方公共団体です。県庁所在地のさいたま市にあり、県庁に併設されています。

令和4年度 政策課題共同研究 研究報告書

## ナッジ理論を活用した政策づくり

彩の国さいたまづくり広域連合

### この他にも

埼玉県出納課様 (2022年)  
各種の資格試験申込チラシにナッジの要素を入れる提案

茨城県筑西市様 (2023~2024)  
入庁3年目職員に対するEBPMによる政策形成研修の中でナッジ理論を指導

[http://www.hitozukuri.or.jp/wp-content/uploads/R4\\_kyoudoukennkyuu\\_houkokusho\\_all.pdf](http://www.hitozukuri.or.jp/wp-content/uploads/R4_kyoudoukennkyuu_houkokusho_all.pdf)

## 令和4年度 産民学官・政策課題共同研究

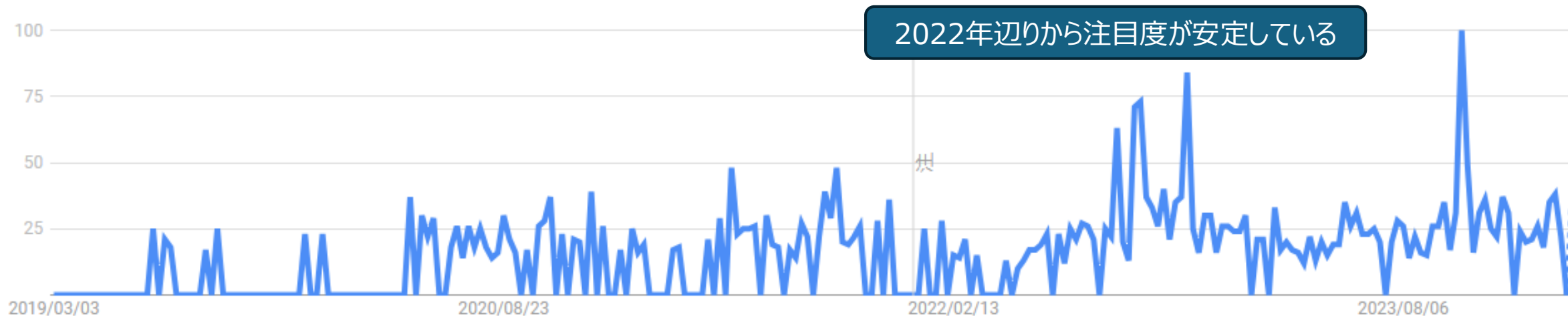
# ナッジ理論を活用した政策づくり

## 令和5年1月27日 研究成果発表会

彩の国さいたまづくり広域連合 政策課題共同研究 コーディネーター 地域活性コンサルタント、REGIONAT(長野市)主宰 高橋恒夫

# 国内でのナッジの注目度

「ナッジ理論」ワードの検索需要の推移（2024.2.28から遡り過去5年間）



出典：Google Trend による「ナッジ理論」という特定のキーワードがどれだけ検索されたかの推移。最も注目度があった時点のスコアを100としてグラフ化される

# ナッジの力

・ちょっとした「工夫」が働き、動かなかったものを見事に動かす力

・行動や習慣など従来の固定観念を覆してしまう力



課税や助成金、法的整備をこれまでの政策手段と組み合わせると、さらに効果を強める力がある。



小さなナッジでも、人々の意思決定や行動、習慣に影響を与えることを通じて、人々の生活や社会をよりよいものにしてくれるという期待がある

ナッジ・行動インサイトガイドブック（2021. 勁草書房）のまえがきから修正して引用

# ナッジをデザインする

ナッジには、

- 特定の目的を達成したいという気持ちをもっている人の行動を促進するもの  
(タバコをやめたい、お金を貯めたい、、、)
- そのような理想的な目的をもっていない人に理想をもたせて行動させる  
(塩分がどのくらい含まれているかのラベル表示、給与天引きで自動加入する貯蓄プラン、、、)

というものがある

(第4回日本版ナッジ・ユニット連絡会議における有識者大阪大学・大竹教授の指摘)

前者は比較的、政策的介入の妥当性の説明がしやすい

後者はとりわけ倫理的な配慮の検討が必要 (もちろん前者も)

20191213\_第311回消費者委員会本会議\_資料1より

# 定義を理解する

ナツジ元来の定義・・・選択を禁じることも、経済的なインセンティブを大きく変えることもなく、人々の行動を予測可能な形で変える**選択アーキテクチャー**のあらゆる要素  
(リチャード・セイラー、キャス・サンステーン、2008)

※**選択アーキテクチャー**・・・人々が選択し、意思決定する際の環境

介入の倫理・・・政策立案者には**高い倫理性**が求められる

※**高い倫理性**・・・真摯な態度を持ち、全ての人の基本的人権を尊重するとともに、生命に対する尊厳に敬意を払って、心身の安全に責任を持ち、ナツジ等の対象者のみならず、周囲の人々や社会全体にとって不利益をもたらさないように努めること」

**倫理で大事ななのは、自分自身がナツジの対象になったときのことを考えてみる**こと

# ナッジを政策に入れることで戸惑う人の考え

- ・今までの政策立案の考え方と違うことへの戸惑い（KKO：経験・勘・思い込みで政策立案、従来踏襲型、予算重視型、議員からの要請・圧力、エビデンスなき首長の公約を強引に成し遂げる、、、など）
- ・ナッジの効果を疑問視する・・・人のところに響くものであっても、必ず予測通りの効果が得られるかは難しい  
→ナッジでみんなが同じ行動をすることはない。推進者は、なぜ予測通りの効果が得られないのか理由を理解し、周囲や社会に根気よく働きかけることが重要
- ・失敗が許されないと考える風潮→ナッジの政策手段は失敗もあると理解させる。なぜ失敗したかを測ることの方が大事
- ・他者の行動変容を目的としているので「操作」とか「意図的な誘導」だと批判する人がいる  
→「介入の倫理」という従来の政策立案にはない論点を理解してもらうことが必要
- ・（もしかしたら）顕在化されていない課題に対して、なぜ予算を使ってナッジ政策を策定するのかという声  
→そもそも社会課題や地域課題は少し遅れて顕在化する性格もある。顕在化する前に、現時点で考える対応をナッジで示すことも必要である

ナッジ・行動インサイトガイドブック（2021. 勁草書房）のまえがきを参考し高橋が加筆

# 家庭でできるお父さんナッジ

塩分控えめの料理にやたら塩をかける

→塩分摂取のデフォルト設定（1カ月に使う分をマイボトル化（@2g×30日）EAST



目的・背景

塩分摂取過多で健康が不安

効果の見込み

摂取量を見える化できる（管理可能）

提案自信

デフォルト効果あり、調理後の介入容易

フィールドリサーチ

実態調査・効果検証可能（血圧チェック）

専門家アドバイス

医療指導、食事指導等

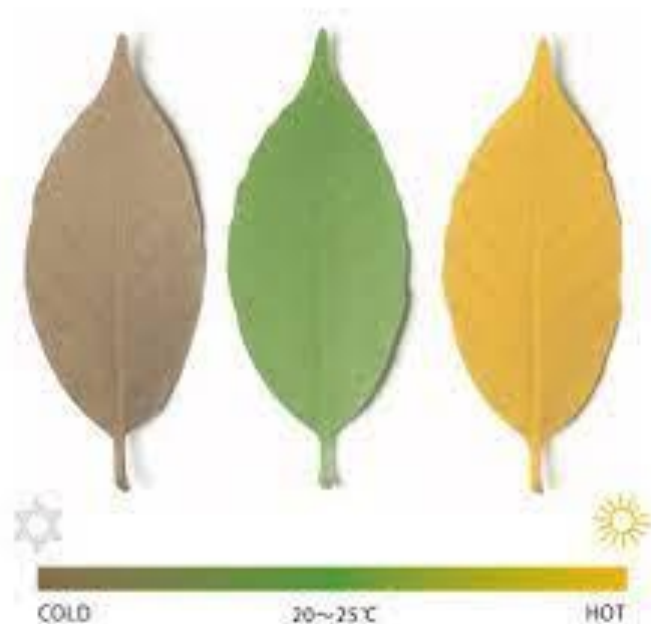
ナッジ以外の解決策

あり（教育・啓発）



# 熱中症の予防に向けた水分補給ナッジ

## 水筒に貼り付けられる温度変化ステッカーの配布



### ◆気温が高い場合……

「1時間に1回以上の水分補給を市内場合、熱中症で緊急搬送される確率が〇%向上するというデータがあります」という文面が表示される

### ◆気温が普通～低い場合……

「1時間に1回水分補給をすることで、仕事の生産性が〇%向上するというデータがあります。」という文面が表示される

文面については配布先に応じて変更

## スーパーマーケットでラジオ体操

いつも行く場所で同じ時間にラジオ体操の音楽が流れてきたら、ついつい体を回したくなる。  
無理のないところから、体を動かす習慣と定期的に外へ出かける習慣をつける。

- ①健康増進のための運動習慣の定着
  - ②手軽な体操から健康への関心が高まる
  - ③協力してくれる企業は？市として避ける人員は？
  - ④ピンポイント施設で一定期間取り組んでみる
  - ⑤運動効果を数値で見るとするには、始めたころと一定期間経過後の簡易の健康診査ができるとうい
  - ⑥開催通知を地元回覧するとやらされている感で人が来なくなる
- ➡ 日常に取り込んで思いがけず、体を動かしてしまいうナツジがよい
- ➡➡ 企業の協力を得て、ラジオ体操20回参加したら、プライベートブランド商品（100円程度）プレゼント



ナッジは仕掛け。トリックみたいなもの

だから「理想」の姿を描いた上で、身近にある  
ハードルを少し面白おかしく解決していくゲーム