

SEEDs取組事例：階段の利用促進ナッジ

【趣旨】

堺市役所庁舎内のエレベーターを利用する職員に対して階段利用者を増やす働きかけを行うことで、エレベーター稼働にかかる電気使用量の削減及び職員の健康増進につなげるため、ナッジを活用した実験を行った。

【課題（ボトルネック）】

・エレベーターに人が並んでいても、待つまでエレベーターを利用する

【概要】

■ 対象 ①高層館非常用エレベーターを利用する職員 ②本館東側エレベーターを利用する職員

■ 期間 ①2022年8月19日～8月31日 ②2022年9月13日～11月4日

■ 内容

①1階エレベーター前に、4階までの移動時間の差を強調したポスターを掲示



②1階エレベーター前と2階以降の階段踊り場に、消費カロリーをカラオケに例えたポスターを掲示



②1階～4階の階段に、消費カロリーを体重に換算して掲示



【活用したナッジ】

- ・エレベーター付近への掲示 (Timely)
- ・移動時間や健康効果の見える化、損失時間の強調 (Attractive)
- ・遊び心のあるメッセージ (Fun)

【結果及び考察】

・朝の出勤時間帯の階段利用者数（平均）について、①では約7.5%、②では約7.7%増加した。
 ・有意差はなかったものの、どちらのナッジも階段利用を促す効果があった可能性がある。電気使用量への影響は把握できなかったが、階段利用を促す取組として、オフィスや学校、商業施設など様々な場所で展開可能と考えられる。

	介入前 朝の階段利用者数（平均）	介入後 朝の階段利用者数（平均）	差（割合）
①	176.6人	189.9人	+7.5%
②	103.0人	110.9人	+7.7%

※対応のない検定により統計的有意性を検証（いずれも有意差なし）