

参考文献

- 井上茂(2024) 身体活動・運動に関する数値目標と施策の提案. 厚生労働行政推進調査事業費補助金
(循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業)分担研究書. pp.26-43.
https://mhlw-grants.niph.go.jp/system/files/report_pdf/202209057A-buntan3.pdf
- 川上憲人(2006) 全国調査におけるK6 調査票による心の健康状態の分布と関連要因(2006 年度 政
策科学総合研究事業(統計情報総合)研究事業「国民の健康状況に関する統計情報を世帯面
から把握・分析するシステムの検討に関する研究」分担研究書).
- 小池高史(2017) 高齢者の孤立は男性問題か?. 健康長寿ネット.
<https://www.tyoyu.or.jp/net/topics/tokushu/koreisha-koritsu/koreisha-koritsu-danseimondai.html>(最終閲覧日:2025年10月2日)
- 厚生労働省 健康づくりのための身体活動・運動ガイド 2023.
<https://www.mhlw.go.jp/content/001194020.pdf> (最終閲覧日:2025年9月16日)
- 世界保健機関(WHO) 身体活動および座位行動に関するガイドライン.
<https://apps.who.int/iris/handle/10665/336656> (最終閲覧日:2025年9月16日)
- 笹川スポーツ財団(2024) スポーツライフ・データ 2024 —スポーツライフに関する調査報告書—.
- 笹川スポーツ財団・明治安田厚生事業団(2024) 活動量計による身体活動・スポーツの実態把握調査
スポーツ庁 スポーツ実施率向上のための行動計画. (最終閲覧日:2025年9月16日)
https://www.mext.go.jp/prev_sports/comp/b_menu/shingi/toushin/_icsFiles/afieldfile/2018/10/02/1408815_01.pdf
- 明治安田厚生事業団 メンタルこころの健康 K6 質問票 (最終閲覧日:2025年9月16日)
<https://www.my-zaidan.or.jp/wellness/mental/kokoro.php>