

小汽车拥有及使用对体育锻炼行为的影响：兼论建成环境的优化策略

尹春、陈奕毅、孙斌栋

武汉大学、广州地理所、华东师范大学

摘要：尽管拥有汽车可以让人们前往较远的健身中心并可以促进锻炼，但使用汽车可能会鼓励久坐行为并减少锻炼。目前还没有证据表明汽车拥有量、汽车使用量和运动量之间的关系，以及改善建成环境是否有助于通过影响汽车拥有量和使用量来鼓励运动量。通过对上海 1049 名受访者的调查和随后的路径分析，我们调查了居住和工作场所周围的建成环境、汽车保有量、工作和非工作出行的汽车使用情况以及每周锻炼时间之间的关系。虽然拥有汽车直接促进锻炼，但由于工作和非工作旅行使用汽车的增加，间接减少了锻炼，而且负面影响大于正面影响。此外，住宅和工作场所周围的建成环境通过汽车的拥有和使用影响锻炼。居住在人口稠密和市中心社区的人们会进行更多的锻炼，因为拥有和/或使用汽车的可能性较小。住宅周围更多的十字路口和公交站以及工作场所周围的混合土地使用通过增加汽车拥有量和/或汽车使用量来减少锻炼。我们的结论是，减少汽车拥有量和使用量可以促进锻炼，而建成环境干预措施可以有效改善公共卫生结果。

关键词：交通地理、出行行为、建成环境、健康