

事業所の健康づくりについて（取組事例紹介）

清原工業団地総合管理協会は、清原工業団地内の36企業等で組織しており、団地内で働く人たちの健康・安全衛生、交通安全、福利厚生や良好な団地内の環境づくりなどを行っている団体です。管理協会の安全衛生委員会では、毎年、団地内の従業員向けの「健康講話」や安全衛生スタッフ向けの「メンタルヘルス研修会」を開催しています。

今回は、会員企業のA事業所に、健康づくりに関する取組についてお聞きしたのでご紹介します。

Q1 健康についての組織体制は？

社内に健康支援室があります。

専属産業医および保健師・看護師が常駐しており、従業員の各種健康診断の手配と健診結果に基づく保健指導、メンタルヘルス対応、各種健康増進に向けた施策を行っています。定時内は健康相談可能となっています。

Q2 健康づくりに対する方針はありますか？

私たちの会社では、「良い仕事をするためには健康な身体と健全な精神が大切である」という行動指針の「健康第一主義」を掲げています。健康への取り組みが、安定した労働力の提供につながるだけでなく、個々の能力が最大限に発揮され、より大きな成果を生み出すなど企業活動において不可欠なものであるという認識のもと、積極的な健康経営を目指しています。

会社および健康保険組合との協同によるコラボヘルスとして、中長期的な健康施策目標や基本方針がありますので、その全体方針に基づき各事業所で具体的な方針や計画を作成しています。

Q3 健康診断の受診率は？ 要精密検査はどんな項目が多いですか？

定期健康診断の受診率は100%受診です。（休業者を除きます）

要精密検査としては、主に高脂血症・肝機能・尿酸が多いです。

※法定の健康診断項目以外に、ヘマトクリット値、白血球、尿酸値を追加しています。

Q4 精密検査の受診率向上のための取組は？

社内で健診結果に対して、「管理区分」を設定しています。精密検査を要する社員には、事後措置として個別のフォローを行い、保健指導や産業医面談、医療機関への受診勧奨を行っています。受診率向上は容易ではありませんが、相手の立場を思いやり親身になり、粘り強く勧奨し続けることを大切にしています。また、健診結果で受診の緊急性が高い場合は、健診結果がわかり次第、安全配慮の観点から就業制限を行う可能性があることを早急に伝えておくことで、速やかな受診や治療につながっています。仕事に対する責任感が受診の後押しになっているケースもあります。

Q5 メンタルヘルス対策への取組は？

社内では、総合的なメンタルヘルス対策を行ううえで、**4つのケア（セルフケア、管理職によるケア、産業保健スタッフによるケア、外部機関によるケア）**と、**一次～三次予防を組み合わせた各種プログラムを展開**しています。具体的には、休復職を含む不調者支援プログラムの整備、人事や健康支援担当者の能力向上研修などを実施しています。

ストレスチェックにおいては、結果に基づき、**高ストレス者に対する産業医面接**に加え**健康相談などの個別支援**を行っています。あわせて**集団分析の結果を上司にフィードバック**するほか、**職場との懇談会**を行い、組織支援を行っています。また、ストレスチェックの結果が良好な職場にも目を向け、良い取り組み事例を他の職場へ展開し、職場改善につなげる活動も行っています。

さらに、職場の支援力を向上させるため、管理職に向け、定期的にメンタルヘルス研修等を実施しています。

Q6 その他、事業所独自に取り組んでいる健康づくりへの取組はありますか？

社内では「運動」を促進する取り組みの一環として、**ウォーキング大会を春と秋に実施**しています。**ICT ツールを活用し、1 か月間の歩数記録**を毎日登録します。様々な種類の景品を準備し、結果に応じて表彰しています。チーム戦で臨むこともでき、職場コミュニケーションの一助になっているケースもあります。また、事業所では春にお昼休みを利用したウォーキングイベントを、秋には宇都宮地区 THP 推進協議会の「あるけあるけ実践運動」にも毎年参加しています。



Q7 事業所内の健康課題はありますか？

「がん検診の受診率向上」が健康課題の1つです。コロナ禍で受診率は低下しましたが、現在はコロナ前の受診率に戻りつつあります。しかし、会社全体の受診率の目標値には到達していないため、受診率向上の取り組みが必要です。

また、生活習慣病対策として、**「睡眠対策」**も取り組むべき健康課題です。従業員の健診データ分析から、メタボリックシンドロームの発症要因の1つに短時間睡眠の影響が明らかとなっています。定期健康診断時にライフスタイル調査を行い、「睡眠により休養がとれている従業員の増加」を目指しています。

Q8 その課題解決のために現在取組んでいること、今後の取り組みはありますか？

「がん検診の受診率向上」については、社内に契約している医療機関を招き、**がん検診受診の予約会**を1年に複数回開催しています。予約がその場ですぐ簡単にできるというメリットがあり、一定の利用者のニーズがあります。この予約会での利用者数をさらに伸ばすべく、事前の告知や当日の構内放送等をより積極的に行っています。また、動機付けとして、がんの怖さと早期発見が大切であることをもっと知ってもらえるようなセミナーや講話を検討しています。

各職場の受診率を可視化して、目標達成に向けた管理職からの働きかけ等も検討していきたいです。

「睡眠対策」については、社内で睡眠キャンペーンを打ち出し、**睡眠に関する専門家からの講話やオンラインセミナー**を適宜実施しています。また、**睡眠計を用いた個別指導**を実施し、睡眠の質の改善、健診結果の改善にもつなげています。睡眠は、健康だけでなく仕事の効率や品質にも影響すると考えています。現在、TVや雑誌等でも睡眠を題材とした情報が多く取りあげられています。今後、一人でも多くの社員に睡眠に関心をもってもらい、より良い睡眠がとれるよう、様々な角度から継続的に情報発信していくことを検討しています。

A 事業所の皆さん、お忙しい中、ご協力いただきありがとうございました。

作成：（一社）清原工業団地総合管理協会（令和7年2月）

宇都宮市地域・職域連携推進協議会では、『**職場における健康づくり応援サイト**』において、従業員の健康づくりに取り組む「事業主や健康管理担当者の方」に役立つ情報を掲載しています。ぜひ、ご活用ください。

