

令和2年度健康づくり指導者セミナー（企業コース）第2回目実施報告書

1. 日程・内容等について

【方法】感染症拡大予防のためウェブ会議システム（webex）を利用し、ライブ配信にてセミナーを実施した。

【日時】令和2年9月17日（木）9時30～14時30分

【対象者】愛知県内企業の管理者、企業において従業員の健康管理に従事する者、もしくは従事する予定の者、総務・人事担当者

【カリキュラム】

事業所における労働者の健康と元気な社会を目指して

テーマ：生活習慣病予防の視点から		テーマ：健康経営取組みの視点から	
時間	1日目 令和2年9月10日（木）	時間	2日目 令和2年9月17日（木）
9:30	受付・出席確認	9:30	受付・出席確認
10:00	オリエンテーション 本日の研修のねらい	10:00	オリエンテーション 本日の研修のねらい
10:15 (35分)	講義 「生活習慣病予防の必要性 ～元気に働き続けるために～」 あいち健康の森健康科学総合センター 医師 早瀬 絢香	10:15 (35分)	講義 「事業所の特性に合わせた 健康経営の第一歩」 あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士、健康経営エキスパートアドバイザー 野村 恵里
10:50 (30分)	講義 「労働環境に応じた健康づくり対策 ～運動編～」 あいち健康の森健康科学総合センター 健康運動指導士、日本体力医学会健康科学アドバイザー 山口 和輝	10:50 (25分)	事例紹介『企業から学ぶ 取組み事例①』 「健康経営宣言までの道のりと 今後の取組みと課題」 株式会社三五 安全・健康推進室 保健師 伊藤 文華
11:20 (30分)	講義 「労働環境に応じた健康づくり対策 ～食事編～」 あいち健康の森健康科学総合センター 管理栄養士 石田 美里	11:15 (25分)	事例紹介『企業から学ぶ 取組み事例②』 「健康づくりのきっかけと取組み紹介」 日鉄物流名古屋株式会社 管理部 安全衛生課 課長 米山 正城
11:50	昼食休憩	11:40	昼食休憩
12:50 (25分)	事例紹介 「医療機関における健康づくりの取り組み ～コロナウイルス感染症に対するこころのケア～」 名古屋第二赤十字病院 職員健康対策室 天野 由紀子	12:40 (20分)	講義 「働く世代に向けた愛知県の健康づくり対策について」 愛知県保健医療局健康医務部健康対策課
13:15 (15分)	講義 「働く世代に向けた愛知県の健康づくり対策について」 愛知県保健医療局健康医務部健康対策課	13:00	休憩
13:30	休憩	13:15 (75分)	意見交換・発表 「これならできそう、健康づくり事業の計画」
13:45 (45分)	意見交換・発表 「今年度、重点的に取り組んでいる健康づくり事業」		
14:25	まとめ、諸連絡	14:25	まとめ、諸連絡
14:30	終了	14:30	終了

2. 講義・事例紹介

●「事業所の特性に合わせた健康経営の第一歩」

あいち健康の森健康科学総合センター

健康経営エキスパートアドバイザー 野村 恵里

健康寿命の延伸に向けた国の動きや制度、ガイドライン、就業者の高齢化と労働災害の状況を示し、健康経営に関する調査結果から見える取り組みによる変化について紹介しました。健康経営に取り組む企業が増加する中、顕彰制度や認定要件の見直しがなされ、質を高める取り組みが重視されるようになりました。健康経営優良法人認定がゴールではなく経営手法と捉え、自社の取り組みの段階を知ること、各段階に応じて第一歩としての取り組みについて提案しました。



●「健康経営宣言までの道のりと今後の取り組みと課題」

株式会社三五 安全・健康推進室

保健師 伊藤 文華 様

事業所で社員の健康管理に従事する保健師の立場から、健康経営に取り組む以前の状況から、健康保険組合と協働して取り組むきっかけとなり、社長の健康経営宣に至ったあゆみをお話いただきました。既存事業として行っていた、ウォーキングキャンペーンやハッピーランチの提供、自販機のカロリー表示、禁煙セミナーや禁煙促進キャンペーン、コラボヘルスや感染症対策事業、課題や本年度の方向性、新規事業についてご紹介いただきました。ポピュレーションアプローチとハイリスクアプローチを組み合わせ、PDCAを回して次年度事業へつなげる重要性を学ぶことができました。



●「健康づくりのきっかけと取り組み紹介」

日鉄物流名古屋株式会社

管理部安全衛生課長 米山 正城 様

目指せ1トン！減量プロジェクトに取り組んだきっかけ、達成目標、従業員に対し分かりやすい啓発手法についてご紹介いただきました。運動セミナーやスポーツイベント、食事セミナー、飲料メーカーとの連携事業などを通じて、社員にとって身近に感じられるプロジェクト企画、情報発信、企業トップの理解と協力を得ることの重症性について学ぶことができました。



●「働く世代に向けた愛知県の健康づくり対策について」

愛知県保健医療局健康医務部健康対策課

課長補佐 石原 佳典 様

愛知県全体の健康経営推進に向けて、健康経営推進企業実践事業として行っている、あいち健康経営ネット、登録制度、あいち健康経営アワード、事例紹介、健康アプリについて紹介をいただきました。健康経営の第一歩として、他企業の取り組みを知ること、企業単位でアプリに登録するなどの工夫を学びました。



●意見交換「これならできそう、健康づくり事業の計画」

講義・事例紹介を通じて気づいたことや、ご自身の立場から取り組めそうなことについて個人ワークシートに記入していただきました。ワークシートに記載した内容を用いて、講師への質問や健康経営に向けた取り組みについて意見交換を行いました。

令和2年度健康づくり指導者セミナー（企業コース）ワークシート 9月17日		
氏名（ ）		
	気づき、質問	ご自身の立場から取り組みたいと思ったこと
1	事業所の特性に合わせた健康経営の第一歩	
2	健康経営宣言までの道のりと今後の取り組みと課題	
3	健康づくりのきっかけと取り組み紹介	
4	働く世代に向けた要知見の健康づくりの対策について②	

各講義を聞いて
気づきを記入
(個人ワーク)

Web で受講者に声をかけ、配信会場の講師等とつなぎディスカッション



質疑応答や他の事業所の取り組み例を伺うなどしました

<意見交換した内容>

- 1) 今月からヘルスマチャレンジを実施、コロナ禍で導入が難しかったが、現在は問題なく進めている。まずは事業所ごとの理解を得ることが重要であった。
- 2) 本社が他県でもあいち健康アプリの登録は可能か。社員のデータを会社で管理することは可能か。
→愛知県内に拠点の企業であれば可能。アプリ登録の際は企業コードを発行、コード入力してアクセスする。歩数等のデータ管理については、愛知県から提供することが可能。
- 3) 3年前から健康経営に取り組み、トップに健康宣言をしてもらった。ホワイト500を目標にしたが、社内での十分な周知ができていなかった。今年から評価を重点的に実施していく予定。「健康経営銘柄に選ばれたメリットは？」と感じている社員もあり、今後は戦略的に取り組んでいきたい。
→どんなときもきっかけから始まる。はじめは健康経営銘柄認定が目的だったかもしれないが、次の段階として、健康課題の改善につながったか、生産性向上につながったか等の評価の視点を持つことが大切。まずは宣言とともに、社員に周知されていることが良いことと思う。
- 4) 事業所によっては「健康経営優良法人のロゴをつけてトラックを走らせたい」と、認定がゴールとなっていることを健保として悩んでいる。担当者やトップの意識改革が必要か。健保の立場から、あいち健康経営ネットやアプリの情報発信、健康経営の本質・目的・手段を伝えていく必要を感じた。

- 5) 社内の健康経営協議会では、健康推進部と健保が共同で施策検討している。事業は充実しているが、効果があまり上がっていない。製造業は男性が多く、肥満が多い。事業効果を意識しながら取り組んでいきたい。
- 6) 株式会社三五の事例にあった禁煙キャンペーンについて、エントリー方法等を具体的に聞きたい。
 - 健診問診から抽出した喫煙者や健保でアンケートから1年以内に喫煙をやめたい人がいれば、個別にエントリーを勧奨する。各工場からのエントリー人数を割り当て、選出してもらっている。
 - 健康増進法改正により受動喫煙対策が強化されている。コロナの影響で社会的な関心が薄れてしまったが、法改正を機に禁煙の支援を開始したい。
- 7) 環境対策として、社員の移動導線上ではない場所に喫煙所を設置、就業時間中は喫煙禁止としている。ゼロのつく日は禁煙デイと定め、ヘルスマチャレンジにも参加している。
- 8) 世界禁煙デイに合わせ「禁煙サポートの会」が100万円山分けキャンペーンを実施。禁煙外来や補助剤の費用負担を行っており、今後全面禁煙に取り組む事業所もある。
- 9) 工場内でトラックに乗車し作業をしている従業員は事務職員と勤務形態が異なるため、喫煙に関する工夫点があれば教えてほしい。
 - 車両内の禁煙はもちろん、午前・午後の休憩時間を定めている。事務職員と公平な対応に努めた。
- 10) 日鉄物流名古屋株式会社の事例にあった減量プロジェクトについて、ワーキングメンバーをどのように選出しているか。
 - できる限り若年層をワーキングメンバーに選出してほしと依頼している。
- 11) ウォーキングイベントでアプリ使用を検討したが、スマホを持ち込めない事業所もあるため、「1日6000歩歩いたらポイントを付加」というポイント制に変更した。
- 12) 1トン減量プロジェクトは一体感を感じるイベントで参考になった。社員からの声はどうだったか。
 - 最初は無理やり参加してもらおう雰囲気もあったが、次第に楽しみながら参加してくれていた。目標達成できなかったという結果も周知したところ、残念がっている社員もいた。今後も継続していきたい旨を伝えた。

<今後取り組みそうだと思ったこと（ワーク記載内容より）>

- ・健康経営の取り組み段階がどこにあるか確認し、意識して活動していく
- ・健康施策を整理し、課題を広く捉える
- ・健康投資管理会計ガイドラインの内容を理解し、活用する
- ・健康経営の最終的な目的を明確にし、社員全員が他人事と捉えず取り組みの必要性に気付くための対策
- ・社内報や掲示物に加え、個人に対してメッセージが配信できるシステムを考える
- ・既存の資料や事業、自社の強みを活用した健康づくりの活動を展開していく

- ・ハッピーランチの提供
- ・健康に関する取り組みを企業のトップにも参加してもらえらるような働きかけを行う
- ・職場で健康経営担当者を選定する
- ・健康情報の発信、グリーンプラスの導入
- ・従業員の心に響くメッセージで運動習慣の定着に向けた施策に取り組む
- ・ガイドラインに準じた目標値設定の再考
- ・健康診断やアプリ等のツールを活用し、健康維持に取り組んでもらえる環境づくり

3. 申込者数・受講者数について

【申込者数】

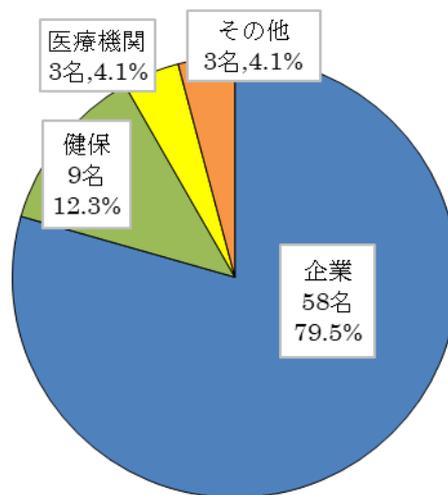
83名

【受講者数】

73名(男:18名、女:55名)

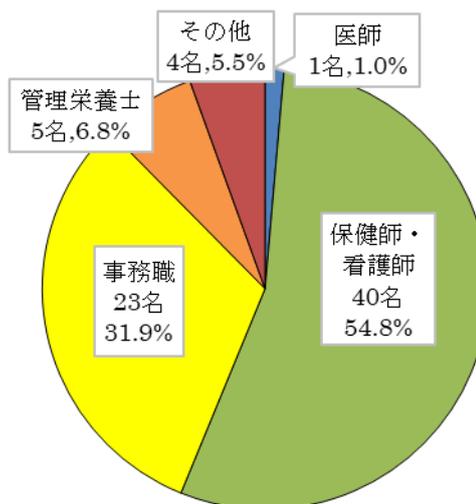
【所属別 受講者数と割合】

企業	58名	79.5%
健保	9名	12.3%
医療機関	3名	4.1%
その他	3名	4.1%



【職種別 受講者数と割合】

医師	1名	1.0%
保健師・看護師	40名	54.8%
事務職	23名	31.9%
管理栄養士	5名	6.8%
その他	4名	5.5%



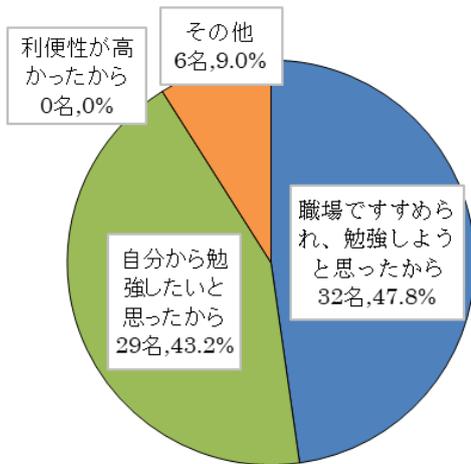
4. アンケート結果について

【回収状況】

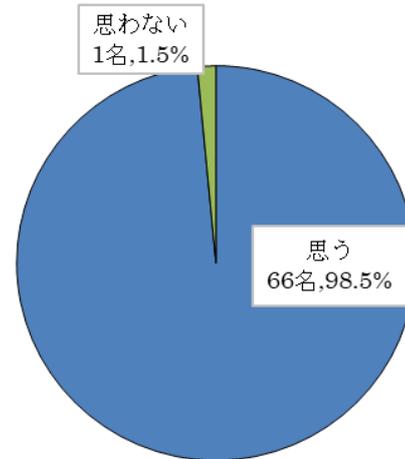
67名から回収（回収率 92%）

【質問項目のまとめ】

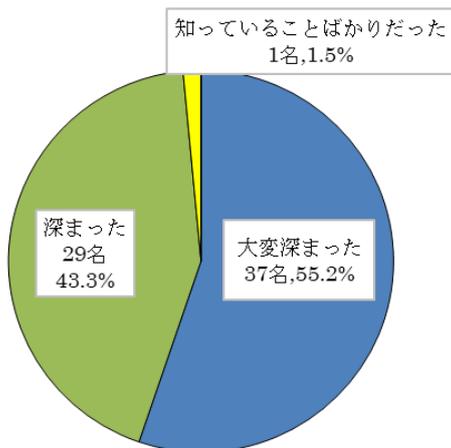
1) 受講した理由



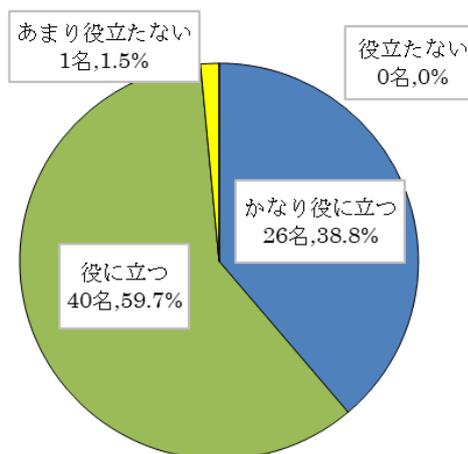
2) 今後もウェブセミナーに参加したいか



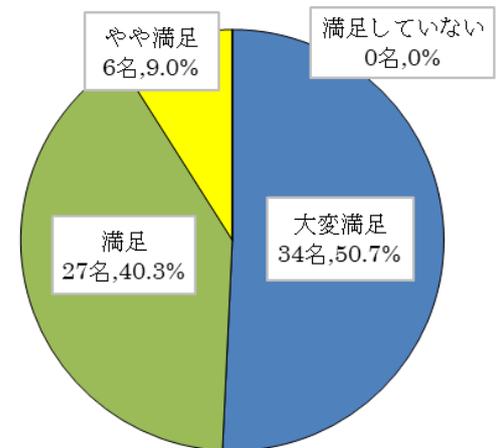
3) 理解度



4) 役立ち度



5) 満足度



5)受講者の感想（自由記載から一部抜粋）

●セミナー全体について

- ・健康経営の取り組み事例はとても参考になるので、今後もセミナーの題材として取り入れてほしい。
- ・健康づくりの事業の取り組みだけでなく、企業の経営(投資・利益)に活かすことが大切だと学んだ。
- ・健康経営は産業保健を行う上で重要なキーワードだと思う。まず何から始めればいいのか悩んでいる企業がとても多いと気づきました。その中で、いろんな取り組みをされている事例を聞いてとても勉強になりました。
- ・実際の企業での取り組み例を聞くことができ、大変参考になりました。健保の補助を最大限活用したり、独自の個性的な取り組みなど、お話が聞いておもしろかったです。
- ・健康経営認定や健康経営宣言をゴールとするのではなく、職員の健康を改善することを目的に、まずは課題を明らかにすることが大切と学んだ。
- ・多くの事例を伺うことができ非常に勉強になった。企業のトップが健康に関するメッセージを出すことは、大きな効果を生むのだなと思った。

●研修方法について

- ・ウェブセミナーは資料が見やすく良い。
- ・昨年までのように小グループで話すことは難しいが、全体で意見交換ができて良かった。
- ・多人数での意見交換は、発言のタイミングが難しいと感じた。同じような立場の人で、小グループで意見交換できると話しやすかったのではないかな。
- ・今後もウェブ聴講の枠を作ってほしい。
- ・ウェブで実施することにより会場への移動時間が短縮されたり、コロナウイルスの感染リスクも減るため、今後もウェブで参加できるものがあれば参加しやすいと思った。

●今後の研修内容に関する要望

- ・ストレスチェック結果の活用法
- ・禁煙（受動喫煙も含めた内容）について、会社としてできる対策、法的に行える対策
- ・健康経営を行うために経営層へのアプローチ方法、ラインケア、ヘルスリテラシー向上に関するもの
- ・PDCAをまわしている健康経営事例の紹介
- ・企業が行う「定期健康診断」に関するセミナー、二次健診(精密健診)の受診率アップなど。
- ・対面指導が行えない現状での健康増進活動や健康管理の仕組みづくり
- ・事業所規模が異なる中、全体に対しての健康推進、アプローチ法、IoT ツール活用事例と効果。