

令和元年度 健康づくり指導者セミナー（企業コース）

1回目 8月2日（金） 実施報告

令和元年8月2日（金）に、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・人事担当者を対象とした研修会を実施し、60名の参加がありました。

【受講者数】60名（男性18名、女性42名）

【受講者内訳】

○年代（人）

20代	30代	40代	50代	60代	不明
5	25	15	10	4	1

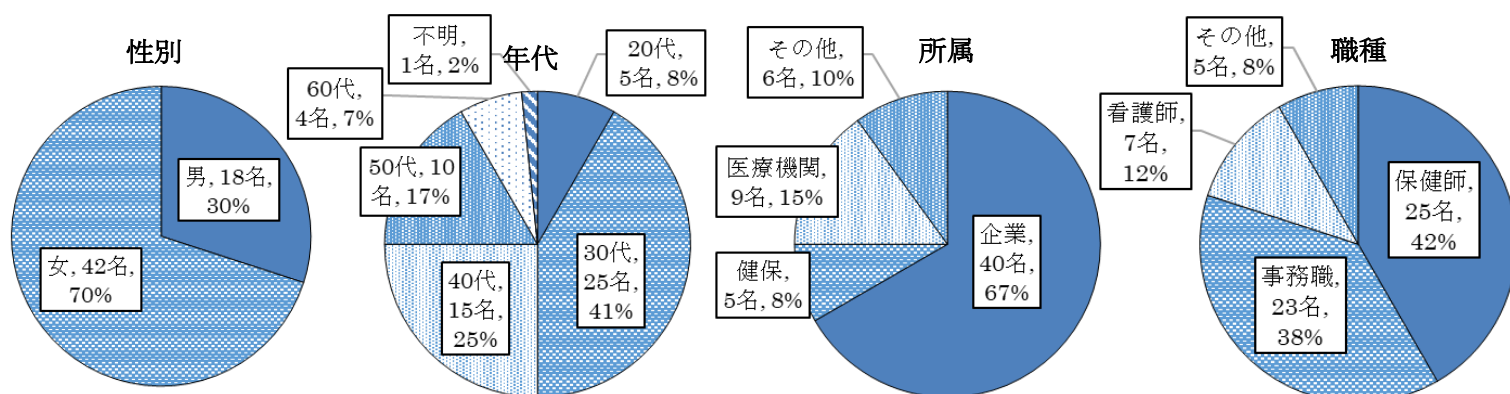
○職種（人）

事務職	保健師	看護師	その他
23	25	7	5

※職種その他：臨床検査技師2名、臨床心理士1名、
心理相談員1名、衛生管理者1名

○所属・職種区分（人）

	企業	健保	医療機関	その他
事務職	17	5	0	1
専門職	23	0	9	5
合計	40	5	9	6



【研修会プログラム】

今回の研修会は「健康で長く働くことのできる環境づくりのために」をテーマに、健康経営・生活習慣病対策、仕事と病気治療の両立支援について、講義・事例紹介を行いました。

講義では、健康で長く働くことのできる社会を目指すため、健康経営や地域・職域連携、両立支援の必要性、働く高齢者の健康についてを伝えました。具体的な取り組みとして、2019年の健康経営銘柄から事例紹介を行いました。また、仕事と病気治療の両立支援に関する相談、勤務上の配慮についての事例紹介や、働く人への健康支援として情報提供を行いました。その後、グループワークを行い、自社・自健保の進捗を振り返りながら課題・対策を考え、発表を行いました。

【カリキュラム】

令和元年度健康づくり指導者セミナー(企業コース)

元気で働ける職場づくりのために

時間	1日目 令和元年8月2日 (金)	時間	2日目 令和元年11月27日 (水)
9:30	受付	9:30	受付
10:00	オリエンテーション	10:00	オリエンテーション
10:10 (110分)	講義 「元気に働ける社会を目指して ～健康経営・生活習慣病対策～」 あいち健康の森健康科学総合センター センター長 津下 一代	10:10 (90分)	講義 「元気に働くための睡眠の重要性」 人間環境大学 大学院看護学研究科 教授 巽 あさみ
		11:40 (20分)	○情報提供『愛知県での健康経営推進に向けて』 愛知県保健医療局健康医務部 健康対策課健康づくりグループ 鷺尾 俊季
12:00 (60分)	昼食	12:00 (60分)	昼食
13:00 (20分)	○事例紹介『企業から学ぶ 健康経営取り組み事例』 ブラザー工業株式会社 人事部 安全防災グループ 健康管理センター センター長 武藤 清	13:00 (20分)	○事例紹介『企業から学ぶ 健康経営取り組み事例』 豊橋鉄道株式会社 総務部 総務人事担当 保健師・心理相談員 赤川 景子
13:20 (30分)	○事例紹介『病気になっても仕事を続けるために』 仕事とがん治療の両立支援 NPO法人ミーネット 天野社会保険労務士事務所 社会保険労務士 天野 初音	13:20 (30分)	○情報提供、事例紹介『スポーツと健康経営』 あいち健康の森健康科学総合センター 健康開発部 課長 和田 正樹
13:50 (20分)	○情報提供『働く人への健康支援について』 愛知産業保健総合支援センター 産業保健専門職（保健師） 早川 明子	13:50 (20分)	○実習『生涯現役社会に向けた身体づくり』 腰痛予防体操・転倒予防体操 あいち健康の森健康科学総合センター 健康開発部 運動指導員
14:10	休憩（10分）	14:10	休憩（10分）
14:20 (90分)	グループワーク① 「健康経営のために必要なことを考える」 ・健康経営戦略のために現在行っている取り組み ・ヒントを得たこと、参考にしたいと思ったこと ・実行に向けて取り組むこと 発表 進行：健康開発部 指導者養成課	14:20 (90分)	グループワーク② 「健康経営のために必要なことを考える」 ・健康経営戦略のために現在行っている取り組み ・ヒントを得たこと、参考にしたいと思ったこと ・実行に向けて取り組むこと 発表 進行：健康開発部 指導者養成課
15:50	まとめ、諸連絡	15:50	アンケート記入、連絡事項
16:00	終了	16:00	終了 希望者：個別相談会

【研修会の様子】

津下センター長の講義では、元気で長く働くためには健康が第一であり、企業として健診・保健指導、健康づくり活動の推進、受動喫煙対策、病気の治療と仕事の両立支援等を柱とする、健康経営が大切であることの話がありました。特に、若年者からの生活習慣病予防や、組織的かつ戦略的な取り組みのためにも、健康スコアリングの活用やコラボヘルス、地域・職域連携が重要であることを学びました。

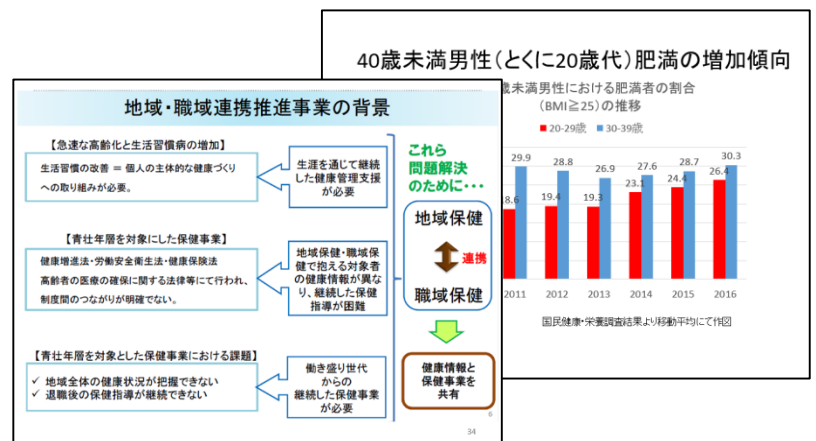
事例紹介として、ブラザー工業株式会社 武藤様より、健康経営の取り組みについて、コラボヘルスを通じ、健康スコアから事業所ごとに課題を明確にし、改善に向けた取り組みを行っていることや、運動機会増進、睡眠対策、仕事と病気治療の両立支援の取り組みをご紹介いただきました。

また、天野社会保険労務士事務所 天野様より、仕事とがん治療の両立支援について、職場での適切な対応、共に働く人々の理解、本人の正しい認識が重要であることを、具体的な事例を通じ、ご紹介いただきました。

情報提供として、愛知産業保健総合支援センター 早川様より、専門スタッフによるメンタルヘルス対策、治療と仕事の両立支援対策、研修・相談対応等、センターで行っている支援事業について、ご紹介いただきました。

グループワークでは、生活習慣病対策、仕事と病気治療の両立支援を中心に、現在できていることを振り返り、講義・事例をヒントに取り組むべきことを考え、発表を行いました。

●講義「元気に働ける社会を目指して ～健康経営・生活習慣病対策～」 あいち健康の森健康科学総合センター長 津下 一代



●事例紹介 「企業から学ぶ 健康経営取り組み事例」

ブラザー工業株式会社
健康管理センター長 武藤 清 様



「病気になっても仕事を続けるために 仕事とがん治療の両立支援」

NP0 法人ミーネット
天野社会保険労務士事務所 社会保険労務士 天野 初音 様



●情報提供「働く人への健康支援について」

愛知産業保健総合支援センター

産業保健専門職 早川 明子 様



●グループワーク

「健康経営のために必要なことを考える」



●2日間で使用したグループワークシート

グループワークシート
令和元年度健康づくり推進者セミナー(企業コース) 8月2日(金)
○健康経営のために必要なことを考える (B グループ)

(1) 現在行っている健康づくり、健康経営の取り組みについて

- ① 健康づくりの取り組み
 - ・健康診断/検診
 - ・健康相談/相談
 - ・健康講座/研修
 - ・健康診断/検診
 - ・健康相談/相談
 - ・健康講座/研修
- ② 健康経営の取り組み
 - ・健康診断/検診
 - ・健康相談/相談
 - ・健康講座/研修
 - ・健康診断/検診
 - ・健康相談/相談
 - ・健康講座/研修

(2) 本日の議論を聞いて、

① ヒントを得た点、参考にしたいと思ったこと

- ・健康診断/検診
- ・健康相談/相談
- ・健康講座/研修
- ・健康診断/検診
- ・健康相談/相談
- ・健康講座/研修

② 職場に役立ててすぐに取り掛かること

- ・健康診断/検診
- ・健康相談/相談
- ・健康講座/研修
- ・健康診断/検診
- ・健康相談/相談
- ・健康講座/研修

グループワークシート
令和元年度健康づくり推進者セミナー(企業コース) 8月2日(金)
○健康経営のために必要なことを考える (A グループ)

(1) 現在行っている健康づくり、健康経営の取り組みについて

- ① 健康づくりの取り組み
 - ・健康診断/検診
 - ・健康相談/相談
 - ・健康講座/研修
 - ・健康診断/検診
 - ・健康相談/相談
 - ・健康講座/研修
- ② 健康経営の取り組み
 - ・健康診断/検診
 - ・健康相談/相談
 - ・健康講座/研修
 - ・健康診断/検診
 - ・健康相談/相談
 - ・健康講座/研修

(2) 本日の議論を聞いて、

① ヒントを得た点、参考にしたいと思ったこと

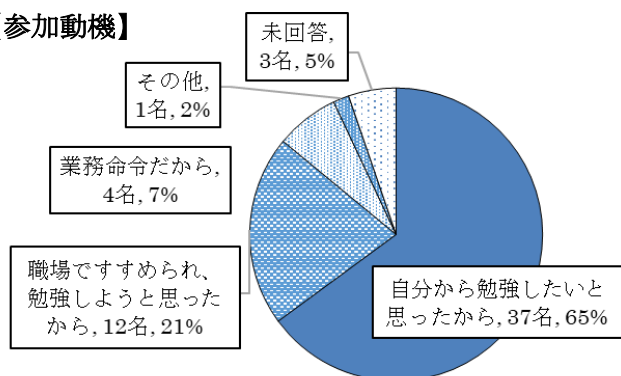
- ・健康診断/検診
- ・健康相談/相談
- ・健康講座/研修
- ・健康診断/検診
- ・健康相談/相談
- ・健康講座/研修

② 職場に役立ててすぐに取り掛かること

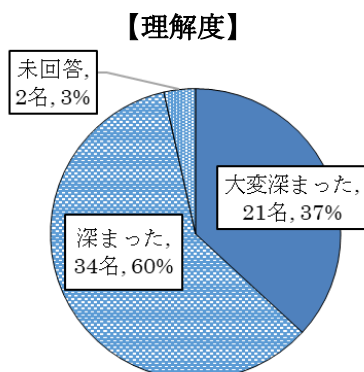
- ・健康診断/検診
- ・健康相談/相談
- ・健康講座/研修
- ・健康診断/検診
- ・健康相談/相談
- ・健康講座/研修

アンケート回収率 95% (60 名中 57 名)

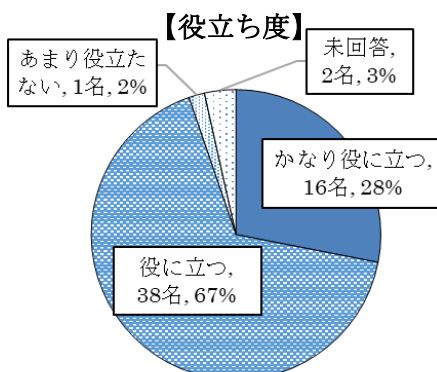
【参加動機】



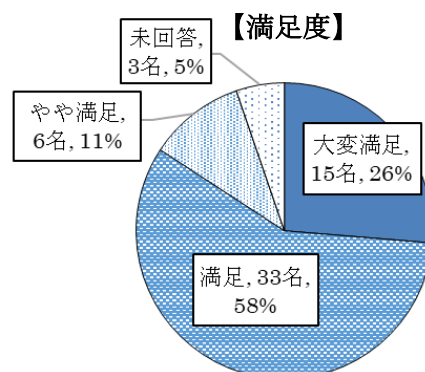
【理解度】



【役立ち度】



【満足度】



【受講者の感想】

＜健康経営について＞

- ・国の動きや現状、健康経営の基準、重視していること等を学ぶことができ、参考になった。
- ・中小企業の健康づくりへの支援を引きつづき考えていかないといけないと感じた。
- ・これから自身が何に取り組む必要があるのか、課題をみつけることができた。
- ・健康経営を進めるうえでのアプローチ、特にブラザーさんの健康改善計画書は参考になった。

＜コラボヘルスについて＞

- ・企業での産業保健活動は、企業だけではなく行政や健保と連携することが必要と再認識した。
- ・中小企業にとって、地域との連携、コラボヘルスは有効だと感じた。
- ・ブラザーさんの取り組みをきいて、弊社では保険者とのコラボヘルスが進んでないので、やはりコミュニケーションをとることが重要と理解した。

＜社員への働きかけについて＞

- ・若年層への肥満対策、体重3%減量で数値が良くなることが印象的だった。
- ・若年層への健康支援の必要性を改めて感じた。継続して取り組めるような指導を工夫していきたい。
- ・10年、20年後、社員の高齢化が考えられるので、体力面の強化など取り組んでいけたらと思った。

＜その他＞

- ・治療と仕事の両立支援、配慮の例（場面、状況）が参考になった。
- ・グループワークで各企業の取り組みなどを知ることができ学びになった。

【要望】（知識を深めたいこと）

＜健康経営について＞

- ・健康経営の体制づくりについて。
- ・健康経営を進めるうえでの経緯、困難事例について。
- ・取り組み事例を多く学びたい。

＜コラボヘルスについて＞

- ・地域職域連携の、具体的な活用方法。
- ・経営者の理解を得るための工夫点。
- ・人事など他の部門と産業保健スタッフの連携について。
- ・ソーシャルマーケティングを活用した予防活動。

＜社員への働きかけについて＞

- ・健康で長く、いきいきと働くための体力づくりについて。
- ・生活習慣病予防のための、全職員参加の健康づくり対策の方法。
- ・年代別の保健指導の仕方や、無関心層への動機づけ支援の具体的な方法。
- ・がん患者の就労支援や不妊治療の就労支援について。
- ・メンタルヘルスについて。
- ・女性の健康維持、増進について。
- ・睡眠について。
- ・行動科学を活用した習慣化の方法。