

事例8

日光市による小規模事業場向け健康教室

エリア(栃木県日光市)



事例選定のポイント

保健サービスの量・アプローチルート拡大

自治体による健康教室・個別の保健指導を実施することで対象者に対する保健サービスを充実させている。

働き方の多様性に応じた健康支援を実施

事業場の業種・業態に応じて実施場所や実施日時を柔軟に設定し、従業員が参加しやすい環境づくりを実施している。

小規模事業場へのアプローチ

市の総合計画に働く世代の健康づくりを重要施策として位置づけ、小規模事業場へのアプローチを実施している。

基本情報

| | | | |
|-------|--------------------------|------|-----------------|
| 実施主体者 | 栃木県日光市 | 対象者 | 市内にある小規模事業場の従業員 |
| 関係機関 | 日光商工会議所、日光市健康づくり推進員連絡協議会 | 実施期間 | 平成22年度～ |

健康課題

- ・ 国保・後期高齢者医療広域連合加入者の生活習慣病における1人当たりの外来医療費は、糖尿病と腎不全が高い。事業場従業員の医療費データを正確に把握することは難しい状況であったが、国保・後期高齢者医療広域連合加入者の健康課題と重なると想定された。
- ・ 小規模事業場における、生活習慣病ハイリスク者に対する早期介入が不十分で、生活習慣病の発症や重症化予防につなげられない。

事業目的

- ・ 健康無関心層のヘルスリテラシー向上のために市の保健師等が職場に出向いて行う「企業向け健康教室」を実施する。

事業実施の経緯

| | |
|-------------------|---|
| 市での取組の開始 | 平成19年健康増進計画(第1次)協議会の下部組織に「がん・小規模事業場部会」を設置し、地域と職域が連携した会議体として機能している。若い世代の運動習慣改善の周知を大規模事業場に対して実施したが、既に産業医による健康管理が行われていたため、行政の役割を小規模事業場、派遣社員、自営業者に設定。また、事業場向けに健康づくりの考え方に関する調査を行い、食事や飲酒、たばこの分野にも着目した取組を実施している。 |
| 県や商工会議所との連携・事業の実施 | 県の地域・職域連携の取組が始まり、市との連携が進んだことをきっかけに、がん・小規模事業場部会に県保健師を追加(平成22年)。県と共同で小規模事業場向けの健康管理対策に関するアンケート調査を実施した。翌年、希望のあった事業場に対して 企業向け健康教室 を開始。庁内に限らず、商工会議所も部会に追加し、より具体的な検討や商工会議所を通じた事業場への情報提供や健康教室の案内ができるようになった(平成24年)。その後、組織改編や健康増進計画の見直しが続ぎ、平成25年～27年は健康教室の取組が中断。 |
| 継続的な取組を行うための支援の開始 | 平成28年に第2次日光市総合計画が見直され、働く世代の生活習慣病の発症・重症化予防が重要な項目として位置付けられた。これにより、地域・職域連携の意義と重要性を再認識につながり、 企業向け健康教室 が再開された。 |

取組内容

日光市では、小規模事業場を対象に、市の保健師・管理栄養士が従業員の健康づくりに関する情報提供及び、健康相談の場として、「企業向け健康教室」を実施している。

■ 事業場への個別訪問

日光商工会議所に会員登録されている従業員数10～50名未満の事業場に対し、通知等で健康教室や生活習慣病関連資料、健診の案内等の希望調査を実施する。希望のあった事業場へは個別に訪問して情報提供を行うとともに健康づくりの取組状況をヒアリング。具体的な健康教室の実施方法や日程等の打合せを実施する。希望がなかった事業場に対しても、市の職員が直接訪問し、従業員の健康づくりの取組状況に応じて日光市の事業を紹介するなど働きかけを実施。

■ 企業向け健康教室

- ① 事業場から従業員の健診結果を受領し、従業員に生活習慣問診票の記入と尿中塩分量測定用の採尿を依頼。
- ② ①の結果から、事業場の健康課題を抽出。
- ③ 抽出した健康課題と事業場からの要望(腰痛予防等)を踏まえた健康教室(30～60分)や、従業員個人に対して、自身の健康課題に合わせた行動目標の設定等の個別指導を実施(1人20～30分)。
健康教室では、内容により、地域の健康づくりのボランティア「健康づくり推進員」と協働で実施している。



取組の成果・効果

令和5年度は新規で健康教室に参加した事業場が4社、昨年度から継続して参加している事業場が4社であった。継続事業場では従業員の食生活・運動習慣に対する意識の変化が見られ、健診結果の改善につながっている。また、血糖値コントロール不良者に対する専門医への受診勧奨も行い、数値の改善が見られている。



取組の成果・効果につながった要因や工夫した点

- ☑ 健康課題に基づき、働く世代の健康づくりの意義や重要性を計画に反映させ、担当者が代わっても事業を継続できる体制としている。
- ☑ 事業場が継続して取組を行うためには事業場の経営者や担当者の理解を得る必要がある。理解を得るためには、お互いに顔の見える関係を構築することが重要である。また、健診結果に効果が現れるような取組内容の充実化を図ることで信頼関係を構築することにつながる。
- ☑ 事業場の業種・業態に応じて**実施場所や実施日時を柔軟に設定し、従業員が参加しやすい環境づくり**を行っている。例えば、事務所内の会議室や近隣の公民館の活用や、昼休み・就業時間前・休日も対応している。

課題と今後の方向性

- 事業の経年評価ができるように、現在参加している事業場と信頼関係を構築し、継続的に参加する事業場を増やすことが必要。また、「健康長寿とちぎづくり表彰」などの県の取組とも連携し、事業場のモチベーション向上、他事業場への波及効果を狙う。
- 事業場への訪問にも力を入れ、現場のニーズを丁寧に拾いながら日光市が提供できる事業内容を検討する。

Good Point

本事例の評価ポイント

行政の役割を**小規模事業場、派遣社員、自営業者に設定**し、これまで十分に健康づくりに取り組めていなかった働く世代に対して支援をしている。また、事業場の経営者との信頼関係を築きながら継続的に介入することで、生活習慣や健診結果の改善につながっている。また、健康づくり推進員と協力することでより身近で親しみのある教室運営ができています。