はじめに

（1）手引き作成の背景・目的

事業場における労働者の健康の保持増進については、昭和 63 年に、労働安全衛生法（昭和 47 年法律第 57 号）第 70 条の 2 第 1 項の規定に基づき、事業場における労働者の健康保持増進措置を推進するため、事業場における労働者の健康保持増進のための指針（昭和 63 年健康保持増進のための指針公示第 1 号。以下「ＴＨＰ※指針」という。）を策定し、ＴＨＰ指針に沿った取組を普及してきました。

一方で、ＴＨＰ指針策定から 30 年以上が経過し、産業構造の変化や高齢化の一層の進展、働き方の変化など、日本の社会経済情勢が大きく変化していく中で、事業場における健康保持増進対策についても見直しの必要が出てきていました。そのため、令和 2 年 3 月に、事業場における健康保持増進対策をより推進する観点から、ＴＨＰ指針を改正しました。また、令和 3 年 2 月に、医療保険者と連携した健康保持増進対策がより推進されるよう、更に改正しました。

この手引きは、事業場がＴＨＰ指針に基づく健康保持増進対策に取り組む際の参考となるよう、積極的に取り組む事業場の事例の収集・調査を行い、ポイントやノウハウをとりまとめたものです。

ぜひこの手引きをご覧いただき、各事業場の実態に即した労働者の健康保持増進対策の推進にお役立てください。

※ＴＨＰとは、トータル・ヘルスプロモーション・プラン（Total Health promotion Plan）の略称で、労働安全衛生法第 70 条の 2 により厚生労働大臣が公表した指針に沿って、働く人が心とからだの両面にわたる健康的な生活習慣への行動変容を行うため、事業場で計画的に行う健康教育などの活動のことです。

（2）手引きの対象

労働者の健康保持増進措置に取り組む事業者、人事労務管理スタッフ、産業医、衛生管理者、保健師をはじめとする産業保健スタッフなどの皆様にご活用いただくことを想定しています。

（3）手引きの構成

「Ⅰ．ＴＨＰ指針の解説」では、事業場が健康保持増進対策に取り組むに当たって、具体的な方策をイメージできるように、健康保持増進対策に取り組む必要性やメリット、取組方、取り組む際の留意点など、ＴＨＰ指針の項目ごとに解説をしていきます。

「Ⅱ．ＴＨＰ指針に沿った事業場の取組事例」では、実際に事業場で行われている健康保持増進対策についてご紹介します。

（4）ＴＨＰ指針改正のポイント

ＴＨＰ指針の令和元年度（令和２年３月）の主な改正ポイントは、次の３つです。

従来の労働者「個人」から「集団」への健康保持増進措置の視点を強化

改正後のＴＨＰ指針では、これまでよりも幅広い労働者の健康保持増進の促進を目指しています。具体的には、すでに生活習慣上の課題がある労働者だけではなく、すぐには生活習慣上の課題が見当たらない労働者やより良い生活習慣や健康状態を目指す労働者も対象に含まれます。また、個々の労働者に限らず、一定の集団に対して活動を推進できるように「ポピュレーションアプローチ」の視点を強化しています。

事業場の特性に合った健康保持増進措置への見直し

改正後のＴＨＰ指針では、事業場の規模や業務内容、労働者の年齢構成などの特性に応じて、柔軟に健康保持増進措置の内容を検討し、実施できるように見直されています。

健康保持増進措置の内容を規定する指針から、取組方法を規定する指針への見直し

改正後のＴＨＰ指針では、（上記「事業場の特性に合った健康保持増進措置の見直し」のとおり）指針に基づく措置内容を柔軟化しました。一方で、ＰＤＣＡサイクルの各段階において事業場で取り組むべき項目を明確にし、事業場が健康保持増進対策に取り組むための『進め方』を規定する指針へ見直されています。

ＴＨＰ指針の令和２年度（令和３年２月）の主な改正ポイントは、次のとおりです。

医療保険者と連携した健康保持増進対策

医療保険者と連携したコラボヘルスの推進が求められています。健康保持増進措置として労働者の健康状態を把握する際には、定期健康診断の結果などを医療保険者に提供する必要があること、そのデータを医療保険者と連携して事業場内外の複数の集団間のデータと比較した取組の決定などに活用することが望ましいことが明確化されました。

（5）ＴＨＰ指針で用いる用語の定義　（ＴＨＰ指針：6）

健康保持増進対策	労働安全衛生法第 69 条第１項の規定に基づく事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置を継続的かつ計画的に講ずるための、方針の表明から計画の策定、実施、評価等の一連の取組全体をいいます。
産業医等	産業医その他労働者の健康保持増進等を行うのに必要な知識を有する医師をいいます。
衛生管理者等	衛生管理者、衛生推進者及び安全衛生推進者をいいます。
事業場内産業保健スタッフ	産業医等、衛生管理者等及び事業場内の保健師等をいいます。
事業場外資源	事業場外で健康保持増進に関する支援を行う外部機関や地域資源及び専門家をいいます。
健康保持増進措置	労働安全衛生法第 69 条第１項の規定に基づく事業場において事業者が講ずるよう努めるべき労働者の健康の保持増進のための措置をいいます。