

「事業場における労働者の健康保持増進 のための指針」の改正について



厚生労働省労働基準局
安全衛生部労働衛生課

1. 「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」の主な改正ポイント

○ 令和2年3月の改正ポイント

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T H P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T H P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T H P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、P D C A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。

○ 令和3年2月の改正ポイント

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。

2. 事業場における労働者の健康保持増進のための指針～健康保持増進対策の進め方～

推進に当たっての留意点

労働者「個人」と「集団」への措置を効果的に組み合わせ

健康増進無関心層への取組や事業場の文化・風土醸成

労働者の高齢化を見据えた若年期からの運動の習慣化等

※ 中長期的視点に立って、継続的・計画的に推進

※ 各事業場の実態に即した適切な体制・内容で実施

① 健康保持増進方針の表明

② 推進体制の確立

- ◆ 事業場内の推進スタッフ ◆ 事業場外資源
- ・ 産業保健スタッフ
…労働衛生等の知識を有している産業医等、衛生管理者等、保健師等
- ・ 健康保持増進に関する支援を行う機関
…労働衛生機関、中央労働災害防止協会、スポーツクラブ等
- ・ 医療保険者
- ・ 地域資源
…地域の医師会、歯科医師会、地方公共団体等
- ・ 産業保健総合支援センター
- ・ 人事労務管理スタッフ等

③ 課題の把握

④ 健康保持増進目標の設定

- ◆ 把握した課題や過去の目標の達成状況を踏まえて設定

⑤ 健康保持増進措置の決定

- ◆ 健康保持増進方針、課題、健康保持増進目標、事業場の実情を踏まえ決定

⑧ 実施結果の評価

- ◆ 実施結果等を評価し、新たな目標や措置等に反映

⑦ 健康保持増進計画の実施

- ◆ 健康保持増進計画に沿って、健康保持増進措置を実施

① 労働者の健康状態の把握

- ・ 健康診断や必要に応じて行う健康測定(生活状況調査・医学的検査等)等により把握

② 健康指導等の実施

- ・ ①を踏まえ、運動指導、メンタルヘルスケア、栄養指導、口腔保健指導、保健指導等の健康指導を実施
- ・ その他、健康教育、健康相談、健康保持増進に関する啓発活動や環境づくり等を実施

⑥ 健康保持増進計画の作成

- ◆ 健康保持増進措置の内容・実施時期、健康保持増進計画の期間、実施状況の評価・計画の見直し等に関する事項を含む計画を作成

3. 「職場における心とからだの健康づくりのための手引き」 ～事業場における労働者の健康保持増進のための指針～

職場における心とからだの 健康づくりのための手引き

～事業場における労働者の
健康保持増進のための指針～

2021年3月



TOTAL HEALTH PROMOTION PLAN

- 事業場がT H P 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、手引きとしてとりまとめたもの。

(厚生労働省H P) https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000055195_00012.html

<構成>

I. T H P 指針の解説

1. 趣旨
2. 健康保持増進対策の基本的考え方
3. 健康保持増進対策の推進に当たっての基本事項
4. 健康保持増進対策の推進に当たって事業場ごとに定める事項
5. 健康保持増進対策の推進における留意事項

II. T H P 指針に沿った事業場の取組事例

1. 出前教室を活用した労働者の健康づくり
2. 事業者のリーダーシップで健康づくりに取り組む風土醸成
3. メンタルヘルス対策からはじめる労働者の健康意識改革
4. スポーツクラブを活用した運動意識の向上
5. 高齢の労働者が健康で働き続けるための体力年齢測定
6. 定期的な歯科健診を通じた歯と口の健康づくり
7. 健康保険組合との二人三脚による職場環境改善・喫煙対策

3. 「職場における心とからだの健康づくりのための手引き」 ～事業場における労働者の健康保持増進のための指針～

(1) 健康保持増進対策の基本的考え方 (手引き1の2③)

③ 労働者の高齢化を見据えた取組

労働者が高齢期を迎えても働き続けるためには、心身ともに健康が維持されていることが必要です。50歳代後半になると、若年時に比べ、平衡機能、薄明順応、視力、聴力、伸脚力、瞬発反応、運動調整能などに大きな低下がみられると言われていています。高齢期におけるロコモティブシンドローム^{※3}やフレイル^{※4}、サルコペニア^{※5}を予防するためには、若年期から運動やスポーツを通じて、筋肉量や持久力などを維持することが有効です。

また、全身のフレイルや身体能力の低下に先だってオーラルフレイル^{※6}が生じることや、中年期から噛みしめる行為が難しくなる人が増加するため、若年期から歯・口腔の健康を維持することも重要です。

つまり、高齢期の健康悪化を防ぎ、心身ともに健康で働くためには、中長期的・予防的な観点から健康保持増進に取り組むことが有効となります。若年期から労働者が健康保持増進のための行動を習慣化できるよう、数値や指標などを活用して身体の状況を「見える化」し、労働者自身の「自覚」を促し、健康保持増進に自発的に取り組んでもらえるような取組を行いましょう。



【コラム3】ロコモティブシンドロームの予防のための運動(9ページ)

【実践例】歯科健診費用の補助～健康保険組合と連携して～(9ページ)

- ※3 年齢とともに骨や関節、筋肉など運動器の衰えが原因で「立つ」、「歩く」といった機能（移動機能）が低下している状態。
- ※4 加齢とともに、筋力や認知機能などの心身の活力が低下し、生活機能障害や要介護状態などの危険性が高くなった状態。
- ※5 高齢になるに伴い、筋肉の量が減少していく現象のこと。
- ※6 老化に伴う様々な口腔の状態（歯数・口腔衛生・口腔機能など）の変化に、口腔健康への関心の低下や心身の予備能力低下も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる機能障害へ陥り、さらにはフレイルに影響を与え、心身の機能低下にまで繋がる一連の現象及び過程（公益社団法人日本歯科医師会「歯科診療所におけるオーラルフレイル対応マニュアル 2019年版」）。

3. 「職場における心とからだの健康づくりのための手引き」

～事業場における労働者の健康保持増進のための指針～

(2) 健康保持増進対策の推進に当たって事業場ごとに定める事項（体制の確立）
（手引き1の4（1））

健康保持増進措置の実施体制や措置内容は、事業場の実態に応じて柔軟に決定することができます。

実施体制は、

「①事業場内の推進スタッフ」を基本とし、取組内容に応じて「②事業場外資源」を組み合わせて構築します。

連携可能な事業場外資源として

- 地域の歯科医師会
- 地方公共団体

等を例示しています。

連携可能な事業場外資源の例

機関名	受けられるサービス
労働衛生機関	労働安全衛生法に基づく健康診断、保健指導、産業医による職場改善指導などを受けられる。
中央労働災害防止協会	高齢者の健康確保や転倒防止などのセミナー、心理相談担当者（THP 指導者）などの養成研修のほか、職場の健康管理の最新の知見や技術習得のための研修を受けられる。また、社内研修のための講師派遣も受けられる。
スポーツクラブなど	サービスとして提供している運動施設、運動プログラムなどを活用することで、労働者の運動・スポーツを通じた健康づくりに活用できる。
医療保険者	医療保険者（健康保険組合、全国健康保険協会（協会けんぽ）など）が保有する特定健診や受診状況などのデータを活用することで、効率的に労働者の健康課題を把握することができる。産業保健スタッフの派遣や健康づくりイベントの開催などを実施している場合もある。
地域の医師会、 <u>歯科医師会</u>	地域の専門医を紹介してもらい、労働者の健康課題や健康保持増進対策について専門的な視点から助言・支援を受けられる。
<u>地方公共団体</u> 、 <u>保健所</u>	健康関係のセミナーや運動・スポーツを通じた住民の健康づくりなどを実施しており、これを活用できる。
産業保健総合支援センター、 地域産業保健センター	専門スタッフによる産業保健に関する相談支援のほか、産業保健関係者を対象とした研修の受講や講師の派遣を受けられる。

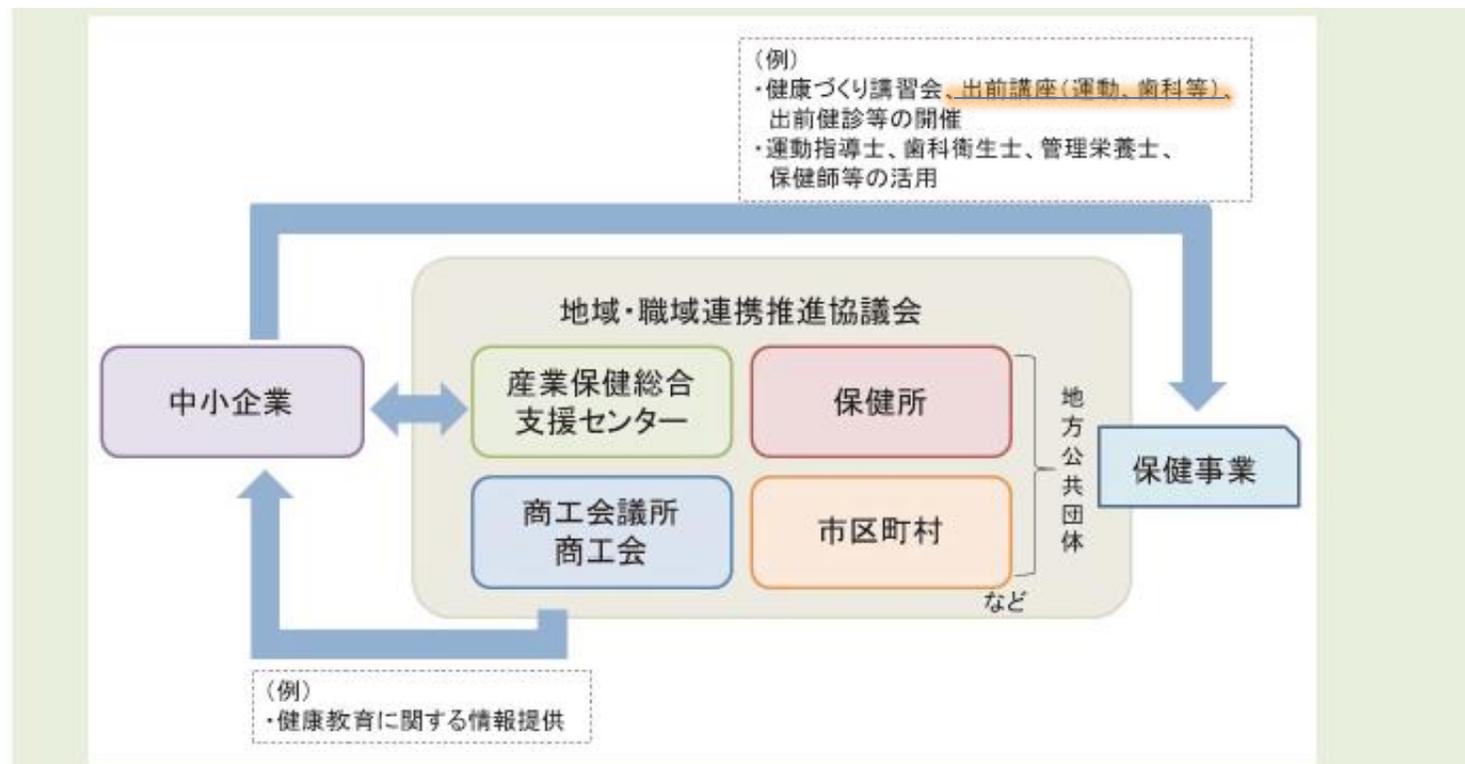
3. 「職場における心とからだの健康づくりのための手引き」 ～事業場における労働者の健康保持増進のための指針～

(3) 地域保健と職域保健が連携している事例の紹介（手引き1のコラム5より）

地域保健と職域保健の連携は、各地域で設置されている「地域・職域連携推進協議会」等を通じて行われています。

例えば、宇都宮市の「地域・職域連携推進協議会」では、事業場アンケート調査等を踏まえ、歯科等に関する出前教室を実施しています。

【コラム5】地域保健と職域保健（産業保健）の連携 ～宇都宮市の事例～



3. 「職場における心とからだの健康づくりのための手引き」

～事業場における労働者の健康保持増進のための指針～

(4) 事業場における取組事例の紹介

(手引きIIの1「出前教室を活用した労働者の健康づくり」より)

地域の歯科医師会を通して、「**歯科衛生に関する出前教室**」を開催した事例もあります。

令和2年度に
始めた取組

歯科衛生に関する出前教室

- 県の歯科医師会からの歯科医師・歯科衛生士派遣により、歯と口の健康づくりのための出前教室を開催
- 出前教室では、**全労働者を対象に**、歯科口腔衛生に関する研修と口腔機能検査体験を実施
- **セルフケアの方法を体験しながら理解**
- 17人の参加があり、目標（参加率60%）を達成した。**かかりつけ歯科医を持つようになった**という声もあった



(手引きIIの6「定期的な歯科健診を通じた歯と口の健康づくり」より)

4. 取組の実施

① 歯科健診の実施

● 歯科健診を年度内に2回実施

- 労働者が多い事業場（100人以上）

1 回目の歯科健診（6～8月）：

● **歯科健診委託事業者による事業場内での集団歯科健診**

2 回目の歯科健診（12～3月）：

● **近隣の歯科医院（※）での個別歯科健診**

- 労働者が少ない事業場（100人未満）

1 回目の歯科健診：**近隣の歯科医院での個別歯科健診**

2 回目の歯科健診（12～3月）：**近隣の歯科医院（※）での個別歯科健診**

※労働者が各自で希望する歯科医院を選択

- 1 回目は企業が全額補助（個別歯科健診は上限あり）。2 回目は健康保険組合が一部費用を補助

② 管理用アプリによる健診状況のフォロー・学習支援

- **健診状況のフォロー**

自社で開発した**管理用アプリ**を活用して、治療の要否の見える化や治療証明の登録、再健診の受診管理を実施。このほか、アプリでは、社内歯科健診受診の申請、口臭チェック管理・治療管理、2 回目の外部歯科健診受診管理・補助申請などが可能

- **口腔保健に関する知識向上に向けた学習支援**

上記アプリを活用して、「**歯が及ぼす健康へのリスク**」についての**学習と理解度テスト**を実施。全労働者を対象に、歯科衛生士による磨き方のセミナー動画受講と理解度テストを行うことで、口腔保健に関する知識・理解を向上



「アプリによる歯科医院の検索」

歯科健診を年2回実施し、医療保険者（健康保険組合）と連携して、歯科健診費用の補助を行っている事例もあります。

4. まとめ

- THP指針では、事業場における労働者の健康保持増進対策の一つとして、歯科口腔保健を挙げています。
- 歯科口腔保健等の健康保持増進措置の実施に当たっては、各事業場の実態に即して、地方公共団体や地域歯科医師会（※）のサービスを活用することを提案しています。

（※）各都道府県歯科医師会の相談窓口一覧

https://www.jda.or.jp/occupational_health/（日本歯科医師会HP）

- 各自治体において、事業場における歯科口腔保健の推進のための施策を検討する際に、参考にしてください。

5. 補足「事業場における労働者の健康保持増進計画助成金」

- THP指針に基づき、健康保持増進計画を作成し、健康保持増進措置を実施した事業主に対する助成を、令和3年度中に開始します。
- 1事業場あたり100,000円を上限に実費が支給されます。ただし、将来にわたり1回限りとなります。
- 支給要件、申請様式及びこれに添付すべき書類については、（独）労働者健康安全機構へお問い合わせください。

TEL 0570-783046 (助成金専用ダイヤル)

HP <https://www.johas.go.jp/sangyouhoken/tabid/1251/Default.aspx>