

令和8年度保健師中央会議
行政説明 資料4

職場で働く方々の健康確保について

厚生労働省労働基準局安全衛生部労働衛生課 産業保健支援室

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

日本の健診（検診）制度の概要

全体像

- 医療保険者や事業主は、高齢者の医療の確保に関する法律、労働安全衛生法等の個別法に基づく健康診査（健康診断）を実施。
- 市町村は、健康増進法に基づき、特定健診の対象とならない者の健康診査を実施。
- 市町村は、健康増進法に基づき、一定年齢の住民を対象としてがん検診などの各種検診を実施。（医療保険者や事業主は任意に実施）

		（乳幼児等） 妊娠・出産後1年・ 小学校就学前		
		母子保健法	学校保健安全法	
		【対象者】 1歳6か月児、3歳児 【実施主体】 市町村 <義務> ※その他の乳幼児及び妊産婦に対しては、市町村が、必要に応じ、健康診査を実施又は健康診査を受けることを勧奨	【対象者】 在学中の幼児、児童、生徒又は学生 ※就学時の健康診断については小学校入学前の者 【実施主体】 学校（幼稚園から大学まで） <義務>	
児童生徒等		被保険者・被扶養者	うち労働者	その他
		医療保険各法 （健康保険法、国民健康保険法等） 【対象者】 被保険者・被扶養者 【実施主体】 保険者 <努力義務>	労働安全衛生法 【対象者】 常時使用する労働者※労働者にも受診義務あり 【実施主体】 事業者 <義務> ※一定の有害な業務に従事する労働者には特殊健康診断を実施 ※労働安全衛生法に基づく事業者健診を受けるべき者については、事業者健診の受診を優先する。事業者健診の項目は、特定健診の項目を含んでおり、労働安全衛生法に基づく事業者健診の結果を、特定健診の結果として利用可能。	健康増進法 【対象者】 住民（生活保護受給者等を含む） 【実施主体】 市町村 <努力義務> 【種類】 ・歯周疾患検診 ・骨粗鬆症検診 ・肝炎ウイルス検診 ・がん検診（胃がん検診、子宮頸がん検診、肺がん検診、乳がん検診、大腸がん検診） ・高齢者医療確保法に基づく特定健診の非対象者に対する健康診査・保健指導
39歳				
40歳～74歳	特定健診	高齢者医療確保法 【対象者】 加入者 【実施主体】 保険者 <義務>		
75歳～		高齢者医療確保法 【対象者】 被保険者 【実施主体】 後期高齢者医療広域連合 <努力義務>		

※上記以外に、歯周疾患検診、骨粗鬆症検診、肝炎ウイルス検診、がん検診について、保険者や事業主が**任意**で実施や助成を行っている。

労働安全衛生法に基づく定期健康診断の項目

定期健康診断の健診項目は労働安全衛生規則（昭和47年労働省令第32号第44条）に基づき、以下のとおり一般定期健康診断の項目が定められている。

定期健康診断の健診項目

- 既往歴及び業務歴の調査
- 自覚症状及び他覚症状の有無の検査
- 身長、体重、腹囲、視力及び聴力の検査
- 胸部エックス線検査及び喀痰検査 ※令和9年4月より喀痰検査削除
- 血圧の測定
- 貧血検査（血色素量及び赤血球数の検査）
- 肝機能検査（GOT、GPT、 γ -GTPの検査）
（※酵素名について、R9.4.1より「GOT」は「AST」、「GPT」は「ALT」、「 γ -GPT」は「 γ -GT」に変更）
- 血中脂質検査
（LDLコレステロール、HDLコレステロール及び血清トリグリセライドの量の検査）
- 血糖検査
- 血清クレアチニン検査 ※令和9年4月より追加
- 尿検査（尿中の糖及び蛋白の有無の検査）
- 心電図検査

「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」改正概要（案）

- THP指針の健康保持増進措置の範囲をがん検診等の2次予防まで拡大し、検診等の機会提供の方法等を具体的に規定
- 治療と仕事の両立支援との関連を指針上に明記し、さらなる推進を図る。
- 就業形態にかかわらず全ての労働者が対象であることを明確化

がん検診等の2次予防の推進

指針の健康保持増進措置の範囲を拡大し、がん検診等の2次予防が含まれることを明確化

- 疾病の早期発見や早期治療（2次予防）も推進するべきであることを明記
- 2次予防の対象となる疾病には、**がん、女性特有の健康課題（月経不順、月経困難症、過多月経、月経前症候群、更年期障害等）、歯科疾患、骨粗しょう症及び眼科疾患**（以下「がん等」という。）といった健康課題を含むことを明記
- **健康経営**などの労働生産性向上の観点健康確保増進措置の中に明確に位置づけ
※「攻めの予防医療の対策の一環として、経産省においてテーマ別ベストプラクティスの選定等を検討中

がん検診等の具体的な取組内容

- ・ **がん等に係る検査**（以下「がん検診等」という。）**及びその結果に基づく精密検査の受診勧奨**
- ・ その取組方法としては、以下のものを明示。
 - ① 事業者自ら又は保険者と連携して職場で実施する健康診断の機会を活用したがん検診等の受診機会の提供
 - ② 労働者の居住する市町村において実施されているがん検診の受診勧奨及び受診のための休暇の付与等
- ・ 上記のがん検診等の受診やその結果に応じた精密検査の受診勧奨を推進するために、**効果的な方法を明示。**
- ・ 健診・検診プログラム及びがん検診等を含めた健康診査の精度管理等に当たっての留意事項を記載

がん等に関する健康教育

- ・ 科学的根拠等を踏まえたがん等の予防や検診受診が行われるよう健康教育を実施。

2次予防の推進に向けた医療保険者や地域保健とのさらなる連携を推進

- ・ 2次予防の推進に当たって、**医療保険者や地域保健とのさらなる連携**を図る。

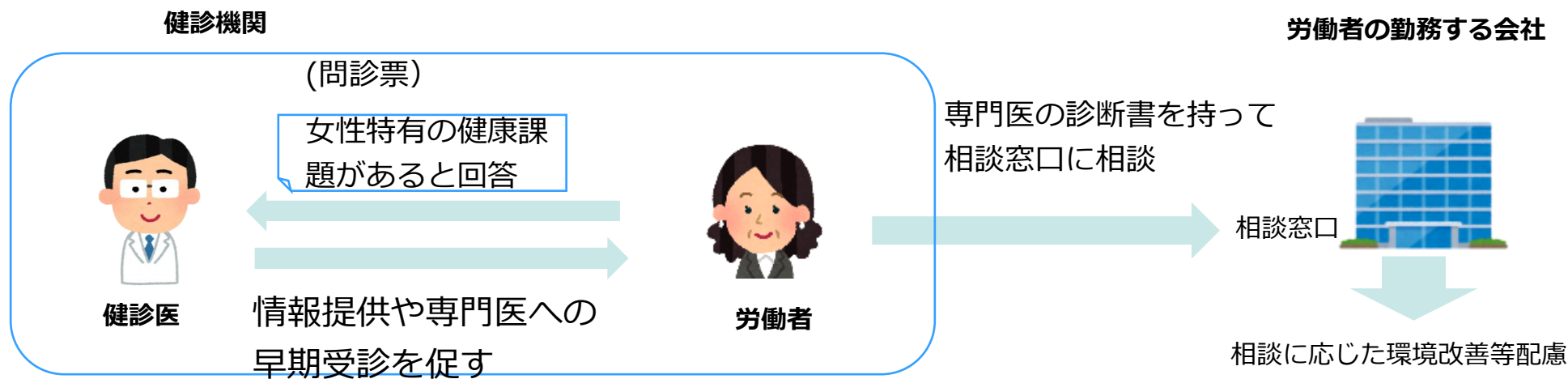
治療と仕事の両立支援の更なる推進

- ・ 疾病の治療が必要な労働者が離職せずに働き続けられるよう、**治療と就業の両立支援の取組を推進**

女性特有の健康課題にかかる健康問診の概要

「労働安全衛生法に基づく一般健康診断の検査項目等に関する検討会」の中間とりまとめ（令和6年11月1日公表）において、事業者健診における一般健康診断問診票に、女性特有の健康課題に関する質問を追加することが適当であるとともに、女性特有の健康課題で職場において困っている労働者に対して、専門医の早期受診を勧奨すること等とされました。

女性特有の健康課題にかかる健康問診の流れ



【参考】

「女性特有の健康課題に関する問診に係る健診機関実施マニュアル」にて推奨されている女性特有の健康課題に関する質問

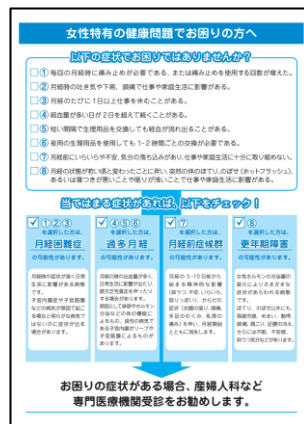
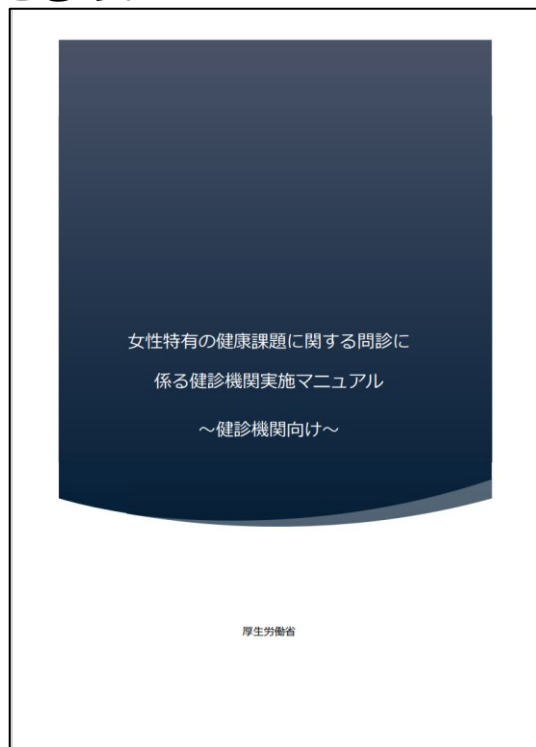
女性特有の健康課題（月経困難症、月経前症候群、更年期障害など）で職場において困っていることがありますか。

①はい ②いいえ

女性特有の健康課題への対応をまとめたマニュアル（令和8年1月）

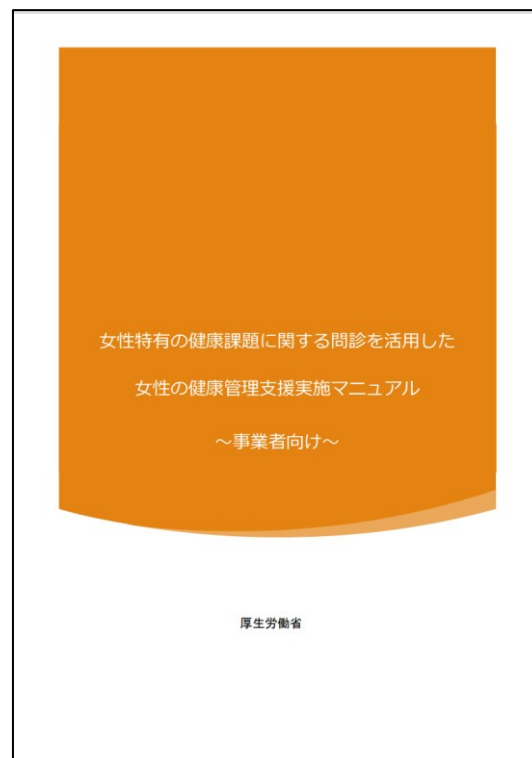
健診機関向けマニュアル

一般健康診断問診票により、女性特有の健康課題（月経困難症、月経前症候群、更年期障害等）のため職場で困っていると意思表示があった労働者について、**専門医への受診勧奨等、健診機関における望ましい対応を示したものの。**



事業者向けマニュアル

女性特有の健康課題で困っている労働者からの相談への対応や健康課題に配慮した職場環境づくりに関し、事業場における望ましい対応を示したもの。



参考資料 職域において推奨するその他検診等

- ・がん検診
- ・歯科健診
- ・骨粗鬆症検査
- ・眼科検査

職場の健康診断実施強化月間

厚生労働省では、労働安全衛生法に基づく一般定期健康診断の実施、その結果についての医師の意見聴取及びその意見を踏まえた就業上の措置の実施について、事業者の皆様へ改めて徹底していただくことを促すため、毎年9月を「職場の健康診断実施強化月間」と位置付け、集中的・重点的に啓発を行っています。

事業者の皆さまへ

別添 1

9月は「職場の健康診断実施強化月間」です
「健康診断及び事後措置の実施の徹底」と「医療保険者との連携」をお願いします

1.健康診断及び事後措置の実施の徹底

■健康診断の実施、有所見者に対する医師からの意見聴取、医師の意見を勘案した必要な事後措置の実施は、全て労働安全衛生法に基づく事業者の義務です。
一般的に小規模事業場での実施率が低くなっています。事業場の規模にかかわらず、労働者の健康管理を適切に講ずるため、事後措置の実施まで徹底してください。

健康診断の実施

健康診断結果の通知
健康診断結果の記録

健康診断結果についての
医師からの意見聴取

健康診断実施後の措置

○健康診断を実施した後は、その結果を労働者に通知するとともに、事業者もその結果を保存しなければなりません。

○有所見者に対する医師からの意見聴取を徹底しましょう。

○事後措置は、医師の意見を勘案し、必要があるとき、労働者の実情を考慮して、必要な措置（就業場所の変更、作業の転換、労働時間の短縮等）を実施しましょう。

○事後措置を講ずるに当たっては「健康診断結果に基づき事業者が講ずべき措置に関する指針」をご確認ください。

健康診断結果に基づき事業者が講ずべき措置に関する指針はこちら

＜地域産業保健センターのご案内＞
地域産業保健センターでは、労働者数50人未満の小規模事業場への支援として、産業医・保健師を配置し、健康診断結果についての医師からの意見聴取、長時間労働者・高ストレス者に対する面接指導、産業医等の事業場訪問による保健指導、労働者の健康に係る各種相談などの対応をしていますので、ぜひご利用ください。

2.医療保険者との連携

■医療保険者※1から健康診断の結果を求められた際の提供にご協力ください。

○保険者は、高齢者医療確保法に基づく特定健康診査・特定保健指導、健康保険法に基づく保健事業を実施し、労働者の予防・健康づくりに取り組んでいます。

○これらの取組が着実に進められるよう、保険者から労働者の健康診断結果を求められた場合は、その写しを提供することが事業者には義務づけられていますので、健康診断結果の提供への協力をよろしくお願いいたします。

※法律に基づく提供の場合は、第三者提供に係る本人同意は不要です。

○厚生労働省では、コロナヘルス※2等の労働者の健康保持増進のための取組に要した費用に対し、エイジフレンドリー補助金で一部補助を行っています。積極的にご利用ください。

※1：協会けんぽ、健保組合、市町村国保、国保組合、共済組合等を指します。
※2：医療保険者と事業者が積極的に連携し、明確な役割分担と良好な職場環境のもと、労働者の予防・健康づくりを効果的・効率的に実行すること。

エイジフレンドリー補助金のご案内はこちら

「職場の健康診断実施強化月間」の実施に関する協力依頼について（抜粋）
令和7年8月26日付け基安発0826第4号

【重点事項】
(1) 健康診断及び事後措置等の実施の徹底
(2) 健康診断結果の記録の保存の徹底
(3) 一般健康診断結果に基づく必要な労働者に対する医師又は保健師による保健指導の実施
(4) 高齢者の医療の確保に関する法律（昭和57年法律第80号。以下「高確法」という。）に基づく医療保険者が行う特定健康診査・保健指導との連携
(5) 健康保険法（大正11年法律第70号。以下「健保法」という。）に基づく保健事業との連携
(6) 平成30年3月29日付け基安発0329第3号「地域産業保健センター事業の支援対象に関する取扱いについて」を踏まえた小規模事業場における地域産業保健センターの活用

【その他の産業保健に関する取組の周知・啓発】
事業場における産業保健の推進を図るため、重点事項の指導等と併せて、以下の取組についても周知・啓発を行うこと。
(1) 「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9月1日健康保持増進のための指針公示第1号、令和5年3月31日最終改正）等に基づく取組の推進
(ア) 地域資源の活用については、「地域・職域連携推進ガイドライン」（平成17年3月策定、令和元年9月改訂）に基づく取組
(イ) 運動の習慣化等による健康保持増進については、スポーツ庁のポスター等を活用した「体力づくり強調月間」(①)（毎年10月1日～31日）、スポーツの日（毎年10月の第2土曜日）及び「Sport in Life推進プロジェクト」の周知啓発(②)
(ウ) 労働者の高齢化を踏まえた取組については、高齢労働者の安全と健康確保のためのガイドライン（エイジフレンドリーガイドライン）（令和2年3月16日策定）に基づく取組
(2) 職場におけるがん検診の推進
(ア) 健康診断実施時に、事業者や健康診断実施機関等から、がん検診の受診勧奨(③)
(イ) 特に、女性従業員に対し、乳がん検診・子宮頸がん検診や婦人科等の定期受診促進について、別添3及び別添4のリーフレットを活用した周知
(ウ) 「職場におけるがん検診に関するマニュアル」（平成30年3月策定）を参考にしががん検診の実施
(エ) 別添5のリーフレットを活用した、がん対策推進企業アクションの周知
(3) 女性の健康課題に関する理解の促進
(ア) 別添6のリーフレットを活用した産業保健総合支援センターにおける人事労務担当者・産業保健スタッフ向けの女性の健康課題に関する専門的研修及び女性の健康課題に関する相談窓口の周知
(イ) 企業や働く女性向けに健康管理に関する情報を提供している「働く女性の心とからだの応援サイト」(④)や「女性の健康推進室へスケアラボ」(⑤)の活用
(ウ) 令和5年5月19日付け基安発0519第4号「転倒災害防止対策の推進について」及び別添7の転倒災害防止に向けたリーフレットによる骨粗鬆症検診の受診勧奨
(4) 口腔の健康の保持増進
令和7年7月1日付け基安発0701第1号「一般健康診断問診票を活用した歯科受診勧奨について（協力依頼）」中の歯科早期受診勧奨リーフレット(⑥)を活用した歯科受診勧奨
(5) 眼科検診等の実施の推進
(ア) アイケアチェックリスト(⑦)や6つのチェックツール(⑧)を活用したセルフチェックの推進
(イ) 転倒等の労働災害の原因ともなっている視野狭窄を含む緑内障等の眼科疾患を予防し、早期に発見するため、40歳以上の従業員に対し、別添8のリーフレットを活用した眼科検診(⑨、⑩、⑪)の周知
(6) 職場における感染症に関する理解と取組の促進
(ア) 「肝臓対策の推進に関する基本的な指針」（平成23年5月16日策定、令和4年3月7日最終改訂）に基づく職域での検査機会の確保等
(イ) 「職場におけるエイズ問題に関するガイドライン」（平成7年2月20日策定、平成22年4月30日改訂）に基づく取組
(ウ) 令和4年4月20日付け基安発0420第1号「従業員に対する風しんの抗体検査の機会の提供について（協力依頼）」等に基づく抗体検査の機会の提供等
(7) 「個人事業者等の健康管理に関するガイドライン」（令和6年5月28日策定）に基づく、個人事業者等による定期的な健康診断の受診、注文者等による健康診断の受診に要する費用の配慮等個人事業者等の健康管理のための取組の周知

※本月間に係る通知本文や別添をご参照されたい場合はこちらをご覧ください。⇒

※上記で参照している資料（①～⑪）や別添のリンク先はそれぞれ、右欄・下欄の対象QRコードをご覧ください。（リンク先の参照等の関係で、一部通達の記事を加工しています。）

別添2

別添3

別添4

別添5

別添6

別添7

別添8

R7.8

8



労働者の口腔の健康の保持・増進に関する取組

「一般健康診断問診票を活用した歯科受診勧奨について（協力依頼）（令和7年7月1日基安労発0701第1号）にて、関係団体宛に、一般健康診断問診票中の特定健康診査の「標準的な質問票」の歯科項目を活用した労働者の口腔の健康の保持・増進に向けた口腔保健指導のより一層の推進への協力を依頼。

一般健康診断問診票※

<質問21>

食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか。

- ①何でもかんで食べることができる
- ②歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある
- ③ほとんどかめない

※「定期健康診断等及び特定健康診査等の実施に係る事業者と保険者の連携・協力事項について」の一部改正について（令和5年7月31日基発0731第1号、保発0731第4号）において、労働安全衛生法に基づく定期健康診断等と高齢者の医療の確保に関する法律に基づく特定健康診査の検査項目を同時に実施する場合に用いるよう示している標準的な問診票

後悔しないために

別紙2

食事をかんで食べる時の状態はどれにあてはまりますか？

① 何でもかんで食べることができる

② 歯や歯ぐき、かみあわせなど気になる部分があり、かみにくいことがある

③ ほとんどかめない

② または ③ に該当する方は、

歯科を受診しましょう！

よくかめないと、野菜・肉類等の摂取が少なくなるとともに、低栄養のリスクが高くなる
ことが報告されています

生活習慣病対策と歯科疾患予防対策を同時に進めることが有効です

「自分は大丈夫！」
と思いませんか？

これまでの人生を振り返って、もっと早くから歯の健診・治療をしておけばよかったと思うか？

そう思う・ややそう思う人が
71.3%!

回答者の7割がもっと早く治療をしておけばよかったと後悔しています！

お口は全身や生活習慣とも関係が深いんです！

☑ 全身疾患 ☑ 速食い ☑ 間食 ☑ 喫煙 etc

裏面で詳しく説明します！

出典：歯科医師会「一般健康診断問診票（令和7年7月1日基安労発0701第1号）」

歯周病は静かに進行する

歯周病は「サイレントディーズ（沈黙の病気）」とも呼ばれ、痛みなどの自覚症状が少ないのが特徴です

歯周病セルフチェック

- ☐ 歯ぐきに赤く腫れた部分がある
- ☐ 口臭がなんとなく気になる
- ☐ 歯ぐきがやせてきた
- ☐ 歯と歯の間にものがつまりやすい
- ☐ 歯をみがいたあと、歯ブラシに血がついたり、すすいだ水に血が混じったりすることがある
- ☐ 歯が浮いたような感じがする
- ☐ 少しグラつく歯がある
- ☐ 歯ぐきからうみが出ることがある

判断基準

チェックが1～2個
歯周病の可能性あります。歯みがきの仕方を見直すと同時に、歯科医師に相談しましょう

チェックが3個以上
軽度あるいは中等度歯周炎以上に歯周病が進行しているおそれがあります。早めに歯科医院を受診しましょう

出典：公益財団法人 BQ20 推進財団「ヘルシーエイジング時代の BQ20 達成マニュアル」

歯周病と全身疾患及び妊娠生活習慣との関係性

歯周病治療による糖尿病の重症化予防も期待されます

歯周病リスクを高める要因

喫煙 内臓脂肪型肥満

出典：厚生労働省「歯周病診療マニュアル 2023」

「間食」と「喫煙」

習慣的な間食や甘い飲み物の摂取はむし歯の、喫煙は歯周病のリスクを高めることがわかっています

「速食い」は肥満になりやすい

食べる速さが速い人ほど、肥満の割合が高い傾向にあることがわかっています。また、速食いは肥満だけでなく糖尿病のリスクであることもわかっています

近くの歯医者さん探せます！

全国の歯医者さん

検索

日本歯科医師会

転倒防止、骨粗鬆症検診の受診勧奨に関する取組

労働者の転倒災害（業務中の転倒による重傷）を防止しましょう

50歳以上を中心に、転倒による骨折等の労働災害が増加し続けています
事業者は労働者の転倒災害防止のための措置を講じなければなりません

「つまずき」等による転倒災害の原因と対策

- (なし) 何もないところでつまずいて転倒、足がもつれて転倒 (27%)
➢ 転倒や怪我をしにくい身体づくりのための運動プログラム等の導入 (★)
- 作業場・通路に放置された物につまずいて転倒 (16%)
➢ バックヤード等も含めた整理、整頓（物を置く場所の指定）の徹底
- 通路等の凹凸につまずいて転倒 (10%)
➢ 敷地内（特に従業員用通路）の凹凸、陥没穴等（ごわずかなものでも危険）を確認し、解消
- 作業場や通路以外の障害物（車止め等）につまずいて転倒 (8%)
➢ 適切な通路の設定
➢ 敷地内駐車場の車止めの「見える化」
- 作業場や通路の設備、什器、家具に足を引っかけて転倒 (8%)
➢ 設備、什器等の角の「見える化」
- 作業場や通路のコードなどにつまずいて転倒 (7%)
※ 引き回した労働者が自らつまずくケースも多い
➢ 転倒原因とならないよう、電気コード等の引き回しのルールを設定し、労働者に遵守を徹底させる

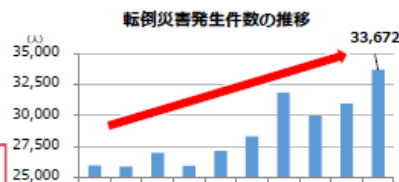
「滑り」による転倒災害の原因と対策

- 凍結した通路等で滑って転倒 (25%)
➢ 従業員用通路の除雪・融雪。凍結しやすい箇所には融雪マット等を設置する (★)
- 作業場や通路にこぼれていた水、洗剤、油等により滑って転倒 (19%)
➢ 水、洗剤、油等がこぼれていることのない状態を維持する。
（清掃中エリアの立入禁止、清掃後乾いた状態を確認してから開放の徹底）
- 水場（食品加工場等）で滑って転倒 (16%)
➢ 滑りにくい履き物の使用（労働安全衛生規則第558条）
➢ 防滑床材・防滑グレーチング等の導入、摩耗している場合は再施工 (★)
➢ 隣接エリアまで濡れないよう処置
- 雨で濡れた通路等で滑って転倒 (15%)
➢ 雨天時に滑りやすい敷地内の場所を確認し、防滑処置等の対策を行う

(★) については、高齢労働者の転倒災害防止のため、中小企業事業者は「エイジフレンドリー補助金」（補助率 1/2、上限100万円）を利用できます
中小事業者は、無料で安全衛生の専門家のアドバイスが受けられます

転倒災害の発生状況（休業4日以上、令和3年）

別添7



転倒による怪我の態様

- ・ 骨折 (約70%)
- ・ 打撲
- ・ 眼球破裂
- ・ 外傷性気胸 など

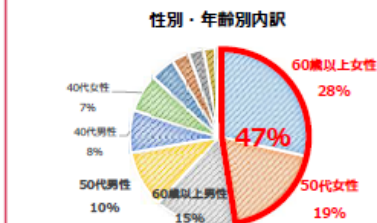
転倒災害による平均休業日数（※労働者死傷病報告による休業見込日数）

47日

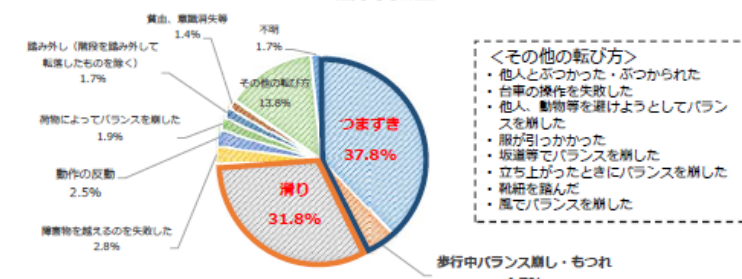
転倒したのは...



転倒災害が起きているのは移動のときだけではありません



転倒時の類型



＜その他の転び方＞

- ・ 他人とぶつかった・ぶつかられた
- ・ 台車の操作を失敗した
- ・ 他人、動物等と避けようとしてバランスを崩した
- ・ 服が引っかかった
- ・ 坂道等でバランスを崩した
- ・ 立ち上がったときにバランスを崩した
- ・ 靴紐を踏んだ
- ・ 風でバランスを崩した

主な原因と対策

転倒リスク・骨折リスク

- 一般に加齢とともに身体機能が低下し、転倒しやすくなります
→ 「転びの予防 体力チェック」 「ロコチェック」をご覧ください
- 特に女性は加齢とともに骨折のリスクも著しく増大します
→ 対象者に市町村が実施する「骨粗鬆症検診」を受診させましょう

- 現役の方でも、たった一度の転倒で寝たきりになることも
→ 「たった一度の転倒で寝たきりになることも。転倒事故の起こりやすい箇所は？」（内閣府ウェブサイト）



「職場の健康診断実施強化月間」の実施に関する協力依頼について 令和7年8月26日基安発 0826 第4号

転倒等の労働災害の原因ともなっている視野狭窄を含む緑内障等の眼科疾患を予防し、早期に発見するため、40歳以上の従業員に対し、リーフレットを活用した眼科検診の周知について協力依頼

目の健康対策で STOP! 転倒災害

眼底検査でリスクを見える化!

目の病気が転倒を招いているかもしれません。
目の健康対策でエイジフレンドリーな職場作りへ。

65歳以上の就業者は全体の**14%**(2020年)と、年々増加しています。
60歳以上の女性の転倒骨折は20代の約**19倍**というデータもあり、
安全な職場に視覚対策は欠かせません。

(厚生労働省労働基準局安全衛生部安全課「令和6年 高齢労働者の労働実態調査結果」)

下方視野障害が進むと転倒しやすくなります

(視界の下部が見えなくなる)

転倒の危険性も

正常	中等症	重症
水たまりがよく見える	一部欠損があるが、ほとんど気づかない	カートに視線が向くと水たまりは見えない!

「下方視野障害」の程度と転倒リスク

正常	早期	中等症	進行期	重症
1倍	1.4倍	2.6倍	6.0倍	12.2倍

重症になるまで視野の欠損に気づくことができません。
眼底検査が必要です!

アイフレイル
目の健康を守るのびょう

緑内障・白内障・黄斑変性・ドライアイなどの検査機器、アイフレイルチェックリストなどを紹介しています

公益社団法人 日本眼科医会
JAPAN OPHTHALMOLOGISTS ASSOCIATION

「見えにくくなる」原因の8割が眼底の病気です

視力検査だけでは発見できません

視覚障害の原因疾患 2019

疾患	割合
緑内障	40.7%
網膜色素変性	13.0%
糖尿病網膜症	10.2%
高度近視	9.1%
加齢黄斑変性	4.9%
白内障	2.9%
その他	18.1%

Marake R, et al. Jpn J Ophthalmol. 2023

難病目ではない病気も多く、早期発見が大切です。

眼底検査ってどんな検査?

年1回、眼底検査を!

眼底とは目の奥の部分で、さまざまな病気を発見できる場所です。眼底検査では1枚の写真で、網膜・血管・視神経の状態がすべてわかります。検査後も速やかに業務復帰できます。

企業ができる目の健康対策があります

- 1 「アイフレイル」の自己チェックを。
まず、各々が小さな不調に気づくことが大切です。
- 2 健康診断に「眼底検査」をプラス
視野欠損などの病気の自覚症状がなく、視力検査でも見つかることができません。眼底検査で早期発見しましょう。
- 3 目にやさしい環境づくりを
職場の4S(整理、整頓、清掃、清潔)や作業場所の照度を調整して、目の状態に合わせた安全に働ける環境を。

アイフレイル(加齢による目の機能低下)の自己チェックも有効です

2つ以上該当したら眼科医への相談をお勧めしています。目の病気のサインを見逃さないでください。

1 目が疲れやすくなった	2 夕方になると暗くなるようになった	3 読書や作業を長時間続けることが少なくなった	4 食事の時にフォークを汚すことが多くなった	5 読書や作業を始めてもよく見えないと感じることが多くなった
6 歩行が難しくなった	7 まっすぐ見えない時にまぶたをさするようになった	8 まっすぐの線が曲がって見えるようになった	9 歩行や運転で急な急制動に気づかなくなった	10 歩行や運転で急な急制動に気づかなくなった