

令和4年3月10日(木)

令和3年度地域・職域連携推進関係者会議

# 職域における健康づくりについて

厚生労働省 労働基準局 安全衛生部  
労働衛生課長 高倉 俊二

- **労働安全衛生行政の実施体制について**
- **職場における健康の保持増進について**
- **治療と仕事の両立支援の推進について**
- **受動喫煙防止対策の推進について**

# 労働安全衛生行政の実施体制

(国)

## 厚生労働省（安全衛生部）

労働安全衛生法令の企画・立案や、産業保健活動の推進などを行っている。

(国)

## 都道府県労働局（47か所）

労働安全衛生法令に基づく指導計画の策定や、産業保健制度の運用などを行っている。

(国)

## 労働基準監督署（325か所）

労働安全衛生法令に基づき、事業場に対して、指導・周知などを行っている。

## (独) 労働者健康安全機構

産業保健活動の支援、勤労者医療の推進、労働安全衛生分野の調査・研究、福祉事業を行っている。

## 産業保健総合支援センター（47か所）

都道府県毎に設置。産業保健活動に携わる産業医、産業看護職、衛生管理者をはじめ、事業主、人事労務担当者などに対して、産業保健研修や専門的な相談への対応などの支援を行っている。

## 地域産業保健センター（約350か所）

労働者数50人未満の産業医の選任義務のない小規模事業場の事業者や労働者を対象として、労働安全衛生法で定められた保健指導などの産業保健サービスを提供している。

# 職場における健康の保持増進について

## ～「事業場における労働者の健康保持増進のための指針」と改正のポイント～

労働安全衛生法に基づいて、労働者の健康の保持増進を図るために必要な措置を事業者に求めており、その適切かつ有効な実施を図るための指針（“Total Health Promotion” THP指針）を公表している。

- **健康保持増進措置の視点の労働者「個人」から「集団」への強化**
  - ・ 従来より幅広い労働者の健康保持増進の促進
  - ・ ポピュレーションアプローチ
- **事業場の特性に合った健康保持増進措置への見直し**
  - ・ 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措置内容を柔軟化
- **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**
  - ・ PDCAサイクルの各段階における取り組むべき項目を明確にし、健康保持増進措置の『進め方』を規定
- **医療保険者と連携した健康保持増進対策～コラボヘルスの推進～**
  - ・ 定期健診の結果を提供し、連携して取組に活用

### 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～

改正のポイント：

- ①労働者「集団」への視点、②事業場の特性に合わせた措置の実施、③取組の内容ではなく取組方法を規定

## 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

## 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

- ◆方針、課題、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

- ◆計画に沿って、措置を実施
  - ①労働者の健康状態の把握
  - ②健康指導等の実施

## ⑥ 健康保持増進計画の作成

- ◆措置の内容、実施時期、実施状況の評価、計画の見直し等

# 「職場における心とからだの健康づくりのための手引き」

## ～健康保持増進対策の基本的考え方～

健康保持増進対策を進める上での留意点：

- ①「ハイリスクアプローチ」と「ポピュレーションアプローチ」の視点、
- ②すべての労働者の積極的な参加を促すための取組、
- ③労働者の高齢化を見据えた取組

### 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ます。高齢期におけるロコモティブシンドローム<sup>※3</sup>やフレイル<sup>※4</sup>、サルコペニア<sup>※5</sup>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<sup>※6</sup>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態を「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。

# 「職場における心とからだの健康づくりのための手引き」

## ～事業場ごとに定める健康保持増進の実施体制・措置内容～

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、歯科医師会	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。
地方公共団体、保健所	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。

● 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できる

● 実施体制は、取組内容に応じて「事業場外資源」を組み合わせる構築

# 「職場における心とからだの健康づくりのための手引き」 ～事業場外資源と連携した取組の事例～

## 自動車運転業務を行う中で 腰痛の多さと高喫煙率への問題意識から (医療保険者等と)



### 4. スポーツクラブを活用した運動意識の向上

#### 事業場の基本情報

業種	情報通信業
平均年齢	42.6歳
労働者数	約340人
事業場内の 推進スタッフ	<ul style="list-style-type: none"> <li>産業医 2人</li> <li>看護師 1人</li> <li>保健師 1人</li> <li>総務部門スタッフ（安全衛生管理者） 3人</li> </ul>
活用している 事業場外資源	<ul style="list-style-type: none"> <li>スポーツクラブ（インボディ測定会の開催）</li> <li>イベント会社（スポーツフェスティバル（年1回）の運営を委託）</li> </ul>



※インボディ測定中

### 4. 取組の実施

#### スポーツクラブによるインボディ測定会の開催

##### <事前準備>

- 当日の流れや役割分担などについて、総務部門スタッフがスポーツクラブと打ち合わせ
- 実施予定の3～4か月前に日程調整
- 開始1か月前に社内周知を行い、参加予約のWEBサイトを作成し、案内

##### <当日>

- スポーツクラブが事業場まで出張し、受付から測定、個別アドバイスまですべてを担当。看護師・保健師・総務部門スタッフは、測定会中の実施補助などを行う。
  - 【インボディ測定会】
    - スポーツクラブのインストラクターが、労働者の筋肉量などを測定（約3分）
    - 測定後すぐに、結果（部位別の筋肉量や全身の筋肉量のバランスの他、基礎代謝などの結果）が紙（A4で1枚）で出力される
    - この結果に基づき、インストラクターが各労働者に対して、数値が低かった部位について筋肉量を増やすなどの必要な運動をアドバイス（約5分）
- インボディ測定会の終了後に、スポーツクラブから事業場内の推進スタッフに対して、労働者の感想や事業場の健康課題などのフィードバックを受ける

### 1. 出前教室を活用した労働者の健康づくり

#### 企業の基本情報

業種	運輸業、郵便業
平均年齢	48.0歳
労働者数	約40人
事業場内の 推進スタッフ	<ul style="list-style-type: none"> <li>取締役部長 1人</li> <li>総務担当者 2人</li> </ul>



- 活用している事業場外資源
- 全国健康保険協会 支部（協会けんぽ）（出前教室、健康測定器のレンタル、保健師の派遣など）
  - 県の歯科医師会（歯科衛生に関する出前教室）
  - 産業保健総合支援センター（産業保健スタッフ向けの研修受講など）
  - 事業場の健康支援を行うNPO法人（ドライバーの健康管理ツールの活用）

### 4. 取組の実施

#### ①腰痛に関する出前教室

- 協会けんぽからのインストラクター派遣により、腰痛防止のための出前教室を開催
- 出前教室では、ドライバーと倉庫作業員を対象に、腰痛に関する研修（座学）と実技を実施
- ストレッチの方法を実際に体験しながら理解

#### ②禁煙に関する出前教室

- 協会けんぽからの保健師派遣により、禁煙のための出前教室を開催
- 出前教室では、喫煙者と禁煙成功者を対象に、禁煙に関する研修、呼気一酸化炭素濃度測定、グループワーク・ディスカッションを実施
- グループワーク・ディスカッションでは、禁煙成功者の取組動画を見て、喫煙者のやめられない気持ちに共感しながら、禁煙について話し合う。喫煙者だけでなく、禁煙成功者も参加することで、喫煙者の孤独を和らげ、禁煙への動機づけに繋がっている

## メタボや運動不足への関心から (スポーツジム等と)



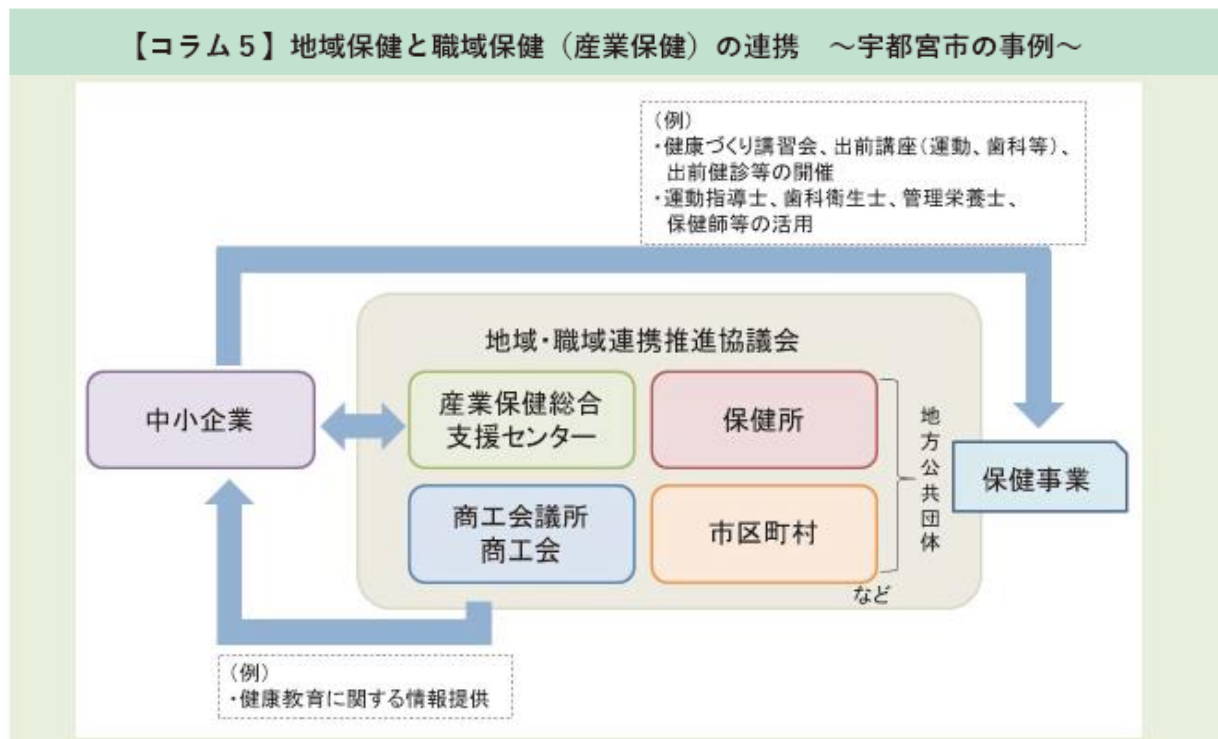


# 地域保健と職域保健の連携

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

## 事例①

宇都宮市では、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。



出典：職場における心とからだの健康づくりのための手引き

## 事例②

神奈川産業保健総合支援センターでは、保健所・市町村との地域・職域保健事業に関する情報共有に加え、お互いの（産業）保健サービスに関するパンフレット等を共同で作成し、事業者や労働者に配布し、地域・職域保健事業の利用促進を図っている。

# 治療と仕事の両立支援の促進

- 労働人口の3人に1人が何らかの病気を抱えながら働いており、就業上の措置や治療に対する配慮が適切に行われるような支援が必要。
- 「働き方改革実行計画」では治療と仕事の両立支援を図ることとしている。
- 具体的には、省内各局や各種関係機関と連携して以下の取組を推進している。

## ➤ ガイドライン・マニュアルの作成・周知啓発

事業場向けのガイドライン、企業・医療機関の連携のためのマニュアル等

## ➤ 地域両立支援推進チームの設置と運営

各都道府県労働局を事務局とし、自治体、医療機関、支援機関等との連携した取組の推進

## ➤ 広報活動

シンポジウム、セミナー、ポータルサイトによる情報発信等

## ➤ 労働者健康安全機構・産業保健総合センター等を介した支援

両立支援コーディネーターの養成、助成金

## ➤ 診療報酬（療養・就労両立支援指導料）

対象疾患：がん、脳卒中、肝疾患、指定難病

### 両立支援の進め方

\* 両立支援の検討は、労働者の申出から始まる。



# 「地域両立支援推進チーム」による地域の取り組みの推進

## 推進チーム設置の趣旨

地域における治療と仕事の両立支援の取組を効果的に推進するため、各労働局に「地域両立支援推進チーム」を設置して、**地域における関係者がネットワークを構築し、互いの取組を効果的に連携させ、両立支援の取組の推進を図ることを目的**に活動を進めている。

## 地域両立支援推進チーム

平成29年5月19日付け基発0519第11号「治療と仕事の両立支援のための「地域両立支援推進チーム」の設置について」（令和3年2月25日改正）

### 1 構成員

- 都道府県労働局健康主務課（事務局）
- 都道府県医師会
- 都道府県産業保健総合支援センター
- 都道府県社労士の推薦者
- 日本キャリア開発協会の推薦者
- 日本医療社会福祉協会の推薦者
- 日本産業カウンセラー協会の推薦者
- 大学病院
- 両立支援の対象疾患に関する支援者（難病相談支援員等）
- その他、両立支援に取り組む企業、地元大学の有識者
- 使用者団体の推薦者
- 労働組合の推薦者
- 都道府県衛生主管部（がん、障害福祉、地域保健等）
- 地域の中核の医療機関の両立支援担当部署
- 労災病院に併設する治療就労両立支援センター
- キャリア・コンサルティング協議会の推薦者
- 東京商工会議書が推薦する健康経営アドバイザー
- 保健所
- がん・肝疾患・難病の診療連携拠点病院

### 2 協議内容（議事）

- 各構成員または各構成員の属する機関等の両立支援に係る取組状況の共有
- 両立支援を促進するための各機関等が連携した取組
- 各地域における良好事例の収集
- 各地域における企業向け・患者向けパンフレットの作成
- 推進チームの取組に関する計画の策定

### 3 その他

- 地域保健との連携

推進チームと地域・職域連携協議会における取組状況等の情報は相互に共有し、推進チームにおける効果的な連携方法の協議に活用（「地域・職域連携推進ガイドライン（令和元年9月改定）」参考）

# 受動喫煙防止対策の推進事業

労働安全衛生法において、職場の受動喫煙防止対策について実情に応じた措置を講じることを事業者の努力義務とされ、さらに、望まない受動喫煙の防止を図ることを目的として平成30年に健康増進法が改正され、令和2年4月から原則屋内禁煙が義務化された。

## 【国による支援措置の概要】 ※令和4年度実施予定の支援措置の概要等は未確定

### 受動喫煙防止対策助成金

- ・ 助成対象：既存特定飲食提供施設
- ・ 助成設備：①喫煙専用室の設置・改修  
②加熱式たばこ専用喫煙室の設置・改修
- ・ 助成率：経費の2 / 3（飲食店以外は1 / 2）
- ・ 上限：100万円

### 受動喫煙防止対策に関する無料相談窓口

- ・ 喫煙専用室等の設置など各受動喫煙防止対策を推進するための各種相談について、専門家による無料電話相談を実施
- ・ 依頼者の希望に応じて、無料実地指導も実施
- ・ 各種行事において、受動喫煙防止対策に関する説明会を実施
- ・ 受動喫煙防止対策助成金による助成を受けるために必要な要件、申請書類の記載方法等の相談対応