

組織別生活習慣見える化情報の活用による管理監督者役割認識の強化に向けた取り組み			
ガイドラインステップ	キーワード	・生活習慣	・行動変容
2. 6. 7. 9	(6つ以内)	・管理監督者 ・データヘルス	・可視化 ・
改善・取り組みの背景と課題	<p>従業員の高年齢化がすすみ、労働力確保の面および健康経営の視点からも従業員の健康確保は重要である。</p> <p>弊社では社内診療所があり、事後措置として治療中心の健康管理を行っていた。また、健康上の問題が発生したら診療所を受診すれば良いという考えを従業員が持つ傾向が古くからあった。また、管理監督者は、「健康は個人の問題であり、健康に関する取り組みは産業医や産業看護職等の専門職が対応するもの」という考え方が定着し、予防のための取り組みより事後対応が中心となっていた。</p> <p>このような背景の中、従業員が在職中及びリタイア後も健康で生き活きとした生活ができるよう、事後対応から予防のための健康づくり活動を充実するため、2020年健康宣言を発信した。健康宣言では、従業員の方に守っていただく5つの管理項目（①睡眠②栄養③運動④飲酒⑤たばこ）を設定した。この設定した5つの管理項目を従業員に定着させるためには、組織内での健康づくり風土を高めることが課題である。</p>		
改善・取り組みの着眼点	<p>組織内での健康づくり風土を高めるために、管理監督者が健康づくりの必要性及び自身の役割を認識するための取り組みや、組織内で健康について考えるきっかけをつくる取り組みを行った。今回は後者の組織内で健康について考えるきっかけづくりを紹介する。</p> <p>組織内で健康について考えるきっかけづくりとして、生活習慣（5つの管理項目）を集計し情報提供を行った。</p> <p><情報提供した内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 5つの管理項目について項目別の達成者割合 ・ 5つの管理項目をすべて守っている人の割合 ・ 5つの管理項目のうち守っている平均項目数 		
改善・取り組みの概要	<p>5つの管理項目を情報提供する際、以下の5項目に留意して提供内容を整理した。</p> <p>①身近な情報として受け止めていただくために、組織単位（基本的には課単位、製造ラインなど国籍人数の大きい組織はグループ・チーム単位）で集計を行った。</p> <p>②自組織の状態の位置づけがわかるよう、全社の中で、もっともよい組織の情報も併せて情報提供を行った。</p> <p>③組織内で健康づくりが活性化するよう、項目ごとに最も達成状況のよい組織名を公開した。</p> <p>④5つの管理項目を達成することのメリットを認識してもらうため、健康診断結果との関連を分析した結果を紹介した。</p> <p>⑤競争意識から、行動を引き起こすため各組織の属する事業場毎のランキングを公開した。</p> <p>⑥自組織の状態・位置づけを把握することで、管理監督者が従業員の行動の後押しをすることにつながられるよう啓発を併せて行った。</p>		

留意点①から④該当の情報提供

健康宣言 5つの行動目標

2019年の健康診断結果から、5つの行動目標の状況を集計しましたのでご紹介いたします。

【5つの行動目標】

項目	睡眠	栄養	運動	禁煙	飲酒
行動目標	6時間以上	朝食摂取	1回30分週2回	禁煙	1単位以内

全項目達成率
5つの行動目標すべて守れている人の割合
自組織 **7%**
ベンチマーク (HGH内職場) **50%**

平均達成率
5つの行動目標の守れている割合平均
自組織 **3.0**
ベンチマーク (HGH内職場) **4.1**

5つの行動目標 項目別達成率 (%)

項目	達成率 (%)
睡眠	9.4%
栄養 (朝食)	66%
運動	25%
禁煙	0%
飲酒	66%

ベンチマーク (電機良職場) | 自組織

Hondaにおける5つの行動目標と健康の関係

みなさんは5つの行動目標のうち、いくつ守れていますか？右表は、Honda従業員40,758人の健康診断結果のうち、生活習慣病に関連する主な項目の平均値を行動目標が守れている個数別に比べています。

その結果、**守れている数が多いほど、BMIや血圧などの健康診断結果の検査値が低い傾向にあることがわかりました。**

生涯健康実現に向け、自分にできそうなことからチャレンジしましょう。

守れている個数別の平均値

項目	0~1個	2~3個	4~5個
BMI	23.9	23.8	23.8
収縮血圧 (mmHg)	122.5	121.2	120.0
総コレステロール (mg/dl)	176.8	176.8	174.1
中性脂肪 (mg/dl)	92.8	92.3	90.5
空腹血糖 (mg/dl)	132.0	119.3	105.1

特に中性脂肪で大きな差が認められました！

中性脂肪

守れている個数

0~1個 | 2~3個 | 4~5個

写真・図表・イラスト

留意点⑤該当の情報提供

5つの管理項目 事業所ごとのランキング

順位	事業所	全達成者率 (5つ守っている人)
全体平均 9.6%		
1	HGP	14.3%
2	QCT	13.1%
3	HG(W)	12.0%
4	HSS	11.7%
5	HGLC	11.5%
6	M	11.5%
7	H	10.2%
8	4moc(TE)	10.2%
9	T	10.2%
10	HGY	9.9%
11	HAC-T	9.8%
12	HAC-H	9.8%
13	A	9.6%
14	4moc(TW)	9.5%
15	Y	9.4%
16	S	9.2%
17	HAC-N	9.2%
18	HRC	8.6%
19	C	8.2%
20	K	8.0%
21	PPO	7.9%
22	HTEC	7.5%
23	YO	7.4%
24	HRD	6.1%

睡眠 良質な睡眠 6時間以上睡眠

順位	事業所	達成者率
1	HGP	74.4%
2	HSS	74.0%
3	QCT	70.9%

栄養 朝食 毎日 朝食を食べる

順位	事業所	達成者率
1	鈴鹿C	83.9%
2	M	81.2%
3	HTEC	80.0%

運動 運動習慣 30分以上 週2回以上

順位	事業所	達成者率
1	HAC-H	38.0%
2	HGW	33.4%
3	QCT	33.2%

飲酒 節度ある 適度な 飲酒 1単位以下

順位	事業所	達成者率
1	HRD	80.8%
2	HGP	78.9%
3	HRC	78.9%

禁煙 たばこは 吸わない

順位	事業所	達成者率
1	HGP	78.9%
2	HGY	78.6%
3	H	70.1%

効果

組織内で健康を考えるきっかけとなったか、各組織の衛生活動の担当者43名対象に情報提供2か月後に調査を行った。(回答率91%) その結果、組織内で情報提供をきっかけに、健康が話題になったと37%が回答した。また、各個人の健康意識向上や行動変容がもたらされたかについて確認したところ、健康意識については、もともと意識した生活をしていると回答が43%、情報提供をきっかけに意識変化ありと回答が40%であった。また、意識に変化があったもののうち、79%が行動に変化があったと回答した。

今回の調査では、管理監督者からどのように情報提供があったかについても併せて確認を行ったところ、メールのみで情報提供された者たちは、口頭で情報提供された者に比べて健康意識が変わらないと回答する人が多い結果が得られた。

このGPSの経験から学ぶことができるポイント

データを組織毎に見える化し、それを従業員にどのように伝えるかによって、健康意識・行動への影響が異なることが示唆されたので、情報をもとに各組織内で管理監督者から何をどのように伝えていただくのかを明確に示すことが、情報を有効活用できることにつながると思う。

参考資料

- 1) 和田攻 監修 産業保健マニュアル 改訂7版 南山堂
- 2) データヘルス・健康衛生を推進するためのコラボヘルスガイドライン 平成29年7月厚生労働省保険局 <https://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-12401000-Hokenkyoku-Soumuka/0000171483.pdf>

COI欄

利益相反なし

投稿者(職種)

関口 裕子 (保健師)

投稿日

2021年8月6日

所属機関

事業所/医療保険者/健診機関・企業外労働衛生機関/大学等教育機関/その他 ()