



図3 参加率推移

図4 取組み後の健診結果

図5 取組みの自己評価

効果

- 参加率は開始時 27%と低かったが、翌年からは職場ごとの参加状況を管理職に随時報告した結果、管理職が自職場内で参加状況をフィードバックした事で職場ぐるみの参加意識向上につながり、2015年には急増し、2019年は70% (267名中187名)であった。(図3)また、どんへる参加率は管理職会議や職場巡視でも取り上げられるほどポピュラーな存在となっている
- 取組み後の健診結果では、「改善した」、または「異常なし」が115名(62%)と最も多い結果で、「悪化」は41名(22%)であった(図4)
- 取組みの自己評価では、「大変良くできた」、「良くできた」の良い評価が77名(41%)であり、「もう一頑張り」、「残念」の悪い評価63名(34%)を上回っていた(図5)
- 対象者の2018年と2019年の健診結果から体重減少ありをアウトカムとし、不参加者と比較した参加者の性・年齢調整済みオッズ比は1.93(1.10-3.38)であった
- どんへる参加が体重減少につながった結果、有所見率(定期健康診断にて聴力、心電図、胸部X線、血圧、肝機能、脂質、血糖、貧血、尿糖、尿蛋白のいずれかの判定が要観察以上)が低下していた(2018年63.5%⇒2019年58.0%)。中でも脂質の有所見率低下が顕著であった(2018年43.8%⇒2019年38.7%)

このGPSの経験から学ぶことができるポイント

健診結果を活用した本取組みにより、各人が健康習慣を身につけ、その結果、体重減少に繋がった可能性がある。どんへる実施以降は結果通知を捨てた、見ていないという声が面談時にも少なくなり、健診結果への関心が高まったのではと推測される。どんへるにより、健診を軸とした健康自己管理のPDCAが回りつつある。今後の課題としては、どんへる参加率の更なる向上があり、不参加者にいかに参加してもらうかを周知方法の見直しも含めて検討したいと考えている。また、自己評価シートからは、その人が何に関心を持ってどんな取組みを行っているのかを知る事ができ、種々の面談にも活用出来る貴重な資料となっている。

参考資料

- 1) 木村宣哉, 小原健太郎, 秋林奈緒子ほか. 日本の鉄道会社における包括的ヘルスリテラシーの実態と職場の健康診断・健康相談等に関する行動との関連. 産衛誌 2019;61(4):123-132.
- 2) 神崎匠世, 木村裕美. 労働者における健康診断結果と行動変容ステージおよび生活習慣との関連:30歳代と40歳代の比較による検討. 日本農村医学会雑誌 61(1), 55-66, 2012.
- 3) 荒木田美香子. ヘルスリテラシーの向上をめざして. 日公衛看会誌 2014;2:38-44.
- 4) 平成29年国民健康・栄養調査 厚生労働省

投稿者

齋藤 久美
永田 智久

e-mail

2020年3月26日